

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kebiasaan merupakan kumpulan perilaku dimana tindakan dilakukan secara berulang kali tanpa terlalu banyak pertimbangan. Kebiasaan telah dibuktikan secara empiris sebagai hal yang sangat menentukan perilaku di situasi yang relatif stabil. Kebiasaan dapat dibagi menjadi dua, kebiasaan baik dan kebiasaan buruk. (Wander, 2003) Kebiasaan buruk sendiri merupakan kebiasaan yang memiliki dampak buruk bagi yang melakukannya. Permasalahan mengenai kebiasaan buruk dapat ditemukan pada semua orang, dan mahasiswa tidak luput dari masalah ini.

Dalam melaksanakan perkuliahan, lebih banyak mahasiswa terutama yang berasal dari luar kota memilih kos sebagai tempat tinggal, hal ini dikarenakan opsi kos yang lebih murah jika dibandingkan opsi tempat tinggal lain. Kehidupan mahasiswa kos dapat dikatakan lebih bebas, bebas mengatur waktu, bebas mengatur keuangan, dan bebas mengatur pola makan. Dari kebebasan ini dapat muncul kebiasaan buruk seperti pola makan yang buruk, yang kemudian memiliki dampak buruk bagi Kesehatan maupun kehidupannya saat berkuliah. Kebiasaan buruk ini tentunya lebih baik dihentikan.

Proses perubahan perilaku selalu dimulai dari kesadaran, kita perlu menyadari kebiasaan yang dilakukan sebelum dapat mengubahnya. Menurut James Clear salah satu cara untuk menghilangkan kebiasaan buruk adalah dengan mengurangi *craving* atau keinginan untuk melakukan kebiasaan buruk. (Clear, Atomic Habits, 2018) Contoh cara mengurangi *craving* adalah dengan menekankan manfaat menghindari kebiasaan buruk sehingga membuat kebiasaan buruk menjadi kurang menarik. Dalam meningkatkan kesadaran dan mengurangi *craving* dari target dapat dilakukan dengan menggunakan *storytelling*. *Storytelling* merupakan seni interaktif yang menggunakan kata-kata dan tindakan untuk mengungkapkan elemen dan gambar dari sebuah cerita sembari mendorong imajinasi dari pendengar. (National Storytelling Network, n.d.) *storytelling* memberikan kesempatan pada target untuk belajar dari pengalaman orang lain, hal ini dapat mengubah pendapat dan nilai / *value* yang dimiliki oleh target. (The Health Foundation UK, 2016) *Storytelling* juga memungkinkan target untuk menerima informasi dengan lebih mudah terutama jika dibandingkan dengan hanya memberikan informasi secara gamblang. *Storytelling* ini disajikan melalui media komik, hal ini dikarenakan penyajian komik dilakukan dengan gambar dan teks, sehingga dapat membantu dalam memberikan gambaran visual dan menjelaskan permasalahan yang diangkat pada target dengan lebih mudah, komik juga populer pada kalangan umur target (15-25 tahun). (Kurniasih, Pengertian Komik: Jenis, Perkembangan, Genre dan Contoh) Selain itu komik lebih mudah diakses dimana saja, berbeda dengan video yang memerlukan konsentrasi pada suara dan visual agar dapat dicerna dengan baik.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan identifikasi dari latar belakang masalah yang ada maka dapat ditemukan permasalahan yang ada :

1. Kebiasaan buruk ada pada semua orang, termasuk mahasiswa. Salah satunya adalah pola makan buruk.

2. Diperlukan kesadaran dan penekanan pada akibat pola makan buruk untuk menghentikan kebiasaan pola makan buruk.
3. Mendesain komik sebagai media *storytelling* permasalahan kebiasaan buruk terkait pola makan pada mahasiswa kos.

1.2 Batasan Masalah

Terdapat Batasan masalah yang digunakan untuk membantu dalam perancangan, Adapun Batasan masalah dalam prancangan ini adalah, perancangan hanya berfokus pada pembuatan komik sebagai media *storytelling* permasalahan kebiasaan buruk terkait pola makan dengan target mahasiswa kos menengah kebawah yang berdomisili di daerah Semarang.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dari permasalahan yang ada maka didapatkan rumusan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana cara merancang komik sebagai media *storytelling* untuk menekankan efek kebiasaan buruk terkait dengan pola makan pada mahasiswa kos untuk meningkatkan kesadaran mengenai permasalahan yang diangkat?

1.4 Tujuan Perancangan

Perancangan ini memiliki tujuan untuk merancang komik sebagai media *storytelling* kebiasaan buruk terkait dengan pola makan pada mahasiswa kos agar target lebih sadar mengenai permasalahan yang diangkat serta dapat mengurangi *craving* atau keinginan untuk melakukan kebiasaan pola makan buruk.

1.5 Manfaat Perancangan

Perancangan ini memiliki manfaat sebagai berikut :

1. Bagi perancang, diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran, serta pendalaman materi mengenai perancangan komik
2. Bagi institusi, diharapkan perancangan ini dapat digunakan sebagai acuan perancangan dengan media komik
3. Bagi mahasiswa kos, diharapkan dapat meningkatkan kesadaran mahasiswa kos terkait dengan kebiasaan pola makan buruk dan dapat mengurangi *craving* atau keinginan untuk melakukan kebiasaan pola makan buruk

1.6 Metode Perancangan

Metode perancangan yang digunakan merupakan kuantitatif dan kualitatif. Metode pencarian data yang digunakan adalah studi literatur, kuesioner, wawancara, dan observasi.

1.7 Komparasi Desain

1.7.1 Perancangan Komik Sebagai Media Pembelajaran Untuk Anti Hoaks

PERANCANGAN KOMIK SEBAGAI MEDIA PEMBELAJARAN UNTUK ANTI HOAKS oleh Mauli Tri Anggraini merupakan perancangan yang digunakan sebagai komparasi desain, perancangan ini

1.8 Sistematika Perancangan

