

LAPORAN TUGAS AKHIR

PERANCANGAN BUSANA OLAHRAGA SENAM UNTUK WANITA DENGAN IDENTITAS DAN NILAI FUNGSIONAL (STUDI KASUS : KOMUNITAS SENAM CANTIK)

PROYEK AKHIR

**Diajukan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh
gelar Sarjana Terapan**



Disusun Oleh :

LIA SAFINA NAJWA

NIM : 2290331037

PROGRAM STUDI DESAIN MODE

JURUSAN DESAIN

POLITEKNIK NEGERI MEDIA KREATIF

JAKARTA

2026

LAPORAN TUGAS AKHIR

PERANCANGAN BUSANA OLAHRAGA SENAM UNTUK WANITA DENGAN IDENTITAS DAN NILAI FUNGSIONAL (STUDI KASUS : KOMUNITAS SENAM CANTIK)

PROYEK AKHIR

**Diajukan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh
gelar Sarjana Terapan**



Disusun Oleh :

LIA SAFINA NAJWA

NIM : 2290331037

PROGRAM STUDI DESAIN MODE

JURUSAN DESAIN

POLITEKNIK NEGERI MEDIA KREATIF

JAKARTA

2026

LEMBAR PENGESAHAN SIDANG TUGAS AKHIR

Judul Tugas Akhir : Perancangan Busana Olahraga Senam Untuk Wanita Dengan Identitas dan Nilai Fungsional (Studi Kasus : Komunitas Senam Cantik)
Penulis : Lia Safina Najwa
NIM : 2290331037
Program Studi : Desain Mode
Jurusan : Desain

Tugas Akhir ini telah dipertanggungjawabkan di hadapan Tim Penguji Tugas Akhir di Kampus Politeknik Negeri Media Kreatif pada hari Kamis, 30 Juli 2026

Disahkan oleh :
Ketua Penguji,



Rachmawaty, S.Pd, M.Ds
NIP. 198402192019032006

Anggota 1



Yuanita Sabrina, S.Pd
NIP. -

Anggota 2



Eka Triana, S.E., M.S.Ak
NIP. 198401252006042001

Mengetahui,
Ketua Jurusan Desain



Yusuf Nurrachman, ST., M.M.S.I.
NIP. 197711132010121001

LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG TUGAS AKHIR

Judul Tugas Akhir : Perancangan Busana Olahraga Senam Untuk Wanita Dengan Identitas dan Nilai Fungsional (Studi Kasus : Komunitas Senam Cantik)

Penulis : Lia Safina Najwa

NIM : 2290331037

Program Studi : Desain Mode

Jurusan : Desain

Tugas Akhir ini telah diperiksa dan disetujui untuk disidangkan.
Ditandatangani, di...Jakarta, 29 Juli... 2026

Pembimbing 1



Eka Triana, S.E., M.S.Ak
NIP. 198401252006042001

Pembimbing 2



Syifa Dwi Kurnia, M. Ds
NIP. 199801072024062004

Mengetahui,

Koordinator Program Studi Desain Mode



Rina Watye, S.Ds. M.Ds.
NIP. 198801172019032015

PERNYATAAN ORIGINALITAS TUGAS AKHIR DAN BEBAS PLAGIARISME

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama	: Lia Safina Najwa
NIM	: 2290331037
Program Studi	: Desain Mode
Jurusan	: Desain
Tahun Akademik	: 2025/2026

Dengan ini menyatakan bahwa Tugas Akhir saya dengan judul :
“Perancangan Busana Olahraga Senam Untuk Wanita Dengan Identitas dan Nilai
Fungsional (Studi Kasus : Komunitas Senam Cantik)” **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 sebenar-
benarnya.

Jakarta, 29 Juni 2026

Yang menyatakan,



Lia Safina Najwa
NIM. 2290331037

PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

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

Nama : Lia Safina Najwa
NIM : 2290331037
Program Studi : Desain Mode
Jurusan : Desain
Tahun Akademik : 2025/2026

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 :

“Perancangan Busana Olahraga Senam Untuk Wanita Dengan Identitas dan Nilai Fungsional (Studi Kasus : Komunitas Senam Cantik)” beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Politeknik Negeri Media Kreatif berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pengkalan 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, 29 Juni 2026

Yang menyatakan,



Lia Safina Najwa
NIM. 2290331037

ABSTRAK

Senam Cantik Community is a women's aerobic exercise community that actively participates in regular exercise activities and inter-community competitions. The community members face several issues with their sportswear, including the lack of an original visual identity and functional features, such as storage for a small towel and a mobile phone, as well as a design that is not too tight around the abdomen. This study aims to design women's aerobic sportswear with a distinctive identity and functional value. The study applies sportswear design theory based on functional and ergonomic principles, design principles, a sporty casual style, and an athleisure look, referring to the 2026/2027 Fashion Trend Forecasting. This research employs a qualitative method using the Design Thinking approach developed by the Hasso-Plattner Institute of Design at Stanford, which consists of five stages: empathize, define, ideate, prototype, and test. Based on the exploratory analysis, a stylized logo was selected as the community identity, while a pocket with a small towel holder and a hood that functions as a pocket were selected as the functional features, along with appropriate material selection. The results indicate that the designed sportswear not only serves as clothing for physical activities but also strengthens the community's identity while meeting users' functional needs.

Keywords: *Women's Gymnastics Sportswear, Functional, Community Identity*

Komunitas Senam Cantik merupakan komunitas senam wanita yang aktif mengikuti kegiatan senam dan berbagai perlombaan antarkomunitas. Anggota komunitas memiliki masalah terhadap pakaian yang dikenakan, diantaranya belum memiliki pakaian senam yang memiliki identitas yang orisinal dan fitur fungsional, seperti tempat penyimpanan handuk kecil, handphone, serta tidak ketat pada bagian perut. Penelitian ini bertujuan untuk merancang busana olahraga senam yang memiliki identitas dan nilai fungsional. Penelitian ini menggunakan teori perancangan busana olahraga senam menggunakan teori fungsional dan ergonomis berdasarkan jenis busana menggunakan prinsip - prinsip desain dengan *style sporty casual* dan *look athleisure*, berdasarkan *Fashion trend forecasting 2026/2027*. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan *Design Thinking Hasso-Plattner Institute of Design - Stanford* yang meliputi tahap *empathize, define, ideate, prototype*, dan *test*. Berdasarkan hasil analisis eksplorasi, dipilih stilasi logo sebagai identitas, fitur saku dengan penyangga untuk handuk kecil dan topi yang dapat dijadikan saku sebagai nilai fungsional, serta pemilihan bahan yang sesuai. Hasil perancangan ini menunjukkan bahwa busana olahraga senam tidak hanya berfungsi sebagai pakaian untuk beraktivitas, tetapi juga sebagai media untuk membangun identitas komunitas sekaligus memenuhi kebutuhan fungsional pengguna.

Kata Kunci: *Busana Olahraga Senam Wanita, Fungsional, Identitas Komunitas*

PRAKATA

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Proposal Tugas Akhir ini sesuai dengan masa yang telah ditetapkan. Dengan tujuan Laporan yang berjudul “*Perancangan Busana Olahraga Senam dengan Identitas dan Nilai Fungsional*” sebagai salah satu instrumen memenuhi persyaratan akademis dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Terapan atau Diploma IV (D4) Jurusan Desain Grafis, Program Studi Desain Mode, Politeknik Negeri Media Kreatif Jakarta.

Penulis juga berterima kasih kepada kedua orang tua serta keluarga atas kontribusi moral, materi, serta dukungan psikologis yang bersifat mendasar dalam keberhasilan penyelesaian studi ini. Lebih lanjut, penulis menyampaikan penghormatan dan ucapan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah memberikan bantuan strategi selama proses penelitian dan perancangan, antara lain:

1. Dwi Riyono, S.T., M.Ak., Ph.D Direktur Politeknik Negeri Media Kreatif,
2. Mawan Nugraha, S.Si., M.Acc., Ph.D.Wakil Direktur Bidang Akademik Politeknik Negeri Media Kreatif,
3. Yusuf Nurrachman, ST., M.M.S.I. Ketua Jurusan Desain, Politeknik Negeri Media Kreatif Jakarta,
4. Dr. Yudha Pradana, S.Pd., M.Pd. Sekretaris Jurusan Desain,
5. Rina Watye, S.Ds. M.Ds. Koordinator Program Studi Desain Mode
6. Eka Triana, S.E., M.S.Ak sebagai dosen pembimbing 1
7. Syifa Dwi Kurnia, M.Ds sebagai dosen pembimbing 2
8. Seluruh anggota Komunitas senam cantik yang membantu dalam memberikan masukan dan saran terhadap penulis
9. Para dosen dan tenaga kependidikan Politeknik Negeri Media Kreatif Jakarta yang telah melayani mahasiswa selama penulis menempuh Pendidikan di sini.
10. Keluarga yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan doa tiada henti untuk menyelesaikan laporan ini.

11. Sahabat - sahabat penulis diantaranya Keisya, Nadzira, Nisrina, Eva, Anggita, Hanun Salsa, dan Dian serta teman – teman yang selalu memberikan dukungan dan bantuan untuk penulis.

Penulis menyadari bahwa Tugas akhir ini masih banyak memiliki kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan karya ini. Semoga Tugas Akhir ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca.

Jakarta, 23 Juli 2026

Penulis,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Lina' with a stylized flourish at the end.

Lia Safina Najwa
NIM. 2290331037

DAFTAR ISI

COVER.....	i
LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG TUGAS AKHIR.....	iii
PERNYATAAN ORIGINALITAS TUGAS AKHIR DAN BEBAS PLAGIARISME.....	iv
PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	v
ABSTRAK.....	vi
PRAKATA.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penulisan.....	6
F. Manfaat Penulisan.....	6
BAB II.....	9
KAJIAN PUSTAKA.....	9
A. Busana Olahraga Senam.....	9
B. Identitas Pada Busana Senam.....	10
C. Busana Fungsional.....	11
D. Busana Ergonomis Olahraga Wanita.....	12
E. Jenis Busana Olahraga.....	15
F. Unsur Desain Mode.....	20
1. Garis.....	20

2. Bentuk.....	21
3. Siluet.....	21
4. Tekstur.....	22
5. Detail.....	23
6. Warna.....	24
G. Prinsip-prinsip Desain.....	25
1. Keseimbangan.....	26
2. Ritme.....	26
3. Kontras.....	26
4. Penekanan.....	26
5. Kesatuan.....	27
6. Proporsi dan Skala.....	27
7. Hierarki.....	27
H. Style.....	27
I. Look.....	32
J. Profil Komunitas.....	39
K. Fashion Trend Forecasting 2026/2027.....	41
 BAB III.....	 43
METODE PERANCANGAN.....	43
A. Pendekatan dan Metode Perancangan.....	43
1. Empathize.....	44
2. Define.....	45
3. Ideate.....	46
4. Prototype.....	46
5. Test.....	47
B. Skema Perancangan.....	48
 BAB IV.....	 50
A. Hasil Kajian.....	50
B. Pembahasan.....	68
C. Keterbatasan Kajian.....	115

BAB V.....	116
A. Simpulan.....	116
B. Saran.....	117
C. Implikasi.....	118
DAFTAR PUSTAKA.....	120
LAMPIRAN.....	122

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Stilasi Logo Komunitas.....	60
Tabel 2. Eksplorasi Saku.....	61
Tabel 3. Analisis Pemilihan Bahan.....	64
Tabel 4. Rancangan Harga Baju Desain 1.....	72
Tabel 5. Rancangan Harga Celana Desain 1.....	73
Tabel 6. Rancangan Harga Hijab Desain 1.....	74
Tabel 7. Rancangan Harga Topi Desain 1.....	75
Tabel 8. Rancangan Harga Baju Desain 2.....	81
Tabel 9. Rancangan Harga Celana Desain 2.....	82
Tabel 10. Rancangan Harga Hijab Desain 2.....	83
Tabel 11. Rancangan Harga Topi Desain 2.....	84
Tabel 12. Rancangan Harga Baju Desain 3.....	90
Tabel 13. Rancangan Harga Celana Desain 3.....	91
Tabel 14. Rancangan Harga Hijab Desain 3.....	92
Tabel 15. Rancangan Harga Topi Desain 3.....	93
Tabel 16. Rancangan Harga Baju Desain 4.....	99
Tabel 17. Rancangan Harga Celana Desain 4.....	100
Tabel 18. Rancangan Harga Hijab Desain 4.....	101
Tabel 19. Rancangan Harga Topi Desain 4.....	102
Tabel 20. Rancangan Harga Baju Desain 5.....	108
Tabel 21. Rancangan Harga Celana Desain 5.....	109
Tabel 22. Rancangan Harga Hijab Desain 5.....	110
Tabel 23. Rancangan Harga Topi Desain 5.....	111
Tabel 24. Hasil Test Foto Produk.....	114

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Busana Olahraga Senam.....	16
Gambar 2. Busana Olahraga Sepeda.....	17
Gambar 3. Busana Olahraga Yoga.....	18
Gambar 4. Busana Olahraga Lari.....	19
Gambar 5. Unsur Garis.....	20
Gambar 6. Unsur Bentuk.....	21
Gambar 7. Unsur Siluet.....	22
Gambar 8. Unsur Tekstur.....	23
Gambar 9. Unsur Detail.....	24
Gambar 10. Unsur Warna.....	25
Gambar 11. <i>Style Sporty Casual</i>	28
Gambar 12. <i>Style Classic Elegant</i>	29
Gambar 13. <i>Style Feminine Romantic</i>	30
Gambar 14. <i>Style Exotic Dramatic</i>	30
Gambar 15. <i>Sexy Alluring</i>	31
Gambar 16. <i>Style Art Of Beat</i>	32
Gambar 17. <i>Look Athleisure</i>	33
Gambar 18. <i>Look Bohemian</i>	34
Gambar 19. <i>Look Preppy</i>	35
Gambar 20. <i>Look Urban</i>	36
Gambar 21. <i>Look Pop Art</i>	37
Gambar 22. <i>Look Glamour</i>	38
Gambar 23. <i>Look sailor</i>	39
Gambar 24. Komunitas Senam Cantik.....	40
Gambar 25. Logo Komunitas.....	41
Gambar 26. <i>Fashion Trend Forecasting 2026/2027</i>	42
Gambar 27. <i>Design Thinking</i> Hasso-Plattner Institute Stanford.....	44
Gambar 28. Skema Perancangan.....	48
Gambar 29. Bagan Konsep Desain.....	56
Gambar 30. Moodboard.....	57
Gambar 31. 1-20 Desain Alternatif.....	58
Gambar 32. 21-30 Desain Alternatif.....	59
Gambar 33. 10 Desain Terpilih.....	66
Gambar 34. 5 Desain Terpilih.....	67
Gambar 35. Analisis Desain Terpilih 1.....	68
Gambar 36. Pola Dasar Skalah 1:10 Desain 1.....	68
Gambar 37. Pecah Pola Skala 1:10 Desain 1.....	69
Gambar 38. Rancangan Bahan PE Desain 1.....	69
Gambar 39. Rancangan Bahan Baby Terry Desain 1.....	70
Gambar 40. Rancangan Bahan Rayon Spandek Desain 1.....	70
Gambar 41. Rancangan Bahan Mesh Desain 1.....	71
Gambar 42. Rancangan Bahan Diadora Desain 1.....	71
Gambar 43. Foto Produk Desain 1.....	76
Gambar 44. Analisis Desain Terpilih 2.....	77

Gambar 45. Pola Dasar Skalah 1:10 Desain 2.....	77
Gambar 46. Pecah Pola Skala 1:10 Desain 2.....	78
Gambar 47. Rancangan Bahan PE Desain 2.....	78
Gambar 48. Rancangan Bahan Baby Terry Desain 2.....	79
Gambar 49. Rancangan Bahan Rayon Spandek Desain 2.....	79
Gambar 50. Rancangan Bahan Mesh Desain 2.....	80
Gambar 51. Rancangan Bahan Diadora Desain 2.....	80
Gambar 52. Foto Produk Desain 2.....	85
Gambar 53. Analisis Desain Terpilih 3.....	86
Gambar 54. Pola Dasar Skalah 1:10 Desain 3.....	86
Gambar 55. Pecah Pola Skala 1:10 Desain 3.....	87
Gambar 56. Rancangan Bahan PE Desain 3.....	87
Gambar 57. Rancangan Bahan Baby Terry Desain 3.....	88
Gambar 58. Rancangan Bahan Rayon Spandek Desain 3.....	88
Gambar 59. Rancangan Bahan Mesh Desain 3.....	89
Gambar 60. Rancangan Bahan Diadora Desain 3.....	89
Gambar 61. Foto Produk Desain 3.....	94
Gambar 62. Analisis Desain Terpilih 4.....	95
Gambar 63. Pola Dasar Skalah 1:10 Desain 4.....	95
Gambar 64. Pecah Pola Skala 1:10 Desain 4.....	96
Gambar 65. Rancangan Bahan PE Desain 4.....	96
Gambar 66. Rancangan Bahan Baby Terry Desain 4.....	97
Gambar 67. Rancangan Bahan Rayon Spandek Desain 4.....	97
Gambar 68. Rancangan Bahan Mesh Desain 4.....	98
Gambar 69. Rancangan Bahan Diadora Desain 4.....	98
Gambar 70. Foto Produk Desain 4.....	103
Gambar 71. Analisis Desain Terpilih 5.....	104
Gambar 72. Pola Dasar Skalah 1:10 Desain 5.....	104
Gambar 73. Pecah Pola Skala 1:10 Desain 5.....	105
Gambar 74. Rancangan Bahan PE Desain 5.....	105
Gambar 75. Rancangan Bahan Baby Terry Desain 5.....	106
Gambar 76. Rancangan Bahan Rayon Spandek Desain 5.....	106
Gambar 77. Rancangan Bahan Mesh Desain 5.....	107
Gambar 78. Rancangan Bahan Diadora Desain 5.....	107
Gambar 79. Foto Produk Desain 5.....	112
Gambar 80. Tes Produk.....	113

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Mahasiswa.....	122
Lampiran 2 Hasil Tes Plagiarisme.....	123
Lampiran 3 Pengajuan Proposal dan Calon Pembimbing Tugas Akhir.....	124
Lampiran 4 Berita Acara Uji Proposal Tugas Akhir.....	125
Lampiran 5 Kesanggupan Sebagai Pembimbing Tugas Akhir 1.....	126
Lampiran 6 Kesanggupan Sebagai Pembimbing Tugas Akhir 2.....	127
Lampiran 7 Lembar Bimbingan Tugas Akhir (Dosen Pembimbing 1).....	128
Lampiran 8 Lembar Bimbingan Tugas Akhir (Dosen Pembimbing 2).....	131
Lampiran 9 Berita Acara Preview I.....	134
Lampiran 10 Berita Acara Preview II	136
Lampiran 11 Berita Acara Uji Kelayakan.....	139
Lampiran 12 Berita Acara Wawancara Komunitas.....	145
Lampiran 13 Hasil Kuesioner Target User.....	148
Lampiran 14 <i>Six Thinking Hats</i>	151
Lampiran 15 Observasi Brand Kompetitor (<i>Benchmarking</i>).....	152
Lampiran 16 <i>Design Brief</i>	159
Lampiran 17 <i>User Persona</i>	160
Lampiran 18 <i>Techpack</i>	161
Lampiran 19 Daftar Ukuran.....	162
Lampiran 20 Langkah Kerja Menjahit.....	163
Lampiran 21 Dokumentasi Penelitian dan Sidang.....	166