



### **Hak cipta dan penggunaan kembali:**

Lisensi ini mengizinkan setiap orang untuk menggubah, 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

Tidur merupakan kebutuhan penting bagi setiap manusia, dimana hampir sepertiga dari masa hidup, kita lalui dengan tidur (King, 2010, hal.298). Tidur sangat bermanfaat bagi tubuh, untuk memulihkan tubuh secara fisik dan mental (Lanywati, 2001, hal.7). Kurang tidur membuat kondisi tubuh dan pikiran menjadi terganggu. Tetapi kehidupan di kota besar pada zaman modern membuat aktifitas menjadi padat dan waktu istirahat berkurang (Lannywati, 2001, hal.8).

Tidur merupakan suatu hal yang penting, terutama untuk anak-anak. Pertumbuhan dan perkembangan anak lebih meningkat saat sedang tidur (Prasadja, 2009, hal.27). Kebiasaan tidur yang baik harus dimulai sejak dini (Stirling, 2009, hal.68). dr. Ksatria Vijadharo juga menjelaskan bahwa waktu tidur harus dipenuhi, terutama untuk anak-anak yang masih dalam tahap perkembangan. Tidur untuk anak menjadi sesuatu hal yang sering diabaikan dan dianggap kurang penting oleh orangtua sehingga menyebabkan seorang anak rentan mengalami gangguan tidur. Dalam penelitian yang dilakukan oleh dr. Rini Sekartini, Sp.A dan dr. Nuri Purwito Adi (2006) dengan menggunakan survei *a brief screening infant sleep questionnaire (BISQ)*, ditemukan bahwa 44,2% anak dibawah usia 3 tahun mengalami gangguan tidur. Penelitian tersebut juga menemukan data 42,3% orangtua menganggap gangguan tidur pada anak bukan suatu masalah, 29,9% menganggap sebagai masalah yang kecil dan 27,8% menganggap sebagai masalah serius. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa

perlu dilakukan suatu upaya kampanye untuk menghimbau tentang pentingnya tidur yang baik untuk anak, terlebih banyak dampak negatif jika seorang anak tidak tidur dengan baik.

Dalam situs KOMPAS.COM, disebutkan bahwa kurang tidur menyebabkan kemampuan otak berkurang, masalah emosional, dan masalah berat badan (2011, diakses tanggal 13 September 2013). dr. Ksatria Vijjadhara juga menjelaskan jika seorang anak kekurangan waktu tidur, maka ada kecenderungan emosional yang berlebih pada anak karena dia merasa lelah. Anak yang kurang waktu tidur, biasanya rewel di siang hari (Munazalah & Prabowo, 2012, hal. 68). Waktu tidur yang cukup sangat penting untuk membuat kualitas tidur yang baik, tetapi posisi tidur juga harus diperhatikan. dr. Ksatria Vijjadhara, menjelaskan posisi tidur terbaik adalah posisi miring kekanan dan terlentang. Posisi miring kekanan sangat baik untuk kelancaran jalan nafas, karena jantung tidak tertindih.

Untuk mencari data mengenai kualitas tidur anak, maka penulis melakukan survei awal kepada ibu di daerah kota Tangerang yang memiliki anak di usia 2-5 tahun. Hasil survei menunjukkan, dari 40 ibu, 42,5% menjawab tidak sesuai antara waktu tidur yang ideal dengan waktu tidur rata-rata di umur anak mereka. Survei tersebut juga ditemukan fakta jika 75% tidak mengatur jadwal tidur anak. Untuk keluhan yang terjadi, 50% suara mengatakan anak anak menjadi cerewet, 35% suara anak menjadi suka marah, dan sisanya menjawab biasa saja. dr. Ksatria Vijjadhara, menambahkan jika orangtua mutlak harus mengatur pola tidur anaknya, terutama ibu yang memiliki pendekatan psikologis yang lebih dekat dengan anak. Sifat dasar wanita yaitu merawat dan memelihara, maka rumah

tangga dan urusan anak akan lebih diperhatikan oleh ibu (Gunarsa,2012, hal.98). Hal ini membuat ketertarikan penulis untuk membuat kampanye sosial tidur yang baik untuk anak dengan target ibu yang memiliki anak diusia 2-3 tahun.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Penelitian ini memiliki rumusan masalah sebagai berikut:

Bagaimana merancang kampanye sosial tidur yang baik untuk anak, bagi orangtua khususnya ibu yang memiliki anak usia 2-3 tahun di daerah perkotaan khususnya Jakarta ?

## **1.3. Batasan Masalah**

Penelitian ini memiliki batasan masalah :

1. Kampanye sosial yang bertemakan tidur yang baik untuk anak, memiliki target utama:

Demografi: Wanita sudah menikah, usia: 20-30 tahun

Psikografi: Aktif, suka mengetahui hal baru

Geografi: Masyarakat Perkotaan khususnya Jakarta.

Seorang ibu yang baru usia 20-30 dan baru memiliki anak, memerlukan banyak informasi positif dan penting untuk perkembangan anak mereka.

Tidur yang baik harus diperhatikan sejak dini, terutama pada saat usia 2-3 tahun (Sharp,2009, hal.206). Ibu yang baru memiliki anak diusia 2-3 tahun, berkisar dari usia 20-30 tahun, berdasarkan minimal usia pernikahan untuk

perempuan yakni 16 tahun dan rata-rata usia menikah 23 tahun (datastatistik-indonesia, diakses tanggal 7 september 2013).

2. Media desain untuk kampanye pada umumnya adalah poster, advertising seperti majalah, tv, radio, surat kabar, internet, penawaran spesial, sampai selebaran (Safanayong, 2006, hal.72). Media desain yang dibuat difokuskan kepada desain poster dan buku. Buku berisi tentang informasi tidur yang baik untuk anak sehingga bisa diterapkan oleh ibu-ibu di rumah masing-masing. Poster berisi ajakan kepada target agar mau mengambil buku yang akan dibagikan. Media ini dipilih berdasarkan pengamatan penulis terhadap pola kegiatan sehari-hari seorang ibu yang berusia 20-30 tahun.

#### **1.4. Tujuan Tugas Akhir**

Perancangan ini bertujuan untuk :

Memberikan informasi untuk menyadarkan orangtua khususnya ibu tentang tidur yang baik untuk anak dan dilakukan tindakan tersebut.

#### **1.5. Manfaat Tugas Akhir**

Manfaat dari perancangan ini:

1. Ibu menjadi lebih peduli tentang tidur yang baik untuk anak, sehingga anak-anak mendapat tidur yang baik sehingga mendapat manfaat positif dari tidur yang baik dan mencegah dampak negatif dari tidur yang tidak baik.

2. Membantu instansi atau lembaga terkait seperti KPAI dan Departemen kesehatan, dalam mengkampanyekan tidur yang baik untuk anak.

### **1.6. Metode Penelitian**

Pembuatan laporan Tugas Akhir bertemakan kampanye sosial tidur yang baik untuk anak membutuhkan riset. Riset ini diperlukan sehingga kampanye sosial ini dapat disampaikan secara tepat. Riset ini akan dilakukan melalui beberapa metode penelitian. Metode penelitian diperlukan untuk dapat mengetahui masalah yang terjadi dan menemukan solusi untuk permasalahan tersebut. :

1. Survei

Survei awal dilakukan dengan sampling di wilayah tertentu yang merupakan fokus kampanye sosial ini. Selanjutnya metode survei dilakukan jajak pendapat dengan kuisioner dengan penyebarannya melalui jejaring sosial, perumahan, maupun di sekolah. Metode survei yang dilakukan bersifat sampel survei yang meliputi populasi kecil atau tertentu yang variabelnya konkret atau nyata (Ardianto,2010) . Survei diperlukan sebagai informasi umum terkait masalah kualitas tidur untuk anak. Hasil dari survei yang dilakukan diharapkan dapat menjadi acuan yang efektif dalam pembuatan kampanye sosial mengenai tidur yang baik untuk anak.

2. Wawancara

Wawancara diperlukan untuk mendapatkan materi dan mendorong pihak yang diwawancara untuk didiskusikan secara bebas (Ardianto,2010). Wawancara

dilakukan dengan pihak-pihak yang terkait dengan kampanye sosial tidur yang baik untuk anak. Wawancara dilakukan dengan orang yang ahli dibidangnya, seperti dokter dan juga orang yang menjadi target kampanye ini, yaitu ibu.

### 3. Studi Literatur

Studi literatur dilakukan dengan mencari teori-teori dari buku-buku yang berkaitan dengan tugas akhir yang akan dibuat.

### 1.7. Metode Perancangan

Rosady Ruslan dalam buku '*Kiat dan Strategi Kampanye Public Relation*'. menjelaskan proses tahapan yang akan dilakukan untuk merancang kampanye sosial ini sebagai berikut :

1. Melakukan analisis.
2. Menetapkan tujuan yang realistik yang hendak dicapai, untuk jangka panjang dan jangka pendek dari kampanye tersebut.
3. Menentukan target dari kampanye yang akan dilakukan.
4. Menentukan pesan yang ingin disampaikan dalam kampanye
5. Menentukan strategi yang efektif agar berhasil dan tepat sasaran. Rosady Ruslan menjelaskan, menentukan keberhasilan satu kampanye, karena diperlukan program yang terencana, terkoordinasi dengan melibatkan suatu tim kerja, memiliki prinsip, dan termasuk gagasan, kegiatan, alokasi dana, dan taktik pelaksanaan pencapaian tujuan program.
6. Menentukan jangka waktu kampanye

7. Menentukan sumber daya utama dalam kampanye, yaitu sumber daya manusia yang terlibat langsung dalam kampanye, sumber biaya operasional, dan sumber perlengkapan transportasi, dukungan peralatan teknis dan pemanfaatan media komunikasi. (2008, hal.98-105)

Untuk menunjang proses perancangan kampanye sosial tidur yang baik untuk anak, penulis melakukan:

1. Riset awal

Melakukan tinjauan umum tentang kualitas tidur yang baik dari berbagai sumber, seperti situs berita, situs majalah, dan dari buku terkait. Melakukan survei awal dengan sampel di suatu daerah perumahan, untuk mengetahui jumlah orang tua mengenai pemahamannya tentang kualitas tidur yang baik untuk anak. Melakukan diskusi dengan dokter.

2. Mencari penggagas kampanye sosial

Mencari dan menentukan penggagas yang terkait dengan kampanye sosial ini, seperti KPAI yang peduli dengan perkembangan anak.

3. Ide desain

Merancang ide dasar untuk kampanye yang bertemakan tidur yang baik untuk anak, ditinjau berdasarkan riset awal yang sudah dilakukan sehingga ide yang dibuat sesuai dengan kebutuhan yang ada.



#### 4. Perancangan desain kampanye sosial

Membuat desain yang sesuai dengan kebutuhan kampanye sosial tidur yang baik untuk anak, yang dibuat berdasarkan data dan fakta dari riset lanjutan. Mulai dari *brainstorming*, membuat sketsa, pemilihan warna, pembuat bentuk-bentuk desain, mengatur *layout* hingga dihasilkan visualisasi yang sesuai. Desain yang dibuat akan memperhatikan prinsip-prinsip desain seperti keselarasan, proporsi, keseimbangan, serta penekanan, yang menarik bagi ibu-ibu yang merupakan target dari kampanye sosial.



UMN

## 1.8. Skematika Perancangan

Tabel 1.1 Skematika perancangan

