

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Perkembangan zaman membuat penggunaan teknologi digital tidak dapat dihindari. Pada abad 21, hampir seluruh aktifitas baik pekerjaan maupun hiburan selalu terhubung dengan penggunaan gadget (Chronic Conditions Team, 2015). Perkembangan teknologi digital juga dirasakan di Indonesia, hal ini ditunjukkan melalui data Badan Pusat Statistik (2020) melalui indeks pembangunan teknologi informasi dan komunikasi (IP-TIK) yang menunjukkan angka pertumbuhan dari skala 5,32 pada tahun 2019 menjadi 5,59 pada tahun 2020.

Perkembangan TIK tidak hanya membawa dampak positif, tetapi juga dampak negatif (Bakti Kominfo, 2015). Pada era yang serba digital, penggunaan gadget berlebihan yang diiringi dengan postur tubuh yang salah, dapat menyebabkan kerusakan pada struktur leher atau biasa disebut dengan *text neck syndrome* (Chronic Conditions Team, 2015). *Text neck syndrome* adalah cedera stres yang berulang akibat posisi membungkuk atau menekuk pada daerah *cervical* yang terlalu lama saat melihat *smartphone*, komputer atau perangkat elektronik lainnya (Al-Gharabawi, 2017).

Sering kali dewasa muda tidak sadar bahwa mereka sedang melakukan tindakan menekuk leher yang dapat menyebabkan kerusakan jangka panjang yang serius bagi tubuh mereka (Fares, et al, 2015). Kebiasaan ini mengakibatkan otot terus mengalami kontraksi karena harus menahan beban tubuh (Priantara, et al, 2019). Kurangnya kesadaran akan kebiasaan ini disebabkan oleh efek jangka pendek *text neck syndrome* yang tidak begitu terlihat. Namun, efek jangka panjang dari sindrom ini dapat mengakibatkan dampak serius yang dapat mempengaruhi kualitas hidup seseorang (Fares, et al, 2015).

Global Burden of Disease melalui website WHO (2021) menyatakan bahwa terdapat 1,71 milyar orang yang memiliki musculoskeletal disorders. *Neck*

*pain* menempati posisi keempat sebagai salah satu kontributor *musculoskeletal disorders* dengan jumlah 222 milyar orang di dunia. Beberapa studi epidemiologi menunjukkan adanya prevalensi gejala MSDs berupa *neck pain* pada pengguna komputer dan *smartphone* (Lee, et al, 2017). Studi yang dilakukan oleh Dampati, et al di Indonesia (2020) juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *neck pain* yang diakibatkan oleh fleksi leher akibat posisi yang tidak ergonomis dalam penggunaan gadget yang semakin meningkat di masa *work from home* akibat adanya pandemi covid-19.

Dalam menghadapi *text neck syndrome*, pencegahan adalah cara terbaik untuk mengurangi dampak buruk yang dapat diakibatkan (Kamalakanan, et al, 2020). Masyarakat perlu sadar akan pola kebiasaan dan gaya hidup agar dapat mengurangi risiko *text neck syndrome* dan segala komplikasi yang disebabkan oleh kebiasaan postur yang salah. Bila kesadaran akan hal ini tidak segera diperhatikan, *text neck syndrome* dapat menyebabkan komplikasi lebih lanjut pada kesehatan organ tubuh seperti mata, paru-paru, dan jantung (Chonic Condition Team, 2015) serta sisi psikologis dari penderita (Fares, et al, 2015).

Kurangnya kesadaran dalam mencegah dan mengurangi risiko terkena *text neck syndrome* harus segera diubah. Upaya meningkatkan *awareness* pada permasalahan ini, dapat diselesaikan melalui persuasi melalui perancangan sebuah desain kampanye sosial. Kampanye dibuat untuk menciptakan kesadaran, untuk mencapai perubahan sikap menuju kondisi yang diinginkan (Venus A, 2018). Berdasarkan uraian diatas, penulis merancang kampanye sosial pencegahan *text neck syndrome* pada Usia 20-29 Tahun di DKI Jakarta.

## 1.2 Rumusan Masalah

Kebiasaan postur yang buruk saat menggunakan gadget berisiko terkena *text neck syndrome*. Kurangnya kesadaran masyarakat perlu ditingkatkan melalui persuasi yang dibangun melalui sebuah desain kampanye. Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka pertanyaan penelitian pada perancangan ini adalah bagaimana merancang kampanye sosial pencegahan *text neck syndrome* pada dewasa produktif berusia 20-29 tahun di DKI Jakarta?

## 1.3 Batasan Masalah

Kampanye yang dirancang penulis adalah kampanye sosial pencegahan *text neck syndrome* dengan segmentasi sebagai berikut :

### 1. Demografis

A. Jenis kelamin : Perempuan dan laki-laki.

B. Usia : Usia 20-29 tahun

Berdasarkan survei Kominfo mengenai pengguna TIK pada tahun 2017, usia ini merupakan usia pengguna *smartphone* (75,95%) dan laptop tertinggi (27,59%). Hal ini disebabkan karena usia 20-29 tahun merupakan usia produktif dengan tingkat pendidikan setingkat universitas dan pekerja produktif yang menggunakan perangkat TIK dalam durasi yang panjang, sehingga usia ini rentan terkena *text neck syndrome*.

C. Pendidikan : Minimal SMA/Sederajat.

D. Pekerjaan : Mahasiswa, karyawan, *freelancer*, wiraswasta.

Berdasarkan Kominfo (n.d) , aktifitas di era industri 4.0 cenderung memanfaatkan teknologi gadget

seperti laptop, komputer maupun *smartphone* dalam melakukan aktifitas keseharian.

E. SES : A3-B

Menurut data Badan Pusat Statistik Indonesia (2020) , rata-rata upah/ gaji bersih sebulan pekerja formal bidang industri di Jakarta adalah Rp 4.224.720. Berdasarkan rata-rata upah tersebut, penulis memilih pengelompokan SES A3 dengan rentang pendapatan Rp 4.250.000 – Rp 7.000.000 (PERPI, 2017) dan B dengan rentang pendapatan Rp.2.800.000-Rp.4.250.000.

## 2. Geografis

Jakarta. (Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Indonesia mengenai indeks pembangunan teknologi informasi dan komunikasi (IP-TIK) di tahun 2020, DKI Jakarta merupakan provinsi dengan IP-TIK tertinggi di Indonesia dengan angka 7,46 dari skala indeks 1-10). Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) pada bulan Maret 2019 menunjukkan sebanyak 84,32% dari 11.063.324 warga DKI Jakarta telah menggunakan telepon genggam atau komputer.

## 3. Psikografis

Perancangan tugas akhir ini memiliki target audiens dengan batasan sebagai psikografis dalam segmentasi *the climber* sebagai berikut:

- a. Gaya hidup : Sering menggunakan gadget (komputer, laptop, *smartphone*, dll) sebagai sarana yang mendukung mobilitas aktifitas dan pekerjaan mereka)
- b. Kecenderungan : Selalu mengupayakan peningkatan taraf hidup, baik dari sisi ekonomi, dan kesehatan.

c. Kepribadian : Pekerja keras yang mementingkan perjalanan dan kesuksesan karir.

Menurut Yuswohadi (n.d), terdapat 8 sosok kelas menengah di Indonesia. Pada perancangan ini sosok *the climber* adalah target audiens yang dituju. Sosok *the climber* adalah para pekerja yang sedang berusaha meniti karir untuk menaikan taraf hidup kearah yang lebih baik. Seseorang yang memiliki sedikit waktu luang karena sibuk untuk bekerja.

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

Tujuan perancangan tugas akhir ini adalah merancang media kampanye sosial untuk meningkatkan kesadaran dewasa usia 20-29 tahun di Kota Jakarta dalam mencegah terjadinya *text neck syndrome*.

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

##### 1. Bagi penulis

Untuk menerapkan ilmu-ilmu yang sudah didapat saat kuliah di Universitas Multimedia Nusantara melalui perancangan sebuah kampanye sosial tentang pencegahan *text neck syndrome*.

##### 2. Bagi Masyarakat

Agar semakin sadar akan bahayanya *text neck syndrome* dan meningkatkan kesadaran masyarakat untuk mencegah *text neck syndrome* di Jakarta sehingga tidak terjadi dampak jangka pendek maupun jangka panjang dari *text neck syndrome*.

##### 3. Bagi Universitas

Sebagai acuan atau referensi untuk mahasiswa/i Universitas Multimedia Nusantara yang akan mengambil topik tugas akhir tentang kampanye sosial suatu saat nanti.