

# Penerapan Konsep Paradise of Bali terhadap Healthy Refleksiologi and Fitness Center

Vincentius Laurent Setiono  
 Program Studi Desain Interior, Universitas Kristen Petra  
 Jl. Siwalankerto 121-131, Surabaya  
*E-mail: lavin5cent@yahoo.co.id*

**Abstrak -** Perancangan Interior Healthy Refleksiologi and Fitness Center dibuat karena seiring berkembangnya jaman, semakin banyak masyarakat yang tidak peduli dengan kesehatan sedangkan beban pekerjaan yang harus mereka lakukan terus meningkat sehingga akan mempermudah terjadinya stress yang membuat otot-otot menjadi tegang, syaraf terganggu, racun-racun tubuh tertimbun, peredaran darah kurang lancar yang mengakibatkan gairah bekerja berkurang. Oleh sebab itu kesehatan menjadi hal yang sangat penting bagi masyarakat.

Agar pengumpulan data tersebut menjadi valid maka dirancang beberapa metode metodologi desain berupa observasi (pengamatan langsung), wawancara dengan instruktur, kepustakaan untuk mendapatkan teori-teori yang menunjang keabsahan data lapangan, dan dokumentasi untuk melengkapi data yang diperoleh.

Melalui konsep Paradise of Bali yang diaplikasikan keberbagai macam elemen interior dan mebel, masyarakat dapat menemukan suatu tempat yang nyaman dan menarik untuk melakukan olahraga, serta meningkatkan motivasi pengunjung terhadap kesehatan tubuh. Pada perancangan ini juga menyediakan fasilitas-fasilitas yang mencukupi kebutuhan masyarakat untuk menemui sarana kebugaran tubuh.

**Kata Kunci:** Desain interior, fitness center, spa, Bali

*Abstrak- Interior Designing Healthy Reflexology and Fitness Center was made due with a growing era, more and more people are not concerned with health, while the burden of work they have to do that will ease the increasing occurrence of stress that makes the muscles become tense, nervous impaired, body poisons buried, substandard blood circulation resulting in reduced arousal works. Therefore health is a very important thing for the community.*

*In order for the data collection to be valid then designed several methods of design methodologies such as observation (direct observation), interviews with the instructor, the library to get the theories that support the validity of field data, and documentation to supplement the data obtained.*

*Through the concept of Paradise of Bali which is applied every related kinds of interior elements and furniture, people can find a comfortable and attractive place to do sports, and increase the motivation of the health visitor.*

*In this design also provides adequate facilities to meet the needs of the community fitness facility.*

**Keywords:** interior design, fitness center, spa, Bali

## PENDAHULUAN

**S**EIRING berkembangnya jaman, semakin banyak masyarakat yang tidak peduli dengan kesehatan sedangkan beban pekerjaan yang harus mereka lakukan terus meningkat sehingga akan mempermudah terjadinya stress. Hal ini didukung menurut, *Nutrition and Fitnes (1993,49)* yang menyatakan bahwa kepenatan/stress karena pekerjaan akan menjalar keseluruh tubuh sehingga membuat otot-otot menjadi tegang, syaraf terganggu, racun-racun tubuh tertimbun, peredaran darah kurang lancar yang mengakibatkan gairah bekerja berkurang. Oleh sebab itu kesehatan menjadi hal yang sangat penting bagi masyarakat. gaya hidup sehat merupakan suatu aset yang sangat mahal bagi kehidupan manusia.

Menurut Bishop (1994;174) , olahraga yang teratur merupakan salah satu solusi hidup sehat. Selain dapat membuat tubuh menjadi lebih bugar dan membentuk tubuh menjadi lebih atletis dan kuat. Untuk mewujudkan kesehatan tersbut, maka dibutuhkan suatu wadah atau tempat kebugaran yang mampu memberikan sarana olahraga.

Selain menjadi *Healthy Refleksiologi And Fitness center* , penampilan Visual harus mampu menunjang kenyamanan, kesehatan, dan memiliki suatu ciri khas tersendiri. Tetapi pada kenyataannya tempat kebugaran tidak memperhatikan tingkat stress dari para pengguna Healthy Refleksiologi And Fitness center, melainkan hanya didesain yang menarik pelanggan baru dan hanya memperhatikan kelengkapan alat kebugaran. Maka dalam perancangan tempat Healthy Refleksiologi And Fitness center ini, akan membantu para pengguna menjadi lebih nyaman berlatih tetapi juga didukung dengan suasana yang akan membuat pikiran menjadi tenang dan sebagai terapi.

## I. METODE PERANCANGAN

### A. Metode Pengumpulan Data

Studi pustaka di peroleh dari buku-buku referensi dan penelitian /observasi secara langsung, penelitian ini menggunakan dua (dua) tahap dengan metode yang berbeda.

Tahap pertama adalah metode pengamatan (observasi) dan pengukuran di lapangan. Sedangkan tahap kedua adalah dengan menggunakan metode eksperimental. Menurut Hadi (1980), observasi (pengamatan) sebagai metode ilmiah diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan dengan sistematis fenomena-fenomena yang diselidiki di lapangan. Sedangkan penelitian eksperimental menurut Suryabrata (1983) bertujuan untuk menyelidiki kemungkinan saling hubungan sebab akibat dengan cara mengenakan satu atau lebih kelompok.

Metode observasi adalah metode dengan pengamatan langsung dengan cara pengambilan data dengan menggunakan mata tanpa ada pertolongan alat standar lain untuk keperluan tersebut. Observasi atau pengamatan merupakan hasil dari perbuatan jiwa secara aktif dan penuh perhatian untuk menyadari adanya sesuatu rangsangan tertentu yang diinginkan, atau suatu studi yang disengaja serta bersifat sistematis tentang keadaan / fenomena sosial dan gejala-gejala dengan jalan mengamati dan mencatat (Bumi Aksara 1995 : 63). Dalam metode observasi, mahasiswa mengamati desain-desain *healty care* yang sudah ada dan menerjemahkan kembali dalam bentuk tulisan dan gambar sehingga dapat dimengerti dan digunakan dalam mendesain Healthy Refleksiologi and Fitness Center.

Wawancara adalah percakapan 2 orang yang dimulai oleh pewawancara dengan tujuan khusus untuk memperoleh keterangan sesuai dengan tujuan topik penelitian dan di titik beratkan pada isi tujuan deskripsi, prediksi dan penjelasan sistematis. (Cannell dan Kahn, 1986 ; 527-528). Wawancara tersebut dilakukan dengan instruktur Fitness. Wawancara dilakukan untuk mendapatkan data mengenai latihan kebugaran yang tersedia.

Untuk mendukung data deskriptif, peneliti melakukan dokumentasi. Dokumen disini berarti segala macam bentuk atau benda yang tertulis maupun tidak tertulis. Dokumen menjadi keterangan dalam memperoleh data yang digunakan untuk melengkapi data – data yang lainnya. Maksud menggunakan metode ini adalah agar dapat mendokumentasikan data dan objek – objek yang ada guna melengkapi data yang diperoleh melalui metode observasi dan wawancara dengan menggunakan alat kamera.

### B. Metode Pengolahan Data

*Programming* adalah suatu pendekatan sistem untuk mengumpulkan informasi terkait tujuan, rencana, prioritas, dan masalah. Kemudian dianalisis dan menginterpretasikan data yang diperoleh untuk diolah dan menjawab kebutuhan. Dalam hal ini permasalahan yang ada dalam perancangan ini adalah kenyamanan, visualisasi warna tempat kebugaran yang kurang sesuai bagi kesehatan pikiran dan tata pencahayaan yang monoton sehingga perancangan ini dianggap perlu untuk meningkatkan tingkat kenyamanan, kesehatan badan, dan kesehatan pikiran. Tujuan dari *programming* adalah mengkonsultasikan permasalahan berkaitan dengan desain interior tempat kebugaran tersebut. Untuk mencapai tujuan tersebut maka diperlukan tahapan sebagai berikut: menentukan

tujuan (seperti yang telah dikemukakan sebelumnya), pengumpulan data, *review* denah, hasil survei, dan analisa data yang diperoleh.

### C. Metode Analisis Data

Skematik Desain berisikan konsep & ide, dan *problem solving* yang telah ditemukan pada saat *programming*. Pada tahap ini, konsep, ide, dan *problem solving* tergambarkan dalam sketsa dan dikategorikan masih belum pasti. Namun dalam segi bentuk, warna, dan material sudah samar-samar dipakai untuk tahapan berikutnya.

### D. Pengembangan Desain

Pengembangan desain sudah memprediksikan semua besaran ruang, perabot dan karakter dari tiap ruangan (skema warna, bentuk, mebel, dll) yang ingin ditampilkan.

### E. Tahapan Gambar kerja

Pada tahap ini pengerjaan gambar telah memasuki tahap detail dan serius. Gambar kerja tak hanya interiornya saja namun juga termasuk mebel. Hal ini dikarenakan konstruksi interior berbeda dengan mebel, sehingga apabila ada yang tidak lengkap atau salah berdampak pada biaya yang dikeluarkan juga.

## II. TINJAUAN DATA

### 1. Dasar Teori

#### A. Refleksiologi

Refleksi ialah gerakan saraf/urat yang di luar sadar kita atau gerak saraf tanpa perintah. Misalnya urat-urat jantung, urat pernafasan, dan lain-lain. Tetapi refleksiologi oleh orang-orang Tiongkok kuno dapat diartikan sebagai sarana penyembuhan. Ini berbekal pengalaman di zaman para pendekar/jawara dahulu, bila telah selesai bertarung, pijat selalu dipakai untuk penyembuhan atau mengobati penyakit. Di Asia, telah ditemukan catatan bahwa akupresur sudah digunakan sebagai terapi kesehatan sejak tahun 5000 SM. Referensi hieroglif untuk refleksiologi kaki ditemukan di Mesir Kuno. Penduduk asli Amerika telah mengetahui hubungan antara kaki dan bagian tubuh lain selama berabad-abad.

#### B. Fitness Center

Definisi dari kata "fitnes" itu sendiri adalah "kebugaran" atau kalau boleh lebih berani dielaborasi, fitnes juga berarti "lebih dari sekedar sehat". Dan gaya hidup fitnes pada dasarnya adalah gaya hidup yang melibatkan kegiatan ataupun aktivitas yang membuat orang menjadi lebih bugar.

Olah tubuh dalam fitness terbagi menjadi beberapa jenis latihan yang memiliki kegunaan masing-masing, yaitu latihan beban dan latihan kardio.

Latihan beban menggunakan beban sebagai alat bantu untuk meningkatkan kontraksi otot dapat termasuk dalam latihan beban. Otot yang menerima beban akan mengalami tekanan hingga mencapai titik kelelahan tertentu.

Ada pula latihan untuk menyehatkan jantung, yaitu latihan *cardio* yaitu latihan jantung. Latihan ini lebih untuk meningkatkan detak jantung tanpa penggunaan beban. Pada

umumnya, latihan ini digunakan untuk menurunkan berat badan ataupun sekedar menjaga kesehatan. Jenis latihan kardio sangat bervariasi mulai dari jogging, renang, bersepeda hingga aerobik.(www.wikipedia.org)

## 2. Perancangan Fasilitas Informasi

### A. Refleksiologi

Area Refleksiologi merupakan sebuah tempat relaksasi kesehatan dan perawatan kecantikan tubuh manusia. Atas dasar tersebut perlu diperhatikan tema yang benar-benar dapat membawa refleksiologi sesuai dengan fungsinya yaitu tempat relaksasi dan perawatan agar pengunjung merasa rileks dan fresh berada dalam tempat tersebut. Kegiatan/aktifitas yang dilakukan dalam refleksi membangkitkan psikologis dan psikis pada pengunjung dengan suasana ruang yang tenang dan segar sehingga diangkatlah suasana modern natural untuk memberi suasana yang berbeda dalam sebuah bangunan yang berdiri di perkotaan besar seperti Surabaya. Suasana modern natural sendiri memberi suasana yang berbeda karena terintegrasi dengan alam pada sebuah bangunan yang berdiri di kota besar seperti Surabaya. Mengaplikasikan unsur-unsur alam dan elemen estetis dalam arsitektur maupun interior spa serta jauh dari polusi yang saat ini sering dijumpai dalam perkotaan besar. Kegiatan/aktifitas yang dilakukan dalam refleksi sangat rawan dengan rasa bosan dan jenuh, untuk itu diperlukan sesuatu yang bernilai suasana yang fresh dan tenang yang dapat memberikan pengunjung merasa rileks dan fresh. Atas dasar tersebut dihadirkanlah sebuah suasana yang fresh dalam sebuah spa yang dapat menjadi area perawatan kecantikan wanita dengan suasana modern natural. Diharapkan dengan kehadiran suasana yang fresh dan tenang tersebut dapat menjadi daya tarik pengunjung spa serta dapat meningkatkan minat kesehatan dan kecantikan pada tubuh.

### B. Fitness Center

Area Fitness center berbeda dengan area refleksiologi dan spa, area ini sangat berbanding terbalik pada area refleksiologi yang tenang dan rileks, justru pada area ini para pengguna diajak untuk lebih semangat dan pada ruang fitness biasanya didesain agar para pengguna lebih dapat terpacu dan termotivasi untuk melakukan olahraga. Dari sisi permainan warna untuk ruang fitness menggunakan warna-warna yang terang yang dapat memicu aliran darah sehingga para pengguna terangsang dan semangat untuk melakukan olahraga. Dari sisi akustik ruang Fitness membutuhkan akustik yang sedikit ramai, karena dengan nyanyian atau lagu yang berirama cepat dapat meningkatkan semangat untuk berolahraga.

Desain Interior Fitness Centre ini sangat berbeda dengan desain interior kantor yang mempunyai banyak ruang atau sekat tetapi untuk desain interior fitness centre sangat sedikit sekat atau ruang dan hanya banyak ruang lapang seperti arena fitness dan desain interior fitness sekat atau ruang hanya ada di Reception, Toilet, Ruang ganti pakaian.

### C. Fasilitas Pendukung Lain

Fasilitas Customer service terbagi menjadi 3 yaitu area lobby, area Receptionis dan area Tunggu.area ini sebagai tempat utama, yang dilalui pertama kali oleh pengunjung dan

menjadi tempat bagi pengelola dan karyawan yang bekerja untuk mengurus segala kegiatan di tempat tersebut, sementara untuk fungsi khusus, lobi menjadi salah satu ruang yang biasa digunakan sebagai salah satu ruang penyambut pengunjung dan sebagai tempat memperoleh segala informasi dan melayani segala macam keperluan pengunjung. Area receptionis area yang berfungsi sebagai tempat informasi pengunjung.

Fasilitas pendukung lain yang menunjang dalam perancangan healthy refleksiologi and fitness center dapat ditambahkan area cafe, pada area ini menjual makanan-makanan sehat yang dibutuhkan oleh pengguna tempat ini namun untuk pengunjung lain dapat juga menikmati fasilitas ini. toko peralatan olahraga, toko ini menjual peralatan-peralatan olahraga sehingga para pengguna tidak kesusahan untuk mencari peralatan-peralatan olahraga yang dibutuhkan.

## 3. Tinjauan

### A. Elemen

Elemen pembentuk ruang adalah struktur wadah ruang kegiatan diidentifikasi sebagai lantai, dinding, dan langit-langit/ Plafond yang menjadi satu kesatuan struktur dalam sehari-hari. Elemen pembentuk ruang terdiri dari :

#### -Lantai

Pengertian lantai adalah bagian dasar sebuah ruang, yang memiliki peran penting untuk memperkuat eksistensi obyek yang berada di dalam ruang. Fungsi lantai secara umum adalah: menunjang aktivitas dalam ruang dan membentuk karakter ruang.

Berhubung karakter setiap ruangan berbeda maka beragam pula desain lantainya. Syarat bahan lantai di antaranya adalah: aman, awet,kuat, tahan lembab, mudah dibersihkan dan menyerap panas. Material penutup lantai yang bersifat hangat adalah: karpet, parket, gabus, karet, sedangkan material bersifat dingin adalah: marmer, keramik, granit .Pada beberapa ruang harus dipasang lantai yang bahannya bertekstur kasar, seperti: kamar mandi, teras dan garasi.

Ukuran material lantai, khususnya marmer, granit, keramik, dan teraso (tegel), akan berpengaruh pada kesan ruang. Jika ruang berukuran kecil atau sempit (ruang tidur, kamar mandi), ukuran bahan pilih yang kecil-kecil pula untuk memberi kesan luas pada ruangan. Sementara untuk ruangan berukuran luas (ruang tamu, ruang keluarga), bahan berukuran besar akan membantu menyeimbangkan kesan luas ruang.

#### - Dinding

Dalam pengertian umum, dinding adalah bagian dari bangunan yang berfungsi sebagai pemisah antara ruangan luar dengan ruangan dalam, melindungi terhadap intrusi dan cuaca, penyokong atap dan sebagai pembatas ruang satu dengan ruangan lainnya, berfungsi pula sebagai penahan cahaya panas dari matahari, menahan tiupan angin dari luar, dan untuk menghindari gangguan binatang liar.

#### - Plafon

Plafon adalah bagian konstruksi merupakan lapis pembatas antara rangka bangunan dengan rangka atapnya,

sehingga bisa sebagai atau dapat dikatakan tinggi bangunan dibawah rangka atapnya.

#### - Pencahayaan

Pencahayaan merupakan salah satu faktor untuk mendapatkan keadaan lingkungan yang aman dan nyaman dan berkaitan erat dengan produktivitas manusia. Pencahayaan yang baik memungkinkan orang dapat melihat objek-objek yang dikerjakannya secara jelas dan cepat.

#### - Organisasi Ruang

Organisasi ruang terbagi berdasarkan pola sirkulasi. Sirkulasi dibagi menjadi tiga yaitu sirkulasi pengunjung, pengelola dan karyawan. Adapun beberapa jenis organisasi ruang penggunaannya tergantung pada tuntutan program dari bangunan tersebut, dengan memperhatikan faktor-faktor pengelompokan fungsi ruang, kebutuhan pencapaian, pencahayaan dan arah pandangan. Beberapa jenis organisasi ruang yang penggunaannya tergantung pada tuntutan program dari bangunan tersebut dengan memperhatikan faktor-faktor yang meliputi pengelompokan fungsi ruang, hirarki ruang, kebutuhan pencapaian antar ruang, pencahayaan dan arah pandang.

#### - Zoning

Zoning diartikan sebagai penetapan daerah berdasarkan atas Tiga kelompok utama yaitu *publik area*, *semi area*, *privat area*. Area dibagi menurut kebutuhan ruang dan karakteristik tiap-tiap ruang karena tiap daerah berbeda antara yang satu dengan yang lain.

#### - Sirkulasi

Sirkulasi atau organisasi ruang yang ditentukan berdasarkan tuntutan program bangunan, dengan memperhatikan pengelompokan fungsi, hierarki ruang, kebutuhan pencapaian, pencahayaan, dan arah pandang.

#### - Ruang

Ruang gerak disesuaikan dengan aktivitas rutin yang terjadi dan penataan fasilitas harus membentuk keharmonisan dengan tuntutan ruang yang sesuai dan indah. Masih menurut Wilkening, penataan ruang harus dapat menampung segala pekerjaan dan fleksibel dalam perubahan.

#### - Penghawaan

Pada dasarnya penghawaan dibagi menjadi 2, yakni penghawaan alami dan buatan. Penghawaan alami merupakan penghawaan yang penting untuk menyediakan udara segar dan menggantikan udara pengap yang ada di dalam ruangan.

Di masa lalu, jendela yang terbuka dan mungin pintu yang terbuka juga dapat memenuhi kebutuhan seluruh ruang dalam. Di zaman modern, penghangat ruang dan pendingin ruangan (AC) dapat menyediakan udara yang sejuk dan sirkulasi udara dalam ruang. Kurangnya penghawaan alami dapat menjadi sumber permasalahan bangunan.

#### - Akustik

Akustik adalah sistem suara. Suara adalah tekanan yang dihasilkan ketika seseorang berbicara. Arsitektural akustik yang baik dimulai dengan zoning dan isolasi, diikuti oleh insulasi dan absorpsi. Proses perencanaan akustik dimulai dengan analisis awal perencanaan ruang. Tetapi banyak konflik akustik tidak bisa diselesaikan dengan perencanaan ruang, fungsi area, dan kedekatan keterkaitan lalu lintas sering mengisyaratkan untuk mengabaikan konflik akustik, atau bahkan pengelompokan ruang kantor, kamar periksa medis, atau ruang rapat. (Karlen, 74)

#### - Sistem Utilitas dan Sanitari

Sistem saluran air yang dikenal adalah sistem penyediaan air bersih dan sistem pembuangan kotoran yang terdapat pada sebagian besar rumah tinggal dan gedung. Sistem saluran air didefinisikan sebagai ilmu pemasangan pipa dan pemasangan saniter atau instalasi *plumbing*. Fungsi instalasi plumbing adalah untuk menyediakan air bersih pada tempat-tempat yang dikehendaki dengan tekanan yang cukup. Hal ini dilakukan oleh instalasi pipa air bersih. Fungsi selanjutnya adalah untuk menyalurkan air bekas pakai (air kotor) dari peralatan saniter ke tempat yang ditentukan agar tidak mencemari bagian-bagian penting gedung atau lingkungannya. Hal ini dilakukan oleh instalasi pipa air kotor. (Karlen, 64).

#### - Psikologi Warna terhadap Ruang

Pada umumnya, warna terbagi menjadi tiga yaitu warna hangat (*warm colors*), warna dingin (*cool colors*), warna netral (*neutral color*).

##### - Warna hangat (*warm colors*)

Makna dari warna hangat ini sebenarnya didasarkan pada dampak yang terlihat dari makna hangat itu sendiri.

##### - Warna dingin (*cool colors*)

Warna yang termasuk warna dingin adalah hijau dan biru. Warna-warna dingin ini memiliki efek tenang dan relax. Warna dingin ini biasanya juga memiliki efek untuk menurunkan temperatur.

##### - Warna netral (*neutral color*)

Warna hitam, putih, abu-abu, dan warna lain yang berdekatan dengan warna ini termasuk dalam warna netral. Jika digunakan dalam luas yang berlebih maka akan menimbulkan kesan yang membosankan(monoton).

#### - Ergonomi

Ergonomi adalah ilmu yang mempelajari perilaku manusia dalam kaitannya dengan pekerjaan mereka. Sasaran penelitian ergonomi ialah manusia pada saat bekerja dalam lingkungan. Ergonomi berasal dari kata: *ergon* dan *nomos*. *Ergon* berarti kerja, *nomos* berarti aturan atau hukum. Dengan demikian ergonomi diartikan sebagai aturan dalam bekerja. Menurut definisi tadi prinsip dasar dalam ergonomi ialah menyesuaikan manusia dengan pekerjaannya (Astika dan Nyoman Adiputra, par.1).

III DESKRIPSI LOKASI

1. Data Fisik dan Tapak Bangunan Perancangan

A. Batasan Wilayah Perancangan

Lokasi Healthy Refleksiologi and Fitness center tapak yang dipilih ialah kebun anggur yang terletak di tukad pule, Sanggahlangit, kecamatan gerokgak, kabupaten singaraja, Bali dan beberapa rumah penduduk, dengan luas lahan 2,24 ha.

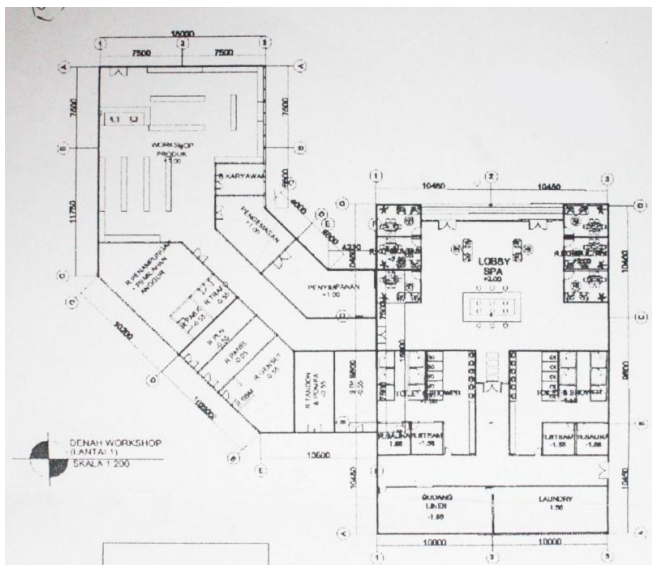
- Utara : Laut Bali
- Selatan : perkebunan Anggur
- Barat : Pemukiman Penduduk
- Timur : Pemukiman Penduduk

B. Data Tapak Dalam Perencanaan

Area yang dipakai adalah lantai 1 pusat kebugaran dan kecantikan di pakuwon indah Lantai 1 Surabaya. memiliki total 1400 m2 dan tinggi plafon 5,5 meter.

Batas-batas ruang yang akan dipakai antara lain:

- Utara : Fitness Center
- Barat : lapangan olahraga
- Selatan : Spa Refleksiologi
- Timur : toko dan café



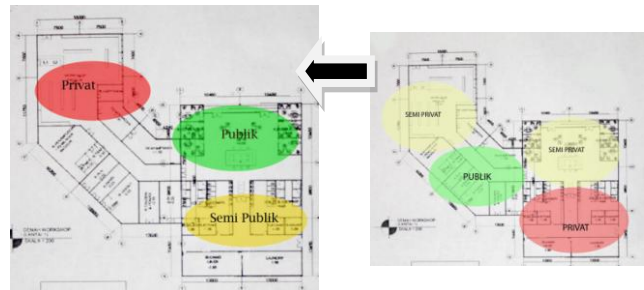
2. Data Non Fisik

A. Data Narasumber

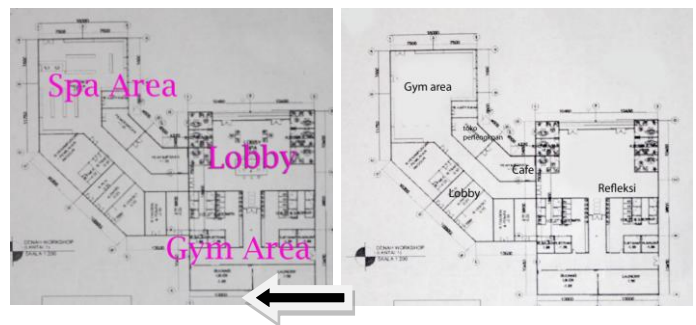
Narasumber yang menjadi sumber data non fisik adalah Bapak Budiman Muliono seorang personal trainer dan pemilik tempat fitness center di kawasan daerah selatan Surabaya menurutnya membuka bisnis tempat pijat dan kebugaran di area barat merupakan ide yang baik hal ini disebabkan tempat tersebut berada dikawasan elite. Hal dangat tepat dengan gaya hidup mereka yang ingin mendapatkan badan yang sehat serta perawatan kebugaraan tubuh. hal yang patut untuk di pertimbangkan di kawasan tersebut masih belum memiliki tempat refleksiologi yang besar sehingga start awal untuk membuka tempat tersebut sangat baik.

IV PROGRAM PERANCANGAN

1.Zoning Grouping



- Area Publik berada dipintu utama
  - Area publik berdekatan dengan area semi publik
  - Area Privat berada jauh
- Area publik memisahkan area privat dan area semi privat



- Area lobby berada di pintu utama area ini cukup baik karena area gym dengan area pijat terpisah jauh sehingga akustik dapat diatur dengan baik
- Area lobby memisahkan area gym area dengan area pijat refleksi sehingga ruang terpecah menjadi dua

2. Analisa Data Lapangan

A. Analisa Data Tampak Luar

a. Analisa Style Bangunan

Desain dari Healthy Refleksiologi and Fitness center bertipe modern style. Bangunan ini terinspirasi dari budaya bali, seperti pantai dan daerah perkebunan. Daetah tersebut merupakan daya tarik bagi kebanyakan turis dan warga Indonesia.

b. Analisa Lokasi Site Plan

Healthy Refleksiologi and Fitness center terletak di kebun anggur tukad pule, Sanggahlangit, kecamatan gerokgak, kabupaten singaraja, Bali.

c. Orientasi Bangunan

Orientasi bangunan yang akan dialihfungsikan menjadi Healthy Refleksiologi and Fitness center adalah bagian lantai 1 (satu) spa anggur sehingga tidak akan merepotkan pengunjung.

B. Analisa Data Tapak Dalam

Data lapangan yang digunakan adalah spa anggur. Berikut in beberapa analisa elemen interior antara lain:

a. Dinding

Dinding terbuat dari bata beton, dan finishing cat putih.

- Literatur: Dinding menjadi identitas suatu ruang dari rangkaian elemen interior. Dinding menjadi elemen interior yang paling banyak dilihat pengunjung. (Grimley, 2007: 154-155)

(+) Sudah cukup mampu meredam suara sehingga fungsi tempat fitness bisa tercapai.

(-) Masih kurang tempat untuk memasang dekorasi bagi peserta dan penyewa salah satu ruang fitness.

- Kesimpulan: Secara keseluruhan, di bagian dinding sudah berfungsi dengan baik namun bagi fungsional pengguna masih kurang fasilitasnya.



Gambar 6.10 bahan material dinding

#### b. Plafon

Plafon spa anggur terinspirasi dari tarian Bali. Bagian ini, berbahan dari gypsum putih.

(+) Ada variasi bentuk plafon dari biasanya yang polos dan rata. Plafon di spa anggur menarik dan kreatif.

(+) Letak plafon yang tinggi akan memperbaiki sirkulasi udara.

- Kesimpulan: plafon spa anggur menarik, tidak monoton, dan ketinggian plafon yang bagus bagi sirkulasi udara.

#### c. Lantai

Lantai di spa anggur, berbahan karet buatan. Di lantai ini memiliki beberapa saluran listrik.

- Literatur:

Menurut Reznikoff dalam bukunya "*General Requirements for Accessible Interior*", peraturan standarisasi untuk lantai yang memiliki intensitas pemakaian yang tinggi, harus memenuhi persyaratan kesehatan, keselamatan dan konstruksi serta dapat meredam pantulan cahaya dan juga estetika, karena lantai juga bagian dari elemen ruang. (206)

(+) Bagi tempat fitness cukup baik menggunakan karet buatan karena meminimalkan kerusakan yang diakibatkan benturan barbel.

(-) Susah dibersihkan.

- Kesimpulan: Sebaiknya dalam pemilihan bahan lantai disesuaikan dengan aktifitas dan kebersihan ruangan tersebut. Hal ini diperlukan untuk meminimalkan kerusakan berupa rusaknya lantai akibat benturan keras dengan lantai dan kemudahan dalam membersihkan lantai.



Gambar 6.11. bahan material lantai

#### d. Elemen dekoratif

Spa anggur memiliki dekoratif yang sedikit karena memang tidak dipasang.

#### e. Pencahayaan

Buatan (lampu downlight) diletakkan setiap +/- 1,5-2 meter dan diletakkan secara selang-seling.

- Literatur : Pencahayaan bisa menciptakan sebuah suasana ruang yang mengundang pengunjung untuk masuk dan sesuai dengan kapasitas yang dibutuhkan. (Frey,90-92)

(+) Jumlah lampu cukup dan mampu menyinari ruang secara merata dan tidak gelap.

(-) Jumlah pencahayaan alami kurang sehingga berkesan gelap apabila siang dan lampu tidak dinyalakan.

- Kesimpulan: Pencahayaan buatannya sudah cukup baik, namun yang kurang hanya pencahayaan alami saja.

#### f. Penghawaan

Berdampingan dengan lampu, ada AC central yang diatur oleh panel utama.

- Literatur: Penghawaan dalam tempat fitness harus bisa menghilangkan bau-bau yang tidak diinginkan. Dalam tempat tersebut biasanya dipakai system centrifugal lurus ke bawah sehingga bisa langsung menyebar ke seluruh ruangan. (Mitsubishi,7)

(+) Penghawaan buatan berupa AC sudah cukup memenuhi seluruh ruang sehingga tidak panas.

(-) Penghawaan alami kurang sekali, tidak ada jendela disekeliling tempat spa.

- Kesimpulan: Sistem penghawaan di spa anggur sudah cukup baik, kekurangannya hanya pada kebutuhan penghawaan alami saja.

#### g. keamanan dan Sistem Proteksi Kebakaran

Spa anggur memiliki 4 buah cctv sedangkan proteksi dipakai sprinkler, dan 6 buah smoke detector. Keduanya berada di plafond an dipasang berbeda posisi, untuk smoke detector dipasang di tengah ruangan sedangkan sprinkler lebih menyebar diseluruh ruang.

- Literatur: Menurut *Taylor Fire and Security. Inc.* dalam system kebakaran, alarm kebakaran dan detector lainnya sekarang memiliki fungsi yang cukup baik, sudah mampu bereaksi terhadap asap atau api kecil, sehingga akan bereaksi sendiri dan tak perlu bantuan tenaga manusia. Tapi untuk menghindarinya, saat masuk ke sebuah ruang hendaknya petugas teknisi atau keamanan

memeriksa apakah ada yang membawa barang-barang yang bisa menimbulkan api. (3-6)

(+) Keamanan dan system kebakaran di spa anggur sudah tertata rapi dan baik. Jumlah sprinkler sudah menjangkau seluruh ruangan.

(-) Jumlah cctv masih kurang menjangkau seluruh ruangan yang ada di spa anggur.

- Kesimpulan: Pada spa anggur, system keamanan dan proteksi kebakaran sudah cukup baik dan peletakannya sudah menjangkau seluruh ruang di sana.

**h. Akustik**

Pada spa anggur terdapat panel-panel spons berfinishing kain katun merah dan orange yang membantu menekan kebisingan sehingga suara dari luar tidak bisa masuk ke dalam, begitupula sebaliknya. Panel ini juga dipasang pada partisi.

- Literatur: Akustik dalam sebuah ruang sebaiknya bisa memantulkan(resonansi) yang menuju ke peserta. Pantulan suara ada yang memantul ke panggung, plafon, dinding dan direct sound ke peserta langsung. (Gade-Mortesen, 9)

(+) Bahan yang dipakai cukup baik untuk menyerap suara agar tidak terdengar keluar, dan hasilnya maksimal.

(-) Area tempat bahan akustik dirasa agak tanggung, namun juga itu faktor desain juga, apabila dipasang di seluruh ruang juga menjadi monoton .

- Kesimpulan: Pemasangan dan pemilihan bahan akustik sudah cukup baik, secara fungsi sudah mampu menyerap kebisingan dari luar dan dalam dengan baik.

**i. Mekanikal Elektrikal**

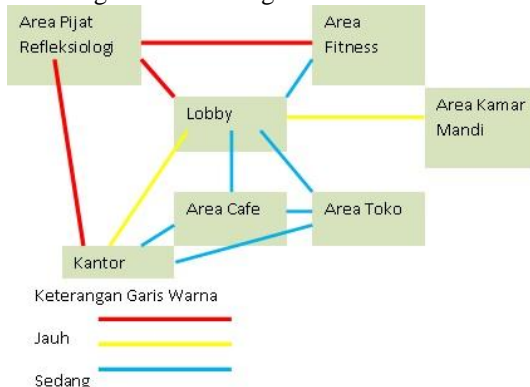
Panel pengatur hidup-mati semua lampu, ac, dan alat mekanikal lain berada dalam satu box panel. Stop kontak ada 9 buah.

(+) Sistem darurat ME di spa anggur ini sudah cukup tanggap terhadap kemungkinan mati listrik.

(-) Jumlah stop kontaknya kurang banyak sehingga kadang banyak yang beresbut.

- Kesimpulan: Memperbanyak saluran mekanikal elektrikal namun juga aman.

**C. Pola Hubungan Antar Ruang**



**Analisis:**

Ada beberapa ruang yang memerlukan system akustik seperti area fitness, area aerobic membutuhkan akustik yang tinggi. Sedangkan area spa, dan refleksi membutuhkan akustik yang tenang.

**D. Analisis Karakteristik Ruang**

Nama Ruang	Karakteristik Ruang									
	Sifat Ruang	Pencahayaan		Pengaruhannya		Sistem proteksi Kebakaran			Keamanan	
		Alami	Buatan	Alami	Buatan	AP	SP	SD	cctv	Kunci
Lobi	Publik	X	v	X	v	v	v	v	v	X
Toko	Publik	X	v	X	v	v	v	v	v	X
Peralatan olahraga	Area Publik	v	v	v	v	v	v	v	v	X
Area Fitness	Semi publik	X	v	X	v	v	v	v	v	X
Area Aerobik	Publik	X	v	X	v	v	v	v	v	X
Area Cafe	Publik	X	v	X	v	v	v	v	v	X
Area Kamar Mandi	Privat	X	v	X	v	v	v	v	X	X
Area Pijat Refleksi (indoor)	Privat	X	v	X	v	v	v	v	X	X
Area Pijat Refleksi (outdoor)	Privat	v	v	v	X	v	v	v	X	X
Kantor	Privat	X	v	X	v	v	v	v	v	v

Kesimpulan: Karakteristik tiap ruang pada Healthy Refleksiologi and Fitness center memiliki perbedaan yang membutuhkan pencahayaan yang tinggi dan ada yang tidak. Yang paling terlihat disini adalah system akustik yang dibutuhkan berbeda, terutama di area yang membutuhkan ketenangan yang tinggi.

**E. Problem, Needs and Solutions**

- **Problems:**
  - Kebutuhan ruang yang sudah lebih kecil daripada luas bangunan sehingga semua ruang sudah bisa di desain.
  - Tidak ada toilet yang *existing*.
- **Needs:**
  - Pengolahan ruang agar bisa memenuhi kebutuhan yang telah ada dalam programming.
  - Toilet yang dibutuhkan dalam ruangan yang memiliki luas lebih dari 1000m<sup>2</sup>.
- **Solutions:**
  - Pengolahan elemen interior yang akan dibuat, mengarahkan pengunjung dan fungsional.
  - Toilet yang dibutuhkan dibuat dalam jumlah yang agak banyak dan diletakkan agak dibelakang lokasi perancangan agar memudahkan saluran sanitasi, selain itu dibuat dengan standar universal agar semua golongan pengunjung bisa masuk.

V. KONSEP PERANCANGAN



1. Konsep Pemikiran

Latar belakang pemilihan konsep berawal dari kurangnya minat masyarakat terhadap kesehatan di masyarakat terutama kaum muda Indonesia dengan gaya hidup yang kurang sehat. Sekilas tentang Healthy Refleksiologi and Fitness Center, didirikan di daerah Bali merupakan daerah yang potensial karena Bali merupakan tempat wisata yang terkenal, dan juga banyak masyarakat dalam dan asing yang membutuhkan tempat refleksi dan spa.

2. Tema Perancangan

Melihat dari latar belakang konsep Refleksiologi dan fitness dan Bali maka tema yang diambil untuk perancangan ini adalah *Paradise of Bali*. Kata *paradise* dalam bahasa Indonesia berarti surga. Melalui tema ini diharapkan banyak masyarakat yang mengenal tentang dunia kesehatan. Melalui tema ini pengunjung merasa rileks, dapat merefleksikan kembali pikiran yang penat dan menyegarkan kembali badan-badan yang lelah setelah beraktivitas, Kata *bali* merupakan kota yang berada di wilayah Indonesia yang sangat terkenal dengan pemandangan yang indah serta budaya yang sangat banyak. Kedua tema ini merupakan unsur utama dalam pembuatan Healthy Refleksiologi and Fitness Center. Untuk melengkapi desain ini, maka ditambahkan gaya desain yakni modern dengan dengan permainan corak Bali yang digunakan dalam perancangan ini.

3. Aplikasi Perancangan

Aplikasi perancangan dijabarkan untuk menjawab rumusan masalah yang telah dijelaskan sebelumnya yakni menekankan pada sisi Kebugaran,refleksiologi dan mampu memberikan tempat bagi masyarakat serta turis asing untuk hidup sehat.

a. Aplikasi Organisasi Ruang

Penataan ruang dalam perancangan ini merupakan aplikasi dari konsep *paradise bali*. Konsep *paradise* diartikan suatu tempat yang nyaman dan menyenangkan, serta konsep Bali yang diaplikasikan melalui bentuk penari bali dan aksesoris khas Bali.

DENAH LAYOUT



LAYOUT  
SKALA 1:200

b. Aplikasi Main Entrance

*Main entrance* pada bagian perancangan ini dibuat menyerupai gerbang pintu masuk bangunan budaya khas Bali. Pemilihan bentuk ini didasarkan pada tempat keagamaan untuk pemilihan warna digunakan permainan warna hitam putih yang merupakan ciri khas warna kain asal Bali. Dari sini konsep Bali yaitu merupakan sentuhan ornament Bali yang dikemas secara modern melalui *main entrance* ini. Namun pada tahap pengembangannya tampak *main entrance* diubah menjadi dinding yang terbuat dari susunan batu bata merah yang merupakan bangunan khas Bali serta permainan penumpukan kayu yang menyerupai candi.



c. Aplikasi Fasilitas Informasi

Fasilitas Informasi disini menjadi satu dengan ruang tunggu dan area ini merupakan akses satu-satunya untuk pengunjung masuk menuju ke area fitness center dan pusat refleksi, area ini juga merupakan pusat pelayanan informasi pengunjung serta merupakan area receptionist yang digunakan untuk membantu pengunjung untuk melakukan kegiatan transaksi, pada area ini digunakan unsur permainan elemen dekoratif khas Bali.





d. Aplikasi Fasilitas Fitness center dan aerobik

Pada area ini menggunakan unsur warna terang permainan warna kuning dan merah yang sangat biasanya dipakai oleh penari bali dan juga di tambahkan unsur dekoratif .untuk material dinding digunakan warna netral putih ke abuan yang menggunakan penggunaan batu alam



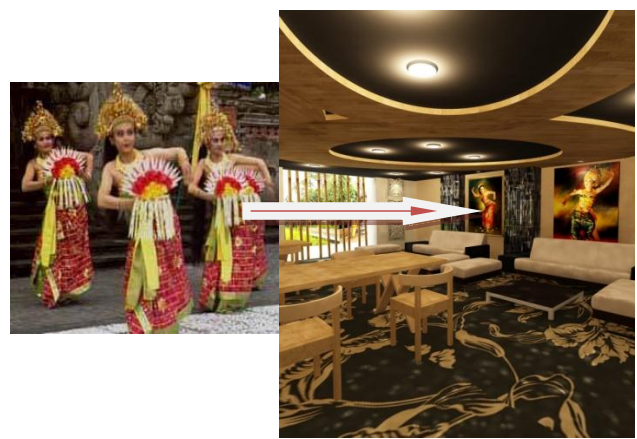
e. Aplikasi Spa Dan Refleksiologi

Pada area ini dibagi menjadi dua bagian yaitu area spa pada indoor dan area spa pada daerah outdoor pada area outdoor dari ide konsep pura yang berada dibali di pakai pada gazebo



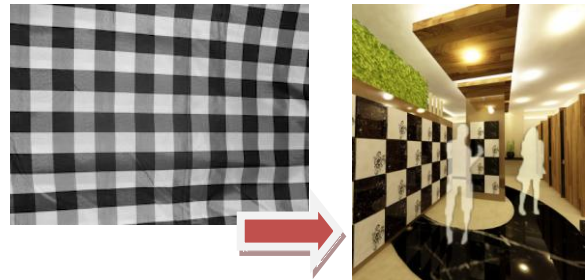
f. Aplikasi Area Cafe Dan Toko

Cafe merupakan area public yang semua orang dapat masuk ke daerah ini bukan hanya pagi membership tetapi pengunjung pun dapat menikmati fasilitas ini sehingga pengunjung pun bisa membeli makanan walaupun ia tidak bertujuan untuk fitness maupun spa pada area ini menggunakan warna warna yang natural , permainan Lampu menggunakan warna kuning karena warna kuning dapat membangkitkan napsu makan seseorang.



g. Aplikasi Toilet

Area ini merupakan area penting area ini digunakan untuk para pengunjung mandi setelah berolahraga , penggunaan material harus tahan akan air karena area ini selalu basah. Untuk lemari loker menggunakan bahan kayu dan finishing hpl.



h. Aplikasi toko peralatan olahraga

Pada area menggunakan penerangan yang terang karena pada area ini sebagai tempat untuk mendisplay barang agar barang dapat terlihat menarik untuk dijual ,digunakan permainan kain khas bali hitam putih pada area ini



VI. KESIMPULAN

Perancangan Healthy Refleksiologi and Fitness Center ini memiliki rumusan masalah yakni ingin memberikan interior yang nyaman dan rileks serta mampu membuat para pengunjung dapat melepas penat dan stress.

## DAFTAR PUSTAKA

- Pile, John F. *Color in Interior Design*. United States of America: The McGraw-Hill Companies, Inc. 1997.
- Smithsonian Institution. *Exhibition Standard*. Washington DC: Smithsonian Institution. 2002
- Malman, David and Libris Design. *Lighting Libraries Revised Edition*. United States of America: Libris Design Project. 2005
- Keeling, Libby. *Physical Activity: If You're Moving, It'll Be Easier to Leave Bad Health Habits Behind*. 2006
- National Women's Health Information Center. *Physical Activity (Exercise)*. U.S. 2005
- Department of Health and Human Services, Office on Women WHO *Health and Development through Physical Activity and Sport*. Geneva, Switzerland: The WHO Document Production Services. 2003
- Erfina, Athanasius, Elfira, Raka dan Sastia. *Rumah Tropis Ramah Lingkungan*. Seminar mahasiswa bimbingan Dr. Ir. Eddy Prianto dan Ir. Hendro Trilisty, Jurusan Arsitektur Undip, Semarang. 2009
- Santoso, Singgih, dan Fandy Tjiptono. *Buku Latihan SPSS: statistik non parametric*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo. 2001
- Staff, Zumtobel. *The Lighting Handbook*. Austria: Zumtobel. 2004.