

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Kesehatan merupakan suatu hal yang menjadi prioritas utama dalam kehidupan seseorang. Permasalahan yang menjadi salah satu masalah utama di Indonesia adalah masalah kesehatan. Faktor dari masalah kesehatan bisa dimulai dari fasilitas kesehatan hingga perilaku gaya hidup masyarakat yang kurang sehat. Kurangnya perilaku gaya hidup sehat dikarenakan kurangnya informasi dan motivasi seseorang dalam melakukan perilaku tersebut.

Pola hidup yang tidak sehat meningkatkan resiko akan timbulnya penyakit atau gangguan kesehatan pada manusia (Fadli, 2022). Berbagai macam penyakit yang muncul dapat meningkatkan resiko kematian di Indonesia. Peringkat penyakit yang menyebabkan kematian dengan jumlah tertinggi di Indonesia adalah stroke pada posisi pertama, penyakit jantung pada posisi kedua, dan diabetes pada posisi ketiga (IHME, 2019). Pengidap diabetes di Indonesia sendiri berada di peringkat nomor 5 dunia sebagai pengidap terbanyak (Afifah, 2023). Penyakit tersebut dapat terjangkau ke berbagai kalangan masyarakat mulai dari remaja, dewasa, hingga lansia. Kesadaran akan menjalankan pola hidup sehat masih cukup rendah dikalangan masyarakat Indonesia, hal tersebut merupakan salah faktor penyebab tingginya angka kematian yang disebabkan oleh penyakit stroke, serangan jantung, dan diabetes.

Pencegahan bisa dilakukan agar mengurangi angka penyakit-penyakit tersebut. Salah satu cara mencegahnya adalah menerapkan gaya hidup sehat sejak dini. Pola hidup sehat yang dilakukan sejak awal dapat membantu untuk meningkatkan kesehatan tubuh kedepannya. Kalangan remaja akhir sudah seharusnya memiliki kesadaran untuk melakukan pola hidup sehat. Hal ini dapat membantu agar mereka terhindar dari penyakit-penyakit yang akan datang ketika dewasa. Kebiasaan untuk melakukan pola hidup sehat terdiri dari aktivitas fisik

seperti olahraga, kemudian pola makan yang teratur serta istirahat atau tidur yang cukup (Makarim, 2022).

Pemahaman dan kesadaran akan pentingnya hal tersebut harus ditingkatkan di kalangan remaja awal agar bisa menjadi sebuah tindakan preventif. Salah satunya dengan menjaga pola makan serta asupan nutrisi yang baik. Pada saat ini generasi muda sangat gemar mengonsumsi makanan dan minuman kekinian yang manis (Indriani, 2023). Konsumsi makanan dan minuman dengan gula berlebih dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan (Rondonuwu, 2022). Tindakan preventif diperlukan untuk memberikan informasi dan motivasi kepada kalangan remaja akhir dalam menjaga asupan nutrisi.

Pemberian informasi dan motivasi ini dapat dilakukan melalui berbagai cara salah satunya adalah menampilkan cerita inspiratif dari pengalaman nyata seseorang yang dikemas kedalam bentuk video promosi. Video tersebut bertamakan pola hidup sehat kalangan remaja akhir dengan mempromosikan produk “Stetes”. Produk tersebut merupakan pemanis alami yang berasal dari ekstrak daun stevia (*Stevia rebaudiana*). Pemanis alami ini tidak memiliki kandungan akan tetapi memiliki tingkat kemanisan hingga 300 kali lipat dari gula tebu sehingga lebih sehat dikonsumsi (STETES, 2022). Video promosi produk “Stetes” dapat menjadi salah satu cara dalam melakukan perubahan positif terhadap gaya atau pola hidup yang sehat terutama dalam asupan nutrisi yang baik. Pola hidup sehat dapat dimulai dari pola makanan yang baik, istirahat yang cukup serta berolahraga.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Penulis menemukan beberapa permasalahan yang perlu dipecahkan berdasarkan uraian latar belakang, yaitu:

1. Pemahaman masyarakat mengenai hubungan pola hidup terhadap kesehatan tubuh dikemudian hari masih kurang.
2. Kurangnya edukasi dan motivasi masyarakat akan pentingnya melakukan pola hidup sehat melalui pola makan.
3. Informasi mengenai pemanis alami produk “Stetes” masih kurang diketahui oleh kalangan remaja akhir.

### **1.3 Rumusan Masalah**

Penulis merumuskan dua rumusan masalah sebagai dasar penyelesaian masalah, yaitu:

1. Bagaimana membuat perancangan video promosi pola hidup sehat dengan produk “Stetes”?
2. Bagaimana membuat media pendukung untuk perancangan video promosi pola hidup sehat dengan produk “Stetes” ?

### **1.4 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan uraian latar belakang dan penjelasan permasalahan, penulis memiliki tujuan dalam menulis tugas akhir yaitu:

1. Memberikan informasi mengenai produk “Stetes” akan kegunaan serta manfaat yang didapat dari produk tersebut melalui video promosi yang bertemakan pola hidup sehat.
2. Merancang video promosi yang menarik dan mudah dipahami untuk memastikan efektivitas pesan disampaikan dan dapat dicerna dengan baik oleh kalangan remaja akhir.
3. Mendorong gaya hidup sehat sebagai bagian dari kehidupan, bukan hanya sebagai sesuatu yang dilakukan sesaat atau untuk tujuan tertentu.
4. Memotivasi kalangan anak muda agar memulai perubahan positif melalui pola hidup sehat sejak dini agar terhindar dari penyakit-penyakit yang akan datang

### **1.5 Manfaat Penelitian**

Berdasarkan beberapa tujuan penelitian yang sudah diuraikan, penulis menemukan manfaat penelitian berupa meningkatnya masyarakat yang mengenal produk “Stetes” sehingga pengguna produk tersebut dapat memiliki kadar gula yang stabil dan menurunkan resiko terkena penyakit. Manfaat penelitian yang diharapkan lainnya adalah peningkatan kalangan remaja akhir yang menjalankan

pola hidup sehat sehingga tercipta perilaku atau kebiasaan menjaga diri agar terhindar dari berbagai penyakit kedepannya.

## **1.6 Sistematika Penulisan**

Sistematika penulisan yang dirancang untuk memudahkan dalam memberi informasi dalam laporan tugas akhir ini adalah sebagai berikut:

### **a. Bagian Awal Proposal Tugas Akhir**

Bagian ini mencakup beberapa bahasan awal laporan tugas akhir yaitu judul, lembaran-lembaran legalisasi laporan tugas akhir, kata pengantar, abstrak, serta berbagai daftar seperti daftar isi, daftar gambar, dan daftar tabel.

### **b. Bagian Isi Proposal Tugas Akhir**

#### **BAB 1 PENDAHULUAN**

Bab pertama berisikan pendahuluan mengenai susunan laporan tugas akhir yang mencakup latar belakang permasalahan, identifikasi masalah, rumusan masalah, hingga tujuan dan manfaat penelitian.

#### **BAB 2 TINJAUAN UMUM**

Bab kedua merupakan tinjauan umum yang terbagi menjadi tinjauan pustaka dan tinjauan umum. Tinjauan pustaka berisikan data atau jurnal perbandingan yang bisa menjadi perbandingan dengan laporan tugas akhir ini. Tinjauan teori berisikan teori yang merupakan dasar dalam penelitian dan pembuatan tugas akhir ini.

#### **BAB 3 METODOLOGI DESAIN**

Bab ketiga berisikan konsep dan gambaran terkait hasil dari tugas akhir ini. Bab ini juga mencakup paparan data terkait penelitian, metode penelitian, analisa data, serta konsep pembentukan data yang akan menjadi dasar dalam pembentukan konsep karya.

## **BAB 4 STRATEGI KREATIF**

Bab keempat menjelaskan tentang konsep karya atau hasil akhir yang akan dibuat. Perancangan mengenai tugas akhir dijelaskan secara rinci dalam bab ini mulai dari konsep dasar, sketsa perancangan, hingga pembentukan ide yang dapat mendukung proses kreatif dalam pembentukan karya sehingga tercipta hasil atau *final art* yang baik.

## **BAB 5 PENUTUP**

Bab kelima berisikan kesimpulan dari penelitian dan hasil akhir yang telah dibuat. Penyajian saran juga terdapat pada bab ini agar masukan yang ditampilkan dapat tersampaikan dengan baik dengan didukung oleh kesimpulan.

### **c. Bagian Akhir Proposal Tugas Akhir**

Bagian ini merupakan bagian yang berisikan daftar pustaka yang merupakan sumber dan referensi dari pembuatan laporan tugas akhir.