



### **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

Menurut Rahmawati (2020), susu memiliki manfaat dalam kehidupan manusia seperti menjaga kesehatan tulang, membangun masa otot, membuat gigi lebih kuat, menjaga berat badan, menjaga kualitas tidur, mencegah dehidrasi, mencegah heartburn, menjaga kesehatan jantung, meningkatkan suasana hati, mencegah diabetes tipe-2, menjaga kesehatan otak, menjaga kesehatan mata, dan masih banyak lagi. Berdasarkan artikel yang berjudul “Konsumsi Susu Ideal Berdasarkan Usia” yang diambil dari *Kompas.com* dan diakses pada tanggal 4 September 2021. Pada usia 11-18 tahun membutuhkan 200-250 ml susu setiap harinya untuk memenuhi kebutuhan 800-1000 mg kalsium, untuk usia 19 tahun keatas sebaiknya mengkonsumsi susu 200 ml setiap harinya (Rafika sari, 2016). Saat remaja penting untuk memenuhi kebutuhan gizi untuk menunjang aktifitas serta tumbuh kembang yang pesat, sehingga membutuhkan asupan kalsium yang berasal dari susu (Lestari, 2021).

Meskipun demikian masyarakat Indonesia khususnya yang berusia remaja hingga dewasa masih kurang mengkonsumsi susu, dalam sebuah artikel yang berjudul “Seberapa Besar Manfaat Susu Bagi Kesehatan?” yang diakses pada tanggal 9 September 2021 mengatakan Badan Pusat Statistik (BPS) menyatakan bahwa angka konsumsi susu di Indonesia pada tahun 2017 hanya 16,5 liter per kapita per tahun (Azanella, 2021). Kurangnya konsumsi susu para remaja hingga dewasa terjadi karena masih adanya stigma di masyarakat mengenai konsumsi susu sapi. KumparanFOOD (2019) mengatakan bahwa rendahnya tingkat konsumsi susu di Indonesia terjadi lantaran anggapan masyarakat bahwa susu merupakan minuman bayi dan anak-anak. Alhuur, Yuniarti, Ramadhan (2020), penyebab tingkat konsumsi susu pada remaja dan dewasa rendah salah satunya karena anggapan bahwa susu hanya untuk konsumsi anak-anak saja, walaupun demikian

nutrisi dari susu sebenarnya dibutuhkan pada usia Remaja bahkan hingga lansia. Hal tersebut sangat disayangkan karena dapat menimbulkan banyak dampak negatif. menurut Sativa (2016) kekurangan minum susu pada usia remaja hingga dewasa dapat menyebabkan berkurangnya kepadatan tulang pada remaja diakibatkan oleh kurangnya kalsium harian remaja yaitu sebanyak 1.000-1.200 mg/hari.

Jakarta dan sekitarnya menjadi kota dengan tingkat konsumsi makanan kurang sehat sangat tinggi di Indonesia sehingga harus diimbangi dengan konsumsi bahan makanan bergizi seperti susu. Yuniar (2016) mengatakan faktanya sebanyak 52% warga Jakarta menjadikan *junkfood* sebagai sarapan, hal tersebut dikarenakan masih minimnya pengetahuan tentang *junkfood* dan juga minimnya kesadaran warga Jakarta untuk mengonsumsi makanan atau minuman yang bergizi. Tentunya makanan *junkfood* seperti gorengan mudah didapatkan karena harganya sangat terjangkau dan dekat dengan rakyat menengah kebawah.

Sebenarnya program makanan dan minuman sehat seperti susu sudah diterapkan pemerintah Indonesia sejak lama yaitu melalui program 4 sehat 5 sempurna namun sayangnya kampanye pemerintah tersebut masih dinilai kurang efektif karena target sasaran yang terlalu luas yaitu seluruh masyarakat Indonesia. Menurut Sofia (2021) tujuan kampanye 4 sehat 5 sempurna adalah untuk mewujudkan masyarakat yang kua dan sehat dengan makan makanan bernutrisi yang harus dikonsumsi siapa saja tanpa mengenal usia. Soraya (2020), mengatakan bahwa program 4 sehat 5 sempurna sudah ada sejak 1952 dikenalkan oleh Prof. Poerwo Soedarmo, konsep ini diterapkan sebagai pedoman makan makanan sehat yang pada saat itu belum ada. Namun, pedoman ini memiliki kekurangan relevansi seiring perkembangan ilmu pengetahuan dan gizi. Dari masalah-masalah yang telah penulis paparkan di atas, penulis mengambil kesimpulan bahwa masyarakat Indonesia masih kurang memiliki kesadaran akan pentingnya minum susu, lantaran masih beredarnya stigma di masyarakat yang beranggapan susu adalah minuman untuk anak-anak, sehingga usia remaja hingga dewasa kurang melakukan konsumsi susu sapi, sehingga konsumsi susu sapi di Indonesia masih tergolong rendah. Maka

dari itu diperlukan kampanye yang berfokus kepada usia 17 hingga 25 tahun untuk meningkatkan konsumsi susu sapi guna membantu meningkatkan konsumsi susu sapi di Indonesia.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang penulis paparkan di atas maka dapat disimpulkan bahwa rumusan masalah yang perlu dibahas dalam laporan perancangan ini adalah:

1. Bagaimana perancangan media kampanye kepada masyarakat untuk meningkatkan budaya konsumsi susu sapi guna menghindari masalah berkurangnya kepadatan tulang pada remaja akibat kekurangan kalsium?

## 1.3 Batasan Masalah

Perancangan kampanye sosial ini dibatasi pada:

a. Geografis :

Kota/Kabupaten : Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi

Provinsi : Banten, DKI Jakarta, Jawa Barat.

Kampanye ini juga ditujukan kepada seluruh masyarakat Indonesia sebagai target sekunder, namun fokus kampanye ini dikhususkan untuk masyarakat yang bertempat tinggal atau berdomisili di DKI Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, Bekasi sebagai target primer.

b. Demografis :

Jenis Kelamin : Laki-laki dan perempuan.

Usia : 17-25 tahun (Remaja akhir).

SES : A - B

Pendidikan : SMA - S1

c. Psikografis :

- a. Sikap : Acuh terhadap kepetingan gizi tubuhnya.
- b. Perilaku : Jarang minum susu.
- c. Gaya Hidup : tidak sehat, ingin makanan serba praktis, lebih mementingkan selera dibandingkan kebutuhan, bukan *lactose Intolerant*.

#### 1.4 Tujuan Tugas Akhir

Tujuan perancangan tugas akhir ini untuk melakukan perancangan media kampanye kepada masyarakat untuk meningkatkan budaya konsumsi susu sapi guna menghindari masalah berkurangnya kepadatan tulang pada remaja akibat kekurangan kalsium?

#### 1.5 Manfaat Tugas Akhir

Penulisan tugas akhir ini memiliki manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat penulisan tugas akhir ini bagi penulis adalah mendapatkan wawasan yang lebih luas tentang pentingnya mengkonsumsi susu secara rutin. Selain itu, perancangan kampanye Meningkatkan Kesadaran Akan Pentingnya Mengkonsumsi Susu Pada Dewasa Awal ini merupakan wujud dan implementasi pembelajaran yang didapatkan selama perkuliahan, serta menjadi syarat kelulusan penulis.
2. Manfaat penulisan tugas akhir ini bagi orang lain adalah mendapatkan pengetahuan akan pentingnya mengkonsumsi susu pada usia dewasa awal serta sebagai studi dan referensi dibawah naungan Pendidikan agar dapat berguna dalam dunia ilmu pengetahuan kedepan.
3. Bagi universitas penulisan ini dapat bermanfaat sebagai arsip dan juga acuan sebagai pembelajaran dan juga studi referensi untuk mahasiswa generasi seterusnya.