

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Menurut direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Kementerian Kesehatan (P2PTM Kemenkes) Kolesterol adalah zat lemak yang diproduksi dari berbagai sel didalam tubuh. Seperempat zat lemak tersebut diproduksi oleh sel hati. Tubuh membutuhkan kolesterol untuk tetap prima. Namun kadar kolesterol yang tinggi dapat mengakibatkan penyakit seperti jantung, stroke dan juga sirkulasi darah yang buruk.

Menurut Riset Kesehatan Dasar kementerian kesehatan Indonesia (dikutip dari Putri, 2018), bahwa 7 dari 10 orang dewasa di Indonesia memiliki kadar kolesterol yang tinggi. Sebagian besar sekitar 50% penderita tidak menyadari hal tersebut sampai penderita merasakan gejala tidak sehat di dalam tubuh mereka.

Lukito (dikutip dari Situmorang, 2017) yang merupakan dokter spesialis jantung mengatakan bahwa penyebab kolestrol 25% berasal dari makanan dan 75% diproduksi dari liver dan juga tentunya berbahan dasar oleh makanan yang telah dimakan. Pemicu utama penyakit kosterol adalah makan-makanan dengan sembarangan.

Riset kesehatan dasar Indonesia pada tahun 2013 (dikutip dari Tribun News, 2020) mengatakan bahwa terdapat 22% anak muda yang berkisaran 15-35 tahun mengidap penyakit jantung coroner. Penyebab dari penyakit tersebut salah satunya adalah kadar kolesterol yang tinggi.

Menurut Purnamasari (dikutip dari Ivan, 2020) didalam penelitiannya ditemukan bahwa angka kematian di Indonesia sebagian besar disebabkan oleh Penyakit Tidak Menular atau disingkat PTM. Salah satu penyakitnya adalah jantung, hal ini berbahaya karena penyakit kolesterol tinggi berkaitan dengan penyakit jantung.

Menurut wawancara dengan ahli gizi Puteri Aisyaffa pada tanggal 11 September 2020 masyarakat dewasa muda di Indonesia sangat menyukai eksplorasi makanan, mereka suka makan-makanan yang sedang tren tanpa memperdulikan kandungan makanan yang dimakan. Hal ini diperlukan untuk mengatur porsi makanan kolesterol, karena setiap bahan makanan memiliki kandungan kolesterol yang berbeda. Menurutnya juga informasi valid mengenai bahan makanan yang mengandung kolesterol tinggi dan kadarnya masih sulit atau minim untuk didapatkan, beliau bahkan harus mencari data yang valid tersebut menggunakan *software* dan juga *journal* kedokteran.

Penulis juga melakukan wawancara kepada penderita kolesterol tinggi dewasa muda. Saat diwawancarai penderita mengaku bahwa dia memang tidak menjaga pola makannya, penderita juga tidak banyak mengetahui bahan makanan apa saja yang mengandung kolesterol dan juga tidak tau akan kadar kolesterol didalam makanan tersebut. Penulis juga melakukan pencarian artikel-artikel diinternet mengenai bahan makanan dan kadar kolesterolnya, tetapi informasi tersebut masih minim ditemukan dan kalaupun ada sumbernya tidak valid atau berasal dari jurnal kedokteran.

Penulis juga melakukan observasi di toko buku, buku mengenai makanan atau bahan makanan yang mengandung kolesterol tinggi dan kadarnya sangat sulit untuk ditemukan. Penulis hanya menemukan 1 buku, tetapi isi buku tersebut dari layout dan kontennya sangat monoton. Didalam buku juga tidak ditemukan sama sekali gambar atau ilustrasi yang dapat membantu penyampaian informasi.

Menurut Kiousis (dikutip dari Kovacic, 2010) mengatakan bila orang masih skeptic terhadap konten yang berasal dari sumber online. Apalagi konten yang disajikan berupa konten kesehatan. Menurut Arifin dan Kusrianto (2009) mengatakan bahwa media informasi berupa buku ilustrasi membuat konten lebih mudah dipahami, lebih terperinci, dan juga lebih detail dalam menjelaskan konten (hlm. 70-71). Maka dari itu penulis ingin membuat media informasi berupa buku ilustrasi mengenai bahan makanan yang mengandung kolesterol tinggi dan kadarnya. Di dalam Sustainable Development Goals (dikutip dari Ivan, 2020) Indonesia memiliki target dalam bidang kesehatan untuk tahun 2030 yang salah satunya adalah menurunkan sepertiga kematian dini karena penyakit tidak menular. Penyakit jantung yang merupakan salah satu penyakit yang dipicu oleh kolesterol menjadi penyebab utama 60% kematian dari penyakit tidak menular tersebut. Maka dari itu buku ini nantinya akan disebarluaskan oleh kementrian kesehatan dirumah sakit.

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana menginformasikan makanan yang mengandung kolesterol tinggi melalui media informasi?

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan kepada rumusan masalah diatas, perancangan media informasi mengenai daftar makanan yang mengandung kolesterol tinggi dibatasi pada:

1. Geografis: Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, Bekasi.
2. Demografis:
 - a. Usia: 17-25 tahun
 - b. Kelas ekonomi: Menengah- menengah kebawah
3. Psikografis:
 - a. Gaya Hidup: mempunyai ketertarikan untuk mencari tahu sesuatu yang berhubungan dengan penyakit yang diderita.
4. Batasan kajian

Hal yang akan dibahas adalah informasi mengenai kolesterol tinggi dan apa saja bahan makanan yang mengandung kolesterol tinggi serta kadar kolesterol didalamnya.

1.4 Tujuan Tugas Akhir

Tujuan tugas akhir adalah merancang media informasi mengenai bahan makanan yang mengandung kolesterol tinggi dan kadarnya.

1.5 Manfaat Tugas Akhir

1. Manfaat bagi Penulis

Manfaat bagi penulis adalah mendapatkan informasi lebih banyak mengenai topik yang dialami dan juga mengasah kemampuan penulis dari apa yang telah dipelajari selama kuliah.

2. Manfaat bagi Orang Lain

Manfaat bagi orang lain adalah untuk menambah pengetahuan serta memberikan informasi untuk penderita dan juga remaja sampai dewasa awal yang ingin mengetahui bahan makanan apa saja yang mengandung kolesterol tinggi dan kadarnya.

3. Manfaat bagi Universitas

Manfaat bagi universitas adalah menjadi sumber informasi untuk mahasiswa/I design komunikasi visual dalam merancang suatu media informasi dengan baik dan benar.