

# Fasilitas Spa dan Yoga di Ungasan

Eilena Angelica Sendjaja dan Ir. Bisatya W. Maer, M.T.  
 Program Studi Arsitektur, Universitas Kristen Petra  
 Jl. Siwalankerto 121-131, Surabaya  
 eilenaangelica95@gmail.com; mbm@petra.ac.id



Gambar.1. Perspektif keseluruhan bangunan Fasilitas Spa dan Yoga di Ungasan.

## ABSTRAK

Fasilitas Spa dan Yoga di Ungasan, Kuta Selatan, Bali merupakan fasilitas yang khusus untuk Spa dan Yoga, bukan hanya sebagai tempat penunjang seperti pada hotel dan Resort di Bali pada umumnya. Pulau Bali sangat terkenal akan keindahan alam dan keunikan budayanya, hal ini menjadi salah satu daya tarik bagi wisatawan untuk berkunjung dan menjadikan pulau Bali sebagai salah satu tempat rekreasi terbesar di Indonesia. Fasilitas Spa dan Yoga di Ungasan, Kuta Selatan, Bali akan menjadi salah satu fasilitas khusus untuk Spa dan Yoga dengan ruang yang proporsional untuk fasilitas Spa dan Yoga. Fasilitas ini akan dilengkapi fasilitas publik, yaitu *swimming pool*, *food court*, *Playground*, *restaurant*, *food stalls*, dan *Gym*. Pendekatan Vernakular digunakan untuk mengekspresikan ciri khas dari Pulau Bali yang merepresentasikan budayanya dan menjadi dasar bentuk pada desain Fasilitas Spa dan Yoga di Ungasan, Kuta Selatan, Bali. Suasana interior bangunan juga mengekspresikan karakter ruang yang proporsional untuk *treatment* Spa melalui pendalaman karakter ruang sehingga pengunjung dapat merasakan ruang yang relaksasi untuk Spa dan Yoga.

Kata Kunci: Spa, Yoga, Bungalow, Vernakular Kontemporer, Ungasan, Bali.

## PENDAHULUAN

### Latar Belakang

**B**ANYAKNYA Fasilitas Spa dan Yoga di Ungasan, Bali yang merupakan fasilitas penunjang pada Hotel, Resort, Villa. Keadaan tersebut membuat Fasilitas Spa dan Yoga tidak memiliki ruangan yang proporsional dan kurang menarik untuk dikunjungi. Sebagian wisatawan dan turis mancanegara menikmati Spa hanya di tempat penginapan yang mewah, seperti Hotel Bintang lima, Resort, dan Villa, dimana mereka menjual Spa namun hanya sebagai penunjang atau pelengkap pada penginapan tersebut, bukan sebagai fasilitas utama untuk relaksasi Spa dan Yoga.

Walaupun banyak terdapat sebuah tempat usaha spa, banyak spa tersebut yang tidak memiliki kriteria sebagai spa yang memadai. Seperti tidak lengkapnya fasilitas, terganggunya klien yang satu dengan yang lain karena kebutuhan ruang tidak memadai, juga karena kerja karyawan yang menjadi tidak optimal karena kurangnya fasilitas atau tidak baiknya sirkulasi pada ruangan. Hal ini tentu menjadi masalah karena akan menyebabkan ketidakpuasan klien dan mereka akan berfikir dua kali untuk kembali ke tempat Spa tersebut.



Gambar 1. 1. Keunikan budaya, kekayaan alam, dan wisatawan Pulau Bali.  
Sumber: studyabroad.sit.edu

Daya tarik Pulau Bali tidak hanya dari budaya, keindahan, dan kekayaan alamnya saja. Namun relaksasi Spa dan Olahraga Yoga juga mampu menarik perhatian wisatawan local dan wisatawan asing ke Pulau Bali. Ungasan merupakan salah satu kawasan yang sedang naik daun untuk mengembangkan pariwisatanya. Beberapa resort di Ungasan juga menyediakan fasilitas Spa dan Yoga, namun untuk menikmati fasilitas tersebut, para wisatawan harus menginap terlebih dahulu di resort tersebut. Hal itu tentu saja memberatkan calon pengunjung yang tidak memiliki kepentingan untuk menginap di resort tersebut. Di Ungasan sendiri belum ada fasilitas khusus Spa dan Yoga bagi para wisatawan umum.

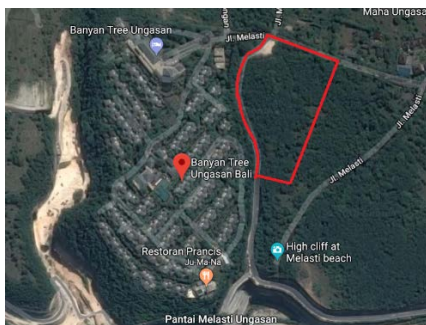
**Rumusan Masalah**

Rumusan masalah yang diangkat dalam desain proyek ini adalah bagaimana merancang sebuah fasilitas untuk Spa dan Yoga dengan View yang maksimal, sehingga pengunjung juga *relax* saat menikmati *treatment* Spa dan Yoga.

**Tujuan Perancangan**

Tujuan perancangan proyek ini adalah merancang fasilitas Spa dan Yoga secara khusus dan memiliki proporsi ruang yang proporsional dan memiliki view yang maksimal, sehingga pengunjung bisa menikmati *treatment* dengan baik.

**Data dan Lokasi Tapak**



Gambar 1. 2. Lokasi tapak

Lokasi tapak terletak di Ungasan, Kec. Kuta Selatan, Bali, dan merupakan lahan kosong. Tapak berada dekat dengan The Bayan Tree Villa , Karma Kandara Resort dan *Beachclub, Sunday's Beachclub*, dan Pantai Melasti. Merupakan daerah pariwisata dengan fasilitas umum (toko, restoran, hotel, dll) yang mengelilingi tapak, membuat tapak ramai dikunjungi wisatawan.



Gambar 1. 3. Lokasi tapak eksisting.

Data Tapak	
Nama jalan	: Jl. Melasti I
Status lahan	: Tanah kosong
Luas lahan	: 1,8 ha
Tata guna lahan	: Pariwisata
Garis sepadan sungai (GSS)	: 10 meter
Garis sepadan bangunan (GSB)	: 7.5 meter
Koefisien dasar bangunan (KDB)	: 60%
Koefisien dasar hijau (KDH)	: 30%
Koefisien luas bangunan (KLB)	: 3
Tinggi Bangunan	: 15 meter
(Sumber: Bappeda Badung)	

**DESAIN BANGUNAN**

**Program dan Luas Ruang**

Pada area kultural terdapat pavilion dengan beberapa fasilitas, diantaranya:

- Lobby
- Ruang utilitas
- Ruang Staff
- Ruang Spa standart
  - Single* = 240m<sup>2</sup> dengan kapasitas 8 ruang
  - Couple* = 240m<sup>2</sup> dengan kapasitas 8 ruang
  - Family* = 240m<sup>2</sup> dengan kapasitas 4 ruang
- Gym dan Food Court
- *Play Ground* dan Food Stall
- *Swimming Pool*
- Sauna dan Jacuzzi
- Bungalow Spa VIP
  - Single* = 380m<sup>2</sup> dengan kapsitas 9 Bungalow
  - Couple* = 739m<sup>2</sup> dengan kapasitas 8 Bungalow
  - Family* = 306m<sup>2</sup> dengan kapasitas 2 Bungalow
- Space Yoga pada setiap Bungalow
- Ruang Yoga pada bangunan gabungan.

Terdapat pula fasilitas publik sebagai pelengkap, yaitu: cafe dan restoran, salon, slaon kuku, dan lounge sebagai pelengkap fasilitas Spa dan Yoga.



Gambar 2. 1. Perspektif eksterior

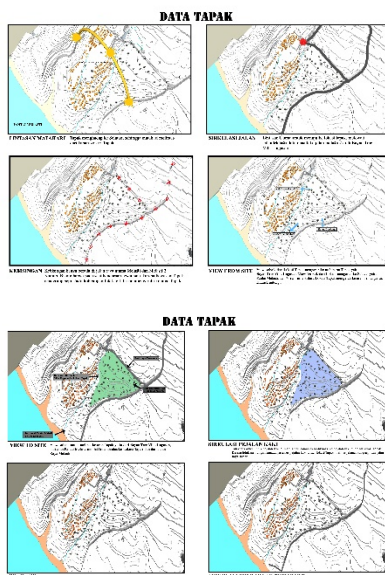
Fasilitas pengelola dan servis meliputi: *head office*, ruang staff, ruang meeting, kantin karyawan, dan musholla.

Sedangkan pada area *outdoor* terdapat swimming pool, *food stalls*, *Playground*, dan beberapa plaza yang menghubungkan area Bungalow Spa.

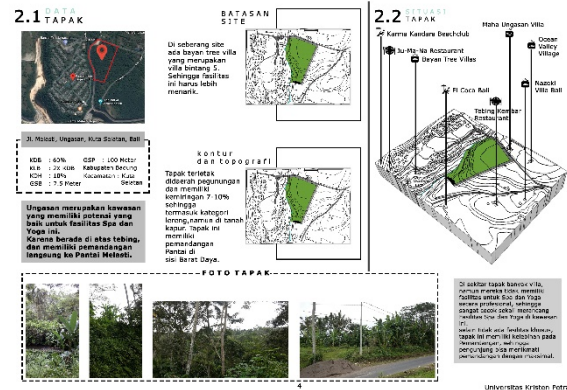


Gambar 2. 2. Perspektif suasana Kolam Renang

**Analisa Tapak dan Zoning**



Gambar 2. 3. Data Tapak



Gambar 2.4. Situasi disekitar Tapak

Bangunan Lobby, Staff, Service, Penunjang, dan Spa Standart menghadap ke selatan. Bungalow bangunan utama yang dibagi menjadi 3 bagian menghadap ke Barat Daya karena pada barat daya, mempunyai view yang maksimal.

Pembagian zoning pada tapak dimulai dengan membagi tapak menjadi 4 , yaitu: Lobby disisi tengah, Service dan Staff di area kanan, dan Spa Standart di area Kiri, di Bagian bawah yaitu, bangunan utama dengan Fungsi Spa dan Yoga.

**Konsep dan Pendekatan Desain**

Konsep penataan massa bangunan pada tapak ada dua point, yaitu :

1. Respect For Site

Berusaha mempertahankan pemandangan dan lingkungan sekitar. Dengan meminimalkan Cut and fill, sehingga menjaga lingkungan.

2. Respect For User

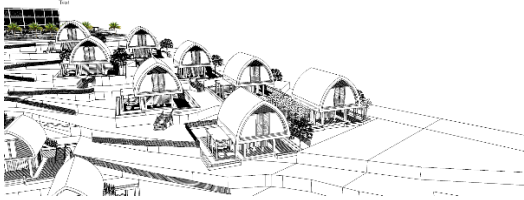


Gambar 2.5. Konsep tatanan massa

Mengarahkan user untuk melihat ke arah luar tapak agar tidak jenuh dan menikmati suasana Spa dan Yoga.

Orientasi pada bangunan, mengarahkan pada view terbaik, yaitu pantai melasti. Bangunan di Putar 45 derajat supaya view yang dapat dilihat dan dirasakan semakin maksimal. Bangunan di Putar 45 derajat juga dikarenakan pasai orientasi Gunung Agung dan Pantai.

dikarenakan pusat orientasi Gunung Agung dan Pantai Melasti.



Gambar 2. 6. Perspektif eksterior Bird eye View VIP Couple.

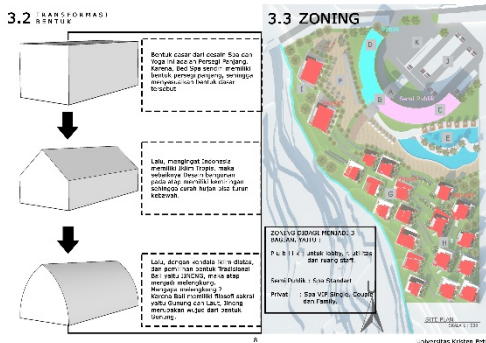
**Pendekatan Perancangan**

Berdasarkan masalah desain, pendekatan perancangan yang digunakan adalah pendekatan Vernakular, Vernakular yang dipilih adalah Vernakular Kontemporer, yaitu mempertahankan Bentuk bangunan dengan memilih material modern sebagai bahan perancangannya.

Bentuk bangunan mengambil bentuk tradisional Bali, yaitu Jineng. Karena, Jineng mempunyai filosofi yang bagus dan sacral untuk masyarakat Bali. Bentuk Jineng diambil dari Bentuk Gunung Agung yang melengkung, sehingga bisa menjadi symbol kesakral an. Di Pulau Bali, Gunung Agung dan Laut menjadi Orientasi Utama untuk masyarakat lokal Bali, biasanya mereka memakai orientasi tersebut untuk Orientasi Utama rumah tinggal, merajan atau tempat beribadah umat Hindu.

Pemilihan material juga dipertimbangan dengan material yang modern sehingga mudah dicari dan mempunyai *maintenance* yang mudah, sehingga tidak memerlukan pemeliharaan yang sulit dan ekonomis.

Material yang dipakai menggunakan konstruksi beton, memakai lantai kayu. Atap Spa VIP memakai kombinasi baja IWF dengan kaca laminasi.



Gambar 2. 7. Transformasi Bentuk

Zoning pada Fasilitas ini dibagi menjadi 4 bagian, yaitu : Publik, Semi Privat, Service dan Privat. Bisa dilihat pada gambar 2.7 bagian kanan bangunan dengan warna hijau menunjukkan area publik dengan adanya fasilitas penunjang, ruang staff, dan ruang utilitas, area servis terletak pada lantai 1 yaitu utilitas, namun pada lantai 2 dan 3 adalah area publik . Bangunan dengan warna merah muda masuk zona semi privat karena dipakai untuk Spa Standart dan Salon, sehingga pengunjung bisa masuk ke area tersebut. Sedangkan Zona warna merah adalah Zona privat, sehingga privasi setiap bangunan maksimal,

tidak sembarang pengunjung boleh ke arah Bungalow tanpa ada arahan dari staff Spa dan Yoga.

**Perancangan Tapak dan Bangunan**



Gambar 2. 8. Site plan



Gambar 2.9. Tampak keseluruhan

Bentuk massa *main entrance* juga bersifat mengundang dan berfungsi sebagai massa penangkap, karena bentuknya yang melengkung kedalam, sehingga mengundang untuk dikunjungi. Akses kendaraan bermotor terletak pada jalan utama, yaitu Jl. Melasti, masuk ke bangunan utama melalui pintu masuk dari atas. Sirkulasi parker mobil dan motor pun dipisah, sehingga sirkulasi tidak ada yang bertabrakan.

Fasilitas ini dapat menikmati pemandangan ke 1 arah, yaitu Barat daya, karena pemandangan terbaik Pantai Melasti ada di arah Barat daya. Material yang digunakan pada eksterior adalah material yang menampilkan kesan modern, yaitu atap tegola dan kombinasi kaca pada atap bangunan dan jajaran kolom untuk kesan arsitektur Bali.

**Denah dan Penataan Ruang**

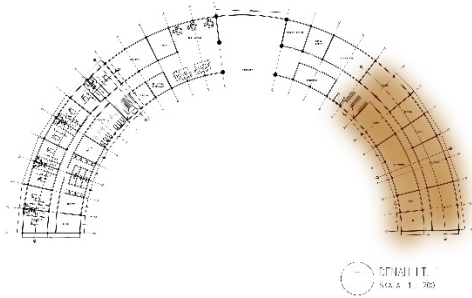
**Lobby**

Area Lobby ada di tengah bangunan, sehingga pengunjung yang datang langsung bisa masuk dan diarahkan pada tujuan yang pengunjung inginkan. Di area lobby terdapat fasilitas penunjang, seperti ATM

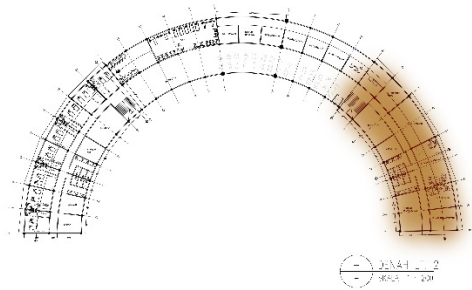
center, *Tourism centre*, supermarket, apotek, *Souvenir shop*, dan Lounge.

• **Staff dan Service**

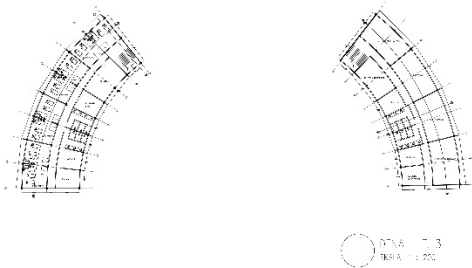
Area Staff dan Service terletak di sisi kanan bangunan. Area Service terletak di lantai 1 sedangkan Area Staff terletak di lantai 2 dan 3.



Gambar 2.10. Denah Lobby lantai 1 Staff dan Service



Gambar 2.11. Denah Staff dan Service lantai 2

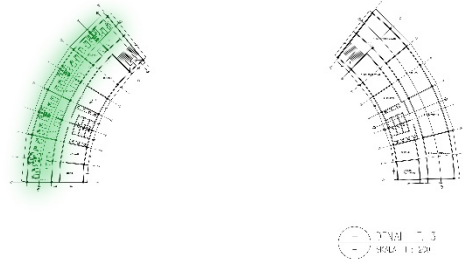


Gambar 2.12. Denah Staff dan Service lantai 3

• **Spa Standart**

Tempat Spa Standart berada di sisi kiri bangunan. Spa Standart sendiri di bagi menjadi 3 bagian, yaitu Single, Couple, dan Family. Spa Standart Single terletak di lantai 1, SpaStandart Couple di lantai 2, dan Spa Standart Family terletak di lantai 3. Spa Standart dilengkapi dengan kamar mandi dalam dan *Bath up* namun ruangan cenderung kecil, namun tetap nyaman bagi pengunjung yang akan melakukan *treatmen* relaksasi tubuh. Jika ingin menggunakan fasilitas Jacuzzi dan sauna, para pengunjung bisa memakai tempat Jacuzzi dan sauna secara umum, karena konsep dari Spa standart merupakan ruangan Spa

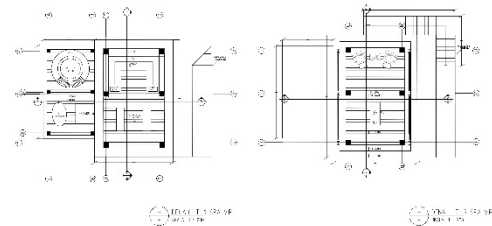
yang ekonomis sehingga memakai fasilitas secara bersamaan.



Gambar 2.13. Denah Spa Standart

• **Spa VIP Single**

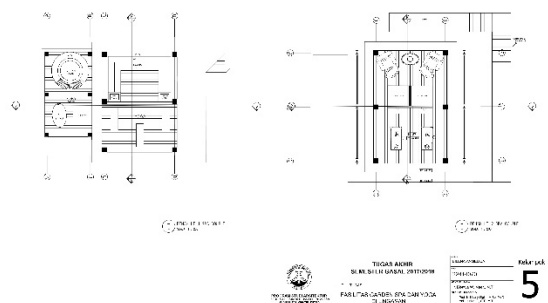
Spa VIP Single terletak di tengah-tengah site, dan memiliki 9 unit untuk bisa dinikmati pengunjung. Yang paling utama, Setiap *Bungalow Spa*, memiliki *Sauna* dan *Jacuzzi* sehingga pengunjung bisa menikmatinya tanpa harus *Share* dengan orang lain. Dalam 1 *Bungalow* juga terdapat *Space* untuk *Yoga*.



Gambar 2.14. Denah Lantai 1 dan 2 Spa VIP Single

• **Spa VIP Couple**

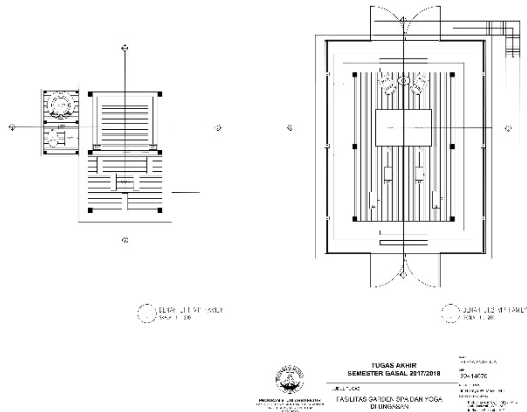
Spa VIP Couple terletak disisi kanan pada Tapak. Memiliki 8 unit *Bungalow* yang bisa dinikmati pengunjung. Setiap *Bungalow* memiliki 2 *Bed Spa* sehingga bisa digunakan untuk 2 orang, memiliki 2 ruang ganti, dan memiliki fasilitas ruang *sauna*, tempat *Bilas* dan *Jacuzzi* yan bisa dinikmati oleh pasangan suami istri.



Gambar 2.15. Denah Lantai 1 dan 2 Spa VIP Couple

• **Spa VIP Family**

Spa VIP Family terletak pada sisi kiri pada Tapak. Memiliki 2 Unit Bungalow yang bisa dinikmati pengunjung. Setiap Bungalow Memiliki 4 Bed Spa sehingga bisa digunakan untuk 4 orang, memiliki 2 ruang ganti dan sofa untuk *mennicure* dan *pedicure* di lantai 2, memiliki fasilitas ruang sauna, tempat bilas dan Jacuzzi, dan *space* untuk Yoga pada lantai 1.



Gambar 2.16. Denah lantai 1 dan 2 Spa VIP Family

**Pendalaman Desain**

Pendalaman yang dipilih adalah karakter ruang, untuk mengekspresikan kenyamanan pengunjung dengan pilihan material yang dipilih.

**Ruang Spa VIP**

Sesuai dengan masalah desain yang ada, masalah utama pada Fasilitas ini adalah bagaimana menjaga privasi setiap pengunjung, sehingga setiap pengunjung dapat menikmati proses relaksasi Spa dan Yoga tanpa terlihat atau terganggu oleh orang lain.

Sesuai dengan masalah tersebut, Ruang Spa terletak di lantai 2, sehingga setiap pengunjung dapat menikmati *treatment* spa dengan menikmati *view* yang indah, yaitu laut pantai melasti. Lantai 2 memakai material lantai parkit kayu yang memiliki kesan hangat dan kesat, sehingga setiap pengunjung yang baru datang, atau sehabis mandi tidak terpeleset. Material dinding menjadi satu dengan plafond, plafond memakai laminated wood sehingga terkesan hangat dan nyaman, dan mendapatkan kesan tradisional didalam ruangan. Semua aktifitas pada lantai dua dimulai dari belakang, sehingga pintu utama setiap Bungalow ada di belakang. Pintu juga memakai kusen alumunium dan memakai kaca 1 arah, sehingga pengunjung bisa melihat keluar, namun dari luar tidak bisa melihat ke dalam.



INDONESIA KEMENTERIAN AGRI



INDONESIA KEMENTERIAN AGRI



Gambar 2.17. Perspektif Interior Spa dan Yoga



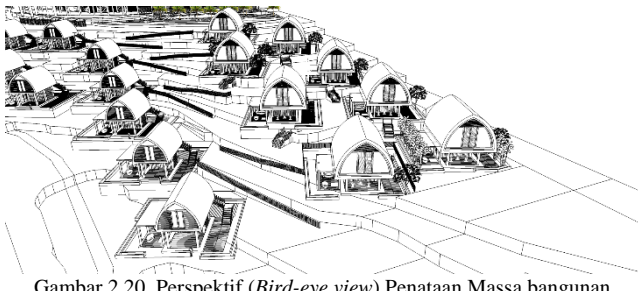
Gambar 2.18. Tampak Bungalow VIP Spa Single



Gambar 2.17. Tampak Bungalow VIP Spa Couple



Gambar 2.19. Tampak Bangalow VIP Spa Family



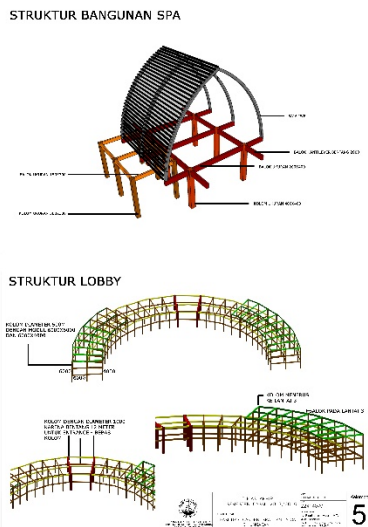
Gambar 2.20. Perspektif (Bird-eye view) Penataan Massa bangunan

**Sistem Struktur**

Sistem struktur pada area publik menggunakan sistem struktur sederhana karena skala bangunan yang besar menggunakan kolom balok, sehingga sistem struktur yang spesifik tidak dibutuhkan. Sistem struktur rangka ini menggunakan konstruksi beton.

Pada konstruksi beton, modul kolom yang digunakan adalah 3 – 6 meter, dengan dimensi balok bervariasi (1/10 – 1/12 bentang) antara 25cm – 40cm.

Pada konstruksi khusus Spa VIP, modul kolom yang digunakan adalah 3 meter, dengan dimensi kolom 30x30 dengan bentang 3 meter. Pada atap, memakai struktur baja IWF 200 dan memakai tutupan atap tegola.

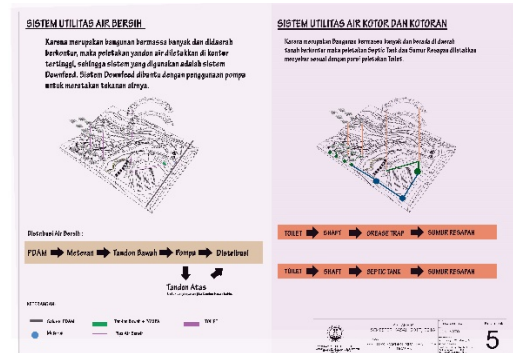


Gambar 2.21. Sistem struktur rangka konstruksi beton bangunan Spa dan Lobby.

**Sistem Utilitas**

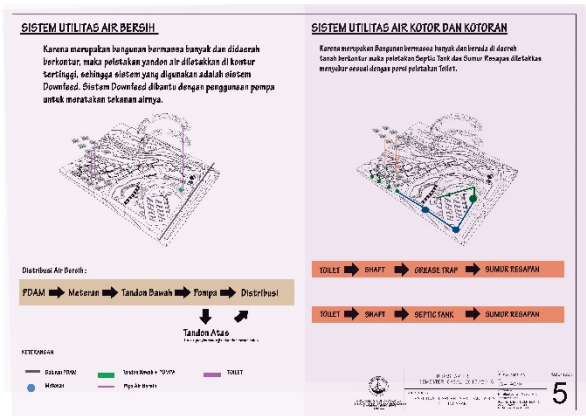
1. Sistem Utilitas Air Bersih dan Kotor

Sistem utilitas air bersih menggunakan sistem *downfeed* dengan dua jalur. Jalurnya, dari PDAM dibawa ke meteran lalu disalurkan ke tandon bawah,,dari tandon bawah membawa air ke tandon atas untuk distribusi ke Bangunan utama Spa VIP yang memiliki massa banyak. Sistem ini membutuhkan dua tandon bawah dan dua tandon atas, dikarenakan memiliki bangunan yang banyak,sehingga air yang dibutuhkan juga banyak, maka dari itu diperlukan dua tandon bawah dan dua tandon atas.



Gambar 2.22. Isometri utilitas air bersih dan air kotor

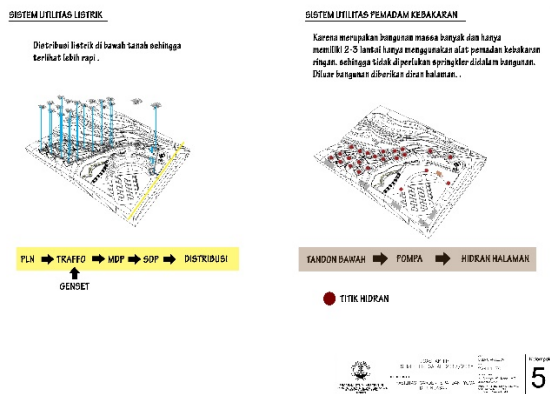
Sedangkan sistem utilitas air kotor menggunakan sistem *Grease Trap* dengan beberapa titik dan *septic tank*. *Septic tank* diletakkan didekat bangunan, karena bangunan massa banyak, maka setiap 2 bangunan Spa VIP menjadi satu Septictank dan sumur resapan berada didekat peletakan *Septic Tank* dan *Grease Trap*.



Gambar 2. 23. Isometri utilitas kotoran

2. Sistem Listrik dan Pemadam Kebakaran

Distribusi listrik menggunakan gardu PLN karena besarnya kebutuhan listrik yang kemudian didistribusikan melalui trafo, genset, MDP, dan SDP pada tiap massa.



Gambar 2. 24. Isometri sistem utilitas listrik dan pemadam kebakaran

## KESIMPULAN

Perancangan Fasilitas Spa dan Yoga di Ungasan, Kuta Selatan, Bali diharapkan membawa dampak positif bagi perkembangan sektor pariwisata pulau Bali dan negara Indonesia, dengan banyaknya wisatawan mancanegara dan domestik yang berkunjung. Perancangan ini telah menjawab permasalahan perancangan, yaitu merancang sebuah fasilitas khusus untuk Spa dan Yoga dengan memaksimalkan view setiap bangunan dengan tetap menciptakan ketenangan sehingga privasi setiap pengunjung yang datang akan terjaga, dengan desain yang tetap memikirkan lingkungan. Dengan penyelesaian masalah yang sudah diatasi, view sudah maksimal dengan penataan massa yang bergeser sehingga setiap pengunjung memiliki view maksimal. Secara sirkulasi setiap pengunjung masuk dari depan Bungalow dan naik ke lantai dua melalui bagian belakang. Untuk masalah privasi, Setiap Bungalow memakai kaca satu arah sehingga privasi setiap pengunjung sudah cukup terjaga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Nikita. (2012, april 24). *Aramsa : The Garden Spa* . Retrieved January 3, 2018, from Wisata Singapura : <https://www.wisatasingapura.web.id/2012/04/24/aramsa-the-garden-spa/>
- Badung, B. K. (1988, agustus 6). *Peraturan daerah Kabupaten Badung* . Retrieved January 8, 2018, from badungkab: [http://jdih.badungkab.go.id/uploads/PERDA\\_6\\_1988.pdf](http://jdih.badungkab.go.id/uploads/PERDA_6_1988.pdf)
- Sirih, S. (n.d.). *Dinas Kebudayaan Pemerintah Provinsi Bali*. Retrieved from disbudbalprov: <http://www.disbud.baliprov.go.id/files/subdomain/disbud/file/Download%20perda/perda%20no%2016%20tahun%202009%20tentang%20Rencana%20tata%20ruang%20wilayah.pdf>
- Dewi, N. K. (2016, June 3). *Regulasi Spa dan Peranan Asosiasi Spa*. Retrieved from balispawellnessassociation: <http://www.disbud.baliprov.go.id/files/subdomain/disbud/file/Download%20perda/perda%20no%2016%20tahun%202009%20tentang%20Rencana%20tata%20ruang%20wilayah.pdf>
- Sinta Binary, L. (2012, January 6). *Desain Interior Perawatan Spa dengan Konsep Garden Spa*. Retrieved January 15, 2018, from digilbits: <http://www.disbud.baliprov.go.id/files/subdomain/disbud/file/Download%20perda/perda%20no%2016%20tahun%202009%20tentang%20Rencana%20tata%20ruang%20wilayah.pdf>
- wikipedia. (2016, June 29). *arsitektur vernakular*. Retrieved January 15, 2018, from wikipedia: [https://id.wikipedia.org/wiki/Arsitektur\\_vernakular](https://id.wikipedia.org/wiki/Arsitektur_vernakular)
- Sahroni, A. (2012, March 19). *Arsitektur Vernakular Indonesia*. Retrieved January 9, 2018, from iaaipusatwordpress: <https://www.arsitag.com/article/apa-itu-arsitektur-vernakular>
- sahroni, a. (2012, March 19). *Arsitektur Vernakular Indonesia* . Retrieved January 9, 2018, from iaaipusatwordpress: <https://iaaipusat.wordpress.com/2012/03/19/arsitektur-vernakular-indonesia-peran-fungsi-dan-pelestarian-di-dalam-masyarakat/>
- Pratomo, N. (2017, april 16). *Arsitektur Vernakular* . Retrieved January 8, 2018, from kalimantanbisnis: <http://kalimantan.bisnis.com/read/20170416/458/645402/arsitektur-vernakular-cuan-seni-bangunan>
- Ajuzwiranata. (2015, mei 9). *Arsitektur Rumah Tradisional Indonesia*. Retrieved January 9, 2018, from ajuzwiranatawordpress: <https://ajuzwiranata.wordpress.com/2015/05/09/arsitektur-rumah-tradisional-indonesia/>
- Wedastri, W. S. (2012, October 10). *Tentang Spa*. Retrieved January 9, 2018, from sihuskywordpress: <https://sihusky.wordpress.com/about/>
- Vayanthi, A. D. (2012, September 10). *Pengertian Spa*. Retrieved January 9, 2018, from carikspawordpress: <https://carikspa.wordpress.com/2012/10/27/pengertian-spa/>
- admin. (2016, January 24). *Pengertian Spa dan manfaat*. Retrieved January 9, 2018, from ihccenter: <http://ihccenter.com/pengertian-spa-dan-manfaat>
- Venania. (2016, March 3). *Apa yang dimaksud Perawatan Spa ?* Retrieved January 9, 2018, from venaniawebly: <https://venania.weebly.com/blog/apa-yang-dimaksud-dengan-perawatan-spa>
- Binus, L. (2011, February 2). *Bab 1 Pendahuluan*. Retrieved January 9, 2018, from librarybinus: <https://www.librarybinus.ac.id/2011/02/02/bab-1-pendahuluan/>
- Depikpikbull. (2012, September 25). *Macam-macam Jenis Spa*. Retrieved January 9, 2018, from pikbullbeautywordpress: <https://pikbullbeauty.wordpress.com/2012/09/25/hello-world/>
- Handayani, S. (2012, September 2). *Jenis-jenis Spa*. Retrieved January 9, 2018, from maunbeautywordpress: <https://maunbeauty.wordpress.com/jenis-jenis-spa/>
- Handayani, R. (2012, October 25). *Jenis-jenis Spa*. Retrieved January 9, 2018, from cantikitumenawanwordpress: <https://cantikitumenawan.wordpress.com/2012/10/25/jenis-jenis-spa/>
- Theykpoerbeauty. (2012, October 19). *Macam-macam Spa*. Retrieved January 9, 2018, from theykpoerbeautywordpress: <https://theykpoerbeauty.wordpress.com/2012/10/19/macam-macam-spa/>
- Roman. (2016, September 20). *Pengertian dan Sejarah Yoga Serta Manfaat senam Yoga*. Retrieved January 9, 2018, from melangsingkantubuh: <http://melangsingkantubuh.info/pengertian-dan-sejarah-yoga-serta-manfaat-senam-yoga>
- Girindra, P. (2015, August 25). *Pengertian Yoga*. Retrieved January 9, 2018, from prabhagibblogspot: <https://prabhagib.blogspot.co.id/2016/06/yoga-menurut-agama-hindu-artikel-lengkap.html>
- al-Hafizh, M. (2012, October 12). *Pengertian Yoga*. Retrieved January 9, 2018, from referensimakalah: <http://www.referensimakalah.com/2013/01/pengertian-yoga.html>
- Putra, A. (2016, February 17). *Pengertian Yoga*. Retrieved January 9, 2018, from kaskus: <https://www.kaskus.co.id/thread/56d583f7c1cb1772248b4574/pengertian-yoga/>
- Made, P. N. (2017, January 23). *Yoga menurut Agama Hindu*. Retrieved January 9, 2018, from madepadmawati.blogspot: <https://madepadmawati.blogspot.co.id/2016/12/yoga-menurut-agama-hindu.html>
- Shangkala. (2009, October 7). *Pengertian Yoga*. Retrieved January 9, 2018, from artshangkala: <https://artshangkala.wordpress.com/2009/10/07/pengertian-yoga/>