

BAB I. PENDAHULUAN

I.1. Latar Belakang Masalah

Manusia telah mengalami beberapa masa kehidupan. Disetiap masa kehidupan tersebut manusiapun memiliki cara yang berbeda untuk bertahan dan memenuhi kebutuhan hidupnya. Kebutuhan manusia adalah berbagai hal yang dibutuhkan manusia untuk kelangsungan hidupnya dan berbagai hal yang diinginkan untuk memenuhi kepuasan lahir dan batinnya. Kebutuhan hidup manusia juga sesuatu yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan manusia agar hidupnya bisa merasa lebih nyaman dan sejahtera.

Pada dasarnya kebutuhan hidup manusia tidak ada yang sama. Untuk bertahan hidup manusia haruslah memenuhi kebutuhan primer dan sekundernya. Untuk memenuhi kebutuhan tersebut maka manusia harus bekerja dengan tujuan untuk mencari uang atau mencari nafkah. Seseorang akan kesulitan untuk bertahan hidup karena untuk mendapatkan uang dan memenuhi kebutuhannya seseorang harus bekerja dengan giat. Dapat disimpulkan bahwa bekerja merupakan suatu hal wajib yang harus dilakukan oleh setiap manusia terutama bagi seseorang yang sudah memasuki usia produktif untuk bekerja yaitu dengan rentang usia 20 sampai dengan 40 tahun (Nurhidayah 2008).

Suatu pekerjaan menjadi perhatian utama pada masyarakat usia produktif, terutama yang bagi masyarakat yang sudah berkeluarga. Tak bisa disangkal, bekerja telah menjadi keseharian yang harus dilakukan dalam hidup. Seseorang dituntut untuk bekerja lebih keras demi mendapatkan hasil atau upah yang maksimal. Keadaan menjadikan seseorang memilih terpaksa untuk bekerja melebihi jam kerjanya serta kapasitasnya sebagai pekerja. Seseorang yang bekerja melebihi ketentuan jam kerjanya serta bekerja melebihi kemampuannya biasa disebut dengan bekerja berlebih (*overwork*).

Banyaknya beban kerja dan besarnya tanggung jawab para pekerja menjadikannya mengalami kerja berlebih (*overwork*). Terlebih lagi tenggat waktu pekerjaan yang sangat pendek namun proses pengerjaan yang membutuhkan waktu yang panjang

menjadikannya juga sebagai salah satu faktor para pekerja mengalami kerja berlebih (*overwork*). Kerap kali pekerjaan membuat para pekerja menjadi lupa akan diri sendiri juga lupa akan kebutuhan waktu pribadi. Belum lagi jika para pekerja mendapat tekanan dari tempatnya bekerja yang membuat para pekerja mengalami stres. Banyak pekerja yang mengabaikannya dan beranggapan bahwa ini adalah hal yang biasa terjadi dalam bekerja. Kenyataannya, kebiasaan kerja berlebih yang saat ini kerap kali dilakukan bisa berdampak buruk bagi kesehatan psikis maupun fisik dari seseorang.

Saat ini, bekerja berlebih sangat sulit untuk dihindari sehingga hanya sedikit dari para pekerja yang mengetahui dan sadar akan dampak negatif yang ditimbulkan dari bekerja secara berlebihan. Beberapa pekerja yang merasa dirinya mengalami bekerja berlebih bahkan tidak mengetahui solusi atau cara yang tepat untuk mengatasi rasa stres dan kelelahannya saat bekerja. Saat ini tidak jarang berbagai pihak dan media masa yang menyediakan informasi mengenai *overwork*, mulai dari penyebab hingga gejalanya. Namun hanya sedikit media yang menjelaskan mengenai dampak yang sangat berpengaruh dari bekerja berlebihan ini, yaitu *burnout* (kelelahan berlebih secara mental dan fisik). Terlebih lagi, hanya sedikit media yang memberitahukan informasi mengenai bekerja berlebih ini melalui bentuk video atau animasi. Seperti yang kita ketahui, pada saat ini video menjadi salah satu media yang seringkali dipakai sebagai salah satu media penyalur atau penyebar informasi karena daya jangkauannya yang sangat luas dibandingkan dengan media cetak. Hal ini juga berkaitan dengan keefektifan waktu dalam mendapatkan atau mempelajari informasi tersebut.

Berdasarkan dari pemaparan tersebut, hal ini kemudian menarik untuk ditelaah. Bagaimana cara yang tepat dan bijak untuk memberikan informasi mengenai dampak dari fenomena ini. Selain itu kurangnya kepedulian dan kesadaran para pekerja mengenai dampak negatif dari bekerja berlebih ini membuat perancang tertarik untuk melakukan perancangan ini.

I.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, maka dapat diidentifikasi masalahnya sebagai berikut:

- Banyak pekerja yang bekerja berlebihan, namun tidak mengetahui apa saja dampak yang ditimbulkan yaitu *burnout*.
- Banyak pekerja yang mengalami *burnout* tetapi masih banyak yang tidak mengetahui tanda-tanda dan dampak yang ditimbulkan dari *burnout*.
- Sebagian besar pekerja belum mengetahui cara yang tepat atau bijak untuk mengatasi dampak yang ditimbulkan dari bekerja berlebihan.
- *Burnout* memiliki dampak pada psikis dan fisik, sehingga hal ini memengaruhi kinerja dari seorang pekerja itu sendiri.
- Tidak banyak media informasi yang kreatif namun informatif yang menginformasikan bekerja secara berlebihan dan juga dampaknya.

I.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari identifikasi masalah diatas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

“Bagaimanakah cara memberikan informasi pada pekerja mengenai apa itu bekerja berlebih (*overwork*), tanda-tanda dan dampak buruknya, melalui media komunikasi visual yang menarik dan efektif?”.

I.4. Batasan Masalah

Agar pembatasan terfokus maka dalam perancangan ini, perancang akan membatasi masalah yang dirancang. Batasan masalah yang digunakan dalam perancangan ini yaitu:

- Ditujukan terhadap pekerja yang berada di perkotaan khususnya di Kota Bandung.
- Pekerja dibatasi oleh dua macam jenis pekerja, yaitu tenaga kerja terdidik menurut kemampuannya dan tenaga kerja kantor menurut jenis pekerjaannya.

- Pembahasan mengenai langkah tepat dan bijak dalam mengatasi bekerja berlebih pada pekerja guna mengurangi dampak buruk yang ditimbulkan.
- Batasan terkait keterangan tempat dan waktu, tempat yang akan dijadikan sebagai penelitian dan perancangan adalah perusahaan di kota besar di Indonesia yang memiliki karyawan menurut batasan pekerja yang telah disampaikan sebelumnya yaitu kota Bandung, salah satu kota besar yang dijadikan sebagai acuan.
- Pembahasan pekerjaan hanya berfokus pada karyawan atau pekerja yang memiliki beban kerja yang besar pada tempat kerjanya.

Batasan-batasan masalah yang dikemukakan diatas digunakan agar penelitian ini memiliki fokus utama yang akan dibahas selanjutnya.

I.5. Tujuan dan Manfaat Perancangan

I.5.1 Tujuan Perancangan

Tujuan yang ingin dicapai dalam perancangan ini adalah:

- Mengurangi *burnout* pada pekerja yang mengalami bekerja berlebih (*overwork*).
- Memberikan informasi terkait *burnout* pada pekerja.
- Memberikan informasi mengenai cara yang tepat atau bijak untuk mengatasi dampak yang ditimbulkan dari bekerja berlebih.
- Memaksimalkan kinerja dari seorang pekerja.

I.5.2 Manfaat Perancangan

Selain tujuan, ada pula manfaat perancangan ini yaitu:

- Mengurangi dampak *burnout* yang ditimbulkan dari bekerja berlebih pada pekerja di Indonesia.
- Pekerja diharapkan dapat mengetahui bagaimana dampak buruk yang ditimbulkan dari bekerja berlebihan.
- Diharapkan juga media yang dirancang ini mampu memberikan informasi dan meningkatkan kesadaran para pekerja akan pentingnya informasi mengenai bekerja berlebihan serta dampaknya yaitu *burnout*.