# BAB I

# PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang

Gangguan pola makan (*Eating disorder*) merupakan gangguan perilaku terkait makan yang berlangsung terus-menerus sehingga menyebabkan masalah kesehatan serius, baik fisik maupun psikososial (Siloam Hospital, 2021). Gangguan pola makan terbagi dalam 2 jenis yang saling bertolak belakang yaitu *Binge Eating* dimana seseorang memiliki kecenderungan tinggi untuk makan berlebihan dan anoreksia nervosa yaitu gangguan makan yang ditandai dengan berat badan yang sangat rendah, rasa takut yang berlebihan pada kenaikan berat badan, dan persepsi yang salah terhadap berat badan. Anoreksia nervosa termasuk gangguan mental yang serius dan tidak boleh didiamkan. (Alodokter, 2021). Anoreksia juga termasuk gangguan mental karena penderita anoreksia sendiri cenderung kehilangan nafsu makan karena ketakutan naik berat badan sehingga berdampak pada dengan penampilannya dan merasa dirinya akan lebih berharga bila lebih kurus.

Di era digital sekarang dimana mayoritas besar pengguna mulai dari anak hingga orang tua banyak menggunakan sosial media sebagai akses sumber informasi dan komunikasi yang begitu mudah ini, ada dampak buruk yang juga dapat timbul akibat media sosial. Salah satunya adalah penyakit anoreksia. Hal ini terjadi karena persepsi sosok tubuh sempurna yang dibentuk oleh iklan dan masyarakat umum belakangan di media sosial, dimana banyak pengguna sosial media umumnya remaja cenderung menjadi *insecure* dan membandingkan penampilan tubuh mereka dengan standar penampilan harus kurus yang seperti diiklankan di sosial media,

Di Indonesia belum banyak penelitian lengkap mengenai perilaku gangguan makan karena masih dianggap sebagai masalah sosial sepele. Namun, Menurut situs *Halodoc,* gangguan makan seperti anoreksia lebih sering dialami oleh remaja dengan 95 persennya didominasi oleh wanita rentang usia 12 hingga 25 tahun dan memiliki

kebiasaan merasa *insecure* dengan tubuh mereka, mengetahui tentang efek samping seperti kelaparan dan sakit perut tetapi tetap memilih mengurangi makan tanpa aturan demi menurun berat badannya (Halodoc, 2018).

Orang-orang muda antara usia 14 dan 24 adalah yang paling berisiko terkena anoreksia (Talk-ed, 2019). Target audience mulai dari pelajar tingkat SMP hingga mahasiswa, di mana SMP sedang mengalami masa peralihan menuju usia dewasa mengalami perkembangan dan sedang memulai fase mencari jati diri. Dari segi fisik dan psikis juga mereka mengalami perubahan dan perkembangan yang signifikan. Biasanya, anak-anak usia SMP memperlihatkan berbagai karakter perubahan dari aspek fisik, cara berpikir, dan juga kepribadian yang mulai memperhatikan penampilan mereka dalam pergaulan (Finansialku, 2020). Sedangkan SMA dan mahasiswa adalah masa transisi pertumbuhan anak yang lebih sensitif dan paling rentan terkena anoreksia, karena adanya tekanan untuk bersosialisasi dan terlihat baik sangat kuat serta perubahan cara berpikir mereka yang merasa sudah dewasa dan mandiri karena lebih terlepas dari pengawasan orang tua sehingga menjadi lebih bebas bertanggung jawab terhadap dirinya. (Childmind Institute, 2017).

Menurut studi kuantitatif kecenderungan gangguan makan sebesar 34% berada pada remaja di jakarta dengan tingkat ekonomi menengah ke atas dengan spesifikasi 11,6% cenderung mengalami anoreksia (Shafiq dan Tantiani *in press*, 2008). Faktor sosial adalah faktor terbesar terjadinya anorexia sebab banyak yang membandingkan tubuh sendiri dengan tubuh orang lain di sosial media, selain itu juga ada perilaku *body shaming* yang juga mendorong mental seseorang secara negatif untuk semakin tidak nyaman dengan fisiknya. Apabila gaya hidup ini diteruskan maka akan menjadi sebuah kebiasaan tidak sehat dan bahkan memakan nyawa kepada kaum muda di Indonesia terutama di kota besar seperti Jakarta.

Dari penjelasan masalah di atas, dalam upaya mempersuasi masyarakat untuk terhindar dari anoreksia, maka penulis memiliki solusi membuat media interaktif berbentuk Visual Novel. Visual novel merupakan media interaktif berbasis *storytelling* dalam bentuk gambar-gambar statis dan dilengkapi dengan narasi serta ucapan setiap karakter.

Visual novel memiliki keunggulannya yang menitik beratkan pada cerita sehingga akan lebih mudah untuk disisipi materi pembelajaran. Visual novel dapat dikatakan memberi rasa minat seseorang untuk membaca. Sama halnya dengan cerita dalam novel, kita akan diperkenalkan terlebih dahulu dengan situasi awal tokoh utama sebelum dihadapkan dengan berbagai macam konflik dan cara penyelesaiannya. Berbagai narasi pun akan ditampilkan sebelum kita memulai dialog dengan tokoh lainnya. Kita juga akan dihadapkan dengan berbagai macam pilihan untuk menjawab dialog yang dilontarkan tokoh lain kepada kita dan juga memungkinkan animasi yang relevan dengan materi pembelajaran (ResearchGate, 2021). Menurut Ian Bogost (2021) dalam penelitiannya yang berjudul "*Persuasive Gaming in Context*" sebuah permainan dapat menjadi media yang melibatkan pemain untuk merubah sikap dan perilaku tertentu. Dengan perancangan visual novel ini, diharapkan dapat mengedukasi dan mempersuasi *user* melalui pesan yang dibangun dari cerita melalui alur *storytelling* dan karakter yang dirancang sebagai bentuk simulasi pengalaman dan dampak anoreksia, dengan memanfaatkan empati untuk memotivasi pemain merubah sikap (*attitude)* dan tingkah laku (*behavior)* mereka agar lebih memperhatikan pola makannya dan tidak mudah *insecure* dengan penampilan fisiknya.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah yang sudah penulis jelaskan pada bagian latar belakang diatas, maka masalah dapat dirumuskan dalam pernyataan sebagai berikut:

1. Bagaimana merancang *Visual Novel* yang dapat menginformasikan remaja dan dewasa muda usia 14-24 Tahun di Jakarta tentang anoreksia ?

## 1.3 Batasan Masalah

Berikut adalah batasan masalah dari perancangan visual novel tentang anoreksia nervosa kepada remaja usia 14-24 tahun di jakarta

1. Batasan Demografis :

a. Jenis kelamin : Wanita dan Pria

b. Usia : 14-24 tahun

c. Pekerjaan : Anak remaja SMP hingga Mahasiswa

d. Pendapatan : Rp.1.000.000 hingga Rp.10.000.000

f. Ekonomi Sosial : Menengah ke atas

2. Geografis :

a. Kota/Kabupaten : DKI Jakarta

b. Provinsi : Jakarta

3. Psikografis

a. Masyarakat menengah keatas yang sangat sering menggunakan sosial media untuk berkomunikasi sehari-hari.

b. Masyarakat yang gemar melakukan diet atau usaha apapun yang ekstrim untuk mendapat berat badan yang ideal.

c. Masyarakat yang mudah tidak nyaman terkait berat yang mereka miliki.

d. Masyarakat yang memiliki stigma yang salah terhadap standar Kecantikan.

## 1.4 Tujuan Tugas Akhir

Tujuan Tugas akhir ini adalah merancang media informasi mengenai anoreksia melalui *visual novel* untuk remaja dan dewasa muda agar lebih mengetahui dan memahami dampak dari anoreksia.

## 1.5 Manfaat Tugas Akhir

Berikut adalah manfaat Tugas akhir " Perancangan Visual Novel tentang Anoreksia kepada Remaja Usia 14-24 Tahun di Jakarta"

1. Penulis

   Manfaat utama Penulis, Memperoleh pengalaman dalam merancang media informasi interaktif sebagai hasil pembelajaran selama berkuliah di UMN serta meningkatkan informasi mengenai anoreksia.

2. Bagi Masyarakat

   Memberikan edukasi bahwa gangguan pola makan dapat menyebabkan anoreksia yang bukan hanya sebuah penyakit fisik tapi juga mental yang telah menjadi lifestyle yang dapat memakan nyawa.

4. Bagi Universitas

   Melalui perancangan *Visual Novel* untuk memberi masyarakat wawasan tentang anoreksia sekaligus dapat menjadi bahan penelitian untuk mahasiswa selanjutnya serta menjadi contoh bagi adik kelas.

UMN
UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA