

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Persaingan bisnis antar perusahaan saat ini sangat ketat dikarenakan tingginya tingkat pertumbuhan ekonomi. Sebuah perusahaan dapat maju dengan dukungan karyawan yang bekerja maksimal, para karyawan diharuskan untuk bekerja dikarenakan orderan (permintaan) untuk perusahaan banyak meskipun waktu kerja sudah selesai kadang mereka harus lebur. Oleh karena itu para karyawan sering membuat kesalahan-kesalahan yang disebabkan menurunnya kondisi badan, antara lain kurangnya konsentrasi, daya ingat dan kewaspadaan.

Istirahat yang cukup dapat membantu agar tubuh tetap segar. Istirahat malam hari yang disarankan oleh para ahli untuk orang dewasa kurang lebih selama 7 jam, namun masyarakat tidak mengetahui bahwa istirahat yang cukup memiliki manfaat yang besar bagi tubuh kita. Aktivitas yang padat membuat badan menjadi cepat lelah, untuk mengembalikan kesegaran dalam tubuh, dibutuhkan istirahat. Salah satu istirahat yang dapat mengembalikan kebugaran tubuh, dengan cepat yaitu tidur siang yang singkat atau yang bisa disebut dengan *Power Nap*.

Sebagian masyarakat percaya bahwa tidur siang yang baik, itu lebih dari 1 jam, namun pendapat tersebut kurang tepat karena akan menyebabkan gangguan tidur menurut Dr. W. Christopher Winter. Menurut hasil penelitian beliau University of New York, tidur siang bisa mempertajam ingatan, bila dilakukan dengan cara yang benar yaitu cukup 10-20 menit saja pada saat itu kita belum terlelap menurut *Menshealth.com*. Bila kita tertidur sampai terlelap maka akan menimbulkan kepusingan yang disertai migren.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh NASA (National Aeronautics and Space Administration) di Amerika, beberapa pilot dan astronot yang menjalani serangkaian tes kesehatan ternyata setelah tidur siang yang singkat mereka memiliki tingkat kewaspadaan yang tinggi (kurang lebih meningkat hampir 100 persen dari keadaan sebelumnya) juga dengan tidur siang akan membuat jantung menjadi lebih sehat.

Dengan hal tersebut, perusahaan-perusahaan perkantoran disarankan untuk meluangkan waktu istirahatnya agar bisa menerapkan *Power Nap* untuk para karyawannya supaya karyawannya tersebut lebih memaksimalkan kinerja, meningkatkan daya ingat, kewaspadaan dan menjaga kesehatan agar pekerjaannya lebih baik. Menggunakan ilmu desain komunikasi visual yang dipelajari, penulis akan membuat sebuah perancangan *Corporate Campaign Power Nap* bagi perusahaan. Keseluruhan kampanye tersebut diharapkan akan mampu meningkatkan kesadaran bahwa *Power Nap* (tidur siang yang singkat) bisa membantu meningkatkan konsentrasi karyawan serta meningkatkan kemajuan perusahaan.

1.2 Permasalahan dan Ruang Lingkup

Berdasarkan latar belakang masalah yang sudah dijabarkan diatas, dibawah ini akan diuraikan beberapa hal menjadi permasalahan yang perlu dibahas;

Bagaimana mensosialisasikan pentingnya *Power Nap* untuk meningkatkan kinerja karyawan, khususnya ditujukan kepada pemilik perusahaan.

1.2.1 Ruang Lingkup

Ruang lingkup permasalahan akan dibahas dengan cara *Corporate Campaign* untuk pemilik perusahaan di wilayah Bandung, karena sudah banyaknya perkantoran yang berada di kota bandung, untuk itu agar para pemilik perusahaan bisa menerapkan disaat bekerja.

1.3 Tujuan Perancangan

Sesuai dengan masalah yang sudah dibahas diatas maka ada pula hasil-hasil yang akan tercapai lewat *Corporate Campaign Power Nap* ini;

para pemilik perusahaan menerapkan *Power Nap* bagi karyawannya untuk dapat meningkatkan konsentrasi disaat bekerja.

1.4 Sumber dan Teknik Pengumpulan Data

Dalam perancangan sebuah karya diperlukan data atau bahan yang mendukung untuk dijadikan tolak ukur dasar pemikiran dan arahan konsep. Teknik pengumpulan data dapat ditempuh dengan cara sebagai berikut;

- Membuat angket untuk dibagikan kepada para pekerja kantoran dengan mengajukan pertanyaan untuk mengetahui manfaat *Power Nap* dan mengetahui kebiasaan karyawan pada saat jam-jam istirahat.
- Wawancara, mengumpulkan data dengan melakukan tanya jawab pada psikolog untuk mengetahui apakah *Power Nap* baik untuk para pekerja kantoran.
- Studi kepustakaan, dengan mempelajari literatur yang berhubungan dengan masalah yang dibahas seperti manfaat *Power Nap*, *Corporate Campaign*, teori desain.

1.5 Skema Perancangan

