



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

Di Indonesia teh merupakan minuman yang telah dikenal sejak tahun 1684 dan telah menjadi minuman sehari-hari bagi banyak orang (Purwanto, 2020). Teh yang sering dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia ternyata memiliki banyak sekali manfaat seperti dapat mengontrol berat badan, menjaga kesehatan jantung, mengurangi risiko diabetes, dan dapat mengurangi stress (Anggraini, 2020). Namun, teh dapat memberikan efek samping seperti efek sembelit dikarenakan di dalam teh terdapat zat kimia teofilin yang memberikan efek dehidrasi pada saat mencerna makanan (Rezkisari, 2017). Agar masyarakat dapat menikmati teh tanpa merasakan efek samping seperti konstipasi, teh biasa yang dikonsumsi sehari-hari dapat diganti dengan teh *kombucha*. *Kombucha* itu sendiri adalah teh yang difermentasi dari kumpulan bakteri dan jamur ragi yang hidup bersama membentuk koloni dan membentuk struktur gelatin atau dalam bahasa Inggris disingkat menjadi *SCOBY* (*Symbiotic Culture Of Bacteria and Yeast*). *Kombucha* pada awalnya ditemukan semenjak lebih dari 3000 tahun yang lalu di daratan Cina dan masuk ke Indonesia pada tahun 1930. Berbagai khasiat yang diberikan oleh teh *kombucha* antara lain adalah menurunkan tekanan darah, mengobati rematik dan encok pada persendian, memperbaiki fungsi hati, bahkan dapat berperan seperti antibiotik, mengobati sembelit dan melancarkan pencernaan (Simanjuntak *et al.* 2016).

Pentingnya kesehatan tubuh seringkali bukan menjadi prioritas utama bagi masyarakat. Mengonsumsi *kombucha* secara rutin dapat memberikan berbagai manfaat salah satunya adalah untuk pencernaan, dimana masalah pencernaan seperti sulit buang air besar sebenarnya sangat sering terjadi di masyarakat, namun jika tidak segera ditangani dapat membahayakan kesehatan individu dan dapat menyebabkan kanker usus (Candra, 2010). Berdasarkan data yang didapatkan dari survei global mengenai konstipasi di Asia yang diwakilkan dari 3 negara yang salah

satunya adalah Indonesia, diperkirakan angka konstipasi pada perempuan sebanyak 15-23% dan pada laki-laki sebanyak 11%. (Budianto *et al*, 2015)

Minuman *kombucha* untuk saat ini masih belum dikenali dan dikonsumsi oleh masyarakat luas terbukti dari belum banyaknya teh *kombucha* yang dijual di Indonesia (Saretta, 2020). Walaupun *kombucha* sendiri merupakan teh, namun teh *kombucha* berbeda dari teh biasanya dikarenakan teh *kombucha* telah melewati proses fermentasi dan mengandung berbagai vitamin, mineral dan berbagai asam organik (Rusdiana, 2017). Proses pembuatan *kombucha* yang sebenarnya menggunakan bahan-bahan yang mudah dicari seperti air mineral, gula, teh, dan lembar koloni *kombucha* (jamur dipo) (dr. Naland, 2008). *Kombucha* merupakan minuman hasil fermentasi dengan menggunakan khamir. Berdasarkan fatwa yang dikeluarkan oleh MUI, minuman beralkohol yang masuk kategori khamir adalah minuman yang mengandung alkohol/etanol (C₂H₅OH) minimal 0.5 %. Oleh karena itu kadar alkohol melebihi 0,5% sudah termasuk kategori non halal (MUI 2018). Untuk kadar alkohol pada *kombucha* sendiri telah di analisis oleh UPT Laboratorium Kesehatan Daerah (Labkesda) Kota Tangerang sebesar 0,055% (Riswanto & Rezaldi 2021). Berdasarkan hasil analisis tersebut, *kombucha* telah memenuhi ketentuan dari MUI sebagai produk minuman fermentasi yang halal.

Sangat disayangkan apabila informasi mengenai minuman ini belum tersebar dengan luas. Oleh karena itu, dibutuhkan sebuah solusi untuk membantu menyebarkan informasi mengenai manfaat dari teh *kombucha*. Solusi yang tepat untuk membantu menyebarkan manfaat dari teh *kombucha* adalah dengan membuat sebuah buku informasi mengenai manfaat *kombucha* sebagai minuman pelancar buang air besar. Buku ini berisikan mulai cara pembuatan *kombucha*, manfaat *kombucha*, sampai khasiat dari *kombucha*. Dengan dibuatnya buku ini bertujuan untuk membantu orang-orang yang sering mengalami konstipasi menjadi terbantu dengan meminum *kombucha*.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah yang telah diuraikan diatas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

Bagaimana cara merancang media informasi *kombucha* sebagai minuman pencegah konstipasi?

1.3 Batasan Masalah

Untuk mengerucutkan penelitian ini maka dibuat batasan permasalahan sebagai berikut:

1. Geografis:

- a. Kota: JABODETABEK

2. Demografis:

- a. Usia: 20-35 tahun
- b. Gender: Laki Dan Perempuan
- c. Kebangsaan: Indonesia
- d. Pendidikan: S1
- e. Pekerjaan: Mahasiswa/i - karyawan
- f. Kelas Ekonomi: menengah atas (B - A)
- g. Tempat tinggal: Apartemen, Rumah, Kost
- h. Status: Belum menikah, Dalam hubungan, dan *Single*

3. Psikografis:

Orang yang sibuk dalam aktivitas sehari-hari dan cuek terhadap kesehatan tubuh masing-masing.

1.4 Tujuan Tugas Akhir

Merancang Media Informasi Kombucha Sebagai Minuman Pencegah Konstipasi Untuk Dewasa Muda.

1.5 Manfaat Tugas Akhir

Manfaat dibagi menjadi tiga bagian: manfaat bagi penulis, bagi orang lain dan bagi universitas.

1. Bagi Penulis

Dengan dirancangnya tugas akhir ini, diharapkan bisa mendapatkan ilmu tentang cara membuat media informasi yang baik dan benar berdasarkan topik yang terpilih, dan mendapatkan pengetahuan baru tentang dunia kesehatan lewat minuman *kombucha* yang menyehatkan.

2. Bagi Orang Lain

Dengan dirancangnya tugas akhir ini diharapkan dapat memberi pengetahuan kepada masyarakat awam tentang minuman kesehatan alternatif yaitu *kombucha* agar pencernaan menjadi lancar dan tubuh menjadi lebih sehat.

3. Bagi Universitas

Dengan dirancangnya tugas akhir ini bertujuan untuk memenuhi syarat kelulusan, disisi lain juga berguna untuk menambah sumber pengetahuan yang dibutuhkan untuk mahasiswa/i yang lainnya. Dengan adanya tugas akhir ini dapat membantu menambah kumpulan informasi yang berguna untuk univeristas.

UMMN

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA