



Hak cipta dan penggunaan kembali:

Lisensi ini mengizinkan setiap orang untuk mengubah, 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

Untuk memenuhi gizi yang diperlukan oleh tubuh diperlukan pola makan yang baik dan seimbang. Tubuh memerlukan karbohidrat, protein dan juga lemak untuk menjadi tubuh yang sehat, namun selain hal tersebut tubuh juga memerlukan hal lain yaitu vitamin dan mineral, dikarenakan fungsi mineral dan vitamin di dalam tubuh sangatlah penting. Menurut Prof. Maggy Thenawidjaja Suhartono, Ph.D., mineral diperlukan tubuh untuk berbagai macam fungsi, salah satunya adalah menjadi bahan baku kerja enzim dan kebutuhan mineral tubuh dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah keadaan fisiologi, umur, kesehatan, cadangan dalam tubuh, dan interaksinya dengan mineral lain. Mineral tubuh hanya bisa didapat oleh tubuh dengan cara mengkonsumsi suatu makanan atau produk yang mengandung mineral tersebut.

Dari 16 jenis mineral yang diperlukan tubuh mineral tubuh dibagi menjadi 2 jenis, yaitu 6 jenis mineral makro dan 10 jenis mineral mikro. Mineral Makro adalah mineral yang dibutuhkan tubuh dengan jumlah lebih besar dari 100mg dalam sehari. Mineral yang termasuk sebagai makro mineral yang diperlukan tubuh adalah Kalsium (Ca), Magnesium (Mg), Natrium (Na), Kalium (K), Fosfor (P), dan Sulfur (S). Sedangkan mikro mineral adalah mineral yang hanya dibutuhkan tubuh kurang dari 100mg dalam sehari. Contoh mikro mineral yang diperlukan oleh tubuh adalah Besi (Fe), Seng (Zn), Iodine (I), Mangan (Mn), Tembaga (Cu), Selenium (Se), Flourida (F), Cobalt (Co), Kromium (Cr) dan Klorida (Cl).

Ada beberapa jenis penyakit yang bisa timbul jika kekurangan mineral, misalnya rambut rontok, kenaikan berat badan, kulit pucat, mudah merasa lelah dan masih banyak lagi. Salah satu penyakit yang diakibatkan kekurangan mineral yang biasa kita temui adalah Anemia. Menurut data Riskesdas 2013, sebanyak 37,1% ibu hamil di Indonesia merupakan penderita anemia yang disebabkan karena tubuh kekurangan zat besi. Ibu hamil yang menderita anemia memiliki resiko terjadinya kelahiran premature hingga kematian ibu dan anak ketika proses persalinan.

Jenis penyakit lain yang sering diderita oleh orang Indonesia adalah osteoporosis. Depkes.go.id menyatakan bahwa 1 dari 4 wanita Indonesia dengan rentan usia 50 – 80 tahun memiliki resiko terkena osteoporosis dikarenakan berkurangnya hormone estrogen setelah menopause. Osteoporosis dapat dihindari dengan mengkonsumsi mineral kalsium yang cukup dikarenakan kalsium membantu dalam pembentukan jaringan tulang dan gigi pada tubuh manusia.

Dari data hasil penelitian yang dilakukan oleh penulis melalui kuisisioner, dari 103 responden sekitar Jabodetabek sebesar 35,9% belum memahami tentang pentingnya mineral di dalam tubuh, dan lebih dari 60% responden tidak mengetahui jenis mineral yang diperlukan oleh tubuhnya. Dengan paparan yang sudah dijelaskan, penulis ingin memberikan salah satu solusi berupa Perancangan Media Informasi Mengenai *Trace Mineral Deficiency*.

1.2. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dari perancangan ini adalah:

Bagaimana merancang buku informasi untuk masyarakat mengenai *Trace Mineral Deficiency*?

1.3. Batasan Masalah

1. Demografis

Target Audiens : 18 – 25 Tahun

Jenis Kelamin : Pria dan Wanita

Ekonomi : Ses A dan Ses B

2. Geografis

Daerah Jabodetabek

3. Psikografis

Dewasa muda berusia 18 – 25 Tahun yang mulai menyadari pentingnya kesehatan dan mau melakukan gaya hidup sehat.

1.4. Tujuan Tugas Akhir

Tujuan dari Tugas Akhir ini adalah untuk merancang media informasi mengenai Mineral Deficiency dengan media informasi berupa buku dengan target dewasa muda berusia 18 sampai 25 tahun yang mulai menyadari pentingnya kesehatan dan mau melakukan gaya hidup sehat, sehingga diharapkan masyarakat Jabodetabek dapat teredukasi mengenai *Trace Mineral Deficiency*.

1.5. Manfaat Tugas Akhir

Manfaat dari perancangan Tugas Akhir yang dilakukan oleh penulis adalah sebagai berikut:

1. Bagi Penulis

Melalui perancangan media informasi dan penelitian yang dilakukan oleh penulis, penulis diharapkan menambah wawasan, dan mendapatkan pengalaman bagaimana cara menerapkan ilmu-ilmu yang didapat selama masa perkuliahan, serta memahami peran desainer dalam menghadapi permasalahan dan memberikan solusi dalam bermasyarakat.

2. Bagi Universitas

Diharapkan melalui penelitian ini, penulis dapat menambah konten pustaka pada Universitas Multimedia Nusantara.

3. Bagi Masyarakat

Diharapkan masyarakat lebih mengetahui mengenai adanya Trace Mineral Deficiency.