

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Penyebaran virus corona yang begitu cepat dan luas ini dapat terjadi karena berbagai faktor serta kebiasaan yang kurang baik. Beberapa faktor penyebab cepatnya penyebaran virus corona salah satunya disebabkan karena kurangnya kesadaran diri masyarakat Indonesia yang menyepelekan hal ini. Namun pada kasus covid-19, orang dengan tingkat imunitas tubuh yang kuat persentase tertular akan semakin mengecil.

Menjaga imunitas tubuh dimasa pandemi merupakan hal yang perlu menjadi prioritas namun banyak masyarakat Indonesia yang tidak memiliki kecukupan untuk memenuhi protokol Kesehatan pada masing – masing individu, sehingga rawan penyebaran virus di era “*new normal*” ini yang bahkan bisa memicu gelombang kedua pada penyebaran *virus corona* dan Kesehatan masyarakat Indonesia.

Menjaga Kesehatan pada masa pandemi merupakan hal penting bagi setiap orang terutama masyarakat berusia 23 - 30 yang banyak dari mereka pergi bekerja diluar rumah yang bersifat sosial seperti berkantor dan lainnya. Kesadaran diri sendiri untuk menjaga Kesehatan menjadi salah satu faktor yang sangat penting.

Menurut hasil riset berdasarkan CNN Indonesia pada 11 juni 2020 setelah memasuki era *new normal* masyarakat Indonesia dikejutkan dengan rekor penambahan jumlah kasus positif covid-19 yang mencapai angka di atas 1.000 kasus perhari. Hingga 20 agustus 2020, kasus positif terkonfirmasi covid-19 di Indonesia bertambah 2.266 orang sehingga total kasus kumulatif mencapai 147.211 orang, lebih dari 100.000 orang dinyatakan sembuh dan 6.418 orang dinyatakan meninggal. Dari data tersebut kasus covid-19 masih aktif sekitar 44.000 kasus.

Dari data berdasarkan worldometer, kasus covid-19 dunia mencapai angka terinfeksi 8.342.858 orang, 448.524 meninggal dunia dan 4.363.891 berhasil disembuhkan. Pada 17 juni 2020 kasus covid-19 di Indonesia menjadi kasus terbanyak se Asia tenggara dengan jumlah kasus 41.431, sedikit diatas singapura yang berada pada angka 41.216 dan negara lainnya.

Pada masa penerapan *new normal* di Indonesia pada senin 15 juni 2020, *mall*, pusat pembelanjaan dan perkantoran Kembali dibuka dengan protokol Kesehatan diterapkan dan disediakan tempat mencuci tangan di setiap tempat – tempat di pintu masuk dan pengecekan

suhu tubuh dan penyemprotan *disinfected* secara berkala di tempat – tempat yang sering di sentuh oleh pengunjung dan diwajibkan pembayaran non tunai agar menghindari pertukaran uang kertas dan para pembeli wajib menggunakan masker dan penjual wajib menggunakan *face shield*.

Namun karena banyaknya masyarakat yang pergi keluar rumah untuk berbelanja ataupun berkerja, pencegahan – pencegahan tersebut tidaklah cukup untuk menghindari penyebaran virus corona, kesadaran diri sendiri pada masyarakat perlu diperhatikan, hal – hal yang harus diperhatikan disaat era *new normal* menjaga sistem imunitas tubuh antara lain konsumsi makanan sehat dan cukup tidur agar regulasi sistem imunitas tubuh tetap terjaga minimal 7-9 jam sehari, olah raga ringan dirumah dapat membantu proses regenerasi sel imun dan mengurangi peradangan tubuh, berjemur dibawah sinar matahari selama 15 menit dapat memberi energi salah satu sel limfosit T. Kebiasaan yang baik tersebut akan selalu dibawa sehingga dapat mengurangi penyebaran virus corona di masa *new normal*.

Imunitas tubuh pada manusia sangat penting untuk diperkuat, bagian terbesar dari system imun yaitu pada saluran pencernaan usus karena bagian ini terus menjaga Kesehatan tubuh secara umum. System imun beradaptasi dan merespon kuman baru, virus, bakteri ataupun parasite setiap harinya dan system imun secara umum mempelajari paparan ini dan membangun kekuatan untuk melawannya. Memiliki gaya hidup yang sehat merupakan satu cara terefektif untuk menjaga kekebalan tubuh sehingga dapat mengoptimalkan system imun tubuh manusia, dengan beberapa cara seperti berolah raga, mengkonsumsi makanan sehat, tidur cukup dan sebagainya. Ketika sistem imun merespon zat asing atau kuman akan langsung membentuk antibodi yang akan mengingat jenis zat asing tersebut dan membuat perlawanan sehingga tidak terserang lagi. Kelenjar timus terletak di tulang dada dan bertanggung jawab untuk memproduksi sel darah putih atau limfosit T yang merupakan bagian penting dalam system kekebalan tubuh.

Berdasarkan angket yang telah dilakukan penulis, disimpulkan bahwa mayoritas telah mengetahui bahwa virus corona sangatlah berbahaya namun kurangnya kesadaran untuk menjaga pola hidup yang sehat masih tergolong kurang, rujukan informasi dari otoritas yang kurang menarik, oleh karena itu penulis akan merancang informasi mengenai menjaga pola hidup sehat pada masa pandemi agar masyarakat memiliki daya tahan tubuh yang kuat, dan memiliki kualitas hidup yang sehat.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah tertuliskan, maka diketahui permasalahan – permasalahan sebagai berikut :

1. Persentase penyebaran virus corona di masa pandemi masih tinggi, namun kurangnya kesadaran untuk menjaga pola hidup yang sehat dikarenakan kurangnya rujukan informasi (Poster) dari otoritas Kesehatan yang kurang menarik.
2. Masyarakat 20 – 35 tahun perlu mengetahui pentingnya menjaga daya tahan tubuh.

## 1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan beberapa informasi yang didapatkan maka lingkup pembahasan akan dibatasi menjadi seperti berikut :

1. Tujuan penelitian ini hanya mengarah pada pemberian informasi pada masyarakat untuk menjaga daya tahan tubuh melalui pola hidup yang sehat.
2. Target sasaran akan menuju pada masyarakat berusia 20 – 35 tahun.

## 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan dengan latar belakang permasalahan yang telah disusun tersebut maka dikemukakan perumusan masalah sebagai berikut :

Bagaimana merancang informasi menjaga daya tahan tubuh kepada masyarakat berusia 20 – 35 tahun melalui desain komunikasi visual poster ?

## 1.5 Tujuan Perancangan

Tujuan dari perancangan ini diharapkan mampu mengingatkan masyarakat mengenai menjaga daya tahan tubuh supaya terhindar serta meminimalisir tersebarnya virus corona pada masyarakat Indonesia serta memperbaiki pola hidup dan memiliki pola hidup yang baik kedepannya.

## 1.6 Manfaat Perancangan

Disamping itu manfaat dari penelitian yang dihasilkan ini, antara lain :

### 1.6.1 Masyarakat berusia 20 – 35 tahun

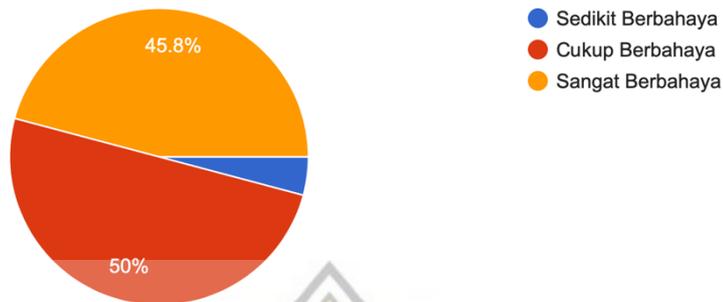
Sebagai pengingat mengenai menjaga daya tahan tubuh serta memiliki pola hidup sehat sehingga terhindar dari penyebaran virus ataupun penyakit.

## 1.7 Metodologi Perancangan

### 1.7.1. User Research

Seberapa berbahaya virus corona menurut anda ?

24 responses

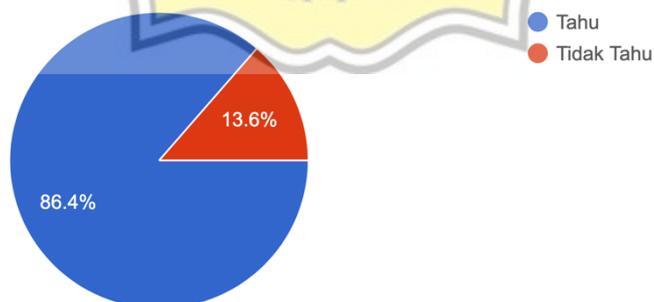


Gambar 1.7.1. User Research

Berdasarkan angket yang disebar pada forum kaskus, mendapat 24 responden yang menganggap virus corona berbahaya, dari 24 responden 50% mengatakan cukup berbahaya, dan 45,8% mengatakan sangat berbahaya dan sangat sedikit yang menjawab sedikit berbahaya.

Taukah anda, bahwa menjaga imunitas tubuh dapat menghindari terserangnya virus ?

22 responses

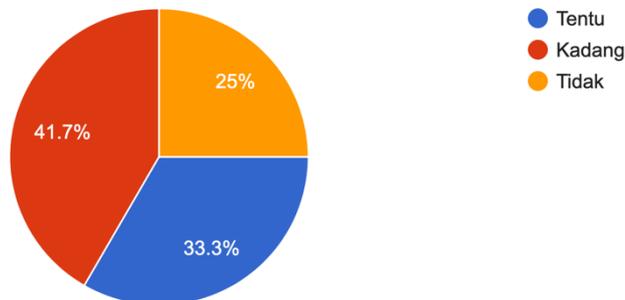


Gambar 1.7.1. User Research

Dan berdasarkan angket, 86,4% tahun bahwa menjaga imunitas tubuh dapat menghindari terserangnya virus corona.

Apakah anda menjaga pola hidup sehat ( berolah raga, makan teratur, tidur cukup, dsb ) setiap harinya ?

24 responses



Gambar 1.7.1. User Research

Berdasarkan angket, 41,7% mengaku kadang melakukan pola hidup sehat seperti makan teratur, berolah raga, tidur cukup dan sebagainya, namun hanya 33,3% yang mengaku melakukan pola hidup sehat. Dengan berbagai alasan seperti melakukan olah raga karena hobi, makan seadanya, tidak tidur karena sibuk bekerja dan sebagainya.

### 1.7.2 Insight

Setelah masa *new normal* pada saat pandemi, banyak masyarakat yang sering keluar rumah dengan alasan bekerja dan berbelanja, banyaknya masyarakat yang sering berpergian, karena virus ini sangat berbahaya, mengikuti protokol Kesehatan saja pun belum cukup dan harus didukung dengan imunitas tubuh yang kuat. Imunitas tubuh yang kuat dapat diraih dengan melakukan pola hidup yang sehat.

Namun kurangnya kesadaran untuk menjaga pola hidup yang sehat dikarenakan rujukan informasi dari otoritas Kesehatan yang kurang menarik.

Berdasarkan survey yang menunjukkan bahwa terdapat beberapa orang yang belum konsisten menjaga pola hidup yang sehat dikarenakan keterbatasan ekonomi.

Sedikit komparasi poster dari otoritas yang seperti pada umumnya



Gambar 1.7.2 Insight

Poster yang seperti pada umumnya menggunakan banyak gambar bahkan tulisan yang terasa sesak dan rumit.

Penulis akan membuat poster pada sosial media facebook yang lebih sederhana serta karakter font, penggunaan warna, ikon, karakter dan cerita berserial agar lebih menarik. untuk menyebarkan informasi yang lebih efisien terhadap target usia 20 – 35 tahun.

#### 1.7.4 Background Research

Tahap perencanaan yang akan dibuat yaitu sebuah media yang menarik yang mampu menginformasikan masyarakat tentang cara dan pola hidup yang sehat disaat era *new normal*. Rencana media akan digunakan adalah poster pada media sosial yang akan menceritakan tentang cara menjaga sistem imun tubuh untuk melawan virus. Media tersebut akan memiliki konsep yang santai, edukatif, menarik dan visual yang menarik masyarakat se usia 20 – 35 tahun.

## 1.8 Skema Perancangan



Gambar 1.8 Skema Perancangan

## 1.9 Tinjauan Pustaka

Berdasarkan data dari *World Health Organization (WHO)*, saluran - saluran berita seperti CNN Indonesia, CNBC Indonesia dan beberapa Ahli.

Ahli Farmakologi Molekuler Dexe Laboratories Raymond Tjandrawinata yang membahas tentang berbagai tentang dampak dan cara meminimalisir penyebaran virus corona.

Ahli gizi dari institute pertanian bogor (IPB), (Ali Khomsan, 2020) menghimbau bahwa konsumsi makanan sehat sangat diperlukan untuk menjaga daya tahan tubuh seperti buah dan sayuran yang mengandung vitamin C dan E. *WHO* pun menganjurkan agar mengkonsumsi sayuran sebanyak 150gram dan buah 250 gram perhari, vitamin C bisa

didapatkan dari beberapa buah yaitu jeruk, jambu biji, papaya dan sumber vitamin E didapatkan dari beberapa sayuran yaitu tauge, bayam, lobak dan brokoli.

Dengan data ini akan digunakan untuk mengetahui data, fakta, informasi yang terjadi di masyarakat membantu strategi komunikasi untuk mencapai tujuan penelitian sehingga dapat diaplikasikan ke dalam desain secara efektif dan menarik pada masyarakat serta kebaruan dari tema perancangan ini yang belum pernah dilakukan sebelumnya, penulis melakukan perancangan ini untuk memberikan wawasan yang lebih luas kepada masyarakat supaya dapat membantu menghimbau masyarakat untuk meningkatkan daya tahan tubuh serta menjaga pola hidup yang sehat.

