

CAMPAIGN OF APPLYING THE PERCEPTION OF A HEALTHY DIET FOR YOUNG WOMEN THROUGH INSTAGRAM @DIETFORHEALTHH

Tina Fatimah
42315010005

ABSTRACT

Diet is carried out to regulate a healthy lifestyle, where someone who goes on a diet will have a positive impact of being healthy and getting an ideal body, but often the community, especially young women misinterpret the true meaning of diet, most young women consider dieting as a way to be beautiful, that is because of the many influences from the mass media that describe beauty with figures that have a slim body. Because of this teenagers are willing to go on a diet to lose weight by not eating so they can get results fast. But the truth is that the diet is done for health and adopts a healthy lifestyle into a life style.

Therefore it is necessary to have a campaign about diet that aims to change the perception of the diet in young women. Diet For Health is a campaign about dieting through Instagram @dietforhealthh which aims to correct the wrong problems with adolescent girls' dietary behavior, by creating a visual content strategy with illustrations that can attract the interests of young women or dieters.

After going through a work process that includes exploration of objects, reference to similar designs, until finally the design test process. The results obtained in the form of positive responses both from Instagram users who are interested in the posted content, so the authors conclude that the strategy used is in accordance with the target.

Keywords: *Visual Strategy, Campaign, Social Media, Instagram.*

**KAMPANYE PENERAPAN PERSEPSI DIET SEHAT
PADA REMAJA PUTRI MELALUI INSTAGRAM @DIETFORHEALTHH**

Tina Fatimah
42315010005

ABSTRAK

Diet dilakukan untuk mengatur pola hidup sehat, dimana seseorang yang melakukan diet akan menghasilkan dampak positif yaitu menjadi sehat dan mendapatkan tubuh yang ideal, namun seringkali masyarakat terutama remaja putri menyalahartikan arti diet yang sebenarnya, kebanyakan remaja putri menganggap diet salah satu cara untuk menjadi cantik, hal tersebut dikarenakan banyaknya pengaruh dari media massa yang menggambarkan kecantikan dengan figure yang memiliki tubuh langsing. Karena hal tersebut para remaja rela melakukan diet untuk menurunkan berat badan dengan cara tidak makan agar cepat mendapatkan hasil. Tetapi yang sebenarnya diet itu dilakukan untuk kesehatan dan menerapkan pola hidup sehat menjadi *life style*.

Oleh sebab itu perlu adanya suatu kampanye tentang diet yang tujuannya untuk mengubah persepsi diet pada remaja putri. *Diet For Health* merupakan sebuah kampanye tentang diet melalui Instagram @dietforhealthh yang bertujuan untuk meluruskan permasalahan yang salah terhadap perilaku diet remaja putri, dengan membuat sebuah strategi konten visual dengan ilustrasi yang dapat menarik minat para remaja putri atau pelaku diet.

Setelah melalui proses kerja yang meliputi eksplorasi objek, referensi desain sejenis, sampai akhirnya proses uji desain. Hasil yang didapatkan berupa respon positif baik dari pengguna Instagram yang tertarik dengan konten yang diposting, sehingga penulis menyimpulkan bahwa strategi yang digunakan sudah sesuai dengan target.

Kata Kunci: *Strategi Visual, Kampanye, Media Sosial, Instagram.*