

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kolesterol adalah zat lemak yang terbentuk di hati dan dapat ditemukan dalam makanan yang mengandung lemak. Kolesterol memiliki peran penting dalam produksi hormon seks dan vitamin D, serta kinerja fungsi saraf dan otak. Namun bila kadar kolesterol dalam darah melampaui kadar normal, maka akan menyebabkan kolesterol tinggi yang berbahaya bagi kesehatan. (Farida, 2019). Kolesterol dengan kadar yang tinggi memiliki beberapa gejala yang dapat dirasakan oleh penderitanya. Sayangnya gejala kolesterol, terutama pada remaja, sering kali tidak disadari oleh banyak orang dan terkadang diabaikan. (Lastriyani, 2024, h.13). Kasus kolesterol tinggi umumnya dialami oleh orang dewasa. Namun, saat ini kasus kolesterol tinggi semakin sering terjadi pada remaja. (Safitri, 2023, h.554)

Menurut Laporan Survei Kesehatan Indonesia (2023) yang dirilis oleh Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, tercatat bahwa 17% masyarakat Indonesia berusia 15-24 tahun memiliki kadar kolesterol di atas normal. Selain itu, penelitian yang pernah dilakukan pada siswa di SMA Negeri 15 Jakarta menunjukkan bahwa remaja masih memiliki pemahaman yang rendah terhadap kolesterol. Namun terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan, yaitu dari 43% menjadi 97% setelah dilakukan penyuluhan edukasi mengenai upaya pencegahan kolesterol tinggi pada remaja. (Dirgantara, 2024, h.21)

Salah satu penyebab utama meningkatnya kadar kolesterol pada remaja di Indonesia adalah pola makan yang tidak sehat seperti kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak, yaitu makanan gorengan, bersantan, cepat saji dan olahan daging. Selain itu, remaja juga cenderung mengabaikan dampak buruk mengonsumsi gorengan karena rasanya yang menggugah selera, harga yang terjangkau, serta kemampuannya memberikan rasa kenyang sementara. (Hilma, 2022, h.62). Padahal kadar kolesterol yang tinggi dapat meningkatkan potensi dari

risiko mengidap penyakit tidak menular, seperti penyakit jantung, stroke dan diabetes mellitus. (Yoeantafara, 2017). Oleh karena itu, diperlukan langkah preventif untuk meningkatkan pemahaman dan mencegah terjadinya dampak buruk di masa remaja.

Berdasarkan observasi penulis, informasi mengenai kolesterol masih tersebar di jaringan internet dan umumnya disajikan dalam infografis dengan konten yang tidak khusus, tidak komprehensif dan kontradiktif antar informasinya. Pada konten infografis oleh *sindonews.com* dan *inews.id* tidak dijabarkan jenis udang secara spesifik. Menurut Prasanti (2017), masalah kesehatan dan penyakit sering kali terjadi akibat ketidaktahuan, kurangnya pemahaman dan kesalahan dalam menerima informasi kesehatan yang benar, bukan semata-mata karena kelalaian individu, keluarga atau komunitas. Oleh karena itu, dibutuhkan solusi informasi berupa *website* yang interaktif dalam meningkatkan pemahaman remaja akan pentingnya kadar kolesterol dalam makanan secara lengkap dan komprehensif.

Salah satu solusi yang dapat diterapkan adalah penyebaran informasi melalui media digital interaktif yang mudah diakses oleh remaja. Menurut Griffey (2020), media digital interaktif merupakan sarana dengan teknologi berbasis komputer yang umumnya menggunakan layar, yang memungkinkan interaksi antara pengguna dan perangkat. Salah satu bentuk dari media digital interaktif adalah *mobile website*. Dalam penelitian Prasanti (2017) dikatakan bahwa masyarakat urban cenderung menggunakan situs portal *online* atau *website* sebagai sumber utama media informasi kesehatan. Yuhefizar (2013) (dikutip dalam Rodiana, 2017) juga menyatakan bahwa *website* merupakan kumpulan halaman *web* dalam suatu domain yang berfungsi sebagai media penyedia informasi. Dengan demikian, perancangan media informasi interaktif berbasis digital berupa *mobile website* dapat menjadi upaya efektif dalam meningkatkan pemahaman dan menambah kesadaran remaja terhadap pentingnya kadar kolesterol dalam makanan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan yang telah dijelaskan pada latar belakang, maka masalah yang didapatkan penulis, yaitu:

1. Kasus kolesterol tinggi yang umumnya terjadi pada orang dewasa, semakin sering terjadi pula pada remaja akibat kebiasaan mengonsumsi makanan berlemak tinggi.
2. Informasi terkait kolesterol tersebar di jaringan internet dan umumnya disajikan dalam infografis dengan konten yang tidak khusus, tidak komprehensif dan kontradiktif antar informasinya. Oleh karena itu, dibutuhkan media informasi yang dapat memenuhi dinamika dan perilaku remaja serta mudah dipahami seperti *mobile website*.

Berdasarkan masalah yang didapatkan penulis, maka rumusan masalah yang tepat, yaitu:

Bagaimana perancangan *mobile website* untuk meningkatkan pemahaman kadar kolesterol dalam makanan bagi remaja?

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah yang telah ditentukan, maka masalah akan dibatasi pada objek media informasi yang akan dilakukan melingkupi perancangan *mobile website* sebagai salah satu bentuk media informasi interaktif berbasis digital. Target dalam perancangan ini adalah semua jenis kelamin, remaja usia 15—18 tahun dengan pendidikan minimal SMP, SES A-B, dan berdomisili di DKI Jakarta. Ruang lingkup konten perancangan akan dibatasi pada desain media informasi interaktif berbasis digital mengenai kadar kolesterol dalam makanan, klasifikasi makanan berdasarkan kadar kolesterol dan makanan yang harus dihindari oleh penderita kolesterol tinggi.

1.4 Tujuan Tugas Akhir

Berdasarkan pemaparan yang telah dilakukan pada rumusan masalah, maka tujuan penulis adalah untuk membuat perancangan *mobile website* untuk meningkatkan pemahaman kadar kolesterol dalam makanan bagi remaja.

1.5 Manfaat Tugas Akhir

Manfaat dalam pembuatan tugas akhir ini dibagi menjadi dua bagian, yaitu: manfaat teoretis dan praktis.

1. Manfaat Teoretis:

Tugas akhir ini diharapkan memberikan kontribusi dalam kekayaan pengetahuan dalam bidang desain komunikasi visual, khususnya dalam perancangan media informasi interaktif berbasis digital berupa *mobile website*. Selain itu, diharapkan juga dapat meningkatkan pemahaman terkait kolesterol dan kadar kolesterol dalam makanan.

2. Manfaat Praktis:

Tugas akhir ini diharapkan dapat memberikan wawasan, pemahaman bagi penulis dan diharapkan dapat menjadi referensi akademik bagi para mahasiswa dan peneliti lain serta memberikan kontribusi karya kepada Universitas Multimedia Nusantara. Selain itu, media informasi yang dirancang diharapkan dapat memberikan edukasi kepada remaja mengenai kolesterol dan kandungan kolesterol dalam makanan sehingga remaja dapat membuat pilihan makanan yang lebih baik dalam kehidupan sehari-hari.

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA