

LAPORAN AKHIR
MAGANG & STUDI INDEPENDEN BERSERTIFIKAT
ASSISTANT DEMAND CREATION HALAL INTERN
MAGANG
DI PT. PARAGON TECHNOLOGY AND INNOVATION

Alif Fatimatuz Zahro
1020111333066



**DEPARTEMEN EPIDEMIOLOGI, BIostatISTIKA,
KEPENDUDUKAN DAN PROMOSI KESEHATAN**

**UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM SARJANA
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
SURABAYA
2023**

**LAPORAN PELAKSANAAN MAGANG MBKM
DI PT. PARAGON TECHNOLOGY AND INNOVATION**

Disusun Oleh:

Alif Fatimatuz Zahro

NIM. 102011133066

Telah disahkan dan diterima dengan baik oleh:

Dosen Pembimbing Magang MBKM
Divisi Promosi Kesehatan dan Ilmu
Perilaku



Dr. Muhammadiyah, S.KM., M.Kes.
NIP. 198806212015042005

Pembimbing Lapangan Magang
MBKM PT. Paragon Technology and
Innovation



Desti Putri Lestari, S.Ikom

Koordinator Program Studi Kesehatan
Masyarakat Program Pendidikan
Sarjana



Dr. Muji Sulistyowati, S.KM., M.Kes.
NIP. 197311151999032002

Ketua Departemen Epidemiologi,
Biostatistika, Kependudukan dan
Promosi Kesehatan



Dr. Fariani Syahrul, S.KM., M.Kes.
NIP. 196902101994032002

KATA PENGANTAR

Puji syukur kita panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga dapat terselesaikannya Laporan Magang dan Studi Independen Bersertifikat (MSIB) di PT. Paragon Technology and Innovation. Dalam Penyusunan dan penulisan laporan magang ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Selain itu, dengan senang hati saya menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Santi Martini dr., M.Kes., selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga
2. Dr. Muji Sulistyowati, S.KM., M.Kes., selaku koordinator Program Studi Fakultas Kesehatan Masyarakat
3. Ibu Dr. Sri Widati, S.Sos., M.Si selaku Ketua Divisi Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku Fakultas Kesehatan Masyarakat.
4. Bian Shabri Putri Irwanto, S.KM., M.KKK., selaku Koordinator MBKM by Design Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga
5. Dr. Muthmainnah, S. KM., M. Kes selaku dosen pembimbing lapangan MBKM Non By Design FKM UNAIR.
6. Desti Putri Lestari, S. IKom selaku dosen pembimbing lapangan di PT. Paragon Technology and Innovation.
7. Kak Sav, Kak Lila, Kak Faisa, Kak Defi dan kak Dewi yang telah mendukung dan membantu dalam setiap proses pelaksanaan magang di PT. Paragon Technology and Innovation.
8. Keluarga yang selalu mendoakan dan memberikan motivasi setiap saat dalam pelaksanaan magang.

Surabaya, 31 Desember 2023

Alif Fatimatuz Zahro

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI.....	ii
DAFTAR GAMBAR	iiiv
DAFTAR TABEL.....	v
BAB 1.....	1
GAMBARAN UMUM.....	1
1.1 Profil Perusahaan	1
1.2 Deskripsi Kegiatan.....	2
BAB II.....	7
AKTIVITAS MINGGUAN	7
BAB III.....	11
HASIL KEGIATAN	11
3.1 Pelaksanaan Kegiatan	11
3.2 Rekomendasi Pelaksanaan Kegiatan	16
BAB IV	18
CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH	18
4.1 Komunikasi Pemasaran Kesehatan Terintegrasi	18
4.2 Determinan Sosial Kesehatan	23
4.3 Metodologi Penelitian (Aplikasi) (Praktikum)	34
4.4 Teknik Sampling.....	39
4.5 Politik Kesehatan	40
4.6 Perilaku Organisasi.....	46
4.7 Pemberdayaan Masyarakat di Bidang Kesehatan II	48
4.8 Penyakit Akibat Kerja.....	54
4.9 Pemasaran Jasa Kesehatan.....	56
4.10Magang	60
BAB V.....	61
PENUTUP.....	61
3.1 Kesimpulan	61
3.2 Saran.....	61

Daftar Pustaka	63
Lampiran	66

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Halaman
1.1	Dokumentasi acara Wardah <i>Campus Roadshow “Flawless and Fun”</i> di Universitas Airlangga.....	4
1.2	Poster untuk <i>sport activity</i> menggunakan <i>branding sunscreen</i> Wardah.....	5
1.3	Poster untuk seminar <i>Beauty Moves Youth</i>	6
1.4	Dokumentasi pound fit “Push Your Limit Vol. 1&2” oleh Wardah.....	15
3.1	Poster kegiatan pound fit Wardah X BEM FISIP UNAIR.....	14
3.2	Dokumentasi kegiatan pound fit Wardah X BEM FISIP UNAIR.....	14
3.3	Poster kegiatan pound fit Wardah X TEDx Universitas Negeri Surabaya.....	16
3.4	Dokumentasi kegiatan pound fit Wardah X TEDx Universitas Negeri Surabaya.....	16
4.1	Persentase pendapatan peserta pound fit.....	25
4.2	Persentase Sebaran dukungan sosial peserta pound fit.....	27
4.3	Persentase sebaran stress peserta pound fit.....	28
4.4	Persentase sebaran <i>early life</i> peserta pound fit.....	29
4.5	Persentase sebaran pengalaman pound fit pada peserta.....	30
4.6	Persentase sebaran <i>food/makanan</i> peserta pound fit.....	31
4.7	Persentase sebaran transportasi peserta pound fit.....	32
4.8	Persentase sebaran pekerjaan peserta pound fit.....	32
4.9	Persentase sebaran <i>employment</i> peserta pound fit.....	33
4.10	Poster <i>Policy Brief</i> penerapan 5R di PT. Paragon Technology and Innovation DC Surabaya.....	45
4.11	Dokumentasi kegiatan penanaman mangrove dan pembersihan sampah di kawasan mangrove oleh Paragoncors Surabaya X Trash Control Community.....	53
4.12	Kampanye pencegahan penyakit oleh divisi <i>Health, Safety and Enviroment</i>	56
4.13	Poster dan dokumentasi Wardah pound fit “Push Your Limit Vol.1”	59
4.14	Poster dan dokumentasi Wardah pound fit “Push Your Limit Vol.2”	60

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Gambar	Halaman
3.1	Rincian implementasi program Wardah Pound fit X BEM FISIP UNAIR.....	13
3.2	Rincian implementasi program Wardah Poundfit X TEDx Universitas Negeri Surabaya.....	15
4.1	Kriteria penilaian kuesioner kepuasan peserta terhadap acara pound fit.....	37
4.2	Hasil penilaian kuesioner kepuasan peserta terhadap acara pound fit.....	37
4.3	Kriteria penilaian kuesioner pendapat peserta mengenai acara pound fit secara keseluruhan.....	38
4.4	Hasil penilaian kuesioner kepuasan peserta terhadap acara pound fit.....	38
4.5	Kriteria penilaian kuesioner kepuasan peserta terhadap acara pound fit.....	38
4.6	Hasil penilaian kuesioner dampak pound fit terhadap peserta.....	39
4.7	Kriteria penilaian pelayanan tim Wardah.....	39
4.8	Hasil penilaian kuesioner dampak pound fit terhadap peserta.....	39
4.9	Rincian implementasi program Wardah Poundfit X TEDx Universitas Negeri Surabaya.....	58
4.10	Rincian implementasi program Wardah Poundfit X TEDx Universitas Negeri Surabaya.....	59

BAB 1

GAMBARAN UMUM

1.1 Profil Perusahaan

PT Paragon Technology and Innovation didirikan pada 28 Februari 1985 sebagai PT Pusaka Tradisi Ibu. Pada tahun 2011, perusahaan ini berganti nama menjadi PT Paragon Technology and Innovation. Perusahaan ini meluncurkan merek kosmetika Wardah Cosmetics pada tahun 1995. Pada tahun 1996, PTI berusaha mengembangkan Wardah dengan bekerja sama dengan agen pemasaran. Penjualan mulai meningkat dan PT Pusaka Tradisi Ibu masuk ke pasar tata rias. Pada tahun 1999, merek kosmetika Wardah menjadi pionir di pasar halal dengan mendapatkan sertifikasi halal dari LPPOM MUI melalui pabriknya. Banyak bisnis perusahaan yang tutup karena krisis ekonomi pada tahun 1998. Daya beli masyarakat menurun, sementara harga bahan baku naik empat kali lipat. Saat pesaing lain tidak berproduksi, PTI cepat bertindak untuk menangani masalah tersebut. PTI justru mengembangkan pasar setelah mengatasi krisis selama empat bulan. PT Pusaka Tradisi Ibu mulai menerapkan *Good Manufacturing Practice* (GMP) dan Cara Pembuatan Kosmetik yang Baik (CPKB) pada tahun 2005. PT Paragon Technology and Innovation meluncurkan merek kosmetika baru, Emina Cosmetics, pada tahun 2015. PTI telah memiliki 80 pabrik di Indonesia dari 76 pabrik yang telah diterapkan CPKB. PTI telah memiliki 26 pusat distribusi (DC) hampir di seluruh Indonesia, bahkan memiliki DC di Malaysia.

Adapun Visi dari PT Paragon Technology and Innovation, yaitu menjadi perusahaan yang terus berkomitmen untuk memiliki pengelolaan terbaik dan berkembang terus menerus dengan bersama-sama menjadikan hari ini lebih baik dari hari kemarin melalui produk berkualitas yang memberikan manfaat bagi Paragonian, mitra, masyarakat, dan lingkungan. Misi dari PT Paragon Technology and Innovation, yaitu:

1. Mengembangkan Paragonian
2. Menciptakan kebaikan untuk pelanggan

3. Perbaikan berkesinambungan
4. Tumbuh bersama-sama
5. Memelihara bumi
6. Mendukung pendidikan dan kesehatan bangsa

1.2 Deskripsi Kegiatan

A. Posisi

Assistant Demand Creation Halal Intern

B. Deskripsi

Melakukan peningkatan permintaan masyarakat *Demand Creation* terhadap Brand Wardah melalui berbagai *activity*. Diantaranya melalui kolaborasi bersama berbagai instansi pemerintahan, komunitas dan organisasi mahasiswa dalam universitas, komunitas muslim, komunitas olahraga, komunitas para remaja, *local brand* hingga *influencer*. Dalam merealisasikan misi keenam PT. Paragon Technology and Innovation DC Surabaya, yakni mendukung pendidikan dan kesehatan bangsa, Wardah berupaya untuk meningkatkan *awareness* brand dan mempromosikan kesehatan pada masyarakat dan pelanggan melalui pengadaan kegiatan yang melibatkan berbagai *touchpoint*, diantaranya dengan berkolaborasi bersama suatu komunitas (*community*).

Salah satu komunitas yang menjadi target kolaborasi adalah komunitas olahraga (*sport community*). Kegiatan olahraga yang diadakan berkolaborasi bersama brand diharapkan dapat menjadi sarana dalam memasarkan dan memperkenalkan produk serta mempromosikan kesehatan masyarakat agar masyarakat dan pelanggan Wardah dapat meningkatkan kualitas kesehatannya dengan melakukan berbagai aktivitas fisik melalui olahraga yang dapat menjaga tubuh agar tetap sehat dan ideal. Kegiatan olahraga yang diadakan diantaranya olahraga pound fit, olahraga zumba, olahraga lari dan olahraga yoga. Sistem kolaborasi dapat dilakukan dengan berbagai cara, diantaranya dengan *sharing* keuntungan, *support* produk hingga kerja sama *branding*.

1. Partnership

Dalam melakukan *brand activation*, kolaborasi hingga *event execution*, salah satu hal yang tidak pernah terlewatkan adalah kerja sama atau

partnership. Dalam menggandeng berbagai komunitas, instansi hingga *local brand*, diperlukan 2 pihak yang akan melakukan suatu rencana kerja sama, yakni pihak Wardah dan pihak eksternal yang terkait. Kerja sama yang akan dilakukan juga telah disesuaikan dengan target *touch point activity* Brand Wardah. Misalnya, Brand Wardah memiliki target untuk menciptakan permintaan para mahasiswa terhadap Brand Wardah melalui kegiatan seminar bertemakan “Beauty Moves Youth” yang merupakan seminar untuk membahas mengenai berbagai isu yang ada di kalangan mahasiswa, mulai dari *self development*, *upgrading soft skills* hingga *career tips and trick*. Salah satu *event Campus Roadshow* terbesar yang pernah diadakan oleh Wardah dilaksanakan berkolaborasi bersama BEM UNAIR pada Rabu, 6 Desember 2023. Seminar ini dihadiri hingga ± 200 mahasiswa Universitas Airlangga dari berbagai fakultas dan mengundang salah satu *influencer* ternama, yakni Nabila Ishma. Selain itu, seminar ini juga mengundang Sovia Sahid, M. Psi selaku psikolog dan Elis Mardianti, S.IP selaku *awardee* beasiswa LPDP DN 2023. Kesuksesan acara ini tentunya tidak terlepas dari koordinasi dan kerja sama yang matang antar tim Wardah dan BEM UNAIR.



Gambar 1.1 Dokumentasi acara Wardah *Campus Roadshow “Flawless and Fun”* di Universitas Airlangga

2. *Content Creation*

Dalam melaksanakan berbagai kegiatan dan acara, setiap acara tentunya membutuhkan media untuk dipublikasikan kepada khalayak luas, terlebih lagi dalam setiap kegiatan yang diadakan oleh Wardah akan diposting di Instagram @wardahbeauty.sby. Selain itu, media kegiatan seperti poster

merupakan hal yang krusial karena sebagai bentuk *branding* dari Wardah sendiri. Misalkan, dalam *activity* yang digiatkan dalam promosi *sunscreen* Wardah, tentu akan melibatkan berbagai acara yang berhubungan dengan kegiatan *outdoor* seperti olahraga lari, *car free day*, olahraga pound fit, yoga dan sebagainya. Sehingga template pembuatan mediana tentu memiliki ciri khas tersendiri dalam mempromosikan produk *sunscreen* terkait sekaligus sebagai media poster kegiatan. Sama halnya dengan kegiatan seminar seperti “Beauty Moves Youth” yang menyasar mahasiswa tentunya memiliki template tersendiri. Berikut contohnya :



Gambar 1.2 Poster untuk *sport activity* menggunakan *branding* *sunscreen* Wardah



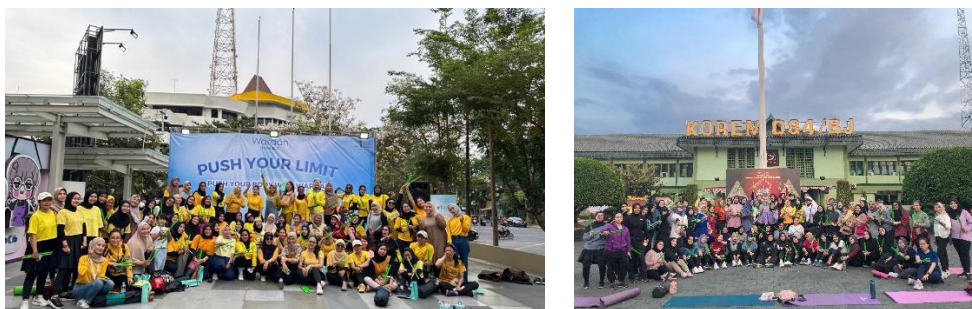
Gambar 1.3 Poster untuk seminar *Beauty Moves Youth*

3. Brand Activation

Untuk melakukan pemasaran terhadap produknya, suatu Brand tentunya akan melakukan *brand activation*. *Brand activation* merupakan salah satu

pendekatan marketing yang memungkinkan pelanggan menikmati pengalaman yang unik dan berkesan melalui kampanye, event, dan interaksi lain. *Brand activation* yang dilakukan oleh *demand creation* Wardah tentunya dengan menjalankan kampanye promosi dengan menciptakan berbagai *activity* dan juga *men-support* berbagai kegiatan yang sesuai dengan target serta *touchpoint* Wardah. Melalui *brand activation*, Wardah juga mampu menciptakan suatu acara yang dapat secara langsung mempromosikan produknya dan secara tidak langsung mempromosikan kesehatan pada masyarakat dan pelanggannya. Misalnya, tren pound fit kini tengah ramai dan tinggi peminat di kalangan masyarakat usia 25 tahun ke atas.

Oleh karena itu, Wardah kemudian berinisiatif menciptakan acara pound fit dengan harga pendaftaran relatif murah dengan *benefit* yang cukup banyak meliputi produk gratis dan pengalaman yang menarik. Selain itu, komunitas anggota pound fit merupakan salah satu komunitas yang cukup besar dan merupakan komunitas yang positif dan cenderung solid. Oleh karena itu, *demand creation* Wardah dalam melakukan *brand activation* selalu memantau tren pada masyarakat yang dapat menjadi peluang dalam meningkatkan permintaan masyarakat terhadap produk Wardah.



Gambar 1.4 Dokumentasi pound fit “Push Your Limit Vol. 1&2” oleh Wardah

4. Leadership

Divisi *demand creation* Wardah dalam pelaksanaan dan eksekusi berbagai kegiatannya dilakukan oleh seorang promotor. Sehingga sebagai *assistant demand creation* Wardah, pemegang juga memiliki kewajiban dalam memantau progress promotor setiap harinya, dengan mengingatkan *Things To Do Today* yang harus dilakukan setiap promotor setiap harinya, membantu pelaksanaan

kegiatan dan acara promotor mulai dari *pre-event* hingga *event* berlangsung, memastikan para promotor menjaga kesehatan dan kebersihan lingkungan kerjanya melalui 5R (Ringkas, Rapi, Resik, Rawat, Rajin) serta menjalankan *project* wajib pemegang yang diberikan oleh *leader demand creation* Wardah.

BAB II

AKTIVITAS MINGGUAN

Minggu	Kegiatan
1	<ul style="list-style-type: none"> • Onboarding Paragon Internship Program 5.0 • Pengenalan terhadap visi, misi dan budaya PT. Paragon Technology and Innovation
2	<ul style="list-style-type: none"> • Pengenalan lingkungan kantor PT. Paragon Technology and Innovation DC Surabaya • Menghadiri acara PKKMB Universitas Negeri Surabaya • Menghadiri acara senam dalam memperingati hari raya kemerdekaan Dinas Pekerjaan Umum dan Penataan Ruang Bina Marga Surabaya bersama brand Wardah • Kerja sama bersama <i>local media</i> untuk pelaksanaan <i>campaign</i> Brand Wardah
3	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan prospek dan <i>meeting</i> kerja sama bersama DP3AK Jatim • <i>Meeting</i> bersama <i>local brand</i> untuk rencana kerja sama kolaborasi produk • Memantau <i>report</i> Bulan Agustus para promotor Wardah
4	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Editing</i> voucher dan poster acara kolaborasi Wardah X Pinkylovelybajo • Menghadiri seminar Wardah For Your Passion di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Surabaya • Rekap list relasi para promotor di Tahun 2023 sesuai <i>touchpoint</i>
5	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Upload editorial plan</i> Wardah area ke instagram Wardah Beauty Surabaya • Mengikuti kelas <i>entrepeneurship project</i> PT. Paragon Technology and Innovation DC Surabaya bersama Universitas Ciputra • <i>Meeting</i> bersama agency mengenai event Wardah Lips Festival

	2.0
6	<ul style="list-style-type: none"> • Menghubungi BEM Fakultas Pertanian UPN untuk kerja sama dalam <i>entrepneurship project</i>. • menghubungi Himpunan Pengusaha ITS untuk kerja sama dalam <i>entrepneurship project</i>. • Editing flyer toko untuk <i>campaign</i> Wardah Lips Festival 2.0
7	<ul style="list-style-type: none"> • Meeting <i>Entrepreneurship Project</i> bersama BEM FAPERTA Universitas • Mentoring bersama Miss Desti selaku mentor untuk membahas rencana proyek beberapa bulan kedepan • <i>Meeting</i> koordinasi bersama Wardah Beauty Promotor Surabaya
8	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Follow up</i> MOU Kerjasama bersama Hotel Artotel • menghubungi BEM Petra, HIMA FKM Unair dan <i>follow up</i> HIPMI ITS terkait tawaran kerjasama <i>Entrepreneurship Project</i> • Merekap data peserta acara <i>poundfit</i> Wardah x Karita Surabaya
9	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Follow up</i> BEM PETRA dan HIMA FKM UNAIR untuk proses <i>dealing</i> kerja sama <i>entrepreneurship project</i> • Merekap progress pencapaian target bulan Oktober oleh Wardah Beauty Promotor Surabaya • <i>Approach</i> Indo Runners Surabaya untuk kerja sama • Mengikuti event senam pagi di Dinas Kesehatan Jatim
10	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Morning briefing</i> bersama mentor dan promotor • <i>Meeting project</i> CFD bersama pizzahut • <i>Follow up</i> rencana kerja sama bersama indorunners Surabaya • <i>Meeting</i> <i>entrepneurship project</i> bersama UPKM <i>Entrepreneur Club</i> PERBANAS • <i>Meeting</i> <i>entrepreneurship project</i> bersama Novo Club Region 6 • <i>Meeting</i> bersama mentor untuk mendiskusikan presentasi <i>mid</i>

	<i>term</i> Paragon Internship Program
11	<ul style="list-style-type: none"> • Prospek ke Balai Pemuda untuk rencana kerja sama venue pound fit • Meeting bersama Kemahasiswaan UNTAG terkait <i>entrepreneurship project</i> • Diskusi bersama BEM Fisip untuk projek Wardah Beauty Moves Youth • menghubungi BEM FKM Unair untuk projek pound fit
12	<ul style="list-style-type: none"> • Pembuatan MOU untuk kerja sama <i>entrepreneurship project</i> bersama Novo Club Region 6 • Penurunan produk konsinyasi untuk kerja sama <i>entrepreneurship project</i> bersama Novo Club Region 6 • Presentasi <i>Mid - Term</i> Paragon Internship Program bersama mentor
13	<ul style="list-style-type: none"> • Diskusi sistem projek pound fit di BEM FISIP UNAIR bersama mentor • Diskusi sistem seminar Wardah Beauty Moves Youth bersama mentor • Menghubungi Menteri Pemuda dan Olahraga BEM UNESA untuk projek pound fit
14	<ul style="list-style-type: none"> • Revisi proposal pound fit campus untuk diserahkan ke BEM FISIP UNAIR • Mengikuti CSR Paragon pilar lingkungan berupa penanaman mangrove dan pembersihan sampah di Ekowisata Mangrove Surabaya
15	<ul style="list-style-type: none"> • Menghubungi coach pound fit untuk FISIP UNAIR • Menyusun poster untuk pound fit FISIP UNAIR • Dealing kerja sama dengan pihak ketiga penyedia matras dan

	<p>ripstick untuk pound fit FISIP UNAIR</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dealing dengan TEDx UNESA perihal kerja sama pound fit • Diskusi timeline pelaksanaan Wardah Beauty Moves Youth X BEM FISIP UNAIR
16	<ul style="list-style-type: none"> • Publikasi poster acara pound fit di FISIP UNAIR melalui Instagram Wardah Beauty Surabaya • Merekap data pendaftar pound fit di FISIP UNAIR • Memproses pembayaran sewa matras dan ripstick kepada pihak ketiga penyedia
17	<ul style="list-style-type: none"> • Melaksanakan projek pound fit di FISIP UNAIR • Melaksanakan projek pound fit bersama TEDx di UNESA Lidah Wetan • Mendiskusikan konsep acara BMY Wardah X BEM FISIP UNAIR
18	<ul style="list-style-type: none"> • Persiapan acara Wardah Beauty Moves Youth X BEM FISIP UNAIR meliputi pembuatan poster acara, merekap pendaftar, penurunan produk. • Pelaksanaan Wardah Beauty Moves Youth X BEM FISIP UNAIR
19	<ul style="list-style-type: none"> • Presentasi <i>Final Term</i> Paragon Internship Program
20	<ul style="list-style-type: none"> • Farewell bersama mentor, promotor serta staf PT. Paragon Technology and Innovation DC Surabaya

BAB III

HASIL KEGIATAN

3.1 Pelaksanaan Kegiatan

Dalam menjalankan keberlangsungan pemasaran Brand Wardah, Wardah berupaya untuk menciptakan permintaan masyarakat (Demand Creation) melalui berbagai activity. Salah satu kegiatan yang menjadi target activity di Brand Wardah adalah dengan menciptakan maupun men-support kegiatan dalam komunitas olahraga (sport community). Melalui sport community, Brand Wardah berusaha untuk menciptakan permintaan masyarakat terhadap Brand Wardah sekaligus mempromosikan kesehatan masyarakat dan para customer melalui kegiatan olahraga yang sedang tren dan populer. Beberapa kegiatan olahraga yang diadakan dan di-support oleh Brand Wardah diantaranya adalah olahraga lari, olahraga pound fit, olahraga yoga dan olahraga zumba. Akan tetapi, olahraga yang paling sering diadakan oleh Brand Wardah adalah olahraga pound fit. Pound fit pada dasarnya adalah latihan kardio yang menggunakan seluruh tubuh. Itu dilakukan dengan alat bernama Ripstix, yang terlihat seperti stik drum. Cara Ripstix dimainkan sangat mirip dengan cara bermain drum dengan banyak ritme. Gerakan ini meningkatkan pembentukan otot dan membakar kalori. Cristina Peerenboom dan Kirsten Potenza, dua pemain drum dan atlet universitas, mendirikan pound fit pada 2011. Mereka awalnya melakukan olahraga seperti pilates untuk menjaga berat badan, tetapi kebiasaan itu membuatnya bosan, jadi mereka menemukan cara baru untuk berolahraga. Pound fit mulai memasuki Indonesia pada tahun 2016. Setelah itu banyak diminati oleh masyarakat dan populer pada pandemi Covid-19 (Reza, 2023).

Berdasarkan survei dan wawancara yang dilakukan kepada pihak leader dan promotor *Brand Marketing Development*, Brand Wardah membutuhkan sebuah program dalam meningkatkan awareness serta penjualan akan tetapi juga mampu dalam memberdayakan pola hidup sehat pada para pelanggannya. Program ini diharapkan dapat menjadi program yang *sustainable* dalam membentuk *Brand Image* Wardah yang dapat memberikan kebermanfaatannya bagi sesamanya. Selain itu juga dalam mendukung misi Paragoncorp dalam mendukung pendidikan dan kesehatan bangsa. Berdasarkan *insight* media sosial *instagram* Wardah Surabaya,

dapat diketahui bahwasanya rentang usia teratas yang menjangkau media sosial Wardah Surabaya berada di usia 18-24 tahun sebesar 48,7% dan rentang usia 25-34 tahun sebesar 42,8%. Wardah Surabaya kemudian melakukan *research* terhadap program yang dapat digemari oleh kalangan usia remaja hingga dewasa dalam mempromosikan produk serta meningkatkan kualitas kesehatan. Oleh karena itu, diputuskan adanya program olahraga seperti pound fit, olahraga lari hingga olahraga yoga dalam meningkatkan permintaan (*demand creation*) masyarakat terhadap produk Wardah dan juga meningkatkan permintaan masyarakat terhadap kesehatan. Kegiatan pound fit ini kemudian dinamai menjadi *Wardah Poundfit : Push Your Limit*.

Kegiatan pound fit “*Push Your Limit*” diselenggarakan dengan sasaran primer mahasiswa aktif di Kota Surabaya dan sasaran sekunder untuk umum. Kegiatan ini dapat dirancang dengan berkolaborasi bersama Badan Eksekutif Mahasiswa, Himpunan Mahasiswa hingga suatu komunitas mahasiswa dan dilaksanakan di area kampus. Kegiatan pound fit dilakukan secara berbayar dengan biaya pendaftaran Rp. 30.000 – 40.000. Dengan rincian Rp. 15.000 untuk sewa matras dan 15.000 untuk sewa ripstick. Dengan biaya pendaftaran tersebut, peserta sudah bisa mendapatkan sewa ripstick dan matras untuk 1x sesi pound fit, sesi pound fit bersama coach, minuman dan juga produk gratis berupa Wardah Sunscreen Airy Smooth SPF 50 PA +++ . Berikut penjabaran pembagian tugas antara pihak panitia mahasiswa dan pihak Wardah :

- a. Tugas Pihak Panitia Mahasiswa
 - 1) Menyediakan tempat untuk pound fit di area kampus
 - 2) Mengurus perizinan tempat pound fit
 - 3) Melakukan publikasi poster acara
 - 4) Mengumpulkan peserta pound fit
- b. Tugas Pihak Wardah
 - 1) Menyediakan risptick dengan perantara pihak ketiga
 - 2) Menyediakan matras dengan perantara pihak ketiga
 - 3) Menghubungi coach dan melakukan kerja sama fiksasi fee
 - 4) Membuat poster dan link pendaftaran acara

- 5) Berkoordinasi dengan sponsor
- 6) Menyediakan produk gratis berupa Sunscreen

Kegiatan Pound fit “*Push Your Limit*” bagi mahasiswa telah diadakan di 2 kampus di Surabaya, yakni di Universitas Airlangga Kampus B dan di Universitas Negeri Surabaya Lidah Wetan. Kegiatan ini dimulai dari diskusi kegiatan, kesepakatan kerja sama hingga timeline yang dimulai dari Bulan November dan direalisasikan pada Bulan Desember. Berikut rincian realisasi kegiatan “*Push Your Limit*” :

1. Wardah Pound fit X BEM FISIP UNAIR

Tabel 3.1 Rincian implementasi program Wardah Pound fit X BEM FISIP UNAIR

Penanggung Jawab	Alif Fatimatuz Zahro
Deskripsi	Kegiatan diawali dengan registrasi sekitar 30 menit. Registrasi dilakukan dengan mengisi absen oleh peserta lalu diberikan matras, ripstick, air mineral dan produk gratis berupa <i>sunscreen</i> . Dilanjut dengan sesi pound fit yang dipimpin oleh coach selama 45 menit, ditutup dengan dokumentasi foto bersama serta pengembalian matras serta ripstick.
Waktu	Minggu, 3 Desember 2023
Tempat	Jalan antara Amphi dan FISIP
Sasaran	Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Airlangga
Metode	Sesi pound fit yang dipimpin oleh instruktur/ <i>coach</i> bersertifikasi
Sumber Daya	1) Ripstick 2) Matras 3) Wardah Sunscreen Airy Smooth SPF 50 PA +++

	4) Air mineral 5) Instruktur/ <i>Coach</i> pound fit
--	---



Gambar 3.1 Poster kegiatan pound fit Wardah X BEM FISIP UNAIR



Gambar 3.2 Dokumentasi kegiatan pound fit Wardah X BEM FISIP UNAIR

2. Wardah Poundfit X TEDx Universitas Negeri Surabaya

Tabel 3.2 Rincian implementasi program Wardah Poundfit X TEDx Universitas Negeri Surabaya¹⁵

Penanggung Jawab	Alif Fatimatuz Zahro
Deskripsi	Kegiatan diawali dengan registrasi sekitar 30 menit. Registrasi dilakukan dengan mengisi absen oleh peserta lalu diberikan matras, ripstick, <i>snack</i> dan produk gratis berupa <i>sunscreen</i> . Dilanjut dengan sesi pound fit yang dipimpin oleh coach selama 45 menit, ditutup dengan dokumentasi foto bersama serta pengembalian matras serta ripstick.
Waktu	Jumat, 8 Desember 2023
Tempat	Lapangan FIP UNESA
Sasaran	Mahasiswa umum di Kota Surabaya dan umum
Metode	Sesi pound fit yang dipimpin oleh instruktur/ <i>coach</i> bersertifikasi
Sumber Daya	<ol style="list-style-type: none"> 1) Ripstick 2) Matras 3) Wardah Sunscreen Airy Smooth SPF 50 PA +++ 4) <i>Snack</i> 5) Instruktur/<i>Coach</i> pound fit



Gambar 3.3 Poster kegiatan pound fit Wardah X TEDx Universitas Negeri Surabaya



Gambar 3.4 Dokumentasi kegiatan pound fit Wardah X TEDx Universitas Negeri Surabaya

3.2 Rekomendasi Pelaksanaan Kegiatan

- 1) Selain bekerja sama dengan BEM atau suatu komunitas, bisa menggandeng komunitas Health Promotion Center di Kampus terkait, seperti di Unair ada AHPC dengan pelaksananya SOBY.

- 2) Memperluas cabang olahraga lainnya, tidak hanya pound fit, tapi juga olahraga lari, badminton, Zumba bersama mahasiswa.
- 3) Pelibatan civitas akademika di kampus terkait.
- 4) Menyertai penyuluhan kesehatan di sesi pound fit mendatang.

BAB IV

CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH

4.1 Komunikasi Pemasaran Kesehatan Terintegrasi

Pemasaran sosial merupakan bagian dari pemasaran komersial, yang merupakan ide untuk mengubah perilaku masyarakat. Lima komponen utama pemasaran sosial dapat dijabarkan menjadi beberapa komponen. Diantaranya yang pertama, berkonsentrasi pada perubahan perilaku. Kedua, dilakukan secara sukarela. Ketiga, prinsip dan strategi pemasaran untuk. Empat, memilih dan mempengaruhi perasaan khalayak sasaran. Terakhir, menguntungkan. (Siwi & Handayani, 2022). Pemasaran sosial adalah proses yang menggunakan prinsip dan teknik pemasaran untuk menciptakan, mengkomunikasikan, dan memberikan nilai untuk memengaruhi perilaku audiens target yang menguntungkan masyarakat dan audiens tersebut. Dalam pemasaran sosial, khalayak akan lebih terlibat dengan produk sosial jika produk tersebut dianggap penting untuk mengatasi masalah sosial kesehatan dan lingkungan hidup. Banyak faktor yang mempengaruhi partisipasi khalayak, seperti karakteristik sosial ekonomi, aktivitas komunikasi, peran aparat terkait, dan tingkat pengetahuan produk sosial. Menurut Philip Kotler, pemasaran sosial adalah program yang dirancang, diterapkan, dan dikendalikan dengan tujuan meningkatkan penerimaan suatu ide atau praktik tertentu oleh kelompok sasaran. Pada dasarnya, komunikasi pemasaran sosial adalah implementasi dari strategi komunikasi pemasaran komersial untuk menjual dan menghasilkan keuntungan. Namun, dalam komunikasi pemasaran produk yang dijual, konsep untuk mengubah persepsi dan perilaku konsumen terlibat dalam komunikasi pemasaran sosial (Hardiyanti, 2021).

Berdasarkan survei dan wawancara yang dilakukan kepada pihak leader dan promotor *Brand Marketing Development*, Brand Wardah membutuhkan sebuah program dalam meningkatkan awareness serta penjualan akan tetapi juga mampu dalam memberdayakan pola hidup sehat pada para pelanggannya. Program ini diharapkan dapat menjadi program yang *sustainable* dalam membentuk *Brand Image* Wardah yang dapat memberikan kebermanfaatannya bagi sesamanya. Selain itu juga dalam mendukung misi Paragoncorp dalam mendukung pendidikan dan

kesehatan bangsa. Berdasarkan *insight* media sosial *instagram* Wardah Surabaya, dapat diketahui bahwasanya rentang usia teratas yang menjangkau media sosial Wardah Surabaya berada di usia 18-24 tahun sebesar 48,7% dan rentang usia 25-34 tahun sebesar 42,8%. Wardah Surabaya kemudian melakukan *research* terhadap program yang dapat digemari oleh kalangan usia remaja hingga dewasa dalam mempromosikan produk serta meningkatkan kualitas kesehatan. Oleh karena itu, diputuskan adanya program olahraga seperti pound fit, olahraga lari hingga olahraga yoga dalam meningkatkan permintaan (*demand creation*) masyarakat terhadap produk Wardah dan juga meningkatkan permintaan masyarakat terhadap kesehatan. Kegiatan pound fit ini kemudian dinamai menjadi *Wardah Poundfit : Push Your Limit*. Berikut dijabarkan langkah-langkah pemasaran sosial.

1. Analisis Pasar dan Identifikasi Masalah

Berdasarkan hasil wawancara bersama *Leader Brand* Wardah Surabaya, olahraga pound fit dapat menjadi peluang bagi Wardah dalam meningkatkan *awareness* brand dan penjualan serta menjadi sarana promosi kesehatan yang menarik bagi kalangan usia 25 tahun ke atas. Selain itu, berdasarkan evaluasi dari pelaksanaan olahraga pound fit yang telah diadakan oleh brand lain, olahraga ini sangat digemari oleh kalangan dewasa hingga 50 lebih pendaftar di setiap sesi yang diadakan. Akan tetapi, peserta olahraga pound fit masih tergolong jarang dihadiri oleh remaja. Hal ini tentunya bisa dipengaruhi oleh banyak faktor, mulai dari rasa ragu dalam mengikuti pound fit karena tidak memiliki *partner*, tidak tergabung dalam suatu komunitas khusus pound fit, sibuk dengan pekerjaan lainnya seperti perkuliahan, *part-time*, dan sebagainya. Hal tersebut tentunya menjadi tantangan tersendiri bagi Brand Wardah, karena Brand Wardah tentunya ingin melakukan kampanye untuk membentuk *Brand Image* Wardah yang merupakan produk *youthable*. Sehingga dalam mengadakan olahraga pound fit yang dikhususkan pesertanya bagi remaja mampu menjadi sebuah pijakan besar bagi Brand Wardah. Berdasarkan perumusan masalah tersebut, Brand Wardah kemudian memutuskan untuk mengadakan sesi pound fit yang dikhususkan bagi para remaja terkhusus bagi mahasiswa di Surabaya dalam meningkatkan *awareness* brand, membentuk

Brand Image Wardah yang “*youth*” dan juga mempromosikan kesehatan dalam peningkatan aktivitas fisik pada mahasiswa.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), berat badan berlebih, pola makan yang tidak seimbang, dan kurangnya aktivitas fisik dan olahraga menyebabkan risiko terkena kanker sebesar 30%. Kanker kerongkongan (kerongkongan), ginjal, rahim (endometrium), pankreas, payudara, dan usus besar adalah jenis penyakit kanker yang disebabkan oleh faktor risiko ini. Orang yang kurang melakukan aktivitas fisik juga cenderung menjadi gemuk karena kurangnya aktivitas fisik menyebabkan banyak energi yang tersimpan sebagai lemak (Virgianto & Purwaningsih, 2006). Aktivitas fisik dapat menurunkan risiko penyakit jantung koroner, stroke, diabetes, hipertensi, kanker kolon, kanker payudara, dan depresi. Selain itu, aktivitas fisik sangat penting untuk menyeimbangkan energi dan mengontrol berat badan, menjadikannya penting untuk menjaga keseimbangan energi (Guilbert, 2003). Penelitian yang dilakukan oleh (Salsabila, 2022) pada mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2022, dari 253 mahasiswa, sebanyak 140 mahasiswa (55.3%) memiliki aktivitas fisik dengan kategori rendah, 99 mahasiswa (39.1%) mahasiswa memiliki aktivitas fisik kategori sedang dan 14 mahasiswa (5.5%) memiliki aktivitas fisik kategori tinggi.

2. Penentuan Tujuan

Tujuan harus mencakup pada penentuan perubahan perilaku, populasi spesifik dan kerangka waktu. Dalam penentuan tujuan ini menggunakan metode SMART :

1. Spesific (Spesifik)

Tujuan dari kegiatan pound fit “*Push Your Limit*” yaitu untuk meningkatkan *awareness* terhadap Brand Wardah, meningkatkan penjualan, membentuk *Brand Image* Wardah yang *youthable* dan sebagai

sarana dalam mempromosikan kesehatan dalam peningkatan aktivitas fisik pada mahasiswa.

2. Measurable (Terukur)

Untuk mengukur keberhasilan kegiatan pound fit “*Push Your Limit*” menggunakan indikator keberhasilan yang diukur menggunakan indikator peserta yang mendaftar dan hadir adalah mahasiswa setidaknya 50% dari dari target peserta yang berjumlah 30 peserta.

3. Achievable (Dapat Dicapai)

Strategi dalam mewujudkan keberhasilan kegiatan pound fit “*Push Your Limit*” dilakukan dengan beberapa urutan cara, yakni dengan berkolaborasi dengan Badan Eksekutif Mahasiswa, Himpunan Mahasiswa hingga komunitas tertentu untuk mengadakan pound fit di area kampus. Kerja sama bisa berupa *sharing* keuntungan maupun produk gratis senilai Rp 100.000 – 250.000 yang diberikan kepada panitia. Panitia berkewajiban dalam menyediakan tempat pound fit, perizinan hingga mengumpulkan peserta. Pihak Wardah berkewajiban dalam menyediakan *coach*, ripstick, matras, produk gratis, registrasi dan juga publikasi acara. Kerja sama tersebut selain diepruntukkan dalam terwujudnya kegiatan pound fit “*Push Your Limit*”, diharapkan juga dapat menjadi kerja sama jangka panjang yang saling memberikan keuntungan antara pihak kampus dan juga pihak Wardah.

4. Relevant (Relevan)

Berdasarkan hasil wawancara bersama Leader Demand Creation Wardah, kegiatan olahraga pound fit merupakan salah satu kegiatan yang relevan dalam pencapaian target activity khususnya bersama sport community. Terlebih lagi, mengetahui banyaknya masyarakat dan juga *customer* yang menggemari pound fit dapat menjadi peluang yang bagus dalam menyukseskan kegiatan pound fit. Kegiatan ini bahkan dicanangkan untuk menjadi kegiatan yang secara teratur diadakan oleh Wardah,

mengetahui tingginya peminat pound fit pada *customer* Wardah dan juga pada masyarakat.

5. Time-Bound (Diukur dengan waktu)

Untuk mengukur ketercapaian tujuan kegiatan ini diukur dengan implementasi kegiatan yang dilaksanakan pada bulan November – Desember Tahun 2023.

3. STP (*Segmenting, Targeting, Positioning*)

a. *Segmenting*

Segmentasi sasaran dalam pelaksanaan kegiatan pound fit “*Push Your Limit*” diterapkan pada remaja berusia 18-24 tahun yang juga sedang berstatus mahasiswa di Surabaya. Pemetaan sasaran berupa mahasiswa didasari dari identifikasi masalah karena kurangnya minat kegiatan pound fit dan rendahnya partisipasi mahasiswa pada bidang olahraga satu ini. Pemetaan sasaran berupa mahasiswa di Surabaya mempertimbangkan area tanggung jawab Wardah Surabaya untuk menyasar mahasiswa di kampus-kampus Kota Surabaya. Penentuan sasaran juga tidak berdasarkan jenis kelamin, karena pada dasarnya olahraga pound fit dapat diikuti oleh berbagai gender.

b. *Targeting*

Berdasarkan hasil wawancara serta diskusi bersama pihak Wardah meliputi *leader* dan *promotor*, sasaran dalam kegiatan pound fit “*Push Your Limit*” adalah remaja berusia 18-24 tahun yang memiliki status mahasiswa aktif di kampus-kampus Kota Surabaya. Akan tetapi, tidak menutup kemungkinan bahwa pelaksanaan kegiatan dapat sewaktu-waktu dikoordinasikan dan situasi dan kondisi untuk kemudian dibuka bersamaan dengan pendaftar umum. Kegiatan ini dirancang untuk dilaksanakan di area kampus, sehingga harapannya kegiatan ini dapat menjadi batu loncatan mahasiswa kampus untuk mulai memasuki dunia olahraga pound fit. Target pendaftar dalam kegiatan “*Push Your Limit*”

setidaknya mencapai 30 orang dengan 50% peserta yang hadir merupakan mahasiswa.

c. *Positioning*

Strategi *positioning* dalam kegiatan pound fit “*Push Your Limit*” terdiri dalam beberapa cara yakni dengan berkolaborasi bersama Badan Eksekutif Mahasiswa, Himpunan Mahasiswa hingga komunitas tertentu di lingkungan kampus. Dengan begitu, para mahasiswa di area kampus tersebut dapat dengan lebih mudah mendapatkan informasi dan juga meminimalisir keraguan akan adanya aktivitas yang mencurigakan. Dengan berkolaborasi, para mahasiswa dapat memahami bahwa acara ini dapat dengan aman mereka ikuti karena telah mendapatkan akses melalui badan maupun komunitas mahasiswa setempat. Selain itu, dalam rangka mengunggulkan kegiatan ini, Pihak Wardah juga telah menyediakan *Unique Selling Point* dalam acara ini dengan menawarkan benefit yang sangat menguntungkan. Dimana dengan harga pendaftaran sebesar Rp 30.000, peserta sudah mendapatkan sewa ripstick, sewa matras, sesi pound fit bersama coach bersertifikasi, gratis produk Sunscreen Wardah Airy Smooth SPF 50 PA +++ dan juga gratis minum. Beberapa cara diatas menjadi strategi kegiatan ini dalam menciptakan kesan tertentu di dalam ingatan peserta.

4. Implementasi Program

Kegiatan Pound fit “*Push Your Limit*” bagi mahasiswa telah diadakan di 2 kampus di Surabaya, yakni di Universitas Airlangga Kampus B dan di Universitas Negeri Surabaya Lidah Wetan. Kegiatan ini dimulai dari diskusi kegiatan, kesepakatan kerja sama hingga timeline yang dimulai dari Bulan November dan direalisasikan pada Bulan Desember.

4.2 Determinan Sosial Kesehatan

Determinan sosial kesehatan merupakan proses yang membentuk perilaku di dalam masyarakat. Perilaku adalah semua kegiatan yang dilakukan manusia baik yang dapat diamati langsung maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar. Perilaku seseorang terbentuk dari pengetahuan, sikap dan praktek atau tindakan

yang dimiliki Dengan mengidentifikasi determinan sosial kesehatan pada perilaku berolahraga khususnya pound fit pada customer Wardah, diharapkan dapat diketahui determinan apa yang menjadi kendala dalam meningkatkan aktivitas fisik pada masyarakat, menjadi evaluasi bagi brand dan menjadi suatu acuan dalam perbaikan promosi kesehatan kedepannya. Selain itu, mengidentifikasi determinan sosial kesehatan pada perilaku olahraga pound fit diharapkan dapat menjadi pijakan untuk mempromosikan kesehatan dalam cara yang lebih menarik, bahwa menjadi sehat tidak perlu menjadi sebuah beban. Determinan sosial kesehatan pada *customer* Wardah diukur melalui hasil observasi dan kuesioner yang diberikan sebagai *feedback* oleh peserta pound fit yang diadakan berkolaborasi bersama TED x Universitas Negeri Surabaya. Kegiatan pound fit diadakan pada tanggal 8 Desember 2023. Jawaban kuesioner diukur menggunakan 4 pilihan jawaban, yakni sangat setuju, setuju, tidak setuju dan sangat tidak setuju. Berikut dijabarkan hasil kuesioner dan observasi peneliti terhadap perilaku berolahraga pound fit pada *customer* Wardah.

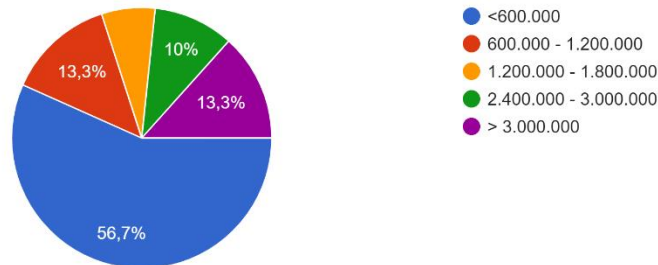
1. Kemiskinan

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 30 responden melalui kuesioner, pendapatan peserta pound fit yang juga *customer* Brand Wardah dijabarkan dalam beberapa pilihan, yakni :

- a) <600.000
- b) 600.000 – 1.200.000
- c) 1.200.000 – 1.800.000
- d) 2.400.000 – 3.000.000
- e) >3.000.000

Hasil kuesioner menunjukkan sebaran pendapatan para peserta yang cukup bervariasi. Mayoritas pendapatan para peserta berada di <600.000 sebanyak 56,7% atau sebanyak 17 orang. Sebanyak 13,3% pendapatan peserta berada di kisaran 600.000 – 1.200.000 dan >3.000.000 atau sebanyak 8 orang, 10% peserta berpendapatan 2.400.000-3.000.000 dan 6,7% peserta atau sebanyak 2 orang peserta berpendapatan 1.200.000 – 1.800.000.

Berapa pendapatan anda perbulannya?
30 jawaban



Gambar 4.1 Persentase pendapatan peserta pound fit

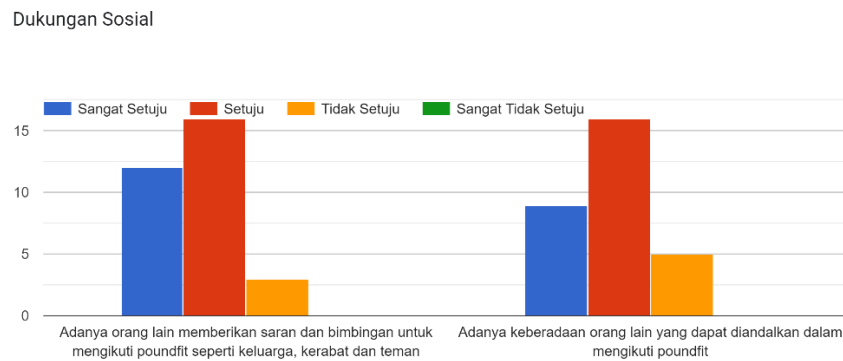
Mayoritas pendapatan berkisar <600.000 karena kebanyakan peserta merupakan mahasiswa, yang juga belum bekerja dan pendapatan masih berasal dari orang tua. Akan tetapi, hal ini tidak menjadi penghambat bagi para peserta mengetahui harga pendaftaran pound fit hanya sebesar Rp 30.000 yang sudah dilengkapi dengan penyewaan matras dan ripstick, *snack* dan juga produk gratis. Dengan begitu, dapat diketahui bahwa peserta pound fit yang juga *customer* Wardah merupakan masyarakat kaum menengah ke atas yang sedang tidak bermasalah dengan kemiskinan. Orang-orang yang tinggal di rumah tangga berpenghasilan rendah memiliki kesulitan yang lebih besar untuk aktif secara fisik seperti berolahraga dibandingkan dengan orang berpenghasilan tinggi karena berbagai hambatan sosial dan lingkungan seperti jarak yang jauh ke fasilitas olahraga, layanan transportasi yang buruk, lingkungan yang buruk dan kondisi lalu lintas, kurangnya taman dan fasilitas rekreasi, polusi udara, kurangnya waktu luang, kesehatan yang buruk, dan kurangnya paparan terhadap dukungan sosial yang terkait dengan olahraga (Kim & So, 2014). Hal ini tentunya tidak sesuai dengan karakteristik peserta pound fit yang diadakan oleh Wardah X TEDx Universitas Negeri Surabaya karena para peserat sudah memiliki *awareness* yang cukup baik akan pound fit bagi kesehatannya dan telah memiliki dukungan sosial yang cukup baik bahkan memiliki kendaraan sendiri untuk menuju ke tempat pound fit.

2. *Social Support* (Dukungan Sosial)

Pada variabel dukungan sosial diukur dengan kuesioner yang dibuat oleh peneliti dengan berpedoman pada teori dan penelitian yang dilakukan oleh (ISTIQAMAH, 2015). Gambarang dukungan sosial pada peserta pound fit yang juga merupakan *customer* Wardah diukur dalam 2 pernyataan kuesioner, yakni :

- a) Adanya orang lain yang memberikan saran dan bimbingan untuk mengikuti pound fit seperti keluarga, kerabat dan teman
- b) Adanya keberadaan orang lain yang dapat diandalkan dalam mengikuti poundfit

Hasil pernyataan pertama “adanya orang lain yang memberikan saran dan bimbingan untuk mengikuti pound fit seperti keluarga, kerabat dan teman” menunjukkan terdapat 40% atau 12 orang menyatakan sangat setuju, 53,3% atau 16 orang menyatakan setuju dan 2 orang atau sebanyak 6,6% peserta menyatakan tidak setuju. Dengan begitu, dapat disimpulkan bahwa para peserta pound fit telah memiliki dukungan sosial yang cukup baik. Berdasarkan hasil observasi, diketahui bahwa banyak peserta yang mengikuti pound fit bersama rekannya masing-masing. Terdapat peserta yang merupakan sekumpulan dosen, rekan satu kelas kuliah dan juga rekan dalam satu komunitas pound fit tertentu. Hasil pernyataan kedua “adanya keberadaan orang lain yang dapat diandalkan dalam mengikuti poundfit” menunjukkan terdapat 53,3% atau 16 peserta yang menyatakan setuju, 30% atau 9 peserta menyatakan sangat setuju dan 16,6% atau 5 orang yang menyatakan tidak setuju. Hal tersebut menunjukkan bahwa mayoritas para peserta telah memiliki *partner* yang dapat diandalkan untuk bersama mengikuti pound fit. Keberadaan *partner* yang dapat diandalkan juga dapat menjadi pengaruh yang kuat dalam mengikuti poundfit.



Gambar 4.2 Sebaran dukungan sosial peserta pound fit

Penelitian yang dilakukan oleh Ren, et al (2020) pada remaja di China menunjukkan bahwa dukungan sosial secara umum dari orang tua dan teman sebaya berkorelasi positif dengan tingkat aktivitas fisik remaja secara keseluruhan. Secara umum, diyakini bahwa remaja yang menerima lebih banyak dukungan sosial akan berpartisipasi dalam tingkat aktivitas fisik yang lebih tinggi, terutama jika dukungan tersebut diberikan oleh orang tua, saudara kandung, dan teman. Orang tua dapat mendorong anak-anak mereka untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik dengan berbagai cara, seperti menyediakan peralatan dan transportasi. Selain itu, teman cenderung memberikan dukungan sosial dengan mengajak dan berpartisipasi dalam aktivitas fisik. Teman adalah sumber dukungan sosial, yang menunjukkan bahwa hubungan antara aktivitas fisik dan dukungan sosial adalah yang paling konsisten (Ren, Hu, & dkk, 2020).

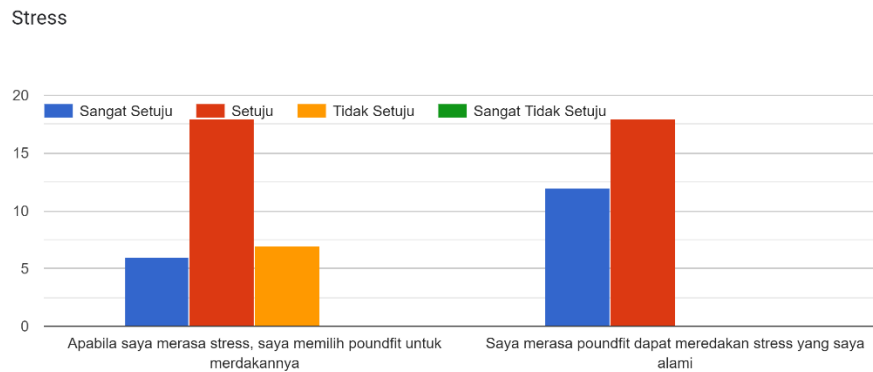
3. Stress

Pengukuran variabel stress diukur melalui kuesioner dengan 2 pernyataan, yakni :

- Apabila saya merasa stress, saya memilih poundfit untuk meredakannya
- Saya merasa pound fit dapat meredakan stress yang saya alami

Hasil pernyataan pertama “apabila saya merasa stress, saya memilih poundfit untuk meredakannya” menunjukkan terdapat 60% atau 18 orang yang menyatakan setuju, 20% atau 6 peserta yang menyatakan sangat setuju dan 23,3% atau 7 peserta yang menyatakan tidak setuju. Selain itu, pada pernyataan

kedua “saya merasa pound fit dapat meredakan stress yang saya alami” menunjukkan terdapat 60% atau 18 peserta menyatakan setuju dan 40% atau 12 orang menyatakan sangat setuju.



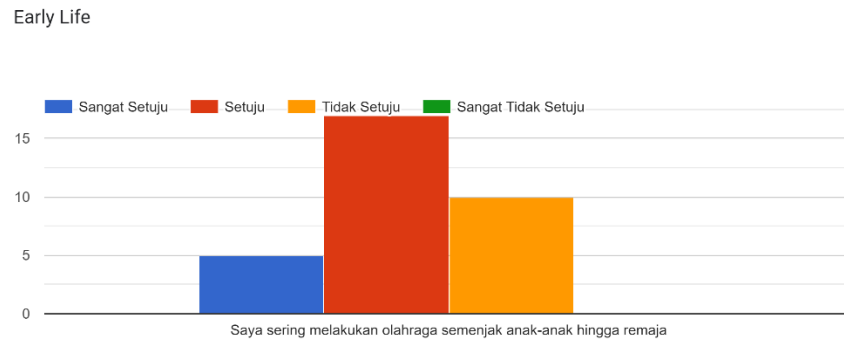
Gambar 4.3 Persentase sebaran stress peserta pound fit

Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas peserta mengikuti pound fit bukan hanya mengikuti *trend* saja, akan tetapi dalam rangka mengurangi stress dengan menciptakan rasa fit dan sehat bagi tubuhnya. Olahraga yang efektif dapat mengurangi stres karena olahraga dapat menghasilkan hormone yang dikenal sebagai endorphin, yang berfungsi untuk menenangkan, melepaskan ketegangan, dan mengurangi rasa sakit. Selama berolahraga, endorphin ini berfungsi untuk menggantikan hormone stres dan membuat emosi lebih stabil. Sebaliknya, jika seseorang jarang berolahraga, mereka akan merasa lebih stres dan merasa lebih tertekan (Stevens, Loudon, & Yow, 2013).

4. *Early Life*

Early Life menjadi salah satu determinan sosial kesehatan dimana kesehatan saat dewasa dapat ditentukan dari fase awal kehidupan. Pengukuran terhadap *early life* menggunakan pernyataan dalam kuesioner, yakni “saya sering melakukan olahraga semenjak anak-anak hingga remaja”. Dari pernyataan berikut diharapkan dapat diketahui kebiasaan berolahraga para peserta yang dapat menjadi penentu kesehatan para peserta. Hasil kuesioner menunjukkan bahwa terdapat 56,6% atau 17 peserta yang menyatakan setuju, 16,6% atau 5 peserta yang menyatakan sangat setuju dan 33,3% atau 10 orang yang menyatakan tidak setuju. Dengan demikian, dapat diketahui bahwasanya

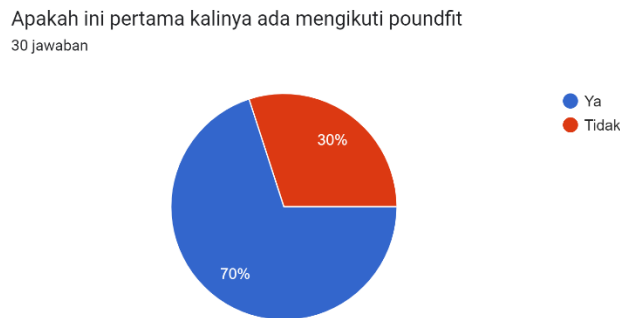
mayoritas peserta telah memiliki intensitas yang cukup sering dalam berolahraga dan beraktivitas fisik mulai dari masa anak-anak hingga remaja. Sehingga mengikuti pound fit bukanlah menjadi suatu hal yang cukup memberatkan dan menjadi masalah.



Gambar 4.4 Persentase sebaran *early life* peserta pound fit

Akan tetapi, masih terdapat peserta yang masih belum menekuni olahraga sejak anak-anak hingga remaja. Akan tetapi, walaupun masih terdapat peserta yang belum menekuni olahraga dengan baik mulai dari masa anak-anak hingga remaja, para peserta telah memiliki motivasi yang baik dalam mengikuti pound fit, karena berdasarkan hasil kuesioner, 70% atau 21 peserta mengikuti pound fit untuk pertama kalinya dan hanya 30% atau 9 orang yang telah mengikuti sesi pound fit sebelumnya. Olahraga Pound Fit pertama kali muncul di Indonesia pada pertengahan tahun 2016, dan mulai menjadi populer pada pandemi Covid-19. Banyak masyarakat yang kemudian mulai *aware* terhadap

kesehatan dan memilih untuk mengikuti pound fit karena merupakan olahraga yang menarik (Mahmudan, 2023).

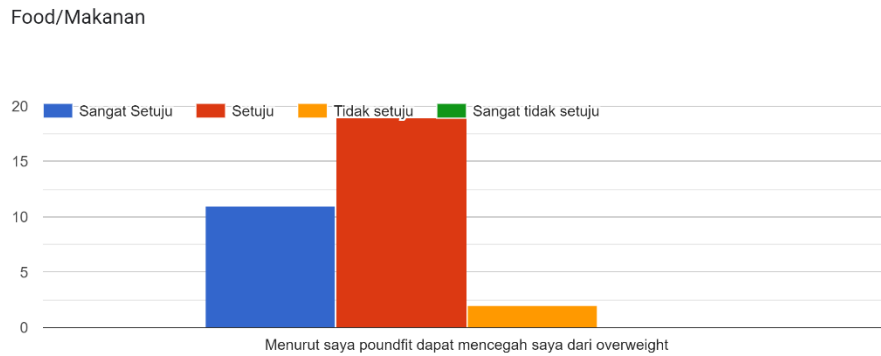


Gambar 4.5 Persentase sebaran pengalaman pound fit pada peserta

5. *Food/Makanan*

Pengukuran terhadap determinan *food* menggunakan pernyataan “menurut saya pound fit dapat mencegah saya dari *overweight*” untuk mengetahui kesadaran para peserta akan pola makan yang dapat berujung pada *overweight*. Berdasarkan hasil kuesioner, dapat diketahui bahwa para responden sudah memiliki kesadaran yang cukup baik akan pola makan berlebihan yang dapat berakibat pada *overweight*. Selain itu, berdasarkan hasil observasi, banyak responden yang memilih pound fit sebagai sarana olahraga menyehatkan untuk mencegah *overweight*. Determinan *food* tidak menjadi permasalahan kesehatan dalam peningkatan aktivitas fisik *customer* Wardah karena para peserta telah memiliki *awareness* yang cukup baik dalam mengontrol pola makan dalam mencegah *overweight* melalui pound fit. Berdasarkan hasil kuesioner, diketahui bahwa 56,6% atau 17 peserta menyatakan setuju, 36,6% atau 11 peserta menyatakan sangat setuju dan 6,6% atau 2 orang menyatakan tidak setuju. Pola makan adalah komponen yang memengaruhi aktivitas fisik. Orang yang kegemukan cenderung memiliki pola makan yang berlebihan. Dibandingkan dengan orang dengan berat badan normal, orang yang kegemukan lebih responsif terhadap isyarat lapar yang datang dari luar, seperti aroma dan rasa makanan atau waktu makan. Mereka cenderung makan saat mereka lapar, bukan saat mereka lapar. Pola makan yang berlebihan inilah yang

membuat sulit untuk keluar dari kegemukan jika mereka tidak memiliki kontrol diri dan tidak memiliki keinginan yang kuat untuk menurunkan berat badan (Iswati & Khusnal, 2016).



Gambar 4.6 Persentase sebaran *food/makanan* peserta pound fit

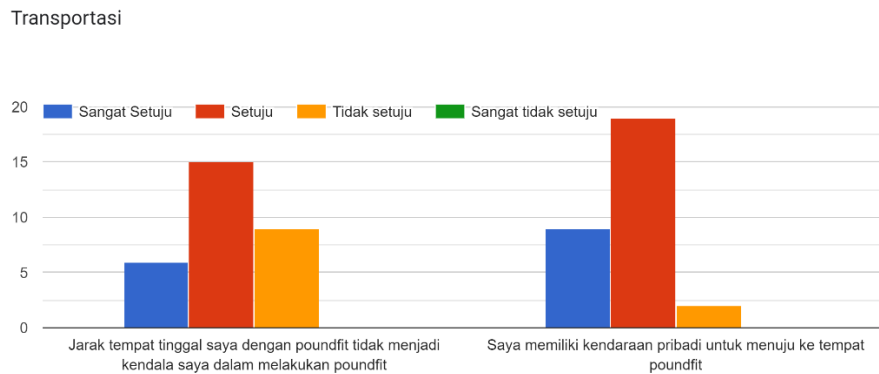
6. Transportasi

Pengukuran terhadap determinan transportasi menggunakan pernyataan dalam kuesioner, yakni

- Jarak tempat tinggal saya dengan poundfit tidak menjadi kendala saya dalam melakukan poundfit
- Saya memiliki kendaraan pribadi untuk menuju ke tempat pound fit

Berdasarkan hasil kuesioner, faktor transportasi tidak menjadi kendala yang menghalangi para responden dalam mengikuti poundfit. Pada pernyataan yang pertama “jarak tempat tinggal saya dengan poundfit tidak menjadi kendala saya dalam melakukan poundfit” didapatkan bahwa sebanyak 53,3% atau 16 peserta menyatakan setuju, 20% atau 6 orang menyatakan sangat setuju dan 26,6% atau 8 orang menyatakan tidak setuju. Selain itu, pada pernyataan kedua “saya memiliki kendaraan pribadi untuk menuju ke tempat poundfit” didapatkan bahwa sebanyak 63,3% atau sekitar 19 peserta menyatakan setuju, 30% atau sekitar 9 orang menyatakan sangat setuju dan 6,6% atau sekitar 2 orang menyatakan sangat setuju. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas peserta telah memiliki transportasi sendiri untuk kemudian

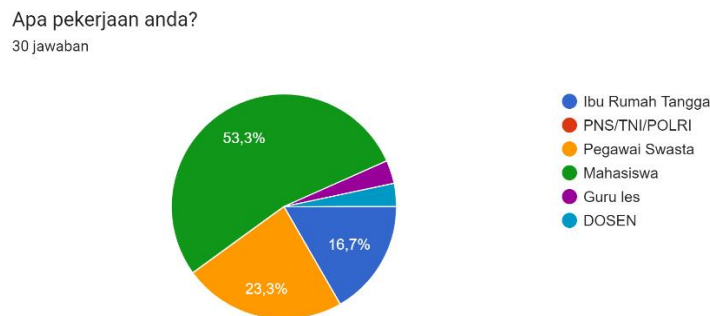
menjangkau tempat pound fit, selain itu jarak tempat tinggal menuju tempat pound fit tidak menjadi kendala bagi peserta.



Gambar 4.7 Persentase sebaran transportasi peserta pound fit

7. Pekerjaan

Berdasarkan hasil kuesioner terhadap 30 peserta, terdapat 63,3% atau 19 peserta yang tidak bekerja dan 36,7% atau 11 orang sedang bekerja. Distribusi pekerjaan para peserta meliputi 53,3% atau 16 peserta merupakan mahasiswa, 23,3% atau 7 orang merupakan pegawai swasta, 16,7% atau 5 orang merupakan ibu rumah tangga, dan sisa 2 peserta merupakan dosen dan guru les.



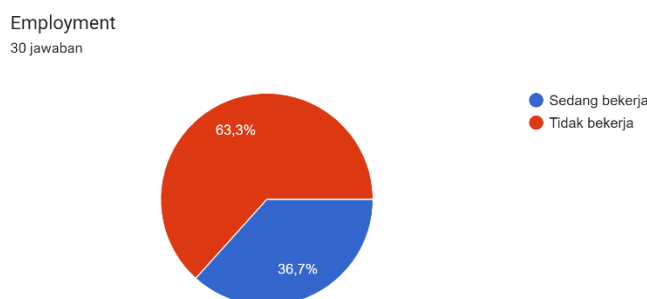
Gambar 4.8 Persentase sebaran pekerjaan peserta pound fit

Berdasarkan hasil observasi, mayoritas peserta merupakan mahasiswa yang tentunya memiliki waktu cenderung lebih fleksibel daripada para pegawai swasta dan dosen. Oleh karena itu, para mahasiswa cenderung untuk mengikuti aktivitas pound fit karena diadakan di area kampus dan sedang tidak memiliki

jadwal perkuliahan saat pound fit berlangsung. Lebih lanjut, banyak mahasiswa yang mengikuti pound fit karena memiliki dukungan sosial yang baik dari temannya. Para mahasiswa menghabiskan waktu lebih banyak dengan teman dibandingkan dengan keluarga, sehingga meningkatkan peluang untuk berdiskusi, mendukung dan meningkatkan perilaku aktivitas fisik bersama teman (Belanger & Patrick, 2017).

8. *Employment*

Berdasarkan hasil kuesioner terhadap 30 peserta, terdapat 63,3% atau 19 peserta yang tidak bekerja dan 36,7% atau 11 orang sedang bekerja.



Gambar 4.9 Persentase sebaran *employment* peserta pound fit

Distribusi pekerjaan para peserta meliputi 53,3% atau 16 peserta merupakan mahasiswa, 23,3% atau 7 orang merupakan pegawai swasta, 16,7% atau 5 orang merupakan ibu rumah tangga, dan sisa 2 peserta merupakan dosen dan guru les. Hal ini dapat diketahui karena para responden yang tidak bekerja merupakan ibu rumah tangga dan mahasiswa. Sedangkan para responden yang sedang bekerja merupakan pegawai swasta. Berdasarkan hasil observasi, status *employment* dapat berpengaruh pada perilaku olahraga responden khususnya pada olahraga pound fit karena kebanyakan responden mengikuti pound fit dari lingkungan kerjanya. Banyak mahasiswa yang memilih untuk mengikuti pound fit karena pengalaman dari temannya dan juga para pegawai yang bahkan telah mengikuti komunitas poun fit tertentu bersama para temannya.

9. *Kecanduan/Addiction*

Berdasarkan hasil kuesioner, sebanyak 11 orang memiliki pekerjaan

tetap dan 19 orang tidak bekerja, dimana kebanyakan dari responden yang tidak bekerja merupakan mahasiswa dan ibu rumah tangga. Sehingga hal ini mengurangi adanya dugaan bahwa responden mengalami kecanduan terhadap narkoba atau obat-obatan tertentu. Selain itu, olahraga pound fit merupakan olahraga yang tentunya membutuhkan konsentrasi dalam mengikuti setiap gerakan, dan hal tersebut tidak dapat diterapkan pada seorang pecandu yang tentunya tidak mudah fokus dan berkonsentrasi karena berada di bawah pengaruh obat-obatan tertentu.

Latihan fisik seperti olahraga adalah terapi non-obat yang potensial untuk kecanduan dengan meningkatkan konsentrasi dopamin dan pengikatan reseptor dopamin, dan juga dapat memengaruhi plastisitas otak dengan berfokus pada mekanisme renovasi kromatin di daerah yang terkait dengan kecanduan narkoba. Latihan aerobik, seperti pound fit sebagai sarana rehabilitasi, tidak hanya dapat meningkatkan kesehatan fisik dari kecanduan narkoba, tetapi juga berperan dalam perilaku penggunaan narkoba dari kecanduan narkoba (Nygard, Mosti, & al, 2018). Penelitian oleh (He, et al., 2021) menunjukkan bahwa latihan aerobik seperti pound fit ditambah latihan kekuatan dapat meningkatkan kandungan dopamin pada pasien dengan lebih baik, meningkatkan kesehatan mental pasien dan mengurangi keinginan pasien untuk menggunakan narkoba.

4.3 Metodologi Penelitian

1. Latar Belakang

Dalam rangka memperbaiki kualitas acara dan pelayanan bagi para pelanggan di Paragoncorp Surabaya khususnya Brand Wardah, maka Brand Wardah melakukan survei kepuasan pelanggan untuk mendapatkan umpan balik dari kualitas acara dan pelayanan staff yang terkait dengan acara pound fit yang telah dilaksanakan. Karena pound fit Brand Wardah pada Bulan Desember berfokus pada sasaran utama mahasiswa, sehingga diperlukan umpan balik terhadap acara yang telah dilaksanakan untuk menjadi evaluasi. Selain itu, menuju Tahun Baru 2024, Brand Wardah berupaya untuk meningkatkan kualitas pelayanan dan acara yang diadakan bersama dengan pelanggan.

2. Tujuan

Mengetahui tingkat kepuasan pelanggan dan mengetahui kinerja pelayanan staff promotor Brand Wardah pada acara pound fit yang dilaksanakan pada Bulan Desember Tahun 2023.

3. Manfaat

- a) Mengukur indeks kepuasan pelanggan
- b) Menentukan kebutuhan, keinginan, persyaratan dan harapan pelanggan
- c) Sebagai acuan perbaikan kinerja
- d) Menunjukkan komunikasi dan komitmen terhadap pelanggan

4. Metodologi Penelitian (Aplikasi) (Praktikum)

Metode penilaian dilakukan dengan cara menyiapkan kuesioner yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang berkaitan dengan pelayanan jasa yang dapat dijadikan sebagai indikator kepuasan pelanggan, antara lain data pelanggan, penilaian terhadap kepuasan acara, penilaian terhadap Brand Wardah, pendapat tentang kebermanfaatan acara dalam bentuk pertanyaan dengan jawaban menggunakan skala likert untuk memudahkan pelanggan dalam memberikan penilaian dan komentar tambahan atau saran untuk meningkatkan pelayanan. Adapun survei kepuasan pelanggan dilakukan dengan mengisi kuesioner dalam bentuk *google forms* yang disebar oleh pihak Wardah setelah acara berlangsung. Kuesioner kepuasan pelanggan disebar pada pelanggan yang mengikuti acara yang diselenggarakan oleh Brand Wardah di Bulan Desember Tahun 2023. Acara pound fit yang diselenggarakan oleh Brand Wardah pada Bulan Desember Tahun 2023 dengan sasaran utama mahasiswa dilaksanakan 2 kali pada tanggal 3 dan 8 Desember 2023. Pound fit yang dilaksanakan pada tanggal 2 Desember 2023 berkolaborasi bersama BEM FISIP UNAIR dan pound fit yang dilaksanakan pada 8 Desember 2023 berkolaborasi bersama TEDx Universitas Negeri Surabaya.

5. Pengumpulan Data

A. Populasi dan Sampel Penelitian

Total keseluruhan peserta yang menjadi populasi penelitian adalah 55 orang. Sampel pada penelitian diambil berdasarkan pedoman standar

Harsimi Arikunto, yakni apabila subjek atau populasi kurang dari seratus lebih baik diambil semua, sehingga penelitian merupakan penelitian populasi. Sedangkan, jika subjeknya lebih dari itu, maka dapat diambil sampel antara 10 - 15% atau 20 - 25% atau lebih. Sehingga pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan sampel jenuh dengan menggunakan keseluruhan populasi yakni 55 peserta.

B. Instrumen Penelitian

Kriteria penilaian yang digunakan meliputi tingkat kepuasan terhadap acara pound fit, pendapat peserta mengenai acara pound fit secara keseluruhan, tingkat kebermanfaatan acara pound fit dan pendapat peserta mengenai pelayanan dari tim Wardah dengan menggunakan 4 pertanyaan. Sistem penilaian menggunakan skala likert dengan rincian berikut :

a) Kepuasan terhadap acara pound fit

Diukur menggunakan kuesioner yang terdiri dari 1 item pertanyaan dengan pilihan jawaban sangat puas, puas, tidak puas dan sangat tidak puas. Kuesioner diukur dengan skala likert dan skor untuk masing masing jawaban sangat puas=4, puas=3, tidak puas=2 dan sangat tidak puas=1. Hasil ukur kepuasan dinyatakan tinggi dengan $\text{Total Skor} \geq \text{Mean} + 1\text{SD}$, sedang dengan $\text{Mean} - 1\text{SD} \leq \text{Total Skor} \leq \text{Mean} + 1\text{SD}$ dan rendah dengan $\text{Skor} < \text{Mean} - 1\text{SD}$.

b) Pendapat peserta mengenai acara pound fit

Diukur menggunakan kuesioner yang terdiri dari 1 item pertanyaan dengan pilihan jawaban sangat baik, baik, dan buruk. Kuesioner diukur dengan skala likert dan skor untuk masing masing jawaban sangat baik=3, baik=2 dan buruk=1. Hasil ukur dinyatakan tinggi dengan $M + 1\text{SD} \leq \text{Total Skor}$, sedang $M - 1\text{SD} \leq \text{Total Skor} \leq M + 1\text{SD}$ dan rendah dengan $\text{Total Skor} < M - 1\text{SD}$.

c) Dampak acara pound fit terhadap peserta

Diukur menggunakan kuesioner yang terdiri dari 1 item pertanyaan dengan pilihan jawaban sangat bermanfaat, bermanfaat, tidak bermanfaat dan sangat tidak bermanfaat. Kuesioner diukur

dengan skala likert dan skor untuk masing masing jawaban sangat bermanfaat =4, bermanfaat =3, tidak bermanfaat =2 dan sangat tidak bermanfaat=1. Hasil ukur kebermanfaatan dinyatakan tinggi dengan $\text{Total Skor} \geq \text{Mean} + 1\text{SD}$, sedang dengan $\text{Mean} - 1\text{SD} \leq \text{Total Skor} \leq \text{Mean} + 1\text{SD}$ dan rendah dengan $\text{Total Skor} < \text{Mean} - 1\text{SD}$.

d) Pelayanan tim Wardah

Diukur menggunakan kuesioner yang terdiri dari 1 item pertanyaan dengan pilihan jawaban sangat baik, baik, dan buruk. Kuesioner diukur dengan skala likert dan skor untuk masing masing jawaban sangat baik=4, baik=3, cukup=2 dan buruk=1. Hasil ukur dinyatakan baik dengan $\text{Total Skor} \geq \text{Mean} + 1\text{SD}$, cukup dengan $\text{Mean} - 1\text{SD} \leq \text{Total Skor} \leq \text{Mean} + 1\text{SD}$ dan buruk dengan $\text{Total Skor} < \text{Mean} - 1\text{SD}$.

C. Hasil Penelitian

a) Kepuasan terhadap acara pound fit

Tabel 4.1 Kriteria penilaian kuesioner kepuasan peserta terhadap acara pound fit

Rumus	Rumus	Rumus	Interpretasi
$X < (\mu - 1.\sigma)$	$X < (2,5-0,41)$	$X < 2,09$	Rendah
$(\mu - 1.\sigma) \leq X \leq (\mu + 1.\sigma)$	$(2,5-0,41) \leq X \leq (2,5+0,41)$	$2,09 \leq X \leq 2,91$	Sedang
$(\mu + 1.\sigma) \leq X$	$(2,5+0,41) \leq X$	$2,91 \leq X$	Tinggi

Hasil pengukuran terhadap kepuasan peserta menunjukkan bahwa tingkat kepuasan peserta adalah tinggi (100%).

Tabel 4.2 Hasil penilaian kuesioner kepuasan peserta terhadap acara pound fit

Kategori Kepuasan				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tinggi	55	100.0	100.0

b) Pendapat peserta mengenai acara pound fit

Tabel 4.3 Kriteria penilaian kuesioner pendapat peserta mengenai acara pound fit secara keseluruhan

Rumus	Rumus	Rumus	Interpretasi
$X < (\mu - 1.\sigma)$	$X < (2-0,055)$	$X < 1,945$	Buruk
$(\mu - 1.\sigma) \leq X \leq (\mu + 1.\sigma)$	$(2-0,055) \leq X \leq (2+0,055)$	$1,945 \leq X \leq 2,055$	Cukup
$(\mu + 1.\sigma) \leq X$	$(2+0,055) \leq X$	$2,055 \leq X$	Baik

Hasil pengukuran terhadap pendapat peserta pada acara pound fit secara keseluruhan adalah cukup (60%) dan baik (40%).

Tabel 4.4 Hasil penilaian kuesioner kepuasan peserta terhadap acara pound fit

Kategori Pendapat					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	cukup	33	60.0	60.0	60.0
	baik	22	40.0	40.0	100.0
	Total	55	100.0	100.0	

c) Dampak acara pound fit pada peserta

Tabel 4.5 Kriteria penilaian kuesioner kepuasan peserta terhadap acara pound fit

Rumus	Rumus	Rumus	Interpretasi
$X < (\mu - 1.\sigma)$	$X < (2,5-0,41)$	$X < 2,09$	Rendah
$(\mu - 1.\sigma) \leq X \leq (\mu + 1.\sigma)$	$(2,5-0,41) \leq X \leq (2,5+0,41)$	$2,09 \leq X \leq 2,91$	Sedang
$(\mu + 1.\sigma) \leq X$	$(2,5+0,41) \leq X$	$2,91 \leq X$	Tinggi

Hasil pengukuran terhadap dampak acara pound fit terhadap peserta menunjukkan bahwa tingkat kebermanfaatan acara oleh peserta adalah tinggi (100%).

Tabel 4.6 Hasil penilaian kuesioner dampak pound fit terhadap peserta

Kategori Dampak					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tinggi	55	100.0	100.0	100.0

d) Pelayanan Tim Wardah

Tabel 4.7 Kriteria penilaian pelayanan tim Wardah

Rumus	Rumus	Rumus	Interpretasi
$X < (\mu - 1.\sigma)$	$X < (2,5-0,41)$	$X < 2,09$	Buruk
$(\mu - 1.\sigma) \leq X \leq (\mu + 1.\sigma)$	$(2,5-0,41) \leq X \leq (2,5+0,41)$	$2,09 \leq X \leq 2,91$	Cukup
$(\mu + 1.\sigma) \leq X$	$(2,5+0,41) \leq X$	$2,91 \leq X$	Baik

Hasil pengukuran terhadap pelayanan tim Wardah oleh peserta adalah baik (100%).

Tabel 4.8 Hasil penilaian kuesioner dampak pound fit terhadap peserta

Kategori Pelayanan					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tinggi	55	100.0	100.0	100.0

4.4 Teknik Sampling

A. Judul

Laporan Hasil Survei Kepuasan Pelanggan pada *Event* Pound Fit (Studi pada Pelanggan Brand Wardah)

B. Populasi Penelitian

Seluruh peserta yang mengikuti kegiatan acara pound fit yang diselenggarakan oleh Brand Wardah pada periode Bulan Desember Tahun 2023 yang berjumlah 55 orang

C. Sampel Penelitian

Sampel penelitian adalah bagian dari populasi yang menjadi sumber data

dalam penelitian, dimana populasi merupakan bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil sampel peserta pound fit menggunakan teknik sampling Non Probability dengan metode Total Sampel. Dimana teknik non probability sampling adalah cara pengambilan sampel dengan semua objek atau elemen dalam populasi tidak memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai sampel. Metode Total Sampel merupakan teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi. Pengambilan sampel berdasarkan pedoman standar Harsimi Arikunto yakni apabila subjek atau populasi kurang dari seratus lebih baik diambil semua, sehingga penelitian merupakan penelitian populasi. Alasan mengambil total sampling karena jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya. Peneliti menggunakan sampel sebanyak 55 responden.

D. Teknik Pengambilan Sampel

a) Kriteria Inklusi

- 1) Peserta pound fit yang diselenggarakan oleh Brand Wardah pada periode Bulan Desember 2023 hadir saat acara berlangsung.
- 2) Peserta pound fit yang diselenggarakan oleh Brand Wardah pada periode Bulan Desember 2023 yang bersedia menjadi responden penelitian.

b) Kriteria Eksklusi

- 1) Peserta pound fit yang diselenggarakan oleh Brand Wardah pada periode Bulan Desember 2023 yang tidak bersedia menjadi responden penelitian.
- 2) Peserta pound fit yang diselenggarakan oleh Brand Wardah pada periode Bulan Desember 2023 yang tidak hadir saat acara berlangsung.

4.5 Politik Kesehatan

Salah satu capaian pembelajaran mata kuliah dalam politik kesehatan adalah pembuatan *policy brief* di tempat magang. Salah satu kemampuan utama seorang pemimpin adalah pengambilan keputusan. Pemimpin diharapkan dapat membuat keputusan dengan cepat dan tepat. Panduan kebijakan adalah bahan (perumusan) kebijakan yang dapat digunakan oleh pemimpin. Ini dapat digunakan sebagai sarana

komunikasi tertulis untuk menyampaikan berbagai informasi secara cepat dan ringkas, dan dapat disertai dengan analisis untuk memastikan bahwa keputusan yang diambil oleh pemimpin dapat dipertanggungjawabkan. *Policy Brief* adalah dokumen singkat dan netral yang berfokus pada masalah tertentu yang harus diperhatikan oleh pengambil kebijakan. Surat perintah juga memaparkan alasan untuk memilih pilihan kebijakan tertentu di tataran perdebatan kebijakan.

Policy Brief adalah hasil dari analisis kebijakan tentang masalah kebijakan, prediksi kebijakan, tindakan kebijakan, dan kinerja kebijakan. Menurut Harold d. Lasswell, seorang ahli kebijakan publik, analisis kebijakan harus didasari pada analisis kinerja program publik atau kebijakan dan sebab-sebabnya. Konsep ini juga berlaku untuk kegiatan yang dilakukan selama proses pembuatan laporan kebijakan. Untuk mendukung pembuatan keputusan yang lebih baik, prosesnya harus mengikuti prinsip ilmiah seperti sistematika dan metodologi. Meskipun seringkali tidak terlihat dalam dokumen briefing undang-undang, proses yang digunakan untuk membuat briefing undang-undang mencakup kegiatan yang menggunakan metodologi ilmiah. Pembuat kebijakan brief harus mampu meyakinkan persepsi tentang suatu isu kebijakan, membawa isu tersebut untuk diperhatikan pembuat kebijakan, dan memframing isu untuk pembuat kebijakan dengan memberi mereka keyakinan bahwa isu dan solusinya dapat dipahami oleh mereka.

Proses manufaktur memerlukan lingkungan kerja yang baik. Proses ini harus mengutamakan faktor-faktor seperti efektifitas, efisiensi, produktivitas, dan keselamatan kerja (Endiarni, 2020). Peraturan Menteri Ketenagakerjaan RI No. 5 tahun 2018 tentang Keselamatan dan Kesehatan Kerja Lingkungan Kerja Pasal 5 Ayat (3) Pasal (d) tentang tata laksana kerumahtanggaan (housekeeping) yang baik harus dipatuhi. Salah satu usaha yang dapat dilakukan untuk menerapkan housekeeping yang berasal dari Jepang yaitu penerapan budaya kerja 5S (Seiri, Seiton, Seiso, Seiketsu, Shitsuke), yang dalam bahasa Indonesia biasa disebut 5R yakni Ringkas, Rapi, Resik, Rawat, Rajin (Permenaker, RI, 2018). 5R adalah budaya tentang cara seseorang memperlakukan bagaimana seseorang memperlakukan tempat kerja secara benar. Program 5R akan sangat bermanfaat

bagi perusahaan dan karyawan. Penerapan budaya kerja 5R pada dasarnya merupakan perubahan sikap melalui penerapan penataan dan kebersihan kerja atau keselamatan dan kesehatan kerja. Penerapan 5R dapat meningkatkan produktivitas kerja. Produktivitas adalah sikap mental yang selalu berusaha untuk meningkatkan kualitas hidup melalui peningkatan efisiensi, efektifitas, dan kualitas (Suseno, 2015). Dengan menerapkan penerapan 5R, pengelolaan lingkungan kerja secara fisik adalah salah satu cara untuk mencegah kecelakaan kerja, penyakit akibat kerja, dan peningkatan produktivitas kerja. Lingkungan kerja memengaruhi keselamatan dan kesehatan tenaga kerja. Tempat kerja yang baik adalah tempat kerja yang aman, dan suasana kerja yang menyenangkan dan serasi akan memastikan bahwa tingkat keselamatan di tempat kerja tetap terjaga (Ramli, 2010).

Terapan seiri atau ringkas berarti mengatur segala sesuatu dengan cara tertentu. Memilih berarti membedakan antara yang penting dan yang tidak penting. Menyimpan barang di tempat yang tepat atau dalam tata letak yang tepat sehingga dapat digunakan dalam keadaan darurat disebut "terapan seiton". Tempat kerja yang rapi mengurangi risiko kehilangan barang. Keadaan tempat kerja yang rapi akan meningkatkan kenyamanan di tempat kerja, yang berdampak positif pada mental karyawan, mendorong mereka untuk lebih tekun dan lebih produktif. Keadaan rapi di tempat kerja sangat erat berkaitan dengan produktivitas, efisiensi, dan kualitas kerja. Terapan seiso atau resik adalah membersihkan barang-barang agar menjadi bersih. Mengutamakan pembersihan sebagai pemeriksaan terhadap kebersihan dan menciptakan tempat kerja yang tidak memiliki cacat dan celah. Tempat kerja perlu resik karena pengaruh terhadap produktivitas, kualitas, dan keselamatan kerja. Terapan seiketsu atau rawat yaitu terus menerus memelihara pemilahan, penataan dan pembersihan yang telah dilaksanakan. Tempat kerja yang terawat mengurangi kesalahan dan penyimpangan kerja. Dan terapan shitsuke atau rajin yaitu disiplin atau mempraktikkan ringkas, rapi, resik, dan rawat secara terus menerus dan menjadikan kegiatan ini sebagai kebiasaan (Osada, 2018).

1) Terapan Ringkas (Seiri)

- a) Pemilahan alat, perkakas dan barang yang diperlukan dan pemberian label merah (red tag) pada barang, mesin, yang sudah tidak digunakan

Hasil pemilahan barang yang diperlukan telah dilakukan dimana perkakas alat dan bahan untuk packing telah diwadahi pada wadah tertentu, akan tetapi penggunaan label merah tidak diterapkan, barang yang tidak dipergunakan seperti support barang yang telah hangus masa periode penggunaannya langsung dibuang.

b) Adanya kebijakan dan komitmen budaya kerja 5S di perusahaan

Hasil mengenai aspek ini adalah kebijakan 5R telah diterapkan dengan baik dan telah menjadi peraturan tertulis yang juga secara rutin disampaikan saat morning briefing rutin bersama seluruh staff setiap hari selasa oleh HRD setempat. hal tersebut sejalan dengan yang dinyatakan oleh Christian (2018), bahwa faktor pembentuk budaya kerja 5S yaitu diwujudkan dalam bentuk kebijakan yang tertulis, jelas, mudah dimengerti dan diketahui oleh seluruh pekerja, namun komitmen tidak hanya dalam bentuk kebijakan tertulis saja, butuh dukungan dan upaya nyata dari pihak manajemen atau pimpinan. hal tersebut sejalan dengan yang dinyatakan oleh (Christian, 2018), bahwa faktor pembentuk budaya kerja 5S yaitu diwujudkan dalam bentuk kebijakan yang tertulis, jelas, mudah dimengerti dan diketahui oleh seluruh pekerja, namun komitmen tidak hanya dalam bentuk kebijakan tertulis saja, butuh dukungan dan upaya nyata dari pihak manajemen atau pimpinan.

2) Terapan Rapi (Seiton)

a) Menata alat, perkakas, dan bahan sesuai dengan posisi yang ditetapkan

Hasil wawancara bersama informan menyatakan bahwa pelaksanaan penataan barang oleh promotor telah sesuai dimana posisi barang seperti barang support yang belum digunakan akan diletakkan di gudang, sementara barang yang akan digunakan akan diletakkan di ruangan. Selain itu posisi penyusunan barang yang akan dibutuhkan diurutkan berdasarkan waktu diubutuhkannya barang.

b) Adanya tempat penyimpanan alat bantu

Komponen ini telah dipenuhi karena telah disediakan alat penyimpanan alat bantu berupa lemari sebanyak 3 buah yang digunakan

untuk menyimpan barang dan alat bantu meliputi *paperbag*, map, sertifikat, perkakas, dan sebagainya.

c) Pemberian label untuk masing-masing alat bantu

Pada komponen ini belum terpenuhi, karena berdasarkan observasi terhadap lemari penyimpanan belum diberikan label nama terhadap alat bantu yang tersedia.

3) Terapan Resik (Seiso)

a) Membersihkan alat, perkakas, dan bahan secara rutin

Pada komponen ini telah dipenuhi berdasarkan hasil wawancara kepada para informan kegiatan pembersihan yang dilakukan oleh Beauty Promotor pada area kerja secara rutin setiap hari sebelum pulang kerja selama 10-15 menit. Pembersihan dilakukan mulai dari membersihkan area meja dan menata barang yang ada di atas meja sesuai tempatnya seperti perkakas alat packing dikelompokkan menjadi 1 wadah, penataan kardus support, dan sebagainya.

b) Disediaknya alat kebersihan dan tempat penyimpanannya

Penyediaan alat kebersihan berdasarkan hasil observasi juga telah tersedia hal tersebut dibuktikan dengan adanya lemari untuk penyimpanan barang sponsor dan wadah untuk menyimpan perkakas dan alat tulis.

c) Dibentuknya zona tanggung jawab untuk masing-masing bagian

Berdasarkan hasil wawancara para informan dan hasil observasi sudah terdapat pembagian tanggung jawab di dalam ruang promotor, meliputi zona meja 1 yang bertanggung jawab merupakan brand wardah, zona meja 2 brand kahf, zona meja 3 brand make over, tavi, labore, instaperfect dan crystallure dan meja 4 untuk brand OMG dan emina.

4) Tahap Rawat (Seiketsu)

a) Menetapkan dan melaksanakan prosedur kebersihan, penempatan dan penataan untuk alat, perkakas

Berdasarkan hasil wawancara penetapan prosedur kebersihan, penempatan dan penataan alat hingga perkakas telah disediakan berupa

kebijakan 5R akan tetapi belum dilakukan pembuatan poster mengenai 5R. Akan tetapi, arahan mengenai 5R telah diinformasikan melalui grup *whatsapp* para karyawan.

b) Standar mengenai garis warna di area kerja

Berdasarkan hasil wawancara berdasarkan 3 informan, telah ditetapkan garis warna di area gudang yang menjadi pembatas bagi para promotor untuk memasuki area gudang

c) Alat pelindung diri

Penyediaan APD di PT. Paragon hanya disediakan pada pandemi Covid-19, meliputi masker dan kaca pelindung, akan tetapi pasca pandemi, pengadaan APD hanya terbatas pada pemakaian masker.

5) Tahap Rajin (Shitsuke)

a) Mengembangkan prosedur kebersihan, penempatan dan penataan untuk alat, perkakas, dan bahan

Sudah terdapat prosedur kebersihan penempatan dan penataan alat melalui grup *whatsapp* 5R

b) Adanya pengawasan K3 yang dilakukan oleh perusahaan dengan safety patrol

Adanya pengawasan K3 yang dilakukan oleh perusahaan dengan safety patrol: sudah ada penanggung jawab khusus yang bertanggung jawab dengan 5R bertugas untuk melakukan audit 5R

c) Dilakukannya training terkait 5S

Berdasarkan hasil observasi dan hasil wawancara berdasarkan 3 informan telah dilakukan training 5R yang disampaikan oleh bagian penanggung jawab 5R setiap hari Selasa saat morning briefing dan dilaksanakan di hari Jumat meliputi pembersihan dan penataan meja, pembersihan kulkas, pembersihan gudang.



Gambar 4.10 Poster *Policy Brief* penerapan 5R di PT. Paragon Technology and Innovation DC Surabaya

4.6 Perilaku Organisasi

A. Gambaran Kasus

Salah satu Capaian Pembelajaran Mata Kuliah dalam Perilaku Organisasi adalah mengidentifikasi kasus di tempat magang dengan menggunakan teori perilaku organisasi. Pada kegiatan pound fit yang diadakan berkolaborasi dengan TEDx Universitas Negeri Surabaya, Wardah berkewajiban untuk menyediakan sewa matras dan ripstick sehingga menggunakan pihak ketiga untuk menyediakan persewaan matras dan ripstick yakni Pound To Wellness. Pihak Wardah tentunya telah memberitahu pihak ketiga yakni Pound To Wellness untuk hadir lebih awal karena matras dan ripstick akan dibagikan saat registrasi peserta berlangsung. Akan tetapi, pihak Pound To Wellness melakukan kesalahan dengan terlambat hingga 1,5 jam dari waktu yang telah ditetapkan untuk hadir, yakni pukul 15.00. Sehingga banyak peserta yang mengeluh karena acara diundur terlalu lama dan menilai persiapan panitia kurang baik. Hal tersebut tentu menimbulkan ketegangan antara pihak Wardah dan Pound To Wellness karena kinerja Wardah dinilai kurang baik karena keterlambatan dari pihak ketiga, yakni Pound To Wellness.

B. Analisis Kasus berdasarkan Teori Perilaku Organisasi

1. Teori Konflik dan Negosiasi

a) Konflik

Keterlambatan yang dilakukan oleh pihak Pound To Wellness dalam membawa matras tentunya menjadikan acara pound fit diundur dan banyak peserta yang mengeluh ke panitia karena acara diundur lama. Selain itu, keterlambatan Pound To Wellness hingga 1,5 jam dari jam yang telah ditetapkan tentunya bukan waktu yang singkat, sehingga panitia dan pihak Wardah melakukan segala cara untuk mengisi waktu yang terundur dengan *icebreaking* dan acara terpaksa dimulai dengan sebagian peserta banyak yang tidak mendapatkan matras.

b) Negosiasi

Pihak Wardah kemudian mengajukan kompensasi bagi keterlambatan Pound To Wellness dengan meminta maaf setelah acara dan juga me-*refund* uang sewa matras sebesar Rp 15.000 kepada peserta. Selain itu, setelah bernegosiasi dengan Wardah, Pound To Wellness juga sepakat bahwa pihak Wardah hanya membayarkan sebesar sewa ripstick, tanpa membayar total sewa matras peserta.

2. Teori Emosi, Sikap dan Kepuasan Kerja

a) Emosi

Adanya keterlambatan pembawaan matras oleh pihak Pound To Wellness tentunya menimbulkan kemarahan dari peserta karena acara tidak segera dimulai. Selain itu, pihak Wardah juga merasa kecewa karena banyak peserta yang mengajukan protes kepada pihak Wardah karena kesalahan berupa keterlambatan oleh pihak Pound To Wellness.

b) Sikap

Karena kejadian keterlambatan pihak Pound To Wellness yang dinilai kurang profesional, pihak Wardah dengan segera meminta Pound To Wellness untuk meminta pertanggungjawaban

kepada peserta dengan meminta maaf dan memberikan kompensasi atas keterlambatan tersebut.

c) Kepuasan kerja

Sikap kurang profesional Pound To Wellness karena terlambat membawa matras tentunya akan mempengaruhi kepuasan kerja pihak Wardah. Hal tersebut karena banyak peserta yang terlanjur kecewa karena acara yang sudah diundur lama dan baru mendapatkan matras saat acara akan selesai. Akan tetapi beruntungnya, *coach* pound fit mampu membangun suasana lebih ceria kembali dengan mengajak para peserta untuk meneriakkan kata-kata yang dapat menyemangati para peserta kembali. Sehingga, suasana tegang dapat berangsur-angsur berubah kembali menjadi ceria.

4.7 Pemberdayaan Masyarakat di Bidang Kesehatan II

Salah satu masalah yang umumnya banyak dihadapi oleh negara-negara berkembang, termasuk Indonesia, adalah sampah. Seringkali, sistem pengolahan sampah tradisional Indonesia menyebabkan pembuangan sampah sembarangan. Sampah pasti memiliki dampak besar pada lingkungan dan orang-orang di sekitarnya (Damanhuri, Enri, & Padmi, 2010). Sampah dapat dibagi menjadi tiga kategori (Malina, Suhasman, Muchtar, & Sulfahri, 2017):

1. Sampah organik

Sampah organik adalah barang yang dianggap tidak terpakai dan dibuang oleh pemilik atau pemakai sebelumnya. Namun, barang ini masih dapat digunakan, diurus, dan dimanfaatkan dengan cara yang benar. Proses alami dapat menguraikan sampah ini dengan mudah. Sampah organik adalah sampah yang mudah membusuk, seperti sisa daging, sayuran, daun-daun, dan kebun.

2. Sampah non-organik

Sampah non-organik adalah sampah yang tidak mudah hancur yang berasal dari bahan-bahan yang tidak hayati, seperti kertas, plastik, logam, karet, abu gelas, bahan bangunan bekas, dan produk sintetis atau hasil proses pengolahan bahan tambang.

3. Sampah B3 (Bahan berbahaya beracun)

Sampah berbahaya atau bahan beracun (B3) terdiri dari zat kimia organik dan nonorganik serta logam-logam berat, yang biasanya berasal dari sampah industri. Sampah organik dan nonorganik tidak boleh dicampur dengan sampah B3. Untuk mengelola sampah B3 sesuai peraturan berlaku, biasanya ada badan khusus yang dibentuk.

Ekowisata Mangrove Wonorejo Surabaya terletak di pesisir pantai timur Surabaya. Ekowisata ini berupa hutan mangrove, juga dikenal sebagai hutan bakau. Ekowisata Mangrove Wonorejo Surabaya memiliki luas lebih dari 56 hektar dan memiliki banyak spesies flora dan fauna yang beragam. Destinasi ekowisata ini dibangun pada tahun 2007 oleh swadaya masyarakat Kota Surabaya yang tinggal di sekitar Kelurahan Wonorejo. Namun, pada tahun 2010, pemerintah Kota Surabaya mengambil alih pengelolaannya. Sekarang, Dinas Ketahanan Pangan dan Pertanian Pemerintah Kota Surabaya mengelola Ekowisata Mangrove Wonorejo Surabaya. Kegiatan pariwisata dapat memiliki efek yang baik atau buruk. Salah satu efek Kegiatan pariwisata di Ekowisata Mangrove Wonorejo Surabaya adalah adanya sampah dan limbah.

Berdasarkan permasalahan tersebut, PT. Paragon Technology and Innovation DC Surabaya berkomitmen untuk melakukan pembersihan sampah dan penanaman mangrove di Ekowisata Mangrove Wonorejo Surabaya sebagai bentuk *Corporate Social Responsibility* (CSR). Perusahaan tidak hanya memiliki tanggung jawab berdasarkan keuntungan finansial, tetapi juga tanggung jawab sosial dan lingkungan. Jika sebuah perusahaan dianggap tidak memperhatikan aspek sosial dan lingkungannya, tidak merasakan kontribusi secara langsung, atau jika beroperasi secara negatif, maka akan ada resistensi masyarakat atau gejolak sosial. Konsep corporate social responsibility berfokus pada komitmen perusahaan untuk membantu kemajuan bangsa dengan mempertimbangkan aspek finansial atau ekonomi, sosial, dan lingkungan (Salinding & Akim, 2017). Berdasarkan hasil wawancara bersama salah satu pengelola Ekowisata Mangrove Wonorejo Surabaya bernama David Nugroho, sampah sampah yang terkumpul di area pohon mangrove merupakan sampah yang terbawa air pantai saat air sedang

pasang, sehingga saat air surut sampah akan terlihat dengan jelas tersangkut di akar-akar pohon. Sampah yang ada di area mangrove kebanyakan merupakan sampah anorganik, mulai dari sampah cetakan sandal, sampah wadah bekas obat-obatan kaca, sterefoam dan plastik.

Pelaksanaan kegiatan CSR meliputi pembersihan sampah dan penanaman mangrove dilaksanakan oleh PT. Paragon Technology and Innovation berkolaborasi bersama Komunitas Trash Control Community. Kegiatan ini bertemakan “*Beach Clean-UP & Mangrove Day – Penggerak Kebaikan Paragoncorp Surabaya*” dan dilaksanakan di Ekowisata Mangrove Wonorejo Surabaya pada Sabtu, 18 November 2023. Kegiatan ini diikuti oleh anggota komunitas Trash Control Community yang merupakan mahasiswa dari berbagai universitas di Kota Surabaya dan juga paragonian dari Paragoncorp Surabaya. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan kebermanfaatan yang bersifat *sustainability* dalam memberdayakan lingkungan khususnya di area Ekowisata Mangrove Wonorejo Surabaya.

A. Program Pemberdayaan

Program pemberdayaan dilakukan dalam dua tahap secara garis besar, yakni tahap pra pelaksanaan dan tahap pelaksanaan :

- 1) Tahap Pra Pelaksanaan :
 - a. Pihak Paragon telah berkoordinasi dengan Trash Control Community mengenai pembentukan konsep kegiatan, rundown hingga timeline kegiatan.
 - b. Pihak Paragon dan Trash Control Community telah melakukan koordinasi dan perizinan melakukan kegiatan di area Ekowisata Mangrove Wonorejo Surabaya melalui pengelola Ekowisata Mangrove Wonorejo Surabaya.
 - c. Melakukan persiapan sarana dan prasana yang mendukung pelaksanaan kegiatan mulai dari penyebaran informasi kepada anggota komunitas dan juga paragonian. Publikasi poster kegiatan oleh pihak Paragon dilakukan melalui grup *Whatsapp* seluruh karyawan Paragoncorp DC Surabaya, para paragonian yang mendaftar

kemudian dikumpulkan dalam satu grup *Whatsapp* khusus untuk pelaksanaan kegiatan CSR.

- d. Pihak Paragon dan Trash Control Community mengkomunikasikan perihal kebutuhan setiap individu sebagai persiapan kegiatan, diantaranya : membawa botol minum, membawa topi, memakai sepatu boots atau alas kaki yang aman, membawa mukena atau peralatan sholat, membawa peralatan makan dan memakai pakaian yang nyaman dilengkapi dengan celana training.

2) Tahap Pelaksanaan :

- a. Melakukan persiapan dengan mengganti alas sepatu dengan sepatu boots hitam yang telah disediakan panitia, memakai kaos seragam yang dikhususkan untuk kegiatan CSR.
- b. Melakukan pembukaan acara dengan sambutan dari *founder* Trash Control Community dan sambutan dari pihak HRD Paragoncorp Surabaya. Dilanjut dengan berdoa dan edukasi pemakaian *sunscreen* oleh salah satu promotor Brand Wardah Surabaya. Ditutup dengan penyampaian petunjuk teknis kegiatan pembersihan sampah dan penanaman mangrove oleh pengelola di Ekowisata Mangrove Wonorejo Surabaya yang bernama David Nugroho.
- c. Melakukan penanaman mangrove sebanyak 1011 bibit pohon mangrove yang dipandu oleh pengelola di Ekowisata Mangrove Wonorejo Surabaya disertai dengan penjelasan area dan manfaat mangrove.
- d. Melakukan pembersihan sampah di area penanaman mangrove.

B. Pemmas dalam Berbagai Level

Pemberdayaan masyarakat dalam kasus ini dibagi menjadi 3 level, diantaranya :

1. Individu

Pemberian edukasi mengenai area dan manfaat mangrove oleh pengelola Ekowisata Mangrove Wonorejo Surabaya serta melakukan penanaman mangrove dan membersihkan area sampah sebagai upaya

untuk menumbuhkan kesadaran setiap peserta relawan dalam kegiatan CSR akan kesehatan lingkungan.

2. Komunitas

Melakukan penyusunan rencana dan konsep kegiatan dan berkoordinasi antar sesama pihak Paragoncorp Surabaya dan Trash Control Community terkait persiapan dan teknis pelaksanaan acara. Kegiatan pembersihan sampah dan penanaman mangrove menjadi kegiatan CSR dalam pilar lingkungan bagi Paragoncorp Surabaya dan menjadi program kerja yang berkelanjutan bagi pihak Trash Control Community.

3. Masyarakat

Mewujudkan masyarakat yang peduli akan permasalahan lingkungan khususnya bagi warga yang tinggal di area Ekowisata Mangrove Wonorejo Surabaya dan juga bagi para pengelola yang telah membantu pelaksanaan kegiatan CSR pembersihan sampah dan penanaman mangrove.

C. Basis Model Pemmas

Merupakan jenis pemberdayaan masyarakat di level organisasi atau komunitas, karena implementasi kegiatan dilakukan oleh 118 volunteer yang berasal dari anggota Trash Control Community dan relawan Paragoncorp Surabaya. Masyarakat yang terlibat merupakan pengelola Ekowisata Mangrove Wonorejo Surabaya dan petugas di area setempat akan tetapi jumlahnya hanya sedikit dan membantu dalam pelaksanaan pembersihan sampah saja.

D. Sustainability dalam Pemmas

Berdasarkan studi kasus yang ada ditinjau dari segi sustainability dalam pemberdayaan masyarakat menurut Laverack adalah :

1. Personal Action

Faktor personal action dalam kegiatan CSR pembersihan sampah dan penanaman mangrove telah terlaksana, dimana setiap individu

relawan telah melakukan penanaman mangrove yang diharapkan dapat menjadi kegiatan berkelanjutan dalam budidaya pohon mangrove.

2. *The Development of Small Mutual Groups*

Para relawan yang mengikuti kegiatan CSR merupakan para mahasiswa yang berasal dari beragam universitas di Kota Surabaya, melalui kegiatan CSR pembersihan sampah dan penanaman mangrove, para relawan telah mendapatkan banyak relasi untuk bersama dalam melakukan aksi peduli lingkungan.

3. *Community Organization*

Kegiatan CSR pembersihan sampah dan penanaman mangrove merupakan kegiatan kolaborasi antara komunitas Trash Control Community dan Paragoncorp Surabaya. Trash Control Community merupakan komunitas peduli lingkungan yang telah melakukan berbagai aksi peduli lingkungan sebelumnya, mulai dari pembersihan sampah di pantai, penanaman mangrove di Sister Lembung Paseser, pemantauan kualitas air, dan banyak lagi program kerja lainnya dalam kegiatan peduli lingkungan. Paragoncorp Surabaya juga telah menjadikan CSR di pilar lingkungan di area Ekowisata Mangrove Wonorejo Surabaya sebagai pedoman dalam mewujudkan kegiatan CSR dalam pilar lainnya kedepannya.

4. *Partnership*

Pemberdayaan masyarakat akan dapat berlangsung terus menerus dan berkelanjutan apabila didukung dengan adanya kerjasama sebagai penguat kegiatan atau program. Hal ini akan meringankan beban masyarakat dan pelaksana terkait dengan pemenuhan kebutuhan yang diperlukan. Pada kegiatan CSR pembersihan sampah dan penanaman mangrove kali ini, Paragoncorp Surabaya telah berkolaborasi bersama Trash Control Community dan pengelola Ekowisata Mangrove Wonorejo Surabaya untuk mewujudkan area mangrove yang bersih dan terjaga.

5. *Social dan Political Actions*

Penguatan dari aksi sosial dan politik juga memengaruhi dalam keberlanjutan kegiatan pemberdayaan masyarakat yang dilakukan. Dengan adanya kolaborasi kegiatan CSR pembersihan sampah dan penanaman mangrove di Ekowisata Mangrove Wonorejo Surabaya diharapkan dapat menjadi aksi sosial untuk meningkatkan *awareness* para masyarakat dalam melanjutkan kegiatan peduli lingkungan.



Gambar 4.11 Dokumentasi kegiatan penanaman mangrove dan pembersihan sampah di kawasan mangrove oleh Paragoncorp Surabaya X Trash Control Community

4.8 Penyakit Akibat Kerja

Penyakit akibat kerja adalah penyakit yang disebabkan oleh pekerjaan dan atau lingkungan tempat kerja seseorang (Suma'mur, 2009). Menurut Simposium Internasional ILO dalam (Anizar, 2012) ada beberapa jenis penyakit akibat kerja, yaitu:

- a. Penyakit akibat kerja (penyakit akibat kerja) adalah penyakit yang memiliki penyebab yang spesifik atau hubungan yang kuat dengan pekerja, biasanya terdiri dari satu agen penyebab yang sudah diakui.
- b. Penyakit yang berhubungan dengan pekerjaan (penyakit yang berhubungan dengan pekerjaan) adalah penyakit yang disebabkan oleh banyak faktor, dan faktor-faktor risiko lainnya memainkan peran penting dalam perkembangan penyakit tersebut, yang memiliki etiologi yang kompleks.
- c. Penyakit yang mengenai populasi kerja (penyakit yang mengenai populasi kerja) adalah penyakit yang terjadi pada orang yang bekerja tanpa adanya agen penyebab yang ada di tempat kerja. Namun, kondisi kesehatan yang buruk di tempat kerja dapat memperburuk kesehatan.

Penerapan pencegahan penyakit akibat di PT. Paragon Technology and Innovation DC Surabaya telah memiliki divisi khusus untuk menangani kesehatan dan keselamatan para pekerja, yakni divisi *Health, Safety and Environment*. Kampanye pencegahan penyakit akibat kerja disampaikan melalui poster yang ditempel di area toilet. Isu pencegahan penyakit yang disampaikan juga berbeda tiap bulannya. Sebagai contoh, kampanye pencegahan penyakit yang disampaikan adalah isu mengenai *pest awareness* di tempat kerja.

Semua gangguan yang mengganggu manusia, ternak, atau tanaman disebut hama. Contoh hama di lingkungan kerja adalah kecoa, ular tawon, tikus, kelabang hingga kucing. Berikut rekomendasi pencegahan hama di lingkungan kerja Paragoncorp Surabaya :

1. Menerapkan disiplin kebersihan di area *pantry* dengan mencuci peralatan makan dan minum seperti gelas langsung setelah digunakan.
2. Tidak membiarkan makanan dan minuman terlalu lama sampai busuk di area kulkas karena dapat mengundang hama seperti kecoa
3. Pembersihan inventaris perusahaan secara teratur seperti *Air Conditioner* di tiap ruangan untuk mengecek adanya potensi keberadaan tikus



Gambar 4.12 Kampanye pencegahan penyakit oleh divisi *Health, Safety and Environment*

Divisi *Health, Safety and Environment* juga melakukan kampanye terhadap berbagai isu pencegahan penyakit melalui sosial media Instagram @paragon.she.

Berbagai kampanye isu yang disampaikan juga mengikuti tren penyakit yang sedang naik di waktu-waktu tertentu, seperti kampanye bahaya *aquaplanning* saat musim hujan dan penyakit penyerta saat musim hujan. Informasi seputar *Safety, Health and Environment* mulai dari Bulan November hingga Desember meliputi isu kanker payudara, *safety riding*, *aquaplanning*, hipertensi, pneumonia, *safety area* kerja serta 5R dan sebagainya.

4.9 Pemasaran Jasa Kesehatan

Demand Creation (penciptaan permintaan) merupakan cara untuk menyelesaikan permasalahan yang mungkin sedang atau akan dihadapi dan produk atau layanan perusahaan diberikan sebagai solusi masalah tersebut (Nasrudin, 2020). Penelitian oleh (Evans & French, 2021) membahas mengenai pentingnya strategi *demand creation* untuk mengatasi adanya keraguan terhadap vaksinasi Covid-19, mengetahui urgensi vaksinasi yang harus dipenuhi akan tetapi dunia masih dihadapi dengan ketimpangan mengenai keraguan akan vaksin Covid-19. Sama halnya dengan divisi *demand creation* Wardah, Wardah tidak hanya mempromosikan produk tanpa ada tujuan tertentu, melainkan dalam memberikan penyelesaian akan permasalahan pada masyarakat dan pelanggan.

Berdasarkan wawancara bersama promotor Wardah, setelah pandemi Covid-19, masyarakat dihadapkan pada kebiasaan yang terlalu *remote*. Sementara, pasca pandemi, Wardah ingin kembali melakukan *brand activation* dalam menaikkan *awareness* brand melalui berbagai kegiatan tatap muka. Hal ini tentunya menjadi perhatian bagi Wardah untuk kembali menaikkan intensitas aktivitas fisik pada masyarakat dan pelanggan Wardah. Oleh karena itu, Wardah berusaha untuk menciptakan berbagai kegiatan yang dapat meningkatkan aktivitas fisik pada masyarakat dan para pelanggan dengan cara yang menarik, yakni melalui pound fit.

Pound fit pada dasarnya adalah latihan kardio yang menggunakan seluruh tubuh. Itu dilakukan dengan alat bernama Ripstix, yang terlihat seperti stik drum. Cara Ripstix dimainkan sangat mirip dengan cara bermain drum dengan banyak ritme. Gerakan ini meningkatkan pembentukan otot dan membakar kalori. Cristina Peerenboom dan Kirsten Potenza, dua pemain drum dan atlet universitas,

mendirikan Pound Fit pada 2011. Mereka awalnya melakukan olahraga seperti pilates untuk menjaga berat badan, tetapi kebiasaan itu membuatnya bosan, jadi mereka menemukan cara baru untuk berolahraga. Pound fit mulai memasuki Indonesia pada tahun 2016. Setelah itu banyak diminati oleh masyarakat dan populer pascapandemi Covid-19 (Reza, 2023). Melalui kegiatan pound fit, Wardah berharap kegiatan ini dapat menjadi sarana bagi Wardah untuk kembali meningkatkan *awareness* brand dan juga menciptakan budaya hidup sehat pada masyarakat dan pelanggannya.

Berdasarkan wawancara bersama promotor Wardah, kegiatan pound fit yang diadakan oleh Wardah bertema “Push Your Limit”, tema ini memiliki arti untuk membangkitkan motivasi untuk mendorong peserta dalam mengatasi batasan fisik mereka, mengeksplorasi berbagai inovasi dan kreativitas serta menciptakan pribadi yang lebih berani. Kegiatan “Push Your Limit” dimulai dengan pembuatan konsep acara dan bekerja sama bersama pihak ketiga dalam untuk menunjang sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam kegiatan pound fit. Konsep acara dibentuk dengan sistem biaya pendaftaran sebesar Rp 50.000, dengan membayar sebesar nominal tersebut, peserta sudah bisa mendapatkan pengalaman pound fit bersama coach yang bersertifikasi, sewa matras dan ripstick, gratis *sunscreen* Wardah, gratis *matte lipcream* Wardah, air mineral dan voucher belanja. Sistem disusun sebaik mungkin untuk menciptakan kesan dan pengalaman yang menarik pada peserta bahwa melalui acara ini, tidak hanya berdampak pada tubuh yang sehat, tetapi juga tubuh yang terawat menggunakan produk Wardah.

1. Wardah Poundfit X Karita Surabaya

Tabel 4.9 Rincian implementasi program Wardah Poundfit X Karita Surabaya

Penanggung Jawab	Faisa Fatika Sari
Deskripsi	Kegiatan diawali dengan registrasi sekitar 30 menit. Registrasi dilakukan dengan mengisi absen oleh peserta lalu diberikan matras, ripstick, air mineral, produk gratis

	berupa <i>sunscreen</i> dan voucher belanja. Dilanjut dengan sesi pound fit yang dipimpin oleh coach selama 45 menit, dilanjutkan dengan edukasi pentingnya <i>sunscreen</i> oleh dokter kulit dan ditutup dengan dokumentasi foto bersama serta pengembalian matras serta ripstick.
Waktu	Sabtu, 7 Oktober 2023
Tempat	Lapangan Kodim Korem 084/BJ Siwalankerto Surabaya
Sasaran	Umum
Metode	Sesi pound fit yang dipimpin oleh instruktur/ <i>coach</i> bersertifikasi
Sumber Daya	<ol style="list-style-type: none"> 1) Ripstick 2) Matras 3) Wardah Sunscreen Airy Smooth SPF 50 PA +++ 4) Air mineral 5) Voucher belanja 6) Instruktur/<i>Coach</i> pound fit



Gambar 4.13 Poster dan dokumentasi Wardah pound fit “Push Your Limit Vol.1”

2. Wardah Poundfit Spesial Hari Pahlawan

Tabel 4.10 Rincian implementasi program Wardah Poundfit Spesial Hari Pahlawan

Penanggung Jawab	Faisa Fatika Sari
Deskripsi	Kegiatan diawali dengan registrasi sekitar 30 menit. Registrasi dilakukan dengan mengisi absen oleh peserta lalu diberikan matras, ripstick, air mineral, produk gratis berupa <i>sunscreen</i> , produk gratis berupa <i>matte lipcream</i> dan voucher belanja. Dilanjut dengan sesi pound fit yang dipimpin oleh coach selama 45 menit dan ditutup dengan dokumentasi foto bersama serta pengembalian matras serta ripstick.
Waktu	Sabtu, 11 November 2023
Tempat	Praxis Surabaya
Sasaran	Umum
Metode	Sesi pound fit yang dipimpin oleh instruktur/ <i>coach</i> bersertifikasi
Sumber Daya	<ol style="list-style-type: none"> 1) Ripstick 2) Matras 3) Wardah Sunscreen Airy Smooth SPF 50 PA+++ 4) Wardah Matte Lip Cream 5) Air mineral 6) Voucher belanja 7) Instruktur/<i>Coach</i> pound fit



Gambar 4.14 Poster dan dokumentasi Wardah pound fit “Push Your Limit Vol.2”

4.10 Magang

Capaian pembelajaran magang yaitu diharapkan mahasiswa memiliki kemampuan untuk bekerja, menerapkan ilmu kesehatan masyarakat di tempat kerja dan bekerja sama dengan orang lain dalam tim dalam lingkungan kerja yang berkaitan dengan bidang ilmu kesehatan masyarakat. Proses magang di PT. Paragon Technology and Innovation DC Surabaya memberikan mahasiswa untuk mendapatkan berbagai pengalaman melalui penyelesaian studi kasus secara praktis di lapangan serta kesempatan untuk belajar berbagai *soft skill* melalui pelatihan *in class training* yang diadakan secara *online* setiap minggunya. Pelatihan *hard skill* meliputi pengenalan dan pemahaman terkait direktorat-direktorat di dalam perusahaan dan pelatihan *soft skill* meliputi *Strategy in Managing Technology & Innovation Company, Business Strategy, Business Model, Concept of Design Thinking, Analytical and Critical Thinking, Basic Problem Solving, Presentation Skill, Public Speaking, Time Management, Personal Branding, Project Management, Basic Business Acumen* dan *Effective Communication*. Proses magang di PT. Paragon Technology and Innovation DC Surabaya menuntut mahasiswa untuk dapat proaktif dalam mengkolaborasikan promosi kesehatan masyarakat dengan berbagai kegiatan pemasaran untuk meningkatkan *demand* masyarakat terhadap brand perusahaan dan terhadap kesehatan masyarakat.

BAB V PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Melalui pengalaman magang di PT. Paragon Technology and Innvoation, pemegang telah mendapatkan banyak sekali pengalaman yang berharga dan memberikan wawasan mendalam mengenai dunia kerja. Berdasarkan pengalaman tersebut, terdapat beberapa poin kunci untuk menyimpulkan proses magang kali ini, meliputi :

A) Penerapan Teori dalam Praktik

Melalui magang ini, pemegang mendapatkan kesempatan untuk mengembangkan keterampilan yang relevan dengan studi perkuliahan. Melalui magang di PT. Paragon Technology and Innovation, penulis mendapatkan wawasan baru untuk mempromosikan kesehatan dengan cara yang lebih menarik dan tidak menjadikan hidup sehat menjadi suatu beban, akan tetapi dapat dilakukan dalam suatu cara yang menyenangkan.

B) Pengembangan *Soft Skills*

Melalui magang ini, penulis mendapatkan berbagai pengalaman yang dapat meningkatkan *soft skills* mulai dari kemampuan untuk berkomunikasi, memecahkan masalah, kolaborasi dan kerja sama, *public speaking, critical and creative thinking*. *Soft Skills* tersebut sangat penting menjadi bekal penulis dalam mempersiapkan diri dalam dunia karier profesional.

C) Pengembangan Keterampilan

Selama proses magang, penulis telah mendapatkan banyak pengalaman berharga, *insight* dan wawasan yang dapat mengasah keterampilan penulis. Baik keterampilan hingga relasi yang penulis dapatkan dapat menjadi aset berharga bagi masa depan dan membuka peluang kerja sama lebih lanjut.

5.2 Saran

Berdasarkan proses magang ini, penulis telah mendapatkan banyak wawasan baru untuk meningkatkan permintaan masyarakat terhadap kesehatan

masyarakat melalui pengadaan kegiatan yang dapat menunjang masyarakat untuk hidup sehat. Dalam hal ini, PT. Paragon Technology and Innovation DC Surabaya khususnya Brand Wardah telah menjadi wadah penulis dalam mempromosikan kesehatan masyarakat melalui proyek pound fit. Sehingga kedepannya, harapannya tidak hanya Brand Wardah yang mampu mengaplikasikan promosi kesehatan, akan tetapi brand-brand lainnya dan juga memperluas bidang kegiatan yang mampu menjadi sarana perusahaan untuk mempromosikan kesehatan pada masyarakat dan pelanggannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anizar. (2012). *Teknik Keselamatan dan Kesehatan Kerja di Industri, Cetakan II*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Belanger, N. M., & Patrick, J. H. (2017). The Influence of Source and Type of Support on College Students Physical Activity Behavior. *Journal of Physical Activity & Health*.
- Christian, R. (2018). Penerapan Evaluasi Ringkas, Rapi, Resik, Rawat, Rajin PT. INKA (PERSERO) Madiun. *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 11-19.
- Damanhuri, Enri, & Padmi, T. (2010). *Pengelolaan sampah Edisi Semester I*. Bandung: Program Studi Teknik Lingkungan Fakultas Teknik Sipil dan Lingkungan Institut Teknologi Bandung.
- Endiarni, E. A. (2020). Terapan 5S dalam Peningkatan Produktivitas berdasarkan Permenaker Nomor 5 Tahun 2018. *HIGEIA JOURNAL OF PUBLIC HEALTH RESEARCH AND DEVELOPMENT*, 201-211.
- Evans, W., & French, J. (2021). Demand Creation for COVID-19 Vaccination: Overcoming Vaccine Hesitancy through Social Marketing. *Vaccines*, 1-14.
- Guilbert, J. (2003). The world health report 2002 - reducing risks, promoting healthy life. *Educ health (Abingdon)*.
- Hardiyanti, S. (2021). STRATEGI KOMUNIKASI PEMASARAN SOSIAL LSM TUNAS HIJAU DALAM PROGRAM SURABAYA ECO SCHOOL. *The Commercium*, 92-101.
- He, Q., Wu, J., Wang, X., Luo, F., Yan, K., Yu, W., . . . & Jiang, X. (2021). Exercise intervention can reduce the degree of drug dependence of patients with amphetamines/addiction by improving dopamine level and immunity and reducing negative emotions. *American journal of translational research*, 1779-1788.
- ISTIQA MAH. (2015). Pengaruh Social Support dan Self Efficacy terhadap Subjective Well-Being pada Anak Korban Kekerasan (Child Abuse). *Universitas Islam negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*,

<https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/27778/1/ISTI-QAMAH-FPSI.pdf>.

- Iswati, M., & Khusnal, E. (2016). Iswati, M., & Khusnal, E. (2016). HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN AKTIVITAS FISIK PADA ANAK KEGEMUKAN DI SD MUHAMMADIYAH WIROBRAJAN 3 YOGYAKARTA. *Doctoral dissertation Universitas' Aisyiyah Yogyakarta*.
- Kim, I. G., & So, W. Y. (2014). The relationship between household income and physical activity in Korea. *Journal of physical therapy science*, 1887-1889.
- Mahmudan. (2023, September 2023 24). *Radar Malang*. Retrieved from Jawa Pos Radar Malang: <https://radarmalang.jawapos.com/kota-malang/813011136/pound-fit-booming-di-malang-setelah-pandemi>
- Malina, A. C., Suhasman, Muchtar, A., & Sulfahri. (2017). KAJIAN LINGKUNGAN TEMPAT PEMILAHAN SAMPAH DI KOTA MAKASSAR. *Jurnal Inovasi dan Pelayanan Publik Makassar*, 14-27.
- Nasrudin. (2020). *Penciptaan permintaan*. Retrieved from Cerdasco: <https://cerdasco.com/penciptaan-permintaan/>
- Nygaard, M., Mosti, M., & al, e. (2018). Maximal strength training improves musculoskeletal health in amphetamine users in clinical treatment. *Osteoporos*, 2289-2298.
- Osada, T. (2018). *Sikap Kerja 5S*. Jakarta: PPM.
- Permenaker, RI. (2018). *Peraturan Menteri Ketenagakerjaan Republik Indonesia Nomor 5 tentang Keselamatan dan Kesehatan Kerja Lingkungan Kerja*. Jakarta: Menteri Ketenagakerjaan Republik Indonesia.
- Ramli, S. (2010). *Sistem Manajemen Keselamatan & Kesehatan Kerja OHSAS 18001*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Ren, Z., Hu, L., & dkk. (2020). Ren, Z., Hu, L., Yu, J. J., Yu, Q., Chen, S., Ma, Y., ... & Zou, L. (2020). The influence of social support on physical activity in Chinese adolescents: The mediating role of exercise self-efficacy. *Children*, 23.

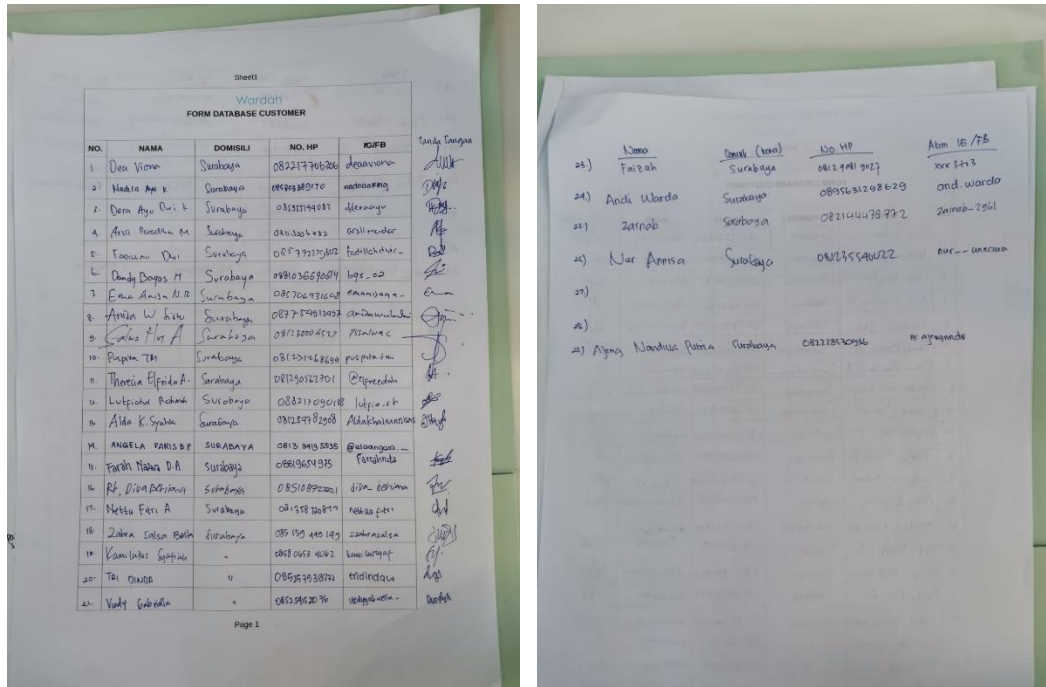
- Reza, A. (2023, September 4). *Good News From Indonesia*. Retrieved from Good News From indonesia.id: <https://www.goodnewsfromindonesia.id/2023/09/04/mengenal-pound-fit-olahraga-yang-sedang-digandrungi-masyarakat-indonesia>
- Salinding, M. B., & Akim, I. (2017). IMPLEMENTASI PRINSIP CORPORATE SOCIAL RESPONSIBILITY (CSR) BERDASARKAN UNDANG-UNDANG NOMOR 40 TAHUN 2007 TENTANG PERSEROAN TERBATAS. *JOURNAL OF PRIVATE AND COMMERCIAL LAW*, 111-132.
- Salsabila, S. (2022). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN AKTIVITAS FISIK PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT UIN SYARIF HIDAYATULLAH JAKARTA TAHUN 2022. *UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SYARIF HIDAYATULLAH*, <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/67280/1/sabila%20ruby%20-%20FIKES.pdf>.
- Siwi, M., & Handayani. (2022). Pemasaran sosial promosi kesehatan berbasis teknologi informasi pada protokol kesehatan di era new normal. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 302-308.
- Stevens, R. E., Loudon, D. L., & Yow, D. A. (2013). Stress in college athletics: Causes, consequences, coping. *Routledge*.
- Suma'mur, P. (2009). *Higene Perusahaan dan Kesehatan Kerja*. Jakarta: Gunung Agung.
- Suseno, A. (2015). Peningkatan Produktivitas Perusahaan Dengan Menggunakan Metode Six Sigma, Lean, dan Kaizen. *Jurnal Teknik Industri*, 103-116.
- Virgianto, G., & Purwaningsih, E. (2006). Konsumsi Fast Food Sebagai Faktor Terjadinya Risiko Obesitas Pada Remaja. *Media Medika Muda (M3)*, 3.

LAMPIRAN

Lampiran I. Dokumentasi Kegiatan Pound Fit



Lampiran II. Lembar Absen Kegiatan Wardah Pound Fit X BEM UNAIR



Lampiran III. Dokumentasi Bersama Promotor



Lampiran IV. Sertifikat magang

