

BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Penelitian

Pandemi Covid-19 yang terjadi pada tahun 2020 memiliki berbagai dampak yang signifikan pada berbagai sektor kehidupan di seluruh belahan dunia. Salah satu dampak yang paling signifikan sangat dirasakan adalah pada bidang kerja atau perekonomian, serta pendidikan. Pada pendidikan, seluruh kegiatan pembelajaran mulai dialihkan menjadi daring atau pembelajaran jarak jauh. Hal ini pula yang menjadi pendorong pelaksanaan program Merdeka Belajar Kampus Merdeka yang dikeluarkan oleh Mendikbud secara keseluruhan. Kebijakan tersebut membuka peluang yang luas dan fleksibel sehingga dapat disesuaikan dengan berbagai kebutuhan pelajar atau mahasiswa, sehingga dihasilkan model pembelajaran yang sangat beragam.

Khususnya dalam tingkat Pendidikan Perguruan Tinggi, para pihak terkait dalam proses pembelajaran mulai dari rektor, dosen, hingga tenaga penunjang akademik bersinergi dalam upaya merumuskan, menjalankan, serta mengevaluasi berbagai kebijakan yang berkaitan dengan proses pembelajaran, khususnya pembelajaran daring. Salah satu tujuannya adalah untuk memberikan jaminan bagi mahasiswa untuk tetap dapat menerima materi pembelajaran secara optimal selama perkuliahan daring berlangsung (Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2020).

Perkuliahan daring merupakan salah satu alternatif model pembelajaran yang memiliki peluang besar untuk diimplementasikan selama pandemi berlangsung, metode ini dianggap sebagai metode yang paling mudah dan menguntungkan, karena sangat didukung oleh perkembangan teknologi, terutama tersedianya berbagai *platform* untuk belajar. Namun demikian, di sisi lain, berbagai perubahan aktivitas yang dirasakan oleh mahasiswa dari perkuliahan luring menjadi perkuliahan daring memberikan berbagai dampak negatif, baik keluhan pada fisik atau tubuh, hingga berbagai keluhan mental, hal ini terutama berkaitan dengan

banyaknya informasi yang perlu diserap oleh mahasiswa dalam waktu yang bersamaan (Fathimahhayati, et al., 2020).

Penggunaan *gadget* seperti komputer dan laptop dengan durasi lebih dari dua hingga tiga jam dalam sehari dengan posisi duduk yang tidak tepat dapat meningkatkan berbagai keluhan muskulokeletal (Dampati dalam Turrahmah, 2021). Sistem muskulokeletal merupakan sistem gerak pada tubuh manusia yang tersusun atas otot dan tulang. Sistem ini memiliki fungsi untuk mendukung pergerakan berbagai otot pada manusia serta bertugas melindungi organ-organ vital. Salah satu dampak dari posisi duduk yang tidak tepat selama perkuliahan daring adalah kejadian nyeri punggung bagian bawah atau biasa disebut dengan keluhan *low back pain*. (Rahmayana et al., 2022). Selain itu, postur tubuh yang tidak tepat ini juga dapat menyebabkan berbagai tekanan pada otot, ligament, dan juga persendian pada tubuh, sehingga dapat meningkatkan terjadinya cedera atau pergeseran pada tulang belakang, pergelangan tangan, bahu, ataupun leher.

Waktu perkuliahan yang cukup panjang yang disertai dengan jumlah tugas yang butuh untuk dikerjakan di luar waktu perkuliahan membuat mahasiswa duduk dalam waktu yang lama. Duduk di hadapan layar lebih dari empat jam akan mengakibatkan sakit punggung (Turrahmah, 2021). Duduk dalam waktu yang lama juga akan meningkatkan terjadinya lengkungan pada tulang belakang serta pelembehan otot perut yang kemudian akan mengakibatkan mahasiswa menjadi sangat mudah lelah. Penderita nyeri punggung akan mengalami penurunan produktivitas kerja dan disabilitas (Iskandar et al., 2020). Hal ini juga yang kemudian akan menjadikan fokus dan tingkat pemahaman mahasiswa menurun, sehingga rentan mengalami berbagai kecemasan atau stress (Argaheni, 2020.)

Untuk dapat mempertahankan postur tubuh yang ideal selama proses perkuliahan berlangsung, maka perlu ditambahkan alas duduk pada bagian bawa atau belakang kursi (Turrahmah, 2021). BIFMA dalam Andhini (2018) menjelaskan bahwa panjang alas duduk yang diusulkan adalah tidak lebih dari 16,9 inci atau sekitar

429 mm (Evans dkk. dalam Andhini, 2018) menyatakan juga bahwasanya lebar dari alas duduk harus cukup besar untuk dapat menampung pengguna dengan luas pinggul yang paling besar. Adapun usulan lebar alas duduk menurut BIFMA (dalam Andhini, 2018) untuk lebar alas duduk adalah tidak kurang dari 18 inci atau 457 mm.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan kepada 160 orang mahasiswa Fakultas Industri Kreatif pada bulan Maret-Juni 2022 dengan rata-rata usia 17-23 tahun dengan durasi lama duduk 2-9 jam dalam sehari, dapat diketahui bahwa terdapat tiga jenis posisi duduk mahasiswa selama perkuliahan, yaitu posisi membungkuk, posisi tegak, dan posisi menyandar. Dari tiga posisi duduk menunjukkan bahwasanya mahasiswa yang duduk dalam posisi bungkuk cenderung mengeluhkan sakit pada pantat, leher bawah, punggung, dan pinggang. Teruntuk mahasiswa dengan posisi duduk tegak lebih cenderung rentan mengeluhkan sakit pada bokong, leher bagian atas, pinggang, dan punggung. Sedangkan untuk mahasiswa yang duduk dengan posisi menyandar lebih rentan mengalami keluhan nyeri pada bagian punggung, leher bagian bawah, pinggang, dan leher bagian atas.

Oleh karena itu, berdasarkan uraian di atas, dapat diidentifikasi bahwa kejadian nyeri punggung bagian bawah salah satunya disebabkan oleh postur tubuh yang tidak tepat dan durasi duduk yang panjang. Hal ini yang kemudian akan mempengaruhi tingkat kenyamanan mahasiswa selama proses pembelajaran berlangsung. Untuk meminimalisasi terjadinya berbagai keluhan pada posisi duduk, dibutuhkan bantuan alas duduk yang ergonomis. Oleh karena itu, pada penelitian ini akan dilakukan kajian ergonomi mengenai penggunaan alas duduk sebagai sarana untuk mempertahankan postur tubuh ideal mahasiswa selama perkuliahan daring.

1.2. Identifikasi Masalah

1. Mayoritas alas duduk yang digunakan mahasiswa saat ini kurang efektif dalam mempertahankan postur tubuh yang ideal selama perkuliahan,

sehingga menyebabkan terjadinya berbagai keluhan muskulokeletal pada mahasiswa selama perkuliahan daring, terutama jika duduk dalam waktu yang cukup lama.

2. Mayoritas alas duduk yang sudah ada saat ini hanya berfokus untuk memfasilitasi bagian bokong saja, sehingga kurang efektif dalam mempertahankan postur tubuh yang ideal ketika melakukan kegiatan yang mengharuskan duduk dalam waktu lama.

1.3. Rumusan Masalah

1. Bagaimana posisi duduk mahasiswa selama perkuliahan daring?
2. Bagaimana bentuk desain alas duduk yang dihasilkan agar dapat mempertahankan postur tubuh ideal mahasiswa selama perkuliahan daring?

1.4. Tujuan Penelitian

1. Mahasiswa

Untuk dapat menganalisis posisi duduk mahasiswa selama perkuliahan daring, sehingga dapat diidentifikasi posisi duduk ideal mahasiswa selama perkuliahan daring.

2. Masyarakat Luas

Menghasilkan rekomendasi inovasi desain alas duduk dari segi bentuk dan material yang dapat digunakan untuk mendukung aktivitas mahasiswa selama perkuliahan daring.

3. Bidang Keilmuan

Untuk menambah khazanah pengetahuan desain melalui pengembangan desain alas duduk yang dapat digunakan oleh mahasiswa selama perkuliahan daring.

1.5. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini secara teoretis mampu memberi sumbangsih pada aspek teori terkait perancangan fasilitas alas duduk yang dapat mempertahankan postur

tubuh ideal mahasiswa selama perkuliahan daring. Adapun hasil dari riset ini mampu memberikan dampak bagi berbagai pihak, yakni:

a) Bagi Mahasiswa

Sebagai rekomendasi atau referensi karya tulis ilmiah dalam cakupan industri kreatif, seperti langkah strategi inovasi serta kebaruan pada cakupan fasilitas duduk.

b) Bagi Masyarakat Luas

Untuk menganalisis masalah apa yang terjadi di masyarakat khususnya dalam ruang lingkup fasilitas duduk dan setelah itu diamati untuk mengambil kesimpulan atau membuat penelitian yang tepat guna bagi masyarakat kedepannya.

c) Bagi Bidang Keilmuan

Memberikan sumbangsih pandangan atau pemikiran untuk penelitian lain yang berhubungan dengan perancangan alas duduk.

2. Manfaat Praktis

Dapat dijadikan sebagai landasan atau inspirasi dalam proses pengembangan produk atau referensi dalam berkarya. Dan hasil riset ini diharapkan mampu dapat memberikan dampak bagi berbagai pihak, yakni:

a) Bagi Mahasiswa

Diharapkan dapat memperluas wawasan, pengetahuan, serta pengalaman langsung yang berhubungan dengan penelitian pada ruang lingkup fasilitas duduk atau alas duduk.

b) Bagi Masyarakat Luas

Dampak yang diharapkan dari riset ini adalah supaya masyarakat dapat mempunyai pedoman atau tolok ukur dalam memilih atau menggunakan alas duduk yang berdampak baik untuk mempertahankan postur tubuh pada saat duduk dalam waktu yang cukup lama.

c) Bagi Bidang Keilmuan

Sebagai bahan atau informasi bagi peneliti lain yang ingin melanjutkan maupun mengembangkan penelitian yang berkaitan dengan fasilitas atau alas duduk.

1.6. Batasan Masalah

1. Penelitian dilakukan di wilayah Kabupaten Bandung Jawa Barat secara daring dan luring.
2. Penelitian dilakukan mulai dari bulan Desember 2021-Desember 2022.
3. Penelitian berfokus pada alas duduk yang dapat diletakkan pada kursi untuk menjaga postur tubuh ideal mahasiswa selama proses perkuliahan daring.

1.7. Sistematika Penulisan

Sistematika pada laporan tesis ini adalah sebagai berikut:

BAB I PENDAHULUAN

Pendahuluan merupakan bagian awal yang berisi gambaran umum objek penelitian yakni membahas tentang posisi duduk mahasiswa selama perkuliahan daring, latar belakang, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

Bab ini berisi teori umum sampai khusus, disertai penelitian terdahulu dan dilanjutkan dengan kerangka pemikiran, asumsi penelitian, yang diakhiri dengan ruang lingkup penelitian.

BAB III METODE PENELITIAN

Bab ini menegaskan pendekatan, metode, dan teknik yang digunakan untuk mengumpulkan dan menganalisis temuan yang dapat menjawab masalah penelitian. Bab ini meliputi runutan tentang: karakteristik penelitian, variabel objek, tahapan penelitian, populasi dan sampel, pengumpulan data, uji validitas dan reliabilitas, yang diakhiri dengan teknik analisis data.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian dan pembahasan diuraikan secara sistematis sesuai dengan perumusan masalah serta tujuan penelitian dan disajikan dalam sub judul

tersendiri. Bab ini berisi dua bagian: bagian pertama menyajikan hasil penelitian dan bagian kedua menyajikan pembahasan.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan merupakan jawaban dari pertanyaan penelitian, kemudian menjadi saran yang berkaitan dengan manfaat penelitian.