

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Makanan pedas merupakan salah satu ciri khas kuliner yang populer di Indonesia. Hidangan tradisional Nusantara dapat ditemui menggunakan cabai sebagai bahan utamanya yang digemari oleh banyak orang karena memberikan cita rasa pedas. Pengonsumsian makanan pedas menjadi budaya makan sehari-hari tak terkecuali juga dengan anak muda yang menikmati sensasi pedas dalam makanan seperti sambal hingga camilan (Ariyanti, 2023, h. 83). Berdasarkan data BPS (2023), rata-rata konsumsi sambal per minggu di wilayah Jabodetabek tercatat mencapai 0,737 per komoditas, angka ini lebih tinggi dibandingkan dengan wilayah-wilayah lain di Pulau Jawa. Dalam makanan pedas terdapat bahan bioaktif capsaicin yang berasal dari cabai yang memberikan sensasi terbakar pada mulut dan perut serta efek ketagihan yang dapat memicu konsumsi secara berlebihan (Suseno dalam Pramesti, 2023, h. 2). Meskipun makanan pedas memberikan cita rasa yang khas dan nikmat, namun jika dikonsumsi secara terus menerus lebih dari satu kali dalam seminggu selama enam bulan dapat merangsang peningkatan sekresi asam lambung yang dapat menimbulkan sindrom dispepsia (Wijaya dkk, 2020, h. 59). Sindrom dispepsia memiliki arti pencernaan yang buruk yang berasal dari bahasa Yunani dengan gejala-gejala yang terjadi adalah nyeri atau ketidaknyamanan di lambung, mual, muntah, kembung, cepat kenyang, perut terasa penuh, serta sering bersendawa (Zakiyah dkk, 2021, h. 979).

Prevalensi kejadian dispepsia di Indonesia cukup tinggi, yang menjadikan dispepsia salah satu dari sepuluh besar penyakit tidak menular dengan tingkat kejadian sebesar 40-50% (Putri dkk, 2022, h. 37). Pada tahun 2023, terdapat 556 kasus dispepsia yang terjadi di Jakarta (Dinkes DKI Jakarta, 2024). Remaja yang berusia 15-19 tahun menjadi kelompok yang rentan terkena dispepsia karena

pola makan yang tidak teratur serta minimnya perhatian terhadap rekuensi konsumsi makanan pedas yang dapat memicu dispepsia (Djojoningrat, dalam Sari dkk, 2021, h. 432; Puteri & Yuristin, 2023). Data laporan bulanan PKPR di Puskesmas Kecamatan Palmerah menunjukkan bahwa terdapat 589 remaja sebagai pasien dispepsia pada bulan Januari-Oktober 2020, dengan prevalensi pasien laki-laki adalah 45,8%, sedangkan pasien perempuan terdapat 54,2%, dari data tersebut, sebesar 83% mengalami dispepsia dikarenakan mengonsumsi makanan pedas (Sari dkk, 2021, h. 437).

Penderita sindrom dispepsia dapat menurunkan tingkat health-related quality of life karena dapat mengganggu produktivitas sehari-hari (Suzanni, 2020, h. 120). Pada remaja, dispepsia dapat menghambat aktivitas belajarnya karena nyeri pada ulu hati atau mual, yang berdampak pada penurunan prestasi akademik (Putri & Widyatuti, 2019, h. 205). Dispepsia yang dibiarkan terus menerus dapat merusak ulkus lambung yang dapat mengakibatkan kematian (Nento, dalam Anindita, 2023, h. 2). Pencegahan sindrom dispepsia dapat dilakukan dengan cara membatasi konsumsi makanan yang iritatif, salah satunya adalah makanan pedas yang digemari oleh remaja (Nasution, 2023).

Gerakan preventif dispepsia dapat dilakukan dengan mengurangi frekuensi makanan pedas, dengan cara dilakukan melalui kampanye sosial. Menurut Matusitz, (2022, h. 12) kampanye sosial adalah upaya untuk mempersuasi perilaku yang lebih baik bagi kesejahteraan individu atau kelompok. Kampanye media sosial dapat memberikan dampak yang signifikan dalam perubahan perilaku kesehatan dan memfasilitasi promosi kesehatan dengan lebih efektif (Ghahramani dkk, 2022, h. 2). Akan tetapi, media yang tersedia saat ini hanya tersedia sebatas memberikan informasi tentang penyebab dispepsia tanpa pendekatan yang persuasif, sehingga kurang efektif dalam mendorong perubahan perilaku pada remaja. Sebagai solusi atas permasalahan ini, diperlukan adanya kampanye yang mempersuasi mengurangi konsumsi makanan pedas pada remaja untuk mencegah dispepsia.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan latar belakang diatas, terdapat masalah yang ditemukan, yaitu:

1. Masih terdapat remaja yang tidak mengubah frekuensi konsumsi makanan pedas yang dapat memicu sindrom dispepsia, berdampak menghambat produktivitas, dan membahayakan kesehatan jangka panjang.
2. Keterbatasan media persuasi yang berfokus dalam mengubah perilaku mengonsumsi makanan pedas yang berlebihan, sehingga tingkat dispepsia pada remaja tinggi.

Sehingga penulis menentukan rumusan masalah sebagai berikut:
Bagaimana perancangan kampanye mengurangi konsumsi makanan pedas untuk mencegah penyakit dispepsia?

1.3 Batasan Masalah

Sasaran utama kampanye ini adalah remaja berusia 15-19 tahun, menyukai makanan pedas yang berasal dari kelompok sosial ekonomi (SES) B, dan berdomisili di Jabodetabek. Ruang lingkup perancangan akan berfokus pada informasi dan dampak jangka panjang mengenai dispepsia, serta memperuasi remaja untuk mengurangi konsumsi makanan pedas dan memberikan alternatif yang lebih sehat untuk mengubah perilaku mereka.

1.4 Tujuan Tugas Akhir

Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan, tujuan yang ingin dicapai dalam adalah membuat perancangan kampanye dengan topik mengurangi makanan pedas untuk mencegah dispepsia.

1.5 Manfaat Tugas Akhir

Manfaat perancangan tugas akhir memiliki dua peran, yaitu sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis:

Manfaat penelitian ini adalah sebagai upaya meningkatkan pemahaman akan penyakit dispepsia yang disebabkan oleh konsumsi makanan pedas berlebihan. Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dalam bidang Desain Komunikasi Visual dan menjadi referensi bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang berfokus pada pengembangan media kampanye.

2. Manfaat Praktis:

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi bagi penelitian selanjutnya dalam bidang perancangan media kampanye terkait konsumsi makanan pedas yang dapat memicu penyakit dispepsia. Perancangan ini juga dijadikan sebagai dokumen arsip universitas mengenai perancangan Tugas Akhir.

