

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Di Indonesia, standar kecantikan yang ditampilkan di media sosial telah berkembang pesat dan mempengaruhi persepsi remaja terhadap bentuk tubuh yang ideal. Lancia et al. (2023) menjelaskan bahwa standar kecantikan khususnya pada perempuan kerap didasarkan pada tubuh ideal yang langsing, di mana remaja dianggap menarik apabila memiliki tubuh yang ramping. Seiring dengan berkembang pesatnya standar kecantikan yang ditampilkan di media sosial, para remaja semakin terdorong untuk mencapai bentuk tubuh ramping yang dianggap sebagai simbol kecantikan. Tekanan ini kerap kali membuat mereka mengambil tindakan yang berisiko seperti diet ekstrim dalam upaya mencapai bentuk tubuh ideal tersebut. Menurut Attia dan Walsh (2025), *Anorexia Nervosa* merupakan gangguan makan yang ditandai oleh keinginan untuk menjadi sangat kurus, ketakutan ekstrim terhadap obesitas, serta distorsi terhadap citra tubuh. Penderitanya cenderung membatasi asupan makanan jauh di bawah kebutuhan tubuhnya, sehingga berat badan mereka menjadi sangat rendah.

Remaja cukup rentan terhadap pengaruh media sosial karena sedang berada dalam tahap pencarian jati diri dan pembentukan citra tubuh. Tingginya intensitas penggunaan media sosial dapat memengaruhi cara remaja menilai diri mereka sendiri, yang berujung pada ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dan meningkatnya risiko munculnya perilaku makan menyimpang yang menyebabkan penyakit *Anorexia Nervosa* (Firdawiyanti et al., 2023). Penelitian di Indonesia, Jakarta menunjukkan 37,3% remaja memiliki kecenderungan perilaku makan menyimpang, dengan 11,6% di antaranya mengalami *Anorexia Nervosa*, dan penelitian yang dilakukan Rahmayanti (2021) pada siswi SMAN 70 Jakarta Selatan juga mengungkapkan bahwa lebih dari 80% responden mengalami gangguan makan. Secara global, prevalensi seumur hidup *Anorexia Nervosa* diperkirakan

mencapai hingga 4% pada perempuan dan 0,3% pada laki-laki, dengan risiko kematian lima kali lipat atau lebih dibandingkan dengan populasi umum (Smink et al., 2021). Data ini menunjukkan bahwa gangguan makan merupakan masalah serius yang berdampak pada kesehatan fisik dan mental remaja, seperti kerusakan fungsi tubuh dan jiwa penderita gangguan makan yang menyebabkan penyakit *Anorexia Nervosa*.

Upaya untuk mengedukasi tentang gangguan makan yang menyebabkan penyakit *Anorexia Nervosa* sudah pernah dilakukan melalui berbagai media informasi, baik dari pemerintah maupun lembaga kesehatan seperti Kementerian Kesehatan. Pemilihan jenis media informasi yang tepat sangat berpengaruh terhadap efektivitas edukasi kesehatan, terutama pada kelompok remaja. Beberapa isu kesehatan tidak dapat disampaikan secara optimal hanya melalui media sederhana, seperti poster atau *flyer*, karena membutuhkan penyampaian yang lebih sesuai dengan karakteristik remaja. Oleh karena itu, media informasi tentang kesehatan harus dirancang dengan mempertimbangkan kebutuhan dan minat remaja agar pesan edukasinya dapat diterima dan dipahami (Sahli, 2021).

Dengan merancang media informasi mengenai gangguan makan yang menyebabkan penyakit *Anorexia Nervosa*, diharapkan pengetahuan remaja tentang bahaya gangguan makan ini dapat meningkat. Menurut Hervianna Artha (2022), media informasi bergambar efektif bagi generasi muda karena visualnya dapat meningkatkan pemahaman dan meningkatkan minat baca. Tyas et al. (2024) juga menunjukkan bahwa remaja memiliki minat baca tinggi terhadap komik digital seperti *Webtoon* karena kemudahan akses, hiburan, dan popularitasnya di media sosial. Perubahan psikologis pada masa remaja juga membuat mereka lebih responsif terhadap media visual yang bertema kedewasaan dan kepopuleran. Maka dari itu, penulis mengajukan untuk merancang komik digital yang mengangkat isu *Anorexia Nervosa*, karena pendekatan *storytelling* dalam komik digital memungkinkan penyampaian *Anorexia Nervosa* secara introduktif melalui visual dan narasinya, yang diharapkan dapat meningkatkan pemahaman remaja tentang bahaya gangguan makan serta menginspirasi penerapan gaya hidup sehat.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijabarkan sebelumnya, berikut ini masalah yang ditemukan oleh penulis, yakni:

1. Standar kecantikan yang berkembang di media sosial mendorong para remaja, terutama remaja perempuan yang terpengaruh untuk mencapai tubuh ramping sebagai simbol kecantikan dengan melakukan tindakan berisiko seperti diet ekstrim yang menyebabkan gangguan makan yang memicu penyakit *Anorexia Nervosa*.
2. Media informasi tentang edukasi mengenai bahaya gangguan makan yang menyebabkan penyakit *Anorexia Nervosa* masih kurang meluas dan menarik bagi remaja.

Oleh karena itu, penulis memutuskan rumusan masalah sebagai berikut:

Bagaimana perancangan komik digital sebagai media informasi untuk meningkatkan kesadaran remaja mengenai bahaya gangguan makan yang menyebabkan penyakit *Anorexia Nervosa*.

1.3 Batasan Masalah

Perancangan ini ditujukan kepada remaja berusia 18-22 tahun di Jabodetabek yang rentan terpengaruh terhadap pengaruh standar kecantikan di media sosial dan risiko diet ekstrim yang dapat memicu gangguan makan, khususnya penyakit *Anorexia Nervosa*. Ruang lingkup perancangan akan dibatasi pada pembuatan komik digital sebagai media informasi yang menarik dan edukatif. Komik ini akan berfokus pada penyampaian bahaya gangguan makan, dampak penyakit *Anorexia Nervosa*, dengan pendekatan alur cerita dan karakter yang bersifat *relatable* bagi kehidupan remaja.

1.4 Tujuan Tugas Akhir

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dibuat, tujuan penulis adalah untuk membuat komik digital sebagai media informasi untuk meningkatkan kesadaran remaja usia 18-22 tahun mengenai bahaya penyakit *Anorexia Nervosa*.

1.5 Manfaat Tugas Akhir

Tugas Akhir ini memiliki manfaat teoritis dan praktis, contohnya :

1. Manfaat Teoritis :

Perancangan ini diharapkan dapat memperluas pandangan dan wawasan dalam bidang Desain Komunikasi Visual, dengan komik digital sebagai media informasi yang mengedukasi bahaya gangguan makan yang menyebabkan penyakit *Anorexia Nervosa* bagi remaja. Selain itu, perancangan ini juga dapat menjadi referensi bagi perkembangan media visual yang efektif dalam menyampaikan pesan kesehatan dengan pendekatan yang *relatable* bagi target audiens.

2. Manfaat Praktis:

Perancangan komik digital ini memberikan manfaat praktis bagi berbagai pihak. Bagi remaja, media ini diharapkan dapat membantu mereka memahami dampak negatif dari gangguan makan, khususnya yang menyebabkan penyakit *Anorexia Nervosa*, melalui pendekatan visual yang menarik dengan alur cerita serta karakter yang *relatable*. Bagi orang tua, komik digital ini dapat menjadi sarana edukatif untuk mengenali ciri-ciri serta risiko gangguan makan pada remaja, sekaligus memberikan pemahaman mengenai cara mendukung anak mereka secara tepat. Sementara itu, bagi masyarakat umum, komik ini berperan dalam meningkatkan kesadaran akan pentingnya edukasi terkait bahaya diet ekstrim dan urgensi pencegahan gangguan makan pada kalangan remaja.