



Hak cipta dan penggunaan kembali:

Lisensi ini mengizinkan setiap orang untuk menggubah, memperbaiki, dan membuat ciptaan turunan bukan untuk kepentingan komersial, selama anda mencantumkan nama penulis dan melisensikan ciptaan turunan dengan syarat yang serupa dengan ciptaan asli.

Copyright and reuse:

This license lets you remix, tweak, and build upon work non-commercially, as long as you credit the origin creator and license it on your new creations under the identical terms.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Perilaku pekerja kantoran sekarang tidak ingin atau jarang dirinya terpapar sinar matahari menjadi fenomena saat ini. Dilansir dari kompas.com Rabu, 16 Juli 2014 oleh Lusia Kus Anna menyebutkan bahwa banyak penduduk Indonesia kekurangan vitamin D akibat takut terkena sinar matahari. Disebabkan oleh banyak faktor seperti berangkat kerja sebelum matahari terbit untuk menghindari kemacetan, anak-anak yang jarang bermain di luar rumah atau sengaja menghindari sinar matahari. Dilansir dari careernews.id Rabu, 4 Februari 2015 oleh Nurdin menyebutkan bahwa pekerja kantoran dituntut untuk berada di dalam ruangan dalam waktu yang lama tanpa diimbangi paparan matahari yang cukup. Menurut Hermawan (2016) seorang pengajar di Fakultas Kedokteran juga peneliti di bidang kesehatan mengatakan perilaku pekerja kantoran di dalam gedung cenderung menghindari paparan sinar matahari dengan memakai baju panjang, payung, naik kendaraan dan cenderung berada di dalam ruangan juga memakai tabir surya saat berada di luar ruangan.

Menurut Hermawan (2016), kekurangan paparan sinar matahari bagi tubuh dapat menyebabkan masalah kesehatan karena menyebabkan kurangnya kadar vitamin D. Untuk menjaga kecukupan kebutuhan vitamin D di dalam tubuh diperlukan asupan vitamin D sebanyak 15 microgram (600 IU) untuk usia 18-40 tahun. Salah satu cara untuk menjaga kestabilan vitamin D di dalam tubuh yakni,

cukup terpapar sinar matahari selama 10-15 menit seminggu tiga kali dengan waktu yang dianjurkan antara pukul 07.00 sampai pukul 09.00. Sylvia Winnie Melinda, S.Gz, seorang *nutrition consultant* menyatakan sumber vitamin D bisa berasal dari paparan sinar matahari, makanan seperti ikan mackerel, *dairy product*, kuning telur, mentega, dan suplemen vitamin D. Paparan sinar matahari harus tetap didapatkan oleh tubuh selain dengan makanan dan suplemen.

Seperti dilansir oleh health.detik.com Rabu, 1 Februari 2012 oleh Putro Agus Harnowo, menyatakan penyakit-penyakit yang dapat timbul akibat kekurangan vitamin D yakni diabetes, kanker, *multiple sclerosis*, *rheumatoid arthritis*, dan lainnya. Juga kemungkinan orang dewasa terserang diabetes tipe 2 naik menjadi 57 persen jika memiliki kadar vitamin D yang rendah. Juga pada penyakit Kanker, orang yang memiliki kadar vitamin D yang tinggi memiliki resiko 40 persen lebih rendah terserang kanker usus.

Karena itu diperlukan kampanye sosial tentang manfaat paparan sinar matahari bagi kesehatan pekerja perkantoran, Perancangan Kampanye Sosial Aktivasi Vitamin D dengan Paparan Sinar Matahari dirasa dapat menjadi solusi permasalahan ini. Dibuat dengan perancangan yang kreatif dan menarik bersifat informatif sekaligus persuasif diharapkan dapat bermanfaat untuk pekerja perkantoran juga masyarakat luas. Juga dapat merubah pola hidup sehingga tidak takut terkena paparan sinar matahari sehingga terhindar dari penyakit yang beresiko.

1.2. Rumusan Masalah

Dalam permasalahan ini, untuk memenuhi kebutuhan informasi mengenai manfaat paparan sinar matahari bagi kesehatan:

1. Bagaimana perancangan kampanye sosial yang sesuai dan tepat sasaran bagi masyarakat untuk tidak takut atau menyempatkan diri terpapar sinar matahari pagi
2. Bagaimana perancangan visual kampanye yang baik dan tepat.

1.3. Batasan Masalah

Dalam topik ini, kajian masalah yang dilakukan akan dibatasi dengan rincian sebagai berikut ;

1. Geografis

- a) Daerah : Jabodetabek

2. Demografis

- a) Usia : 20-30 tahun
b) Kebangsaan : Indonesia
c) Bahasa : Bahasa Indonesia
d) Agama : Semua agama
e) Pendidikan : Sekolah Menengah Atas – S1
f) Kelas Ekonomi : Menengah ke atas

3. Psikografis

- a) Gaya Hidup : Perkotaan Modern

- b) Aktifitas : Bekerja dalam perkantoran atau di dalam gedung.

4. Waktu

- a) Februari 2018 – Juni 2018

1.4. Tujuan Tugas Akhir

Tujuan penelitian ini adalah menghasilkan perancangan kampanye sosial yang sesuai dan tepat sasaran serta guna agar dapat mempersuasi masyarakat.

1.5. Manfaat Tugas Akhir

Adapun manfaat yang didapat dari tugas akhir ini dibagi menjadi tiga bagian, manfaat bagi penulis, bagi orang lain dan universitas. Manfaat bagi penulis yakni penulis mendapatkan relasi baru baik dengan narasumber maupun target audiens, ilmu dan pemahaman tentang kesehatan dari berbagai pakar, dan pendalaman teknik dalam membuat desain yang efektif. Manfaat bagi orang lain yakni mendapatkan ilmu tentang kesehatan khususnya tentang pentingnya paparan sinar matahari. Manfaat bagi universitas yakni tugas akhir ini dapat dijadikan referensi bagi mahasiswa di angkatan selanjutnya dalam menyusun laporan tugas akhir.