

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Makanan instan atau makanan cepat saji merupakan makanan yang kerap dicari karena kepraktisannya bagi konsumen yang tidak memiliki banyak waktu luang. Di masa sekarang, makanan instan menjadi populer karena praktis, cepat, murah, dan enak (Tiofani et al., 2021). Salah satu makanan cepat saji yang populer di Indonesia adalah mie instan. Hal tersebut ditunjukkan dengan munculnya Warmindo (*Warung Makan Indomie*) di berbagai wilayah di Indonesia. Konsep dari tempat makan tersebut adalah menyajikan berbagai varian Indomie sesuai dengan makanan kekinian di Indonesia. Selain itu, Warmindo juga digemari anak muda karena tempatnya dibuat nyaman untuk nongkrong dan bekerja. Berdasarkan data dari Nikkei Asia, penjualan makanan instan, khususnya mie instan sedang meningkat secara global, dimana Indonesia menempati peringkat *runner up* setelah China dan Hong Kong (Masuda, 2020).

*World Instant Noodle Association* (WINA) menjadi salah satu organisasi dunia yang memiliki tujuan meningkatkan kualitas mie instan, di mana anggotanya berupa produsen mie instan di seluruh dunia. WINA menjadi sumber informasi mengenai data industri, peningkatan kualitas dan keamanan mie instan. Sejalan dengan tujuan organisasi, WINA juga melakukan penelitian terhadap pencegahan kontaminasi produk, alergi makanan, zat karsinogen dan lain-lain (Safira, 2015). Salah satu data industri menurut WINA menunjukkan bahwa konsumsi mie instan di Indonesia adalah nomor dua di dunia setelah China dan Hongkong. Pada tahun 2022 konsumsi mie instan di Indonesia mencapai 14,26 miliar porsi. (Rizaty, 2022). Adanya peningkatan tersebut dimulai sejak masa pandemi, dimana masyarakat menyediakan banyak stok makanan di rumah dan mie instan menjadi salah satu makanan yang mudah didapatkan.

Pada survei yang dilakukan Jakpat pada tahun 2022 untuk mengetahui intensitas konsumsi mie instan per minggunya, sebanyak 64% responden mengonsumsi mie instan sebanyak dua kali atau lebih dalam seminggu, sementara itu 32% responden menjawab mengonsumsi mie instan 2-3 kali sebulan dan 4% menjawab hanya mengonsumsi satu kali dalam sebulan (Hasya, 2022). Survei tersebut menunjukkan bahwa konsumsi mie instan di Indonesia masih tinggi walaupun terdapat anjuran dari seorang ahli gizi untuk mengonsumsi makanan cepat saji satu kali seminggu agar tetap sehat (Lestari, 2023).

Data di atas menunjukkan bahwa masyarakat Indonesia sangat sering mengonsumsi mie instan walaupun dampaknya buruk bagi kesehatan. Hal ini disebabkan oleh tingginya kalori yang terkandung pada makanan instan. Bahan yang terkandung pada makanan cepat saji antara lain gula, garam, lemak jenuh, dan juga asam lemak trans. Kandungan tersebut dapat memicu masalah kesehatan seperti obesitas, hipertensi, penyakit jantung, dan diabetes. Selain melalui kandungan makanan instan, kebiasaan pola makan juga dapat menjadi salah satu faktor munculnya masalah kesehatan, seperti penyakit jantung yang dapat berisiko buruk jangka panjang (Saparina, 2019).

Sejalan dengan informasi di atas, terdapat penelitian yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja sudah memiliki pengetahuan yang cukup tentang dampak makanan instan tersebut, namun mereka masih sering mengkonsumsinya karena makanan instan menjadi satu-satunya alternatif makanan di lingkungan mereka (Anshari, 2019). Selain hal tersebut, Pamela (2018) juga menyatakan bahwa faktor eksternal seperti teman, gaya hidup hedonisme, dan lingkungan sekitar mempengaruhi tingkat konsumsi makanan cepat saji di kalangan remaja, dimana mereka masih bersikap tidak acuh pada kesehatan.

Dengan dampak kesehatan yang ada, terdapat beberapa cara agar tidak konsumsi mie instan berlebih. Beberapa caranya antara lain dengan mengurangi intensitas konsumsinya, merubah atau mengurangi bumbu penyedap yang ada pada kemasan, menambahkan sumber serat dan protein, tidak menyimpan stok mie instan, serta menentukan menu sehari-hari dengan menyiapkan bahan makanannya.

Dengan memasak sendiri, maka kita akan lebih sadar dengan kalori yang masuk ke dalam tubuh (Nutrients, 2017).

Sementara itu berdasarkan observasi, ditemukan permasalahan pada sisi desain berupa informasi mengenai dampak dan cara membatasi konsumsi mie instan yang sudah eksisiting saat ini adalah dalam bentuk teks yang berupa artikel berita dan jurnal. Terdapat juga informasi yang ditampilkan dalam bentuk video singkat yang menampilkan wawancara dengan dokter gizi yang menjelaskan dampak berbahaya dari konsumsi mie instan yang berlebihan.

Dengan banyaknya dampak jangka panjang bagi kesehatan, masih banyak masyarakat Indonesia yang tidak acuh dengan bahaya dari mie instan. Hal tersebut dibuktikan oleh hasil survei yang menunjukkan seberapa sering masyarakat di usia dewasa muda mengonsumsi mie instan (Kompas, 2018). Oleh karena itu, sebagai solusi di bidang desain yang didasari tiga pilar desain komunikasi visual, penulis ingin mempersuasi dan menginformasikan cara menjaga konsumsi mie instan agar tidak berlebih dengan kampanye yang diharapkan mampu meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai bahaya dari konsumsi mie instan berlebih.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, rumusan masalah yang disusun adalah sebagai berikut :

1. Mie instan memiliki dampak kesehatan jangka panjang saat dikonsumsi berlebih.
2. Usia dewasa muda menempati presentase paling tinggi sebagai konsumen mie instan di Jabodetabek.
3. Media eksisting yang membahas mengenai dampak dan cara mengurangi konsumsi berupa teks dan video yang sifatnya ilmiah, sehingga dibutuhkan kampanye yang bersifat persuasif dan mengajak dewasa muda untuk mengurangi dan konsumsi mie instan dengan lebih bijak agar dampak kesehatannya minimal.

Berdasarkan rumusan masalah, pertanyaan penelitian desain yang dapat diajukan adalah sebagai berikut:

Bagaimana perancangan kampanye yang bersifat persuasif dan mampu meningkatkan kesadaran dewasa muda mengenai bahaya konsumsi mie instan berlebih dan cara mengurangi dampak kesehatannya dengan gaya hidup sehat?

### 1.3 Batasan Masalah

Ruang lingkup batasan masalah pada proposal ini akan dibatasi pada :

#### 1.3.1 Demografis

a.) Usia : 18 – 25 tahun

Data dari Kompas bahwa tiga *range* usia yang presentase konsumsi mie instan nya sebanyak 1-6 kali seminggu adalah usia 10-14 tahun (68,3%), usia 15-19 tahun (67,6%) dan usia 20-24 tahun (64,8%).

b.) Jenis Kelamin : Pria dan wanita

c.) Tingkat Ekonomi : Ses B

d.) Tingkat Pendidikan : SMA/Sarjana

e.) Pekerjaan : Pelajar , Mahasiswa

#### 1.3.2 Geografis

Lingkup Perancangan kampanye tersebut adalah di wilayah Jabodetabek, khususnya Jakarta dan Tangerang.

Provinsi : DKI Jakarta, Banten

Kabupaten/ Kota : Jakarta, Tangerang

#### 1.3.3 Psikografis

Perancangan kampanye berikut ditujukan pada remaja dan dewasa muda yang sibuk dan memiliki gaya hidup gemar membeli dan mengonsumsi mie instan, serta memiliki sedikit waktu untuk makan karena kesibukannya. Maka dari itu, mereka cenderung mengonsumsi makanan siap saji, salah satunya mie instan.

### 1.3.4 Perilaku

Perilaku target audiens adalah mereka yang mengonsumsi mie instan dengan alasan kebutuhan akan efisiensi waktu, dimana mie instan dapat dimasak dalam waktu yang singkat. Selain itu, karena kepraktisannya, mie instan juga kerap dijadikan makanan untuk korban bencana alam. (Harsanto, 2009). Selain itu, alasan lainnya konsumsi mie instan adalah karena rasanya yang enak, banyaknya varian rasa, dan kemudahan dalam memperoleh mie instan tersebut (Efrizal, 2020).

### 1.4 Tujuan Tugas Akhir

Tugas akhir ini memiliki tujuan merancang sebuah kampanye yang diharapkan dapat mengajak remaja hingga dewasa muda Indonesia untuk mulai membatasi konsumsi mie instan dengan gaya hidup sehat untuk mengurangi dampak kesehatannya.

### 1.5 Manfaat Tugas Akhir

Bagian ini berisikan manfaat tugas akhir bagi :

#### 1. Bagi Penulis

Manfaat penulisan tugas akhir bagi penulis adalah untuk menganalisis isu sosial yang ada di Indonesia dengan masalah desainnya untuk memberikan sebuah solusi berupa desain. Penulis juga dapat mengembangkan dan mempraktekkan *skills* di bidang desain grafis pada perancangan solusi desain yang akan dibuat.

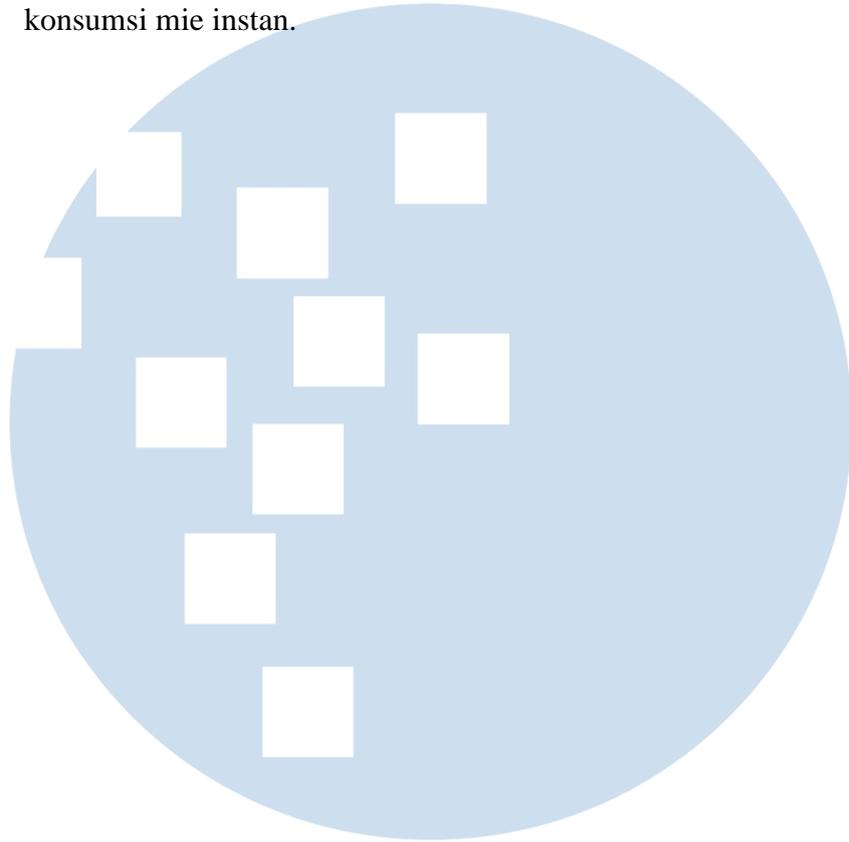
#### 2. Bagi Universitas

Bagi universitas, penulisan tugas akhir penulis diharapkan dapat menjadi referensi untuk mahasiswa yang akan membuat tugas akhir dengan media dan topik yang serupa

#### 3. Bagi Orang Lain

Perancangan desain penulis diharapkan dapat menjadi solusi bagi masyarakat yang belum mengetahui dampak konsumsi mie instan terlalu

sering, tidak *aware* pada kandungan mie instan, serta ingin membatasi konsumsi mie instan.



# UMMN

UNIVERSITAS  
MULTIMEDIA  
NUSANTARA