

# Perancangan Media Sosial Penggunaan Sepatu Hak Tinggi yang Sehat dan Aman Pada Wanita Dewasa

Wulan Purnamasari

Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Seni dan Desain, Universitas Kristen Petra,

Siwalankerto 121-131, Surabaya

Email: [wulan1993@windowslive.com](mailto:wulan1993@windowslive.com)

## Abstrak

Penampilan merupakan hal yang utama bagi perempuan. Hampir setiap perempuan selalu menjaga penampilan dari ujung rambut hingga ujung kaki. Untuk menunjang penampilannya, hampir setiap wanita menggunakan sepatu berhak tinggi atau biasa disebut dengan *high heels*. Dalam penggunaannya, para wanita dewasa mengalami beberapa kekurangan seperti nyeri lutut dan pernah terjatuh saat menggunakan sepatu hak tinggi. Namun, para wanita dewasa tidak kapok dan tidak rela meninggalkan sepatu hak tinggi meskipun telah pernah mengalami kekurangan dari pemakaian sepatu tersebut. Oleh karena itu, diciptakanlah perancangan media sosial yang diharapkan dapat berperan sebagai media edukasi dan informatif bagi para wanita dewasa untuk mengetahui penggunaan sepatu hak tinggi yang aman dan sehat bagi wanita seusianya. Diharapkan setelah melihat media ini para wanita dewasa mengerti dan memahami bagaimana menggunakan sepatu hak tinggi yang sehat dan aman bagi wanita seusianya.

Kata Kunci: Perancangan Komunikasi Visual, Media Sosial, Wanita Dewasa terhadap Penggunaan Sepatu Hak Tinggi yang Sehat dan Aman.

## Abstract

**Title:** *Designing a Social Media the Usage Rights High Heels Shoes in Healthy and Safe Way for Adult Women.*

Appearance is the main thing for women. Almost every woman always keep the appearance from head to toe. To support his appearance, almost every woman using high heels. In use, the adult women experience some deficiencies such as knee pain and ever fall while using the high heels. However, adult women are not willing to give up and do not want to leave the high heels even though it has been deprived of the use of these shoes.

Therefore, the design was created a social campaign that is expected to act as a media of education and informative for adult women to know the usage of high heels that are safe and healthy for her age. It is expected that after seeing this campaign mature women know and understand how to use high heels in a healthy and safe way for her age.

**Keywords:** *Design of Visual Communication, Social Campaigns, the Use of Adult Women Right High Heel Shoes in Healthy and Safe Way.*

## Pendahuluan

Penampilan merupakan hal yang utama bagi sebagian perempuan. Tidak sedikit yang berpikir bahwa penampilan akan menentukan daya tarik seseorang. Terlebih lagi bagi kaum wanita yang sebagian besar memperhatikan penampilannya dari ujung rambut hingga ujung kaki. Untuk menunjang penampilannya,

hampir setiap wanita menggunakan sepatu berhak tinggi atau lebih dikenal dengan nama *high heels*.

Menurut sejarah, sepatu hak tinggi ini dibuat sebagai pelindung lumpur oleh masyarakat Venesia. Penggunaan sepatu hak tinggi ini tergantung pada keperluan. Semakin tebal lumpur di jalan, maka semakin tebal pula sol sepatu yang digunakan. Seiring

berjalannya waktu, sepatu ini mengalami perkembangan dengan rendah di bagian depan dan tinggi di bagian tumit namun masih tetap bertujuan untuk melindungi kaki dari lumpur.

Waktu demi waktu, sepatu hak tinggi mengalami modifikasi yang cenderung bergeser mengarah kepada *fashion* dan pemikiran tentang *high heels* pun berubah. Perempuan yang menggunakan sepatu hak tinggi cenderung dianggap anggun. Bahkan ada yang beranggapan bahwa semakin tinggi hak sepatu, maka semakin anggun perempuan yang menggunakannya.

Sejak usia muda kaum wanita telah mengenal sepatu jenis ini. Tidak dapat dipungkiri, kita semua tahu sepatu hak tinggi sudah menjadi bagian hidup dari para wanita sejak usia muda hingga ia dewasa. Bahkan banyak wanita yang telah terbiasa dan bergantung pada pemakaian sepatu hak tinggi hingga usia lanjut, dan ketika mereka menggunakan sepatu datar mereka merasa seperti berjalan dengan kaki telanjang.

Memiliki satu atau dua pasang sepatu sepertinya tidak cukup bagi banyak wanita – terlebih sepatu hak tinggi. Sebenarnya perasaan ini bukan sepenuhnya tanpa alasan. Terdapat berbagai jenis sepatu hak tinggi dengan penggunaan yang berbeda-beda. Beda penampilan, beda pula hak tinggi yang dibutuhkan. Berikut beberapa contoh jenis sepatu wanita yang paling umum digunakan:

### 1. *Stiletto*



**Gambar 1.1**

Dengan hak tinggi yang runcing dan tipis, *stiletto* adalah jenis sepatu hak tinggi yang sering dianggap menyempurnakan penampilan seorang perempuan menjadi lebih *feminine* dan formal, sehingga cocok dipadupadankan dengan kemeja dan celana kerja. Namun *stiletto* yang terlalu tinggi juga dapat menyebabkan saraf kaki terjepit. Pilihlah *stiletto* dengan tinggi tidak lebih dari dua atau tiga inci.

### 2. *Wedges*



**Gambar 1.2**

*Wedges* adalah jenis sepatu berhak tinggi dan tebal, sehingga hak menutupi sol sepatu dari bagian depan atau tengah hingga belakang.

*Wedges* juga memberikan kesan santai bagi penggunaannya, sehingga lebih cocok untuk digunakan dengan pakaian santai dibandingkan dengan pakaian yang formal.

### 3. *Kitten Heels*



**Gambar 1.3**

*Kitten heels* bukanlah sepatu hak tinggi dengan gambar anak kucing, melainkan sepatu dengan hak tinggi yang memiliki ukuran relatif pendek, yaitu sekitar 1,5 inci.

Sepatu hak tinggi jenis ini merupakan pilihan yang aman untuk penggunaan sehari-hari karena berkesan elegan dan feminin, namun haknya tidak terlalu tinggi. Sepatu jenis ini cocok untuk dikenakan di kantor, namun juga pas untuk acara sesudah jam kantor.

### 4. *Platform*



**Gambar 1.4**

Bagi yang ingin menambah ketinggian hingga beberapa sentimeter, *platform* adalah jawabannya. *Platform* adalah jenis sepatu yang memiliki hak tinggi runcing seperti stiletto namun dengan tambahan sol tebal pada bagian depan sepatu.

### 5. *Peep-toe Heels*



**Gambar 1.5**

*Peep-toe heels* adalah sepatu hak tinggi yang memiliki bagian depan terbuka, sehingga memperlihatkan jari-jari kaki Anda. Serupa dengan *kitten heels*, *peep-toe* adalah jenis sepatu yang cocok untuk segala acara. *Peep-toe* juga cocok bagi mereka yang belum terbiasa menggunakan hak tinggi. Bagian depannya yang terbuka memberi tekanan yang lebih sedikit dibandingkan hak tinggi tertutup sehingga terasa lebih nyaman.

### 6. *Boots*



**Gambar 1.6**

Berbeda dengan *peep-toe* yang memiliki bagian terbuka, *boots heels* adalah hak tinggi yang cenderung tertutup, karena bentuknya yang terkadang menutupi hingga di atas mata kaki. Bagi yang suka terlihat berani dan unik, sepatu ini cocok bagi Anda.

Dalam penggunaannya, sepatu hak tinggi ini banyak menimbulkan beberapa kekurangan, terutama pada wanita dewasa. Seperti timbulnya rasa panas dan nyeri pada tumit, tumbuhnya tumor jinak, terserang osteoarthritis, dan pengalaman buruk terjatuh saat memakai sepatu hak tinggi.

Namun, banyak wanita yang tidak kapok meski pernah mengalami pengalaman buruk tersebut. Seperti survei yang dikutip oleh [www.waspada.co.id](http://www.waspada.co.id), ditemukan beberapa fakta unik tentang hubungan wanita dengan sepatu hak tinggi, yaitu:

- Meski telah memberi daftar panjang akan kekurangannya, banyak perempuan tidak rela melepas sepatu hak tinggi dari daftar pelengkap penampilan mereka. Sebanyak 58% perempuan yang disurvei mengaku tidak akan menanggalkan sepatu hak tinggi, meski mereka membuat rasa sakit dan tidak nyaman.
- Lebih dari setengah wanita yang disurvei menyatakan, memakai sepatu hak tinggi telah membuat mereka percaya diri dan sebanyak 35% merasa cerdas ketika memakainya.

Di sisi lain, terdapat pula jejeran kekurangan yang ditimbulkan akibat dari penggunaan sepatu hak tinggi berlebihan. Tidak hanya sekedar pusing dan capai, namun penggunaan sepatu hak tinggi yang berlebihan juga dapat menimbulkan beberapa penyakit sebagai berikut:

1. *Bunions*



Gambar 1.7

Penyakit ini merupakan pertumbuhan tulang yang di sekitar pangkal jempol kaki. Akibatnya, dapat membuat jempol kaki bengkok dan mengarah ke jari-jari kaki lainnya hingga menimbulkan rasa nyeri.

2. *Corns*



Gambar 1.8

Terjadi penebalan kulit kaki yang disebabkan gesekan berulang terhadap sepatu. Selain dapat terasa

menyakitkan dari waktu ke waktu, *corns* sering terjadi bersamaan dengan bunions.

3. *Hammer toe*



Gambar 1.9

Suatu kondisi di mana ujung jari kaki, biasanya jari kedua, dipaksa turun oleh sepatu yang dapat mengakibatkan deformitas. Hal ini hanya bisa diperbaiki dengan bantuan peralatan medis tertentu atau operasi.

4. *Morton's*



*neuroma*

Gambar 1.10

Terjadi cedera pada saraf di pertengahan kaki. *Morton's neuroma* akan menyebabkan jaringan di sekitar daerah itu menebal, rasa sakit, dan mati rasa. Pembedahan kadang-kadang diperlukan untuk menghilangkan jaringan, hingga meringankan beban penderita.

5. *Pump bump*



Gambar 1.11

Secara teknis, pump bump disebut *Haglund's deformity*. *Pump bump* adalah pertumbuhan tulang yang terjadi pada tumit. Biasanya diakibatkan oleh tekanan konstan dan gesekan punggung kaku serta tali sepatu hak tinggi. Satu-satunya cara untuk mengobati kelainan ini adalah operasi, hingga menghilangkan tulang yang berlebih.

6. *Metatarsalgia*



Gambar 1.12

Ini adalah jenis peradangan yang menyakitkan. Biasanya terjadi pada bola mata kaki sebagai akibat dari tekanan berulang pada tulang metatarsal, yang merupakan tulang di antara jari-jari kaki dan lengkungan kaki.

Dari hasil survei dan fakta di atas, dibuatlah perancangan media edukasi untuk mengetahui penggunaan sepatu hak tinggi yang sehat dan aman sehingga menjauhkan mereka dari resiko cedera dan penyakit tulang. Media yang digunakan adalah iklan layanan masyarakat yang mengajarkan para perempuan dewasa pengguna sepatu hak tinggi untuk mengetahui cara yang aman dan sehat dalam penggunaan sepatu tersebut, serta mengurangi penggunaan sepatu hak tinggi bila hendak bepergian dalam jangka waktu yang lama.

Perancangan yang memiliki tema sejenis adalah: Perancangan Iklan Layanan Masyarakat Untuk Mengurangi Penggunaan High Heels Pada Remaja Putri oleh Josephine Angelia Pranata.

- Perancangan ini dilakukan dengan menggunakan media iklan layanan masyarakat (ILM) dengan tujuan memberikan pencegahan sejak dini agar remaja putri di kedepannya tidak terlalu bergantung untuk menggunakan high heels.
- Perbedaan dengan perancangan di atas dengan perancangan yang penulis angkat ialah, perancangan yang penulis angkat mengedukasi wanita dewasa supaya tidak terganggu kesehatannya dalam aktivitasnya yang menuntut untuk selalu menggunakan sepatu hak tinggi.

Media yang digunakan juga berbeda, jika Josephine menggunakan ILM dan ambient media, dalam perancangan ini penulis menggunakan iklan layanan masyarakat dengan pendekatan fotografi yang hiperbola.

## Rumusan Masalah

Bagaimana cara merancang media berupa iklan layanan masyarakat yang efektif dan efisien untuk membantu mengedukasi para wanita dewasa yang telah bergantung pada sepatu hak tinggi?

## Tujuan Perancangan

Para wanita dewasa dapat bijaksana dalam menggunakan sepatu hak tinggi yang sehat dan aman pada usianya.

## Batasan Masalah

Batasan masalah di atas adalah menggunakan iklan layanan masyarakat sebagai media informatif untuk

membantu mengedukasi para wanita dewasa dalam penggunaan sepatu hak tinggi yang sehat dan aman pada usianya.

Para wanita dewasa berusia 30-40 tahun mengerti cara penggunaan sepatu hak tinggi yang sehat dan aman pada usianya.

## Manfaat Perancangan

Bagi Masyarakat :

Diharapkan dapat membantu masyarakat untuk mengetahui dan memahami pemilihan sepatu hak tinggi bagi para wanita dewasa yang sehat dan aman, serta membantu mengingatkan para wanita dewasa untuk selalu menggunakan sepatu hak tinggi sesuai dengan usianya.

Bagi Mahasiswa DKV :

Dapat merancang suatu perancangan bersifat nyata dan dapat diterapkan untuk suatu tujuan tertentu.

Bagi Wanita Dewasa:

Diharapkan dapat memberikan pengetahuan akan penggunaan sepatu hak tinggi yang sehat dan aman sehingga para wanita dewasa dapat terhindar dari risiko kesehatan namun tetap dapat menggunakan sepatu hak tinggi sesuai usianya.

## Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data untuk perancangan ini ada dua yaitu data primer dan sekunder. Data primer di kumpulkan dengan cara menggunakan metode observasi, mengobservasi kebiasaan target perancangan, yaitu para wanita dewasa yang masih gemar menggunakan sepatu berhak tinggi. Dokumentasi, mendokumentasikan tentang kebiasaan penggunaan sepatu berhak tinggi pada para wanita dewasa. Wawancara, melakukan wawancara dengan sekelompok ibu-ibu yang sering menggunakan sepatu berhak tinggi dalam kegiatan sehari-harinya. Data sekunder dikumpulkan dari referensi internet, majalah, dan buku-buku.

## Metode Analisis Data

Metode yang digunakan untuk perancangan iklan layanan masyarakat tentang penggunaan sepatu hak tinggi yang aman dan sehat ini adalah metode penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian tentang riset yang bersifat deskriptif dan cenderung menggunakan analisis. Proses dan makna (perspektif subyek) lebih ditonjolkan dalam penelitian kualitatif. Landasan teori dimanfaatkan sebagai pemandu agar fokus penelitian sesuai dengan fakta di lapangan. Selain itu landasan teori juga bermanfaat untuk memberikan gambaran umum tentang latar penelitian dan sebagai bahan pembahasan hasil penelitian. Terdapat perbedaan mendasar antara peran

landasan teori dalam penelitian kuantitatif dengan penelitian kualitatif. Dalam penelitian kuantitatif, penelitian berangkat dari teori menuju data, dan berakhir pada penerimaan atau penolakan terhadap teori yang digunakan; sedangkan dalam penelitian kualitatif peneliti bertolak dari data, memanfaatkan teori yang ada sebagai bahan penjelas, dan berakhir dengan suatu “teori”.

Penelitian kualitatif jauh lebih subyektif daripada penelitian atau survei kuantitatif dan menggunakan metode sangat berbeda dari mengumpulkan informasi, terutama individu, dalam menggunakan wawancara secara mendalam dan grup fokus. Sifat dari jenis penelitian ini adalah penelitian dan penjelajahan terbuka berakhir dilakukan dalam jumlah relatif kelompok kecil yang diwawancarai secara mendalam.

Peserta diminta untuk menjawab pertanyaan umum, dan interviewer atau moderator group periset menjelajah dengan tanggapan mereka untuk mengidentifikasi dan menentukan persepsi, pendapat dan perasaan tentang gagasan atau topik yang dibahas dan untuk menentukan derajat kesepakatan yang ada dalam grup. Kualitas hasil temuan dari penelitian kualitatif secara langsung tergantung pada kemampuan, pengalaman dan kepekaan dari interviewer atau moderator group.

Metode yang digunakan untuk perancangan iklan layanan masyarakat tentang penggunaan sepatu hak tinggi yang aman dan sehat ini adalah metode penelitian kualitatif dengan analisis 5W1H sebagai berikut:

- a. WHAT : Penggunaan sepatu hak tinggi yang sehat dan aman bagi wanita dewasa.
- b. WHO : Para wanita dewasa usia 30-40 tahun
- c. WHERE : Kota Surabaya, karena kota Surabaya merupakan salah satu kota metropolitan di Indonesia yang memiliki *life style* yang cukup tinggi.
- d. WHEN : Efek buruk penggunaan sepatu hak tinggi terjadi saat wanita berusia di atas 50 tahun atau setelah menopause.
- e. WHY : Untuk mengedukasi para wanita dewasa mengenai penggunaan sepatu hak tinggi yang sehat dan aman di usianya.
- f. HOW : Observasi, dokumentasi, dan wawancara.

## Konsep Perancangan

Merancang suatu iklan layanan masyarakat bagi para wanita dewasa yang bukan hanya menarik bagi sasaran tetapi juga bermanfaat sebagai sarana edukasi para wanita dewasa yang bergantung pada penggunaan sepatu hak tinggi. Dalam merancang iklan layanan masyarakat ini diperkuat sisi dan unsur informatif dan edukatif bagaimana kebiasaan penggunaan sepatu hak tinggi yang sehat dan aman

untuk wanita seusia dirinya sehingga dapat terhindar dari efek buruk penggunaan sepatu hak tinggi di kemudian hari. Gaya perancangan yang akan dibuat adalah desain yang simple dan modern, mengingat target perancangan adalah ibu-ibu modern yang *up to date* dan gemar mengenakan sepatu hak tinggi.

## Pembahasan

Bagaimana suatu individu atau kelompok memandang penting tidaknya suatu hal, bergantung pada cara individu atau suatu kelompok memberi arti yang sama pada hal tersebut. Dalam hal ini, bagaimana arti sepatu hak tinggi bagi wanita bergantung pada arti yang diberikan pada sepatu dan cara mereka menggunakan hal atau barang tersebut. Arti dan nilai seperti apakah yang diberikan seorang wanita pada sepatu hak tinggi hingga membuat para designer sepatu seperti Manolo Blahnik, Christian Loubotin, dan banyak perancang lainnya berani membuat berbagai macam jenis sepatu hak tinggi yang dibandrol dengan harga sangat mahal? Untuk dapat menjelaskan hal-hal tersebut, kita dapat memulai dengan memperhatikan bagaimana cara wanita masa kini memakai sepatu hak tinggi dalam kesehariannya.

Wanita yang memakai sepatu hak tinggi dinilai memiliki tampilan lebih menarik. Selain secara fisik mereka terlihat lebih tinggi, wanita dengan sepatu hak tinggi terlihat lebih feminim, hal tersebut disebabkan efek yang membuat kaki terlihat lebih jenjang dan langkahlangkah kecil saat berjalan menggunakan high heels. Lebih dari itu, karakteristik seorang wanita seolah dapat diketahui dari jenis sepatu yang mereka gunakan.

Umumnya jenis sepatu hak tinggi yang sering dijumpai saat ini ada dua yaitu, sepatu *wedges* dengan bentuk hak *platform* tebal, dan sepatu *stiletto* dengan bentuk hak yang meruncing ke bawah. Wanita yang menyukai sepatu dengan hak tinggi *stiletto*, dinilai memiliki kepribadian yang luar biasa dan senang menjadi perhatian. Efek kaki yang jenjang saat menggunakan *stiletto* membuat wanita terlihat atraktif secara *sexual* sehingga wanita yang menggunakan sepatu jenis ini dianggap sangat mengerti apa yang menjadi kekuatan dan daya tarik tanpa mengabaikan karakteristik seseorang yang seolah dibentuk oleh jenis sepatu hak tinggi yang digunakan atau alam bawah sadar seseorang yang menampilkan karakteristik berdasarkan jenis sepatu yang dipilihnya. Wanita yang memakai sepatu *stiletto* secara visual terlihat lebih menarik. Untuk dapat berjalan dengan baik saat menggunakan sepatu hak tinggi seperti *stiletto* seorang perempuan harus dapat menyeimbangkan tubuhnya, hal itulah yang menjelaskan mengapa wanita yang memakai sepatu *stiletto* memiliki postur tubuh yang baik.

Mereka terbiasa berjalan dengan tegak untuk dapat menyeimbangkan tubuhnya saat berjalan, yang mana keseimbangan tersebut tentu sangatlah sulit dicapai bila mereka membungkukkan tubuhnya. Terbiasa dengan pola langkah yang kecil serta tubuh yang tegak, hal ini tentu dapat menjelaskan mengapa wanita yang duduk cenderung sangat feminim dan berpostur baik sekalipun saat mereka duduk.

Pemakaian sepatu hak tinggi meningkatkan sensasi akan simbol kekuatan dan status seorang pemakainya. Bukan hanya cerminan pada sejarah penciptaanya, hal ini juga dicerminkan dari perilaku keseharian seseorang yang memakai sepatu hak tinggi. Sangatlah jarang dijumpai dalam moda transportasi angkutan umum. Para wanita yang memakai sepatu hak tinggi cenderung untuk memilih untuk menggunakan kendaraan pribadi, atau taksi jika memang tidak ada kendaraan pribadi. Pada awalnya, hal tersebut dikarenakan oleh ketidak-mudahan memakai sepatu hak tinggi, kenyamanan dibutuhkan untuk meminimalisir rasa sakit dan resiko yang dihadapi saat menggunakan sepatu hak tinggi. Tanpa sadar, kini hal tersebut mampu menjadi simbol akan status sosial, nyaman yang harus dibayar lebih saat menggunakan sepatu hak tinggi.

*“Shoes transform your body language and attitude. They lift you physically and emotionally.”* – Christian Loubotin-

Survei-survei yang dilakukan untuk menanyakan berapa rata-rata sepatu yang dimiliki seorang wanita selalu memberikan angka berbeda dan memiliki satu kesimpulan yang sama, *“A woman can never have enough shoes”*. Arti yang diberikan seorang wanita atau komunitas pada sepatu hak tinggi dari awal mula sejarah keberadaannya, telah memberikan high heels peran deterministik. Kini dengan alasan untuk memberikan kesan profesionalitas dan kesantunan, dalam acara-acara tertentu, dalam acara formal, maupun dalam rutinitas bekerja seorang wanita diharuskan bekerja dengan menggunakan sepatu berhak. Suka atau tidak, nyaman ataupun tidak, pengakuan masyarakat terhadap peran *high heels* membuat seorang wanita yang tidak menyukai *high heels* pun seolah tidak memiliki pilihan lain selain memaksakan dirinya untuk memakainya.

Tampilan menarik seorang wanita yang memakai sepatu hak tinggi bukanlah tanpa resiko. Anjuran pemakaian sepatu hak tinggi maksimal selama 3 jam bukanlah tanpa alasan. Sepatu High Heels akan mengakibatkan tekanan yang tinggi pada permukaan telapak kaki sehingga akan memicu *metatarsalgia* yaitu kondisi sakit yang parah atau kram yang ditimbulkan oleh bagian anterior tulang telapak, biasanya nyeri akan terasa pada bagian tumit dan mata kaki.

Penggunaan sepatu hak tinggi dalam waktu yang sering dapat menimbulkan masalah pada kaki. Tubuh yang tidak seimbang yang dihasilkan dari penggunaan high heels dalam periode yang cukup lama, akan menyebabkan beberapa otot mengecil, bahkan penelitian menemukan penggunaan sepatu hak tinggi dalam kegiatan sehari-hari akan memperpendek otot kaki. Hal ini disebabkan karena sepatu high heels terus menerus memaksakan pemakainya untuk berjalan jinjit. Keseimbangan tubuh juga menyebabkan resiko lain, yaitu cedera keseleo hingga patah tulang pada saat jatuh saat memakai sepatu hak tinggi.

Penggunaan sepatu hak tinggi yang terlalu sering akan membuat postur tubuh berubah sehingga terjadi perubahan pada pinggul dan tulang belakang menjadi tidak sejajar, inilah yang menyebabkan tubuh terlihat melengkung. Cara berjalan juga akan dipengaruhi pada saat melepaskan pemakaian sepatu hak tinggi dalam keseharian. Selain itu, cacat permanen juga dapat ditimbulkan akibat pemakaian sepatu hak tinggi, diantaranya :

### 1. Bunions



**Gambar 2.19**

Penyakit ini merupakan pertumbuhan tulang yang di sekitar pangkal jempol kaki. Akibatnya, dapat membuat jempol kaki bengkok dan mengarah ke jari-jari kaki lainnya hingga menimbulkan rasa nyeri.

### 2. Corns



**Gambar 2.20**

Terjadi penebalan kulit kaki yang disebabkan gesekan berulang terhadap sepatu. Selain dapat terasa menyakitkan dari waktu ke waktu, *corns* sering terjadi bersamaan dengan bunions.

### 3. Hammer toe



**Gambar 2.21**

Suatu kondisi di mana ujung jari kaki, biasanya jari kedua, dipaksa turun oleh sepatu yang dapat mengakibatkan *deformitas*. Hal ini hanya bisa

diperbaiki dengan bantuan peralatan medis tertentu atau operasi.

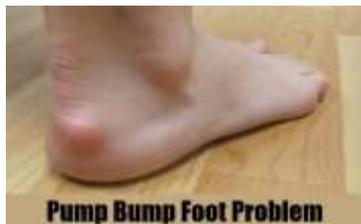
#### 4. *Morton's neuroma*



**Gambar 2.22**

Terjadi cedera pada saraf di pertengahan kaki. *Morton's neuroma* akan menyebabkan jaringan di sekitar daerah itu menebal, rasa sakit, dan mati rasa. Pembedahan kadang-kadang diperlukan untuk menghilangkan jaringan, hingga meringankan beban penderita.

#### 5. *Pump bump*



**Gambar 2.23**

Secara teknis, *pump bump* disebut *Haglund's deformity*. *Pump bump* adalah pertumbuhan tulang yang terjadi pada tumit. Biasanya diakibatkan oleh tekanan konstan dan gesekan punggung kaku serta tali sepatu hak tinggi. Satu-satunya cara untuk mengobati kelainan ini adalah operasi, hingga menghilangkan tulang yang berlebih.

#### 6. *Metatarsalgia*



**Gambar 2.24**

Ini adalah jenis peradangan yang menyakitkan. Biasanya terjadi pada bola mata kaki sebagai akibat dari tekanan berulang pada tulang metatarsal, yang merupakan tulang di antara jari-jari kaki dan lengkungan kaki.

Demi mendapatkan penampilan yang menarik dan atas nama *fashion*, seorang wanita mampu menahan rasa

sakit dan menghadapi resiko cedera selama menggunakan sepatu hak tinggi.

Bahkan saat ini timbul tren operasi untuk memotong jari tengah dan jari manis kaki wanita demi mendapatkan kenyamanan saat menggunakan sepatu hak tinggi. Hal ini menjadi menarik karena tanpa mengabaikan risikonya, para wanita bukannya memilih bentuk-bentuk pencegahan dari akibat yang akan ditimbulkan oleh pemakaian sepatu hak tinggi, melainkan mencoba beradaptasi dengan melakukan upaya 'modifikasi' permanen pada kakinya.

Seperti halnya kekuatan yang dimunculkan pada sisi maskulinitas seorang pria, seorang wanita mampu menunjukkan kekuatannya dalam menahan rasa sakit menggunakan sepatu hak tinggi, kekuatan ini juga yang menjadi representasi *independency* seorang wanita. Harga resiko yang harus dibayar wanita dalam menggunakan sepatu hak tinggi berkaitan dengan keinginan untuk menampilkan sisi fisik, tampilan visual terbaik, dengan konsep akan kecantikan diri yang dapat menarik perhatian. Perhatian ini bukan hanya sinyal yang diperuntukkan bagi para lelaki untuk menunjukkan sisi seksualitas yang dimiliki wanita tersebut. Sinyal tersebut juga diperuntukkan bagi sesama wanita, sinyal kemampuan dalam kompetisi untuk membuat pilihan-pilihan keputusan berkaitan dengan kemandirian yang dimilikinya.

Berdasarkan pada kemungkinan terjadinya cacat permanen di atas, disarankan para wanita baik yang masih memiliki tulang normal maupun yang telah terjangkit cacat tersebut sebaiknya menerapkan saran-saran sebagai berikut:

1. Tidak mengenakan sepatu hak tinggi untuk berjalan atau kondisi berdiri penuh dalam waktu lebih dari 3 jam.
2. Apabila tuntutan pekerjaan atau pesta, carilah tempat duduk dan istirahatkan kaki anda kurang lebih selama 1 jam.
3. Jangan mengenakan sepatu hak tinggi ke tempat – tempat yang tidak diperlukan, misal: ke salon, gereja, atau saat menjemput anak ke sekolah.
4. Pakailah sepatu dengan ukuran yang sesuai dengan kaki anda, jangan melebihi 1 ukuran di atas dengan alasan menghindari lecet. Hal ini akan memaksa otot dan tulang kaki anda untuk menahan lebih berat beban tubuh dan membuat postur tubuh anda menjadi tidak seimbang.
5. Sebaiknya tidak terlalu sering memakai sepatu dengan hak lebih dari 5 cm.
6. Setelah bepergian lama menggunakan sepatu hak tinggi, istirahatkan kaki anda dengan merendam kaki yang sakit di dalam air panas dan mengurutnya satu dua kali sehari dapat membantu melancarkan peredaran darah di kaki dan mengurangi rasa sakit.

Dewasa ini banyak terlihat wanita usia dewasa (paruh baya) di tempat umum juga mengenakan sepatu hak

tinggi seperti wanita remaja. Hal ini disebabkan oleh sifat dasar wanita yang ingin selalu menjaga penampilan dari usia muda hingga usia lanjut. Demi mendapatkan penampilan yang menarik dan atas nama *fashion*, banyak wanita dengan usia rata-rata di atas 40 tahun masih memaksakan memakai sepatu dengan hak minimal 7 cm meskipun dalam pemakaiannya mengalami nyeri dan sakit pada bagian pinggang. Hal ini juga didorong oleh rasa kompetisi dan gengsi pada strata ekonomi & sosial di kalangan mereka yang termasuk kalangan atas.

Selain demi menjaga penampilan, tuntutan profesi dan pekerjaan terkadang juga mengharuskan mereka untuk selalu memakai sepatu hak tinggi selama berjam-jam. Selain profesi, terkadang para wanita dewasa juga masih memikirkan ke-eksis-an saat acara arisan, makan – makan, nongkrong di kafe, dsb.

Fenomena ini semakin berlanjut ketika para wanita dewasa semakin tidak bisa melepaskan *high heels*-nya baik pada acara yang menuntut mengenakan sepatu hak tinggi hingga ke tempat – tempat yang seharusnya tidak perlu mengenakan sepatu hak tinggi seperti ke salon, sekolah anak, atau ke tempat ibadah. Hal ini terus berlanjut karena kurangnya pengetahuan mereka mengenai efek buruk yang dapat terjadi pada bentuk tubuh mereka dalam jangka waktu yang panjang. Para wanita dewasa cenderung hanya mengetahui efek jangka pendek dari penggunaan sepatu hak tinggi, namun mengabaikan efek jangka panjang dan kecacatan permanen yang dapat timbul akibat dari pemakaian sepatu hak tinggi yang berlebihan.

Dengan semakin berkembangnya kota Surabaya, dapat dilihat semakin menjamurnya tempat – tempat eksis seperti *cafe* dan *mall*. Tidak sedikit pula salon yang dibuka di dalam *mall*. Tempat – tempat seperti ini tidak hanya ramai didatangi oleh para remaja wanita, namun juga para wanita dewasa kalangan sosialita dengan strata ekonomi kelas atas. Para wanita dewasa ini cenderung mementingkan penampilan dengan memakai sepatu hak tinggi sebagai salah satu pelengkap penampilannya.

Media yang akan digunakan untuk memecahkan masalah pemakaian sepatu hak tinggi yang aman dan sehat pada wanita dewasa ini adalah dengan menggunakan Iklan Layanan Masyarakat (ILM).

Iklan Layanan Masyarakat merupakan salah satu bentuk pemasaran sosial yang bertujuan mengubah perilaku masyarakat. Dengan adanya ILM, target *audience* diharapkan dapat termotivasi, tersindir, terpengaruh (*awarness*) dan merubah pola berpikirnya terhadap isu dan fenomena yang terjadi pada dirinya.

Dengan perubahan pola berpikir ini diharapkan akan merubah perilaku individu tersebut.

Secara khusus, tujuan dari media yang digunakan dalam Iklan Layanan Masyarakat ini adalah sebagai berikut:

a. *Account Virtual* Jejaring Sosial

Account virtual ini dibuat untuk mengkampanyekan bahaya penggunaan sepatu hak tinggi yang berlebihan pada wanita dewasa dan solusi bijak untuk para wanita dewasa bagaimana pemakaian sepatu hak tinggi yang aman dan sehat di usianya.

b. Poster dan *Billboard*

Bertujuan untuk menyampaikan pesan kepada target audiens mengenai gangguan kesehatan permanen yang dapat timbul akibat dari pemakaian sepatu hak tinggi yang berlebihan.

Sasaran khusus dari perancangan ini adalah wanita dewasa usia 30-40 tahun yang gemar memakai sepatu hak tinggi.

a. Demografis:

Target audiens dalam perancangan ini adalah wanita dewasa dengan rentang usia antara 30-40 tahun dengan kelas ekonomi strata menengah ke atas.

b. Geografis:

Target audiens bertempat tinggal di Surabaya, Jawa Timur, Indonesia.

c. Psikologis:

Cenderung memiliki emosional yang stabil, fokus pada penampilan dan segala bentuk kecantikan, mudah terpengaruh mode dengan model terbaru, tidak dapat lepas dari produk kecantikan dan *fashion*. Sering meluangkan waktu di tempat – tempat perawatan kecantikan seperti salon, *manicure pedicure house*, dan sering berkumpul dengan rekan-rekannya di *cafe-cafe* untuk nongkrong dan mengobrol. Suka berfoto untuk memperlihatkan penampilannya sekaligus untuk pencitraan.

d. Behaviour:

Ketika ada waktu senggang, memilih menyisihkan waktu untuk merawat penampilan dan kecantikan. Bepergian dengan kendaraan pribadi. Sering pergi ke *coffee shop*. Lebih memilih berbelanja di mall dari pada ke pusat dagang seperti Pasar Atom. Mempunyai rutinitas. Mempunyai *gadget* canggih dan memiliki account jejaring sosial.

Faktor penghambat dalam perancangan ini adalah cenderung sulit untuk menemukan penderita yang mau memberi kesaksian. Juga pada saat eksekusi iklan di salon, penulis sedikit kesulitan untuk mengambil foto saat beberapa ibu-ibu membaca majalah karena tidak boleh diketahui oleh ibu tersebut, sedangkan di setiap meja di salon terdapat kaca yang berperan sebagai “spion” yang dapat melihat ke belakang dengan mudah.

Untuk faktor pendukung perancangan ini adalah dimana perancangan ini nantinya akan menggunakan media berupa poster yang diletakkan di depan kaca salon kecantikan serta diselipkan dalam majalah – majalah yang terdapat di salon tersebut. Dan dapat dilihat bahwa salon kecantikan adalah tempat dimana para wanita dewasa banyak berkumpul untuk berelaksasi dan membaca majalah atau sekedar melihat kaca dan sekitarnya.



Gambar 4.13

## Media - Media

Media utama yang dipakai adalah Iklan Layanan Masyarakat dengan pendekatan Fotografi. Tujuan menggunakan pendekatan fotografi adalah untuk memperjelas objek. *Account – account virtual* dan *billboard* adalah sebagai media penunjang. Perancangan ini menggunakan Iklan Layanan Masyarakat karena dirasa cocok dengan target audiens yang senang menghabiskan banyak waktu di salon – salon kecantikan serta memiliki rutinitas untuk ke tempat – tempat tersebut.



Gambar 4.14

Dilanjutkan dengan adanya *virtual account* yang akan mem-follow account target audiens dan billboard yang disebar pada wilayah tengah kota Surabaya seperti daerah Embong Malang (Tunjungan Plaza).



Gambar 4.15

## Karya Final



Gambar 4.12



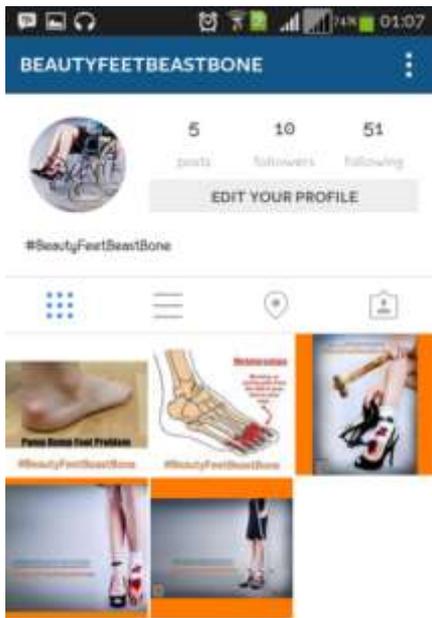
Gambar 4.16



Gambar 4.17



Gambar 4.20



Gambar 4.18



Gambar 4.21



Gambar 4.19



Gambar 4.22



**Gambar 4.23**

## Kesimpulan

Sepatu hak tinggi memang tidak bisa lepas dari perempuan. Karena selain mempercantik diri, sepatu hak tinggi sudah menjadi kewajiban dan tuntutan bagi para wanita dewasa dalam pekerjaan dan kesehariannya. Sepatu hak tinggi juga mampu menaikkan rasa percaya diri mereka. Sepatu hak tinggi memang cantik untuk mereka, namun penggunaan sepatu hak tinggi yang berlebihan dapat mengancam kesehatan tulang dan kaki mereka, bahkan dapat mengakibatkan cacat tulang permanen pada kaki atau pada postur tubuh wanita.

Cara merancang iklan untuk permasalahan ini adalah menggunakan iklan layanan masyarakat dengan mendekati kebiasaan – kebiasaan *target audience* yaitu wanita dewasa dengan usia 30 – 40 tahun yang cenderung gemar meluangkan waktu bersantainya di salon kecantikan. Iklan layanan masyarakat diletakkan di tembok salon, kaca salon, dan di selipkan di dalam majalah – majalah yang tersedia. Diharapkan perancangan ini dapat berguna untuk wanita dewasa mengingat wanita dengan usia 30-40 tahun akan lebih memperhatikan kesehatan dibandingkan dengan wanita remaja yang masih cenderung bandel mengenai kesehatan. Namun tidak ada kata terlambat untuk mengurangi pemakaian sepatu hak tinggi demi kesehatan para wanita itu sendiri.

Perancangan iklan layanan masyarakat ini bisa dikembangkan lagi dengan menambah tempat misalnya di kafe atau tempat *manicure-pedicure*. Bisa juga dikembangkan lagi dengan mengajukan kerja sama dengan sosial media Instagram seperti Rahasia Gadis (@rahasiagadis) atau Infia Health (@infia\_health) jika ada dana lebih.

## Ucapan Terima Kasih

Puji syukur kepada Tuhan Yesus Kristus atas hikmat, pimpinan dan penyertaannya yang telah penulis terima selama pengerjaan Tugas Akhir ini, sehingga Tugas Akhir ini dapat penulis selesaikan dengan baik dan tepat pada waktunya. Pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada orang-orang yang berperan penting dalam penyusunan perancangan karya Tugas Akhir ini, antara lain:

1. Bapak Drs. I Wayan Swandi, M.Si dan Mendy Hosana M.,S.Sn,M.Ds selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam memberikan pengarahan dan bimbingan dalam penyusunan perancangan Tugas Akhir ini.
2. Kedua orang tua tersayang, Lianto Hadi Gunawan dan Beby Maria yang telah turut mendukung dalam memberi semangat, dukungan, nasihat, doa dan dana untuk pelaksanaan Tugas Akhir ini.
3. Kedua saudara, Sudibyo Gunawan selaku kakak, dan Juliani Puspasari selaku adik yang telah memberi dukungan, semangat, dan bantuannya untuk pelaksanaan Tugas Akhir ini.
4. Adrianus Anwar yang selalu setia membantu dan mendampingi selama pengerjaan Tugas Akhir ini.
5. Irene Angelina, Viona Velika, Cynthia BK, Cynthia Kurniawan, Fanny Novita dan Andrew Wirapratama atas saling support dan mendoakan dalam pelaksanaan Tugas Akhir ini.
6. Teman-teman kelompok TA 12 atas kerjasama dan kekompakannya.
7. Teman-teman seluruh angkatan DKV 2011 atas segala dukungannya baik secara langsung maupun tidak langsung.
8. Pihak-pihak lain yang telah memberikan bantuan baik secara langsung maupun tidak langsung yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa pembuatan Tugas Akhir ini jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan segala petunjuk, kritik dan saran yang membangun dari pembaca agar dapat menunjang pengembangan dan perbaikan selanjutnya.

Akhir kata penulis mohon maaf sebesar-besarnya apabila terdapat kekurangan dalam penulisan Tugas Akhir ini. Besar harapan penulis agar Tugas Akhir ini dapat berguna untuk menambah wawasan dan wacana bagi rekan-rekan sekalian.

## Daftar Pustaka

“Agar High Heels Tak Menyebabkan Nyeri Punggung”. Female Kompas. 2012. 7 Oktober

2012. 13 Februari 2013.  
<<http://female.kompas.com/read/2012/10/07/16381262/Agar.High.Heels.Tak.Menyebabkan.Nyeri.Punggung>>

“Enam Bahaya Menggunakan Sepatu Hak Tinggi”  
Gaya Tempo. 2013. 4 Juni 2013.  
<<http://gaya.tempo.co/read/news/2013/06/04/060485753/enam-bahaya-menggunakan-sepatu-hak-tinggi>>

“Fotografi” 2015. 9 April.  
<<https://id.wikipedia.org/wiki/Fotografi>>

G. Johnson, Deborah dan M. Wetmore, Jameson.  
Technology and Society : Building Our Sociotechnical  
Future. 2009. MIT Press : London.

“Hak Tinggi, Dicintai Meskipun Menyakitkan”  
Inilahcom. 2013. 1 Juli 2013.  
<<http://m.inilah.com/news/detail/2005374/hak-tinggi-dicintai-meski-menyakitkan>>

Jurnal e-Biomedik (eBM), Volume 1, Nomor 3,  
November 2013, hlm. 1114-1119

Kartono, Kartini. Psikologi Wanita. Bandung:  
Penerbit Alumni, 1997.

“Tips Dalam Menggunakan High Heels”. Carapedia.  
<[http://carapedia.com/tips\\_menggunakan\\_sepatu\\_hak\\_tinggi\\_info3459.html](http://carapedia.com/tips_menggunakan_sepatu_hak_tinggi_info3459.html)>

“Kenali Jenis-Jenis Penyakit Tulang” Dokter Sehat.  
2012. 22 Oktober.  
<<http://doktersehat.com/kenali-jenis-jenis-penyakit-tulang/>>

“Mengapa Wanita Cinta Sepatu Hak Tinggi”.  
Waspada Online. 2013. 4 Juli 2013  
<[http://www.waspada.co.id/index.php?option=com\\_content&view=article&id=294387:mengapa-wanita-cinta-sepatu-hak-tinggi&catid=54:gaya-hidup&Itemid=84](http://www.waspada.co.id/index.php?option=com_content&view=article&id=294387:mengapa-wanita-cinta-sepatu-hak-tinggi&catid=54:gaya-hidup&Itemid=84)>

“Mengenal 6 Sepatu Hak Tinggi” Gaya Hidup  
Moslem Modern. 2014. 21 Juni. <<http://bahasa.aquila-style.com/mode-kecantikan/pernak-pernik/mengenal-6-jenis-sepatu-hak-tinggi/46629/>>

“Penelitian Kualitatif”. Wikipedia.2014.9 Mei.2015  
<[http://id.wikipedia.org/wiki/Penelitian\\_kualitatif](http://id.wikipedia.org/wiki/Penelitian_kualitatif)>

“Perkembangan High Heels” Labsky. 2012. Agustus  
28.  
<[http://labsky2012.blogspot.com/2012/08/tugas-5-perkembangan-high-heels\\_29.html](http://labsky2012.blogspot.com/2012/08/tugas-5-perkembangan-high-heels_29.html)>

“Sejarah High Heels” 2013. 3 Januari 2013.  
<<http://highheelssepatu.blogspot.com/2013/01/sejarah-high-heels.html>>

Siahaan, A. C. Hak Sepatu Tinggi, Berbahayakah.  
[Cited 2012 Oct 20].  
<<http://www.infoanda.com/linksfollow.php?li=www.kompas.co.id/kesehatan/news/0605/21/125852.htm>>

“Teori dan Fakta Tentang Warna” 2013. 27 Maret.  
<<http://www.ar7ikel.com/view-content-36-teori-dan-fakta-tentang-warna.html>>