

BAB I. PENDAHULUAN

I.1. Latar Belakang Masalah

Kesehatan tubuh sangatlah penting bagi semua manusia, karena tanpa adanya kesehatan yang baik, maka akan mengganggu aktivitas sehari-harinya. Menurut Brook (seperti yang dikutip oleh Dadan, 2020) “Kesehatan adalah sebuah sumber daya yang dimiliki semua manusia dan bukan merupakan suatu tujuan hidup yang perlu dicapai. Kesehatan tidak terfokus kepada fisik yang bugar tetapi meliputi jiwa yang sehat dimana individu dapat bersikap toleran dan dapat menerima perbedaan” (210). Jadi, Kesehatan tubuh merupakan kondisi atau keadaan yang menggambarkan tubuh terbebas dari penyakit fisik ataupun penyakit psikis, yang berperan penting bagi tubuh untuk dapat menjalani aktifitas kehidupan sehari-hari. Kesehatan juga dapat ditinjau dari beberapa aspek yaitu mulai dari aspek fisik, mental, dan sosial. Salah satunya dari aspek kesehatan fisik yang menunjukkan berbagai macam masalah-masalah fisik mulai dari penyakit dalam ataupun penyakit luar. Dengan menjaga kesehatan mampu membuat sistem metabolisme tubuh berjalan dengan baik.

Agar setiap organ tubuh dapat berfungsi dengan baik, maka dibutuhkan energi yang dapat dihasilkan dari proses metabolisme tubuh dengan cara mengubah makanan dan minuman yang dikonsumsi. Energi dibutuhkan oleh tubuh agar sel-sel dan jaringan yang terdapat dalam tubuh tetap sehat, tumbuh, dan berkembang serta fungsinya berjalan dengan baik. Arbianto (1993) “Metabolisme adalah serangkaian reaksi-reaksi kimia yang dikatalisai oleh enzim-enzim yang mengubah senyawa-senyawa organik yang satu menjadi senyawa yang lain yang penting bagi organisme” (h.135). Metabolisme merupakan suatu proses pengolahan zat gizi makanan dan minuman yang diserap oleh tubuh kemudian diubah menjadi energi, yang kemudian energi tersebut digunakan untuk bernafas, berpikir, bertumbuh, dan pergerakan untuk melakukan aktivitas sehari-hari, seperti berjalan, berolahraga, dan bekerja. Fungsi tubuh yang dipengaruhi oleh proses metabolisme adalah bernafas, mencerna makanan, mengatur sirkulasi darah, menghasilkan hormon, menyembuhkan luka, memperbaiki sel-sel yang

rusak, menjaga fungsi otak dan saraf, dan menghilangkan limbah melalui *urine* dan feses. Sistem metabolisme yang kurang baik yang menyebabkan tidak bisa diproses oleh tubuh pada akhirnya dikeluarkan melalui feses atau tinja.

Feses merupakan limbah akhir yang dihasilkan oleh pencernaan kemudian dikeluarkan tubuh. Sebelum dikeluarkan dalam bentuk feses, makanan yang dikonsumsi terlebih dahulu diproses oleh pencernaan. Setiap tubuh memiliki waktu proses yang berbeda-beda, normalnya dalam waktu 2-3 hari. Kotoran ini memiliki zat-zat terdiri dari sisa-sisa makanan yang tidak dapat dicerna oleh tubuh, lalu bakteri, garam, dan zat lainnya, yang pada akhirnya dikeluarkan oleh tubuh. Beragam zat yang terdapat dalam feses dapat membuat bentuk, konsistensi, bau, dan warnanya yang berbeda-beda pada setiap orang. Feses yang normal umumnya berwarna kecoklatan hingga coklat tua, karena disebabkan oleh pigmen *stercobilin* yang dikandung oleh feses. Warna feses bisa saja berubah dari waktu ke waktu akibat kondisi tertentu bisa disebabkan oleh pengaruh makanan ataupun obat-obatan yang dikonsumsi. Tetapi, apabila feses mengalami warna yang berbeda dari normal biasanya dengan jangka waktu yang lumayan panjang kemungkinan adanya gangguan pada tubuh.

Warna feses ini dapat dikatakan berpengaruh bagi kesehatan tubuh, karena dengan mengecek warna feses dapat mengetahui jika seandainya tubuh mengalami terjadinya permasalahan khususnya saluran pencernaan. Dikutip dari Kompas yang ditulis oleh Saptoyo, menurut Wahyu Tri Kusprasetyo seorang dokter umum menjelaskan bahwa "Ya betul, kondisi serta fungsi suatu organ atau sistem organ bisa dilihat melalui bentuk dan warna feses. Terutama untuk sistem pencernaan". Kemudian dokter Wahyu pun menegaskan kembali "Penting, pengecekan secara kasat mata cenderung mudah dan dianjurkan terutama ketika sedang memiliki masalah kondisi kesehatan jangka lama" (2021). Bagi sebagian masyarakat yang pernah mengalami perubahan warna feses yang mengecek warna fesesnya memberi manfaat untuk dapat mengetahui kondisi kesehatan tubuh, Berdasarkan hasil kuesioner yang dilakukan kepada 69 responden tanggal 16 April 2021 yang disebar melalui sosial media (Twitter dan Instagram) bagi sebagian masyarakat di

kota Indonesia khususnya dikota Bandung masih menilai kegiatan ini dirasa cukup menjijikkan, sehingga feses seringkali diabaikan dan tidak diperhatikan bahkan dianggap sebagai hal tidak penting oleh kebanyakan orang. Selain itu masih banyak masyarakat yang acuh tentang warna feses, adapun dikarenakan kurangnya pemahaman mengenai warna feses bahwa warna-warna dalam feses memiliki artinya sendiri, sehingga warna feses dinilai biasa saja atau suatu hal yang lumrah atau wajar. Padahal kegiatan pentingnya mengetahui warna feses ini dapat memberi tahu tanda-tanda kondisi kesehatan tubuh yang sebenarnya dapat dicek melalui warna feses.

Maka dari beberapa fenomena yang ada, penulis ingin memberikan informasi juga pemahaman kepada masyarakat bahwa warna feses itu memiliki artinya sendiri sesuai dengan kondisi tubuh seseorang dan terdapat manfaat di baliknya dengan cara mengecek warna feses tersebut.

I.2. Identifikasi Masalah

Seperti yang telah dipaparkan sebelumnya di atas, maka dapat diuraikan beberapa masalah adalah, sebagai berikut:

- Kurangnya pengetahuan mengenai informasi arti dari warna feses yang dapat disebabkan oleh pengaruh makanan ataupun jika adanya gangguan dalam tubuh
- Sebagian masyarakat mengabaikan tanda-tanda kondisi kesehatan tubuh yang dapat dilihat melalui warna feses karena dianggap tidak terlalu penting dan menjijikkan
- Kurangnya pemahaman mengenai informasi manfaat dibalik mengecek warna feses

I.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang sudah dipaparkan sebelumnya, maka rumusan masalahnya, sebagai berikut:

Bagaimana menginformasikan arti dan manfaat dibalik warna feses ke masyarakat.

1.4. Batasan Masalah

Perancangan dari masalah ini pastinya mempunyai batasan mengenai waktu, tempat, objek, serta subjek yang terkait. Batasan yang akan diteliti, sebagai berikut:

- Berfokus pada macam-macam warna feses tidak sampai bentuknya
- Hanya mengenai informasi arti warna-warna dari feses yang dapat disebabkan oleh pengaruh makanan, obat-obatan, ataupun jika kemungkinan adanya gangguan pada tubuh
- Segmentasi usia 19-22 tahun
- Ditujukan untuk masyarakat yang tinggal di wilayah perkotaan Indonesia

1.5. Tujuan dan Manfaat Perancangan

1.5.1. Tujuan Perancangan

Perancangan mengenai informasi warna feses ini mempunyai tujuan diantaranya, sebagai berikut:

- Memberikan informasi arti dari warna-warna feses yang dapat disebabkan oleh pengaruh makanan ataupun menunjukkan jika adanya penyakit dalam tubuh agar dapat mengetahui kondisi tubuh
- Mendapat pengetahuan mengenai manfaat dibalik mengecek macam-macam warna feses sesuai kondisi tubuh seseorang
- Memberikan informasi warna feses agar tidak menganggap sebagai hal yang menjijikkan dan mengabaikan kondisi tubuh yang sebenarnya dapat dilihat melalui warna feses

1.5.2. Manfaat Perancangan

Hasil dari perancangan diharapkan dapat memberikan manfaat tidak hanya untuk yang mengalami permasalahan pada tubuh, namun juga untuk umum. Perancangan ini memiliki manfaat, diantaranya:

- Mendapat pengetahuan akan manfaat dibalik mengetahui warna feses yang selama ini dianggap sebagai hal menjijikkan

- Agar masyarakat dapat memahami manfaat mengetahui arti warna-warna feses yang dapat disebabkan oleh pengaruh makanan ataupun menunjukkan adanya gangguan pada tubuh
- Perancangan ini dapat dijadikan sebagai referensi media informasi terkait warna feses