

INTISARI

Kesadaran masyarakat terhadap pentingnya gaya hidup sehat semakin meningkat, terutama sejak pandemi Covid-19 yang mendorong perubahan perilaku masyarakat dalam partisipasi aktivitas fisik termasuk ibu hamil dan ibu pasca melahirkan. Meskipun manfaat aktivitas fisik telah terbukti secara ilmiah tetapi akses terhadap layanan olahraga yang ramah ibu dan anak masih sangat terbatas di Daerah Istimewa Yogyakarta. Keterbatasan fasilitas yang mampu mengakomodasi kebutuhan ibu sejak hamil hingga pasca melahirkan dan memiliki anak menjadi salah satu penyebab rendahnya partisipasi perempuan dalam kegiatan olahraga. Penelitian ini bertujuan untuk merancang model bisnis Harmoni Astha Center sebagai pusat olahraga ibu dan anak.

Penelitian ini menggunakan metode campuran (*mixed methods*). Metode kualitatif dilakukan menggunakan wawancara mendalam dengan pelaku usaha sejenis yang dianalisis menggunakan kanvas model bisnis. Kemudian pendekatan kuantitatif dilakukan dengan penyebaran kuisisioner kepada ibu hamil dan ibu dengan balita untuk mengeksplorasi kebutuhan, kekhawatiran dan harapan terhadap layanan olahraga menggunakan peta empati sebagai alat bantu analisis.

Hasil penelitian menghasilkan model bisnis yang sesuai dengan kebutuhan dengan proposisi nilai berupa layanan olahraga yoga kehamilan, yoga ibu bersama anak dan senam anak dengan pendekatan komunitas yang dilakukan dalam satu lokasi terintegrasi dan kelas yang fleksibel. Fasilitas ini juga didukung oleh fasilitas tambahan seperti ruang laktasi, ruang tunggu anak dan kamar ganti. Analisis kelayakan dihitung dengan tiga indikator utama yaitu *Net Present Value* (NPV), *Internal Rate of Return* (IRR) dan *Payback Period* (PP) dalam skenario optimis, moderat dan pesimis yang menunjukkan hasil yang layak dengan nilai NPV positif, IRR melebihi tingkat diskonto, dan tingkat pengembalian modal yang relatif cepat. Hal ini menandakan bahwa model bisnis ini layak secara finansial.

Kata kunci: yoga kehamilan, yoga ibu dan anak, senam anak, kanvas model bisnis, peta empati, analisis kelayakan finansial.

ABSTRACT

Public awareness of the importance of a healthy lifestyle has significantly increased, especially since the Covid-19 pandemic, which has led to changes in behavior regarding participation in physical activities, including among pregnant and postpartum women. Although the benefits of physical activity have been scientifically proven, access to mother-and-child-friendly exercise services remains very limited in the Special Region of Yogyakarta. The lack of facilities that can accommodate the needs of women from pregnancy through postpartum and early motherhood is one of the main causes of low participation of women in structured physical activities. This study aims to design a business model for Harmoni Astha Center as an integrated fitness center for mothers and children.

This research employs a mixed methods approach. The qualitative method was conducted through in-depth interviews with similar business practitioners and analyzed using the Business Model Canvas framework. The quantitative method involved distributing questionnaires to pregnant women and mothers with toddlers to explore their needs, concerns, and expectations regarding fitness services, using the Empathy Map as an analytical tool.

The findings resulted in a business model tailored to the target market's needs, with a value proposition that includes prenatal yoga, mother-and-child yoga, and toddler gymnastics delivered through a community-based approach in a single integrated location with flexible class options. The business is supported by additional facilities such as lactation rooms, children's waiting areas, and changing rooms. The financial feasibility was evaluated using three main indicators: Net Present Value (NPV), Internal Rate of Return (IRR), and Payback Period (PP) under optimistic, moderate, and pessimistic scenarios. The results show that the business is financially viable, with a positive NPV, IRR exceeding the discount rate, and a relatively short payback period.

Keywords: prenatal yoga, mother-and-child yoga, toddler gymnastics, business model canvas, empathy map, financial feasibility analysis.