

ABSTRAK

Beraktivitas di dapur merupakan kegiatan yang sehari-hari dilakukan oleh para wanita. Begitu juga pada saat seorang wanita sedang mengandung, kegiatan di dapur tetap dilakukan, dengan atau tanpa bantuan orang lain. Kegiatan di dapur disini meliputi menyiapkan bahan masakan (mencampur, mengiris, mengulek), menggoreng & merebus, membuat minum, mencuci peralatan dapur, hingga membersihkan dapur. Namun, dengan kondisi hamil yang menyebabkan perubahan fisik dan hormonal, terjadi pula resiko-resiko selama wanita hamil beraktivitas di dapur. Perubahan fisik diantaranya adalah perubahan pusat gravitasi tubuh yang dikarenakan adanya perubahan pada perut. Perubahan fisik inilah yang menyebabkan timbulnya keterbatasan gerak dan resiko cedera pada saat wanita hamil beraktivitas di dapur. Sedangkan perubahan hormonal terjadi pada mudahnya wanita hamil terkena *morning sickness*. Secara psikis, wanita hamil juga mengalami perubahan *mood* yang tiba-tiba. Oleh karena itu, diperlukan adanya fasilitas pendukung yang ideal untuk wanita hamil.

Dari survei awal didapatkan informasi bahwa 92% responden masih beraktivitas di dapur, meskipun dari 92% itu sebanyak 68% masih dibantu oleh orang lain. Selain itu didapat data aktivitas yang dilakukan oleh responden di dapur adalah memasak (23,80%), mencuci piring (30,95%), memasak kecil (38,09%), dan lainnya (7,14%). Sedangkan rasa sakit/ cedera yang ada adalah kaki kram (37,5%), sakit punggung (31,25%), perut kram (18,75%), dan terpeleset (12,5%).

Pengambilan *sampling* sebanyak 50 orang bertujuan untuk mengumpulkan data yang dapat digunakan untuk mendukung perbaikan yang diinginkan. Hasilnya adalah data profil, data aktivitas, data cedera/ rasa sakit (*risk factors*), data komponen *kitchen set* mana saja yang bermasalah untuk responden, serta tingkat kepentingan dan kepuasan responden terhadap *sink* dan *cabinet*. Pemilihan *sink* dan *cabinet* didasarkan pada hasil survey awal yang menunjukkan bahwa kedua komponen itulah yang dianggap paling bermasalah bagi responden. Dan rata-rata tingkat kepuasan *sink* dan *cabinet* adalah 3.45 dan 3.465, dengan variabel nyaman, tahan lama, murah, dan menarik.

Awalnya responden merasakan sakit setiap beraktivitas di dapur yang kebanyakan disebabkan oleh keterbatasan kondisi selama kehamilan dan dapur yang dimiliki rata-rata memiliki setidaknya satu komponen *kitchen set* yang tidak nyaman serta *layout* yang kurang ergonomis. Dari identifikasi rasa sakit/ cedera digolongkan menjadi dua jenis, yaitu rasa sakit/ cedera yang tidak nyaman (50%) dan rasa sakit/ cedera yang tidak aman (50%). Rasa sakit/ cedera yang tidak nyaman terdiri dari sakit punggung & pinggang, kaki lelah & bengkak, mudah lelah, dan perut kram. Sedangkan rasa sakit/ cedera yang tidak aman terdiri dari terpeleset dan perut terbentur. Untuk mengurangi rasa sakit/ cedera tersebut harus dicari penyebabnya dan setelah itu baru diperbaiki. Perbaikan *risk factors* ini dibagi menjadi dua, yaitu perbaikan untuk fasilitas dan perbaikan umum (yang tidak berkaitan dengan perbaikan fasilitas dapur dan lebih kepada penggunaan atribut). Perbaikan untuk fasilitas ini yaitu perbaikan *layout* dapur, dan contoh untuk usulan umum adalah penggunaan alas kaki, apron, keramik yang berwarna cerah untuk lantai. Kemudian dilakukan juga analisis kuadran untuk mengetahui variabel mana yang perlu diperbaiki. Ternyata variabel yang perlu diperbaiki adalah variabel nyaman, sehingga perbaikan untuk *sink* dan *cabinet* adalah untuk memperbaiki kenyamanan responden dalam menggunakannya, yaitu menghitung ulang jangkauan dan tinggi komponen *sink* dan *cabinet*, serta mengusulkan alat tambahan *hook & holder plate*, rak piring tambahan, engsel pintu otomatis, dan pemilihan laci yang menggunakan rel, serta penggunaan kran leher angsa. Tinggi *sink* yang diusulkan adalah antara 82 cm – 87 cm, dan jangkauan kran setidaknya separuh dari lebar bak cuci. Sedangkan jangkauan maksimum untuk *cabinet* sebaiknya 175 cm, dan akan lebih bagus jika kurang dari 175 cm.

Untuk mengevaluasi, maka dilakukan *product testing* kepada sepuluh responden. Yang diujikan adalah daya jangkau dan ketinggian pemasangan *sink*, *cabinet*, *compartment*, dan kompor serta *layout* dapur. Hasil yang didapat cukup memuaskan, dengan rata-rata tingkat kepuasan responden terhadap *sink* 3.875 dan 4.225 untuk *cabinet*.

Keyword: wanita hamil, *risk factors*, tingkat kepuasan, *product testing*