

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Terjadinya pandemi covid - 19 sangat menggemparkan dunia pada akhir tahun 2019 sampai sekarang. Menurut data WHO (world health organization) virus covid - 19 merupakan virus yang sangat menular dan sangat berdampak buruk bagi siapapun yang mengidapnya, maka dari itu WHO menghimbau untuk diterapkannya *physical distancing* untuk menekan angka penularan virus tersebut. Bekerja dari rumah atau WFH (*work from home*) merupakan langkah kantor - kantor di Indonesia untuk mencegah penularan virus covid - 19 di lingkungan kerja. Didukung dari surat edaran SE Disnakertrans dan Energi DKI Jakarta 14/2020 yang berbunyi, “para pimpinan perusahaan diharapkan dapat mengambil langkah pencegahan terkait risiko penularan infeksi COVID-19, dengan **melakukan pekerjaan di rumah.**”. Dari data badan pusat statistik (BPS) menunjukkan bahwa 40% pekerja di Indonesia telah menerapkan WFH pada masa pandemi secara *full time* dan 35% dilakukan secara parsial.

Dalam pelaksanaannya, WFH yang dilakukan di tengah pandemi Covid - 19 tidak jauh dari masalah. Banyak keluhan yang dialami oleh pekerja saat bekerja dari rumah. Dimulai dari masalah tentang kurangnya fasilitas penunjang pekerjaan di rumah, lingkungan rumah yang kurang kondusif, hingga permasalahan kesehatan seperti nyeri punggung dan nyeri bahu. Setelah melakukan riset lebih dalam, penulis

menemukan bahwa masalah utama yang paling serius adalah; jam kerja yang bertambah yang menyebabkan kelelahan atau juga sering disebut dengan sebutan *WFH Burnout*. Menurut riset yang dilakukan oleh aplikasi komunitas workplace bernama Blind. 60% dari survey karyawan - karyawan perusahaan besar seperti google, microsoft, amazon, dan lain - lain merasa jam kerja mereka bertambah. Dikutip dari artikel Bloomberg, sebuah survei dengan hasil serupa yang dilakukan oleh NordVPN menyatakan bahwa jam kerja di Amerika Serikat meningkat 40 persen atau setara 3 jam lebih lama daripada waktu bekerja di kantor sebelumnya.

Bertambahnya jam kerja menyebabkan pekerja menghabiskan waktu yang lebih lama untuk duduk di depan komputer mereka. Jika kita lihat lebih dalam, saat WFH, tubuh kita jauh lebih tidak aktif daripada keadaan sebelum WFH. Ditambah dengan kebiasaan buruk lainnya yang sering kita lakukan seperti bekerja di atas kasur atau sofa dapat memperbesar kemungkinan munculnya permasalahan pada otot dan persendian. Dikutip dari artikel kompas.com, fisioterapis dari klinik fisioterapi physio treatment solution, Fajar Wijanarko menyebutkan bahwa bekerja dari rumah memang bisa menyebabkan berbagai kondisi yang menimbulkan nyeri pada otot. Menurutnya penurunan aktivitas fisik dan meningkatnya beban psikologis dapat menjadi pemicu terjadinya hal ini.

Masalah kesehatan seperti nyeri punggung, nyeri bahu, dan nyeri otot - otot lainnya merupakan hal yang sering terjadi kepada pekerja di kala WFH. Menurut survey yang dilakukan oleh Kaia Health terhadap 25.000 responden di seluruh dunia, terjadi

lonjakan keluhan nyeri punggung saat pandemi terkait anjuran bekerja dari rumah. Sekitar 53 persen responden penelitian tersebut mengaku sakit punggung mereka meningkat setelah beberapa minggu menjalani WFH.

Salah satu solusi yang dapat dilakukan untuk menanggulangi masalah nyeri otot pada saat WFH adalah melakukan peregangan dan latihan ringan. Peregangan dan melakukan latihan fisik sederhana merupakan suatu cara untuk menjaga kesehatan pekerja selama WFH. Selain manfaat bagi kesehatan jasmani, melakukan stretching / peregangan juga dapat berdampak baik bagi kesehatan mental para pekerja. Dikutip dari artikel Sindonews tahun 2020, Menurut Dr. Nailah Abdulbaaqee, M.D., salah satu dokter di One Medical mengatakan bahwa peregangan statis dapat berfungsi untuk meningkatkan sirkulasi darah ke otak, mengurangi stres dan ketegangan, serta membantu memperbaiki suasana hati.

Masalah yang terjadi pada saat *work from home* adalah, pekerja seringkali lalai untuk melakukan latihan dan peregangan di sela - sela jam kerja nya. Terbatasnya ruang dan kurangnya fasilitas untuk melakukan peregangan menjadi alasan utama terjadinya hal tersebut. Oleh sebab itu, penulis melihat adanya peluang untuk mengembangkan suatu produk alat bantu *stretching* berbentuk furniture yang dapat membantu pekerja untuk melakukan peregangan di sela - sela kesibukan WFH.

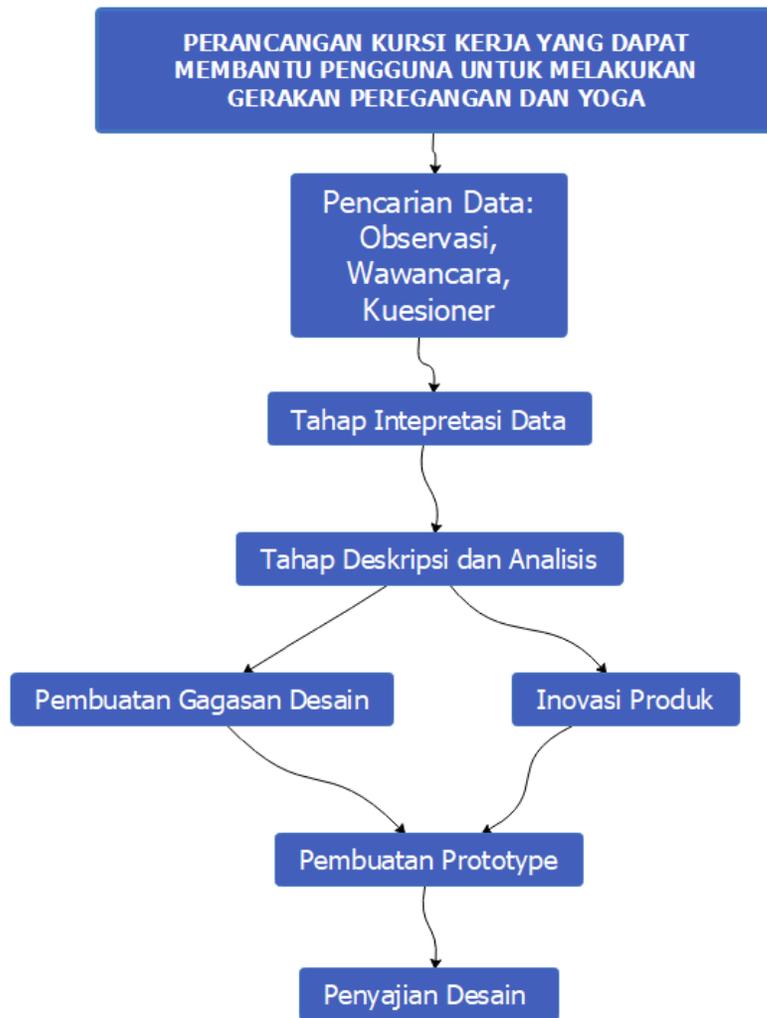
1.2 Tujuan Penelitian

1. Meningkatkan kesadaran pekerja akan pentingnya melakukan latihan dan peregangan di tengah - tengah kesibukan pekerjaan saat WFH.
2. Merancang furniture yang dapat mendukung aktivitas latihan dan peregangan pada jeda singkat saat bekerja di rumah.
3. Perancangan mebel yang dapat meningkatkan kesehatan para pekerja di tengah kesibukan WFH yang dapat menurunkan kemungkinan terjadinya *WFH Burnout*.

1.3 Batasan Masalah Perancangan

1. Semua keputusan desain diambil dari hasil penelitian yang dijalankan.
2. Furniture didesain untuk penggunaan dalam ruangan
3. Target produk adalah pekerja yang menghabiskan banyak waktu di dalam rumah untuk bekerja dalam posisi duduk.
4. Produk yang dirancang ditujukan untuk mengatasi masalah kesehatan yang timbul saat bekerja dari rumah.

1.4 Metode Perancangan



1. Tahap Pencarian data:

Metode pengumpulan data dengan acuan studi literatur menjadi dasar perancangan. Studi literatur diambil dari penelitian terdahulu, jurnal, buku, maupun internet yang berkaitan dengan perilaku pekerja pada saat WFH. Data - data yang sudah didapatkan tersebut akan menjadi pembandingan dengan kenyataan yang terjadi di lapangan dan sebagai landasan untuk membuat perancangan furniture yang akan dibuat oleh penulis.

Metode lain yang digunakan pada saat pencarian data adalah metode kualitatif dan kuantitatif. Penulis akan menggunakan metode kuantitatif dengan cara menyebar kuesioner kepada pekerja yang menjalankan WFH yang berisikan tentang pertanyaan - pertanyaan yang meliputi kebiasaan, keluhan, waktu efektif bekerja, furniture yang digunakan saat WFH, dan beberapa pertanyaan lainnya yang berhubungan dengan aktivitas mereka selama bekerja dari rumah.

Sedangkan metode kualitatif dilakukan dengan cara mewawancarai beberapa narasumber yang kompeten. Penulis juga akan mewawancarai beberapa pekerja yang bekerja secara WFH demi mengetahui secara lebih detail apa permasalahan yang mereka alami.

2. Tahap interpretasi data:

Dalam tahap ini data - data yang diperoleh akan diinterpretasikan menjadi suatu informasi yang dapat berguna bagi penulis. Informasi yang didapat kemudian akan diproses sehingga akhirnya keluar kesimpulan masalah dan kebutuhan yang membutuhkan penyelesaian

3. Tahap Deskripsi dan Analisis:

Tahap deskripsi dan analisis adalah ketika penulis menggunakan data - data yang sudah diinterpretasi untuk menjadi sebuah solusi yang dapat diterapkan pada desain furniture yang akan dibuat.

4. Tahap Pembuatan Gagasan Desain dan Inovasi Produk:

Dalam tahap ini, penulis akan mengkaji ulang solusi yang didapat dari proses - proses sebelumnya dan menuangkannya ke dalam bentuk gambar sketsa dan 3D.

5. Pembuatan Prototype:

Pembuatan prototype yang didasari dari desain yang telah

dipertimbangkan dari berbagai data yang sudah diambil. Dalam proses pembuatan prototype, penulis akan melakukan pertimbangan desain yang lebih mendetail. Mulai dari detail pemilihan material, sampai ke struktur dan form factor dari

6. Penyajian desain:

Dari hasil prototype yang sudah dibuat, akan dibuat produk asli yang nantinya akan diuji penggunaannya oleh user. Pengujian oleh user akan menghasilkan sebuah tanggapan berupa feedback, yang dimana hasil uji desain ini nantinya akan dikembalikan ke permasalahan awal apakah desain yang ditawarkan telah dapat menjawab rumusan masalah atau tidak.

1.5 Sistematika Penulisan

Penulisan karya tulis ini berdasarkan sistematika penulisan makalah tugas akhir serta menggunakan Bahasa Indonesia yang baik dan benar dengan rincian sebagai berikut:

1. **BAB I PENDAHULUAN:** bab ini berisi tentang latar belakang perancangan, tujuan perancangan, batasan masalah perancangan, dan metode perancangan.
2. **BAB II LANDASAN TEORI:** bab ini berisikan data primer dan sekunder, analisa permasalahan, alternatif pemecahan masalah, dan QFD.
3. **BAB III KONSEP DESAIN:** bab ini berisikan tentang kriteria desain serta struktur produk yang akan dirancang.
3. **BAB IV PROSES PERANCANGAN:** bab ini berisikan tentang sketsa desain, alternative ide, dan studi selama proses perancangan produk
4. **BAB V ANALISIS HASIL RANCANGAN:** bab ini berisikan tentang desain final serta kesimpulan penulis dan saran untuk desain yang lebih baik kedepanya.