

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan merupakan kondisi umum dari pikiran dan tubuh seseorang, yang berarti bebas dari segala gangguan penyakit dan kelainan. sehingga makna kesehatan sendiri yaitu sebuah kondisi dimana seseorang mengalami keadaan yang normal dan sesuai dengan apa yang seharusnya. Kesehatan adalah “keadaan sehat baik secara fisik, mental spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomi Menurut Kotler (Tjiptono, 2002:83)

Saat ini ada banyak macam penyakit yang bisa menyerang manusia salah satunya obesitas. Obesitas adalah salah satu masalah kesehatan terbesar di seluruh dunia. Selain dapat menyebabkan masalah kesehatan secara fisik, kondisi ini juga dapat menyebabkan masalah psikologis, seperti stres dan depresi. Obesitas dan berat badan berlebih pembagian berat badan dalam kilogram dengan kuadrat tinggi badan dalam meter, lebih dari  $30 \text{ kg/m}^2$  (*overweight*) merupakan dua konsep yang berbeda. *Overweight* adalah kondisi di mana terdapat kenaikan berat badan berlebih. namun demikian, kenaikan berat badan tidak hanya disebabkan oleh lemak berlebih, tetapi juga bisa disebabkan massa otot atau cairan dalam tubuh. Kondisi-kondisi tersebut dapat memberikan dampak berbahaya pada kesehatan. (*helloSEHAT-dr. Tania Savitri*)

Adapun faktor yang bisa menjadi penyebab Obesitas seperti, genetik alias keturunan adalah salah satu komponen terbesar yang bisa memicu Obesitas. *Junk food* adalah jenis makanan yang tinggi kandungan gula, lemak, garam, dan minyak. Obat-obatan tertentu, banyak obat-obatan dengan tanpa resep dokter dapat menyebabkan penambahan berat badan sebagai efek samping. *Stress* sangat mungkin menyebabkan Obesitas. Palsunya pada saat Anda mengalami *stress*, Anda akan lebih mudah untuk lebih banyak makan, terutama makanan manis, guna sekadar meredakan *stress* dan memperbaiki suasana hati. Malas gerak, dengan adanya televisi, komputer, video game, mesin cuci, ponsel pintar, dan perangkat kenyamanan modern lainnya, hidup kebanyakan orang memang jadi lebih santai.

Obesitas akan memberikan dampak-dampak negative terhadap tubuh manusia seperti, gangguan tidur, gangguan pada lutut dan pinggang, meningkatkan resiko pada kanker, sesak nafas, diabetes, tekanan darah tinggi, penyakit jantung, kolesterol tinggi. Agar terhindar dari obesitas seharusnya, berhentilah makan sebelum anda merasa kenyang, hindari mengkonsumsi makanan ringan, tapi gantilah makanan ringan tersebut dengan buah dan sayur agar tidak menghilangkan hobi tersebut, hindari obesitas dengan berolahraga, Berolahraga juga akan menjaga sistem metabolisme tubuh anda, ada baiknya anda mengurangi makan-makanan yang manis, memilih gaya hidup aktif atau tidak malas bergerak, minum air putih, karena dengan air itu penting untuk detoksifikasi kotoran di tubuh kita. (helloSEHAT- dr. Tania Savitri)

Namun pada zaman sekarang ini, banyak sekali masyarakat yang belum memperhatikan tentang faktor terjadinya obesitas, dampak dari obesitas, dan juga cara mengatasi obesitas, media informasi secara umum adalah alat untuk mengumpulkan dan menyusun kembali sebuah informasi sehingga menjadi bahan yang bermanfaat bagi penerima informasi. Melalui media informasi masyarakat dapat mengetahui informasi yang ada serta dapat saling berinteraksi satu sama lain.

Perancangan media informasi pencegahan obesitas dalam bentuk *motion graphic* ini dirancang untuk menarik perhatian masyarakat dalam mempelajari, pencegahan obesitas.

#### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, masalah-masalah dalam prancangan ini dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Belum adanya media informasi tentang pencegahan obesitas dalam bentuk media *motion graphic*.
2. Masyarakat belum terlalu paham mengenai pola makan yang sehat
3. Masyarakat belum bisa membedakan makanan yang sedikit kalori dan yang sehat itu seperti apa saja.
4. Masyarakat tidak mengerti bagaimana cara untuk pencegahan penyakit obesitas

#### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka masalah dibatasi pada perancangan media promosi pencegahan Obesitas. Dikarenakan masyarakat belum begitu paham tentang Obesitas , penyebab Obesitas, dampak Obesitas,

cara mencegah Obesitas, porsi makan ideal, dan cara menghitung berat ideal.

#### **D. Rumusan Masalah**

Dari identifikasi masalah yang dijelaskan, maka rumusan masalah yang diambil pada perancangan tugas akhir ini adalah media informasi “Bagaimana bentuk perancangan pencegahan penyakit obesitas dengan *motion graphic* yang mudah dipahami, dimengerti dan komunikatif ?”

#### **E. Tujuan Perancangan**

1. Mewujudkan rancangan dalam bentuk *motion graphic* sebagai bentuk pencegahan penyakit obesitas.
2. Diharapkan dapat menambah pengetahuan baik untuk masyarakat mengenai penyakit obesitas.
3. Agar masyarakat lebih memperhatikan kesehatan tubuhnya.

#### **F. Manfaat Perancangan**

1. Bagi Perancang
  - a) Mendapatkan pengalaman secara nyata dalam memecahkan permasalahan karya ilmiah yang dihadapi sehingga dapat berguna untuk bekal dalam menentukan langkah di masa depan.
  - b) Sebagai bentuk penerapan ilmu yang berhubungan dengan desain komunikasi visual di lain waktu.
  - c) Dapat digunakan sebagai bentuk penulisan karya ilmiah oleh peneliti ilmiah lainnya.

## 2. Bagi Universitas

- a) Agar dapat bermanfaat bagi civitas akademika Universitas Putra Indonesia YPTK Padang dan seluruh perguruan tinggi.
- b) Hasil karya rancangan dapat menjadi dokumen akademik yang berguna untuk dijadikan acuan bagi civitas akademika.

## 3. Bagi masyarakat

- a) Masyarakat lebih paham dalam menjaga pola makan.
- b) Masyarakat lebih bisa mencegah penyakit obesitas.