

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1.Latar Belakang

Mengonsumsi sayur dan buah merupakan salah satu syarat dalam memenuhi menu gizi seimbang. Sayur dan buah merupakan makanan penting yang harus selalu dikonsumsi setiap kali makan. Tidak hanya bagi orang dewasa, mengonsumsi sayur dan buah sangat penting untuk dikonsumsi sejak usia 6 bulan dan usia 6 s/d 12 tahun. Dengan diet tinggi sayur dan buah baik untuk melindungi kesehatan tubuh, termasuk dalam menjaga berat badan.

Membiasakan anak untuk mengonsumsi sayur dan buah sejak dini sangat penting karena pola diet yang diterapkan pada usia anak-anak akan mempengaruhi pola diet ketika dewasa, jika ketika masih anak-anak memiliki pola diet yang buruk maka hingga dewasa pun akan tetap buruk dan akan mempengaruhi kesehatannya.

Sayur dan buah merupakan bahan pangan yang sangat memberi manfaat bagi tubuh. Tarutama untuk mendukung dalam kebutuhan akan vitamin. Vitamin merupakan kelompok senyawa organik yang tidak termasuk dalam golongan protein, karbohidrat maupun lemak.

Sebagian vitamin dan mineral yang terdapat dalam sayur dan buah mempunyai fungsi sebagai antioksidan sehingga dapat mengurangi kejadian penyakit tidak menular terkait gizi, sebagai dampak dari kelebihan atau kekurangan gizi. Kekurangan konsumsi sayur dan buah pada anak dapat menimbulkan berbagai penyakit dikemudian hari. Rendahnya konsumsi sayur dan buah ini berkaitan dengan meningkatnya risiko terjadinya penyakit - penyakit kronik seperti penyakit jantung dan diabetes.

Anak yang mengonsumsi sayur dan buah dalam jumlah tinggi pada masa kanak-kanaknya memiliki kesehatan yang lebih baik dan risiko untuk terkena penyakit kronik yang berkaitan dengan diet menjadi berkurang. Selain itu, kekurangan sayur juga dapat memberikan dampak buruk pada mata, juga dapat menyebabkan anemia dengan gejala seperti lemah, letih, lesu, kurang konsentrasi dan malas pada anak. Konstipasi juga akan menjadi penyakit yang akan dialami bila anak kurang mengonsumsi sayur dan buah (Yuliarti, 2008).

Konsumsi sayur dan buah pada anak masih sangat minim dan masih banyak yang belum sesuai dengan rekomendasi. Di Indonesia, menurut FAO (2010), tahun 2005-2007 konsumsi buahnya hanya mencapai 173 gram/hari dan konsumsi sayur 101 gram/hari. Menurut Riskesdas tahun 2010, pada usia 6 bulan dan usia 6 s/d 12 tahun konsumsi sayur hanya mencapai 63,3% dan buah 62,1% dari kebutuhan sehari. Data riskesdas pada tahun 2013 menyatakan bahwa pada kelompok usia yang sama tidak terjadi peningkatan konsumsi sayur dan buah yang signifikan pada tahun ini.

Maka dapat disimpulkan bahwa berdasarkan hasil Riskesdas pada tahun 2010-2013 menunjukkan bahwa secara nasional perilaku penduduk umur >10 tahun yang kurang mengonsumsi sayur dan buah masih di atas 90%. Kondisi ini sejalan dengan temuan hasil Survei Konsumsi Makanan Individu (SKMI) dalam Studi Diet Total (SDT) 2014 bahwa konsumsi penduduk terhadap sayur dan olahannya serta buah dan olahannya masih rendah.

Badan Kesehatan Dunia (WHO, 2015) secara umum menganjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan untuk hidup sehat sejumlah 400 gram per orang per hari, yang terdiri dari 250 gram sayur (setara dengan 2 porsi atau 2 gelas sayur setelah dimasak dan ditiriskan) dan 150 gram buah, (setara dengan 3 buah pisang ambon ukuran sedang atau 1 potong pepaya ukuran sedang atau 3 buah jeruk ukuran sedang). Bagi masyarakat Indonesia terutama balita dan anak usia sekolah dianjurkan

untuk mengkonsumsi sayur dan buah 300 - 400 gram 1 orang per hari. Sedangkan bagi remaja dan orang dewasa dianjurkan untuk mengkonsumsi sayuran dan buah-buahan sebanyak 400 - 600 gram 1 orang per hari. Maka bila disesuaikan dengan Pedoman Gizi Seimbang sesuai Permenkes No. 41 Tahun 2014 pembagian porsi konsumsi sebanyak 3 - 4 porsi untuk sayur dan 2 - 3 porsi untuk buah setiap hari atau setengah bagian piring berisi buah dan sayur (lebih banyak sayuran) setiap kali makan.

Berdasarkan hal tersebut, penulis tertarik untuk membuat media berupa video infografis dengan judul manfaat makan sayur dan buah pada anak – anak, yang bertujuan untuk memberikan bahan edukasi dan intervensi gizi guna mewujudkan pola konsumsi yang sehat sesuai anjuran gizi seimbang.

## **1.2.Rumusan Masalah**

Rumusan masalah yang menjadi pokok dalam Tugas Akhir penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana proses perancangan videoi infografis tentang perancangan video infografis manfaat makan sayur dan buah pada anak ?

### **1.3. Batasan Masalah**

Dari apa yang telah diuraikan pada latar belakang, penulis harus membuat batasan masalah agar tidak keliru dalam perancangan dan keluar dalam aspek – aspek pembuatan tugas akhir ini, dan juga batasan masalah akan memudahkan penulis untuk mengumpulkan data yang diperlukan menyusun laporan ini. Oleh karena itu, penulis memfokuskan perancangan video infografis usia yaitu usia 6 bulan dan usia 6 s/d 12 tahun.

### **1.4. Maksud dan Tujuan Perancangan**

Maksud :

1. Untuk mengetahui proses perancangan video infografis manfaat makan sayur dan buah yang memperhatikan desain maupun estetika. .
2. Untuk mengetahui proses penerapan video infografis yang ditujukan kepada usia 6 bulan dan usia 6 s/d 12 tahun,.

Tujuan Perancangan memberikan informasi berupa media visual dalam konten video infografis, yang mudah dipahami pada anak – anak dalam menonton video tersebut.

### **1.5. Metode Pengumpulan Data**

Tentu dalam proses perancangan sebuah karya, perlu adanya metode perancangan, penulis memilih metode perancangan terdiri dari metode pengumpulan data dan metode analisa data. Penjelasan lebih detail adalah sebagai berikut

### **1.5.1.Data Lapangan**

Dalam proses pencarian data di lapangan penulis melakukan mendatangi sebuah Puskesmas, Rumah Sakit, Serta Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dan WHO. Dari beberapa tempat tersebut penulis mendapatkan data secara valid an akurat.

#### **1.5.1.1.Data Observasi**

Observasi penulis lakukan dengan mendatangi tempat untuk pencarian data dalam melakukan pembuatan karya. Tujuan observasi ini ialah mengetahui dalam dan mengenai manfaat makan buah dan sayur, agar penulis mudah dalam proses pembuatan karya TA.

#### **1.5.1.2.Data Wawancara**

Dalam proses data wawancara penulis harus bertemu dengan para ahli gizi yang sudah lebih dulu tahu akan manfaat buah dan sayur, serta menanyakan usia untuk anak dan dewasa sebagai user, yang di rasa penting untuk memberikan testimonial atau di wawancarai seperti :

1. Ahli Gizi Kemenkes
2. Ahli Gizi Anak



Gambar 1.1

bersama narasumber Dr.Hera setelah wawancara  
(Kementrian Kesehatan Repunblik Indonesia)

Sumber:Dokumen Is Haryanto 2018

Foto diambil 26 September 2017 pkl 07.00 WIB



Gambar 1.2

foto di depan Direktorat Gizi Masyarakat Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat  
(Kementrian Kesehatan Repunblik Indonesia)

Sumber:Dokumen Is Haryanto 2018

Foto diambil 26 September 2017 pkl 08.00 WIB

### 1.5.2. Data Kajian Literatur

Pengertian literatur adalah bahan atau sumber ilmiah yang biasa digunakan pada saat membuat sebuah karya tulis atau kegiatan ilmiah lainnya. Bentuk dari literatur bisa softcopy atau hardcopy. Yang dimaksud softcopy adalah ebook atau artikel dalam blog atau situs, sedangkan hardcopy bisa berupa buku, majalah, dan koran. Namun disini penulis membaginya menjadi tiga, yaitu media cetak, media elektronik, dan dokumentasi, berikut adalah penjelasan lebih lengkapnya.

### 1.5.2.1. Media Cetak

Secara umum, media cetak adalah bahan kajian literatur yang paling banyak digunakan, karena media cetak memiliki bentuk fisik (nyata) dan lebih mudah untuk pertanggung jawaban atas isi dari media cetak, baik dari si pembuat dan orang yang mengutip isi dari media cetak tersebut. Karena nanti pasti akan adanya penambahan-penambahan disaat penulis mengerjakan karya tugas akhir nanti. Literatur tersebut hanya menjadi salah satu dari bagian dari acuan dalam penulisan laporan dan penciptaan tugas akhir.

### 1.5.2.2. Media Elektronik

Untuk data kajian dari media elektronik penulis mengambil dari berbagai sumber seperti dari website [www.ilmugrafis.com](http://www.ilmugrafis.com), dan dari blog <http://artdecodekave.wordpress.com/aliran-desain/>, menjelaskan tentang beberapa aliran desain sedangkan dari segi siaran yang ada, penulis mengambil alur cerita, hidup tanpa narkoba itu lebih baik dan lebih keren daripada kehidupan pengguna narkoba, dan tidak menutup kemungkinan akan ada penambahan lain dalam penyusunan nantinya. dari buku berjudul Bagaimana Biro Iklan Memproduksi Iklan yang dibuat oleh Agus S. Madjadikara menyatakan, "Media elektronik terbagi dalam dua kelompok besar, yaitu media yang bisa didengar (audio), khususnya media radio dan media yang selain bisa didengar juga dilihat (audio-visual)." Dan didukung oleh pendapat Ajip Rosidi dalam bukunya yaitu Bahasa Nusantara Suatu Pemetaan Awal, juga mengatakan bahwa "Media elektronik pada dasarnya terdiri dari 4 jenis: radio, televisi, rekaman (kaset analog, CD, DAT, dan video), dan internet sebagai media terbaru". Beberapa literatur media elektronik di atas belum semuanya tertulis dalam pembahasan saat ini, karena nanti pasti akan dijelaskan lebih dalam pada bab berikutnya. Literatur tersebut nantinya akan sangat membantu dalam penulisan laporan dan penciptaan Tugas Akhir milik penulis.

## **1.6. Kerangka Pemikiran**

Untuk mempermudah pemahaman terhadap masalah yang sedang diangkat dalam karya Tugas Akhir ini. Penulis melakukan pemetaan pada permasalahan secara sederhana, yang akan dihasilkan sebuah karya video infografis manfaat makan buah dan sayur pada anak – anak:

## **1.7. Skematika Perancangan**

Dalam proses penyusunan tugas akhir dibagi menjadi 5 bab, antara lain:

### **BAB I PENDAHULUAN**

Bab ini berisikan latar belakang masalah, rumusan masalah, batasan masalah, maksud dan tujuan perancangan, metode pengumpulan data, kerangka pemikiran dan skematika perancangan.

### **BAB II LANDASAN TEORI**

Bab ini berisikan landasan teori yang terdiri dari beberapa aspek desain dan analisa data yang berkaitan dengan pokok pembahasan tugas akhir.

### **BAB III KONSEP PERANCANGAN VIDEO INFOGRAFIS MANFAAT MAKAN SAYUR DAN BUAH**

Bab ini membahas bagaimana konsep dalam perancangan tugas akhir berupa media komunikasi visual dalam kampanye, yang dimulai dari pra-produksi hingga pasca produksi.

### **BAB IV DESAIN dan APLIKASI**

Bab ini menjelaskan bagaimana desain untuk kampanye yang telah dibuat promosi, dimulai dari logo hingga yang lainnya sebagai pelengkap.

## BAB V PENUTUP

Bab ini berisikan kesimpulan menyeluruh dari hasil perancangan tugas akhir yang telah dibuat, disertai dengan saran dari penyusun dari hasil analisa serta penelitian terhadap masalah yang diamati penulis.