BAB II

KAMPANYE PENCEGAHAN DIABETES MELLITUS MELALUI PERANCANGAN DESAIN GRAFIS PADA TANGGA-TANGGA PERKANTORAN

II.1 Diabates Mellitus dan Pola Hidup Masyarakat

II.1.1 Pengertian Penyakit

Menurut Lucas penyakit adalah keadaan tidak normal pada badan yang menyebabkan tekanan/stres kepada orang yang berhubung rapat dengannya. Terdapat berbagai jenis penyakit yang mengancam manusia. Penyakit ini boleh disebabkan oleh kuman, bakteria, virus, racun, kegagalan organ berfungsi, dan juga oleh penyakit keturunan.

II.1.2 Pengertian Penyakit Diabetes Mellitus

Menurut WHO, 1999 Diabetes Mellitus didefinisikan sebagai suatu penyakit atau gangguan metabolisme kronis dengan multi etiologi yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah disertai dengan gangguan metabolisme karbohidrat, lipid dan protein sebagai akibat insufisiensi fungsi insulin. Insufisiensi fungsi insulin dapat disebabkan oleh gangguan atau defisiensi produksi insulin oleh sel-sel beta *langerhans* kelenjar pankreas, atau disebabkan oleh kurang responsifnya sel-sel tubuh terhadap insulin.

Pada tahun 2000 diperkirakan sekitar 150 juta orang di dunia mengidap Diabetes Mellitus. Jumlah ini diperkirakan akan meningkat menjadi dua kali lipat pada tahun 2005, dan sebagian besar peningkatan itu akan terjadi di negara-negara yang sedang berkembang seperti indonesia. Gejala awal Diabetes antara lain adalah sering merasa haus dan lapar, sering kencing, penurunan berat badan secara tiba-tiba, dan mudah merasa lelah.

II.1.3 Kategori Penyakit Diabetes Mellitus

Menurut Departemen Kesehatan RI, 2005 penyakit Diabetes dikategorikan menjadi beberapa tipe diantaranya :

Diabetes Mellitus Tipe 1

Diabetes tipe ini merupakan Diabetes yang jarang atau sedikit populasinya, diperkirakan kurang dari 5-10% dari keseluruhan populasi penderita Diabetes. Gangguan produksi insulin pada dm tipe 1 umumnya terjadi kerusakan sel-sel yang di sebabkan oleh reaksi otoimun.

Walaupun insulin merupakan masalah utama pada dm tipe 1, namun pada penderita yang tidak dikontrol dengan baik, dapat terjadi penurunan kemampuan sel-sel sasaran untuk merespons terapi insulin yang diberikan. Ada beberapa mekanisme biokimia yang dapat menjelaskan tentang hal ini, salahsatu diantaranya adalah, difisiensi insulin menyebabkan meningkatnya asam lemak bebas di dalam darah sebagai akibat dari lipolisis yang tak terkendali di jaringan adipose. Asam lemak bebas di dalam darah akan menekan metabolism glukosa di jaringan-jaringan perifer seperti misalanya di jaringan otot rangka, denga perkataan lain akan menurunkan penggunaan glukosa oleh tubuh. Kelompok penderita Diabetes jenis ini sering disebut sebagai *insulin dependent Diabetes Mellitus* (iddm) karena sangat tergantung pada terapi hormon insulin.

Diabetes Mellitus Tipe 2

Diabetes tipe 2 merupakan tipe Diabetes yang lebih umum, lebih banyak penderitanya dibandingkan dengan dm tipe 1, pernderita dm tipe 2 mencapai 90-95% dari keseluruhan populasi penderita Diabetes, umunya berusia diatas 45 tahun, tetapi akhir-akhir ini penderita dm tipe 2 dikalangan remaja dan anak-anak populasinya meningkat. Dm tipe 2 merupakan multi faktor yang belum sepenuhnya terungkap dengan jelas, faktor genetik dan pengaruh lingkungan cukup besa dalam menyebabkan terjadinya dm tipe 2, antara lain obesitas, diet tinggi lemak dan rendah

serat, serta kurang gerak badan. Obesitas atau kegemukan merupakan salah satu faktor utama. Penderita Diabetes tipe ini masih dapat menghasilkan insulin, namun dalam jumlah yang sedikit, sehingga sering disebut juga sebagai non-insulin dependent Diabetes Mellitus (niddm).

Pada penderita Diabetes Mellitus semua pengaturan gula darah terganggu, karena terjadinya gangguan kerja hormon insulin, kondisi ini dipicu karena adanya penimbunan lemak didalam tubuh yang menyebabkan semakin banyaknya jaringan lemak yang menumpuk dan berakibat jaringan otot akan semakin peka terhadp serapan insulin dan menyebabkan gula meumpuk dalam peredaran darah (nur khasanah, 2012). Yang penting dilakukan oleh pasien DM adalah mengontrol kadar gula darahnya. Kadar gula darah yang tidak terkontrol (selalu tinggi, atau kadang tinggi kadang rendah, atau terlalu rendah) dapat menimbulkan komplikasi pada pasien DM. Komplikasi jangka pendek misalnya hipoglikemia, yaitu keadaan di mana kadar gula darah yang terlalu rendah (<70 mg/dl). Gejala yang dirasakan pada saat pasien hipoglikemia adalah berkeringat, jantung berdebar, rasa lapar, dan gemetar. Jika tidak diterapi segera, pasien dapat kehilangan kesadaran, meracau dan kejang-kejang. Komplikasi jangka panjang yang dapat terjadi biasanya melibatkan pembuluh darah besar maupun kecil serta sistem saraf. Komplikasi dapat mengenai organ-organ vital seperti otak, jantung, ginjal, mata, persarafan dan lain-lain, sehingga diperlukan pemeriksaan rutin secara teratur.

Bila gula darah pengidap Diabetes Mellitus sudah mulai drop maka efek samping yang akan di timbulkan adalah kepala pusing yang tidak tertahankan, bergetar pada seluruh tubuh, pandangan mata yang kosong dan kabur, tidak dapat menggerakan seluruh anggota tubuh dan bila semua itu tidak cepat ditangani maka akan berdampak besar pada kehilangan kesadaran ataupun kematian, cara satu-satunya untuk memngembalikan gula darah yang sudah drop adalah dengan memberikanya teh manis hangat ataupun makanan yang mengandung gula tidak terlalu banyak agar kondisi gula darah di dalam tubuh bias stabil kembali.

	DM tipe 1	DM tipe 2
Mula muncul	Umumnya masa kanak-kanak Dan remaja, Walaupun ada juga pada Masa dewasa < 40 tahun Pada usia tua	Umumnya > 40 tahun
Keadaan klinis saat Diagnosis	Berat	Ringan
Kadar insulin darah	Rendah, tak ada	Cukup tinggi, normal
Berat badan	Biasanya kurus	Gemuk atau normal
Pengelolaan yang Disarankan	Terapi insulin, diet, Olahraga	Diet, olahraga, Hipoglikemik oral

Tabel II.1 tabel perbandingan Diabetes Mellitus tipe 1 dan 2

II.1.4 Penyebab Penyakit Diabetes Mellitus

Menurut Direktur gizi masyarakat (27 maret 2003) dm tipe II. Atau disebut dm yang tergantung pada insulin. Dm ini disebabkan akibat kekurangan insulin dalam darah yang terjadi karena kerusakan dari sel beta pankreas. Gejala yang menonjol adalah terjadinya sering kencing (terutama malam hari), sering lapar dan sering haus, sebagian besar penderita dm tipe ini berat badannya normal atau kurus. Biasanya terjadi pada usia muda dan memerlukan insulin seumur hidup.

Dm tipe i atau disebut dm yang tak tergantung pada insulin. Dm ini disebabkan insulin yang ada tidak dapat bekerja dengan baik, kadar insulin dapat normal, rendah atau bahkan bahkan meningkat tetapi fungsi insulin untuk metabolisme glukosa tidak

ada/kurang. Akibatnya glukosa dalam darah tetap tinggi sehingga terjadi hiperglikemia, 75% dari penderita dm tipe II dengan obersitas atau ada sangat kegemukan dan biasanya diketahui dm setelah usia 30 tahun. Kegemukan atau obesitas salah satu faktor penyebab penyakit dm, dalam pengobatan penderita dm, selain obat-obatan anti Diabetes, perlu ditunjang dengan terapi dIIt untuk menurunkan kadar gula darah serta mencegah komplikasi-komplikasi yang lain.

II.1.5 Gejala-Gejala Orang Pengidap Penyakit Diabetes Mellitus

Gejala awal seseorang terkena Diabetes Mellitus dapat dilihat dari pola tidur yang tidak teratur disertai dengan sering kencing terutama pada malam hari, sering merasa haus, rasa letih dan lesu, pandangan mata kabur, kesemutan pada bagian ujung kaki, pusing, mempunyai luka yang susah sembuh. Sebetulnya penyakit Diabetes ini dapat dicegah dengan cara mengurangi pengkonsumsian makanan yang mengandung lemak yang tinggi dan mempertahankan pola makan sehari-hari yang sehat dan seimbang dengan meningkatkan konsumsi sayuran, buah dan serat, karena menurut para periset dari *University of Guelph*, *Ontario,* menemukan kadar gula darah seseorang meningkat tinggi setelah mengonsumsi makanan berlemak, jika ditambah kopi, kenaikanya bertambah hingga dua kali lipat seperti orang-orang yang beresiko Diabetes (Redaksi Holistik Health Solution, 2012, h. 114).

Untuk mengetahui apakah seorang menderita dm yaitu dengan memeriksakan kadar gula darah. Kadar gula darah normal adalah :

Pada saat puasa : 80 - < 110 mg/dl

Setelah makan : 110 - < 160 gr/dl

Jika kadar gula darah terus menerus tinggi ini berarti tidak terkontrol, lama kelamaan akan timbul penyulit (komplikasi) yang pada dasarnya terjadi pada semua pembuluh darah misalnya : pembuluh darah otak (stroke), pembuluh darah mata (dapat terjadi kebutaan), pembuluh darah ginjal dll.

Di Jawa Barat, pada tahun 2001 terjadi peningkatan jumlah pasien Diabetes Mellitus, akan tetapi terjadi penurunan jumlah kematian di bandingkan data tahun 2000 (Dinkes Jabar, 2004). Pada tahun 2003, penyakit Diabetes Mellitus di Jawa Barat menempati urutan kesepuluh (Dinkes Jabar, 2003). tahun 2004, dari 40 RS di Jawa Barat melaporkan kasus Diabetes Mellitus sebanyak 4233 orang dengan jumlah kematian 224 orang (Dinkes Jabar, 2004). Sementara data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Bandung (Dalam profil kesehatan Tahun 2005, 2006, dan 2007) tentang jumlah kasus Diabetes Mellitus yang terjadi di seluruh Rumah Sakit di seluruh Kota Bandung yaitu pada tahun 2005 kasus yang terjadi berjumlah 11.824 kasus, sedangkan untuk tahun 2006 mengalami peningkatan sehingga jumlahnya menjadi 27.838 kasus dan pada tahun 2007 berjumlah 13.506 kasus yang terjadi.

II.2 Perilaku Gaya Hidup Masyarakat

II.2.1 Pengertian Perilaku

Menurut Ghana Syakira (Notoatmodjo, 2003). Perilaku adalah tindakan atau aktivitas dari manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan yang sangat luas antara lain : berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, kuliah, menulis, membaca, dan sebagainya. Dari uraian ini dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud perilaku manusia adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang diamati langsung, maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar. Perilaku merupakan respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus atau rangsangan dari luar. Oleh karena perilaku ini terjadi melalui proses adanya stimulus terhadap organisme, dan kemudian organisme tersebut merespons, maka teori skinner ini disebut teori “s-o-r” atau stimulus – organisme – respon. Dilihat dari bentuk respon terhadap stimulus ini, maka perilaku dapat dibedakan menjadi dua :

1. Perilaku tertutup

Perilaku tertutup adalah respon seseorang terhadap stimulus dalam bentuk terselubung atau tertutup. Respon atau reaksi terhadap stimulus ini masih terbatas pada perhatian, persepsi, pengetahuan, kesadaran, dan sikap yang terjadi pada orang yang menerima stimulus tersebut, dan belum dapat diamati secara jelas oleh orang lain.

2. Perilaku terbuka

Respon seseorang terhadap stimulus dalam bentuk tindakan nyata atau terbuka. Respon terhadap stimulus tersebut sudah jelas dalam bentuk tindakan atau praktek, yang dengan mudah dapat diamati atau dilihat oleh orang lain.

II.2.2 Klasifikasi Perilaku Kesehatan

Perilaku kesehatan menurut Notoatmodjo (2003) adalah suatu respon seseorang (organisme) terhadap stimulus atau objek yang berkaitan dengan sakit atau penyakit, sistim pelayanan kesehatan, makanan, dan minuman, serta lingkungan. Dari batasan ini, perilaku kesehatan dapat diklasifikasikan menjadi 3 kelompok :

1. Perilaku pemeliharaan kesehatan.

Adalah perilaku atau usaha-usaha seseorang untuk memelihara atau menjaga kesehatan agar tidak sakit dan usaha untuk penyembuhan bilamana sakit.

2. Perilaku pencarian atau penggunaan sistem atau fasilitas kesehatan, atau sering disebut perilaku pencairan pengobatan. Perilaku ini adalah menyangkut upaya atau tindakan seseorang pada saat menderita penyakit dan atau kecelakaan.

3. Perilaku kesehatan lingkungan

Adalah apabila seseorang merespon lingkungan, baik lingkungan fisik maupun sosial budaya, dan sebagainya.

II.2.3 Gaya Hidup Masyarakat

Menurut Ega Abdillah (*Kotler, 2002,* h. 192*)* gaya hidup masyarakat adalah pola hidup seseorang di dunia yang diekspresikan dalam aktivitas, minat, dan opininya. Gaya hidup menggambarkan "keseluruhan diri seseorang" dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Secara umum dapat diartikan sebagai suatu gaya hidup yang dikenali dengan bagaimana orang menghabiskan waktunya, apa yang penting orang pertimbangkan pada lingkungan, dan apa yang orang pikirkan tentang diri sendiri dan dunia di sekitar. Sedangkan menurut Minor dan Mowen (2002, p. 282), gaya hidup adalah menunjukkan bagaimana orang hidup, bagaimana membelanjakan uangnya, dan bagaimana mengalokasikan waktu. Selain itu, gaya hidup menurut Suratno dan Rismiati (2001, h. 174) adalah pola hidup seseorang dalam dunia kehidupan sehari-hari yang dinyatakan dalam kegiatan, minat dan pendapat yang bersangkutan. Gaya hidup mencerminkan keseluruhan pribadi yang berinteraksi dengan lingkungan.

II.2.4 Bagaimana Diabetes Berhubungan Dengan Gaya Hidup

Menurut Irsyalrusad, 2011. Gaya hidup santai, kurang berolahrga, kebiasaan mengkonsumsi makanan tinggi kalori dan rendah serat, serta berat badan berlebih, obesitas merupakan sebagian dari fakor risiko dan pencetus Diabetes melitus. Tingginya kejadian Diabetes melitus tipe 2 di perkotaan dibandingkan pedesaan, menunjukkan bahwa gaya hidup berperan penting berkembangnya Diabetes melitus tipe 2 pada seseorang. Kejadian Diabetes melitus tipe 2 yang juga jauh lebih tinggi pada kelompok turunan tionghoa perantauan dibandingkan kejadian di tanah leluhurnya juga menunjukkan hal yang sama.

II.2.4.1 Langkah-Langkah Pengaturan Gaya Hidup Agar Terhindar Dari Diabetes

Menurut Irsyalrusad, 2011. Suatu penelitian yang dilakukan oleh *harvard school of public health* menyimpulkan bahwa berat badan berlebih dan obesitas merupakan faktor risiko utama yang dapat meramalkan seseorang untuk menderita Diabetes

melitus tipe 2 di kemudian hari. Dan, olahraga yang dilakukan secara teratur, paling tidak 30 menit sehari, 5 (lima) kali seminggu, serta diet yang lebih baik, yang rendah lemak, banyak serat akan sangat membantu anda mencegah berkembangnya Diabetes melitus tipe 2. Penelitian lain oleh *finnish* Diabetes *prevention study group* menunjukkan bahwa penurunan berat badan, diet, dan perbaikan aktifitas fisik pada kelompok yang mepunyai risiko Diabetes dapat menurunkan risiko berkembangnya Diabetes tipe 2 lebih dari 50 %. Maka dengan diet, memilih makanan yang sehat, meningkatkan aktifitas fisik dan olahraga yang sangat sederhana seperti jogging, jalan cepat, berenang, bersepeda yang anda lakukan setiap hari akan menurunkan risiko anda untuk mengidap Diabetes melitus.

II.2.4.2 Hubungan Kadar Gula Darah dan Olahraga

Olah raga akan memiliki efek positif pada Diabetes tipe 2 sambil meningkatkan sensitivitas insulin, sementara Diabetes melitus tipe 1 tidak dapat dikendalikan dengan olah raga. Lebih dari 90% individu yang terkena Diabetes memiliki tipe 2. Olah raga menyebabkan tubuh memproses glukosa lebih cepat, yang dapat menurunkan gula darah. Semakin intens ber olah raga, semakin cepat tubuh akan memanfaatkan glukosa. Karena itu, penting untuk memahami perbedaan dalam berolah raga dengan Diabetes tipe 1 dan tipe 2. Hal ini penting bagi seorang individu yang mempunyai Diabetes untuk berkonsultasi dengan dokter sebelum memulai program olah raga. penting untuk memahami bahaya menyuntikkan insulin segera sebelum berolahraga. Individu dengan Diabetes tipe 1 yang menyuntikkan insulin dapat menimbulkan risiko hipoglikemia atau insulin shock selama olah raga. Pedoman olah raga umum Diabetes tipe 1 adalah sebagai berikut: memungkinkan istirahat yang cukup selama sesi olah raga untuk mencegah tekanan darah tinggi, gunakan olah raga dampak rendah dan menghindari mengangkat beban berat, dan selalu memiliki persediaan karbohidrat di dekatnya. Jika kadar gula darah terlalu rendah, individu mungkin merasa gemetar, bingung, lapar, gelisah, dan mudah marah.

Sebelum berolah raga, penting untuk mengecek tingkat gula darah untuk memastikan antara 80 sampai 100 mg / dl dan tidak di atas 250 mg / dl. Kadar gula darah juga harus diuji sebelum, selama, dan setelah tiga sampai lima jam setelah olah raga. Selama periode pemulihan (3-5 jam setelah olah raga), penting bagi penderita Diabetes untuk mengkonsumsi karbohidrat yang cukup untuk mencegah hipoglikemia.

Olah raga akan sangat menguntungkan seorang yang terkena Diabetes tipe 2 karena efek positif pada sensitivitas insulin. Olah raga yang tepat dan gizi adalah bentuk terbaik untuk pencegahan bagi penderita Diabetes tipe 2. Penting untuk diperhatikan, olah raga harus diulang hampir setiap hari untuk membantu mempertahankan sensitivitas insulin dan mencegah hipoglikemia, Seperti individu dengan Diabetes tipe 1, karbohidrat juga harus tersedia selama berolah raga untuk membantu meningkatkan tingkat gula darah jika kadar gula darah menjadi rendah.

II.2.5 Pengertian Desain Grafis

Menurut *Lizard* Wijanarko, 2010. Pengertian Desain grafis berasal dari 2 buah kata yaitu desain dan grafis, kata desain berarti proses atau perbuatan dengan mengatur segala sesuatu sebelum bertindak atau merancang. Sedangkan grafis adalah titik atau garis yang berhubungan dengan cetak mencetak. Jadi dengan demikian desain grafis adalah kombinasi kompleks antara kata-kata, gambar, angka, grafik, foto dan ilustrasi yang membutuhkan pemikiran khusus dari seorang individu yang bias menggabungkan elemen-elemen ini, sehingga mereka dapat menghasilkan sesuatu yang khusus atau sangat berguna dalam bidang gambar. Desain grafis adalah cabang ilmu dari seni desain yang dalam perkembangannya desain grafis dibantu oleh komputer dalam mendesain sebuah objek.

Desain biasa diterjemahkan sebagai seni terapan, arsitektur, dan berbagai pencapaian kreatif lainnya. Dalam sebuah kalimat, kata “desain” bisa digunakan baik sebagai kata benda maupun kata kerja. Sebagai kata kerja, “desain” memiliki arti

“proses untuk membuat dan menciptakan obyek baru”. Sebagai kata benda, “desain” digunakan untuk menyebut hasil akhir dari sebuah proses kreatif, baik itu berwujud sebuah rencana, proposal, atau berbentuk obyek nyata.

Proses desain pada umumnya memperhitungkan aspek fungsi, estetik dan berbagai macam aspek lainnya, yang biasanya datanya didapatkan dari riset, pemikiran, brainstorming, maupun dari desain yang sudah ada sebelumnya.

Desain grafis adalah suatu bentuk komunikasi visual yang menggunakan gambar untuk menyampaikan informasi atau pesan seefektif mungkin. Dalam desain grafis, teks juga dianggap gambar karena merupakan hasil abstraksi simbol-simbol yang bisa dibunyikan. desain grafis diterapkan dalam desain komunikasi dan *fine art*. Seperti jenis desain lainnya, desain grafis dapat merujuk kepada proses pembuatan, metoda merancang, produk yang dihasilkan, atau pun disiplin ilmu yang digunakan. Seni desain grafis mencakup kemampuan kognitif dan keterampilan visual, termasuk di dalamnya tipografi, ilustrasi, fotografi, pengolahan gambar, dan tata letak.

II.2.5.1 Elemen-elemen Desain Grafis

Menurut Vinsensius Sitepu (h.16) Elemen-elemen desain grafis adalah wajib dan diantaranya adalah :

- **Garis**

Garis dalam desain grafis dibagi menjadi 4, yaitu: vertikal, horisontal, diagonal, dan kurva. Dalam pekerjaan desain grafis, garis digunakan untuk memisahkan posisi antara elemen grafis lainnya di dalam halaman. Selain itu bisa digunakan sebagai penunjuk bagian-bagian tertentu dengan tujuan sebagai penjelas kepada pembaca. Dalam konteks tabloid misalnya kita bisa menggunakan garis untuk memisahkan nama rubrik dengan berita.

- **Bentuk**

Bentuk adalah suatu bidang yang terjadi karena dibatasi oleh sebuah kontur (garis) dan atau dibatasi oleh adanya warna yang berbeda atau oleh gelap terang pada arsiran atau karenanya adanya tekstur. Bentuk bisa berupa wujud alam (figur), yang tidak sama sekali menyerupai wujud alam (non figur). Bentuk memiliki perubahan wujud berupa stilisasi, distorsi, dan transformasi. Makna ini dikonstruksi dalam grafis dua dimensi. Lazim juga disebut area. Sedangkan dalam grafis 3 dimensi bentuk disamaartikan dengan massa.

Gambar daun seperti logo di bawah ini misalnya, dibentuk oleh garis-garis kurva tertutup yang membentuk seperti bentuk daun.



Gambar II.1 Kesan bentuk yang terdiri atas garis dan kurva

Sumber :

http://bemuwp.weebly.com/uploads/5/5/0/4/5504628/panduan_mengenal_desain_grafis.pdf (27 juli 2012)

- **Ruang**

Kusmiati dalam Teori Dasar Desain Komunikasi Visual, menjelaskan ruang terjadi karena adanya persepsi mengenai kedalaman sehingga terasa jauh dan dekat, tinggi dan rendah, tampak melalui indra penglihatan. Elemen ini dalam praktik desain grafis koran misalnya digunakan sebagai elemen ruang bernafas bagi mata pembaca. Hal ini dimaksudkan agar tidak terlalu lelah membaca teks yang terlalu panjang. Dan

ruang kosong memberikan penegasan pemisah antar kolom teks koran. Selain itu memberikan kesan desain yang lapang dan rapi. Hal ini diistilahkan dengan *white space* (ruang kosong). Ruang kosong berarti ketidakberadaan teks ataupun gambar. Benar-benar kosong, dan bukan berarti tempat yang terbuang dan sia-sia, bukan sama sekali. Ruang kosong itu adalah bahasa tersendiri dari desain yang Anda buat.



6 SORA MIDO EDISI XIX/II

Tanah Karo Tengah Dirias oleh Elit Penguasa:

Semakin Molekkah?

Oleh Sri Alem Sembiring

JELANG PILKADA KABO 2005

"Singa" yang Semakin Kering

Oleh Karmila br. Karo

Gambar II.2 Penerapan ruang kosong di halaman koran

Sumber :

http://bemuwp.weebly.com/uploads/5/5/0/4/5504628/panduan_mengenal_desain_grafis.pdf (27 juli 2012)

- **Tekstur**

Tekstur adalah unsur rupa yang menunjukkan rasa permukaan bahan (material), yang sengaja dibuat dan dihadirkan dalam susunan untuk mencapai bentuk rupa, baik dalam bentuk nyata ataupun semu. Misalnya kesan tekstur kayu, bulu atau gelas. Sedangkan menurut Kusmiati tekstur adalah sifat dan kualitas fisik dari permukaan suatu bahan (material), seperti kasar, mengkilap, pudar, kusam, yang dapat diterapkan secara kontras, dan serasi.

- **Warna**

Warna ditimbulkan oleh perbedaan kualitas cahaya yang direfleksikan atau dipancarkan oleh obyek. Pada saat kita melihat warna, sebenarnya kita melihat gelombang cahaya yang dipantulkan atau dipancarkan oleh obyek yang kita lihat. (Wartmann, 2004).

Sama seperti bentuk, warna memberikan kesan pesan yang lebih sangat mendalam. Warna merah misalnya mengesankan semangat, kegairahan, dan panas api. Atau warna ungu mengesankan kepucatan, layu dan tidak semangat. Kombinasi antar warna memberikan kesan visual yang bervariasi yang tentu saja berdampak pada kerja desain grafis. Seperti jelas pakar desain grafis *David Dabner* dalam *Design and Layout*: *Understanding and Using Graphics*, warna yang Anda pilih menimbulkan efek yang luar biasa pada kesan desain dan cara orang meresponnya (*feedback*).

II.2.6.2 Prinsip-prinsip Desain Grafis

Menurut Vinsensius Sitepu (h.27) Prinsip-prinsip dalam desain grafis diantaranya adalah :

- **Kesederhanaan**

Banyak pakar desain grafis menyarankan prinsip ini dalam pekerjaan desain. Hal ini sangat logis demi kepentingan kemudahan pembaca memahami isi pesan yang disampaikan. Dalam penggunaan huruf sebuah berita misalnya. Huruf judul (*headline*), subjudul dan tubuh berita (*body text*) sebaiknya jangan menggunakan jenis font yang ornamental dan sulit untuk dibaca. Desainer grafis lazim juga menyebut prinsip ini sebagai KISS (*Keep It Simple Stupid*). Prinsip ini bisa diterapkan dengan penggunaan elemen ruang kosong (*white space*) dan tidak menggunakan terlalu banyak unsur-unsur aksesoris.

- **Keseimbangan**

Keseimbangan adalah keadaan atau kesamaan antara kekuatan yang saling berhadapan dan menimbulkan adanya kesan seimbang secara visual. Prinsip keseimbangan ada dua, yaitu: keseimbangan formal (simetris) dan keseimbangan informal. Keseimbangan formal memberikan kesan sempurna, resmi, kokoh, yakin dan bergengsi.



Gambar II.3 Keseimbangan dalam desain buku

Sumber :

http://bemuwp.weebly.com/uploads/5/5/0/4/5504628/panduan_mengenal_desain_grafis.pdf (27 juli 2012)

- **Kesatuan**

Kesatuan adalah kohesi, konsistensi, ketunggalan atau keutuhan, yang merupakan isi pokok dari komposisi.

- **Penekanan (aksentuasi)**

Penekanan dimaksudkan untuk menarik perhatian pembaca, sehingga ia mau melihat dan membaca bagian desain yang dimaksud. Kalau dalam konteks desain surat kabar ini bisa dilakukan dengan memberikan kotak raster atas sebuah berita. Hal

ini akan mengesankan pentingnya berita itu untuk dibaca oleh pembaca. Atau juga membesarkan ukuran huruf pada judul berita, sehingga terlihat jauh berbeda dengan berita lainnya. Penekanan juga dilakukan melalui perulangan ukuran, serta kontras antara tekstur, nada warna, garis, ruang, bentuk atau motif.

- **Irama (repetisi)**

Irama merupakan pengulangan unsur-unsur pendukung karya seni. Irama merupakan selisih antara dua wujud yang terletak pada ruang, serupa dengan interval waktu antara dua nada musik beruntun yang sama. Desain grafis mementingkan interval ruang atau kekosongan atau jarak antar obyek. Misalnya jarak antarkolom. Jarak antar teks dengan tepi kertas, jarak antar 10 foto di dalam satu halaman dan lain sebagainya.

- **Tipografi**

Tipografi adalah sebuah disiplin khusus dalam desain grafis yang mempelajari mengenai seluk beluk huruf. Huruf-huruf tersebut dikelompokkan menurut beberapa kategori tertentu. Hal ini menunjukkan demikian banyaknya jenis dan karakter huruf yang bisa digunakan dalam desain publikasi. Sebab beberapa jenis huruf bisa menciptakan kesan-kesan tertentu sesuai dengan tema publikasi. Kesan misteri misalnya sangat sulit dibangun jika Anda menggunakan jenis font Arial untuk judul tulisan. Tapi, sebaiknya Anda menggunakan jenis font Nosferatu atau Mystery. Atau ketika Anda dihadapkan membuat desain iklan pernikahan, maka Anda bisa menggunakan font huruf sambung (*script*) sebagai title dan arial sebagai *body text*-nya. Berdasarkan fungsinya tipografi dibagi menjadi dua jenis, yaitu *text types* dan *display types*. Untuk *text types* gunakan ukuran 8 hingga 12 pt. Jenis ini biasanya digunakan utuk badan teks (*body text/copy*) Sedangkan untuk *display types*, gunakan 14 pt ke atas.

II.3 Kampanye

II.3.1 Definisi Kampanye

Definisi kampanye menurut R. Ruslan dalam kiat dan strategi kampanye *public realtions* (2005: 64) adalah "suatu kegiatan komunikasi antara komunikator (penyebar pesan) kepada komunikan (penerima pesan) yang dilakukan secara intensif dalam jangka waktu tertentu secara berencana dan berkesinambungan". Kampanye dapat juga diartikan sebagai kegiatan yang dilakukan oleh organisasi politik yang bersaing memperebutkan kedudukan di parlemen dan sebagainya untuk mendapatkan dukungan pemilih di suatu pemungutan suara. Sedangkan dalam kamus besar bahasa indonesia, berkampanye adalah mengadakan gerakan secara serentak untuk mengumumkan, memberitahukan, mengajak, dan mengadakan aksi kepada khalayak sasaran untuk mengadakan tindakan sesuai dengan yang dipromosikan.

Menurut pakar komunikasi, rice dan raisley dalam kutipan ruslan (2005: 58) dikatakan kampanye adalah keinginan seseorang atau kelompok untuk mempengaruhi opini individu atau publik, kepercayaan, tingkah laku, minat serta keinginan audiensi dengan daya tarik komunikator yang sekaligus komunikatif.

II.3.2 Jenis Kampanye

Kampanye menurut ramlan, drs dalam widiasari (2005: 9) dapat dibedakan menurut jenisnya menjadi 4 macam yaitu:

Kampanye sosial

Adalah suatu kegiatan berkampanye yang mengkomunikasikan pesan-pesan yang berisi tentang masalah-masalah sosial kemasyarakatan dan juga bersifat *non*-komersil. Tujuan dari kampanye sosial sendiri, adalah untuk menumbuhkan kesadaran masyarakat akan gejala-gejala sosial yang sedang terjadi.

Kampanye bisik

Yaitu kampanye yang dilakukan melalui gerakan untuk melawan atau mengadakan aksi secara serentak dengan jalan menyiarkan kabar angin.

Kampanye promosi

Adalah kegiatan kampanye yang dilaksanakan dalam rangka promosi untuk meningkatkan atau mempertahankan penjualan dan sebagainya.

Kampanye politik

Yaitu kampanye yang menyampaikan pesan-pesan kepada masyarakat agar masyarakat dapat memperoleh informasi tentang apa dan bagaimana suatu partai, program maupun visinya, dengan demikian masyarakat dapat memahami maksud dan tujuan dari partai tersebut dan akhirnya dapat menentukan memilih atau tidak memilih.

II.3.3 Fungsi Kampanye

Agar masyarakat lebih menanggapi keberadaan suatu iklan maka didalam pembuatan iklan kampanye memiliki beberapa fungsi antara lain untuk mempromosikan suatu produk, untuk memberikan informasi, untuk meningkatkan atau mempertahankan penjualan.

Kampanye diartikan sebagai: "kegiatan komunikasi untuk mempengaruhi masyarakat dengan merencanakan serangkaian kegiatan atau usaha tertentu untuk mencapai tujuan tertentu dan dalam jangka waktu tertentu".

II.3.4 Strategi Komunikasi Dalam Kampanye

Perencanaan dan manajemen dalam kampanye untuk mencapai tujuan harus mampu memberikan komunikasi yaitu sebagai berikut:

- Bagaimana merubah sikap
- Mengubah opini

- Mengubah prilaku

Keberhasilan yang dilakukan yaitu mampu merubah ketiga hal tersebut diatas sehingga apa yang diharapakan oleh pelaksana kampanye dapat merubah kepada kehidupan yang lebih baik.

II.3.5 Media Kampanye

Media menurut Ramlan dalam widiasari (2005: 10) adalah alat penghubung, perantara dan sarana serta saluran alat komunikasi untuk menyampaikan pesan kepada khalayak sasaran dengan perencanaan yang sistematik dan berharap mendapat tanggapan dari penerima pesan. Jadi, dapat disimpulkan bahwa media kampanye adalah media yang digunakan dalam berkampanye yang berfungsi untuk menyampaikan pesan atau informasi yang akan disampaikan dalam kampanye tersebut, sehingga bisa diterima dan mengenai sasaran yang dituju seperti poster, *billboard*, spanduk, brosur, film, dan lain-lain.

II.4 Analisa Masalah

Untuk mengetahui pemahaman masyakarat mengenai kaitan Diabetes Mellitus dengan pola hidup maka di lakukan penelitian yakni dengan cara memberikan kuisioner kepada masyarakat yang tidak mengidap Diabetes Mellitus, kuisioner dibagikan kepada 30 responden yang dilakukan secara acak. Dari hasil penelitian ini dapat dapat ditarik kesimpulan bahwa masyarakat pada umumnya hanya mengetahui penyebab Diabetes Mellitus disebabkan oleh terlalu banyak mengkonsumsi gula, tetapi pada kenyataanya tidak hanya terlalu banyak mengkonsumsi gula saja, melainkan kurang bergerak dan tidak pernah berolahraga yang merupakan penyebab semakin bertambahnya pengidap Diabetes Mellitus dikota-kota besar seperti sekarang ini.

Dari hasil penelitian maka terdapat :

Fenomena : Cara hidup dan gaya hidup manusia merupakan fenomena yang dapat dikaitkan dengan berbagai macam penyakit, selain itu hasil dari berbagai macam kebudayaan juga dapat menimbulkan berbagai jenis penyakit ini berkembang.

Penyakit Diabetes Mellitus ini merupakan suatu penyakit yang disebabkan oleh gangguan metabolisme kronis yang ditandai dengan tingginya kadar gula yang disertai dengan gangguan metabolisme karbohidrat, lipid dan protein sebagai akibat infusiensi fungsi insulin didalam tubuh seseorang. Infusiensi fungsi insulin dapat disebabkan oleh gangguan atau defisiensi produksi insulin oleh sel-sel beta *langerhans* (kelenjar pankreas), atau disebabkan oleh kurang responsifnya sel-sel tubuh terhadap inisulin. Penyakit dibetes banyak diderita oleh masyarakat terutama masyarakat dari kalangan menegah keatas dengan gaya hidup yang lebih mengandalkan teknologi dan cenderung malas untuk melakukan olahraga karena kesibukan yang dihadapinya.

Isu : Pada tahun 2000 diperkirakan sekitar 150 juta orang didunia mengidap penyakit Diabetes Mellitus. Jumlah ini diperkirakan akan meningkat menjadi dua kali lipat pada tahun 2005, dan sebagian besar peningkatan itu akan terjadi pada negara-negara yang sedang berkembang seperti Indonesia. Populasi penderita Diabetes Mellitus di Indonesia diperkirakan berkisar antara 1,5 sampai 2,5% kecuali di Manado 6%. Dengan jumlah penduduk sekitar 200 jiwa, berarti lebih kurang 3-5 juta penduduk Indonesia mengidap penyakit Diabetes Mellitus, tercatat pada tahun 1995, jumlah penderita Diabetes Mellitus di Indonesia mencapai 5 juta jiwa, Pada tahun 2005 diperkirakan akan mencapai 12 juta penderita Diabetes Mellitus.

Opini : Banyak masyarakat yang berpendapat bahwa penyakit Diabetes Mellitus adalah penyakit yang selalu berhubungan dengan konsumsi gula yang berlebihan dan segala hal yang berhubungan erat tentang gula selalu dikaitkan dengan penyakit Diabetes Mellitus, maka dari itu setiap tahun penderita Diabetes Mellitus semakin bertambah banyak, karena masyarakat pada umumnya tidak mengetahui tentang

hubungan gaya hidup dengan terjangkitnya penyakit Diabetes Mellitus yang pada kenyataanya tidak selalu berhubungan dengan gula.

II.5 Solusi Permasalahan

Dalam permasalahan yang telah dijelaskan pada sub bab sebelumnya, maka solusi yang akan diambil adalah membuat perancangan kampanye pencegahan Diabetes Mellitus melalui perancangan desain grafis tangga-tangga perkantoran sebagai sarana untuk menceggah dan memberikan informasi tentang bagaimana Diabetes Mellitus berhubungan dengan gaya hidup, sehingga penyampaian pesan pada kampanye ini dapat tersampaikan dengan baik dan jelas.

II.6 Target Audiens

Karena berbagai keterbatasan, proyek tugas akhir ini akan hanya berkonsentrasi pada masyarakat dengan segmentasi sebagai berikut :

II.6.a Geografis

Letak geografis yang diambil yaitu wilayah Bandung barat yang banyak terdapat perkantoran yang memungkinkan untuk penyampaian kampanye melalui revitalisasi desain grafis tangga-tangga perkantoran yang memang mempunyai tangga yang berdampingan dengan lift sebagai media utama dalam kampanye yang akan dilaksanakan.

II 6.b. Demografis, sosial dan ekonomi

Jenis Kelamin : Laki-laki dan perempuan

Usia : 25-45 tahun

masyarakat pada usia tersebut biasanya lebih sibuk bekerja tanpa memperhatikan pola hidup sehat yang salahsatunya dapat dilakukan dengan cara olahraga yang teratur dan ingin menikmati hidupnya dengan hal yang lebih menyenangkan dan suasana baru.

Pendidikan : S1-S3

Pekerjaan : Pegawai negri maupun swasta.

Status Sosial : Menengah keatas dengan kisaran

±Rp.5.000.000-10.000.000

II. 6.c. Psikografis

Secara sederhana, psikografis diartikan sebagai segmentasi berdasarkan gaya hidup yang pada prinsipnya adalah bagaimana seseorang menghabiskan waktu dan uangnya. Mereka adalah segmen yang menjadikan teknologi sebagian dari gaya hidup, menyukai hal yang baru, memebeli kebutuhan yang sebenarnya tidak terlalu dibutuhkan dan kebiasaan masyarakat kota bandung yang lebih suka melakukan semua hal dengan cara praktis.

II. 6.d. Teknografi

Dalam pelaksanaan kampanye pencegahan Diabetes Mellitus melalui ambient media ini ditujukan kepada masyarakat kota bandung yang umumnya pengguna barang-barang elektronik berteknologi yang semakin merebak di kota bandung terutama jenis *handphone* dan komputer.