

**LAPORAN TUGAS AKHIR**  
**BUSANA OLAHRAGA POUND FIT DENGAN VARIASI MODEL SMART**  
**POCKET YANG FASHIONABLE**  
**(STUDI KASUS: KOMUNITAS POUND FIT DEPOK)**

**PROYEK AKHIR**

Diajukan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar

Sarjana Terapan



**Disusun oleh :**

**ALFIANI NUR AZIZAH**

**NIM : 20220015**

**PROGRAM STUDI DESAIN MODE**  
**JURUSAN DESAIN**  
**POLITEKNIK NEGERI MEDIA KREATIF**  
**JAKARTA**  
**2024**

## LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Judul Tugas Akhir : Busana Olahraga Pound Fit Dengan Variasi Model Smart Pocket Yang Fashionable (Studi Kasus: Komunitas *Pound Fit*, Depok)

Penulis : Alfiani Nur Azizah

NIM : 20220015

Program Studi : Desain Mode

Jurusan : Desain

Tugas Akhir ini telah dipertanggungjawabkan di hadapan Tim Penguji Tugas Akhir di kampus Politeknik Negeri Media Kreatif Jakarta pada hari Kamis, 25 Juli 2024

Disahkan oleh:  
Ketua Penguji,



**Dr. Atiek Rohmiyanti M.Pd**  
NIP. 19620429198501002

Anggota I



**Mulyawati Ihsan, S.Pd**  
NIP. -

Anggota II



**Dr. Arrahmah Aprilia, S.T., M. T**  
NIP. 198504012015042001

Mengetahui,  
Ketua Jurusan Desain



**Tri Fajar Yurmama Supiyanti, S.Kom, M.T**  
NIP. 19801112201012203

## LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG TUGAS AKHIR

Judul Tugas Akhir : Busana *Modest Sportswear* Untuk Menunjang Kegiatan Olahraga *Pound Fit*  
(Studi Kasus: Komunitas Pound Fit Depok)

Penulis : Alfiani Nur Azizah

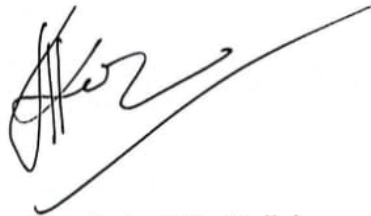
NIM : 20220015

Program Studi : Desain Mode

Jurusan : Desain

Tugas Akhir ini telah diperiksa dan disetujui untuk disidangkan.  
Ditandatangani di Jakarta, 09 Juli 2024

Pembimbing I



**Dr. R. Eko Djuniarto, S.E., M. Psi**

NIP. 195906011988031001

Pembimbing II



**Rahmi Annissa, S.Pd., M.Ds**

NIP. 199206242020122016

Mengetahui,  
Koordinator Program Studi Desain Mode



**Rachmawaty, S.Pd., M.Ds**

NIP. 198402192019032006

## PERNYATAAN ORIGINALITAS TUGAS AKHIR DAN BEBAS PLAGIARISME

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Alfiani Nur Azizah  
NIM : 20220015  
Program Studi : Desain Mode  
Jurusan : Desain  
Tahun Akademik : 2023/2024

dengan ini menyatakan bahwa Tugas Akhir saya dengan judul:

**Busana *Modest Sportswear* Untuk Menunjang Kegiatan Olahraga *Pound Fit* (Studi Kasus: Komunitas *Pound Fit*, Depok) adalah original, belum pernah dibuat oleh pihak lain, dan bebas dari plagiarisme.**

Bilamana pada kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini, saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan dengan sebenarnya.

Jakarta, 09 Juli 2024

Yang menyatakan,



Alfiani Nur Azizah  
NIM: 20220015

## PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Sebagai civitas academica Politeknik Negeri Media Kreatif, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Alfiani Nur Azizah  
NIM : 20220015  
Program Studi : Desain Mode  
Jurusan : Desain  
Tahun Akademik : 2023/2024

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Politeknik Negeri Media Kreatif **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

*Busana Modest Sportswear Untuk Menunjang Kegiatan Olahraga Pound Fit (Studi Kasus: Komunitas Pound Fit, Depok)* beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Politeknik Negeri Media Kreatif berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Jakarta, 09 Juli 2024

Yang menyatakan,



Alfiani Nur Azizah  
NIM: 20220015

## ABSTRAK

*Sportswear worn for doing sports. Pound fit is an energetic sports activity that is currently trending among young women, but does not yet have a uniform. The problem in this research is designing poundfit sports clothing with a variety of models using smart pockets that are fashionable and comfortable. The goal is to be able to design poundfit sportswear with a variety of models using smart pockets that are fashionable and comfortable. The method used is qualitative descriptive exploratory theory by Hasso Plattner Stanford through five stages of emphatize, define, ideate, prototype and test. Data was obtained through observation, questionnaires, literature studies, and benchmarks. The results of this research designed Poundfit sportswear with a variety of models using fashionable and comfortable smart pockets through the first questionnaire process to the Poundfit community about style, look, color and details. The result is a casual sporty style. sporty look. The colors chosen are gray, blue, dusty pink. Details using paneling and smart pocket. Made 30 designs, asked through a second questionnaire to the owner of the Pound fit community, selected 10 designs, then carried out a third questionnaire asking about the 3 selected designs. Then make poundfit sportswear through the techpack design process, determining sizes, basic patterns, changing patterns, breaking patterns, designing materials, and sewing techniques. With a target market aged 25-30 years and the results of the questionnaire and benchmark determine the selling price of IDR 500,000.00 - IDR 1,000,000.00.*

**Keywords:** *Pound fit , Fashionable, Modest sportswear, Smart pocket*

Busana olahraga yang dipakai untuk melakukan olahraga *Pound fit* merupakan salah satu aktivitas olahraga energik yang lagi trend di kalangan wanita muda, tetapi belum memiliki seragam. Masalah dalam penelitian ini merancang busana olahraga poundfit dengan variasi model menggunakan *smart pocket* yang *fashionable*, nyaman. Tujuannya untuk bisa merancang busana olahraga poundfit dengan variasi model menggunakan *smart pocket* yang *fashionable*, nyaman. Metode yang digunakan kualitatif deskriptif eksploratif teori *Hasso Plattner Stanford* melalui lima tahap *emphatize, define, ideate, prototype* dan *test*. Data diperoleh melalui observasi, kuesioner, studi literatur, dan benchmark. Hasil penelitian ini merancang busana olahraga poundfit dengan variasi model menggunakan *smart pocket* yang *fashionable* dan nyaman melalui proses kuesioner kesatu kepada para komunitas poundfit tentang *style, look*, warna, dan detai. Hasilnya *casual sporty style. sporty look*. Warna yang terpilih ada abu, biru, dusty pink. Detail menggunakan *panelling* dan *smart pocket*. Membuat 30 desain, ditanyakan melalui kuesioner kedua kepada owner komunitas *Pound fit* terpilih 10 desain, selanjutnya melakukan kuesioner ketiga menanyakan tentang 3 desain terpilih. Kemudian membuat busana olahraga poundfit melalui proses desain techpack, menentukan ukuran, pola dasar, merubah pola, pecah pola, rancang bahan, dan teknik menjahit. Dengan target market usia 25-30 tahun dan hasil kuesioner serta benchmark menentukan harga jual Rp 500.000,00- Rp 1.000.000,00.

**Kata kunci:** *Pound fit , Fashionable, Modest sportswear, Smart pocket*

## PRAKATA

Segala syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Laporan Tugas Akhir ini dengan baik. Tujuan dari Laporan Tugas Akhir yang berjudul “Busana *Modest sportswear* Untuk Menunjang Kegiatan Olahraga *Pound fit*” (Studi Kasus: Komunitas *Pound fit*, Depok)” adalah sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Terapan atau Diploma IV (D4) Jurusan Desain, Program Studi Desain Mode, Politeknik Negeri Media Kreatif Jakarta.

Penulis mengucapkan berterimakasih kepada orang tua tercinta untuk segala kasih sayang dan dukungan yang telah diberikan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan penelitian ini. Ucapan terima kasih dan rasa hormat penulis haturkan juga kepada:

1. Dr. Tipri Rose Kartika, S.E., M.M., selaku Direktur Politeknik Negeri Media Kreatif Jakarta.
2. Dr. Handika Dany Rahmayanti, S.Si., M.Si., selaku Wakil Direktur Bidang Akademik Politeknik Negeri Media Kreatif Jakarta.
3. Tri Fajar Yurmama Supiyanti, S.Kom., M.T., selaku Ketua Jurusan Desain, Politeknik Negeri Media Kreatif Jakarta.
4. Lani Siti Noor Aisyah, S.Ds., M.Ds., selaku Sekretaris Jurusan Desain Grafis Politeknik Negeri Kreatif Jakarta.
5. Rachmawaty, S.Pd., M.Ds., selaku Koordinator Program Studi Desain Mode dan pembimbing akademik.
6. Dr. Eko Djuniarto, S.E., M.Psi., selaku Dosen Pembimbing I di Politeknik Negeri Media Kreatif, Jakarta.
7. Rahmi Annissa, S.Pd., M.Ds., selaku, selaku Dosen Pembimbing II di Politeknik Negeri Media Kreatif, Jakarta
8. Cici Mokoginta, selaku Owner Komunitas Olahraga Poundfit di Depok, Jawa Barat

9. Dosen Program Studi Desain Mode dan Karyawan di Politeknik Negeri Media Kreatif.
10. Seluruh teman seperjuangan Angkatan 2020 Desain Mode di Politeknik Negeri Media Kreatif Jakarta yang berjuang bersama dalam pembuatan Tugas Akhir.

Penulis menyadari bahwa penulisan Tugas Akhir ini masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan sebagai bekal yang mendatang. Harapan penulis tugas akhir ini dapat bermanfaat sebagai sumber inspirasi bagi pembaca.

Jakarta, 28 Juni 2024

Penulis,



Alfiani Nur Azizah

NIM 20220015



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR</b> .....	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG TUGAS AKHIR</b> .....	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN ORIGINALITAS TUGAS AKHIR DAN BEBAS PLAGIARISME</b> .....	<b>iv</b>
<b>PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vi</b>
<b>PRAKATA</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	2
C. Batasan Masalah.....	3
D. Rumusan Masalah .....	3
E. Manfaat Penulisan .....	4
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	<b>5</b>
A. Perancangan Busana <i>Modest sportswear</i> .....	5
1. Perancangan Busana .....	5
2. Busana <i>Modest sportswear</i> .....	5
B. Kegiatan Olahraga <i>Pound fit</i> .....	7
1. Kegiatan Olahraga .....	7
2. Busana Olahraga.....	8
C. Komunitas <i>Pound fit</i> .....	8
D. Komponen Desain .....	9
1. <i>Style</i> .....	9
2. <i>Look</i> .....	10
3. <i>Siluet</i> .....	11
4. Warna .....	12
5. Detail .....	13
6. Material .....	16
<b>BAB III METODE PERANCANGAN</b> .....	<b>18</b>
A. Pendekatan dan Metode Perancangan .....	18
1. <i>Empathize</i> .....	19
2. <i>Define</i> .....	20
3. <i>Ideate</i> .....	20
4. <i>Prototype</i> .....	21
5. <i>Evaluation/Test I</i> .....	22
6. <i>Evaluation/Test II</i> .....	22
B. Skema Perancangan .....	23
<b>BAB IV PEMBAHASAN</b> .....	<b>25</b>

A. <i>Empathize</i> .....	25
B. <i>Define</i> .....	30
1. <i>Six Thinking Hats</i> .....	30
2. <i>Design brief</i> .....	32
3. <i>Persona Board</i> .....	33
C. <i>Ideate</i> .....	35
1. <i>Bagan Konsep Desain (BKD)</i> .....	35
2. <i>Moodboard</i> .....	36
3. <i>Material Plan</i> .....	37
D. <i>Prototype I</i> .....	38
1. <i>Desain Alternatif</i> .....	38
2. <i>Alur Membuat Busana</i> .....	40
E. <i>Test Evaluation I (Memilih Desain)</i> .....	40
F. <i>Prototype II</i> .....	42
1. <i>Desain Terpilih I</i> .....	42
2. <i>Desain Terpilih II</i> .....	52
3. <i>Desain Terpilih III</i> .....	61
G. <i>Test Evaluation II (Menanyakan Produk dan Harga)</i> .....	70
<b>BAB V PENUTUP</b> .....	<b>71</b>
A. <i>Simpulan</i> .....	71
B. <i>Saran</i> .....	71
<b>DARTAR PUSTAKA</b> .....	<b>73</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>75</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Modest Sportswear .....	6
Gambar 2 Kegiatan Olahraga Pound fit .....	8
Gambar 3 Casual Sporty Style .....	10
Gambar 4 Sporty Look.....	11
Gambar 5 Siluet H, I, Pants.....	12
Gambar 6 Warna yang dipilih .....	13
Gambar 7 Design thinking Hasso Plattner .....	18
Gambar 8 Skema Perancangan.....	23
Gambar 9 Komunitas Pound fit Depok .....	25
Gambar 10 Loyal Persona Board .....	34
Gambar 11 Potential Persona Board .....	34
Gambar 12 Bagan Konsep Desain .....	36
Gambar 13 Moodboard .....	36
Gambar 14 Desain Alternatif 1-10 .....	38
Gambar 15 Desain Alternatif 11-20 .....	39
Gambar 16 Desain Alternatif 21-30 .....	39
Gambar 17 Alur Membuat Busana.....	40
Gambar 18 Desain Terpilih 1-10.....	41
Gambar 19 Desain Terpilih 1-3.....	42
Gambar 20 Desain Terpilih 1 .....	42
Gambar 21 Techpack Atasan Desain Terpilih 1 .....	44
Gambar 22 Techpack Bawahan Desain Terpilih 1 .....	44
Gambar 23 Pola Dasar Desain Terpilih 1 .....	46
Gambar 24 Merubah Pola Desain Terpilih 1 .....	46
Gambar 25 Pecah Pola Desain Terpilih 1.....	47
Gambar 26 Rancangan Bahan Desain Terpilih 1 .....	48
Gambar 27 Foto Produk Desain Terpilih 1 .....	51
Gambar 28 Desain Terpilih 2 .....	52
Gambar 29 Techpack Atasan Terpilih 2 .....	53
Gambar 30 Techpack Bawahan Desain Terpilih 2 .....	53
Gambar 31 Pola Dasar Desain Terpilih 2.....	55
Gambar 32 Merubah Pola Desain Terpilih 2.....	55
Gambar 33 Pecah Pola Desain terpilih 2.....	56
Gambar 34 Rancangan Bahan Desain Terpilih 2 .....	57
Gambar 35 Foto Produk Desain Terpilih 2 .....	60
Gambar 36 Desain Terpilih 3 .....	61
Gambar 37 Techpack Atasan Desain Terpilih 3 .....	62
Gambar 38 Techpack Bawahan Desain Terpilih 3 .....	62
Gambar 39 Pola Dasar Desain Terpilih 3.....	64
Gambar 40 Merubah Pola Desain Terpilih 3.....	64
Gambar 41 Pecah Pola Desain Terpilih 3.....	65
Gambar 42 Foto Produk Desain Terpilih 3 .....	69

Gambar 43 Test Evaluasi Calon User .....	70
Gambar 44 Hasil Kuesioner Mengenai Desain Busana .....	71
Gambar 45 Hasil Kuesioner Mengenai Kuliatas Busana .....	71

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Material Bahan .....	17
Tabel 2 Observasi Brand .....	26
Tabel 3 Six Thingking Hats.....	30
Tabel 4 Daftar Ukuran Desain Terpilih 1 .....	45
Tabel 5 Langkah Menjahit Desain Terpilih 1 .....	48
Tabel 6 Rancangan Harga Atasan Olahraga Desain Terpilih 1 .....	49
Tabel 7 Rancangan Harga Bawahan Olahraga Desain Terpilih 1 .....	50
Tabel 8 Daftar Ukuran Desain Terpilih 2 .....	54
Tabel 9 Langkah Menjahit Desain Terpilih 2.....	57
Tabel 10 Rancangan Harga Atasan Olahraga Desain Terpilih 2 .....	58
Tabel 11 Rancangan Harga Bawahan Olahraga Desain Terpilih 2 .....	59
Tabel 12 Daftar Ukuran Desain Terpilih 3 .....	63
Tabel 13 Langkah Menjahit Desain Terpilih 3.....	66
Tabel 14 Rancangan Harga Atasan Olahraga Desain Terpilih 3 .....	67
Tabel 15 Rancangan Harga Bawahan Olahraga Desain Terpilih 3 .....	68

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Mahasiswa.....	75
Lampiran 2 Berita Acara Uji Proposal Tugas Akhir.....	76
Lampiran 3 Pengajuan Proposal dan Calon Pembimbing Tugas Akhir .....	77
Lampiran 4 Kesanggupan Sebagai Pembimbing Tugas Akhir Penulisan .....	78
Lampiran 5 Kesanggupan Sebagai Pembimbing Tugas Akhir Materi .....	79
Lampiran 6 Lembar Bimbingan Tugas Akhir Penulisan .....	80
Lampiran 7 Lembar Bimbingan Tugas Akhir Materi .....	82
Lampiran 8 Berita Acara Preview I Tugas Akhir Penulisan .....	85
Lampiran 9 Berita Acara Preview I Tugas Akhir Materi .....	86
Lampiran 10 Berita Acara Preview II Tugas Akhir Penulisan .....	87
Lampiran 11 Berita Acara Preview II Tugas Akhir Materi .....	89
Lampiran 12 Berita Acara Uji Kelayakan Tugas Akhir .....	90
Lampiran 13 Dokumentasi Penelitian Mengenai Busana Olahraga Pound fit.....	91
Lampiran 14 Dokumentasi Penelitian Mengenai Gerakan Olahraga Pound fit ....	92
Lampiran 15 Sertifikat .....	98
Lampiran 16 Hasil Cek Plagiarisme .....	106
Lampiran 17 Sidang .....	107

