

**PERANCANGAN PUSAT KEBUGARAN DAN RELAKSASI SPA  
KHUSUS WANITA DI BANDA ACEH**

**(Pendekatan Modern Tropis)**

**TUGAS AKHIR**

**Diajukan Oleh :**

**FITRIANA**

**NIM. 170701047**

**Mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi  
Program Studi Arsitektur**



**FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY  
DARUSSALAM – BANDA ACEH  
2022/ 2023**

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR

PERANCANGAN PUSAT KEBUGARAN DAN RELAKSASI WANITA DI  
BANDA ACEH  
(Pendekatan Modern tropis)

TUGAS AKHIR

Diajukan Kepada Fakultas Sains dan Teknologi  
Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh  
Sebagai Beban Studi Memperoleh Gelar Sarjana dalam Ilmu Arsitektur

Oleh

**FITRIANA**

**NIM. 170701047**

Mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi  
Program Studi Arsitektur

Disetujui Oleh:

Pembimbing I,

**Meutia, S.T., M.Sc**  
**NIDN. 2015058703**

Pembimbing II

**Qurratul Aini, S.T., M.T**  
**NIDN. 0121058402**

Mengetahui:

Ketua Program Studi Arsitektur

**Maysarah Binti Bakri, S.T., M.Arch**  
**NIDN. 2013078501**

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR  
PERANCANGAN PUSAT KEBUGARAN DAN RELAKSASI WANITA DI  
BANDA ACEH  
(Pendekatan Modern tropis)

TUGAS AKHIR

Telah diuji oleh Panitia Ujian Munaqasyah Tugas Akhir  
Fakultas Sains dan Teknologi UIN Ar-Raniry dan dinyatakan Lulus  
Serta diterima sebagai Salah Satu Beban Studi Program Sarjana (S-1)  
Dalam Ilmu Arsitektur

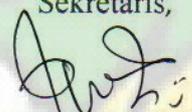
Pada Hari / Tanggal : Jumat, 23 Desember 2022  
29 Jumadil -Awal 1444 H

Panitia Ujian Munaqasyah Tugas Akhir

Ketua,

  
Meutia, S.T, M.Sc  
NIDN. 2015058703

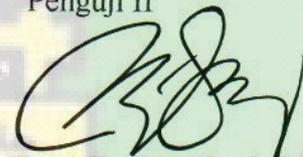
Sekretaris,

  
Qurratul Aini, S.T, M.T  
NIDN. 0121058402

Penguji I,

  
Ar.Donny Arief Sumarto, S.T,M.T,IAI  
NIDN. 1310048201

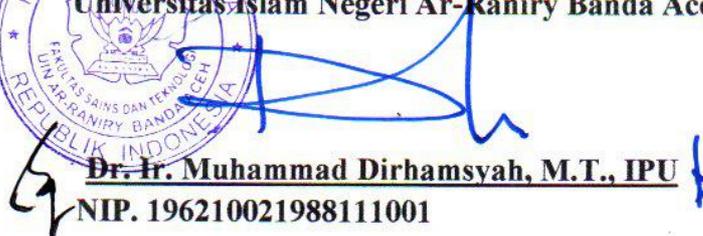
Penguji II

  
Nisa Putri Rachmadani, S.T,M.Ds  
NIDN. 0028129005

Mengetahui,

Dekan Fakultas Sains dan Teknologi  
Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh



  
Dr. Ir. Muhammad Dirhamsyah, M.T., IPU

NIP. 196210021988111001

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH / SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Fitriana  
NIM : 170701047  
Program Studi : Arsitektur  
Fakultas : Sains dan Teknologi  
Judul Skripsi : Perancangan Pusat Kebugaran dan Relaksasi Wanita di Banda Aceh

Dengan ini menyatakan bahwa dalam penulisan skripsi ini saya :

1. Tidak menggunakan ide orang lain tanpa mampu mengembangkan dan mempertanggung jawabkannya.
2. Tidak melakukan plagiasi terhadap naskah karya orang lain.
3. Tidak menggunakan karya orang lain tanpa menyebutkan sumber asli atau tanpa izin pemilik karya.
4. Tidak memanipulasi dan memalsukan data.
5. Mengerjakan sendiri karya ini dan mampu bertanggung jawab atas karya ini.

Bila dikemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan telah melalui pembuktian yang dapat dipertanggung jawabkan dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap dikenakan sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di fakultas Sains dan Teknologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

- Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tanpa paksaan dari pihak manapun.



Banda Aceh, 27 Desember 2022

Yang menyatakan

*Fitriana*  
**FITRIANA**

## ABSTRAK

Nama : Fitriana  
NIM : 170701047  
Program Studi : Arsitektur  
Fakultas : Sains dan teknologi  
Judul Skripsi : Perancangan Pusat Kebugaran dan Relaksasi Wanita Banda Aceh  
Tanggal Sidang : 23 Desember 2022  
Pembimbing 1 : Meutia, S.T.,M.Sc  
Pembimbing 2 : Qurratul Aini, S.T.,M.T  
Kata Kunci : *Pusat kebugaran, Relaksasi, Modern tropis, Nature integrity*

Pusat kebugaran dan relaksasi spa merupakan fasilitas untuk kebugaran tubuh dan juga kegiatan relaksasi yang dikhususkan bagi wanita. Dengan dikhususkan bagi wanita maka wanita bisa lebih bebas berolahraga atau melakukan kegiatan. Tujuan dari perancangan tersebut yaitu untuk menunjang kegiatan kebugaran dan relaksasi yang nyaman bagi wanita dengan menciptakan ruang dan fasilitas yang memadai dan mendukung. Dengan menggunakan pendekatan arsitektur modern tropis dengan mengangkat konsep Nature Integrity sebagai upaya untuk memberikan kenyamanan bagi pengguna dengan mewujudkan lingkungan yang baik. Memasukkan unsur-unsur alam kedalam bangunan untuk kenyamanan pengguna.

## KATA PENGANTAR



Puji beserta syukur kita panjatkan kepada kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan studio tugas akhir. Tidak lupa juga shalawat beserta salam kita sanjungkan kepada Nabi Muhammad SAW, yang mana telah membawa kita kepada alam jahiliyah kea lam yang penuh dengan ilmu pengetahuan. Penulis akhirnya dapat menyelesaikan laporan tugas akhir ini dengan judul **“Perancangan Pusat Kebugaran dan Relaksasi Wanita di Banda Aceh”** yang dilaksanakan untuk kelulusan tugas akhir pada program studi Arsitektur Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.

Keberhasilan dengan selesainya laporan studio tugas akhir ini tidak lepas dari dukungan, semangat dan bimbingan yang diberikan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya, diantaranya kepada :

1. Ayahanda Tercinta Takidin, ibunda tersayang Amryati, serta kepada kakak-kakak saya Nurul aulia dan Juniarti yang mana memberikan semangat serta doa dan motivasi selama penyusunan laporan studio tugas akhir ini.
2. Ibu Maysarah Binti Bakri, M.Arch selaku ketua program studi Arsitektur, Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry
3. Ibu Meutia,S.T, M.Sc selaku dosen pembimbing 1 (satu) dan Ibu Qurratul Aini, S.T, M.T selaku dosen pembimbing 2 (dua) yang telah meluangkan waktu dan juga tenaganya serta memberikan banyak ilmu yang bermanfaat dalam proses bimbingan sehingga dapat terselesaikan dengan baik.

4. Serta seluruh sahabat dan teman-teman tersayang yang telah membantu dan memberikan dukungan dan semangat untuk penulis dalam menyelesaikan laporan studio tugas akhir
5. Kepada yang ter spesial Muammar, terima kasih telah bersedia membantu saya dalam setiap progress dan memberi dukungan yang berarti. Terima kasih banyak.
6. Dan kepada semua pihak yang terlibat yang telah membantu dalam penyelesaian laporan seminar ini yang tidak mungkin saya sebutkan nama satu persatu, terima kasih dukungannya.

Penulis menyadari bahwasanya penyusunan laporan ini masih memiliki banyak kekurangan. Namun dengan adanya saran, petunjuk serta bimbingan dari dosen pembimbing serta dukungan dari teman-teman penulis dapat menyelesaikan laporan ini. Sebagai perbaikan untuk kedepannya penulis sangat mengharapkan kritik maupun saran yang bersifat membangun dari semua pihak.

Banda Aceh, 27 Desember 2022

Penulis,

Fitriana

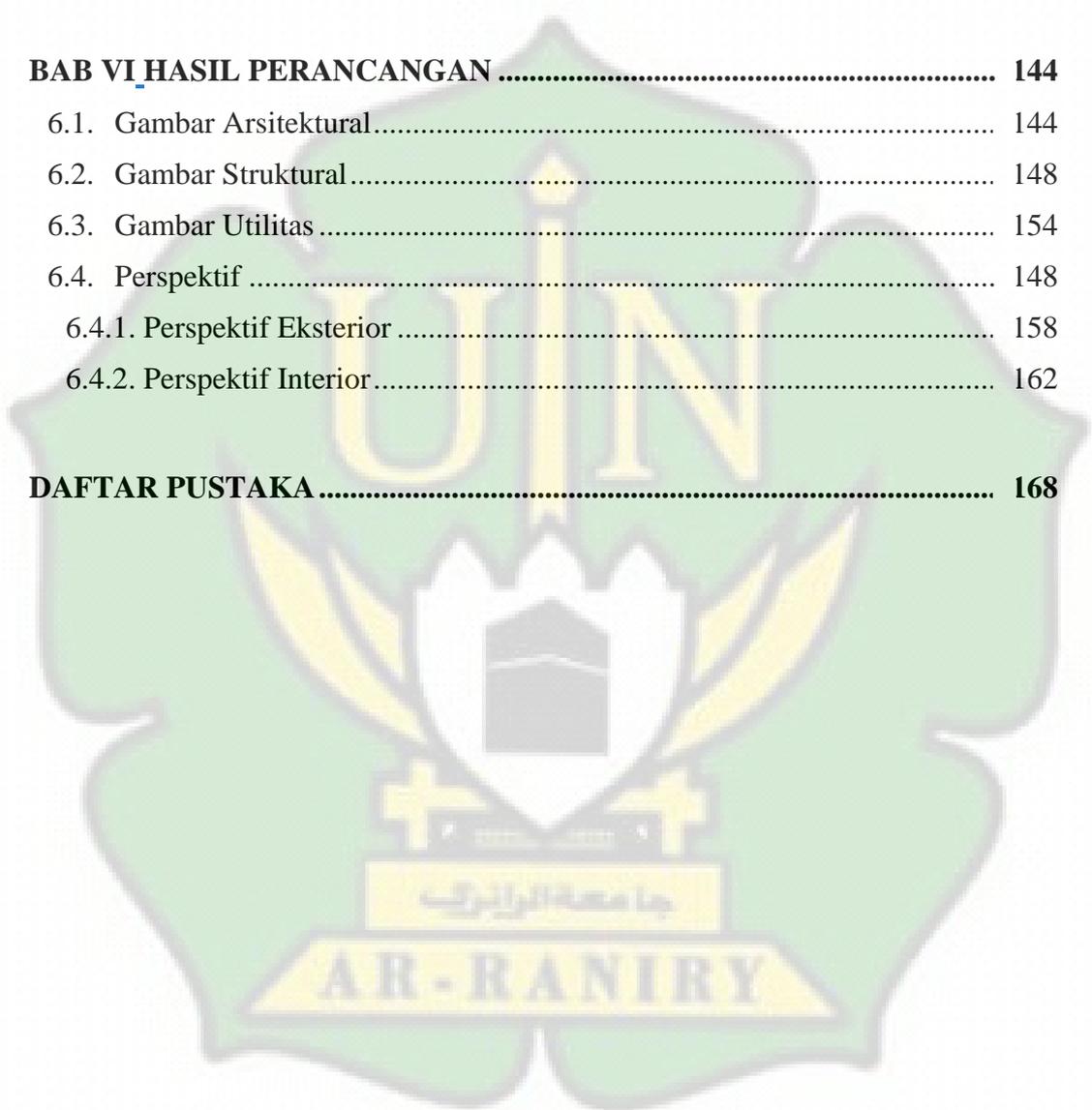
## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN TUGAS AKHIR .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH/SKRIPSI .....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
I.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Tujuan .....	4
1.3. Rumusan Masalah .....	5
1.4. Pendekatan .....	5
1.5. Batasan Perancangan.....	6
1.6. Kerangka Pikir .....	7
1.7. Sistematika Laporan.....	8
<b>BAB II DESKRIPSI OBJEK RANCANGAN .....</b>	<b>9</b>
2.1. Tinjauan Pusat Kebugaran Dan Relaksasi Spa .....	9
2.1.1. Definisi Pusat Kebugaran .....	9
2.1.2. Pengguna Pusat Kebugaran .....	10
2.1.3. Jenis Program Latihan Pusat Kebugaran .....	10
2.1.4. Aktivitas Umum Dan Latihan Kebugaran .....	29
2.1.5. Manfaat Latihan Kebugaran .....	33
2.1.6. Persyaratan Terhadap Rancangan Pusat Kebugaran .....	35
2.2. Tinjauan Pusat Relaksasi Spa .....	36
2.2.1. Definisi Relaksasi .....	36
2.2.2. Prinsip Dalam Relaksasi .....	36
2.2.3. Spa Sebagai Sarana Relaksasi .....	37
2.2.4. Klasifikasi Jenis Relaksasi Spa .....	38
2.2.5. Persyaratan Terhadap Rancangan Relaksasi Spa .....	40

2.2.6. Manfaat Relaksasi Spa .....	40
2.2.7. Antropometri Pusat Kebugaran dan Relaksasi Spa.....	41
2.3. Tinjauan Salon .....	46
2.3.1. Pengertian .....	46
2.3.2. Jenis- Jenis Perawatan .....	47
2.3.3. Persyaratan Salon .....	48
2.4. Tinjauan Lokasi .....	52
2.4.1. Faktor Pertimbangan Pemilihan Lokasi .....	52
2.4.2. Alternatif Lokasi .....	53
2.4.3. Lokasi Terpilih .....	57
2.5. Studi Banding .....	59
2.5.1. Aqua Sport & Spa.....	59
2.5.2. Smena Fitness Club .....	63
2.5.3. Klub Jimbaran .....	66
2.5.4. Kesimpulan Studi Banding.....	69
<b>BAB III ELABORASI TEMA .....</b>	<b>71</b>
3.1. Tinjauan Tema .....	71
3.1.1. Pengertian Arsitektur Modern Tropis .....	71
3.1.2. Ciri-Ciri Arsitektur Modern Tropis .....	72
3.1.3. Prinsip Dasar Arsitektur Modern Tropis .....	73
3.1.4. Kriteria Perancangan Arsitektur Modern Tropis .....	74
3.2. Interpretasi Tema .....	77
3.3. Studi Banding Tema Sejenis.....	78
3.3.1. Naman Retreat Spa .....	78
3.3.2. Mango Bay Resort Spa.....	81
3.3.3. Babylon Garden Spa .....	83
3.3.4. Kesimpulan Studi Banding Tema Sejenis .....	86
<b>BAB IV ANALISA .....</b>	<b>90</b>
4.1. Analisa Kondisi Lingkungan .....	90
4.1.1. Lokasi .....	90

4.1.2. Kondisi Eksisting .....	91
4.1.3. Peraturan Setempat .....	91
4.1.4. Potensi Tapak .....	92
4.2. Analisa Tapak .....	93
4.2.1 Analisa Matahari.. .....	93
4.2.2. Analisa Hujan dan Drainase .....	96
4.2.3 Analisa Angin .....	97
4.2.4 Analisa Pencapaian dan Sirkulasi .....	100
4.2.5 Analisa View dari Dalam ke Luar Tapak .....	101
4.2.6 Analisa View dari Luar ke Tapak .....	102
4.2.7 Analisa Kebisingan.....	102
4.2.8 Analisa Vegetasi .....	104
4.2.9 Analisa Topografi .....	104
4.3. Analisa Fungsional .....	105
4.3.1 Analisa Fungsi .....	105
4.3.2 Analisa Pengguna .....	106
4.3.3 Program Kegiatan dan Kebutuhan Ruang .....	106
4.3.4. Organisasi Ruang .....	113
4.3.5 Besaran Ruang .....	118
<b>BAB V KONSEP PERANCANGAN.....</b>	<b>121</b>
5.1. Konsep Dasar .....	121
5.2. Rencana Tapak.....	122
5.2.1. Pemintakatan .....	122
5.2.2. Tata Letak.....	123
5.2.3. Pencapaian.....	123
5.2.4. Sirkulasi .....	124
5.2.5. Parkir .....	125
5.3. Konsep Bangunan .....	127
5.3.1. Ide Bentuk/ Gubahan Massa.....	127
5.3.2. Konsep Material .....	129
5.3.3. Konsep Ruang Dalam.....	131

5.3.4. Konsep Lanskap .....	132
5.3.5. Konsep Penghawaan.....	136
5.3.6. Konsep Struktur dan Kontruksi .....	137
5.3.7. Utilitas Bangunan .....	140
<b>BAB VI HASIL PERANCANGAN .....</b>	<b>144</b>
6.1. Gambar Arsitektural.....	144
6.2. Gambar Struktural.....	148
6.3. Gambar Utilitas .....	154
6.4. Perspektif .....	148
6.4.1. Perspektif Eksterior .....	158
6.4.2. Perspektif Interior.....	162
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>168</b>



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Latihan Peregangan .....	10
Gambar 2.2 Treadmill.....	12
Gambar 2.3 Stationary Bike .....	12
Gambar 2.4 Stepper Machine .....	13
Gambar 2.5 Cross Trainer.....	14
Gambar 2.6 dumbell .....	16
Gambar 2.7 barbell .....	16
Gambar 2.8 kettlebells .....	17
Gambar 2.9 Weight Plates .....	18
Gambar 2.10 medicine ball .....	18
Gambar 2.11 Matras .....	19
Gambar 2.12 Dip bar .....	20
Gambar 2.13 pull up bar .....	20
Gambar 2.14 sit up bench .....	21
Gambar 2.15 fitness bench .....	21
Gambar 2.16 <i>Swiss Ball</i> .....	22
Gambar 2.17 <i>Abs Runch Machine</i> .....	23
Gambar 2.18 <i>Static Biycle</i> .....	24
Gambar 2.19 Treadmill .....	25
Gambar 2.20 <i>Chest Press Machine</i> .....	25
Gambar 2.21 <i>Squat Hack Machine</i> .....	26
Gambar 2.22 <i>Barbell Machine</i> .....	26
Gambar 2.23 <i>Elliptical Machine</i> .....	27
Gambar 2.24 <i>Bicep Curl Machine</i> .....	28
Gambar 2.25 <i>Tricep Machine</i> .....	28
Gambar 2.26 Pillates .....	29
Gambar 2.27 Yoga .....	30
Gambar 2.28 Kick Boxing .....	31
Gambar 2.29 Dance Aerobic .....	31
Gambar 2.30 Floating Yoga .....	32
Gambar 2.31 Pole dance .....	33
Gambar 2.32 SPA .....	37
Gambar 2.33 Latihan Senam .....	42

Gambar 2.34 Latihan Sit up .....	42
Gambar 2.35 Latihan Push Up .....	43
Gambar 2.36 Dimensi alat latihan sejenis Static bycle.....	44
Gambar 2.37 sepeda Statis.....	44
Gambar 2.38 Latihan Beban .....	45
Gambar 2.39 Ukuran sauna berdasarkan jumlah pengguna .....	45
Gambar 2.40 Ukuran Ruang Loker .....	46
Gambar 2.41 Standar jarak pada Area Styling .....	49
Gambar 2.42 Standar Tinggi kursi pada area styling .....	50
Gambar 2.43 standar tinggi kursi optimal .....	50
Gambar 2.44 Standar sirkulasi pos pencucian .....	50
Gambar 2.45 Pos pencucian rambut .....	51
Gambar 2.46 Sirkulasi area tunggu dan pengeringan .....	51
Gambar 2.47 Peta alternatif I .....	53
Gambar 2.48 Peta alternatif II .....	54
Gambar 2.49 Peta alternatif III .....	55
Gambar 2.50 Lokasi terpilih .....	57
Gambar 2.51 Aqua sport & spa .....	59
Gambar 2.52 Kolam Renang .....	60
Gambar 2.53 Ruang Olahraga .....	60
Gambar 2.54 Denah lantai I .....	61
Gambar 2.55 Potongan Aqua sport & spa .....	62
Gambar 2.56 Lantai parkir.....	62
Gambar 2.57 Interior smena fitness club .....	63
Gambar 2.58 Ruang Fitness smena fitness club .....	63
Gambar 2.59 Ruang Fitness smena fitness club .....	64
Gambar 2.60 Denah smena fitness club .....	65
Gambar 2.61 Klub jimbaran bali .....	66
Gambar 2.62 Swimming pool Klub jimbaran bali.....	67
Gambar 2.63 Ruang fitness Klub jimbaran bali .....	68
Gambar 3.1 Naman Spa .....	78
Gambar 3.2 Suasana Malam .....	79
Gambar 3.3 Lobby .....	80
Gambar 3.4 Ruang Spa .....	80
Gambar 3.5 Mango Bay Spa .....	81

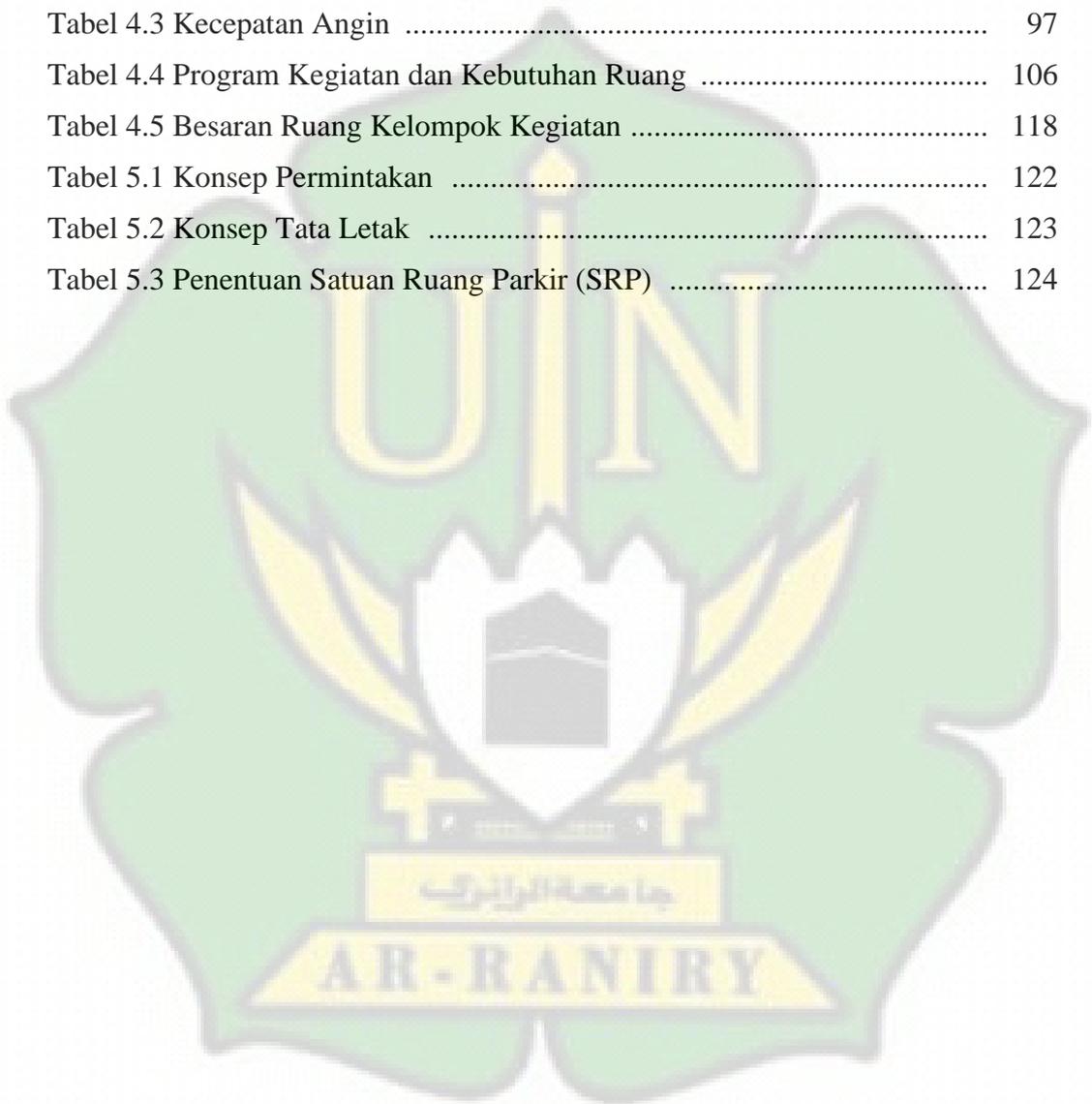
Gambar 3.6 Interior Perawatan Spa .....	82
Gambar 3.7 Lanskap Mango Bay Spa .....	83
Gambar 3.8 Babylon Garden Spa .....	83
Gambar 3.9 Potongan Laterit pada Dinding .....	84
Gambar 3.10 Ruang Perawatan Spa .....	85
Gambar 3.11 Area Indoor Spa .....	85
Gambar 3.12 Dinding Luar Babylon Garden Spa .....	86
Gambar 4.1 Citra Satelit pusat kebugaran dan relaksasi Spa khusus wanita ..	90
Gambar 4.2 Pergerakan Matahari Pada Tapak .....	93
Gambar 4.3 Saluran Drainase Tapak .....	97
Gambar 4.4 Analisa Angin .....	98
Gambar 4.5 Solusi Analisa Angin .....	99
Gambar 4.6 Cross circulation .....	99
Gambar 4.7 Sirkulasi Pada Tapak .....	100
Gambar 4.8 Analisa View dari Dalam ke Luar Tapak .....	101
Gambar 4.9 Analisa View dari Tapak ke Luar .....	102
Gambar 4.10 Analisa Kebisingan .....	103
Gambar 4.11 Analisa Vegetasi .....	104
Gambar 4.12 Kondisi Tapak Pada Bagian Belakang .....	105
Gambar 5.1 Zonasi.....	122
Gambar 5.2 Tata Letak. ....	123
Gambar 5.3 Pencapaian . ....	124
Gambar 5.4 Sirkulasi Kendaraan .....	125
Gambar 5.5 SRP Mobil penumpang.....	126
Gambar 5.6 SRP Sepeda Motor.....	126
Gambar 5.7 Parkir sudut 90° .....	127
Gambar 5.8 Lobby dan Area Tunggu.....	131
Gambar 5.9 Area Kebugaran . ....	132
Gambar 5.10 Area Relaksasi Spa.....	132
Gambar 5.11 Pohon Pucuk Merah.....	133
Gambar 5.12 Pohon Melati.....	134
Gambar 5.13 Pohon Ketapang Kencana.....	134
Gambar 5.14 Pohon Angsana.....	135
Gambar 5.15 Pohon Palembang.....	135
Gambar 5.16 Kolam.....	135

Gambar 5.17 Paving Block.....	136
Gambar 5.18 Grass Block .....	136
Gambar 5.19 AC ( <i>Air Conditioner</i> ).....	137
Gambar 5.20 Pondasi Tapak.....	138
Gambar 5.21 Struktur Tengah. ....	138
Gambar 5.22 Atap Baja. ....	139
Gambar 5.23 Dak Beton . ....	139
Gambar 5.24 Sistem Distribusi Air Bersih.....	140
Gambar 5.25 Sistem Distribusi Air Kotor. ....	141
Gambar 5.26 Sistem Instalasi Listrik.....	141
Gambar 5.27 <i>Smoke Detector</i> . ....	141
Gambar 5.28 <i>Sprinkler</i> .....	142
Gambar 5.29 <i>water Hydrant</i> . ....	142
Gambar 5.30 Kamera CCTV. ....	143
Gambar 6.1 layout plan.....	144
Gambar 6.2 site plan. ....	144
Gambar 6.3 Denah Lantai I .....	145
Gambar 6.4 Denah Lantai 2.....	145
Gambar 6.5 Tampak Bangunan .....	146
Gambar 6.6 Tampak Bangunan .....	146
Gambar 6.7 Potongan Bangunan .....	147
Gambar 6.8 Potongan kawasan.....	147
Gambar 6.9 Rencana Lanskap .....	148
Gambar 6.10 denah pondasi tapak.....	148
Gambar 6.11 Denah pondasi menerus .....	149
Gambar 6.12 Detail Pondasi .....	149
Gambar 6.13 Denah Sloof .....	150
Gambar 6.14 Denah Balok .....	150
Gambar 6.15 Denah kolom lantai I.....	151
Gambar 6.16 Denah kolom lantai 2 .....	151
Gambar 6.17 Denah ringbalk.....	152
Gambar 6.18 tabel penulangan .....	152
Gambar 6.19 Denah Rencana atap.....	153
Gambar 6.20 Detail atap .....	153
Gambar 6.21 Utilitas Kawasan .....	154

Gambar 6.22 utilitas bangunan lantai 1 .....	154
Gambar 6.23 utilitas bangunan lantai 2 .....	155
Gambar 6.24 utilitas Air Bersih lantai 1 .....	155
Gambar 6.25 utilitas air bersih lantai 2.....	156
Gambar 6.26 Rencana Sprinkler lantai 1 .....	156
Gambar 6.27 Rencana Sprinkler lantai 2 .....	157
Gambar 6.28 Skema Air Kolam Renang .....	157
Gambar 6.29 Detail Septictanck .....	158
Gambar 6.30 Tampak Depan Bangunan.....	158
Gambar 6.31 <i>Eye Bird View</i> .....	159
Gambar 6.32 Pintu masuk.....	159
Gambar 6.33 Suasana parkir mobil .....	160
Gambar 6.34 suasana parkir motor .....	160
Gambar 6.35 Suasana Taman .....	161
Gambar 6.36 Suasana Taman Courtyard .....	161
Gambar 6.37 Interior lobby .....	162
Gambar 6.38 Interior lobby .....	163
Gambar 6.39 Interior Ruang Fitness.....	163
Gambar 6.40 Interior ruang Fitness .....	164
Gambar 6.41 Interior Ruang Yoga .....	164
Gambar 6.42 Interior Ruang VIP Spa.....	165
Gambar 6.43 Interior Ruang SPA Standar .....	165
Gambar 6.44 Interior Ruang Salon.....	166
Gambar 6.45 Interior Ruang Salon .....	166
Gambar 6.46 Interior Creambath.....	167

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kesimpulan Pemilihan Tapak .....	55
Tabel 2.2 Kesimpulan Studi Banding .....	69
Tabel 3.1 Kesimpulan Studi Banding Tema Sejenis .....	86
Tabel 4.1 Temperatur Suhu Udara Banda Aceh .....	94
Tabel 4.2 Curah Hujan .....	96
Tabel 4.3 Kecepatan Angin .....	97
Tabel 4.4 Program Kegiatan dan Kebutuhan Ruang .....	106
Tabel 4.5 Besaran Ruang Kelompok Kegiatan .....	118
Tabel 5.1 Konsep Permintaan .....	122
Tabel 5.2 Konsep Tata Letak .....	123
Tabel 5.3 Penentuan Satuan Ruang Parkir (SRP) .....	124



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Kesehatan adalah anugerah yang diberikan Tuhan yang begitu berharga. Maka sepatutnya menjaga kesehatan merupakan hal yang seharusnya dilakukan oleh manusia sebagai bentuk syukur terhadap nikmat yang telah diberikan. Kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan telah melahirkan gaya hidup sehat dan bugar dalam masyarakat. Aktivitas yang dapat menyeimbangkan jiwa dan raga yang dapat dilakukan adalah aktivitas kebugaran (fitness) dan aktivitas relaksasi. Melalui kegiatan kebugaran dan relaksasi yang dilakukan secara teratur dan berkesinambungan inilah tercipta tubuh yang sehat, bugar dan jiwa yang sportif dalam setiap individu

Di Indonesia terutama di kota-kota besar pusat kebugaran dan relaksasi semakin menjamur. Hal ini ditandai dengan meningkatnya industri kecantikan pada tahun 2018 mencapai 20% atau empat kali lipat dari tahun 2017 dan rata-rata 12% per tahun. Bahkan Kementerian perindustrian menempatkan industri kecantikan dan perawatan tubuh sebagai sektor andalan dalam RIPIN 2015-2035 (Investor Daily 2018)

Pada era modern ini, masyarakat dituntut untuk bergerak cepat dan selalu sehat dalam setiap kegiatan. Aktivitas dan beban kerja yang padat serta kurangnya pergerakan tubuh membuat tubuh sangat mudah mengalami kelelahan dan kurang bergairah yang mana dapat mengganggu kesehatan. Terutama bagi wanita yang memiliki segudang aktivitas. Banyak wanita sekarang ini yang menjalani peran ganda, selain sebagai seorang istri maupun ibu terkadang wanita juga bergelut dengan kegiatan lainnya, misalkan sebagai wanita karir untuk menambah penghasilan keluarga. Selain itu mahasiswa yang juga bekerja paruh waktu disela-sela waktu kuliah dengan berbagai alasan di belakangnya. Akibat dari padatnya aktivitas yang dilakukan dapat menimbulkan stress bagi wanita. Menurut

penelitian yang dilakukan oleh situs kesehatan dan kebugaran *Thrive Global* dan *Survey Monkey* menyatakan bahwa 58% perempuan mempunyai tingkat stress yang lebih tinggi dibanding pria. Selain itu Psikolog Patricia Thompson juga menyatakan perempuan lebih merasa stress karena perempuan memiliki tanggung jawab yang lebih besar yang harus ditangani, seperti memiliki keluarga dan juga anak. Stress yang timbul dari padatnya aktivitas yang dilakukan dapat ditangani dengan berlibur. Selain itu dapat juga melakukan relaksasi untuk merenggangkan otot yang kaku dan menyediakan waktu untuk menjalani perawatan tubuh sehingga tubuh kembali bugar.

Secara psikologis kebutuhan manusia terbagi menjadi beberapa bagian dari dasar hingga kompleks. Abraham Maslow (1997) menjabarkan kebutuhan manusia dalam 5 tingkat, mulai dari kebutuhan fisik sebagai kebutuhan dasar hingga aktualisasi diri sebagai kebutuhan tertinggi. Oleh karena itu, penerapan gaya hidup sehat merupakan solusi yang tepat, salah satunya yaitu dengan rutin berolahraga. Meluangkan waktu seperti hari libur untuk berolahraga dan merilekskan diri sejenak lebih baik ketimbang tidur tanpa kegiatan yang produktif. Selalu tampil sehat dan bugar merupakan tuntutan bagi masyarakat perkotaan yang sehari-harinya bergelut dengan pekerjaan. Sehingga olahraga penting untuk mengembalikan energi dalam tubuh sehingga kembali segar.

Banda Aceh merupakan ibu kota dari Provinsi Aceh yang kian hari terus mengalami kemajuan menuju era yang lebih modern. Banda Aceh memiliki pertumbuhan penduduk yang terus bertambah setiap tahunnya. Menurut sensus tahun 2020 penduduk Aceh tercatat 5,27 juta jiwa, seimbang antara laki-laki dan perempuan. Apabila dibandingkan tahun 2010 populasinya bertambah sebanyak 751,73 ribu jiwa. Maka pertumbuhan penduduk Aceh sebesar 1,56 % pertahunnya. Mayoritas penduduknya berusia produktif dan keseharian masyarakatnya rata-rata bekerja. Jumlah angkatan kerja menurut BPS provinsi Aceh yaitu :

- Februari 2019 sebanyak 2,322,729 jiwa
- Februari 2020 sebanyak 2,374,294 jiwa
- Februari 2021 sebanyak 2,388,367 jiwa

Dari data tersebut terlihat dari angka jumlah angkatan kerja mengalami peningkatan setiap tahunnya. Masyarakat yang bekerja dalam kesehariannya memiliki aktivitas yang padat yang menimbulkan kepenatan tersendiri bagi mereka. Dalam menghilangkan kepenatan tersebut tentunya masyarakat mencari tempat yang dapat menunjang kesehatan tubuh dan tentunya dapat membuat pikiran menjadi lebih rileks dan siap untuk bekerja kembali. Oleh karena hal tersebut membuat keberadaan pusat kebugaran banyak bermunculan di sekitaran kota Banda Aceh. Selain berlibur ke destinasi wisata dan lainnya, pusat kebugaran dan relaksasi spa dapat menjadi sarana yang dapat membuat pikiran maupun tubuh lebih rileks dan bugar sehingga aktivitas yang dilakukan berjalan dengan lancar.

Pusat kebugaran yang terdapat di Kota Banda Aceh umumnya tidak dikhususkan bagi pria maupun wanita. Meskipun terdapat pusat kebugaran bagi wanita namun merupakan fasilitas yang dimiliki oleh bangunan utama misalkan hotel, maka bukan merupakan bangunan yang dikhususkan untuk pusat kebugaran maupun relaksasi. Pusat kebugaran yang dominan di Banda Aceh dapat digunakan dari kalangan dan golongan manapun. Umumnya pengunjung pusat kebugaran tersebut didominasi oleh pria dan para wanita pun sukar mendatanginya karena mayoritas pengunjungnya pria.

Pusat kebugaran yang didominasi oleh laki-laki membuat wanita tidak memiliki privasi untuk melakukan kegiatan. Hal ini pun tidak baik apabila dipandang masyarakat dan tidak sesuai dengan budaya syariat islam yang berlaku di Aceh. Ketika terjadi campur baur (ikhtilat) antara laki-laki dan juga wanita maka ditakutkan akan menjadi jalan yang menjurus kedalam maksiat dan haram hukumnya. Campur baur antara laki-laki dan perempuan diharamkan karena melanggar perintah syariah. Dalam kehidupan islami yang contohkan oleh Nabi Muhammad SAW dulu, antara laki-laki dan wanita yang bukan mahramnya wajib dipisahkan. Hal ini terlihat dari pelaksanaan shalat jamaah di masjid yang dipisahkan shaf laki-laki dan perempuan. Namun ada *ikhtilat* yang diperbolehkan antara laki-laki dan perempuan, misalkan jual beli, dan kegiatan yang dibolehkan

syariah. Campur baur antara laki-laki dan wanita seharusnya dihindari karena aktivitas dalam pusat kebugaran melibatkan tubuh. Meskipun menutup aurat namun gerakan-gerakan yang ditimbulkan saat melakukan kegiatan kebugaran dapat menjadi pemicu maksiat.

Penyebab lainnya yaitu jumlah wanita lebih banyak dari pada jumlah pria. Tahun 2018 penduduk wanita di Indonesia sebanyak 131.88 juta jiwa. Berdasarkan survei dari ZAP Beauty Index pada tahun 2018 Sebanyak 36.4% remaja telah melakukan realaksasi pada penyedia jasa relaksasi salah satunya perawatan kulit.

Dari permasalahan tersebut, maka penulis merasa perlu untuk mengangkat judul “ **Pusat Kebugaran Dan Relaksasi khusus wanita di Banda Aceh**” yang dikhususkan untuk wanita sehingga wanita lebih nyaman dan lebih leluasa dalam berolahraga. Hal ini juga berkaitan dengan kondisi Aceh yang menerapkan syariat islam dalam aspek kehidupannya, sehingga pusat kebugaran yang dikhususkan bagi wanita sesuai bagi masyarakat Aceh. dimana hal tersebut dapat menghapus stigma negative masyarakat tentang pusat kebugaran dan relaksasi yang berbaur antara pria dan wanirta. Selain itu dengan adanya pusat kebugaran yang dikhususkan bagi wanita dapat menjadi suatu hal positif bagi wanita untuk membangkitkan keinginan berolahraga yang berguna dalam penerapan pola hidup sehat.

## **1.2. Tujuan**

Perancangan Pusat Kebugaran Dan Relaksasi memiliki tujuan yang diharapkan dapat tersampaikan dengan baik, diantaranya :

- Perancangan ditujukan sebagai wadah yang mampu menunjang kegiatan kebugaran dan relaksasi yang nyaman dan layak khususnya bagi wanita.
- Menciptakan ruang dan penyediaan fasilitas yang memadai yang mendukung dalam hal kebugaran dan relaksasi serta didukung dengan

tenaga ahli (apabila diperlukan). Di Banda aceh sendiri belum tersedianya bangunan yang dikhususkan sebagai pusat kebugaran bagi wanita.

- Sebagai sarana dimana dapat membentuk sosialisasi antar sesama pengunjung dan menumbuhkan pentingnya berolahraga bagi Kesehatan dan kehidupan.

### **1.3. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah yang digunakan diantaranya yaitu :

- Bagaimana menciptakan konsep ruang yang baik dalam mendesain pusat kebugaran dan relaksasi khusus wanita dengan memperhatikan kenyamanan bagi pemakainya
- Bagaimana menghadirkan konsep ruang luar dan ruang dalam yang dapat menciptakan satu kesatuan dalam desain
- Bagaimana menghadirkan konsep bangunan yang dapat memwadahi beberapa kegiatan yang terkait dengan kebugaran dan relaksasi spa

### **1.4. Pendekatan**

Pendekatan yang diterapkan dalam Perancangan Pusat Kebugaran dan Relaksasi di Banda Aceh ini yaitu dengan pendekatan Arsitektur modern tropis. Arsitektur adalah seni dan ilmu dalam merancang bangunan. Arsitektur modern merupakan arsitektur yang berkembang akhir abad ke-19 dengan mengadopsi prinsip *form follow function* dalam penerapannya. Sedangkan Arsitektur tropis merupakan jenis gaya desain arsitektur yang merupakan jawaban dan adaptasi bangunan terhadap kondisi iklim setempat. Maka pendekatan arsitektur modern tropis dimaksudkan untuk mencapai konsep tersebut, seperti penerapan konsep modern sesuai dengan keinginan yang ingin dicapai oleh bangunan pusat kebugaran dan relaksasi spa yaitu untuk fungsionalitas dan efisiensi ruang. Namun bentuk bangunan modern yang berkembang di eropa tidak sesuai dengan iklim di daerah tempat bangunan akan dirancang, oleh karena itu digunakan pendekatan arsitektur modern tropis agar menghasilkan bangunan yang dapat

memaksimalkan fungsi ruang dan juga yang sesuai dengan karakteristik iklim serta memperhatikan kenyamanan bagi penggunanya.

Pusat kebugaran dan relaksasi spa ditujukan sebagai tempat yang dapat menyegarkan kembali tubuh dari padatnya aktivitas. Dalam jangka Panjang juga sangat bermanfaat bagi Kesehatan tubuh. Selain ditunjang oleh fasilitas yang memadai, lingkungan yang nyaman juga diperlukan dan dapat menjadi energi positif bagi pengguna.

Arsitektur modern tropis memiliki kaitan dengan konsep simple yang dapat menyatu dengan lingkungan dan alam yang menjadikan latar belakang pemilihan tema tersebut pada pusat kebugaran dan relaksasi tersebut. Dimana konsep yang diangkat akan menciptakan ciri khas suasana alami dengan desain yang menyatu dengan lingkungan. Hal ini dibutuhkan agar dapat membuat pengunjung nyaman dimana sebelumnya selalu berkuat dengan rutinitas yang menimbulkan kepenatan, oleh karena itu mereka membutuhkan tempat yang membuat mereka rileks yaitu dengan menciptakan suasana yang nyaman dan tenang.

#### **1.5. Batasan Perancangan**

Batasan dalam rancangan, meliputi :

- Perancangan pusat kebugaran dan relaksasi ini terdiri dari pusat kegiatan bermacam olahraga seperti gym, aerobic, yoga, pilates, floating yoga, pole dance dan spa.
- Perencanaannya menerapkan konsep arsitektur modern tropis dengan arsitekturnya yang menyesuaikan dengan fungsi bangunan dan yang beradaptasi dengan iklim sehingga memberikan kenyamanan tersendiri bagi pengguna. Dengan konsep tersebut diharapkan dapat memberikan suasana yang segar dalam bangunan.

## 1.6. Kerangka Berpikir



## **1.7. Sistematika Laporan**

Adapun sistematika dalam penyusunan laporan tersebut diantaranya yaitu :

### **BAB I PENDAHULUAN**

Bab I merupakan bab pendahuluan yang menjelaskan tentang latar belakang pemilihan judul, tujuan, rumusan masalah pendekatan, Batasan perancangan, kerangka pikir serta sistematika dalam penyusunan laporan.

### **BAB II DESKRIPSI OBJEK RANCANGAN**

Dalam bab ini menjelaskan tentang literatur mengenai objek rancangan, literatur mengenai judul terkait beserta hal lainnya. Selain itu juga menjelaskan mengenai studi banding arsitektur dengan fungsi sejenis.

### **BAB III ELABORASI TEMA**

Dalam bab ini membahas mengenai elaborasi tema. Menjelaskan pengertian dari tema yang diambil, interpretasi tema beserta kaitan tema dengan judul yang terkait dan studi banding arsitektur dengan tema sejenis.

### **BAB IV ANALISA PERANCANGAN**

Bab IV menjelaskan tentang Analisa perancangan yang meliputi kondisi tapak dan lingkungan sekitar, Analisa fungsional bangunan dan Analisa-analisa lainnya yang dibutuhkan.

### **BAB V KONSEP PERANCANGAN**

Dalam bab ini menjelaskan tentang konsep perancangan yang diterapkan sebagai alternatif dari permasalahan yang ada.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Memuat sumber–sumber literatur terkait objek rancangan yang menjadi acuan dalam penulisan laporan .

## **BAB II**

### **DESKRIPSI OBJEK RANCANGAN**

#### **2.1 Tinjauan Pusat Kebugaran dan Relaksasi**

##### **2.1.1 Definisi Pusat Kebugaran**

Pusat dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI, 2008) dijelaskan bahwa pusat adalah pangkal atau yang menjadi tumpuan berbagai urusan, kegiatan hal dan lain sebagainya.

Kebugaran adalah kesanggupan dan kemampuan tubuh melakukan penyesuaian (adaptasi) terhadap kegiatan fisik sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berlebihan. Setiap orang membutuhkan kebugaran yang baik agar dapat melaksanakan pekerjaannya dengan efektif dan efisien tanpa mengalami cedera/kelelahan yang berarti (Muhajir, 2004:42).

Pusat Kebugaran adalah tempat olahraga dalam ruangan yang menawarkan berbagai program Latihan kebugaran dengan fasilitas dan peralatan yang mutakhir. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pusat kebugaran merupakan tempat yang menawarkan kegiatan olahraga dengan fasilitas yang mendukung yang bertujuan untuk merawat Kesehatan diri (Hanafi, 1997:9)

Menurut kamus Kesehatan, pusat kebugaran merupakan tempat untuk meningkatkan derajat Kesehatan dan kebugaran jasmani melalui kegiatan Latihan fisik dan olahraga secara baik, benar, terukur dan teratur (Dinkes RI Ditjen Bina Kesmas, 2004).

Dari beberapa pengertian diatas maka dapat disimpulkan bahwa pusat kebugaran merupakan tempat untuk melakukan olahraga dengan menggunakan alat olahraga maupun tidak yang bertujuan untuk Kesehatan tubuh dan lain sebagainya, selain itu pusat kebugaran juga menyediakan pelatih profesional untuk mendampingi pengunjung pusat kebugaran.

### 2.1.2 Pengguna Pusat Kebugaran

Pelaku atau pengguna yang terlibat dalam pusat kebugaran (Padma Ayu Lestari, 2010 dalam Catur Afif Kurniawan, 2017) diantaranya yaitu :

1. Pengunjung, yang terbagi kedalam pengunjung tetap yang melakukan olahraga secara rutin dan pengunjung temporer yang melakukan Latihan tidak teratur atau berkala
2. Pengelola, yaitu orang yang terlibat dalam mengelola perkembangan pusat kebugaran, diantaranya general manajer, bagian operasional, dan lainnya
3. Karyawan, yaitu orang yang dipekerjakan di pusat kebugaran sesuai dengan bidang yang diperlukan
4. Maintenance, yaitu bagian yang bertugas dalam pengamanan dan maintenance pusat kebugaran

### 2.1.3 Jenis Program Latihan Pusat Kebugaran

Jenis-jenis fasilitas Latihan kebugaran yang umumnya terdapat pada pusat kebugaran (Ni Wayan Wiwin Darsika, 2015) diantaranya :

1. Latihan Peregangan (*Stretching*)



Gambar 2.1 Latihan peregangan

Sumber : klikdokter.com

Latihan peregangan merupakan Latihan yang dilakukan untuk meregangkan otot dan sendi yang kaku sebelum memulai olahraga inti dengan tujuan terhindar dari cedera saat melakukan olahraga. Dengan melakukan Latihan peregangan maka otot-otot yang semula kaku terasa nyaman dan lebih mudah digerakkan sehingga olahraga yang dilakukan dapat berjalan secara maksimal

## 2. Latihan Kardiovaskuler

Dalam Kamus Bahasa, Kardiovaskuler berarti segala sesuatu yang berhubungan dengan jantung dan pembuluh darah. Oleh karena itu, Latihan kardiovaskuler adalah Latihan yang dapat memberikan manfaat penting bagi jantung. Umum diketahui bahwa jantung merupakan organ tubuh yang memiliki peran yang cukup besar sehingga jantung perlu dijaga kesehatannya.

Prinsip dalam melakukan Latihan kardiovaskuler diantaranya yaitu :

- a. Latihan sebaiknya dilakukan dua kali paling sedikit dan empat kali paling banyak dalam seminggu, dimana waktu yang diperlukan antara 30 menit hingga 60 menit dalam sekali melakukan Latihan.
- b. Tahapan dalam latihannya terbagi ke dalam beberapa tahapan dalam setiap sesi Latihan. Setiap tahap dilakukan peningkatan performa beban Latihannya yang mana hal ini dapat memaksimalkan kebugaran fisik bagi tubuh

Dalam pelaksanaan Latihan tersebut, terdapat alat-alat yang mendukung kegiatan. Alat-alat yang umumnya dipakai dan banyak dijumpai di tempat kebugaran/fitness yaitu :

- a. *Treadmill*

Cara kerja alat tersebut layaknya melakukan *jogging*, jalan santai maupun jalan cepat. latihannya berfokus pada tubuh bagian bawah.



Gambar 2.2 *Treadmill*

Sumber : my-best-id

b. *Stationary Bike/ Sepeda Statis*



Gambar 2.3 *Stationary Bike*

Sumber : lifespan fitness

Cara kerjanya seperti halnya bersepeda. Fokus latihannya yaitu pada tubuh bagian bawah. Pada saat Latihan menggunakan alat tersebut cenderung dalam posisi membungkuk, hal ini dapat menyebabkan nyeri pada area punggung sehingga harus diperhatikan dalam waktu

penggunaannya dan orang yang memiliki masalah di area pinggang hingga punggung tidak diperkenankan menggunakan alat tersebut. Alat tersebut memiliki dimensi rata-rata 110 x 52 x 110 cm. Dimensi sesuai dengan jenis produk yang digunakan.

c. *Stepper/ Climber*



Gambar 2.4 *Stepper Machine*

Sumber : [wnqfitness.en](http://wnqfitness.en)

Cara kerja alat ini seperti mendaki bukit ataupun menaiki anak tangga. Dalam proses latihannya lebih berfokus pada tubuh bagian bawah. Dalam penggunaannya alat ini membutuhkan kekuatan yang besar, oleh karena itu tidak disarankan bagi manula atau penderita osteoporosis. Memiliki dimensi rata-rata yaitu 80 x 60 x 120 cm sesuai dengan jenis mesin *climber* yang digunakan.

d. *Cross Trainer*



Gambar 2.5 cross trainer

Sumber : beny sports

Cara kerja alat ini menyerupai *jogging*. Dalam proses latihannya tubuh bagian bawah dan atas sama-sama bekerja. Alat ini merupakan inovasi dari *treadmill* dan *Elliptical* sehingga alat ini lebih sempurna dan lebih safety dalam penggunaannya. Dimensi alat ini yaitu 142 x 60 x 162 cm.

### 3. Latihan Beban (*Weight Training*)

Latihan beban menurut Thomas R (2000) dapat didefinisikan sebagai aktivitas olahraga menggunakan barbell, dumbbell, peralatan mekanis, dan lain sebagainya dengan tujuan untuk meningkatkan Kesehatan dan memperbaiki penampilan fisik.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa Latihan beban merupakan Latihan kekuatan yang bertujuan untuk mengembangkan kekuatan dan ukuran otot. Latihan beban yang efektif dipengaruhi oleh Teknik yang tepat dan baik, Latihan beban yang salah dapat menyebabkan cedera yang menyakitkan. Oleh karena itu apabila seorang pemula maka dianjurkan menggunakan instruktur untuk meminimalisir resiko cedera. Prinsip dalam melakukan Latihan beban diantaranya yaitu :

- a. Menggunakan Teknik yang tepat. Terlebih bagi pemula harus berlatih dengan instruktur untuk awal supaya meminimalisir resiko cedera.
- b. Melakukan pemanasan untuk mengurangi resiko cedera. Luangkan waktu 10 menit sampai dengan 15 menit untuk pemanasan sebelum memulai olahraga.
- c. Penggunaan beban yang sesuai dengan ritme yang perlahan sampai terbiasa terhadap Latihan. Menggunakan beban yang ringan bagi pemula dan ditingkatkan seiring berjalan waktu Latihan.
- d. Hal yang paling penting setelah berolahraga yaitu waktu beristirahat untuk memulihkan stamina yang ada.

Terdapat jenis-jenis alat yang digunakan dalam Latihan beban yang terbagi menjadi 3 kategori (Agus Hartomo Prakoso, 2017) diantaranya yaitu :

1. *Free Weight*

Disebut *Free Weight* karena alat yang digunakan berupa beban yang dapat digerakkan secara bebas dengan berbagai variasi Latihan. Alat Latihan ini memiliki fungsi untuk membangun kekuatan, fleksibilitas, keseimbangan dan membangun massa otot.

*American Council on Exercise* mengatakan bahwa Latihan dengan menggunakan *Free Weight* dapat memberikan kekuatan yang lebih menyeluruh sehingga dapat meningkatkan kekuatan secara signifikan. Keuntungan dari peralatan fitness *Free Weight* yaitu dapat digunakan dengan banyak jenis variasi Gerakan, serta ukuran yang tidak terlalu besar dapat disimpan dimana saja. Terdapat macam-macam alat yang termasuk dalam kategori peralatan *Free Weight* diantaranya yaitu :

a. Dumbell



Gambar 2.6 *Dumbell*

Sumber : 3B scientific

*Dumbell* merupakan alat fitness dasar yang termasuk dalam kategori *Free Weight*. Berbentuk dua buah beban yang dihubungkan dengan batang besi yang pendek. Umumnya disetiap tempat fitness disediakan alat tersebut. Bentuknya yang tidak terlalu besar sehingga dalam penggunaannya tidak memerlukan ruangan yang luas menjadikan *Dumbell* alat yang praktis. Alat ini pun mudah dibawa kemana saja dan penggunaannya dapat digunakan untuk berbagai variasi Gerakan. *Dumbbell* memiliki dimensi 40 x 17 x 17 cm sesuai dengan berat dari dumbel, semakin berat maka ukurannya semakin besar.

b. Barbell

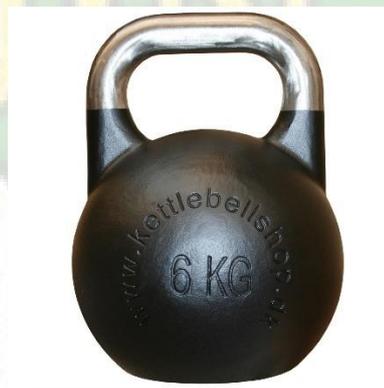


Gambar 2.7 barbell

Sumber : kingsbox.it

*Barbell* merupakan versi besar dari *dumbbell*. Bentuknya menyerupai *dumbbell* namun dihubungkan dengan besi yang lebih panjang. Beban pada kedua sisi *barbel* umumnya dapat dibongkar pasang disesuaikan dengan kemampuan penggunanya. Penggunaannya juga berbeda dengan *dumbbell*, *barbell* merupakan alat yang digunakan 2 tangan. Alat ini membuat otot kanan dan kiri berkembang secara seimbang. Memiliki dimensi yaitu 200 x 40 x 40 cm tergantung dari berat *barbel* itu sendiri.

c. *Kettlebells*

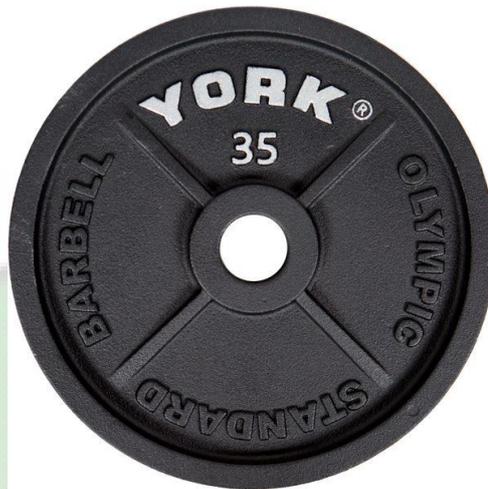


Gambar 2.8 *kettlebells*

Sumber : [kettlebellshopdenmark.com](http://kettlebellshopdenmark.com)

*Kettlebells* merupakan alat yang berbentuk seperti bola, memiliki pegangan dan terbuat dari besi. Cara penggunaannya yaitu diangkat, diayun dan didorong. *Kettlebells* memiliki berat yang bervariasi, mulai dari 4 kg hingga 79 kg. dimensi dari *kettlebells* umumnya yaitu diameter sekitar 25 cm. Untuk pemula dapat memulai dengan beban yang ringan terlebih dahulu.

d. *Weight Plates*



Gambar 2.9 *weight plates*  
Sumber : [yorkbarbell.com](http://yorkbarbell.com)

Alat ini berbentuk cakram dari logam yang memiliki fungsi sebagai alat Latihan atau sebagai alat yang ditambahkan untuk beban tambahan bagi alat fitness lainnya. Alat ini memiliki dimensi antara 25 – 50 x 6 cm yang disesuaikan dengan berat dari *weight plates* itu sendiri.

e. *Medicine ball*



Gambar 2.10 *medicine ball*  
Sumber : [amazon.com](http://amazon.com)

Medicine ball menyerupai bola karet yang lentur. Bobot medicine ball disesuaikan sesuai dengan penggunaannya. Medicine ball berguna untuk meningkatkan variasi dan intensitas Latihan pada umumnya. Dimensi dari *medicine ball* tergantung dari beratnya, untuk berat 3 kg memiliki diameter antara 16 – 20 cm.

## 2. *Body Weight Training Station*

*Body Weight Training Station* merupakan alat yang digunakan untuk membantu Latihan fitness yang menggunakan beban tubuh. Alat-alat yang ada dirancang menyesuaikan anatomi tubuh manusia sehingga dalam penggunaannya lebih mudah. Jenis alat fitness yang termasuk dalam *Body Weight Training Station* yaitu :

### a. Matras



Gambar 2.11 matras

Sumber : beritagar.id

Merupakan alat yang wajib tersedia di setiap tempat fitness. Matras menyerupai karpet yang terbuat dari bahan yang tidak licin. Berguna sebagai landasan tubuh saat melakukan Latihan sehingga terhindar dari benturan keras antara tubuh dengan lantai. Matras digunakan untuk Latihan *push up*, *sit up* dan lainnya. Matras memiliki ukuran rata-rata yaitu 1.85 x 65 cm.

b. *Dip Bar*



Gambar 2.12 *dip bar*

Sumber : harveynorman.com

Alat ini bermanfaat sebagai penopang tubuh saat melakukan Gerakan *dip*. Bentuknya berupa dua batang paralel yang dipakai untuk berpegangan. Alat ini digunakan untuk melatih otot bahu, dada maupun lengan. *Dip bar* memiliki dimensi yaitu 70 x 50 x 130 cm.

c. *Pull Up Bar*



Gambar 2.13 *pull up bar*

Sumber : bukalapak.com

*Pull Up Bar* merupakan sebuah batang besi yang dipakai untuk mengangkat tubuh untuk melakukan *pull up*. *Pull up bar* memiliki bermacam bentuk tergantung variasi Gerakan *pull up* yang mungkin

dilakukan dengan alat tersebut. Alat tersebut memiliki dimensi sekitar 130 x 30 x 50 cm.

d. *Sit Up Bench*



Gambar 2.14 *sit up bench*

Sumber : amazon.com

Alat tersebut digunakan untuk membantu saat melakukan sit up. Alat ini dapat membantu dalam melakukan variasi sit up dan crunch. Selain itu dapat meningkatkan keefektifitas dalam melakukan sit up dan crunch. Memiliki dimensi yaitu 120 x 30 x 60 cm.

e. *Fitness Bench*



Gambar 2.15 *fitness bench*

Sumber : bukalapak.com

Fitness bench berbentuk seperti bangku biasa, namun alat tersebut dipakai untuk menambah berbagai variasi Latihan. Seperti pada Latihan *dip*, *push up* dan lain sebagainya. Memiliki ukuran standar yaitu 120 x 30 x 45 cm.

f. *Swiss Ball*



Gambar 2.16 *swiss ball*

Sumber : indiaMART.com

*Swiss Ball* merupakan bola karet yang diisi udara. Bukan sekedar bola, alat tersebut memiliki manfaat yang luar biasa. Alat ini berfungsi untuk menopang tubuh seperti bench. Jenis Latihan yang dilakukan di bench dapat pula dilakukan pada alat tersebut. Alat tersebut dapat menjaga keseimbangan penggunanya. Ukuran alat tersebut disesuaikan sesuai kegunaan, tersedia dalam ukuran 55 cm, 65 cm dan lain sebagainya.

### 3. Alat Fitness Mesin

Alat fitness mesin merupakan alat yang berukuran besar dan lebih kompleks yang bertujuan untuk mendapatkan Latihan dengan hasil maksimal pada otot tertentu. Penggunaan mesin fitness memiliki beberapa manfaat diantaranya :

- Membantu tubuh dalam melakukan Latihan
- Resiko cedera dalam Latihan menjadi lebih kecil
- Membuat kinerja pada otot tertentu lebih maksimal

Umumnya pada pusat fitness disediakan mesin fitness yang dapat digunakan oleh pengguna. Terdapat macam-macam mesin fitness yang dapat menunjang Latihan, diantaranya :

a. *Abs Runch Machine*



Gambar 2.17 *Abs Runch Machine*

Sumber : indiaMART.com

Dari namanya dapat langsung diketahui, *Abs* yaitu mesin yang berfungsi untuk melatih otot perut. Dengan menggunakan alat ini saat melakukan *crunch* dapat dibuat lebih menantang dengan meningkatkan tekanan pada mesin. Dengan peningkatan intensitas Latihan tersebut maka dapat memberikan hasil yang baik. Memiliki dimensi standar yaitu 100 x 120 x 150 cm.

b. *Static Bicycle*



Gambar 2.18 *Static Bicycle*

Sumber : amazon.com

Merupakan mesin fitness yang digunakan seperti bersepeda namun penggunaannya didalam ruangan. Selain melatih otot kaki, dapat juga digunakan untuk cardio. Kecepatan dan tekanan dapat diatur disesuaikan dengan kemampuan pengguna. Dimensi dari alat tersebut yaitu 160 x 55 x 140 cm.

c. *Treadmill*

Merupakan alat yang digunakan untuk melakukan jalan atau pun lari di tempat. Kecepatan alat tersebut dapat diatur disesuaikan dengan kemampuan pengguna. Selain itu terdapat mode Latihan bagi pemula, yang kecepatannya dapat berubah-ubah untuk meningkatkan kemampuan lari.



Gambar 2.19 treadmill

Sumber : my-best-id

d. *Chest Press Machine*



Gambar 2.20 *Chest Press Machine*

Sumber : [www.gymstell.com](http://www.gymstell.com)

Mesin tersebut merupakan mesin yang mengisolasi Latihan pada otot dada. Alat tersebut digunakan untuk merepresentasikan Gerakan mendorong yang mengakibatkan tekanan ke arah dada. Tingkat kesulitan alat tersebut juga dapat disesuaikan dengan kemampuan penggunaanya. Memiliki dimensi 230 x 140 x 180 cm.

e. *Squat Hack Machine*



Gambar 2.21 *Squat Hack Machine*

Sumber : [hudsonsteelco.com](http://hudsonsteelco.com)

Digunakan untuk melatih otot paha. Alat ini meniru Gerakan *Squat*. Namun dengan menggunakan alat tersebut Latihan dapat dilakukan lebih menantang yaitu dengan penambahan beban pada alat ini. *Squat hack machine* memiliki dimensi 180 x 100 x 120 cm.

f. *Barbell Machine*



Gambar 2.22 *Barbell Machine*

Sumber : [bukalapak.com](http://bukalapak.com)

Dapat berfungsi menjadi penopang supaya Gerakan saat mengangkat barbell menjadi lebih stabil dan dapat terhindar dari resiko cedera. Alat ini juga memungkinkan pengguna untuk mengangkat barbell dengan posisi berbaring di *bench*. Alat ini memiliki dimensi standar yang berukuran 240 x 240 x 200 cm.

g. *Elliptical Machine*



Gambar 2.23 *Elliptical Machine*

Sumber : amazon.com

Mesin ini menyerupai cara orang berjalan. Penggunaan alat ini untuk melatih otot kaki dengan cara menambahkan tekanan yang lebih dari Ketika saat biasanya berjalan. Memiliki dimensi 110 x 60 x 150 cm.

h. *Bicep Curl Machine*



Gambar 2.24 *Bicep Curl Machine*

Sumber : [skimbie.com](http://skimbie.com)

Berfungsi untuk melatih otot bicep. Alat tersebut membuat penggunaanya melakukan *bicep curl* menggunakan *barbell* namun posisi tubuh lebih baik dan stabil. Sehingga otot yang dilatih dapat dilakukan dengan baik. Memiliki dimensi standar yaitu 100 x 120 x 140 cm.

i. *Tricep Machine*



Gambar 2.25 *Tricep Machine*

Sumber : [Walmart.com](http://Walmart.com)

*Bicep Curl* digunakan untuk membentuk otot bicep, maka *tricep machine* digunakan untuk membentuk otot trisep. Gerakan yang dilakukan yaitu menarik beban kearah bawah untuk melatih otot trisep. Beban yang digunakan pun dapat disesuaikan.

#### 2.1.4 Aktivitas Umum Dan Latihan Kebugaran

Terdapat aktivitas dalam pusat kebugaran yang mana dapat dilakukan secara individual dan berkelompok. Oleh karena itu berkembang tren baru dengan berkembangnya kelas yang memerlukan ruang khusus dan merupakan tren baru seperti yang dijelaskan dalam majalah *Sport England* edisi “*fitness and Exercises Space* (2008:8) yaitu :

1. Tren studio
  - a. Pilates



Gambar 2.26 pilates

Sumber : beritarakyatbengkulu.com

Pilates ditujukan untuk peregangan otot. Pilates umumnya menggunakan alas sebagai matras untuk melindungi tubuh dari lantai atau supaya tidak licin. Selain itu ditunjang dengan beberapa alat penunjang lainnya. Pilates berfungsi untuk melatih kekuatan tubuh, meningkatkan kelenturan tubuh dan menegakkan postur tubuh dengan pengulangan

Gerakan yang sama. Dalam melakukan pilates membutuhkan konsentrasi dengan kebisingan rendah. Pilates dilakukan oleh pria, wanita dan anak-anak dari pemula bahkan atlet profesional.

b. Yoga



Gambar 2.27 yoga

Sumber : flokq.com

Yoga merupakan olahraga tubuh dan pikiran yang berfokus pada kekuatan, kelenturan, serta pernapasan demi peningkatan Kesehatan mental dan juga fisik. Olahraga yoga berasal dari india sejak 5000 tahun lalu pada masa hindunisme. Yoga membutuhkan kefokusannya sehingga kalau didalam ruangan diharapkan ruangan dapat kedap suara dengan penggunaan material PET (*Polyethylene Terephthalate*). Menurut dokter Rizal Fadli (2020) yoga memiliki manfaat diantaranya :

- Membuat awet muda
- Sebagai sarana relaksasi
- Memperbaiki postur tubuh
- Meningkatkan kualitas tidur

c. Kickboxing/ boxing aerobic



Gambar 2.28 kickboxing

Sumber : wolipop.detik.com

Kelas tersebut menggabungkan antara Latihan aerobic tradisional dengan boxing dan Teknik kickboxing. Dalam latihannya peserta menggunakan sarung tangan khusus, dan beberapa bantalan khusus Latihan. Peserta membutuhkan tenaga yang banyak untuk mengikuti kelas tersebut.

d. Dance aerobic



Gambar 2.29 dance aerobic

Sumber : APKpure.com

Terdapat banyak variasi untuk menggabungkan Latihan aerobik dan dance. Selain untuk berolahraga kelas ini juga bertujuan untuk memberikan rasa senang pada peserta kelas tersebut. Kelas ini membutuhkan tempat yang luas yang dapat mengakomodir segala kegiatan dance aerobik.

e. Floating yoga



Gambar 2.30 floating yoga

Sumber : klikdokter

Merupakan bagian dari Latihan tubuh yaitu yoga. Namun floating yoga memiliki perbedaan dengan yoga pada umumnya. Dalam floating yoga keseimbangan tinggi sangat dibutuhkan. Floating yoga dilakukan dengan menggunakan alat bantu yang terbuat dari kain lembut dan biasanya digantung pada langit-langit ruangan. Kain ini membantu menopang tubuh selama melakukan kegiatan floating yoga tersebut. Olahraga yoga ini cocok bagi mereka yang sangat menyukai tantangan.

#### d. Pole Dance



Gambar 2.31 pole dance

Sumber : wow.keren.com

Beberapa tahun belakangan olahraga pole dance mulai terkenal dan mulai dilirik masyarakat. namun masih terdapat kontroversi terkait pole dance yang dilabeli sebagai penari tiang seksi.

Pole dance dipercaya sebagian orang sebagai pertunjukan yang menggabungkan Teknik acrobatic dan tarian. Selain membuat tubuh menjadi indah, pole dance juga dikompesisikan dalam olimpiade musim panas 2012.

Olahraga Pole Dance memiliki banyak manfaat bagi Kesehatan dan tubuh yaitu meningkatkan kekuatan dan kelenturan tubuh, mengurangi stress dan kecemasan dan lain sebagainya.

#### **2.1.5 Manfaat Latihan Kebugaran**

Menurut dr. Meva Nareza (2020) terdapat banyak manfaat yang kita dapatkan apabila rajin melakukan kegiatan Latihan kebugaran diantaranya :

##### 1. Menjaga berat badan

Latihan kebugaran dapat membakar kalori yang ada di dalam tubuh. Hal inilah yang bisa menjaga berat badan ataupun menurunkan berat badan. Menjaga berat badan selain dengan olahraga tentunya harus

dibarengi dengan pola hidup sehat sehingga mendapatkan hasil yang maksimal.

## 2. Mengontrol kadar gula darah

Latihan kebugaran dapat mengendalikan atau menurunkan kadar gula dalam darah. Dikarenakan saat berolahraga, sel tubuh lebih mudah mengambil gula di dalam darah. Maka dengan berolahraga secara rutin dan teratur kadar gula darah akan menjadi lebih stabil dan resiko terkena diabetes pun akan berkurang.

## 3. Mengurangi resiko terkena penyakit kardiovaskuler

Rutin melakukan Latihan kebugaran dapat mengurangi resiko terhadap penyakit jantung dan pembuluh darah. Selain itu, olahraga yang rutin dapat melatih otot jantung lebih kuat untuk memompa darah ke seluruh tubuh. Otot jantung yang kuat membuat tekanan darah tetap stabil. Hal inilah yang meminimalisir resiko terkena penyakit jantung dan pembuluh darah.

Latihan kebugaran juga bermanfaat meningkatkan kadar kolesterol baik dan menurunkan kadar kolesterol buruk di dalam sehingga menurunkan resiko penyakit jantung koroner.

## 4. Menjaga Kesehatan tulang

Olahraga secara rutin dapat mencegah terjadinya osteoporosis, terutama bagi orang dengan rentang usia 20 hingga 30 tahun. Terbukti orang yang aktif dalam melakukan Latihan kebugaran/olahraga terbukti memiliki kepadatan tulang dan kepadatan otot yang lebih baik.

## 5. Memperbaiki mood

Latihan kebugaran membuat suasana hati menjadi lebih baik. Latihan kebugaran dapat meningkatkan hormone endorphin yaitu hormone yang dapat memicu rasa senang dan perasaan positif. Selain

itu dengan rutin Latihan dapat menghilangkan pikiran negative dalam pikiran.

#### 6. Mengurangi stress dan depresi

Latihan yang dilakukan secara rutin dapat mengurangi stress dan meringankan gejala depresi. Olahraga juga dapat memperbaiki kualitas tidur di malam hari sehingga keesokan harinya dapat mengurangi stress.

Olahraga juga dapat meningkatkan kadar serotonin dalam darah yang umumnya berkurang pada penderita deperesi. Orang yang rutin berolahraga juga cenderung memiliki emosi dan Kesehatan mental yang lebih baik.

#### **2.1.6 Persyaratan Terhadap Rancangan Pusat Kebugaran**

Pusat kebugaran memiliki beberapa persyaratan dalam perancangannya. Persyaratan yang dapat diterapkan dalam pusat kebugaran (Padma Ayu Lestari, 2010). Persyaratan standar ruang Latihan kebugaran adalah sebagai berikut (Puspitarani, 2010 : 22 dalam Catur Afif Kurniawan, 2017) :

1. Ruang olahraga dirancang supaya dapat memenuhi kebutuhan pengguna pusat kebugaran dan dapat berfungsi dalam jangka waktu 10 tahun kedepan.
2. Loker, ruang bilas dan ruang ganti diusahakan berada di dalam pusat bangunan sehingga dapat mewadahi seluruh aktivitas.
3. Lantai yang digunakan harus kuat, tahan benturan, stabil, tifoldak licin dan dilapisi penutup lantai yang sesuai. Hal ini untuk memastikan supaya menghindari pengguna dan alat agar tidak tergelincir saat digunakan.
4. Pada area dinding dipasang cermin setinggi tubuh manusia yang berfungsi untuk mengontrol Gerakan tubuh peserta saat melakukan Latihan.
5. Ruangan harus memiliki intensitas dan sirkulasi uadara yang baik.

6. Tinggi plafond pada pusat kebugaran minimal 2,4 m.
7. Sistem listrik untuk alat fitness dan audio dipisah.
8. Luas jendela 20% dari jumlah luas seluruh luas ruangan dengan cahaya internal yang tidak menyilaukan (*sun blinds*)

## **2.2 Tinjauan Pusat Relaksasi Spa**

### **2.2.1 Definisi Relaksasi**

Relaksasi berasal dari kata rileks (*Relax*) yang berarti mengurangi, mengendalikan, mengendurkan, melemahkan, melembutkan dan bersantai.

Relaksasi juga dapat diartikan tenang sekali, santai. Sehingga dapat diketahui arti relaksasi adalah beristirahat dan bersantai (Drs. K Adi Gunawan, 2004).

Menurut Goldfried & Davidson, dalam Muh. Arifai (2017) pelepasan otot dalam kegiatan relaksasi dapat mengurangi ketegangan dan kecemasan. Dalam bukunya Jacobson dijelaskan mengenai hal yang sering dilakukan seseorang saat mengalami ketegangan dan kecemasan. Pada saat tubuh dan pikiran rileks, secara otomatis ketegangan yang seringkali membuat otot-otot mengencang akan diabaikan (Zalaquett & McCraw, 2000).

Secara garis besar relaksasi merupakan sesuatu yang positif yang memberikan kenyamanan dan kepuasan bagi penggunanya. Relaksasi bertujuan supaya dapat melupakan sejenak kecemasan dalam diri kita dan mengistirahatkan pikiran dan tubuh dengan cara menyalurkan ketegangan kepada suatu kegiatan yang positif dan menyenangkan.

### **2.2.2 Prinsip Dalam Relaksasi**

Terdapat prinsip atau inti dalam melakukan relaksasi diantaranya :

1. Relaksasi lebih terasa nyaman apabila seorang lebih membutuhkan penyemangat, dan gairah baik itu mental maupun fisik.
2. Relaksasi tidak akan berhasil apabila tidak dibarengi oleh niat dan tujuan untuk memperbaiki dan menjaga kebugaran tubuh.

3. Relaksasi adalah penyelamatan diri. Maksudnya jiwa yang sehat membuat pikiran lebih tenang sehingga menghindarkan dari stress.

### 2.2.3 SPA Sebagai Sarana Relaksasi



Gambar 2.32 SPA

Sumber : harpersbazaar.co.id

SPA berasal dari singkatan *Sante Par Aqua* (bahasa Perancis) atau *Solus Per Acqua* (bahasa Latin) yang artinya air penyembuhan. Dari dulu perawatan yang menggunakan medium air ini dipercaya bisa melahirkan harmonisasi dan keseimbangan bagi tubuh (Cita Cinta, 2005).

SPA merupakan salah satu bentuk perawatan yang bermanfaat bagi tubuh. Selain digunakan untuk kecantikan, SPA juga membantu dalam relaksasi tubuh sehingga dapat meningkatkan kebugaran tubuh. SPA memiliki tujuan untuk menyegarkan kembali pikiran dan membuat tubuh lebih nyaman dan relaks.

Dengan perawatan SPA, selain wajah dan tubuh yang cantik. Pikiran dan jiwa pun menjadi rileks, sehingga secara keseluruhan menjadi cantik dalam maupun cantik luar.

#### 2.2.4 Klasifikasi Jenis Spa

Spa pada dasarnya memiliki berbagai jenis sesuai dengan pelayanannya (MenKes No. 1205/MENKES/Per/X/2004). Dapat digolongkan dalam beberapa jenis diantaranya yaitu :

- a. *Day Spa* – merupakan jenis spa yang dapat dilakukan setiap hari dan waktu yang dibutuhkan cenderung lebih singkat yaitu antara satu hingga enam jam. Program yang ditawarkan berupa perawatan tubuh, kecantikan, Kesehatan, dan relaksasi tubuh.
- b. *Destination Spa* – jenis spa yang menawarkan perawatan kecantikan, kebugaran dan relaksasi. Waktu pelaksanaannya minimal satu hari penuh sehingga tersedia akomodasi bagi pengunjung.
- c. *Club Spa* – merupakan spa yang digabung dengan klub kebugaran yang memiliki fasilitas utama fitness.
- d. *Cruise Spa* – jenis spa yang memiliki program dalam bentuk perjalanan dengan kapal pesiar.
- e. *Amenity Spa* – spa ini merupakan fasilitas penunjang yang ada di hotel atau resort. Sehingga pengunjung dapat memanfaatkan waktu untuk kegiatan spa.
- f. *Mineral Spring Spa* – terapi yang paling utama digunakan pada spa ini ialah air mineral sebagai *hydrotherapy*.
- g. *Holistic Spa* – jenis spa yang fokus pada penyembuhan dengan nutrisi untuk mencapai Kesehatan fisik dan psikis.
- h. *Medical Spa* – merupakan spa yang memiliki program utama untuk pengobatan Kesehatan dengan metode medis.

Dari penjelasan tentang jenis jenis spa diatas maka perancangan spa yang akan diterapkan termasuk kedalam kategori *Club spa* yang mana digabungkan dengan pusat kebugaran dalam satu fungsi bangunan.

Terdapat pendapat lain menurut Joffrey Joseph pada tugas akhir R.Sujat dengan judul “Hotel Resort dengan Fasilitas Spa di Kaliurang” spa dapat digolongkan dalam beberapa jenis :

- a. Spa Klasik – merupakan jenis spa yang fasilitas-fasilitasnya diarahkan untuk kebugaran dan bersantai, mengurangi berat badan, memanjakan tubuh untuk relaksasi.
- b. Spa dalam sebuah hotel/ resort – merupakan Spa yang berada didalam sebuah hotel atau resort yang merupakan fasilitas pendukung yang ditawarkan kepada tamu atau pengunjung yang bukan tamu. Spa dalam hotel tersebut bersifat opsional atau bukan sebuah keharusan.
- c. Spa merawat – merupakan spa yang menawarkan pada tamu atau pengunjung dengan perawatan atau program terbaik yang berkaitan dengan spa. Apabila dikategorikan, spa tersebut termasuk kategori konsumen golongan atas.
- d. Retret gaya baru – spa yang menekankan pada program Kesehatan fisik dan mental spiritual. Latihan yang dilakukan bukan berfokus pada Latihan otot fisik saja, karena perbaikan mental dan spiritual yang lebih diutamakan.
- e. Spa untuk mengurangi berat badan – ditujukan kepada orang yang memiliki masalah dengan berat badan. Program yang ditawarkan yaitu berkaitan dengan pengendalian berat badan, mengurangi stress serta Teknik-teknik relaksasi.
- f. Spa sumber air mineral – spa ini menawarkan program pijatan dan terapi dengan menggunakan air seperti hidroterapi.
- g. Spa dengan bepergian keluar negeri – spa ini banyak dikombinasikan dengan perjalanan wisata. Pengunjungnya kebanyakan orang luar negeri yang memiliki tujuan berwisata. Spa ini terdapat dikawasan eropa.

### 2.2.5 Persyaratan Terhadap Rancangan Spa

Spa memiliki beberapa persyaratan dalam perancangannya. Persyaratan yang dapat dipenuhi dalam rancangan bangunan Spa (Permenkes RI no 8, 2014) meliputi :

- a. Ventilasi dapat menjamin peredaran udara di dalam ruangan dengan baik sehingga pertukaran udara terjadi dengan lancar. Ventilasi minimum 15% dari luas lantai bangunan. Apabila ventilasi tidak memungkinkan diterapkan, maka dapat digunakan bantuan dengan AC, kipas angin, maupun *exhaust fan*.
- b. Intensitas cahaya yang memenuhi syarat untuk melakukan kegiatan yang memerlukan ketelitian seperti perawatan tangan, kaki, dan wajah maka dibutuhkan pencahayaan diatas 500 lux dalam artian harus terang yang dapat menunjang kegiatan. Begitupun dengan kegiatan lainnya dapat disesuaikan.
- c. Toilet dipisah antara laki-laki maupun perempuan
- d. Disediaknya area tempat cuci tangan dengan kelengkapan lainnya dan memenuhi syarat-syarat Kesehatan.
- e. Tersedianya air bersih serta menjaga kehygienisan peralatan yang digunakan.
- f. Untuk kenyamanan, suhu ruangan sebaiknya berkisar antara 22-25°C dengan kelembaban sekitar 40 – 70 %

### 2.2.6 Manfaat kegiatan Spa

Spa umumnya terdapat di pusat kecantikan, namun juga dapat digabungkan dengan kegiatan kebugaran. Selain itu seperti resort maupun hotel umumnya memiliki fasilitas Spa yang dapat digunakan oleh para tamu. Terdapat banyak jenis perawatan spa yang ditawarkan, namun konsumen dapat memilih sesuai yang diinginkan.

Orang yang merasa penat dalam bekerja seharian dapat melakukan perawatan di spa untuk mendapatkan kesegaran tubuh kembali. Selain sebagai kegiatan untuk relaksasi. Spa juga memiliki manfaat untuk Kesehatan

tubuh. Hal ini membuktikan bahwa Spa sangat bermanfaat apabila dilakukan dan waktu yang terpakai tidak terbuang sia-sia.

Spa memiliki berbagai manfaat bagi tubuh, beberapa manfaat Spa diantaranya yaitu (dr. Kevin Adrian, 2019) :

- Memberi efek relaksasi, perawatan SPA yang memadukan antara pijat, aromatherapy maupun air memberikan kenyamanan bagi tubuh dan membuat pikiran rileks. Hal ini efek dari produksi hormon endorphin.
- Mengurangi nyeri dan ketegangan otot, tubuh yang pegal dan kurang berenergi dapat direlaksan dengan perawatan SPA.
- Membersihkan dan mencerahkan kulit, terdapat perawatan Spa yang difokuskan untuk perawatan wajah, seperti pijatan pada wajah menggunakan produk anti aging yang dapat merangsang produksi kolagen, sehingga kulit tampak lebih muda dan bercahaya. Selain itu berendam dengan air hangat juga sangat bermanfaat bagi tubuh.
- Menjaga Kesehatan jantung,
- Membuat tidur lebih nyenyak, perawatan spa dapat membuat tidur lebih nyenyak. Pijatan yang diberikan pada perawatan spa bisa membuat tubuh terasa nyaman dan tenang, hal ini pun mempengaruhi kualitas tidur.

### **2.3 Antropometri Pusat Kebugaran dan Relaksasi Spa.**

Antropometri merupakan studi yang memiliki hubungan dengan ukuran dimensi tubuh manusia. Menurut Nurmiyanto (1991) antropometri merupakan kumpulan data numerik yang berhubungan dengan karakteristik tubuh manusia, bentuk, ukuran dan kekuatan serta data tersebut dapat digunakan untuk penanganan masalah desain. Secara garis besar antropometri merupakan studi tentang pengukuran dimensi tubuh manusia. Data antropometri ini digunakan untuk keperluan yang dibutuhkan, missal seperti perancangan ruang kerja agar memperoleh ukuran-ukuran yang sesuai dengan dimensi tubuh manusia serta dapat menciptakan kenyamanan bagi penggunanya.

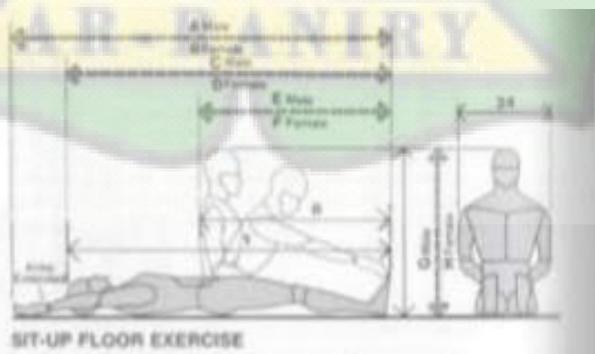
Perancangan Pusat Kebugaran dan Relaksasi Spa Khusus Wanita dilengkapi data antropometri yang dapat digunakan sebagai pertimbangan dalam perancangan yang akan dibuat. Memiliki tujuan untuk menciptakan fasilitas dan ruang olahraga dan spa yang nyaman bagi pengunjung. Sehingga data antropometri dibutuhkan supaya menghasilkan perancangan yang baik.



Gambar 2.33 latihan senam

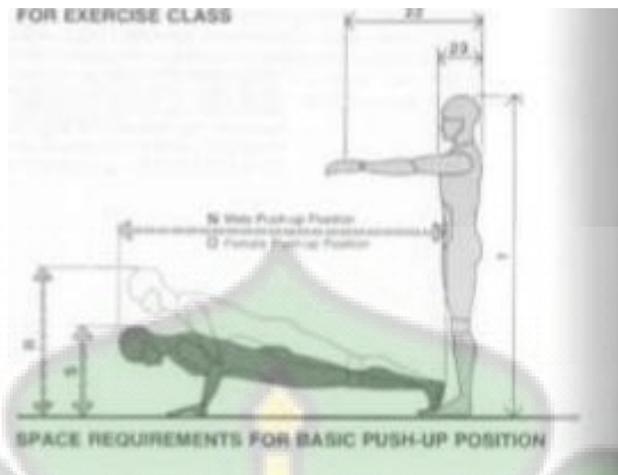
Sumber : panero & zelnik (2003)

Pada gambar di atas merupakan data antropometri yang dapat dijadikan acuan dalam menentukan ruang minimal bagi seseorang dalam melakukan latihan. Umumnya latihan yang dilakukan dalam posisi berdiri seperti senam, dance aerobic dan lain sebagainya. Gerakan pada gambar diatas merupakan referensi yang dapat digunakan dalam perancangan nantinya. Jarak rentang tangan dan rentang tubuh serta ruang gerak keseluruhan harus dijadikan pertimbangan dalam desain.



Gambar 2.34 latihan sit up

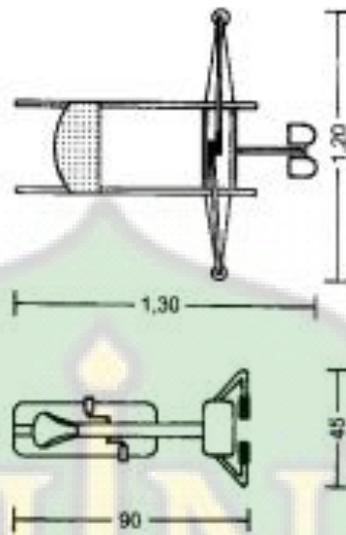
Sumber : panero & zelnik (2003)



Gambar 2.35 latihan push up

Sumber : panero & zelnik (2003)

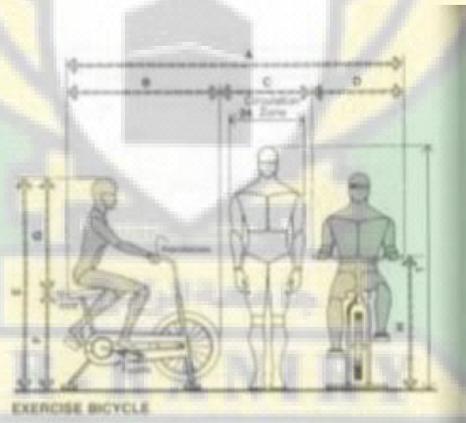
Sebelum memulai olahraga umumnya gerakan dasar seperti sit up, push up, dan lainnya pasti dilakukan untuk pemanasan tubuh sebelum melakukan olahraga yang lebih berat. Area untuk melakukan sit up disesuaikan dengan postur tubuh tiap orang. Ukuran idealnya adalah 2 meter supaya latihannya lebih leluasa. Selain area latihan yang disesuaikan dengan kebutuhan anggota tubuh namun juga diberi area kosong atau space supaya area latihan lebih lega dan pengguna pun nyaman dalam beraktivitas.



① Alat dayung/alat kayuh dan Argometer sepeda

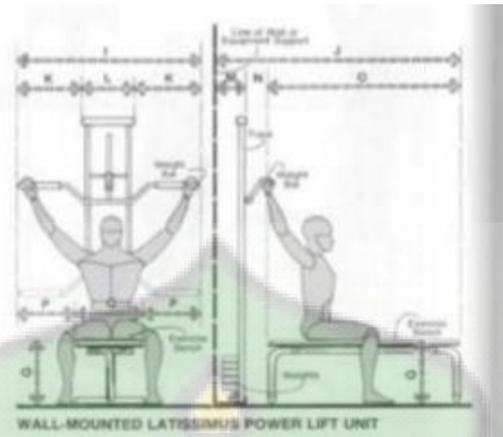
Gambar 2.36 dimensi alat latihan sejenis *static cycle*

Sumber : Data arsitek



Gambar 2.37 sepeda statis

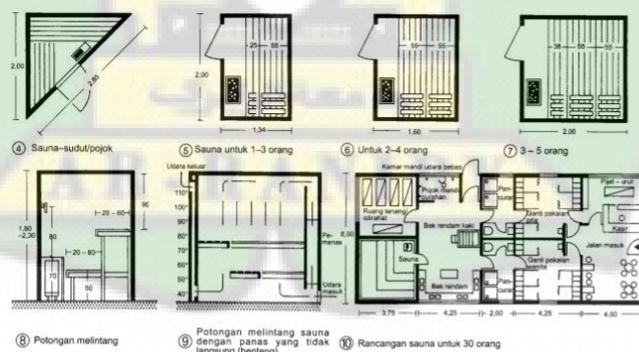
Sumber : panero & zelnik (2003)



Gambar 2.38 latihan beban

Sumber : panero & zelnik (2003)

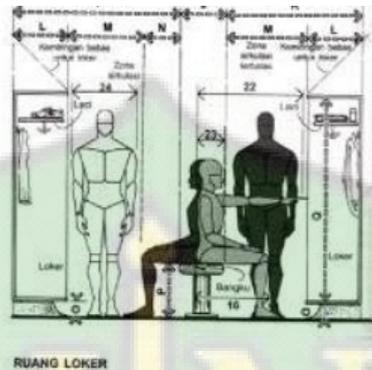
Ruang gym merupakan ruang yang yang digunakan untuk melakukan aktivitas olahraga dengan alat-alat dan peralatan yang disediakan. Pada gambar menunjukkan penggunaan peralatan latihan yang umumnya terdapat di gym atau fitness. Ukuran ruang yang dibutuhkan disesuaikan dengan dimensi dari ukuran alat yang digunakan serta ditambahkan sirkulasi untuk gerak pengguna supaya lebih nyaman. Dimensi dan ukuran ruang latihan perorang disesuaikan dengan ukuran dari dimensi alat yang digunakan.



Gambar 2.39 ukuran sauna berdasarkan jumlah pengguna

Sumber : data arsitek

Sauna dapat dibedakan ukurannya sesuai dengan jumlah orang didalamnya. Semakin sedikit orang maka akan lebih terasa privasi dan kesan relaksasinya.



Gambar 2.40 ukuran ruang loker

Sumber : panero & zelnik (2003)

Loker merupakan area yang dibutuhkan bagi pengguna pusat kebugaran dan relaksasi Spa. Loker digunakan untuk mengganti pakaian dan menyimpan barang pribadi dan keperluan lainnya. Dimensi loker harus sesuai dengan antropometri manusia dan memiliki ruang gerak yang nyaman sehingga tidak membuat pengguna berdesak-desakan. Selain itu meskipun digunakan sebagai ruang penyimpanan namun pencahayaan dan penghawaan harus diperhatikan supaya ruangan tidak pengap.

## 2.3 Tinjauan Salon

### 2.3.1 .Pengertian

Menurut kamus saku Oxford Learner's Pocket Dictionary, salon yaitu tempat di mana penata rambut dan penata kecantikan bekerja. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, pengertian salon adalah ruang (kamar) yang diatur dan dihias dengan baik. Secara umum, salon dapat dibagi menjadi dua bagian, yakni beauty salon (salon kecantikan, wajah atau tubuh) dan hair salon (salon rambut). Tetapi pemakaian kata salon saja sudah dapat mewakili keduanya. Salon merupakan tujuan masyarakat ketika hendak mempercantik

diri. Oleh karena itu, ada pula istilah salon kecantikan, yaitu tempat (gedung dsb) orang merawat kecantikan (merias muka, menata rambut, dan lainnya).

### 2.3.1 Jenis – Jenis Perawatan

Berikut ini merupakan jenis- jenis perawatan yang biasa ditawarkan di salon (Siregar 10-13), diantaranya yaitu :

1. Penataan Rambut , perawatan yang berhubungan dengan penataan rambut sehingga membuat penampilan seseorang berbeda. Penataan rambut mencakup pemotongan dan pewarnaan rambut, pencucian rambut, pelurusan atau pengeritingan , hair extension dan lain sebagainya.
2. Perawatan Rambut Perawatan yang difokuskan untuk kesehatan rambut yang biasanya dilanjutkan juga dengan pemijatan kepala, leher dan punggung. Juga dengan pemberian vitamin rambut setelahnya
3. Perawatan tubuh Perawatan yang fokus pada kecantikan dan keindahan kulit tubuh, seperti Pemijatan badan atau body massage, Body scrub, Body whitening, dan Firming.
4. Perawatan Muka Perawatan khusus untuk keindahan kulit muka seperti Facial
5. Manicure Perawatan yang menghususkan keindahan dan kesehatan tangan, terutama pada kuku. Nail care yaitu perawatan kesehatan kuku juga termasuk perawatan manicure. Nail art yaitu penataan kuku yang dibuat semenarik mungkin dengan memakai berbagai macam warna kuteks ataupun dengan glitter dan manik-manik. Dan juga Pemijatan telapak dan keseluruhan tangan.
6. Pedicure Perawatan khusus untuk kesehatan dan keindahan pada kaki, terutama pada kuku dan kulit telapak kaki. Berikut jenis-jenis perawatan Pedicure, seperti Pemotongan kuku kaki, Pemijatan kaki, Penggosokan kulit telapak kaki dengan batu khusus untuk

menghilangkan sel-sel kulit mati yang banyak terdapat di telapak kaki, Nail art, sama seperti manicure, dalam perawatan pedicure juga disediakan Nail art, namun biasanya pengaplikasiannya tidak terlalu berlebihan seperti pada kuku tangan.

7. Penghilangan Bulu atau Hair Removal Merupakan perawatan yang khusus untuk menghilangkan bulu atau rambut yang tidak diinginkan pada bagian-bagian tubuh, seperti alis mata, bawah lengan (ketiak), kaki, tangan, maupun pada bagian intim. Jenis-jenis penghilangan bulu yaitu Waxing merupakan proses penghilangan bulu dengan mengoleskan lilin cair ke bagian yang diinginkan, lalu dicabut memakai strip, Threading yaitu teknik penghilangan bulu dengan memakai benang, Laser hair removal yaitu teknik penghilangan bulu permanen dengan memakai laser. Tidak semua salon menyediakan fasilitas ini karena memang teknik dan alatnya ini masih terbatas.
8. Make-Up Tata rias wajah dengan menggunakan peralatan kosmetik untuk memperoleh estetika pada wajah yang dapat mengubah penampilan.

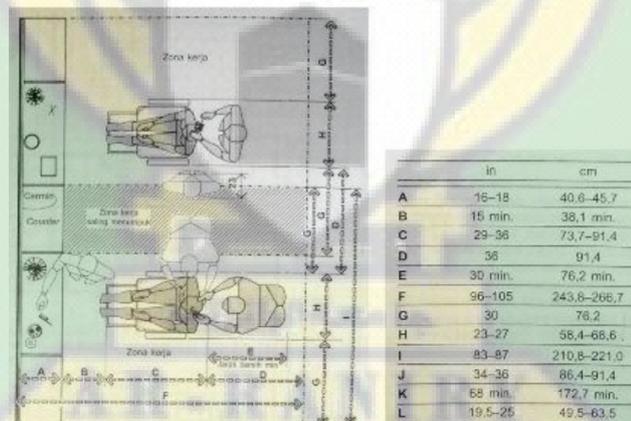
### **2.3.2 Persyaratan salon**

Dalam buku *The Official Guide to the City & Guilds Certificate in Salon Services* (John Armstrong, 2006, Thomson Learning) hal-hal yang perlu diperhatikan untuk keselamatan dan kesehatan lingkungan sebuah salon adalah sebagai berikut :

- Penghawaan setiap ruangan di tempat kerja.
- Perlunya diperhatikan ventilasi dan kelembaban udara di setiap ruangan.
- Fasilitas penting seperti toilet dan area pencucian peralatan salon harus diperhatikan.
- Adanya area sirkulasi atau koridor dan tidak boleh ada halangan.
- Pemilihan lantai yang baik, tidak boleh licin agar tidak mengganggu aktifitas salon.

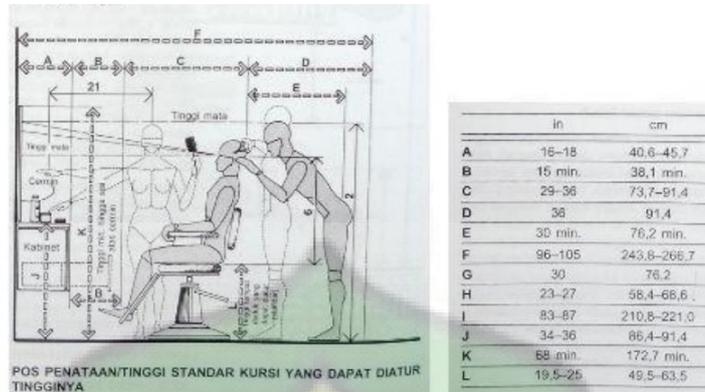
- Pemeliharaan peralatan elektronik dalam salon seperti hair dryer, catokan, dan sebagainya, harus disimpan dengan benar dan selalu dilakukan pemeriksaan apakah ada kerusakan.
- Kebersihan peralatan salon.
- Penyediaan pembuangan limbah khusus karena adanya bahan-bahan kimia yang digunakan dalam salon, seperti pewarna rambut, shampo, dan sebagainya.
- Memiliki peralatan lengkap untuk pemadaman kebakaran, juga perlunya koridor untuk evakuasi.
- Melaporkan apabila ada kerusakan dalam segala hal, seperti peralatan, kaca, lemari, dan sebagainya yang dapat menjadi membahayakan.

Berikut ini juga adalah studi antropometri pada pembuatan ruang sebuah salon terhadap dimensi manusia, seperti pada area styling, area tunggu, area pengeringan rambut dan juga pada pos pencucian rambut



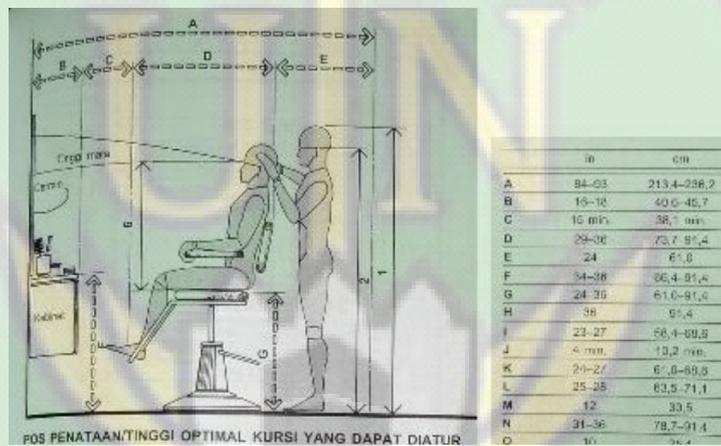
Gambar 2.41 standar jarak pada area styling

Sumber : panero & zelnik (2003)



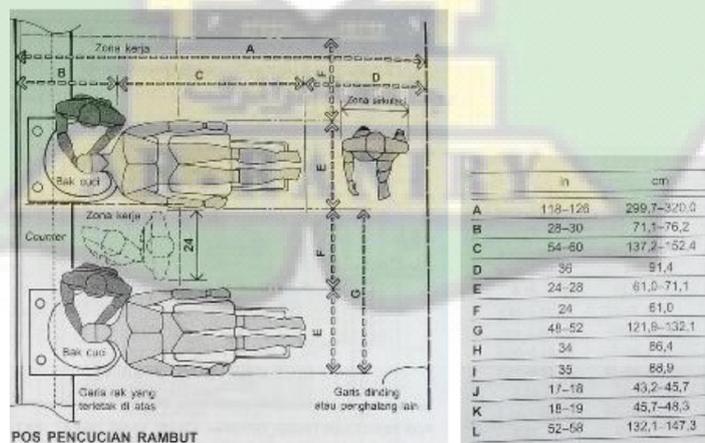
Gambar 2.42 standar tinggi kursi pada area styling

Sumber : panero & zelnik (2003)



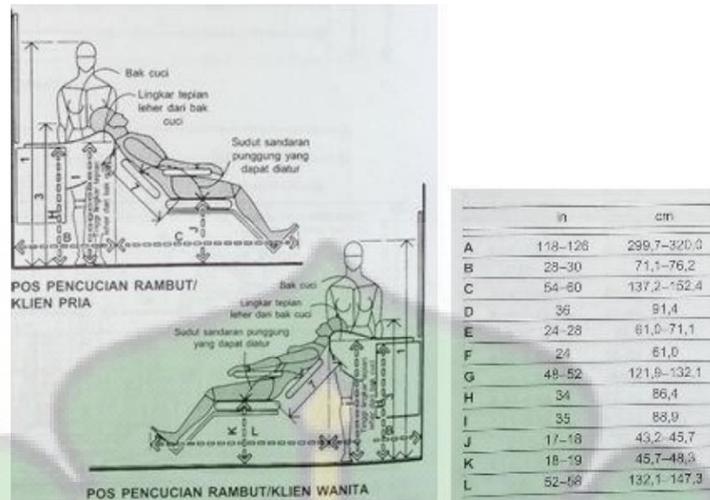
Gambar 2.43 standar tinggi kursi optimal

Sumber : panero & zelnik (2003)



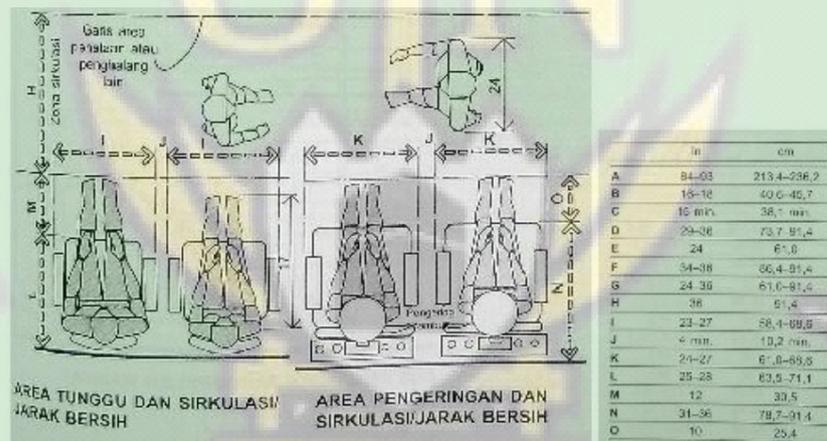
Gambar 2.44 standar sirkulasi pos pencucian

Sumber : panero & zelnik (2003)



Gambar 2.45 pos pencucian rambut

Sumber : panero & zelnik (2003)



Gambar 2.46 sirkulasi area tunggu dan pengeringan

Sumber : panero & zelnik (2003)

## **2.4 Tinjauan Lokasi**

### **2.4.1 Faktor Pertimbangan Pemilihan Lokasi**

Dalam menentukan lokasi perancangan pusat kebugaran dan relaksasi dibutuhkan beberapa kriteria yang menjadi pertimbangan diantaranya :

- a. Lokasi merupakan lokasi yang memiliki tingkat kebisingan sedang hingga rendah, dan peruntukan lahan yang memiliki fungsi sebagai Kawasan perdagangan dan jasa maupun pelayanan publik.
- b. Lokasi berada tidak jauh dari pusat kota sehingga mudah di akses dari segala arah dan sesuai sebagai pusat pelayanan jasa bagi masyarakat.
- c. Lokasi memiliki aksesibilitas dan pencapaian yang relative mudah terhadap fasilitas umum lainnya yang dapat mendukung aktivitas dan keberadaan bangunan.
- d. Terdapat fasilitas pendukung di sekitar lokasi dan terdapat sarana dan prasarana seperti listrik, air dan utilitas agar kegiatan dapat berjalan lancar.

Sesuai dengan fungsi bangunan sebagai tempat perdagangan dan pelayanan jasa yang diperuntukkan sebagai pusat kebugaran dan relaksasi bagi masyarakat, maka pusat kebugaran dan relaksasi tersebut di bangun pada lokasi yang sesuai dengan peruntukan lahan yang berlaku sesuai dengan peraturan tata ruang dan wilayah kota Banda Aceh.

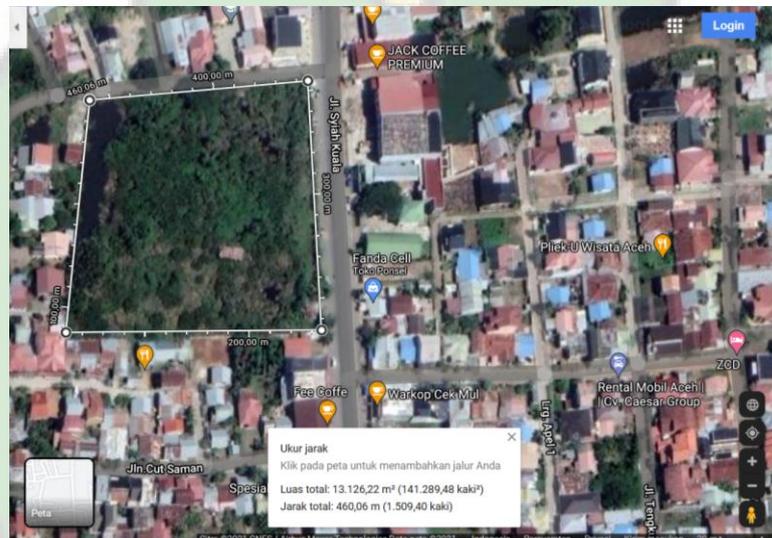
Berdasarkan Qanun RTRW 2009 - 2029, Kawasan perdagangan dan pelayanan jasa diarahkan pada Kawasan PK lama meliputi wilayah kecamatan Baiturrahman, Kuta Alam dan Kuta Raja dan PK baru meliputi kecamatan Banda Raya dan Lueng Bata. Selain itu pusat perdagangan dan jasa tersebar di area jalur jalan utama. Dalam pemilihan lokasi tentunya disesuaikan jarak antara lokasi dan juga kesesuaian peruntukan lahan.

Oleh karena itu berdasarkan beberapa pertimbangan, maka diperoleh tiga alternatif Kawasan untuk pembangunan pusat kebugaran dan relaksasi Banda Aceh, yaitu :

1. Lamdingin, Kecamatan Kuta Alam, Kota Banda Aceh
2. Beurawe, Kecamatan Kuta Alam, Kota Banda Aceh
3. Pango, Kecamatan Ulee Kareng, Kota Banda Aceh

#### 2.4.2 Alternatif Lokasi

1. Lamdingin, Kecamatan Kuta Alam, Kota Banda Aceh

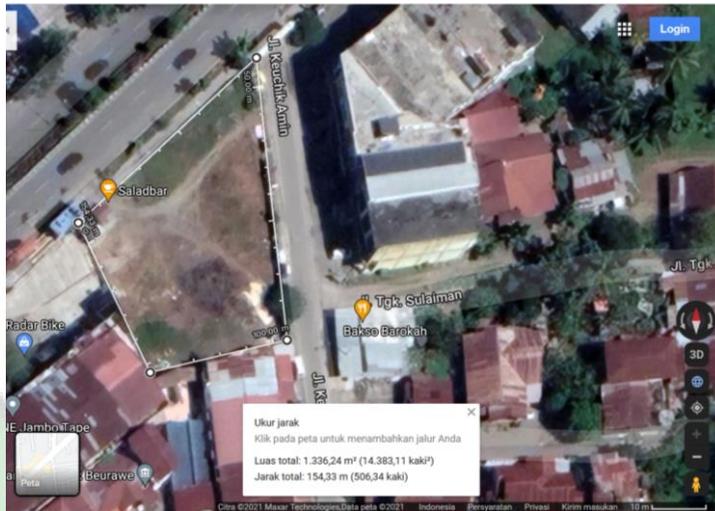


Gambar 2.47 Peta Alternatif I

Sumber : google.maps

Luas Lahan	: ± 13.126 m <sup>2</sup>
KDB maksimum	: 60 %
KLB maksimum	: 3,5
GSB minimum	: 12 meter
Tinggi bangunan maks	: maksimum 4 lantai
Peruntukan lahan	: Kawasan perdagangan dan pelayanan jasa

## 2. Beurawe, Kecamatan Kuta Alam, Kota Banda Aceh



gambar 2.48 Peta Alternatif II

sumber : google.maps

Luas Lahan	: ± 1.336.24 m <sup>2</sup>
KDB maksimum	: 80 %
KLB maksimum	: 4,5
GSB minimum	: 12 meter
Tinggi bangunan maks	: maksimum 6 lantai
Peruntukan lahan	: Kawasan perdagangan dan jasa dan pelayanan umum



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sarana transportasi umum</li> <li>• Kedekatan dengan terminal/bandara</li> <li>• Kemudahan pencapaian dari pusat kota</li> </ul>	3 3 3	3 3 3	3 3 3
	<b>Fasilitas lingkungan yang tersedia</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fasilitas Kesehatan terdekat</li> <li>• Fasilitas peribadatan terdekat</li> <li>• Fasilitas pelayanan perdagangan</li> </ul>	3 3 3	3 3 3	2 2 3
	<b>Kondisi lingkungan sekitar</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Polusi udara</li> <li>• Tingkat kebisingan rendah</li> <li>• Kesiediaan vegetasi</li> </ul>	2 2 3	1 1 1	2 1 2
	<b>Prasarana</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaringan listrik negara induk</li> <li>• Jaringan air bersih induk</li> <li>• Jaringan komunikasi</li> <li>• Drainase</li> </ul>	3 3 3 3	3 3 3 3	3 3 3 3
	<b>Jumlah</b>	42	38	37

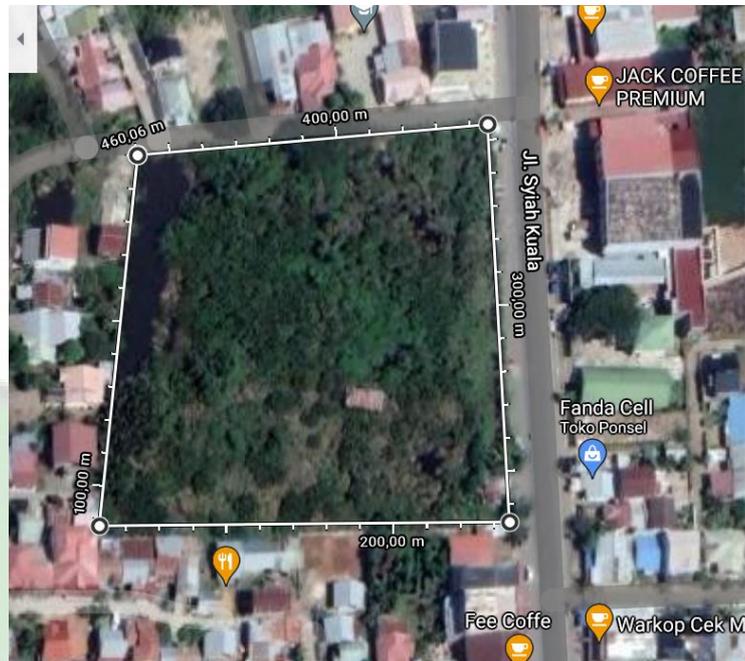
Sumber : Analisa penulis

Keterangan :

- 3 : Baik  
2 : Cukup  
1 : Kurang

Berdasarkan data penilaian diatas, maka lokasi yang terpilih dengan jumlah total nilai terbanyak adalah alternatif lokasi 1, yaitu Lamdingin, Kecamatan Kuta Alam, Kota Banda Aceh.

### 2.4.3 Lokasi Terpilih



Gambar 2.50 Lokasi terpilih

Sumber : google.maps

Lokasi terpilih yaitu di Jl. Syiah Kuala, lamdingin, Kecamatan Syiah Kuala, Banda Aceh. Lahan pada lokasi tersebut merupakan lahan kosong yang ditumbuhi oleh tanaman liar. Permukaan pada area lahan cenderung datar atau tidak terlalu berkontur. Memiliki luasan  $\pm 13.126 \text{ m}^2$ . Lahan memiliki batasan – batasan diantaranya :

- Utara : Jl. Tgk Di Pulo dan perumahan warga
- Timur : Jl. Syiah Kuala dan Ruko
- Barat : Perumahan warga
- Selatan : Ruko

Berdasarkan Qanun RTRW Banda Aceh tahun 2009-2029, peraturan yang terdapat di daerah tersebut yaitu :

Peruntukan lahan : Kawasan perdagangan dan pelayanan jasa

KDB maksimum : 60 %

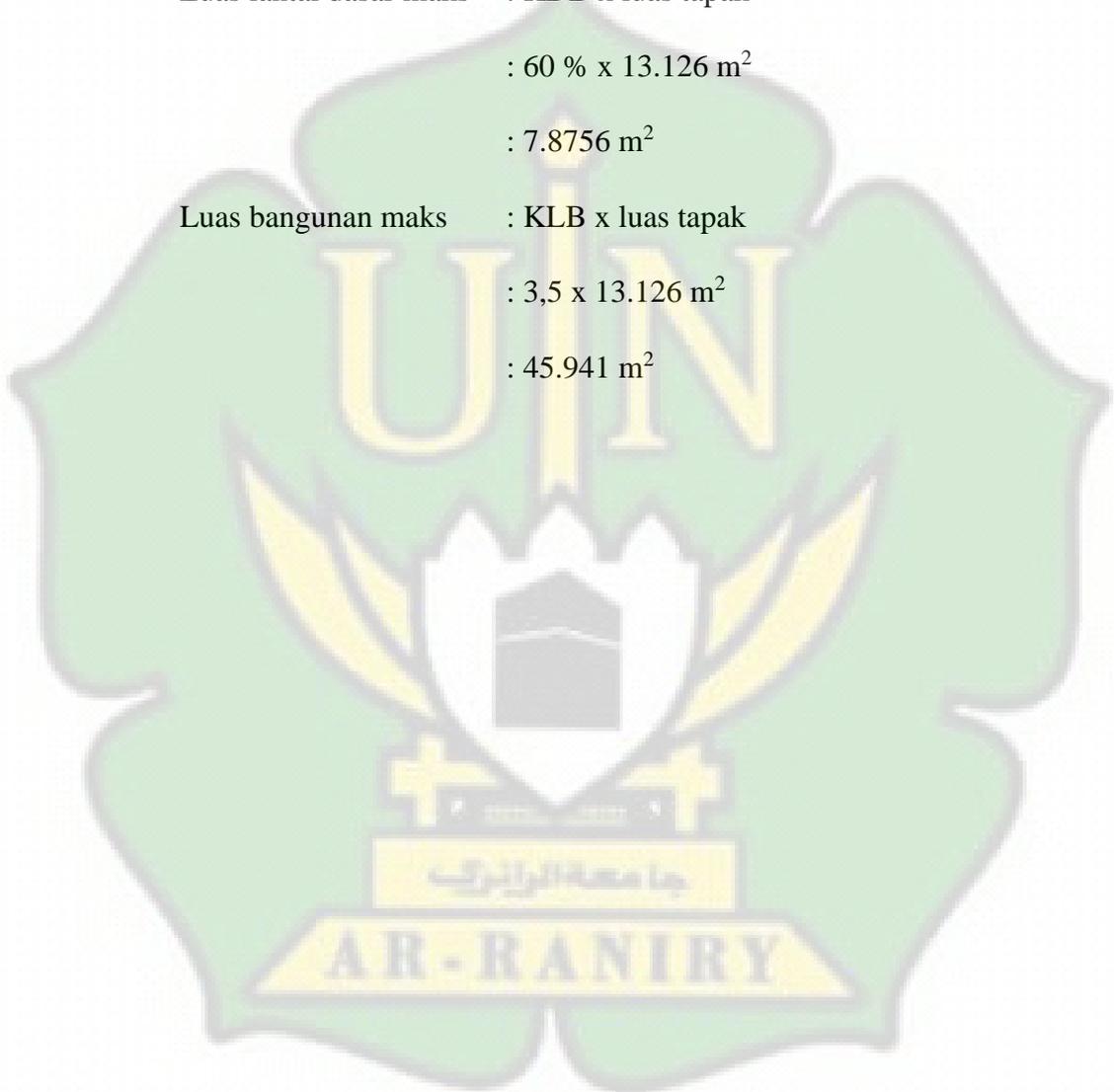
KLB maksimum : 3,5

GSB minimum : 12 meter

Ketinggian bangunan : maksimum 4 lantai

Luas lantai dasar maks : KDB x luas tapak  
: 60 % x 13.126 m<sup>2</sup>  
: 7.8756 m<sup>2</sup>

Luas bangunan maks : KLB x luas tapak  
: 3,5 x 13.126 m<sup>2</sup>  
: 45.941 m<sup>2</sup>



## 2.5 Studi Banding

### 2.5.1 Aqua Sport & Spa



Gambar 2.51 Aqua Sport & Spa

Sumber : *Archdaily.com*

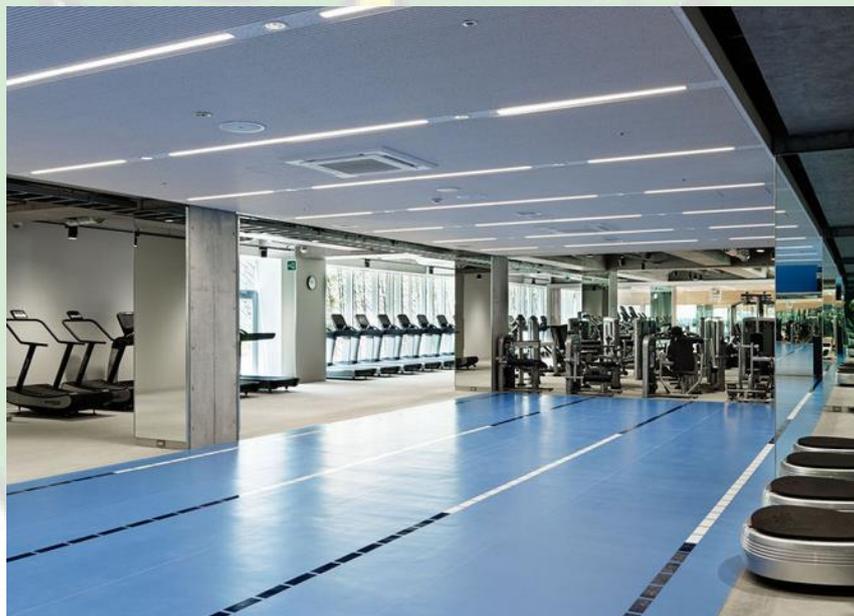
Aqua Sport & Spa merupakan bangunan yang memiliki fasilitas pusat kebugaran, spa, mandi jepang dan kegiatan lainnya. Bangunan ini terletak di Tokyo, tepatnya di situs lereng bukit yang curam yang dulunya merupakan bagian dari Kawasan pedesaan Tokugawa. Namun saat ini Gedung tersebut telah berkembang menjadi area permukiman, tetapi masih terdapat beberapa pohon besar yang menjadi pertimbangan dalam desain. Aqua Sports & Spa merupakan proyek pertama oleh COE Architecture International di Jepang.

Bangunan dirancang dengan estetika minimalis yang mengagumkan. Arsitek mengeksplorasi konsep barat dan jepang dalam bentuk dan juga materialnya. Tujuan dari desain Gedung tersebut yaitu untuk menciptakan bangunan transparan dengan kehadiran publik yang ramah dan bersahabat, bangunan yang tenang dan halus yang begitu kontras dengan lingkungan Tokyo yang semrawut atau sibuk.



Gambar 2.52 Kolam Renang

Sumber : *Archdaily.com*

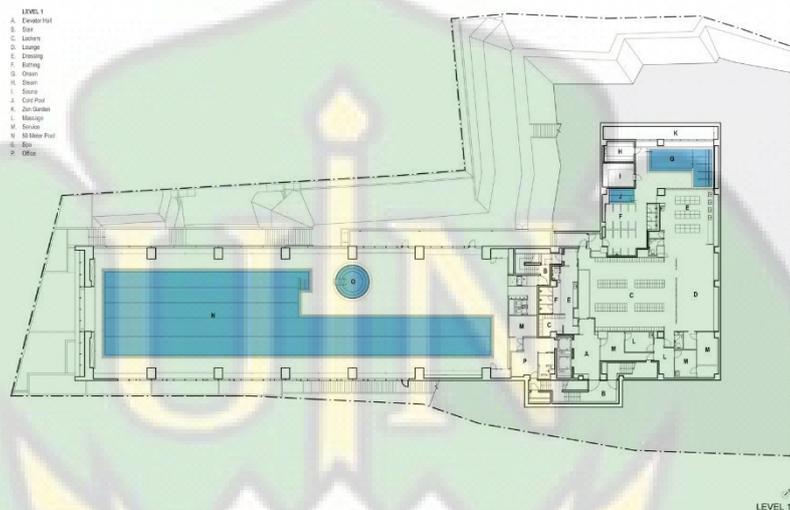


Gambar 2.53 Ruang olahraga

Sumber : *Archdaily.com*

Aqua Sport & Spa memiliki beberapa fasilitas yang terbagi dalam beberapa ruang yang melayani fungsi kebugaran dan kegiatan sosial. Fasilitas kebugaran yaitu kolam renang sepanjang 50 meter, area kebugaran,

ruang ganti, spa, pancuran mandi untuk pria dan wanita, serta pemandian jepang. Fasilitas yang termasuk kedalam fungsi sosial yaitu lounge, bar, ruang makan dan kafe umum dengan teras outdoor. Setiap kumpulan ruang ditempatkan secara terpisah sesuai volume beton putih atau abu-abu gelap yang terkait dan sesuai fungsinya.



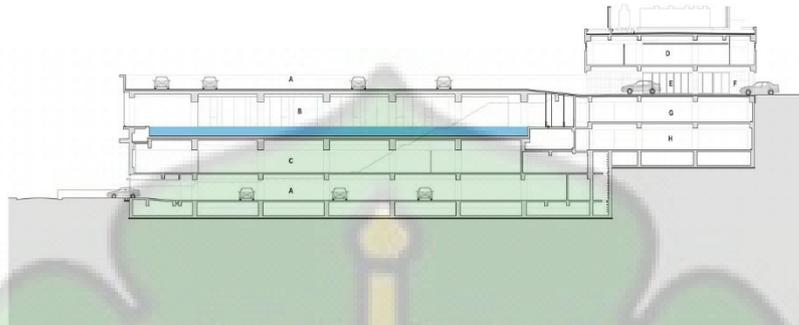
Gambar 2.54 Denah lantai 1

Sumber : *Archdaily.com*

Kolam renang di tempatkan pada lantai yang sejajar dengan jalan raya dan trotoar. Jendela besar pada bagian dinding bangunan memungkinkan pengguna bangunan dapat saling berinteraksi secara visual dengan jarak 2 meter dengan pejalan kaki (luar bangunan).

Terdapat lounge dibagian atas bangunan yang dapat digunakan oleh anggota klub. Area lounge memaksimalkan pemandangan puncak untuk dapat dinikmati. Selain itu terdapat area parkir di puncak Gedung yang dapat diakses melalui jalan menanjak disisi Gedung.

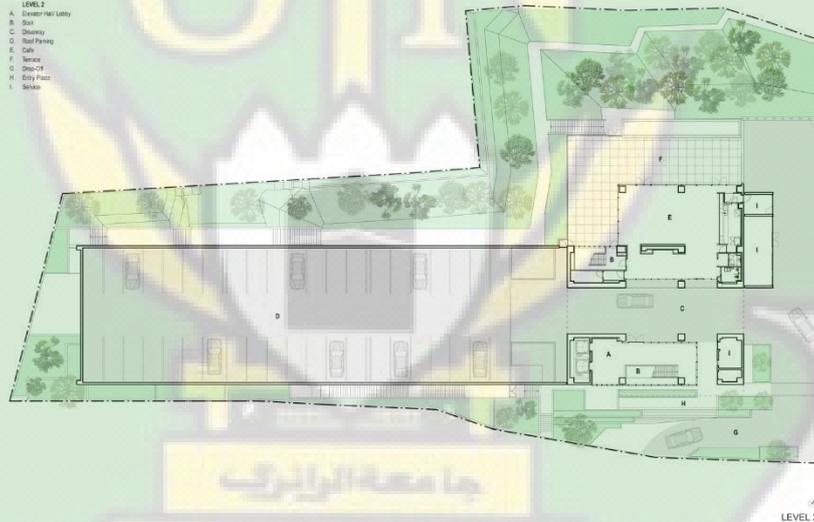
Longitudinal Section  
 A. Plating  
 B. Pool  
 C. Gym  
 D. Lounge  
 E. Cafe  
 F. Driveway  
 G. Women's Spa  
 H. Men's Spa



Gambar 2.55 Potongan Aqua Sport & Spa

Sumber : *Archdaily.com*

LEVEL 2  
 A. Gender Hair Lobby  
 B. Bar  
 C. Showery  
 D. Road Parking  
 E. Cafe  
 F. Service  
 G. Reception  
 H. Entry Plaza  
 I. Service



Gambar 2.56 lantai parkir

Sumber : *Archdaily.com*

Aqua sport & Spa merupakan pusat kebugaran dan spa yang memperhatikan lingkungan dalam desainnya. Bangunan mengekspresikan fungsi bangunan dalam massa yang minimalis, desain mengabungkan fungsi dan estetika yang apik. Selain itu bangunan dapat berbaur dengan lingkungan sekitar.

## 2.5.2 Smena Fitness Club



Gambar 2.57 Interior Smena Fitness Club

Sumber : *Archdaily.com*

Smena Fitness Club merupakan proyek ke tiga arsitek Za Bor yang berhubungan dengan olahraga dan objek yang sejenis ini. Seorang klien ingin menciptakan klub bergaya besar dengan peralatan kualitas terbaik namun dengan pertimbangan harga yang wajar. Desain dinamis ekspresif yang dibuat oleh arsitek dimaksudkan menjadi klub kebugaran yang mutakhir. Dari penerapan dinding miring, elemen fitur geometris dinamis, dengan warnawarni yang berani yang dapat memotivasi pengguna untuk berolahraga.



Gambar 2.58 Ruang Fitness Smena Fitness Club

Sumber : *Archdaily.com*

Pencarian lokasi dan tempat membangun membutuhkan waktu hampir enam bulan, dikarenakan butuh langit-langit yang tinggi dan insulasi yang baik diperlukan. Pusat bisnis Streletskaya Sloboda di lantai empat yang terletak di moskow menjadi pilihan karena memiliki fitur yang diinginkan.

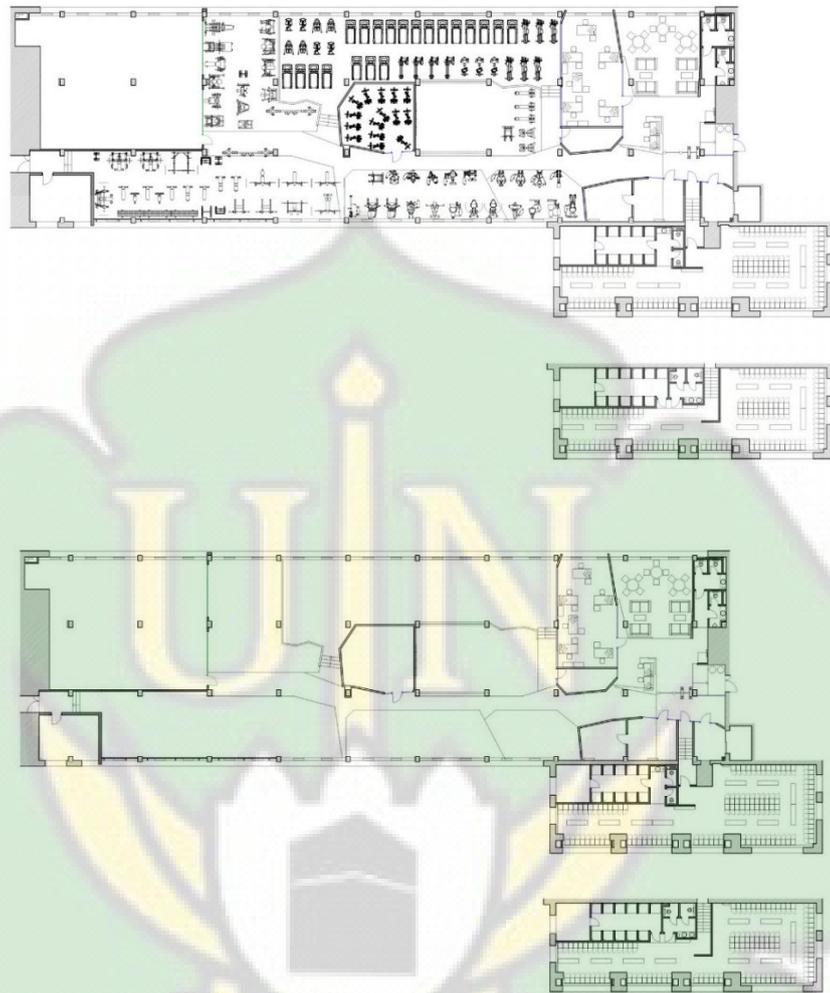


Gambar 2.59 Ruang Fitness Smena Fitness Club

Sumber : *Archdaily.com*

Branding untuk klub dikembangkan oleh studio desain terkenal rusia, dilengkapi dengan skema warna, format informasi dan papan nama sebagai petunjuk. Arsitek Za Bor mengatakan *“secara umum, klub kebugaran dirancang sebagai ruang singkat yang menjadi latar belakang volume pecah dinamis yang melambangkan dalam proyek ini ‘Dinamika’ dan ‘Gerakan’ sebagai intisari dari semua olahraga dan gaya hidup sehat”*.

Volume merah yang terdapat di interior klub berfungsi sebagai pemisahan fungsional yang digunakan untuk ruang loker, pelatih dan ruang terisolasi lainnya. Selain itu juga berfungsi sebagai pembagian zona sesuai dengan tingkat kebisingan. Fitur utama lainnya dari klub yaitu pada zona kardiovaskuler yang lantainya ditinggikan 60 cm dari lantai, sehingga menawarkan pemandangan yang indah kepada pengunjung.



Gambar 2.60 Denah Smena Fitness Club

Sumber : *Archdaily.com*

### 2.5.3 Klub Jimbaran



Gambar 2.61 Klub Jimbaran Bali

Sumber : klub Jimbaran.com

Klub Jimbaran merupakan klub kebugaran, fasilitas Spa dan pusat hiburan keluarga yang berlokasi di jalan Kori Nuansa Raya no 257, Taman Griya, Jimbaran Badung. Pelayanannya dimulai pukul 06.00 s/d 22.00. jumlah pengguna klub Jimbaran berdasarkan keterangan dari Bapak Arif selaku H.K supervisor sebanyak 130 orang yang terdiri dari 90 pria dan 40 wanita. Pengunjung Klub Jimbaran didominasi 60% masyarakat local dan 40% wisatawan asing karena lokasinya yang terbilang strategis.

Klub Jimbaran memiliki satu orang trainer untuk kapasitas 65 orang. Ruangan fitness didominasi kaca dan cermin serta lighting. Selain itu lantai menggunakan parket dengan penghawaan buatan. Ruang ganti berjumlah 80 pria dan wanita serta dilengkapi dengan ruang bilas. Ruang ganti untuk ruang fitness dan kelas studio di gabung menjadi satu.



Gambar 2.62 Swimming Pool Klub Jimbaran

Sumber : thebalibible.com

Klub jiiimbaran juga memiliki swimming pool dengan kapasitas 25 orang yang dilengkapi dengan loker dan gazebo sebagai fasilitas tambahan bagi pengunjung. Pada saat weekend swimming pool didominasi oleh keluarga dan saat weekdays ramai dikunjungi oleh peserta Latihan renang.

Pick hour fitness pada klub Jimbaran dimulai pada pukul 17.00 s/d 20.00 dimana jam tersebut merupakan jam keputangan kantor. Selain ruang fitness Klub Jimbaran juga memiliki beberapa kelas studio. Seperti Kelas studio Zumba yang diikuti rata-rata 25 orang dalam setiap kelas dan lainnya. Pada klub Jimbaran menawarkan keanggotaan member yang disesuaikan dengan tujuan olahraga. Masa berlaku member ini dapat dipilih dan dibedakan menurut tarifnya.



Gambar 2.63 Ruang fitness Klub Jimbaran

Sumber : thebalibible.com

Klub Jimbaran memiliki fasilitas pusat kebugaran yang cukup lengkap. Fasilitas yang terdapat di klub tersebut diantaranya : fitness, hip hop dance, Zumba, yoga, pilates, martial art, ballet, SPA dan swimming pool. Selain itu dilengkapi pula dengan fasilitas lapangan futsal, basket, ruang pertemuan, ruang rapat serta sea view pada lantai dua dan tiga.

Klub Jimbaran memiliki struktur organisasi menggunakan pengelolaan swasta, dimana manager turun langsung membagi bagian pengelolaan sesuai bidang masing-masing.

## 2.5.4 Kesimpulan Studi Banding

Tabel 2.2 kesimpulan studi banding

No	Analisa	Aqua Sport & Spa	Smena Fitness Club	Klub Jimbaran Bali
1	Lokasi	Berlokasi di Tokyo, Jepang. Tepatnya berada di lereng bukit curam.	Terletak di lantai 4 pusat bisnis di Moskow	Berada di Bali di area perumahan dan pusat pariwisata
2	Bentuk Bangunan	Bangunan berbentuk persegi dengan tatanan yang baik	Lantai 4 bangunan merupakan bekas pabrik	Bangunan merupakan perpaduan persegi yang ditata dengan baik dan memiliki 3 lantai
3	Fasilitas	Fasilitas kebugaran, spa dan kegiatan sosial lainnya.	Area fitness serta kelas studio	fitness, hip hop dance, Zumba, yoga, pilates, martial art, ballet, SPA dan swimming pool, lapangan futsal, basket, ruang pertemuan, ruang rapat, serta fasilitas pelengkap lainnya
4	Lanskap/ ruang luar	Terdapat lounge dan parkir di atas	Terletak di lantai 4 di area pusat	Sirkulasi luar tertata dengan

		Gedung.	bisnis sehingga tidak tersedia taman pada bangunan, penataan lebih difokuskan pada kenyamanan desain interior	baik dan terdapat area terbuka untuk bermain dan bersantai pengunjung. Selain itu terdapat area sea view pada lantai atas bangunan
5	Interior	Interior bangunan didominasi abu-abu gelap dan putih pada area dinding menyesuaikan fungsi ruang. Secara keseluruhan konsep yang diterapkan minimalis	Interior didominasi warna putih dengan penekanan warna merah pada beberapa sisi, warna merah ini sangat fungsional dalam penerapannya	Interior didominasi warna putih pada keseluruhan ruang, namun terdapat sedikit dominasi warna merah pada area lobby
6	Penerapan dalam perancangan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bentuk</li> <li>• Fasilitas</li> <li>• Interior</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fasilitas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fasilitas</li> <li>• Lanskap</li> <li>• Interior</li> </ul>

## BAB III

### ELABORASI TEMA

Tema yang diangkat dalam perancangan Pusat Kebugaran dan Relaksasi Spa Khusus Wanita di Banda Aceh yaitu menggunakan pendekatan tema Arsitektur modern tropis. Yang mana menggunakan bentukan yang sesuai dengan prinsip arsitektur modern namun tetap menyesuaikan iklim dimana keberadaan bangunan yang dirancang. Sehingga terlihat dari desain bahwa arsitektur tropis memungkinkan untuk diterapkan dalam desain yang modern.

#### 3.1 Tinjauan Tema

##### 3.1.1 Pengertian Arsitektur Modern Tropis

Arsitektur Modern adalah suatu tema bangunan yang mengutamakan kesederhanaan bentuk dan minim dalam penggunaan ornamen. Menurut Rayner Banham dalam buku yang berjudul "*age of the master : A personal view of modern architecture*" tahun 1978, perkembangan arsitektur modern menganut konsep *form follows function* yaitu bentukan bangunan yang mengikuti fungsi.

Arsitektur modern awal kemunculannya lebih bersifat monoton dan sedikit olahan. Namun pada akhirnya arsitektur modern pada masa sekarang diimplementasikan hanya berupa style yang mengesampingkan ciri-ciri arsitektur modern yang maksimal. Penerapan arsitektur modern yang tidak maksimal umumnya disebabkan oleh faktor alam, iklim, budaya, sosial, dan ekonomi setempat yang tidak sesuai dengan wilayah arsitektur modern muncul. Oleh karena itu penerapannya disesuaikan dengan tempat berdirinya bangunan.

Sedangkan Arsitektur tropis adalah karya arsitektur yang mencoba memecahkan problematik iklim setempat (Tri Harso Karsono, 2010). Selain itu arsitektur tropis merupakan seni membangun bangunan di daerah yang temperaturnya tinggi di atas 20 derajat (George Lippmeier)

Menurut Lippsmeier (1980) arsitektur tropis merupakan suatu rancangan bangunan yang dirancang untuk memecahkan permasalahan yang terdapat di daerah tropis. Iklim tropis memiliki masalah yang dihadapi seperti panas yang tidak menyenangkan, perlunya perlindungan terhadap matahari, hujan, dan juga angin.

Menurut Lippsmeier, iklim tropis di Indonesia memiliki kelembaban relatif yang sangat tinggi (terkadang mencapai 90%), curah hujan yang banyak dan rata-rata suhu tahunan umumnya berkisar 230°C dan dapat naik sampai 380°C pada musim panas. Pada iklim ini terjadi pergantian musim adalah banyak atau sedikitnya hujan dan terjadinya angin besar.

Dari beberapa pengertian dapat disimpulkan bahwa arsitektur modern tropis merupakan dua konsep yang berbeda namun memungkinkan untuk disatukan. Arsitektur modern berfokus pada kesederhanaan dan fungsionalitas bangunan sedangkan arsitektur tropis merupakan rancangan yang beradaptasi dengan iklim setempat. Oleh karena itu arsitektur modern tropis yang ingin dicapai yaitu sesuai dengan prinsip daerah tempat bangunan di dirikan.

### **3.1.2 Ciri-ciri Arsitektur Modern Tropis**

Arsitektur modern memiliki ciri-ciri yang lebih berfokus untuk mengolah ruang yang fungsional dengan bangunan yang *simplicity* yang minim ornamen. Adapun ciri-ciri dari arsitektur modern menurut Peter Gossel dan Gabriele Leu Thausser dalam bukunya yang berjudul “*Architecture in the 20th Century*” yaitu :

1. Gaya yang seragam, yang dapat menembus budaya dan geografis.
2. Bentuk bangunan yang mengikuti fungsi.
3. Kesederhanaan bangunan menjadi fokus dalam perancangan bangunan.
4. Minimnya ornamen yang tidak terpakai pada bangunan.
5. Kejujuran dalam penggunaan bahan bangunan.

Selain mengimplementasikan arsitektur modern pada bangunan, adaptasi terhadap iklim juga harus diperhatikan supaya terciptanya kenyamanan dan

kesesuaian bagi lingkungan. Oleh karena itu mengetahui ciri-ciri dari iklim tropis serta pengaruh terhadap bangunan merupakan hal yang penting. Adapun Ciri- ciri iklim tropis dan pengaruhnya pada masalah mengenai bangunan menurut Lippsmeier, 1994 : 18) yaitu :

1. Permukaan tanah : landscape hijau, tanah biasanya merah atau coklat
2. Vegetasi : lebat, sangat kaya dan bermacam-macam sepanjang tahun.
3. Musim : perbedaan musim, apabila bulan panas maka panas lembab sampai basah, apabila bulan terdingin maka panas sedang dan lembab sampai basah.
4. Kondisi awan : berawan dan berkabut sepanjang tahun
5. Presipitasi : curah hujan tahunan 500-1250 mm. selama musim kering tidak ada atau sedikit hujan. Selama musim hujan berbeda-beda setiap tempat.
6. Kelembaban : kelembaban absolut (tekanan uap) cukup tinggi, sampai 15 mm selama musim kering, pada musim hujan sampai 20 mm. kelembaban relative berkisar 20 – 85% tergantung musim.
7. Gerakan udara : angin kuat dan konstan, di daerah hutan rimba lebih lambat, bertambah cepat bila turun hujan. Biasanya terdapat satu atau dua arah angin utama.

Dari ciri-ciri iklim tropis tersebut maka diperlukan bangunan yang dapat beradaptasi namun menyesuaikan dengan konsep modern yaitu fokus pada pengolahan ruang sehingga terwujud gagasan dalam penyusunan ruang secara nyata.

### **3.1.3 Prinsip Dasar Arsitektur Modern Tropis**

Arsitektur modern pada prinsipnya memiliki fokus pada bentuk yang tidak rumit namun memaksimalkan fungsi. Sehingga menghasilkan prinsip utama yaitu fungsional dan efisien. Fungsional yang dimaksud yaitu bangunan dapat menampung aktifitas bagi pengguna bangunan. Sedangkan

efisien berkaitan dengan segala hal, misalkan biaya, waktu, dan juga perawatan.

Arsitektur tropis pada hakikatnya berupaya membentuk lingkungan yang nyaman dan berguna bagi pemakainya. Selain itu juga dapat memberi nilai tambah yang dapat dipergunakan bagi generasi masa depan nantinya. Bangunan yang tropis merupakan bangunan yang menyesuaikan dengan iklim pada daerah setempat. Penerapan arsitektur modern tropis pada bangunan di aplikasikan kepada seluruh aspek bangunan. Secara keseluruhan hal yang ingin dicapai yaitu kenyamanan pengguna yang menyesuaikan dengan kondisi iklim.

Menurut Dr. Ir. M. Syarif Hidayat, M. Arch terdapat prinsip dasar dalam perencanaan arsitektur tropis diantaranya meliputi :

- **Manusia dan Kebutuhannya**

Perancangan bangunan dipengaruhi oleh kebutuhan maupun kebiasaan manusia di daerah setempat, sehingga desainnya dapat disesuaikan.

- **Iklim tropis**

Iklim tropis mempengaruhi kehidupan manusia dan makhluk hidup lainnya. Oleh karena itu hal tersebut dapat disolusikan dengan perencanaan yang tepat.

### **3.1.4 Kriteria Perancangan Arsitektur Modern Tropis**

Arsitektur modern memiliki fokus pada fungsional dan efisiensi bangunan sehingga hal ini sesuai digabungkan dengan arsitektur tropis. Dikarenakan arsitektur modern memiliki konsep yang monoton dan kaku maka hal ini dapat diseimbangkan dengan sentuhan tropis pada bangunan yang dapat disatukan dan memberikan kenyamanan bagi pengguna.

Kondisi iklim tropis memerlukan syarat khusus dalam perencanaan dan perancangan bangunan serta lingkungannya. Terdapat beberapa faktor yang hanya dijumpai pada iklim tropis tersebut. Sehingga teori arsitektur,

komposisi, bentuk, fungsi bangunan, citra bangunan dan nilai estetik bangunan harus menyesuaikan dengan kondisi setempat sehingga hal ini menjadi perbedaan di wilayah lainnya. Misal konsep modern di eropa tidak sesuai apabila diterapkan di indonesia dengan perbedaan iklim yang mencolok. Sehingga modern yang dimaksud harus menyesuaikan dengan wilayah penerapannya. Indonesia sendiri termasuk kedalam daerah hutan hujan tropis sehingga menjadikannya kondisi tropis lembab.

Menurut DR. Ir. RM. Sugiyatmo, kondisi yang berpengaruh dalam perancangan bangunan pada iklim tropis lembab adalah :

1. Kenyamanan Thermal

Mengurangi perolehan panas merupakan usaha untuk memperoleh kenyamanan thermal. Adanya aliran udara yang baik pada bangunan dapat membawa panas keluar dari bangunan sehingga panas pada bangunan dapat berkurang.

Mengurangi panas pada bangunan dapat dilakukan dengan penggunaan bahan atau material yang tahan terhadap panas, sehingga aliran panas yang menembus dapat terhambat. Atap merupakan bagian yang paling besar menerima panas. Oleh karena itu bahan material atap sebaiknya digunakan bahan yang tahan panas skala besar. Selain itu menggunakan pemantul panas reflektif juga sangat tahan terhadap panas.

Hal lain yang dapat dilakukan untuk memperkecil panas yang masuk yaitu dengan memperkecil permukaan bangunan yang menghadap ke timur dan barat, selain itu melindungi dinding dengan alat peneduh dapat mengurangi perolehan panas yang diterima.

Warna pada bangunan juga berpengaruh terhadap penyerapan radiasi sinar matahari. Warna gelap menyerap radiasi sinar matahari lebih besar ketimbang warna terang. Penyerapan panas yang besar mengakibatkan temperatur dan akan jauh lebih besar dari temperatur udara luar. Perbedaan temperatur keduanya yang besar menyebabkan

aliran panas yang besar. Sehingga kenyamanan thermal bagi pengguna bangunan tidak tercapai.

## 2. Aliran Udara Melalui Bangunan

Aliran udara atau ventilasi memiliki banyak kegunaan pada bangunan, diantaranya yaitu :

- a. Mengalirkan udara yang baik untuk Kesehatan, penyediaan oksigen untuk pernapasan, membawa asap dan uap air keluar ruangan, mencegah ruangan menjadi lembab yang menjadi penyebab timbulnya bakteri dan bau.
- b. Memenuhi kebutuhan dalam hal kenyamanan thermal, mengeluarkan panas dalam bangunan, membantu mendinginkan bagian dalam bangunan.

Aliran udara yang terjadi karena adanya gaya thermal yaitu terdapat perbedaan temperatur antara udara di dalam dan diluar ruangan dan perbedaan tinggi antara lubang ventilasi. Keduanya dapat dimanfaatkan secara maksimal untuk mendapat jumlah aliran udara yang dikehendaki. Jumlah aliran udara yang dapat memenuhi kebutuhan Kesehatan lebih kecil ketimbang pemenuhan untuk kenyamanan thermal.

## 3. Radiasi Panas

Radiasi panas diakibatkan oleh sinar matahari yang langsung masuk ke bangunan. Hal ini dapat disolusikan dengan penggunaan *sun shading* pada bangunan. Pancaran panas dari suatu permukaan akan memberikan ketidak-nyamanan bagipenghuni, hal ini biasa terjadi dibawah permukaan bawah langit-langit atau permukaan di bawah atap.

Di Indonesia, cahaya tersebut dapat dimanfaatkan sebaik-baiknya untuk penerangan disiang hari di dalam bangunan. Namun cahaya matahari langsung tidak disarankan masuk kedalam ruangan karena dapat menyebabkan pemanasan dan silau, dikecualikan untuk matahari

pagi yang baik bagi Kesehatan. Cahaya yang baik bagi penerangan yaitu cahaya langit.

### 3.2 Interpretasi Tema

Arsitektur modern tropis merupakan tema perancangan yang disatukan sehingga menjadi sesuatu yang lebih baru dan segar. Arsitektur modern merupakan arsitektur yang fungsional serta dapat memwadhahi aktifitas pengguna bangunan yaitu sebagai pusat kebugaran dan relaksasi spa. Selain itu efisien dalam segala hal, baik biaya, waktu dan juga perawatan. Hal ini sesuai dengan konsep iklim tropis yang menggunakan material lokal selain mudah dicari namun mudah dalam perawatannya. Oleh karena itu selain memperhatikan iklim sebagai pertimbangan dalam perencanaan dan perancangan bangunan namun juga bangunan harus fungsional dalam memaksimalkan penggunaan ruang. Selain itu kenyamanan pengguna juga menjadi aspek penting dalam desain. Sehingga penerapan konsep arsitektur tropis pada bangunan selain memperhatikan iklim dan lingkungan namun juga memberikan kenyamanan bagi pengguna, disamping itu rancangan yang beradaptasi dengan alam dapat meminimalisir resiko dari kerusakan alam akibat pembangunan. Adapun interpretasi tema pada bangunan yaitu :

1. Merancang bangunan menyesuaikan iklim setempat berdasarkan pendekatan arsitektur tropis
2. Menerapkan unsur modern pada bangunan sesuai dengan nilai estetis yang ingin dicapai.
3. Memaksimalkan penggunaan ruang sesuai fungsi terhadap kegiatan pusat kebugaran dan relaksasi spa.
4. Penggunaan material lokal serta ramah lingkungan.
5. Bentukkan bangunan yang lebih mengutamakan fungsi.

Bangunan yang dirancang difungsikan sebagai pusat aktifitas kebugaran sehingga harus mampu membuat pengguna merasa nyaman di dalamnya. Meskipun menggunakan konsep modern dalam bangunan namun harus tetap

membuat pengunjung nyaman, maka dihadirkan sentuhan dengan konsep alami atau tropis untuk lebih menghidupkan suasana. Selain diterapkan pada bangunan, juga diterapkan pada area luar bangunan sehingga penerapannya menghasilkan kompleksitas yang maksimal antara arsitektur modern dan tropis.

### 3.3 Studi Banding Tema Sejenis

#### 3.3.1 Naman Retreat Spa

Naman Retreat Spa merupakan bangunan yang terletak di Danang, Vietnam. Berdiri diatas lahan dengan luas area 1600 m<sup>2</sup> yang merupakan proyek garapan dari Mia Desain Studio pada tahun 2015. Arsitek yang berdomisili di Hoi chi minh ini menambahkan penanaman tumbuhan dalam segala sisi bangunannya. Naman Retreat merupakan fasilitas liburan yang menyediakan ragam hiburan, terdapat villa, restoran serta coffee club dan terdapat pula ruang perawatan Spa, disebut sebagai Naman Retreat Spa. Naman Spa juga menghadirkan program *detox journeys* yang berfokus membersihkan dan memulihkan pikiran dan tubuh melalui program dan aktivitas kebugaran.



Gambar 3.1 Naman SPA

Sumber : archdaily.com

- **Material**

Arsitektur dan interior Naman Retreat Spa mengadopsi gaya khas yang mencerminkan kebudayaan Vietnam. Naman Retreat Spa didominasi oleh struktur dari bambu. Pada bagian dinding bangunan ditanami tanaman lokal yang membuat bangunan tetap sejuk dan menyegarkan. Ventilasi pada bangunan menggunakan ventilasi alami yang didesain khusus oleh Mia Desain Studio. Fasad bangunan terbuat dari pola kisi yang diselingi lanskap vertical yang berguna untuk menyaring sinar matahari. Material kaca, beton juga digunakan pada beberapa area dinding bangunan.



Gambar 3.2 Suasana Malam

Sumber : [archdaily.com](http://archdaily.com)

- **Interior**

Lantai dasar pada Naman Retreat Spa memiliki atrium baesar yang didominasi oleh kolam dan taman gantung yang menjadi vocal point pada lantai dasar. Nuansa dinding putih semakin mempertegas tanaman disekelilingnya. Pada bagian ruang perawatan spa, interiornya dilapisi dinding berlapis kaca untuk memasukkan sinar matahari kedalam ruangan. Terdapat penghijauan diluar bangunan untuk mnyearing sinar matahari tropis untuk menjaga suhu ruangan tetap sejuk. Bangunan naman retreat spa memiliki sentuhan yang modern namun tropis pada saat bersamaan.



Gambar 3.3 Lobby

Sumber : archdaily.com



Gambar 3.4 Ruang SPA

Sumber : archdaily.com

- **Eksterior**

Naman Retreat Spa bertujuan untuk memenuhi kebutuhan jiwa dan raga. Bangunan pada naman retreat spa di penuh oleh tanaman hijau yang menenangkan pengunjung. Terdapat taman terbuka yang dapat digunakan untuk bersantai maupun melakukan aktifitas yoga. Terdapat pula fasilitas kolam renang yang diapit oleh tumbuhan palem disekitar taman. Penataan

ekterior yang didominasi oleh tumbuhan, dan juga air menciptakan kesejukan dan ketenangan bagi pengunjung. Sehingga setiap sudut bangunan dapat menjadi *healing environment* bagi para pengunjung dapat menikmatinya.

### 3.3.2 Mango Bay Resort Spa



Gambar 3.5 Mango Bay Spa

Sumber : archdaily.com

Mango Bay Resort merupakan tempat yang terkenal di pulau Phu Quoc, Vietnam. Konsep dari bangunan tersebut yaitu ramah lingkungan yang mana arsitekturnya memperhatikan kondisi lingkungan sekitar. Mango Bay Spa merupakan bagian dari Mango Bay Resort yang memiliki bangunan baru, di desain dengan konsep kesederhanaan, lingkungan dan nyaman dari keseluruhan. Bangunan Spa terdiri dari 4 bangunan persegi panjang dan terhubung dengan jalan setapak.

- **Material**

Bangunan tersebut menggunakan dinding rammed earth. Dinding tebal tersebut dipadukan dengan atap memanjang, jendela dan pintu kayu. Ventilasi menggunakan kisi-kisi dari jendela kayu dengan sistem putar yang dapat mengontrol jumlah cahaya alami yang masuk ke dalam bangunan dan dapat

dikontrol oleh tamu. Material atap menggunakan bahan lokal dan ramah lingkungan.

- **Interior**

Interior bangunan didominasi oleh warna coklat. Serta ditata sedemikian rupa untuk menghadirkan kenyamanan bagi pengguna bangunan. Bangunan terdiri dari 4 bangunan. 2 bangunan difungsikan untuk area penerimaan, ruang ganti dan juga ruang bersantai. 2 bangunan lainnya untuk area perawatan Spa. Interior pada bangunan semaksimal mungkin menggunakan nuansa alami, dimulai dari pencahayaan dan penghawaan pada bangunan.



Gambar 3.6 Interior perawatan Spa

Sumber : archdaily.com

- **Eksterior**

Ruang luar Mango Bay Resort ditata sedemikian rupa untuk memanjakan pengunjung. Didukung dengan lingkungan disekitar lokasi yang masih asri sehingga konsep ramah lingkungan yang diangkat menjadi lebih maksimal. Terdapat kolam pada area tengah bangunan yang dapat dinikmati pengunjung. Serta pada area perawatan Spa terdapat teras pribadi yang mengarah ke taman. Pada bagian lanskap taman lebih didominasi oleh

tanaman dan bunga lokal. Selain itu saat proses konstruksi sebisa mungkin meminimalisir kerusakan terhadap lanskap yang ada sebelumnya.



Gambar 3.7 lanskap Mango Bay spa

Sumber : archdaily.com

### 3.3.3 Babylon Garden Spa



Gambar 3.8 Babylon Garden Spa

Sumber : archdaily.com

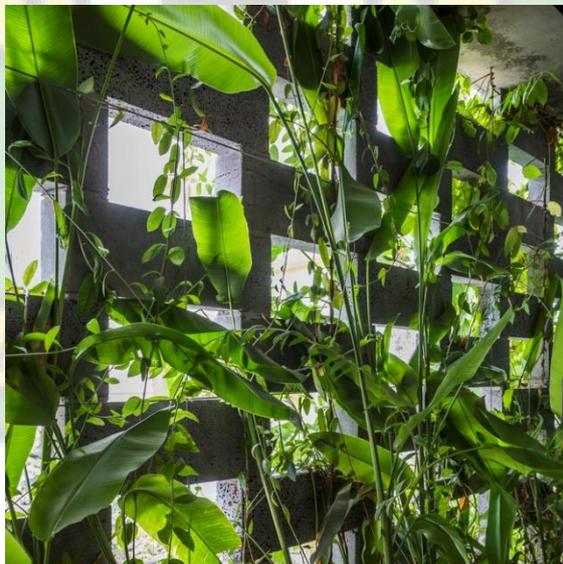
Babylon Garden spa merupakan proyek yang berada di pusat kota Da Nang, kota pesisir tengah Vietnam. Babylon Garden Spa awalnya merupakan

sebuah proyek renovasi dari perumahan keluarga yang belum selesai. Tantangan dalam pembangunan ini yaitu membangun area bisnis yang maksimal, dengan keseimbangan ruang yang menarik dan nyaman sebagai tempat relaksasi.

Babylon garden spa memperhatikan iklim setempat dalam perancangannya. Seperti pada lapisan elemen alam dan dinding sebagai respon terhadap iklim. Sisi bangunan yang panjang dan menghadap ke selatan dan barat daya terlindungi dari sinar matahari langsung dengan adanya vegetasi dan lapisan laterit lainnya.

- **Material**

Secara keseluruhan dinding bangunan menggunakan material potongan batu laterit berukuran 200 x 600 x 100 yang ditumpuk satu sama lain menyerupai batu bata dengan modifikasi sehingga dari susunan tersebut tercipta kisi-kisi pada dinding. Selain itu dinding luar bangunan didominasi oleh tanaman. Selain itu bangunan juga menggunakan beton, kayu dan kaca.



Gambar 3.9 potongan laterit pada dinding

Sumber : archdaily.com

- **Interior**

Interior Babylon garden spa memiliki tujuan utama membuat pengguna nyaman namun tetap menjaga privasi dari pengguna. Pada beberapa area ruangan dihadirkan tanaman kedalam bangunan sehingga konsep “taman” dapat tercapai. Kemudian pada area perawatan spa, pengguna memiliki privasi meskipun ruangan menggunakan kaca. Hal ini dikarenakan penggunaan kisi-kisi yang disusun dari potongan laterit sehingga cahaya dapat masuk namun privasi pengguna dari dalam terjaga. Interior Babylon garden spa didominasi warna putih dengan aksen kayu pada beberapa bagian dan penggunaan corak dari potongan laterit.



Gambar 3.10 ruang perawatan Spa

Sumber : archdaily.com



Gambar 3.11 area indoor Spa

Sumber : archdaily.com

- **Eksterior**

Bagian luar bangunan Babylon garden spa tampak begitu menonjol apabila dibandingkan dengan bangunan disekitarnya. Dengan penerapan vegetasi pada dinding luar bangunan menjadikannya tampak berbeda. Konsep utama bangunan yaitu menciptakan kenyamanan dan privasi bagi pengunjung, selain itu kegiatan utama spa dilakukan didalam bangunan sehingga ekterior bangunan pada area masuk dibuat sederhana namun tetap terlihat menarik dengan aksen pintu kaca besar. Kendala dari lahan yang kecil membuat terbatasnya area outdoor. Namun unsur-unsur alam banyak dihadirkan kedalam bangunan untuk menghadirkan rasa relaksasi. Kemudian pada area rooftop terdapat area bersantai dan kolam renang yang dapat dimanfaatkan oleh pegunjung.



Gambar 3.12 dinding luar Babylon garden spa

Sumber : archdaily.com

### 3.3.4 Kesimpulan Studi Banding Tema Sejenis

Table 3.1 kesimpulan Studi Banding Tema Sejenis

No	Parameter	Naman Retreat Spa	Mango Bay Spa	Babylon Garden Spa
1	lokasi	Danang,	Pulau Phu	Pesisir kota

		Vietnam	Quoc, vietnam	Danang, Vietnam
2	Material	Didominasi oleh unsur bambu, fasade bangunan terdiri dari batang yang disusun secara vertical yang ditanami tanaman lokal. Material beton dan kaca juga digunakan pada bangunan.	Bangunan menggunakan dinding rammed earth, kayu pada pintu dan jendela. Serta ventilasi dari kayu yang dapat diputar. Selain itu atap juga menggunakan material lokal.	Menggunakan dinding dari potongan laterit, serta penggunaan beton dan juga kaca pada bangunan. Unsur kayu juga digunakan pada beberapa bagian bangunan.
3	Interior	Interior bagian atrium dihiasi kolam dan tanaman gantung, interior didominasi warna putih. Pada ruang perawatan spa menggunakan kaca untuk memasukkan sinar matahari namun difilter kembali oleh	Interior didominasi oleh warna coklat, dan dihadirkan unsur kayu kedalam ruangan. Pencahayaan dan penghawaan pada bangunan semaksimal mungkin menggunakan nuansa alami.	Interior mengangkat konsep kenyamanan dan privasi. Sehingga nuansa alam dihadirkan kedalam bangunan untuk menghadirkan rasa relaks bagi pengunjung, namun pada bagian

		<p>penghijauan diluar ruangan sehingga udara dalam ruangan tetap sejuk.</p>		<p>perawatan spa pengunjung memiliki privasi meskipun penggunaan kaca pada dinding ruangan.</p>
4	Eksterior	<p>Pada bagian eksterior naman spa terdapat taman terbuka yang dapat digunakan bersantai dan melakukan aktivitas yoga, dan terdapa kolam renang yang diapit oleh pohon palem. Lanskap bangunan didominasi oleh penghijauan tanaman sehingga menciptakan kesejukan dan kenyamanan</p>	<p>Terdapat kolam yang dapat dinikmati oleh pengunjung. Serta terdapat teras pribadi yang mengarah ke taman tiap masing-masing ruang perawatan spa.</p>	<p>Kolam renang dan area santai dihadirkan pada bagian rooftop bangunan karena keterbatasan lahan. Tetapi unsur alam tetap dimasukkan kedalam bangunan untuk kenyamanan pengunjungnya</p>

		bagi pengunjung.		
5	Penerapan dalam desain	Penggunaan material kaca pada bangunan, pada bagian interior menghadirkan nuansa alam kedalam bangunan sehingga menghadirkan kenyamanan dalam bangunan. Penataan eksterior/lanskap yang baik sehingga dapat menjadi tempat relaksasi bagi pengunjung.	Menggunakan material lokal pada bangunan. Interior memaksimalkan pencahayaan dan penghawaan alami sebagai bentuk adaptasi terhadap iklim. Pada bagian lanskap/ekterior menhadirkan taman yang dapat menjadi tempat relaksasi bagi pengunjung.	Menggunakan unsur kayu kedalam bagian bangunan. Interior memaksimalkan pencahayaan dan penghawaan alami sebagai adaptasi terhadap iklim, serta memasukkan unsur alam kedalam bangunan agar menciptakan ruangan yang sejuk.

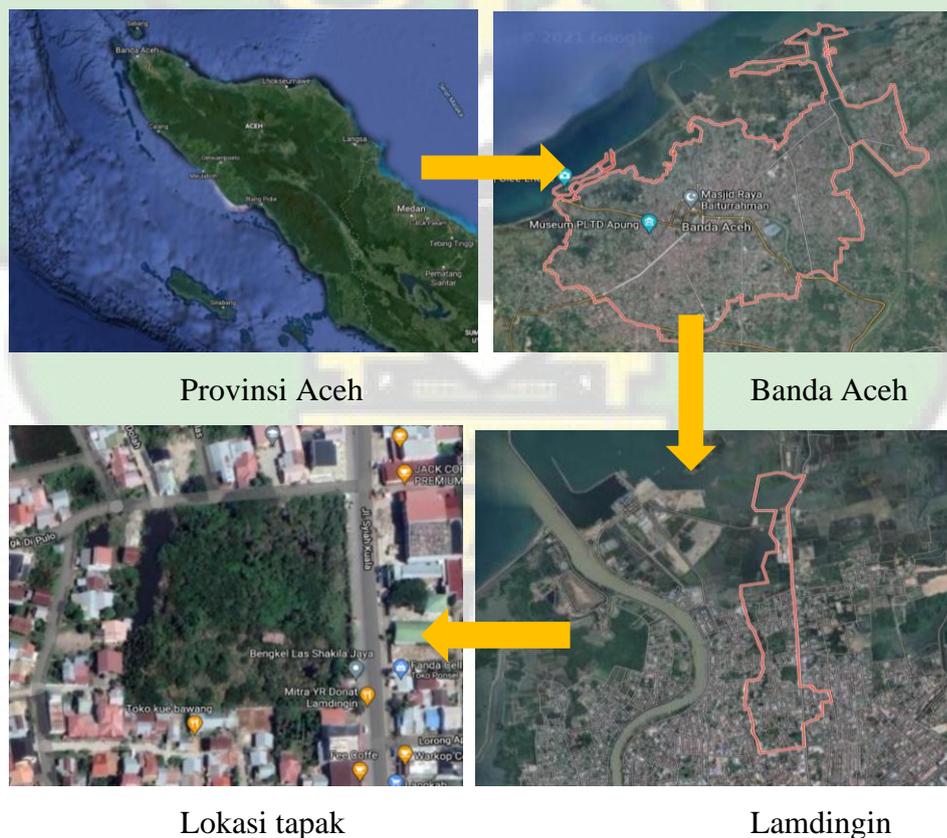
## BAB IV

### ANALISA

#### 4.1 Analisa Kondisi Lingkungan

##### 4.1.1 Lokasi

Lokasi tapak atau site untuk objek perancangan pusat kebugaran dan relaksasi spa khusus Wanita Banda Aceh terletak di jalan Syiah Kuala, Kecamatan Kuta Alam, Lamdingin, Banda Aceh. Alasan pemilihan lokasi dikarenakan merupakan wilayah perdagangan dan pelayanan jasa yang akan terus berkembang kedepannya. Memiliki sirkulasi dan pencapaian yang baik, dan juga terletak di area dengan tingkat kebisingan rendah hingga sedang, yang mana hal ini cocok untuk pusat kebugaran dan relaksasi bagi pengunjung yang setiap harinya berkuat dengan pekerjaan.



Gambar 4.1 Citra Satelit Pusat kebugaran dan relaksasi spa khusus wanita Banda Aceh

Sumber : Google maps

#### 4.1.2 Kondisi Eksisting

Kondisi tapak terpilih berlokasi di jalan Syiah Kuala, Lamdingin, Banda Aceh. tapak pada lokasi ini adalah lahan kosong yang luas yang ditumbuhi tanaman liar. Permukaan tanah pada tapak tidak terlalu berkontur, hanya terdapat area yang sedikit berawa di bagian belakang site. Tapak memiliki luasan  $\pm 13.126 \text{ m}^2$ . Tapak memiliki batasan – batasan diantaranya :

- Utara : Jl. Tgk Di Pulo dan perumahan warga
- Timur : Jl. Syiah Kuala dan Ruko
- Barat : Perumahan warga
- Selatan : Ruko

#### 4.1.3 Peraturan Setempat

Berdasarkan Qanun RTRW Banda Aceh tahun 2009-2029, peraturan yang terdapat di daerah tersebut yaitu :

Peruntukan lahan : Kawasan perdagangan dan pelayanan jasa

KDB maksimum : 60 %

KLB maksimum : 3,5

GSB minimum : 12 meter

Ketinggian bangunan : maksimum 4 lantai

Luas lantai dasar maks : KDB x luas tapak

: 60 % x 13.126 m<sup>2</sup>

: 7.8756 m<sup>2</sup>

Luas bangunan maks : KLB x luas tapak

: 3,5 x 13.126 m<sup>2</sup>

: 45.941 m<sup>2</sup>

#### **4.1.4 Potensi Tapak**

##### **1. Tata Guna Lahan**

Peruntukan lahan pada tapak ini berdasarkan RTRW Banda Aceh tahun 2009 – 2029 dikelompokkan kedalam Kawasan perdagangan sepanjang jalan Syiah Kuala dan juga sebagai Kawasan pelayanan umum termasuk didalamnya pelayanan jasa.

##### **2. Aksesibilitas**

Tapak terletak di lokasi yang strategis dengan tingkat kebisingan sedang hingga rendah dan juga merupakan kawasan yang tidak begitu ramai, sehingga cocok digunakan untuk kegiatan kebugaran dan relaksasi. Bagi para pekerja yang biasanya berkecukupan dengan pekerjaan dan suasana perkotaan yang padat maka membutuhkan tempat yang tenang untuk melepas penat setelah lelah dengan padatnya suasana kota. Lokasi tersebut berjarak sekitar 2,5 km dari pusat kota dan memiliki aksesibilitas yang mudah karena terletak di jalan arteri sekunder. Lebar jalan yang luas dan sirkulasi kendaraan yang lancar semakin mempermudah aksesibilitas bagi pengunjung.

##### **3. Utilitas**

Pada area tapak sudah dilengkapi dengan utilitas yang baik. seperti jaringan listrik, saluran air bersih, dan drainase tapak. Hal ini menjadi keuntungan bagi tapak tersebut. Dengan adanya drainase yang telah ada maka tidak perlu untuk membuat drainase baru.

##### **4. Fasilitas Pengunjung**

Pada sekitaran tapak terdapat beberapa fasilitas penunjang diantaranya masjid yang dapat digunakan untuk tempat peribadatan, rumah sakit apabila terjadi hal yang tidak diinginkan dan dekat dengan pusat perbelanjaan.

## 5. Kondisi lingkungan

Lingkungan tapak memiliki tingkat ketenangan yang baik, kebisingan sedang hanya terdapat pada bagian jalan arteri sekunder pada area depan site. Tapak memiliki jarak yang tidak terlalu jauh dengan laut sehingga dapat dimanfaatkan sebagai potensi view yang baik.

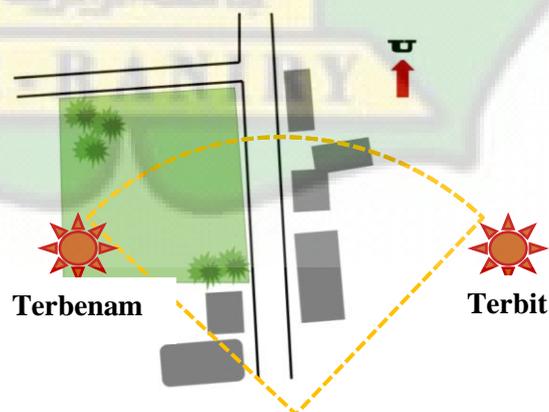
## 4.2 Analisa Tapak

### 4.2.1 Analisa Matahari

#### a. Kondisi eksisting tapak

Analisa matahari bertujuan untuk mengoptimalkan cahaya matahari yang masuk kedalam bangunan. Sinar matahari dapat menjadi pencahayaan alami yang dapat dimanfaatkan pada bangunan serta dapat menghemat energi listrik pada siang hari. Namun sinar matahari langsung juga dapat menyilaukan sehingga membutuhkan beberapa tanggapan terhadap bangunan.

Pencahayaan matahari pagi pada site dari arah timur baik apabila dimanfaatkan karena sinarnya yang tidak terlalu terik serta matahari pagi baik untuk Kesehatan. Namun pada arah barat ketika matahari terbenam matahari terbilang terik sehingga bangunan membutuhkan beberapa tanggapan untuk memfiltrasi sinar matahari.



Gambar 4.2 pergerakan matahari pada tapak

Sumber : Analisa pribadi

Tabel 4.1 Temperatur suhu udara Banda Aceh

Bulan	Kondisi suhu udara		
	Minimum (°C)	Maksimum (°C)	Rata-rata (°C)
	2019	2019	2019
Januari	22,60	32,20	26,40
Februari	22,50	32,40	26,70
Maret	22,80	33,10	26,90
April	23,20	33,80	27,40
Mei	23,60	34,10	27,60
Juni	23,90	33,60	27,70
Juli	22,50	34,10	27,30
Agustus	23,20	33,90	27,80
September	23,10	33,60	27,00
Oktober	22,70	30,80	25,50
November	23,30	31,80	26,50
Desember	23,00	31,40	26,10

Sumber : BPS Provinsi Aceh

Berdasarkan data diatas, dapat disimpulkan bahwa rata-rata temperature suhu udara pada tahun 2019 adalah sebagai berikut :

- Maksimum : 32,9 °C
- Minimum : 23,02 °C
- Rata-rata : 26,8 °C

b. Solusi

- Memberikan bukaan pada bangunan supaya sinar matahari dapat masuk kedalam ruangan yang membutuhkan banyak sinar matahari, terutama matahari pagi. Sinar matahari dimanfaatkan secara maksimal dalam bangunan, namun supaya tidak menyilaukan bagi pengguna bangunan maka tetap harus difiltrasi dengan *sunshading* sehingga menciptakan kenyamanan.
- Menempatkan zonasi yang tepat dan sesuai dengan arah matahari.
  - Zonasi publik dan area pengelolaan bangunan diletakkan pada sisi site bagian timur yang terkena matahari pagi yang berguna untuk meningkatkan produktivitas kerja serta sinarnya yang tidak terik tidak mengganggu konsentrasi pengguna bangunan.
  - Zonasi service diletakkan pada area sisi barat site karena tidak terdapat aktivitas yang membutuhkan kefokuskan sehingga sinar matahari sore tidak mengganggu.
  - Area privat atau area yang membutuhkan kenyamanan maka diletakkan pada sisi utara dan selatan site karena sinar matahari tidak langsung mengenai area tersebut.
- Menambah lebih banyak vegetasi peneduh pada bangunan sebelah barat
- Bidang bangunan yang beorientasi ke arah dengan sinar matahari yang terik diperkecil. Kalaupun tidak memungkinkan maka dapat digunakan *sunshading* sebagai filtrasi terhadap sinar matahari.



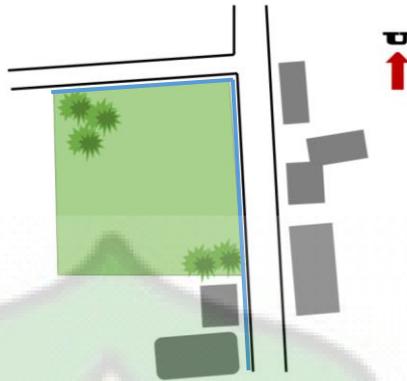
#### 4.2.2 Analisa Hujan dan Drainase

Tabel 4.2 Curah hujan

Bulan	Curah Hujan (mm)		
	2017	2018	2019
Januari	337,90	252,70	126,90
Februari	108,70	229,60	99,50
Maret	327,50	76,90	87,43
April	50,60	261,20	209,80
Mei	167,00	402,00	75,50
Juni	29,70	77,10	117,20
Juli	20,30	81,70	135,80
Agustus	64,80	95,10	40,10
September	194,80	196,60	83,30
Oktober	193,70	307,00	371,00
November	429,60	578,40	178,50
Desember	473,70	498,80	99,00

Sumber : BPS Provinsi Aceh

- a. Kondisi eksisting tapak
  - Tapak termasuk dalam daerah tropis dengan curah hujan tinggi sehingga membutuhkan respon yang baik. pada tapak sudah tersedianya saluran drainase yang baik pada area depan site. Dan saluran drainase kecil pada bagian utara tapak.



Gambar 4.3 Saluran drainase tapak

Sumber : Analisa pribadi

b. Solusi

- Drainase yang telah ada sebelumnya lebih diperbagus dan dibersihkan kembali.
- Memaksimalkan lahan sebagai tempat meresapkan air sebagai cadangan air tanah untuk megantisipasi tergenangnya air pada tapak.
- Area lanskap diberbanyak penghijauan agar tersedianya area resapan air yang maksimal.
- Penggunaan material pada lanskap yang tidak menghambat resapan air ke tanah.

4.2.3 Analisa Angin

Tabel 4.3 kecepatan Angin

Bulan	Kecepatan Angin (m/det)		
	Minimum	Rata-rata	Maksimum
Januari	1,1	3,5	5,9
Februari	1,7	3,5	6,0
Maret	1,7	3,1	5,4
April	2,1	3,1	4,5
Mei	1,6	3,2	6,5

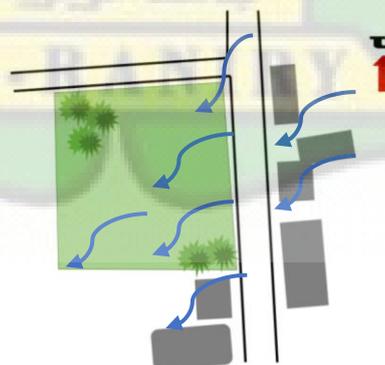
Juni	1,2	3,2	5,8
Juli	1,2	3,2	5,8
Agustus	2,3	4,1	7,8
September	2,1	3,5	5,7
Oktober	0,9	2,3	3,4
November	2,1	3,2	5,9
Desember	1,5	4,0	7,0

Sumber : Banda Aceh dalam Angka 2020

Berdasarkan data diatas, dapat disimpulkan bahwa rata-rata kecepatan angin di Banda Aceh pada tahun 2019 adalah 3,2 m/det.

a. Kondisi eksisting tapak

Angin yang berhembus yaitu angin di Aceh yaitu angin barat dan timur. Angin barat terjadi pada bulan juni hingga September, sedangkan angin timur terjadi pada bulan desember hingga maret. Sedangkan pada bulan lainnya angin berhembus relative lebih kecil. Pada lokasi tapak angin dapat masuk dari keseluruhan sisi tapak dikarenakan sekeliling tapak tidak tertutupi oleh bangunan-bangunan yang lebih tinggi. Sehingga angin yang datang lebih leluasa. Bagian timur tapak merupakan sisi yang paling dominan sirkulasi anginnya.

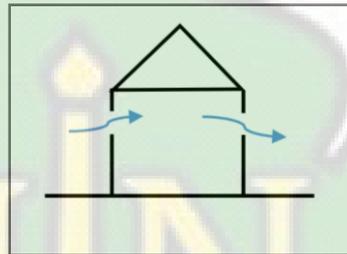


Gambar 4.4 Analisa angin

Sumber : Analisa pribadi

b. Solusi

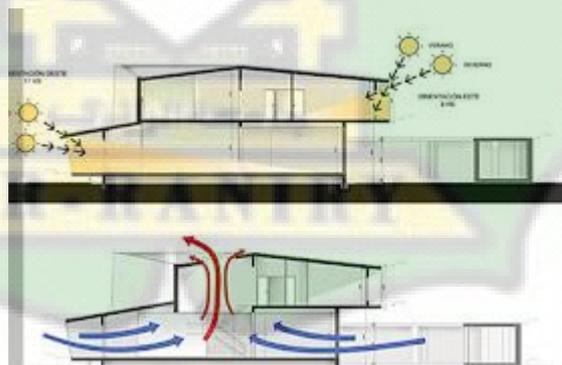
- Merespon pergerakan angin dengan tidak membangun penghalang angin yang masuk ke bangunan.
- Memberikan bukaan pada bangunan sehingga angin dapat keluar masuk kedalam ruangan dan dapat menjadi penghawaan alami yang memberikan kenyamanan bagi pengguna bangunan.



Gambar 4.5 Solusi analisis angin

Sumber : Analisa pribadi

- Menerapkan sirkulasi silang (*cross ventilation*) pada bangunan sehingga pertukaran udara dalam ruangan berjalan dengan baik. Ventilasi silang memungkinkan udara mengalir dari luar kedalam begitupun sebaliknya, sehingga selalu terjadi pertukaran udara.



Gambar 4.6 *cross circulation*

Sumber : casitacourt.blogspot.com

#### 4.2.4 Analisa Pencapaian dan Sirkulasi

Pencapaian menuju tapak diakses melalui jalan utama yaitu jalan syiah kuala yang berada di area depan tapak dan menjadi akses utama pada tapak.

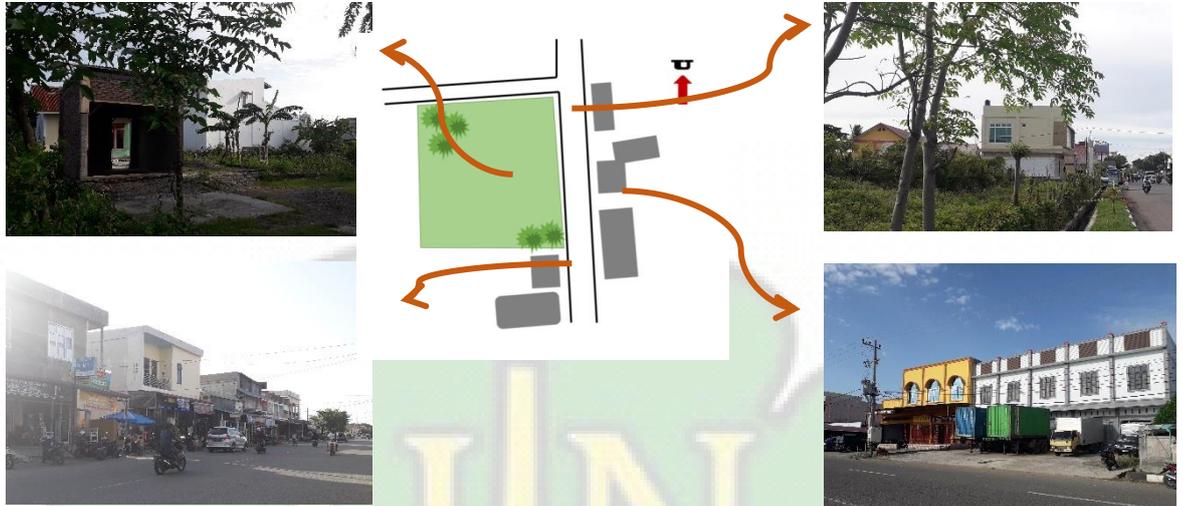
- a. Kondisi eksisting tapak
  - Pada area depan tapak terdapat jalan arteri sekunder dengan lebar  $\pm 8$  m sebagai jalan utama untuk mengakses tapak
  - Belum adanya akses masuk dan keluar tapak
- b. Tanggapan
  - Membuat akses masuk dan keluar pada tapak supaya sirkulasi lebih tertata
  - Memisahkan sirkulasi untuk service dengan sirkulasi untuk pengunjung sehingga sirkulasi yang ada tetap lancar
  - Memberi arah sirkulasi yang jelas, seperti menuju parkir dengan menggunakan arah atau menggunakan perkerasan pada tapak.



Gambar 4.7 Sirkulasi pada tapak

Sumber : Analisa pribadi

#### 4.2.5 Analisa View dari Dalam ke Luar Tapak



Gambar 4.8 Analisa view dari dalam ke luar tapak

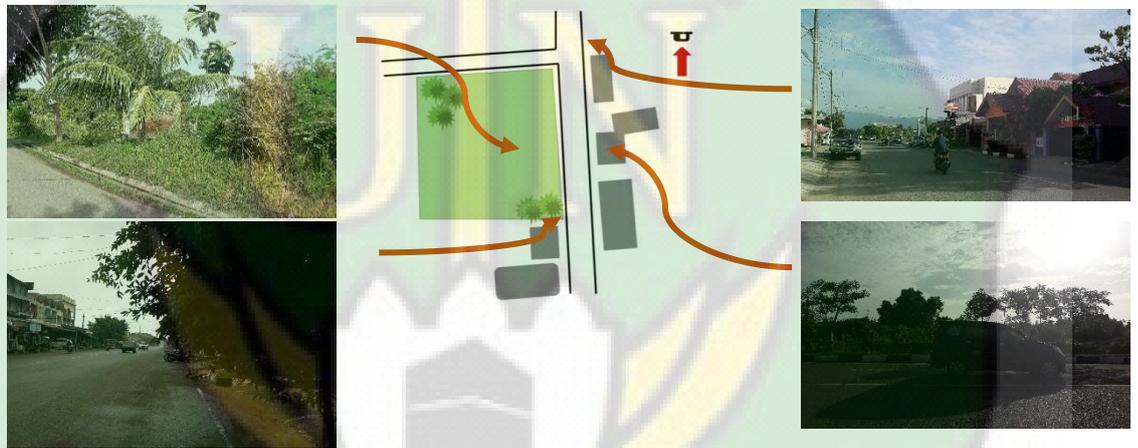
Sumber : Analisa pribadi

- a. Kondisi eksisting tapak
  - Pada bagian utara site (-) terdapat swalayan dan sekolah dan beberapa ruko.
  - Pada bagian selatan (-) terdapat ruko- ruko.
  - Pada bagian barat (+) terdapat perumahan warga.
  - Pada bagian timur (+) terdapat jalan syiah kuala dan beberapa pertokoan.
- b. Tanggapan
  - Pada bagian utara view yang didapat tidak mengganggu bagi pengguna bangunan sehingga dapat dibiarkan terbuka supaya bangunan terlihat dari luar. Namun untuk memberi batas maka digunakan batasan atau pagar.
  - Bagian selatan tapak di beri pagar untuk memberi batas pada tapak.
  - Ruang yang membutuhkan view yang baik maka diarahkan pada sisi dengan suasana yang baik.

- Pada sisi timur bangunan merupakan jalan utama sehingga bangunan dapat dilihat oleh orang luar atau yang lewat.

#### 4.2.6 Analisa View dari Luar ke Tapak

- Kondisi eksisting tapak
  - Site terlihat jelas dari bagian timur dikarenakan tidak memiliki penghalang dan berbatasan langsung dengan jalan utama.
  - Pada sisi selatan dan utara site terhalang oleh ruko yang berada di sebelah tapak.



Gambar 4.9 Analisa view dari tapak ke luar

Sumber : Analisa pribadi

- Tanggapan
  - Merencanakan bangunan yang menarik sehingga menarik perhatian bagi orang yang lewat.

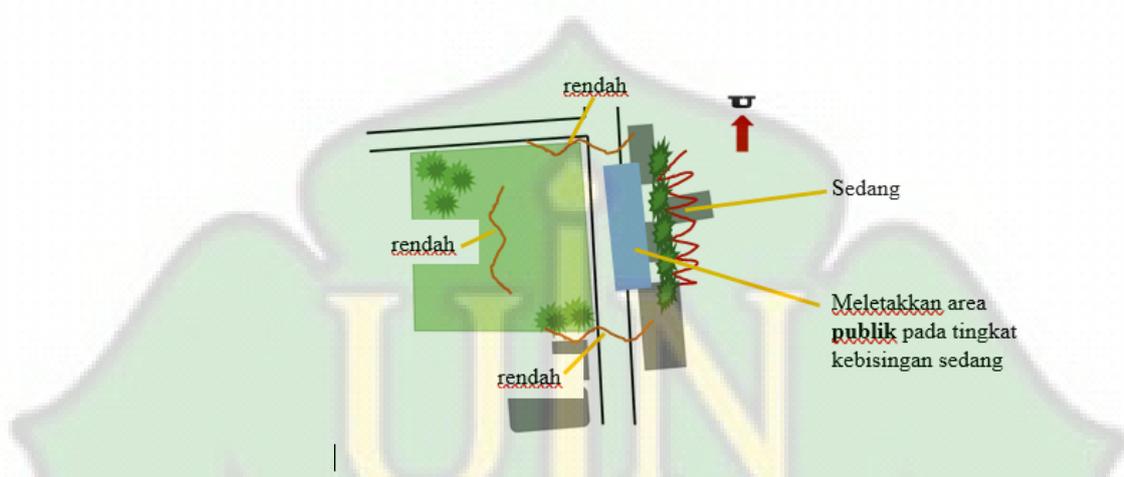
#### 4.2.7 Analisa Kebisingan

- Kondisi eksisting tapak

Sumber kebisingan yang sedang hingga rendah membuat keadaan tapak dapat menghadirkan kondisi yang nyaman dan tenang. Sehingga cocok menjadi tempat untuk melepas penat dari hiruk pikuk perkotaan.

Kebisingan pada site diantaranya :

- Pada sisi timur site kebisingan tergolong sedang karena merupakan jalan akses utama dengan kepadatan sedang.
- Pada sisi barat, utara dan juga selatan kebisingan tergolong rendah dikarenakan mayoritas perumahan warga.

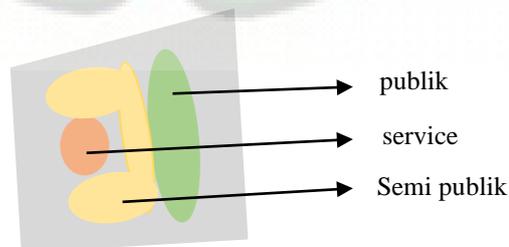


Gambar 4.10 Analisa Kebisingan

Sumber : Analisa pribadi

b. Tanggapan

- Pada area yang memiliki kebisingan tinggi dapat ditanami pepohonan sebagai buffer dan juga dapat mengurangi polusi udara sekitar tapak.
- Zonasi publik dapat diletakkan pada area dengan kebisingan sedang, sedangkan zonasi privat atau ruang yang membutuhkan kenyamanan dapat diletakkan dibagian kebisingan rendah.
- Pembagian zonasi menyesuaikan dengan kebisingan dan kebutuhan ruang



#### 4.2.8 Analisa Vegetasi

- a. Kondisi eksisting tapak
  - Pada tapak terdapat banyak semak-semak dan tidak terdapat tanaman yang dapat dipertahankan untuk digunakan dalam desain. Sehingga semak-semak tersebut harus di bersihkan.
- b. Tanggapan
  - Menambahkan pohon peneduh dan juga vegetasi lainnya sesuai kebutuhan dan fungsi dalam perencanaan desain.



Gambar 4.11 Analisa Vegetasi

Sumber : Analisa pribadi

#### 4.2.9 Analisa Topografi

- a. Kondisi eksisting tapak

Kondisi tanah pada site tidak terlalu berkontur, namun pada area belakang tapak terdapat area yang sedikit ber-rawa sehingga dibutuhkan tanggapan terhadap hal tersebut. Area tapak secara keseluruhan ditutupi oleh semak-semak.



Gambar 4.12 Kondisi tapak pada bagian belakang

Sumber : dok. pribadi

b. Tanggapan

Supaya tidak terjadi genangan air pada saat hujan maka dilakukannya penimbunan pada area tapak dan untuk meratakan tapak supaya siap dalam perencanaan pembangunan. Untuk ketinggian penimbunan disesuaikan dengan kebutuhan.

### 4.3 Analisa fungsional

#### 4.3.1 Analisa Fungsi

Pusat Kebugaran dan Relaksasi Spa Khusus wanita merupakan suatu bangunan yang diperuntukkan untuk kegiatan kebugaran dan relaksasi tubuh dan dikhususkan bagi pengguna wanita. Adapun fungsi dari bangunan diantaranya :

a. Fungsi utama

- Sebagai wadah yang menunjang kegiatan kebugaran dan relaksasi spa yang dikhususkan bagi wanita.
- Sebagai wadah konsultasi untuk kegiatan kebugaran dan relaksasi spa.

- Sebagai fasilitas kebugaran dan relaksasi yang dikhususkan bagi wanita sehingga dapat membuat pengguna lebih nyaman dan lebih bebas bergerak.

b. Fungsi penunjang

- Tersedianya taman yang dapat dinikmati oleh pengunjung bangunan.
- Adanya coffe shop dan penunjang lainnya yang dapat dinikmati oleh pengunjung.
- Sarana yang dapat membentuk sosialisasi sesama pengunjung.

#### 4.3.2 Analisa Pengguna

Pengguna pusat kebugaran dan relaksasi Spa khusus wanita ialah sebagai berikut :

1. Pengunjung : pengunjung pusat kebugaran, pengunjung relaksasi, pengunjung salon
2. Pengelola : pimpinan, staff administrasi, staff keuangan,
3. Staff kebugaran : staff pelayanan , konsultan kebugaran, instruktur olahraga
4. Staff Relaksasi :staff pelayanan, konsultan relaksasi, Staff terapi, staff salon
5. Staff pekerja : cleaning service, satpam dan lainnya
6. Staff lainnya : staff coffe shop

#### 4.3.3 Program Kegiatan dan Kebutuhan Ruang

Tabel 4.4 program kegiatan dan kebutuhan ruang

No	Spesialisasi	Pengguna	Aktivitas	Ruang yang dibutuhkan
1	Pengunjung	Pengunjung Pusat	▪ Memarkir kendaraan	▪ Area parkir ▪ Lobby

		kebugaran	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Mendaftar, menunggu</li> <li>▪ Membayar</li> <li>▪ berkonsultasi</li> <li>▪ Berganti pakaian, menyimpan barang bawaan</li> <li>▪ Melakukan olahraga</li> <li>▪ Membersihkan tubuh setelah berolahraga</li> <li>▪ Buang air kecil/ besar</li> <li>▪ Beristirahat (makan, minum, dll)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Resepsionis, R.tunggu</li> <li>▪ R. konsul/ lounge</li> <li>▪ R. ganti,</li> <li>▪ R. bilas</li> <li>▪ loker</li> <li>▪ Fitness</li> <li>▪ Studio yoga</li> <li>▪ Pole dance</li> <li>▪ Floating yoga</li> <li>▪ Kolam renang</li> <li>▪ Toilet</li> <li>▪ Café</li> <li>▪ Taman</li> </ul>
		Pengunjung pusat relaksasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Memarkir kendaraan</li> <li>▪ Mendaftar, menunggu</li> <li>▪ Mengambil kunci loker</li> <li>▪ Membayar</li> <li>▪ Konsultasi</li> <li>▪ Berganti pakaian, menyimpan barang bawaan</li> <li>▪ Perawatan Spa</li> <li>▪ Perawatan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Area parkir</li> <li>▪ Resepsionis</li> <li>▪ R.tunggu</li> <li>▪ Kasir/ penerimaan</li> <li>▪ R. konsultasi/ lounge</li> <li>▪ R. ganti, loker</li> <li>▪ R. perawatan</li> <li>▪ R. manicure &amp; pedicure</li> <li>▪ R. relaksasi</li> </ul>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>manicure dan pedicure</li> <li>▪ perawatan pijat relaksasi</li> <li>▪ perawatan salon</li> <li>▪ Membersihkan tubuh setelah berolahraga</li> <li>▪ Buang air kecil/ besar</li> <li>▪ Beristirahat (makan, minum, dll)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Area Salon</li> <li>▪ R. bilas</li> <li>▪ Toilet</li> <li>▪ Café,</li> <li>▪ taman</li> </ul>
2	Pengelola	Pimpinan	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Memarkir kendaraan</li> <li>▪ Mengelola, mengontrol, dan mengatur tanggung jawab</li> <li>▪ Berkoordinasi dengan staff</li> <li>▪ Menerima tamu</li> <li>▪ Buang air besar/kecil</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ area parkir pengelola</li> <li>▪ R. pimpinan</li> <li>▪ R. rapat</li> <li>▪ R. tamu, area penerimaan tamu</li> <li>▪ Toilet</li> </ul>
		Staff administrasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Memarkir kendaraan</li> <li>▪ Mengatur bagian tata usaha</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Area parkir staff</li> <li>▪ R. staff</li> </ul>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Mengikuti rapat</li> <li>▪ Buang air besar/kecil</li> <li>▪ Istirahat, makan, minum</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ R. rapat</li> <li>▪ Toilet</li> <li>▪ Pantry</li> </ul>
		Kepala bagian administrasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Memarkir kendaraan</li> <li>▪ Bekerja</li> <li>▪ Mengikuti rapat</li> <li>▪ Buang air besar/kecil</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Area parkir</li> <li>▪ R. kerja kabag keuangan</li> <li>▪ R. rapat</li> <li>▪ Toilet</li> </ul>
		Staff keuangan	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Memarkir kendaraan</li> <li>▪ Mengatur, Menyusun laporan keuangan</li> <li>▪ Mengikuti rapat</li> <li>▪ Buang air besar/kecil</li> <li>▪ Istirahat, makan, minum</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Area parkir</li> <li>▪ R. staff keuangan</li> <li>▪ R. rapat</li> <li>▪ Toilet</li> <li>▪ Pantry</li> </ul>
		Kepala bagian keuangan	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Memarkir kendaraan</li> <li>▪ Bekerja</li> <li>▪ Mengikuti rapat</li> <li>▪ Buang air besar/kecil</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Area parkir</li> <li>▪ R. kerja kabag keuangan</li> <li>▪ R. rapat</li> <li>▪ Toilet</li> </ul>
		Resepsionis	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Memarkir kendaraan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Area parkir</li> <li>▪ R. resepsionis</li> </ul>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Memberi informasi, melayani pelanggan, mencatat reservasi</li> <li>▪ Buang air besar/kecil</li> <li>▪ Istirahat, makan, minum</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Toilet</li> <li>▪ Pantry</li> </ul>
		kasir / penerimaan	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Memarkir kendaraan</li> <li>▪ Menerima pembayaran pelanggan</li> <li>▪ Buang air besar/kecil</li> <li>▪ Istirahat, makan, minum</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Area parkir</li> <li>▪ Area penerimaan/kasir</li> <li>▪ Toilet</li> <li>▪ Pantry</li> </ul>
3	Staff kebugaran	Konsultan kebugaran	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Memarkir kendaraan</li> <li>▪ Memberi konsultasi</li> <li>▪ Buang air besar/kecil</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Area parkir</li> <li>▪ R. konsultasi/ r. staff</li> <li>▪ Toilet</li> </ul>
		Instruktur kebugaran	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Memarkir kendaraan</li> <li>▪ Melatih pelanggan</li> <li>▪ Berganti pakaian dan menyimpan barang bawaan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Area parkir</li> <li>▪ R. olahraga</li> <li>▪ R. ganti instruktur</li> <li>▪ Toilet</li> </ul>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Buang air besar/kecil</li> </ul>	
4	Staff pusat Relaksasi	Terapis relaksi spa	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Memarkir kendaraan</li> <li>▪ Menyimpan barang</li> <li>▪ Melayani perawatan pelanggan</li> <li>▪ Mengambil dan menyimpan alat untuk perawatan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Area parkir</li> <li>▪ R. staff</li> <li>▪ R. perawatan sesuai perawatan</li> <li>▪ R. penyimpanan bahan dan alat</li> </ul>
		Staff Salon	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Memarkirkan kendaraan</li> <li>▪ Membersihkan salon</li> <li>▪ Melayani pelanggan</li> <li>▪ Buang air besar/kecil</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Area parkir</li> <li>▪ Area salon</li> <li>▪ Styling</li> <li>▪ Mani/pedi</li> <li>▪ Creambath</li> <li>▪ Coloring</li> <li>▪ Facial</li> <li>▪ Toilet</li> </ul>
5	Staff pekerja	Cleaning service	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Memarkir kendaraan</li> <li>▪ Menyimpan barang bawaan</li> <li>▪ Membersihkan area pusat kebugaran dan relaksasi spa</li> <li>▪ Istirahat</li> <li>▪ Buang air</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Area parkir</li> <li>▪ R. staff cleaning service</li> <li>▪ Toilet</li> <li>▪ pantry</li> </ul>

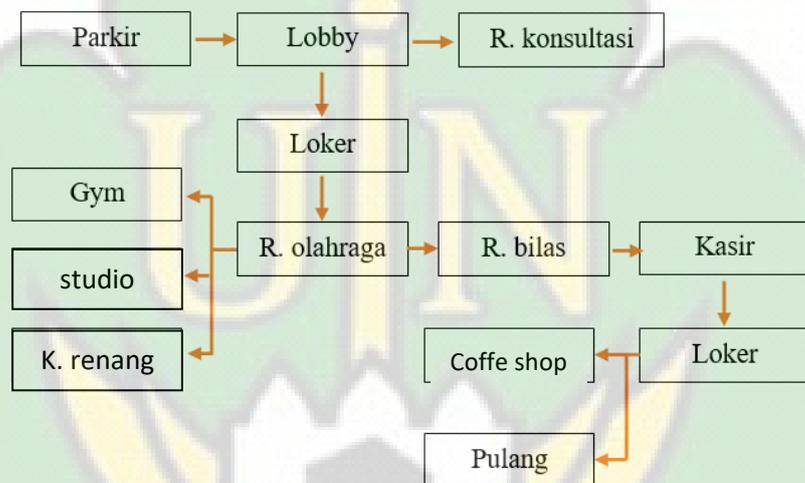
			besar/kecil	
		Pemeliharaan	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Parkir</li> <li>▪ Mengecek sistem utilitas bangunan</li> <li>▪ Istirahat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Area parkir</li> <li>▪ R. staff</li> <li>▪ R. pompa</li> <li>▪ R.genset</li> <li>▪ R. panel</li> <li>▪ R.kontrol</li> <li>▪ Toilet</li> <li>▪ Pantry</li> </ul>
		Satpam	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Memarkir kendaraan</li> <li>▪ Menjaga keamanan</li> <li>▪ Istirahat</li> <li>▪ Buang air besar/kecil</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Area parkir</li> <li>▪ Pos satpam</li> <li>▪ Toilet</li> <li>▪ Coffe shop</li> </ul>
		Laundry	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Parkir</li> <li>▪ Mencuci</li> <li>▪ Menyetrika</li> <li>▪ Menyimpan</li> <li>▪ Istirahat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Area parkir</li> <li>▪ R. cuci</li> <li>▪ R. setrika</li> <li>▪ R. penyimpanan</li> <li>▪ R. staff</li> </ul>
6	Staff lainnya	Staff coffee shop	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Memarkir kendaraan</li> <li>▪ Membersihkan, menyiapkan coffe</li> <li>▪ Beristirahat</li> <li>▪ Buang air besar/kecil</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Area parkir</li> <li>▪ Area coffe shop</li> <li>▪ R.staff</li> <li>▪ toilet</li> <li>▪ Gudang</li> </ul>

#### 4.3.4 Organisasi Ruang

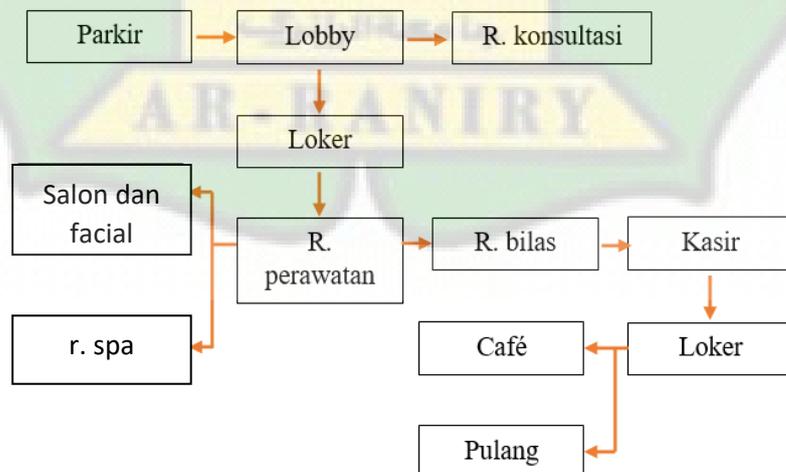
Berdasarkan pola aktivitas yang ada di pusat kebugaran dan relaksasi ini, maka pengelompokan ruang berdasarkan zonasi diantaranya yaitu :

##### 1. Pengunjung

- Pusat Kebugaran

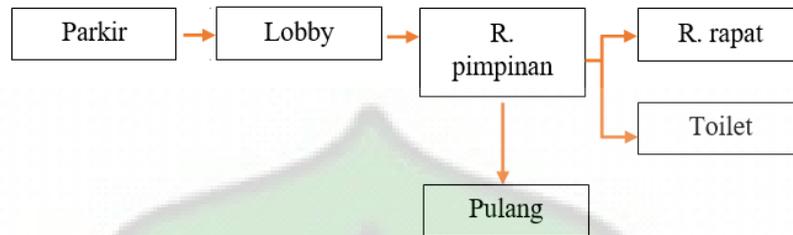


- Pusat Relaksasi Spa

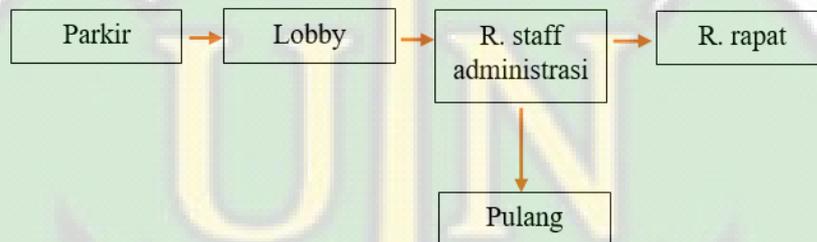


## 2. Pengelola

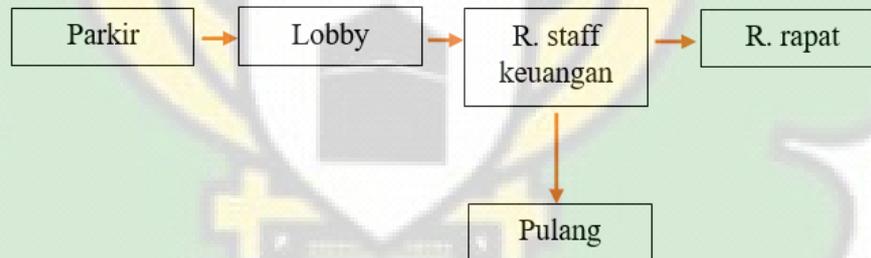
- Pimpinan



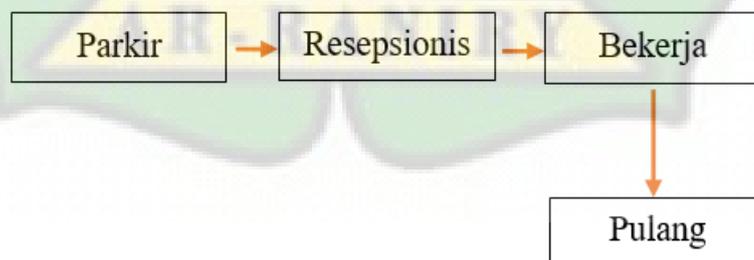
- Staff Administrasi



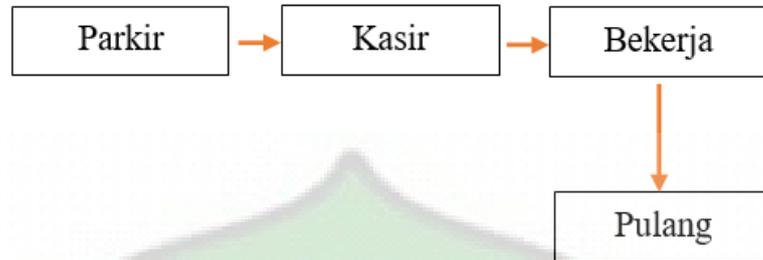
- Staff Keuangan



- Resepsionis

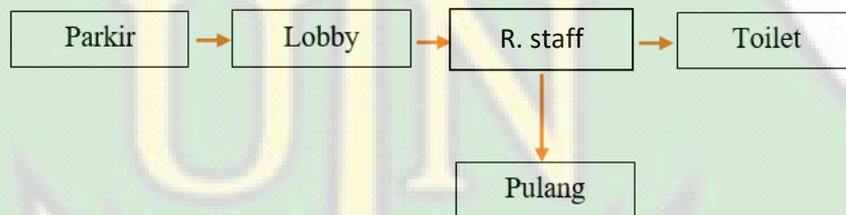


- Kasir / penerimaan

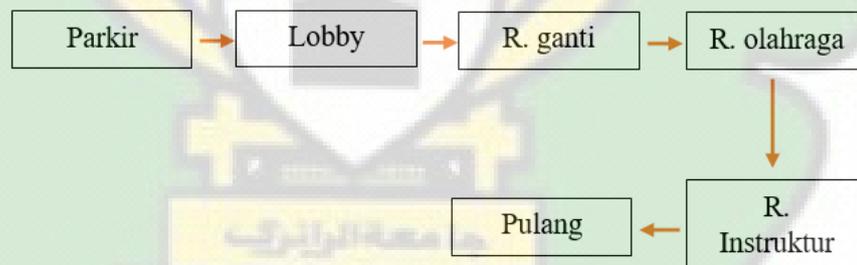


### 3. Staff Pusat Kebugaran

- Konsultan Pusat Kebugaran

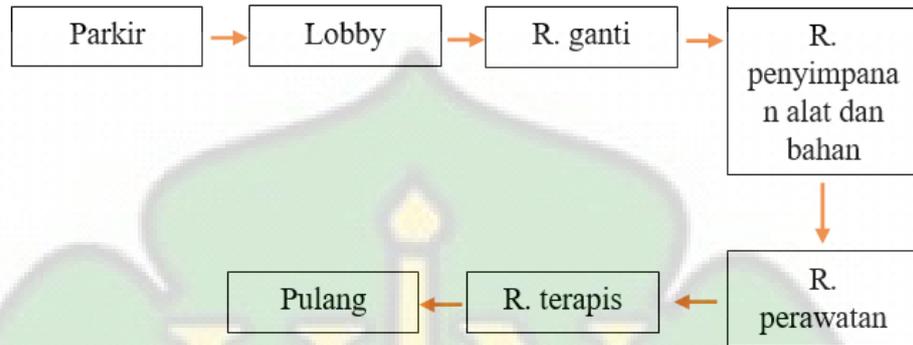


- Instruktur Kebugaran

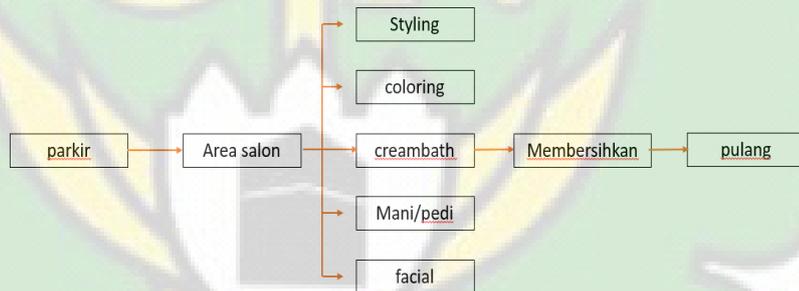


#### 4. Staff Pusat Relaksasi Spa

- Terapis Relaksasi Spa

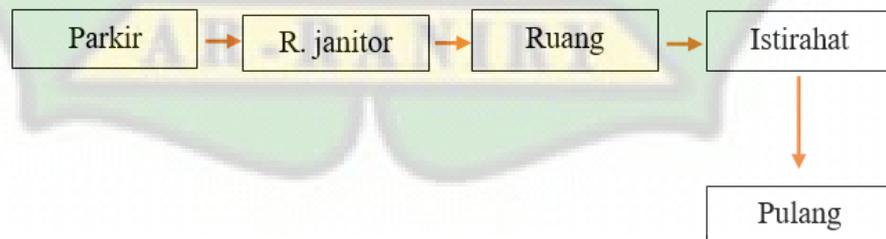


- Staff salon

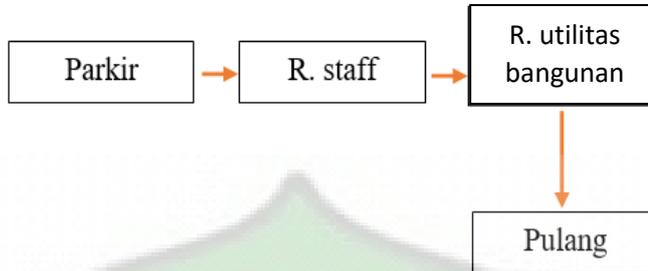


#### 5. Staff Pekerja

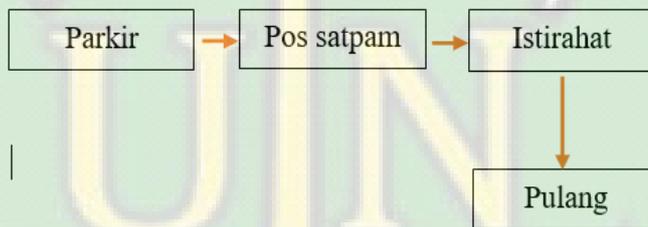
- Cleaning Service



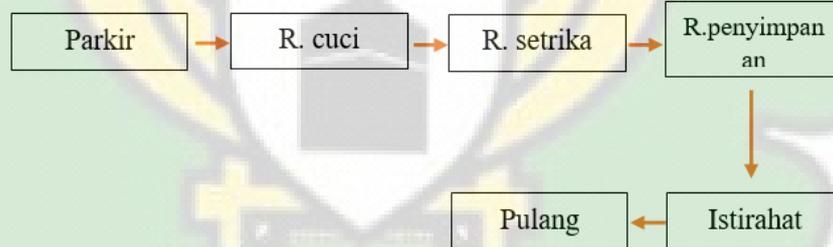
- Pemeliharaan



- Satpam

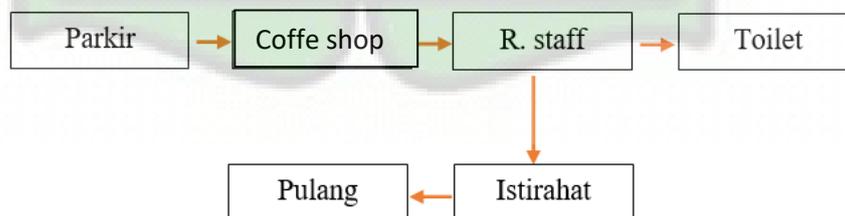


- Laundry



## 6. Staff Coffe shop

- Staff coffe shop



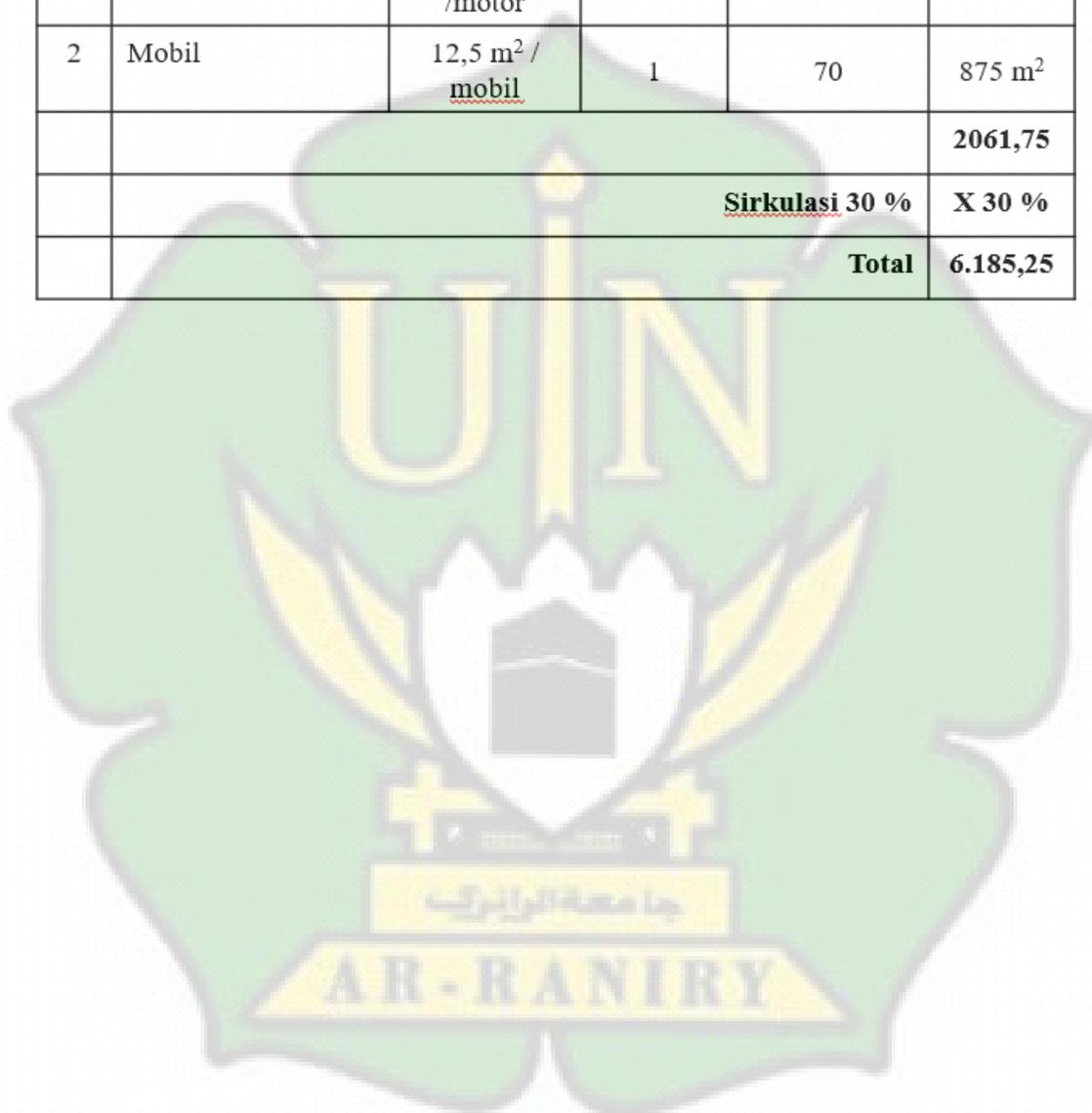
### 4.3.5 Besaran Ruang

tabel 4.5 Besaran ruang kelompok kegiatan

no	Ruang	Perencanaan			
		standar	Jumlah	kapasitas	luas
1	Ruang <u>Pimpinan</u>	12 m <sup>2</sup> / org	1	1	12 m <sup>2</sup>
2	Ruang <u>tamu</u>	1.5 m <sup>2</sup> /org	1	5-10	15 m <sup>2</sup>
3	<u>Sekretaris</u>	6 m <sup>2</sup> / org	1		6 m <sup>2</sup>
4	R. Staff <u>administrasi</u>	4.5 m <sup>2</sup> /org	1	6	26 m <sup>2</sup>
5	<u>Kabag administrasi</u>	6 m <sup>2</sup> / org	1	1	6 m <sup>2</sup>
6	R. Staff <u>keuangan</u>	4.5 m <sup>2</sup> /org	1	4	18 m <sup>2</sup>
7	<u>Kabag keuangan</u>	6 m <sup>2</sup> / org	1	1	6 m <sup>2</sup>
8	Ruang <u>rapat</u>	2.5 m <sup>2</sup> /org	12	1	30 m <sup>2</sup>
9	Pantry	Min 16 m <sup>2</sup>	1	4	16 m <sup>2</sup>
10	Ruang <u>laktasi</u>	Min 12 m <sup>2</sup>	1		12 m <sup>2</sup>
11	Toilet	2.5 m <sup>2</sup> /org	2	1	5 m <sup>2</sup>
<b>PUSAT KEBUGARAN</b>					
1	Lobby	2 m <sup>2</sup> / org	1	30	60 m <sup>2</sup>
2	<u>Penerimaan/kasir</u>	3.5 m <sup>2</sup> /org	1	2	7 m <sup>2</sup>
3	Ruang <u>tunggu</u>	1.5 m <sup>2</sup> /org	1	10	15 m <sup>2</sup>
4	R. <u>Instruktur</u>	3 m <sup>2</sup> /org	1	6	24 m <sup>2</sup>
5	Lounge	3 m <sup>2</sup> / org	1	4	12 m <sup>2</sup>
6	<u>Loker</u>	2 m <sup>2</sup> /org	1	10	20 m <sup>2</sup>
7	R. Bilas / <u>ganti</u>	2 m <sup>2</sup> / org	1	10	20 m <sup>2</sup>
8	Toilet	2.5 m <sup>2</sup> /org	3	1	7.5 m <sup>2</sup>
9	Ruang fitness	Min 200 m <sup>2</sup> Untuk 40- 45/org			200 m <sup>2</sup>
10	Ruang studio		5		50 m <sup>2</sup>
11	Ruang yoga	3 m <sup>2</sup> /org	2	10	30 m <sup>2</sup>

No	Ruang	Perencanaan			
		standar	Jumlah	kapasitas	luas
<b>PUSAT RELAKSASI</b>					
1	<u>Penerimaan/kasir</u>	3.5 m <sup>2</sup> /org	1	2	7 m <sup>2</sup>
2	<u>Ruang terapis</u>	2.5 m <sup>2</sup> /org	1	6	15 m <sup>2</sup>
3	Ruang SPA	Min 12 m <sup>2</sup>	1	1 - 3	12 m <sup>2</sup>
4	Sauna	Min 9 m <sup>2</sup>	1	2 - 4	9 m <sup>2</sup>
5	<u>Ruang bilas/ ganti</u>	2 m <sup>2</sup> / org	1	4	8 m <sup>2</sup>
6	Storage	15 m <sup>2</sup>	1		15 m <sup>2</sup>
7	Toilet	2.5 m <sup>2</sup> /org	3	1	7.5 m <sup>2</sup>
8	Area salon	<u>Asumsi 30 m<sup>2</sup></u>			30 m <sup>2</sup>
9	<u>R. Manicure /pedi</u>	1.95 m <sup>2</sup> /org	5	1	9.75 m <sup>2</sup>
10	R. Facial	6 m <sup>2</sup>	2	1	6 m <sup>2</sup>
<b>PENUNJANG</b>					
1	<u>Coffe shop</u>	3.8 m <sup>2</sup> /4 org	1	30	112 m <sup>2</sup>
2	<u>Mushalla</u>	2 m <sup>2</sup> / org	1	20	40 m <sup>2</sup>
<b>SERVICE</b>					
1	Gudang		1		20 m <sup>2</sup>
2	<u>ruang pompa</u>	8 m <sup>2</sup>	1	1	8 m <sup>2</sup>
3	Ruang panel	8 m <sup>2</sup>	1	1	8 m <sup>2</sup>
4	<u>Ruang kontrol</u>	12 m <sup>2</sup>	1	2	12 m <sup>2</sup>
5	<u>ruang genset</u>	20 m <sup>2</sup>	1		20 m <sup>2</sup>
6	Pantry	Min 16 m <sup>2</sup>	1		16 m <sup>2</sup>
7	<u>R. Staff service</u>	28 m <sup>2</sup>	1	8 - 10	28 m <sup>2</sup>
8	<u>Ruang laundry cuci</u>	Min 8 m <sup>2</sup>	1	2	16 m <sup>2</sup>
9	<u>Ruang laundry setrika</u>	Min 8 m <sup>2</sup>	1		8 m <sup>2</sup>
10	<u>Ruang jemur</u>	9 m <sup>2</sup>	1		9 m <sup>2</sup>
11	Toilet	2,5 m <sup>2</sup> / org	2	1	5 m <sup>2</sup>

No	Ruang	<u>Perencanaan</u>			
		<u>standar</u>	<u>Jumlah</u>	<u>kapasitas</u>	<u>luas</u>
	<b>PARKIR</b>				
1	Motor	1,05 m <sup>2</sup> /motor	2	80	168 m <sup>2</sup>
2	Mobil	12,5 m <sup>2</sup> / <u>mobil</u>	1	70	875 m <sup>2</sup>
					<b>2061,75</b>
				<u>Sirkulasi 30 %</u>	<b>X 30 %</b>
				<b>Total</b>	<b>6.185,25</b>



## BAB V

### KONSEP PERANCANGAN

#### 5.1 Konsep Dasar

Pada perancangan Pusat Kebugaran dan Relaksasi Spa Khusus Wanita di Banda Aceh menggunakan tema Arsitektur Modern tropis. Merupakan tema dalam penerapannya yang menerapkan konsep modern namun tetap memperhatikan kondisi iklim setempat. Sehingga berdasarkan tema tersebut, maka konsep yang diusung pada perancangan Pusat Kebugaran dan Relaksasi Spa Khusus Wanita di Banda Aceh yaitu “*Nature Integrity*”. Maksud dari konsep tersebut yaitu dapat mengintegrasikan atau memasukkan konsep alam ke dalam bangunan sehingga menghadirkan kenyamanan bagi pengguna bangunan dan memaksimalkan fungsi terhadap bangunan.

Penerapan konsep “*Nature Integrity*” pada perancangan Pusat Kebugaran dan Relaksasi Spa Khusus Wanita di Banda Aceh diantaranya :

- Bangunan memaksimalkan terhadap fungsi serta orientasi bangunan disesuaikan dengan keadaan dan iklim daerah tersebut.
- Bangunan menggunakan bukaan yang lebar untuk memaksimalkan pencahayaan dan penghawaan alami.
- Memasukkan unsur alam ke dalam bangunan untuk menghadirkan nuansa alam dan juga dapat memberikan kualitas udara yang lebih baik.
- Konsep ruang dalam bangunan menggunakan warna - warna yang menimbulkan kesan hangat dengan perpaduan yang apik. Menggunakan warna yang memberikan kesan rileks bagi pengguna, misal penggunaan warna-warna soft, coklat dan lainnya.
- Konsep eksterior atau ruang luar bangunan di desain dengan memaksimalkan unsur alam dengan banyak taman untuk menghadirkan lingkungan yang asri dan nyaman sehingga secara

tidak langsung dapat menghilangkan atau meredakan stress bagi pengunjung. Memanjakan pengunjung dengan lingkungan luar yang tertata dengan baik.

## 5.2 Rencana Tapak

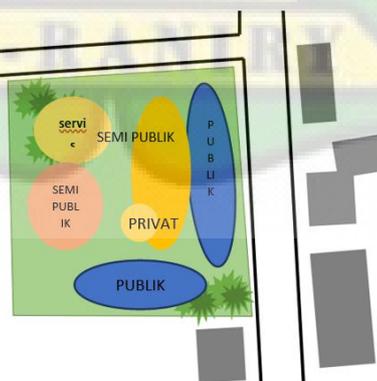
Konsep rencana tapak pada perancangan Pusat Kebugaran dan Relaksasi Spa Khusus Wanita di Banda Aceh ini terbentuk dari hasil konsep permintakan, tata letak, pencapaian, sirkulasi dan parkir.

### 5.2.1 Pemintakatan

Pemintakatan merupakan pengelompokan atau pembagian zona-zona kegiatan berdasarkan kegiatan dan sifat dari setiap ruang. Sehingga aktifitas yang terjadi dalam site dapat berjalan dengan baik dan teratur. Dibagi menjadi 4 kelompok zona, diantaranya :

Tabel 5.1 konsep pemintakatan

Publik	Semi Publik	Privat	Servis
<ul style="list-style-type: none"> <li>Taman</li> <li>coffe shop</li> <li>mushalla</li> <li>Lobby</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fasilitas relaksasi</li> <li>Salon</li> <li>Fasilitas kebugaran</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>R. pimpinan</li> <li>Area kantor pengelola</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Parkir</li> <li>Staff Pemeliharaan bangunan</li> <li>Fasilitas servis</li> </ul>



Gambar 5.1 zonasi

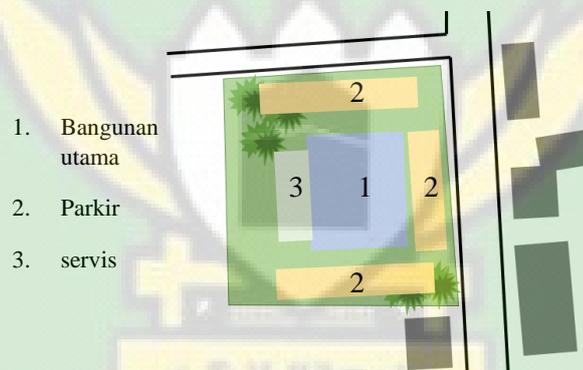
Sumber : Analisa pribadi

### 5.2.2 Tata Letak

Konsep tata letak pada bangunan terbentuk berdasarkan analisis yang telah dilakukan. Hasil Analisa tersebut menghasilkan pengelompokan berdasarkan jenis kegiatan pada bangunan, maka dihasilkan tata letak massa sebagai berikut :

Tabel 5.2 konsep tata letak

Zona Utama	Zona Pengelola	Zona Penunjang	Zona Servis
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pusat kebugaran</li> <li>• Pusat relaksasi</li> <li>• Salon</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kantor pengelola</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coffe shop</li> <li>• Mushalla</li> <li>• Taman</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fasilitas servis</li> <li>• Utilitas bangunan</li> </ul>



Gambar 5.2 tata letak

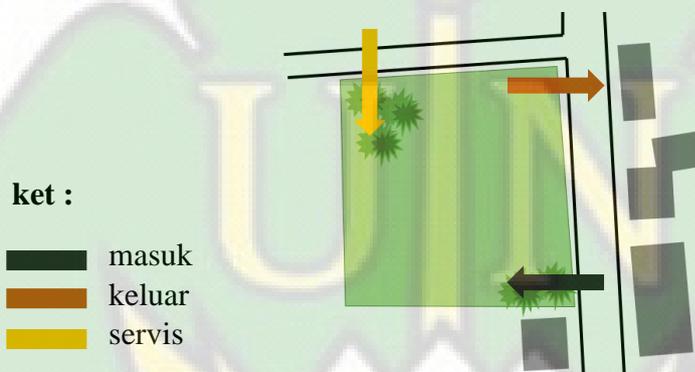
Sumber : Analisa pribadi

### 5.2.3 Pencapaian

Konsep pencapaian yang akan direncanakan berdasarkan analisis diantaranya yaitu:

1. Jalan Syiah Kuala yang terletak pada sisi timur tapak merupakan akses utama menuju tapak. Hal ini dikarenakan kondisi jalan yang luas serta jarang terjadi kemacetan.

2. Akses keluar tapak akan direncanakan pada jalan Syiah Kuala yang berada di sisi timur tapak namun memiliki peletakan yang berbeda dengan jalur masuk. Supaya sirkulasi kendaraan tetap lancar.
3. Akses masuk service pada tapak diletakkan pada jalan di sisi utara tapak, dan akses keluarnya mengikuti arah jalur keluar yang mengarah pada sisi timur site pada jalan Syiah Kuala.
4. Pencapaian pada tapak dapat diakses dengan berjalan kaki, menggunakan sepeda motor dan mobil dan menggunakan kendaraan umum.

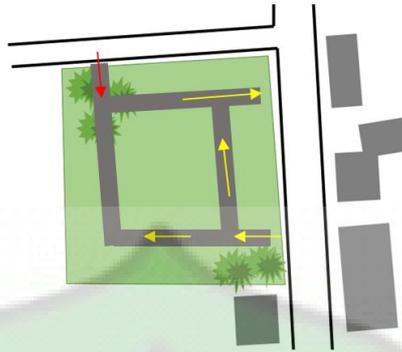


Gambar 5.3 pencapaian  
Sumber : Analisa pribadi

#### 5.2.4 Sirkulasi

Sirkulasi pada Pusat Kebugaran dan Relaksasi Spa di desain untuk memudahkan pengunjung dan pengguna bangunan. Konsep sirkulasi yang akan direncanakan yaitu :

1. Konsep sirkulasi antara jalur kendaraan pengguna bangunan dan jalur servis dipisah.
2. Jalur sirkulasi kendaraan pengunjung diarahkan menuju parkiran.
3. Jalur sirkulasi bagi pejalan kaki direncanakan menyebar di sekeliling bangunan.
4. Adanya vegetasi yang berfungsi sebagai pengarah dan juga sebagai peneduh supaya menghadirkan lingkungan yang sejuk dan nyaman bagi pengguna.



Gambar 5.4 sirkulasi kendaraan

Sumber : Analisa pribadi

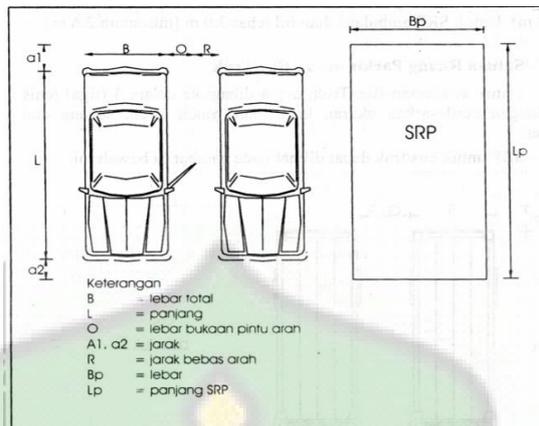
### 5.2.5 Parkir

Fasilitas parkir pada bangunan Pusat Kebugaran dan Relaksasi Khusus Wanita di Banda Aceh di letakkan pada area dengan tingkat kebisingan yang sedang hingga tinggi. Fasilitas parkir dipisahkan antara mobil maupun motor supaya kendaraan lebih tertata dan tidak tercampur baur. Parkir memiliki ketentuan yang disebut SRP (satuan Ruang Parkir) yang terbagi menjadi tiga, yaitu :

Tabel 5.3 Penentuan satuan Ruang Parkir (SRP)

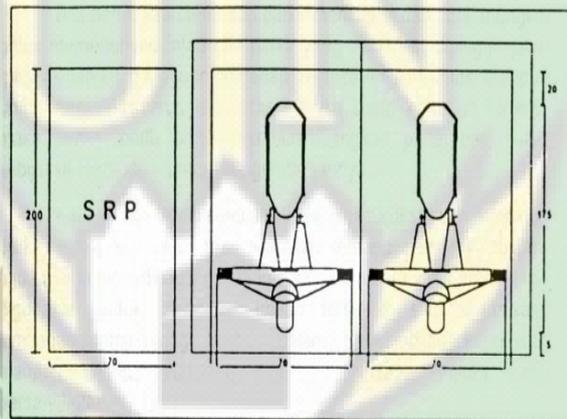
No	Jenis Kendaraan	SRP dalam m <sup>2</sup>
1	a. Mobil penumpang gol I	2,30 x 5,00
	b. Mobil penumpang gol II	2,50 x 5,00
	c. Mobil penumpang gol III	3,00 x 5,00
2	Bus / Truk	3,40 x 12,50
3	Sepeda Motor	0,75 x 2,00

Sumber : Departemen perhubungan darat, 1998



Gambar 5.5 SRP mobil penumpang

Sumber : Departemen perhubungan darat, 1998



Gambar 5.6 SRP sepeda motor

Sumber : departemen perhubungan darat, 1998

Kemudian posisi peletakan parkir menggunakan parkir tegak lurus atau dengan sudut  $90^\circ$ . Hal ini dikarenakan dapat meminimalisir penggunaan lahan pada tapak.



Gambar 5.7 parkir sudut 90°

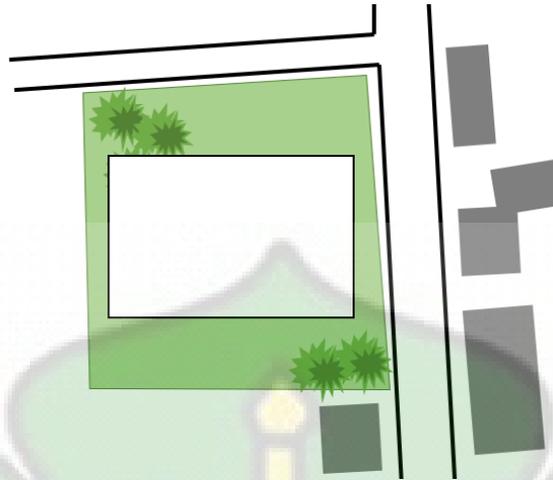
Sumber : [www.ocw.upj.ac.id](http://www.ocw.upj.ac.id)

### 5.3 Konsep Bangunan

#### 5.3.1 Ide Bentuk/ Gubahan Massa

Konsep gubahan massa disesuaikan dengan kebutuhan dari bangunan. Selain itu bentuk massa disesuaikan dengan tema yang diangkat yaitu arsitektur modern tropis. Sehingga bangunan harus memaksimalkan fungsi. Oleh karena itu bentuk menggunakan prinsip modern yaitu *Form follow function*. Gubahan massa pada bangunan Pusat Kebugaran dan Relaksasi Spa Khusus Wanita menggunakan bentuk persegi yang identik dengan konsep modern yang kemudian dimodifikasi dan ditata sedemikian rupa. Konsep gubahan massa pada bangunan diantaranya yaitu :

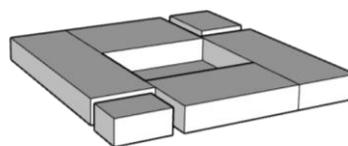
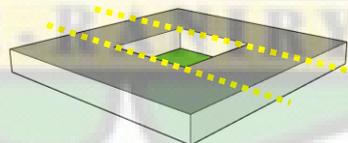
- Penggunaan bentuk dasar persegi pada bangunan sesuai dengan fungsi dari bangunan yaitu sebagai tempat komersial sehingga pemanfaatan ruang menjadi lebih maksimal atau tidak adanya bagian yang terbuang. Selain itu bentuk menyesuaikan dengan kondisi site yang memiliki bentuk menyerupai persegi.



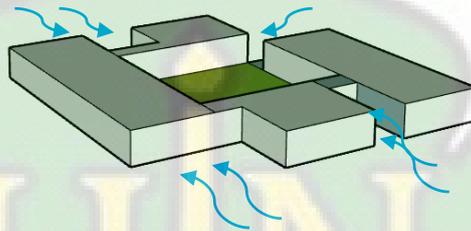
- Bentuk persegi yang “kotak” utuh tidak maksimal dalam hal pemanfaatan angin dan juga pencahayaan. Sehingga harus diolah lagi. Sehingga di lubang pada area tengah untu memasukkan angin dan menyalurkan kedalam bangunan



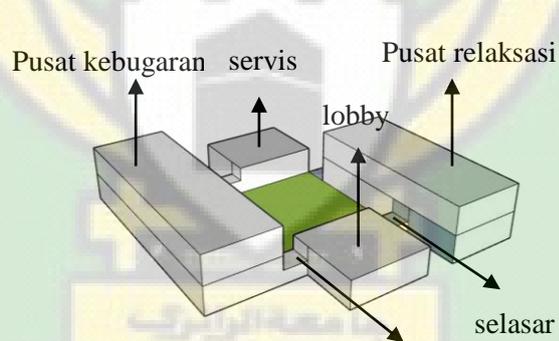
- Kemudian massa bangunan di dengan garis grid untuk memisahkan zonasi. Dan terdapat pengurangan massa disisi depan dan belakang. Supaya massa memiliki lekukan untuk menangkap angin.



- Massa bangunan bagian depan dibuat maju mundur supaya dapat memaksimalkan penghawaan dan pencahayaan. Sehingga angin dapat masuk secara maksimal. untuk area servis diletakkan pada area belakang pada sisi barat.



- Kemudian hasil akhir bentukan massa tiap kegiatan utama dihubungkan oleh selasar yang tidak ditutupi dinding massif sehingga sirkulasi angin pada bangunan lancar.



- Massa bangunan pada area depan di bagian tengah dijadikan sebagai lobby utama yang berfungsi sebagai pusat bangunan yang mengarahkan pengguna kepada kegiatan yang ingin dilakukan

### 5.3.2 Konsep Material

Penggunaan material pada Pusat Kebugaran dan Relaksasi Spa Khusus Wanita tersebut disesuaikan dengan tema yang diangkat yaitu “Arsitektur Tropis”. Beberapa pertimbangan dalam pemilihan material, diantaranya :

- a. Material haruslah memperhatikan kenyamanan dan keamanan bagi pengguna bangunan.
- b. Material memiliki kualitas ketahanan yang baik.
- c. Material yang mudah didapat serta mudah dalam pemasangan dan perawatannya.
- d. Memberikan kesan indah pada bangunan namun sesuai dengan fungsi dan kegunaanya.

Dari beberapa pertimbangan diatas maka terdapat beberapa material yang dapat digunakan pada bangunan. Diutamakan menggunakan material lokal karena lebih sesuai dengan kondisi setempat dan kemudian mudah di dapat serta perawatan yang relatif lebih mudah. Material utama pada bangunan diantaranya beton, kaca dan kayu. Adapun bahan material lainnya yaitu :

- a. Material pada lantai ruangan menggunakan keramik, granit dan parket yang disesuaikan dengan fungsi ruang. Pada area luar menggunakan bahan material yang keras sebagai jalur sirkulasi, namun bahan yang digunakan tidak menghambat penyerapan air ketanah. Misal penggunaan batako dan juga grass block.
- b. Dinding pada bangunan menggunakan dinding dari material bata merah dengan lapisan beton, dikarenakan bata merupakan material yang mudah di dapat serta lebih ramah lingkungan. Selain itu dinding juga menggunakan material kaca sebagai ventilasi untuk penghawaan dan juga pencahayaan.

Pada ruangan yang membutuhkan kedap suara yang baik seperti ruang studio, yoga, senam dan lain sebagainya di aplikasikan material PET (*Polyethylene Terephthalate*) yang baik dalam menyerap dan meredam suara.

- c. Pada area plafond bangunan menggunakan material Gypsum dan juga beberapa variasi kayu untuk menambah kesan alami dalam ruangan.

### 5.3.3 Konsep Ruang Dalam

Penerapan konsep nature integrity pada bangunan Pusat kebugaran dan Relaksasi Spa dimaksudkan untuk menghadirkan suasana alam baik didalam maupun di luar bangunan sehingga dapat terciptanya kenyamanan bagi pengguna bangunan. Penerapan konsep ini dibarengi dengan memperhatikan nilai estetika dan fungsi ruang pada bangunan. Konsep tersebut akan diterapkan pada area dalam bangunan. Difokuskan secara maksimal pada area pusat kebugaran, area relaksasi spa dan lobby. Dikarenakan area tersebut area yang paling dominan digunakan untuk beraktifitas dan merupakan area utama dalam bangunan tersebut.

- Lobby

Lobby merupakan area utama pada bangunan yang difungsikan sebagai tempat penerimaan tamu atau pengunjung. Lobby bangunan disesuaikan dengan konsep bangunan yaitu menghadirkan suasana alami yang terasa dari penggunaan material, warna dan lain sebagainya. Menggunakan material kayu dalam desainnya untuk menghasirkan suasana hangat dalam interior dan mengintegrasikan konsep *nature integrity*.



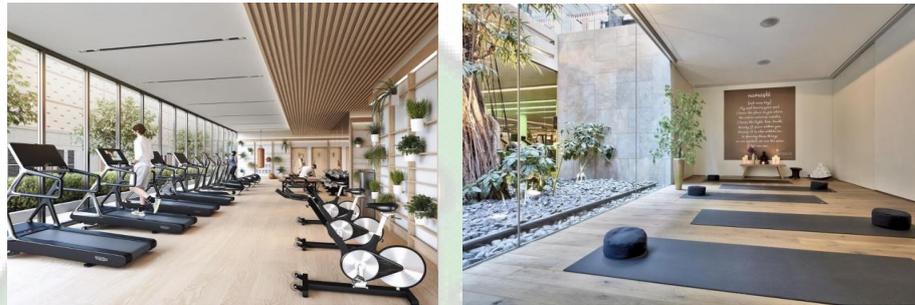
Gambar 5.8 Lobby dan area tunggu

Sumber : [pinterest.com](https://www.pinterest.com)

- Area kebugaran

Area kebugaran merupakan area dalam bangunan yang digunakan untuk melakukan seluruh aktifitas kebugaran. Sehingga penataan

interior harus dapat membuat pengunjung merasa nyaman dan rileks. Penggunaan warna soft dengan bukaan yang banyak supaya lebih menyatu dengan alam. Menggunakan material kaca di beberapa area dinding untuk menciptakan ruangan yang luas dan lega.



Gambar 5.9 Area kebugaran

Sumber : pinterest.com

- Pusat Relaksasi

Area relaksasi merupakan area yang difokuskan untuk perawatan spa dan diutamakan penataan interior supaya dapat merilekskan dan meredakan stress pengguna.



Gambar 5.10 Area relaksasi spa

Sumber : pinterest.com

### 5.3.4 Konsep Lanskap

Konsep ruang luar atau konsep lanskap merupakan konsep penataan ruang luar yang direncanakan sesuai dengan fungsi dan tujuannya. konsep

yang diangkat yaitu natur integrity dimana lingkungan yang asri menjadi pertimbangan dalam desain. Maka penataan lanskap yang baik diperlukan, selain itu dengan adanya penataan lansekap di sekeliling bangunan akan lebih menghidupkan dan memperindah bangunan sehingga terdapat keseimbangan antara alam dengan bangunan itu sendiri.

Elemen lanskap yang terdapat pada Pusat Kebugaran dan Relaksasi Spa tersebut terdiri atas 2 bagian yaitu *Softscape* dan *Hardscape* :

1. *Softscape*

*Softscape* merupakan semua material lunak yang terdapat dalam rancangan. Misal seperti pohon, bunga, air dan lainnya. Beberapa *softscape* yang diterapkan dalam rancangan yaitu :

- a. Pohon perdu, merupakan tanaman hias yang tumbuh rendah atau memiliki tinggi tidak lebih dari 6 meter.



Gambar 5.11 Pohon pucuk merah

Sumber : kompas.com



Gambar 5.12 Pohon melati

Sumber :ibadgarden.com

- b. Tanaman peneduh, umumnya merupakan jenis pohon yang bermanfaat untuk mendedahkan lingkungan yang panas. Biasanya tanaman jenis ini memiliki daun yang lebar sehingga suasana di dekat pohon tersebut menjadi teduh dan sejuk.



Gambar 5.13 Pohon Ketapang kaca

Sumber :Tokopedia.com



Gambar 5.14 Pohon angsana

Sumber :shutterstock.com

- c. Tanaman pengarah, merupakan tanaman yang ditanam untuk memperjelas arah sirkulasi. Biasanya ditanam sekeliling sirkulasi pada area taman.



Gambar 5.15 Pohon palem

Sumber : shopee.com

- d. Elemen air



Gambar 5.16 Kolam

Sumber :NaiBann.com

## 2. *Hardscape*

Hardscape merupakan material perkerasan yang digunakan pada lingkungan lansekap. Hardscape yang digunakan diantaranya yaitu :

### a. Paving block



Gambar 5.17 Paving block

Sumber :99.co

### b. Grass block



Gambar 5.18 Grass block

Sumber : bukalapak.com

### **5.3.5 Konsep Penghawaan**

Konsep penghawaan pada bangunan diperlukan supaya pengguna bangunan merasa nyaman ketika di dalam bangunan. Konsep penghawaan yang akan diterapkan pada Pusat Kebugaran dan Relaksasi Spa Khusus Wanita yaitu menggunakan penghawaan alami dan buatan.

Penghawaan alami diterapkan dengan adanya ventilasi udara pada bangunan sehingga udara dari luar dapat masuk kedalam bangunan.

Penerapan penghawaan alami akan diterapkan pada area yang memungkinkan untuk penerapannya.

Penghawaan buatan didalam bangunan dibutuhkan apabila tidak dapat dijangkau oleh penghawaan alami ataupun pada ruang tertentu yang dibutuhkan. Penghawaan buatan yang diterapkan yaitu menggunakan AC (*Air Conditioner*). Ruang yang menggunakan AC yaitu ruangan bagian pengelolaan bangunan dikarenakan membutuhkan suasana yang nyaman dan untuk meningkatkan kefokuskan dalam bekerja.



Gambar 5.19 AC (*air Conditioner*)

sumber : rumah123.com

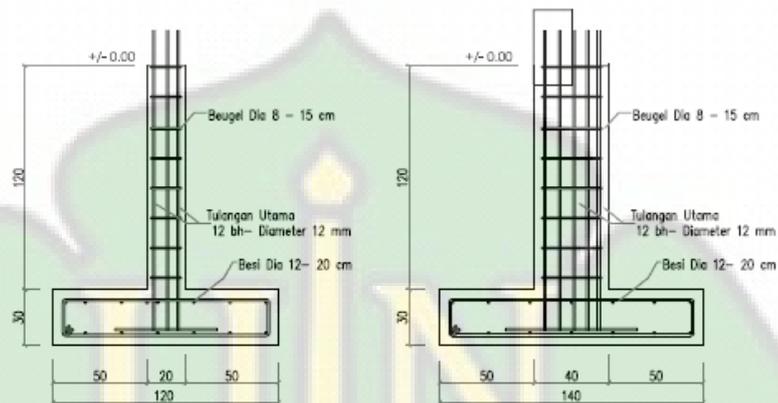
### **5.3.6 Konsep Struktur dan Kontruksi**

Konsep struktur bangunan umumnya terdiri dari struktur atas, tengah dan struktur bawah. Konsep struktur yang akan direncanakan pada Pusat Kebugaran dan Relaksasi Spa Khusus Wanita yaitu :

#### **1. Struktur bawah**

Struktur bawah disebut juga sebagai pondasi pada bangunan. Pondasi menjadi hal penting yang harus dipertimbangkan supaya bangunan dapat berdiri kokoh dan kuat.

Struktur bawah yang direncanakan pada bangunan yaitu pondasi tapak, mengingat bangunan merupakan bangunan 2 lantai sehingga mampu menampung beban yang ada.

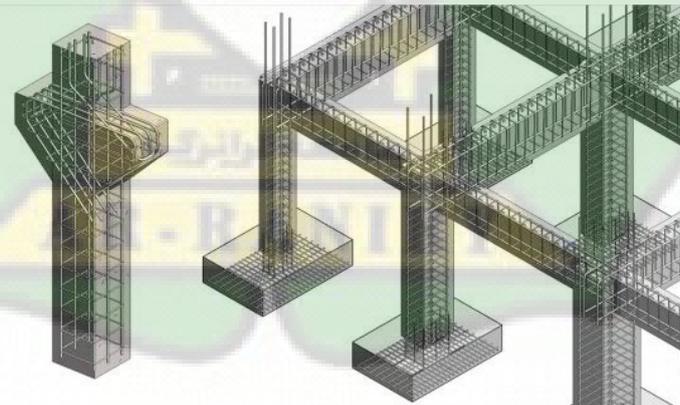


Gambar 5.20 Pondasi tapak

Sumber : [www.pengadaan.web.id](http://www.pengadaan.web.id)

## 2. Struktur tengah

Konsep struktur yang digunakan pada bagian tengah bangunan yaitu kolom yang terbuat dari beton, balok beton dan plat lantai dari beton.



Gambar 5.21 Struktur tengah

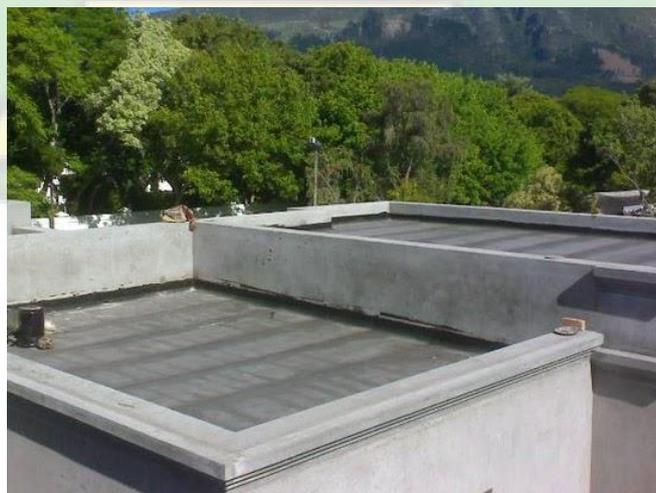
Sumber : [narotama.ac.id](http://narotama.ac.id)

### 3. Struktur atas

Struktur atas merupakan struktur yang paling atas bangunan seperti atap. Struktur atap yang direncanakan pada bangunan yaitu dengan menggunakan kerangka atap dari rangka baja serta atap dibuat kemiringan supaya memaksimalkan aliran air hujan. Selain itu atap dak beton dipakai apabila dibutuhkan dan pada bagian atas dibuat penghijauan sebagai penyerapan air hujan.



Gambar 5.22 Atap baja  
Sumber : tokopedia.com



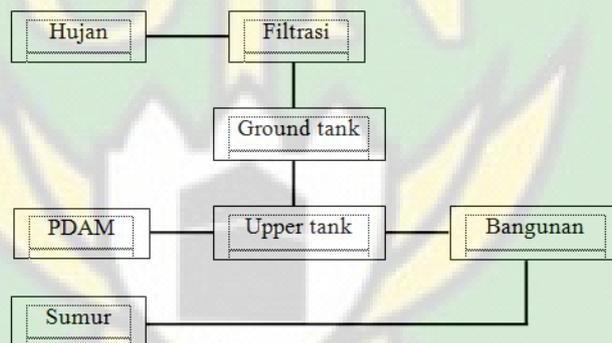
Gambar 5.23 Dak beton  
Sumber : sekilasinfo.blogger.com

### 5.3.7 Utilitas Bangunan

#### 1. Sistem Distribusi Air Bersih

Sistem distribusi air bersih pada Pusat Kebugaran dan Relaksasi Spa Khusus Wanita tersebut menggunakan sistem *down Feed*. Sistem ini menampung air terlebih dahulu di penampungan bawah kemudian dipompa ke atas penampungan atas yang selanjutnya di distribusikan ke ke seluruh area bangunan.

selain menggunakan sumber air dari PDAM dan sumur, dimanfaatkan juga air hujan yang melalui proses penyaringan dan kemudian dapat digunakan kembali untuk penyiraman tanaman dan lain sebagainya

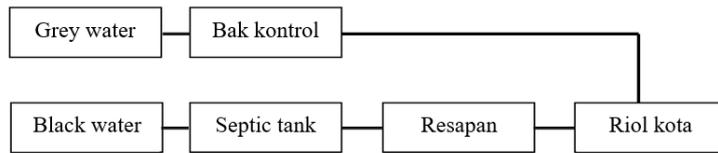


Gambar 5.24 Sistem distribusi air bersih

Sumber : analisa pribadi

#### 2. Sistem Distribusi Air kotor

Sistem pembuangan air kotor pada bangunan terbagi diantaranya Grey water, merupakan air sisa pembuangan cair, berasal dari bak mandi, wastafel dan lainnya. Black water, air kotor kamar mandi berasal dari kloset atau toilet.

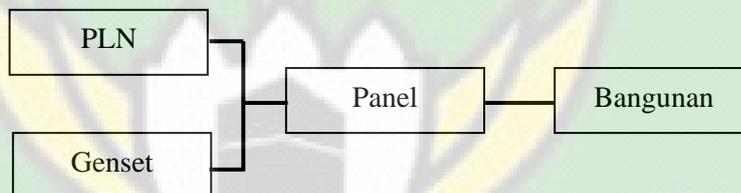


Gambar 5.25 Sistem distribusi air kotor

Sumber : analisa pribadi

### 3. Sistem Instalasi Listrik

Sistem instalasi listrik pada bangunan menggunakan sumber listrik dari PLN dan sebagai sumber cadangan listrik yaitu menggunakan genset (generator set). Aliran listrik yang bersumber dari PLN di dialirkan ke seluruh area bangunan menggunakan jaringan kabel. Pada bangunan disediakan meteran sehingga penggunaan listrik dapat diketahui.



Gambar 5.26 Sistem instalasi listrik

Sumber : analisa pribadi

### 4. Sistem Pemadam Kebakaran

Sistem pemadam kebakaran yang direncanakan pada bangunan menggunakan alat pemadam kebakaran. Apabila terjadi kebakaran maka dapat dideteksi dengan adanya *smoke detector* atau *heat detector*.



Gambar 5.27 *Smoke Detector*

Sumber : Wikipedia.com

Kemudian dapat dilakukan pencegahan dengan menggunakan alat pemadam kebakaran seperti *sprinkler* dan *water hydrant*.



Gambar 5.28 *Sprinkler*  
Sumber : bromindo.com



Gambar 5.29 *Water Hydrant*  
Sumber : waterstreet.com

*Sprinkler* diletakkan dalam area keseluruhan bangunan, apabila terjadi kebakaran dapat langsung ditangani dengan menyiram titik api dalam bangunan. Begitu juga *hydrant* yang diletakkan di area luar bangunan dengan jarak maksimal 30 m<sup>2</sup> dan jarak pelayanan 800 m<sup>2</sup>.

##### 5. Sistem keamanan

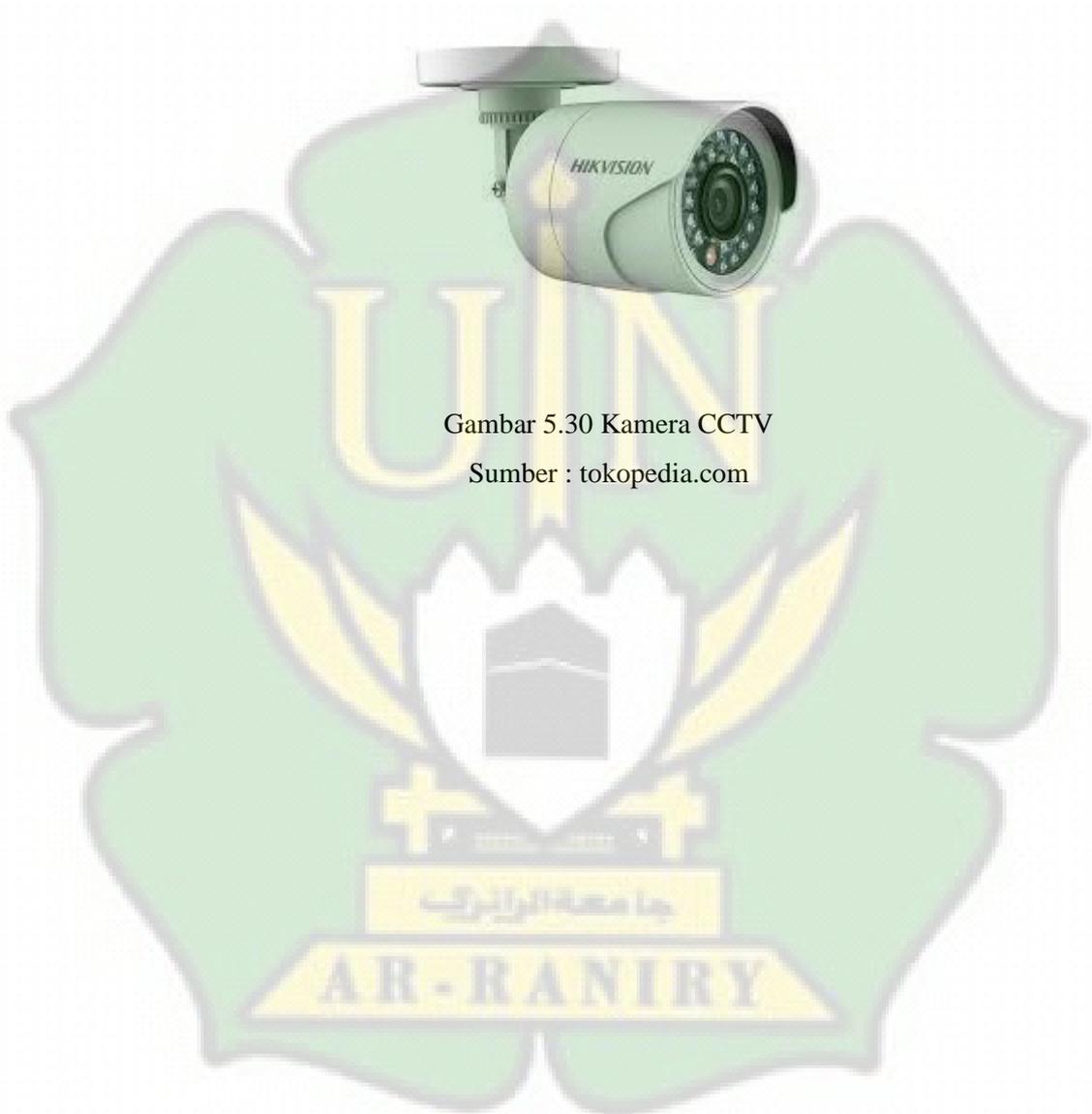
Sistem keamanan diperlukan dalam setiap bangunan yang berguna untuk menghindari hal yang tidak diinginkan. Sistem keamanan yang

direncanakan pada bangunan menggunakan kamera CCTV yang diletakkan pada beberapa titik dalam bangunan dan dapat diawasi langsung oleh petugas.

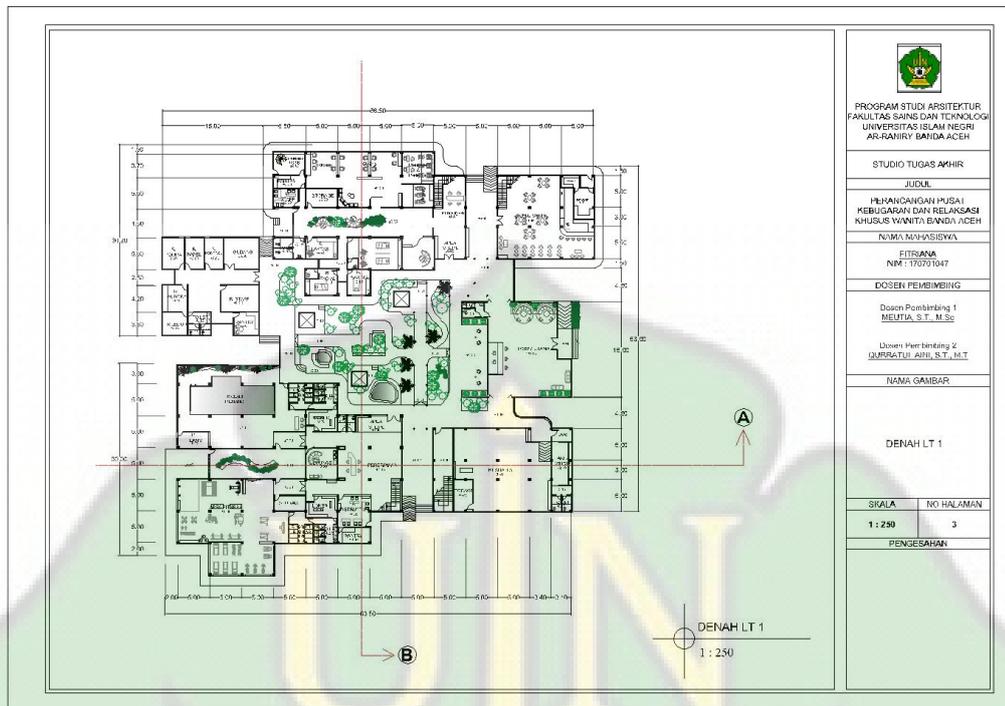


Gambar 5.30 Kamera CCTV

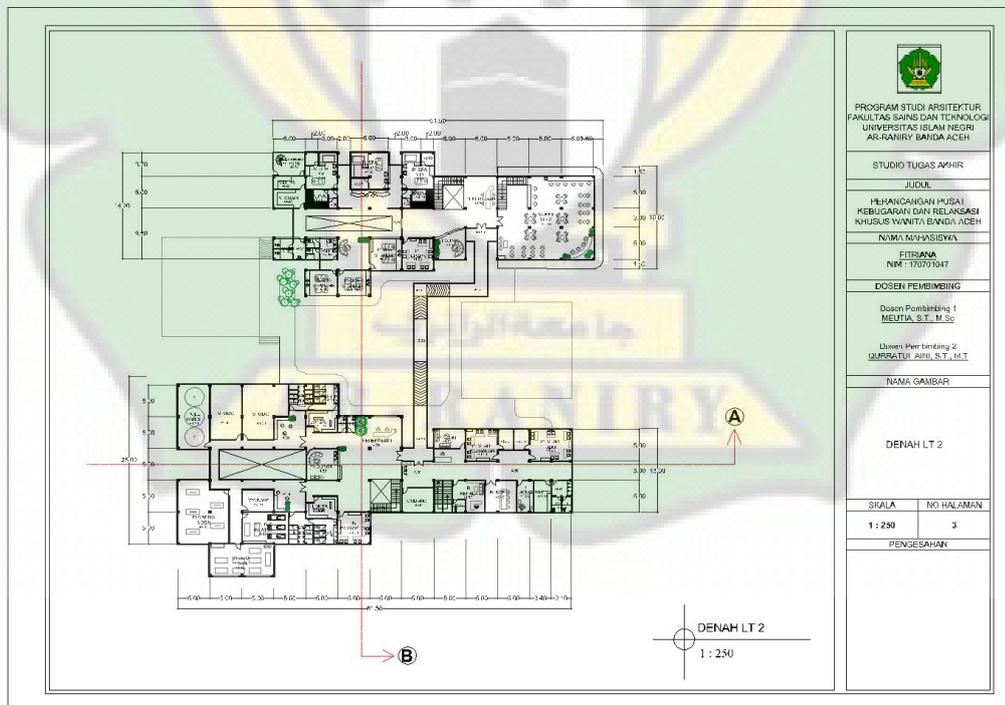
Sumber : tokopedia.com



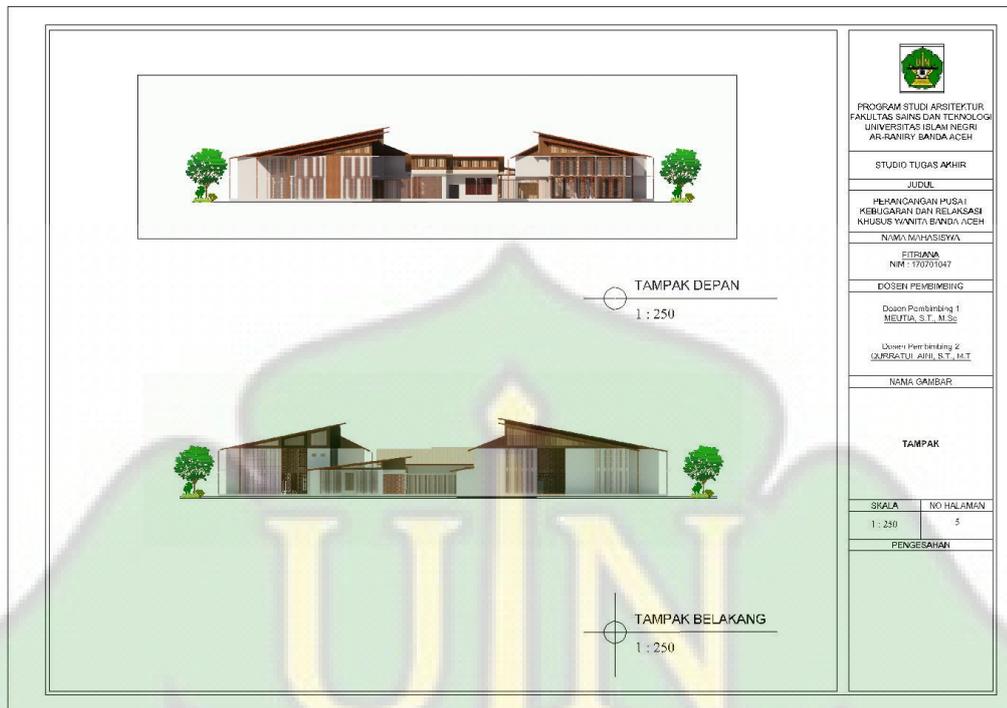




Gambar 6.3 Denah lantai 1  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



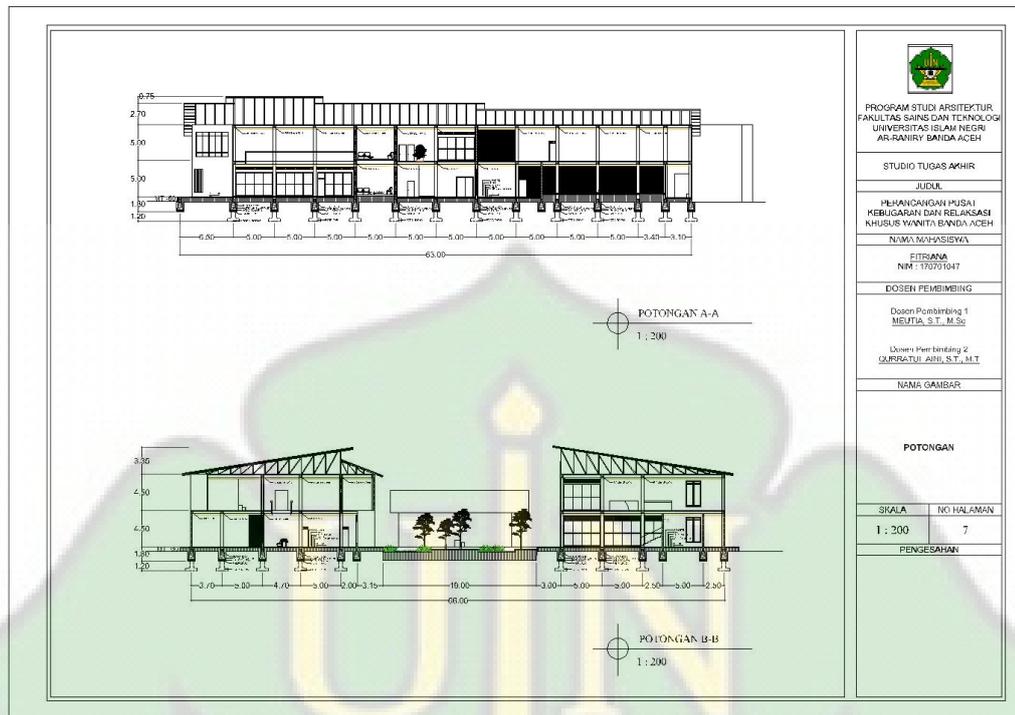
Gambar 6.4 Denah lantai 2  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 6.5 Tampak bangunan  
Sumber : Dokumentasi Pribadi

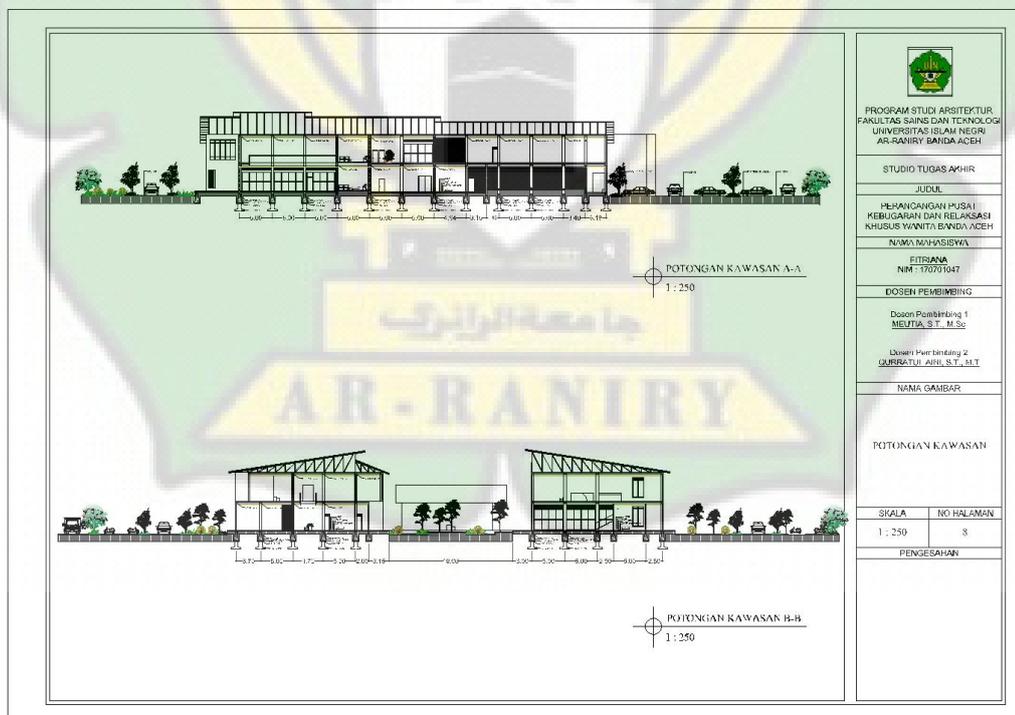


Gambar 6.6 Tampak bangunan  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



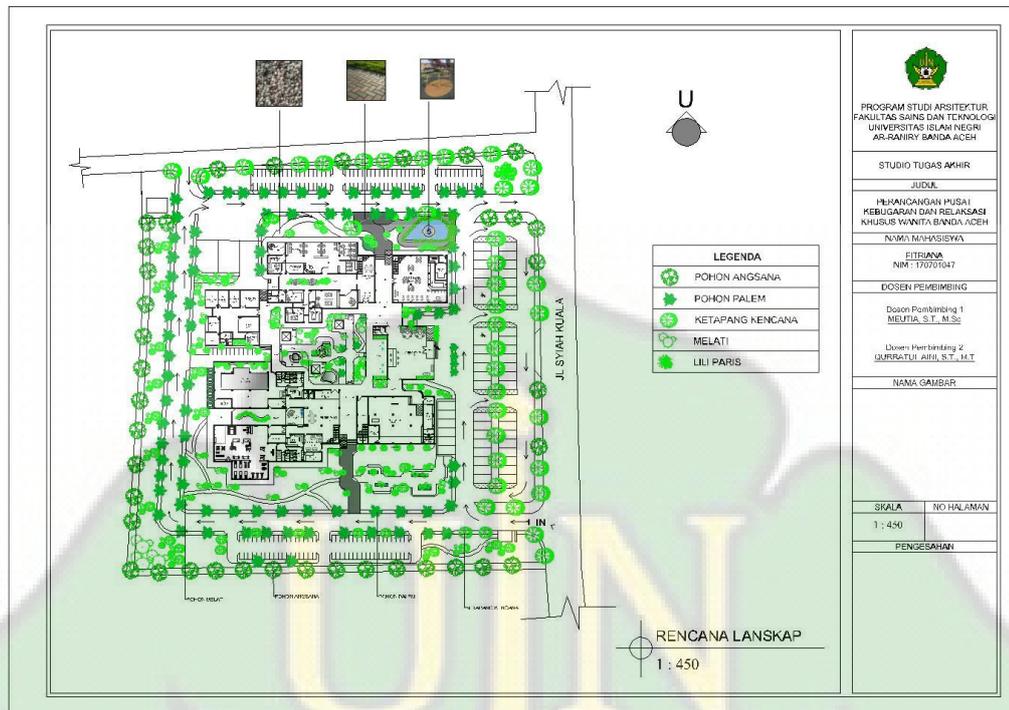
 PROGRAM STUDI ARSITEKTUR FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY BANDA ACEH	
STUDIO TUGAS AKHIR	
JUDUL	
PEKANJANGAN PUSAT KEBUGARAN DAN RELAKSASI KHUSUS WANITA BANDA ACEH	
NAMA MAHASISWA	
FITRIANA NIM : 170701047	
DOSEN PEMBIMBING	
Dosen Pembimbing 1 MEUTIA, S.T., M.Sc	
Dosen Pembimbing 2 GURISATU, ABU, S.T., S.T.	
NAMA GAMBAR	
POTONGAN	
SKALA	NO HALAMAN
1 : 200	7
PENGESAHAN	

Gambar 6.7 Potongan Bangunan  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



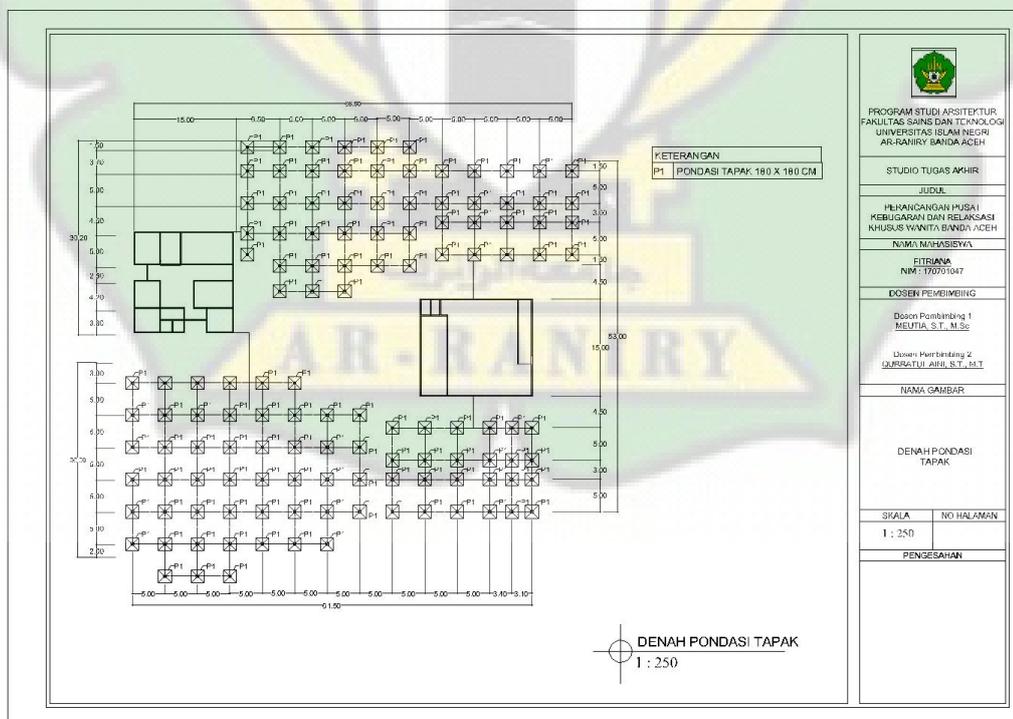
 PROGRAM STUDI ARSITEKTUR FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY BANDA ACEH	
STUDIO TUGAS AKHIR	
JUDUL	
PEKANJANGAN PUSAT KEBUGARAN DAN RELAKSASI KHUSUS WANITA BANDA ACEH	
NAMA MAHASISWA	
FITRIANA NIM : 170701047	
DOSEN PEMBIMBING	
Dosen Pembimbing 1 MEUTIA, S.T., M.Sc	
Dosen Pembimbing 2 GURISATU, ABU, S.T., S.T.	
NAMA GAMBAR	
POTONGAN KAWASAN	
SKALA	NO HALAMAN
1 : 250	8
PENGESAHAN	

Gambar 6.8 Potongan Kawasan  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 6.9 Rencana Lanskap  
Sumber : Dokumentasi Pribadi

## 6.2. Gambar Struktural

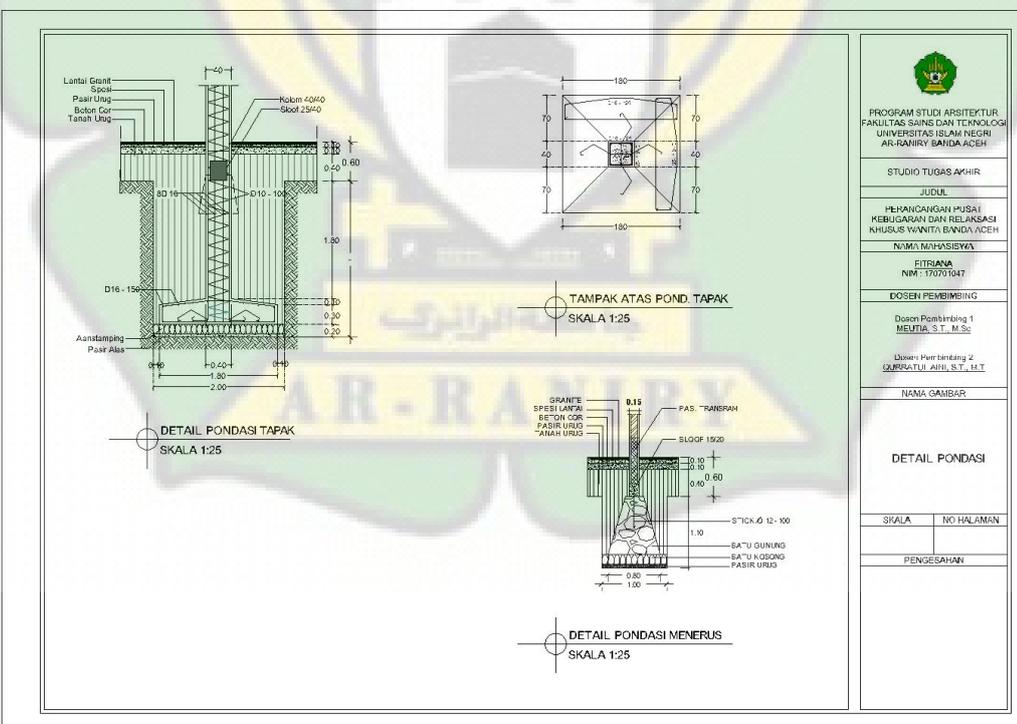


Gambar 6.10 Denah pondasi tapak  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



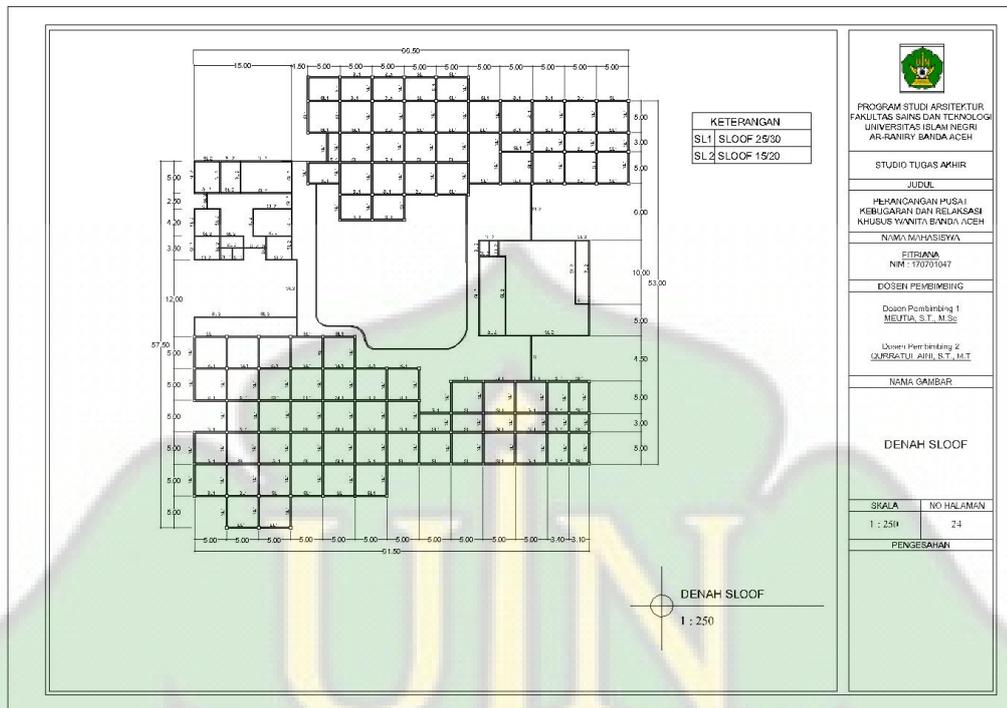
 PROGRAM STUDI ARSITEKTUR FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY BANDA ACEH	
STUDIO TUGAS AKHIR	
JUDUL	
PEMBANGUNAN PUSAT KEBUGARAN DAN RELAKSASI KHUSUS WANITA BANDA ACEH	
NAMA MAHASISWA	
FITRIANA NIM : 170701047	
DOSEN PEMBIMBING	
Dosen Pembimbing 1 MEUTIA, S.T., M.Sc	
Dosen Pembimbing 2 QURRATUL AHRI, S.T., M.T	
NAMA GAMBAR	
DENAH PONDASI MENERUS	
SKALA	NO HALAMAN
1 : 250	
PENGESAHAN	

Gambar 6.11 Denah pondasi menerus  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



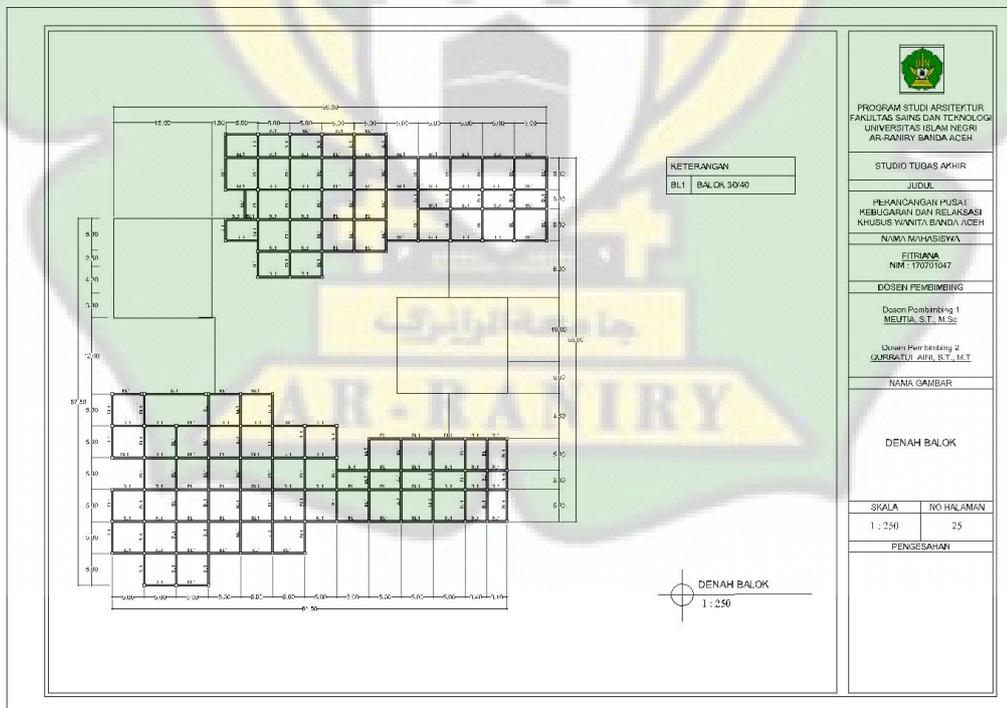
 PROGRAM STUDI ARSITEKTUR FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY BANDA ACEH	
STUDIO TUGAS AKHIR	
JUDUL	
PEMBANGUNAN PUSAT KEBUGARAN DAN RELAKSASI KHUSUS WANITA BANDA ACEH	
NAMA MAHASISWA	
FITRIANA NIM : 170701047	
DOSEN PEMBIMBING	
Dosen Pembimbing 1 MEUTIA, S.T., M.Sc	
Dosen Pembimbing 2 QURRATUL AHRI, S.T., M.T	
NAMA GAMBAR	
DETAIL PONDASI	
SKALA	NO HALAMAN
PENGESAHAN	

Gambar 6.12 Detail Pondasi  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



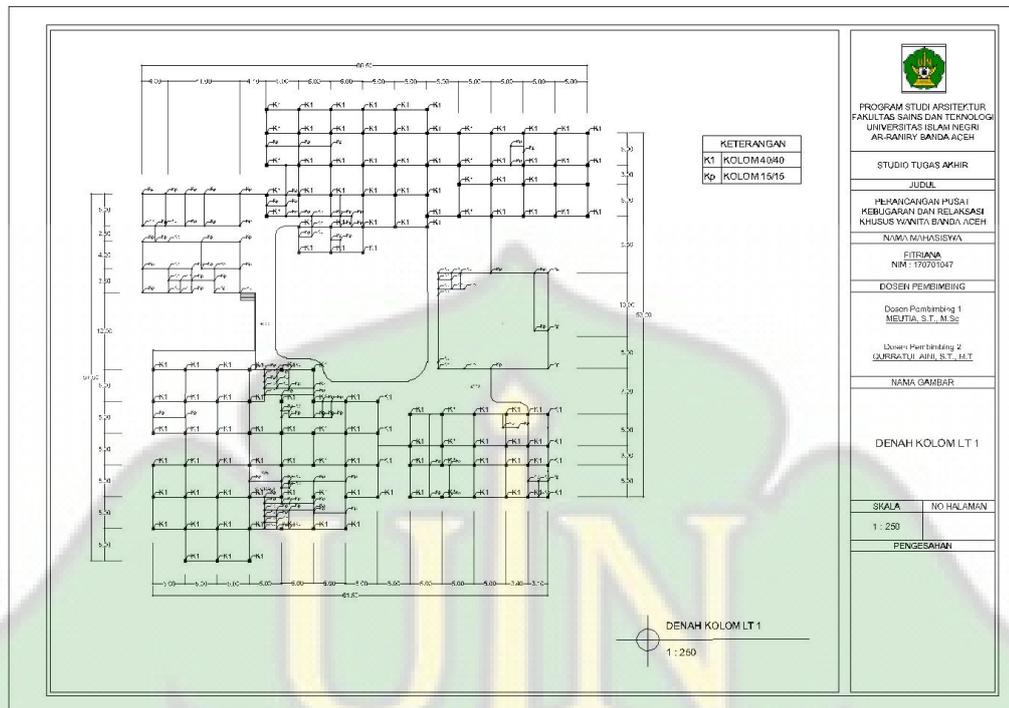
 PROGRAM STUDI ARSITEKTUR FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY BANDA ACEH	
STUDIO TUGAS AKHIR	
JUDUL	
HEWANYANGAN MUSAI KEBUGARAN DAN RELAKSASI KHUSUS WANITA BANDA ACEH	
NAMA MAHASISWA	
FITRIANA NIM : 170201047	
DOSEN PEMBIMBING	
Dosen Pembimbing 1 MEUTIA, S.T., M.Sc	
Dosen Pembimbing 2 GURRATULI ARIH, S.T., M.T	
NAMA GAMBAR	
DENAH SLOOF	
SKALA	NO HALAMAN
1 : 250	24
PENGESEHAHAN	

Gambar 6.13 Denah Sloof  
Sumber : Dokumentasi Pribadi

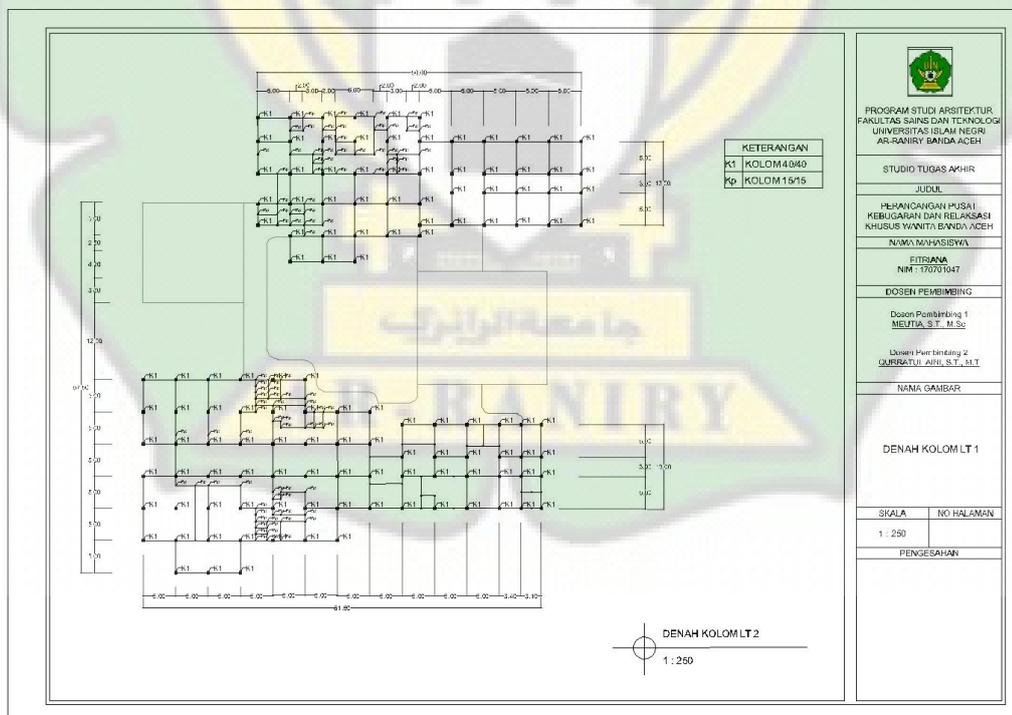


 PROGRAM STUDI ARSITEKTUR FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY BANDA ACEH	
STUDIO TUGAS AKHIR	
JUDUL	
HEWANYANGAN MUSAI KEBUGARAN DAN RELAKSASI KHUSUS WANITA BANDA ACEH	
NAMA MAHASISWA	
FITRIANA NIM : 170201047	
DOSEN PEMBIMBING	
Dosen Pembimbing 1 MEUTIA, S.T., M.Sc	
Dosen Pembimbing 2 GURRATULI ARIH, S.T., M.T	
NAMA GAMBAR	
DENAH BALOK	
SKALA	NO HALAMAN
1 : 250	25
PENGESEHAHAN	

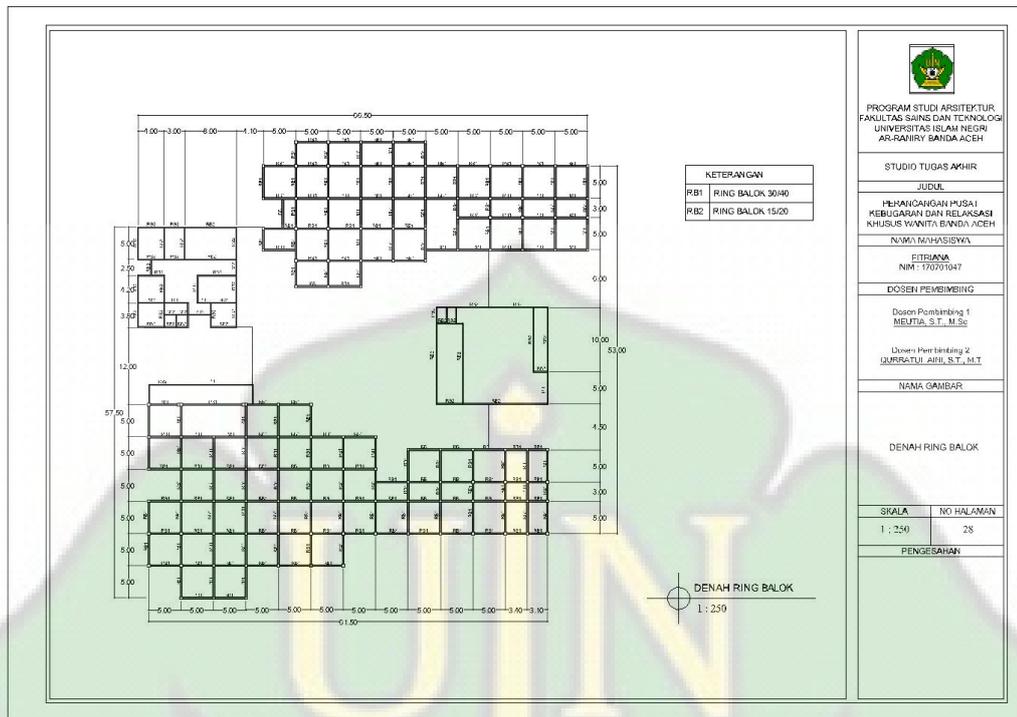
Gambar 6.14 Denah Balok  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 6.15 Denah Kolom Lantai 1  
Sumber : Dokumentasi Pribadi

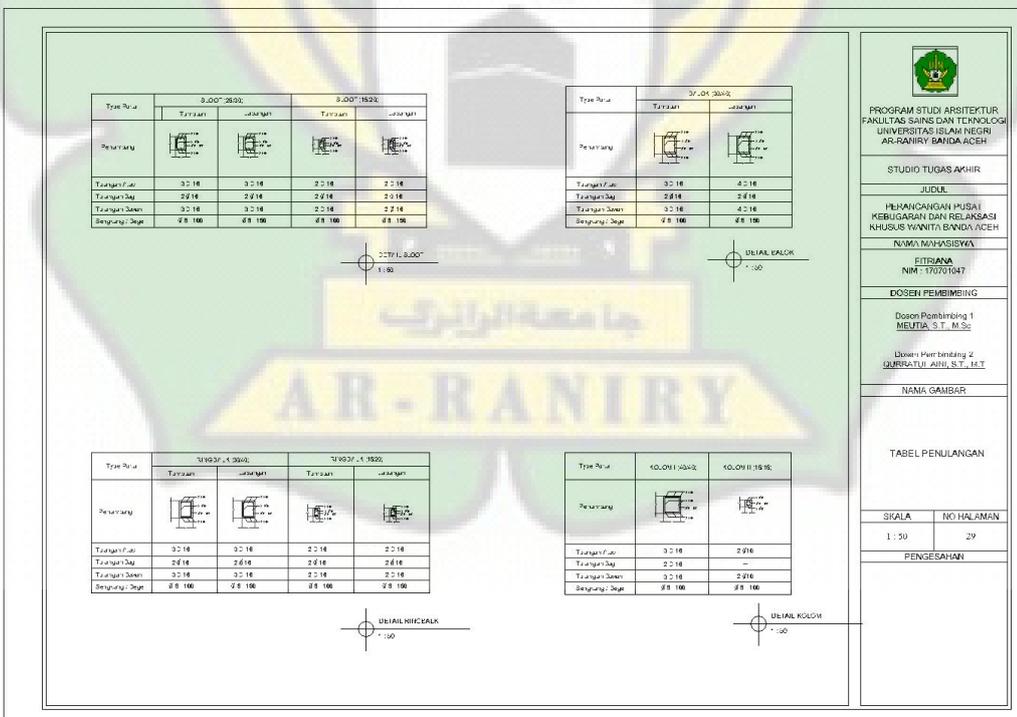


Gambar 6.16 Denah Kolom Lantai 2  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



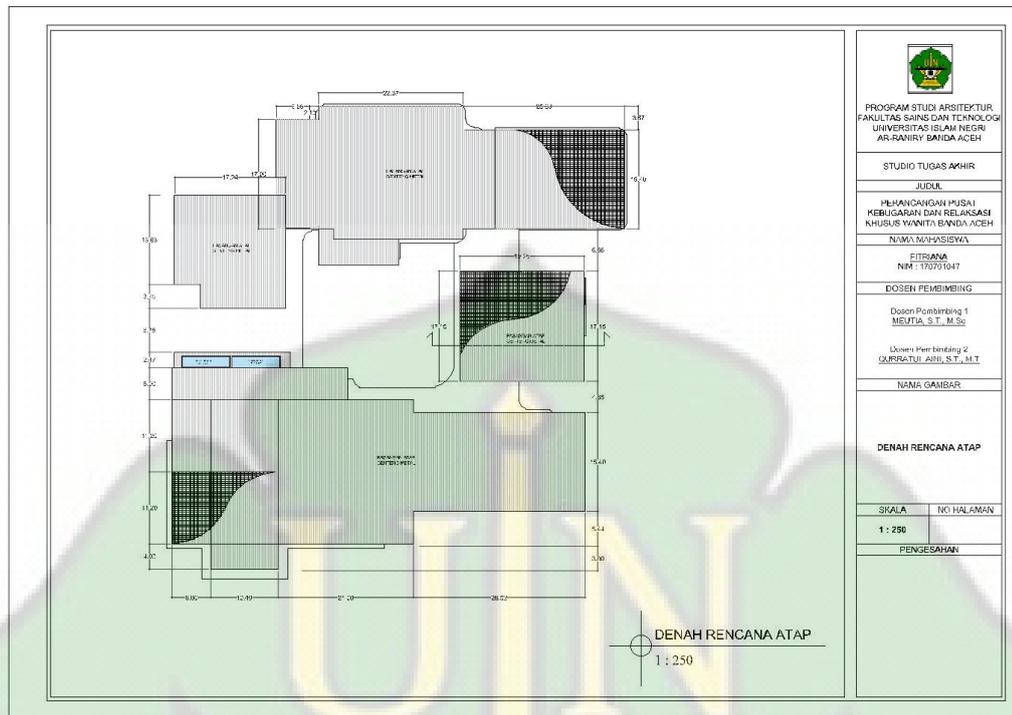
 PROGRAM STUDI ARSITEKTUR FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY BANDA ACEH	
STUDIO TUGAS AKHIR	
JUDUL	
REHABILITASI PUSAT KEBUGARAN DAN RELAKSASI KHUSUS WANITA BANDA ACEH	
NAMA MAHASISWA	
FITRIANA NIM : 170701047	
DOSEN PEMBIMBING	
Dosen Pembimbing 1 MEUTIA, S.T., M.Sc	
Dosen Pembimbing 2 GURRATUL AHU, S.T., M.T	
NAMA GAMBAR	
DENAH RING BALOK	
SKALA	NO HALAMAN
1 : 250	28
PENGESEHAHAN	

Gambar 6.17 Denah Ringbalk  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



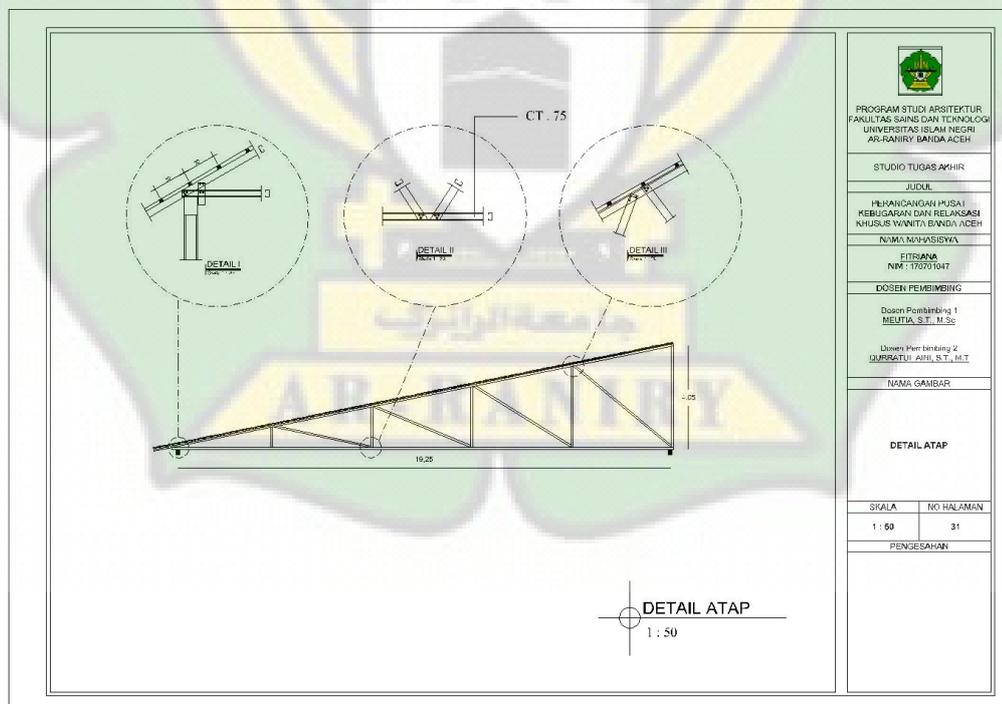
 PROGRAM STUDI ARSITEKTUR FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY BANDA ACEH	
STUDIO TUGAS AKHIR	
JUDUL	
REHABILITASI PUSAT KEBUGARAN DAN RELAKSASI KHUSUS WANITA BANDA ACEH	
NAMA MAHASISWA	
FITRIANA NIM : 170701047	
DOSEN PEMBIMBING	
Dosen Pembimbing 1 MEUTIA, S.T., M.Sc	
Dosen Pembimbing 2 GURRATUL AHU, S.T., M.T	
NAMA GAMBAR	
TABEL PENULANGAN	
SKALA	NO HALAMAN
1 : 50	29
PENGESEHAHAN	

Gambar 6.18 Tabel Penulangan  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



 PROGRAM STUDI ARSITEKTUR FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY BANDA ACEH	
STUDIO TUGAS AKHIR	
JUDUL	
REHABILITASI PUSAT KEBUGARAN DAN RELAKSASI KHUSUS WANITA BANDA ACEH	
NAMA MAHASISWA	
FITRIANA NIM : 17071047	
DOSEN PEMBIMBING	
Dosen Pembimbing 1 MEUTIA, S.T., M.Sc	
Dosen Pembimbing 2 GURUSATU, ARI, S.T., M.T	
NAMA GAMBAR	
DENAH RENCANA ATAP	
SKALA	NO HALAMAN
1 : 250	
PENGESEAHAN	

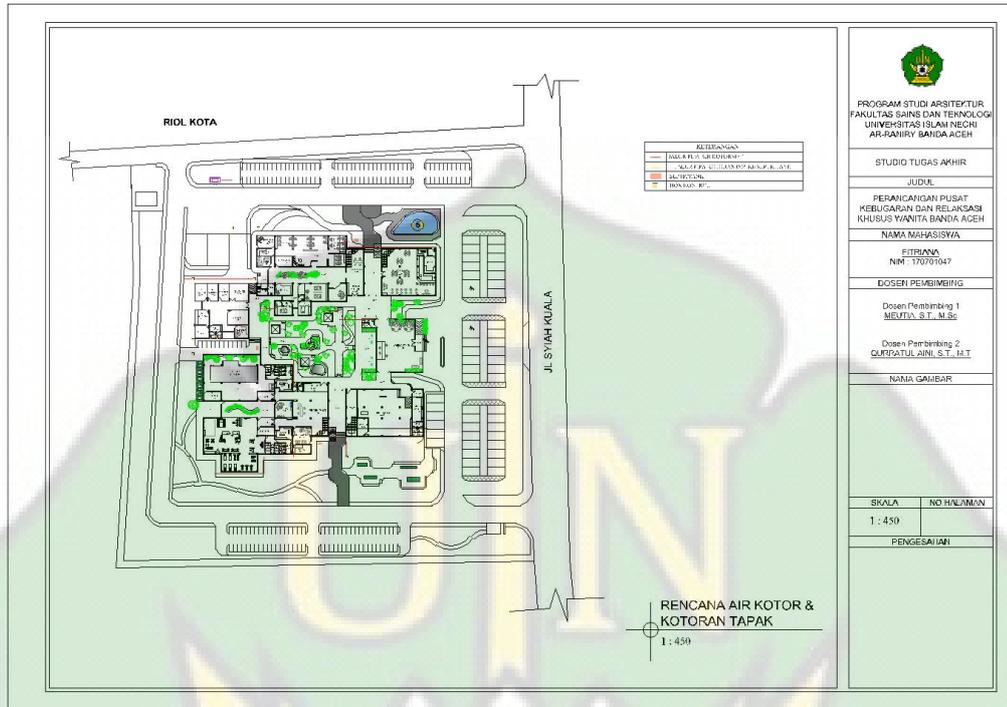
Gambar 6.19 Denah Rencana Atap  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



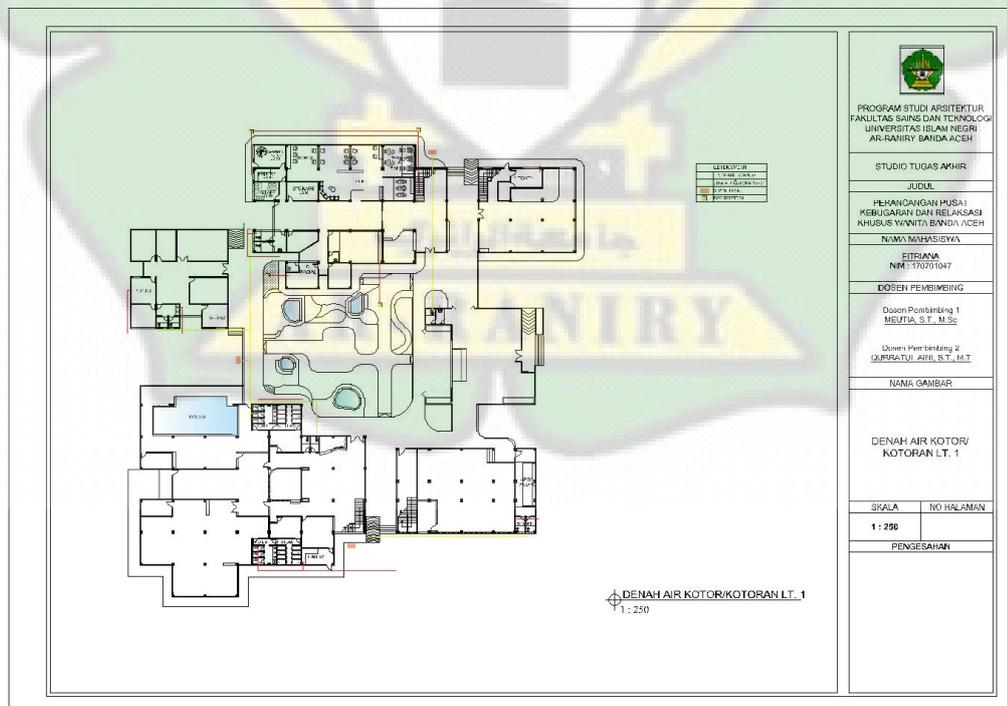
 PROGRAM STUDI ARSITEKTUR FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY BANDA ACEH	
STUDIO TUGAS AKHIR	
JUDUL	
REHABILITASI PUSAT KEBUGARAN DAN RELAKSASI KHUSUS WANITA BANDA ACEH	
NAMA MAHASISWA	
FITRIANA NIM : 17071047	
DOSEN PEMBIMBING	
Dosen Pembimbing 1 MEUTIA, S.T., M.Sc	
Dosen Pembimbing 2 GURUSATU, ARI, S.T., M.T	
NAMA GAMBAR	
DETAIL ATAP	
SKALA	NO HALAMAN
1 : 50	31
PENGESEAHAN	

Gambar 6.20 Detail Atap  
Sumber : Dokumentasi Pribadi

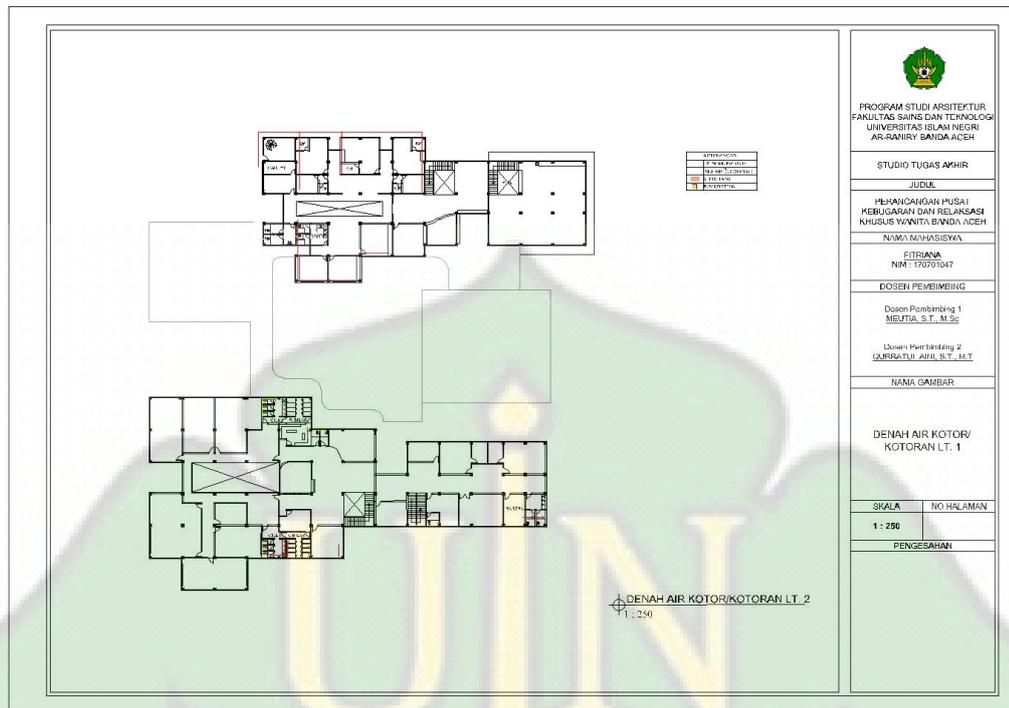
### 6.3. Gambar Utilitas



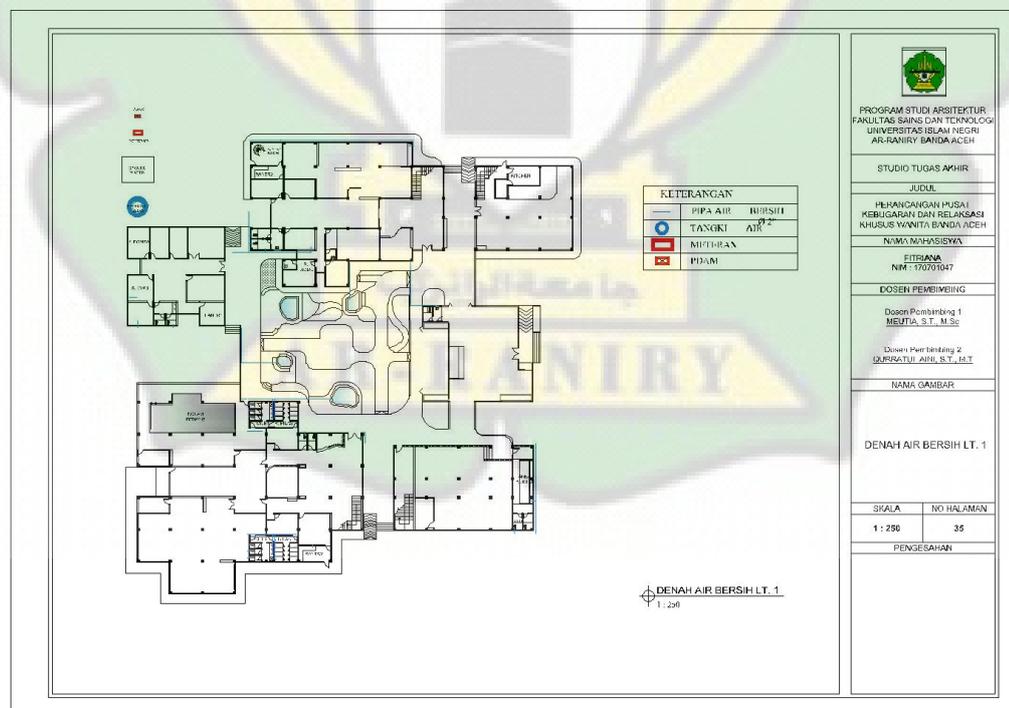
Gambar 6.21 Utilitas Kawasan  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 6.22 Utilitas Bangunan Lantai 1  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 6.23 Utilitas Bangunan Lantai 2  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 6.24 Utilitas Air Bersih Lantai 1  
Sumber : Dokumentasi Pribadi

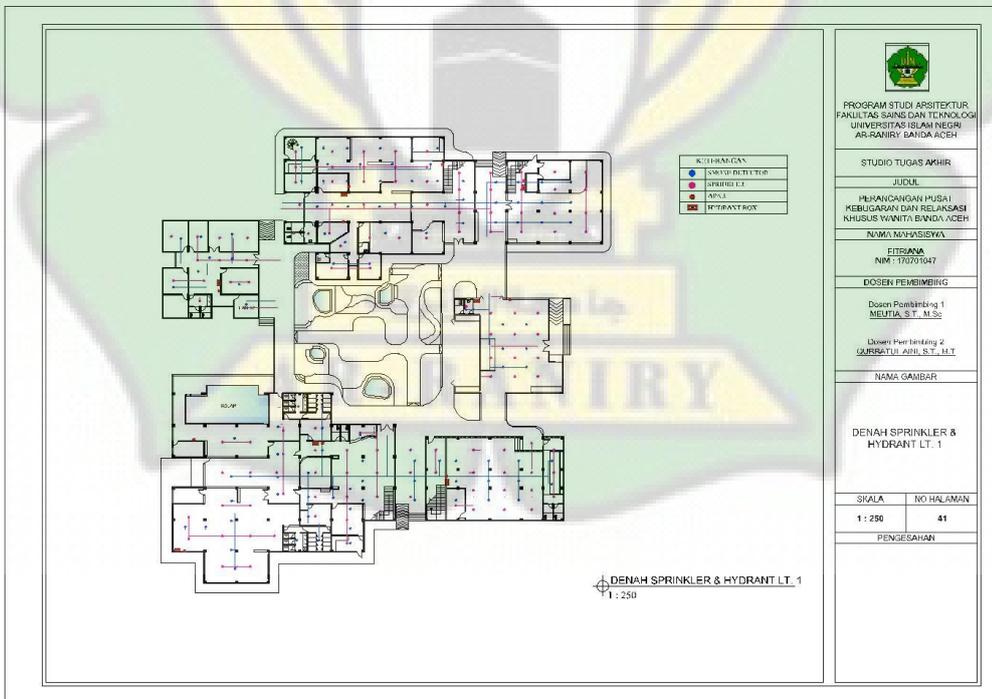


  
 PROGRAM STUDI ARSITEKTUR  
 FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI  
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
 AR-RANIRY BANDA ACEH  
 STUDIO TUGAS AKHIR  
 JUDUL  
 PERENCANAAN PUSAT  
 KEBUAGARAN DAN RELAKSASI  
 KHUSUS WANITA BANDA ACEH  
 NAMA MAHASISWA  
 FITRIANA  
 NIM : 170201047  
 DOSEN PEMBIMBING  
 Dosen Pembimbing 1  
 MELTIA S.T., M.Sc.  
 Dosen Pembimbing 2  
 GURRATU ARIH, S.T., M.T.  
 NAMA GAMBAR  
 DENAH AIR BERSIH LT. 2  

SKALA	NO HALAMAN
1 : 250	38

 PENGESAHAN

Gambar 6.25 Utilitas Air Bersih Lantai 2  
Sumber : Dokumentasi Pribadi

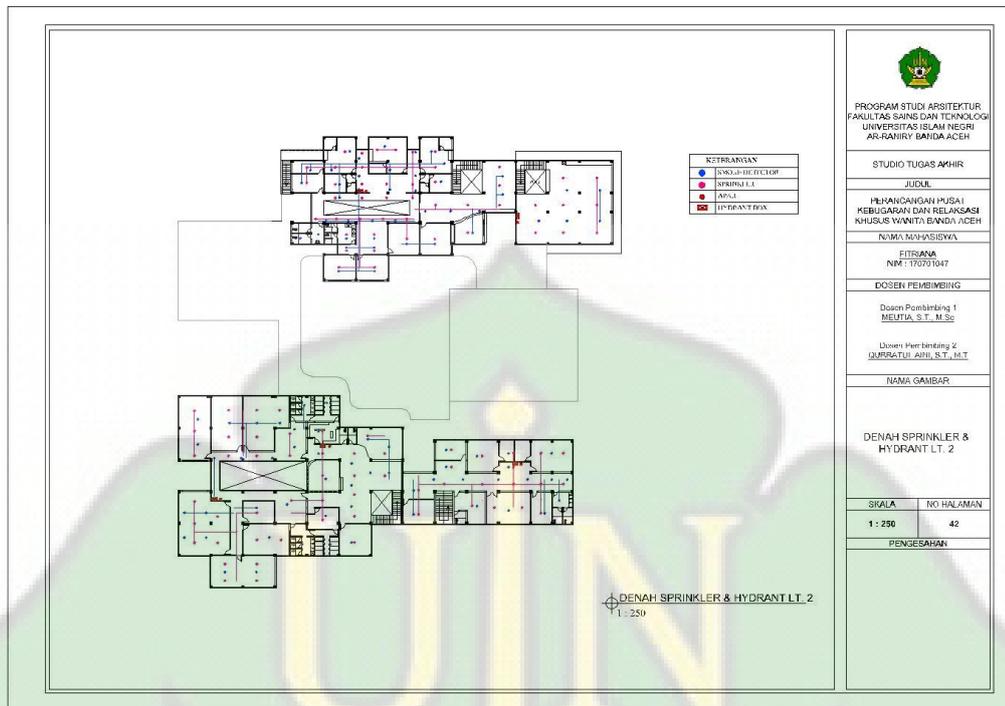


  
 PROGRAM STUDI ARSITEKTUR  
 FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI  
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
 AR-RANIRY BANDA ACEH  
 STUDIO TUGAS AKHIR  
 JUDUL  
 PERENCANAAN PUSAT  
 KEBUAGARAN DAN RELAKSASI  
 KHUSUS WANITA BANDA ACEH  
 NAMA MAHASISWA  
 FITRIANA  
 NIM : 170201047  
 DOSEN PEMBIMBING  
 Dosen Pembimbing 1  
 MELTIA S.T., M.Sc.  
 Dosen Pembimbing 2  
 GURRATU ARIH, S.T., M.T.  
 NAMA GAMBAR  
 DENAH SPRINKLER &  
 HYDRANT LT. 1  

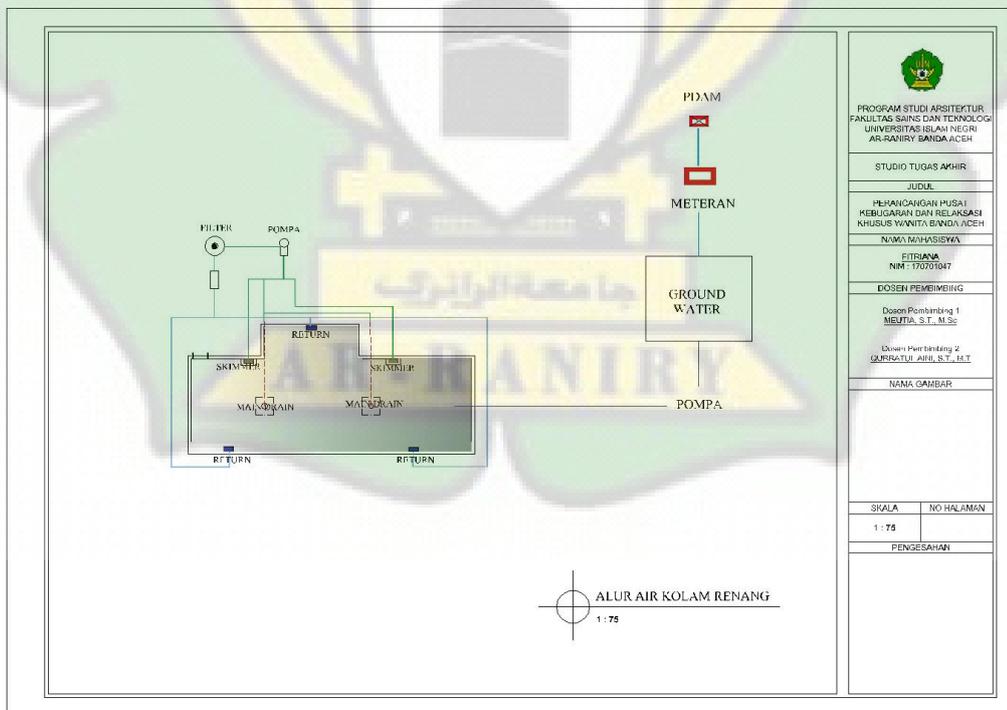
SKALA	NO HALAMAN
1 : 250	41

 PENGESAHAN

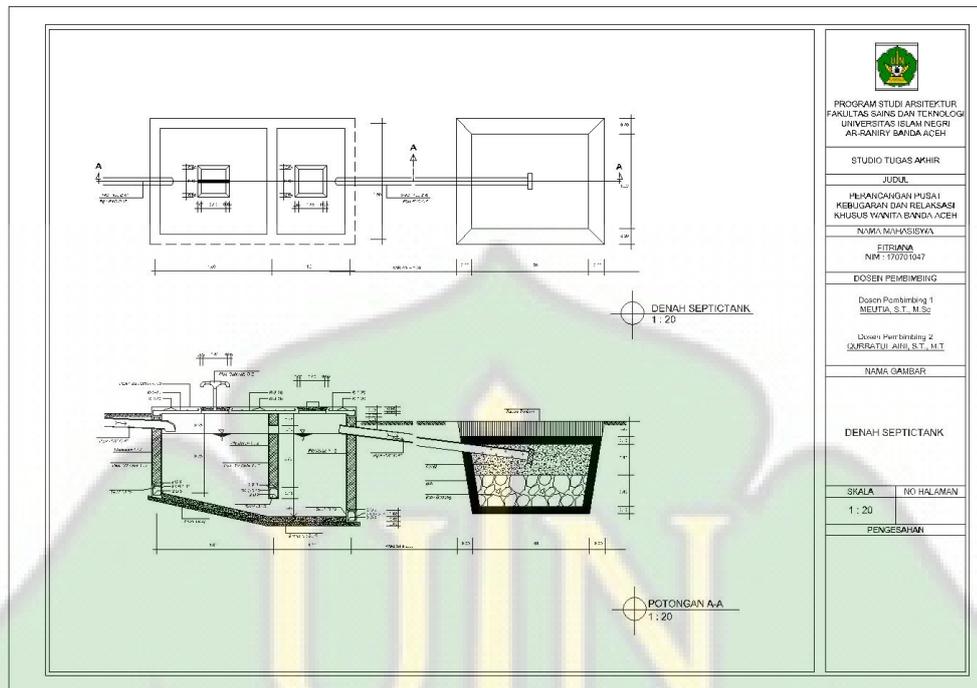
Gambar 6.26 Rencana Sprinkler Lantai 1  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 6.27 Rencana Sprinkler Lantai 2  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 6.28 Skema Air Kolam Renang  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 6.29. Detail Septictank  
Sumber : Dokumentasi Pribadi

## 6.4. Perspektif

### 6.4.1. Perspektif Eksterior



Gambar 6.30. Tampak Depan Bangunan  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 6.31. *Eye Bird View*  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 6.32. pintu masuk  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 6.33. Suasana Parkir Mobil  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 6.34. Suasana Parkir Motor  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 6.35. Suasana Taman  
Sumber : Dokumentasi Pribadi

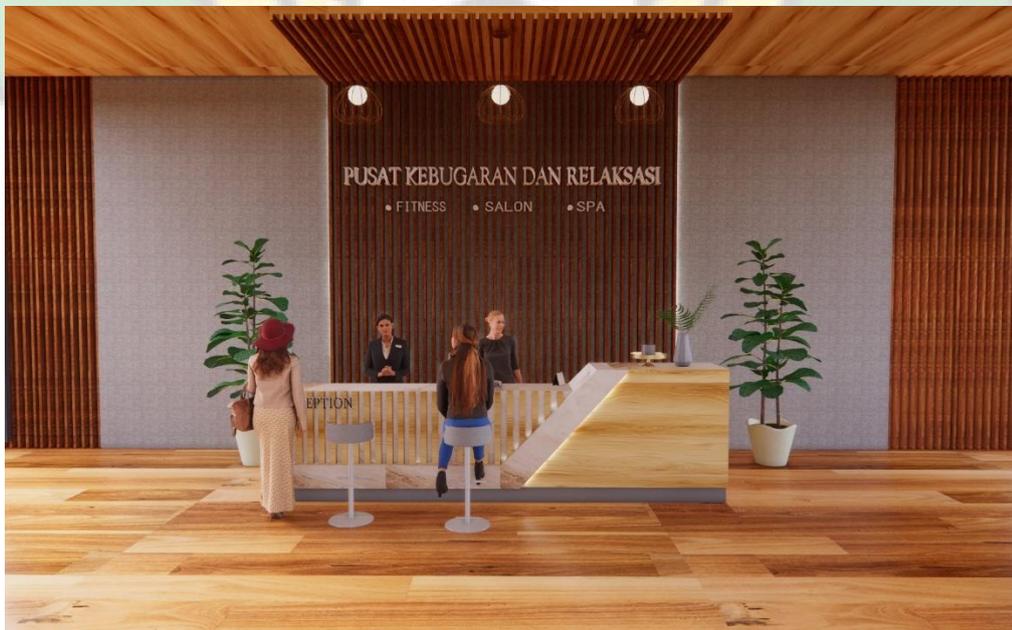


Gambar 6.36. Suasana Taman Courtyard  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 6.36. perspektif bangunan tampak depan  
Sumber : Dokumentasi Pribadi

#### 6.4.2. Perspektif Interior



Gambar 6.37. Interior Lobby  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 6.38. Interior Lobby  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 6.39. Interior Ruang Fitness  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



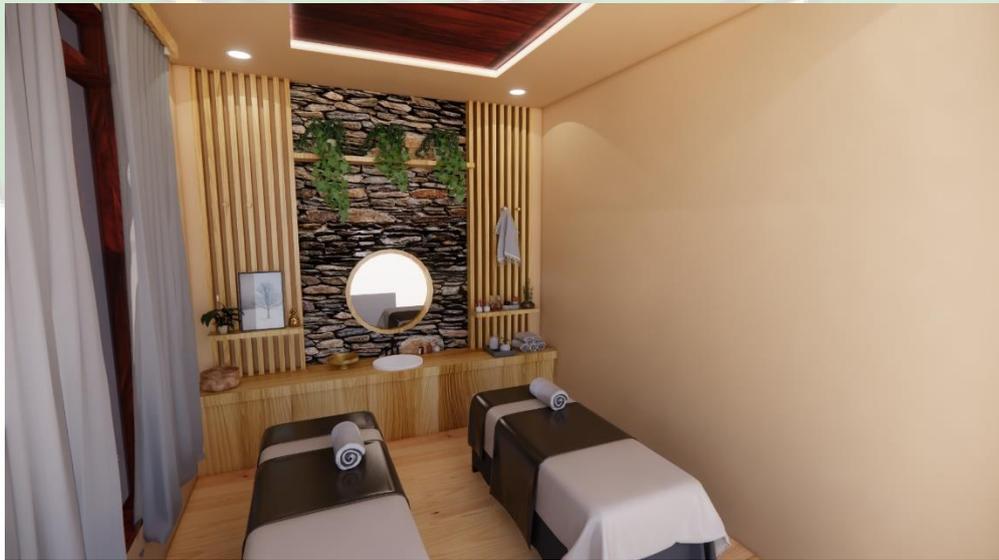
Gambar 6.40. Interior Ruang Fitness  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 6.41. Interior Ruang Yoga  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 6.42. Interior Ruang SPA VIP  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 6.43. Interior Ruang SPA Standar  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



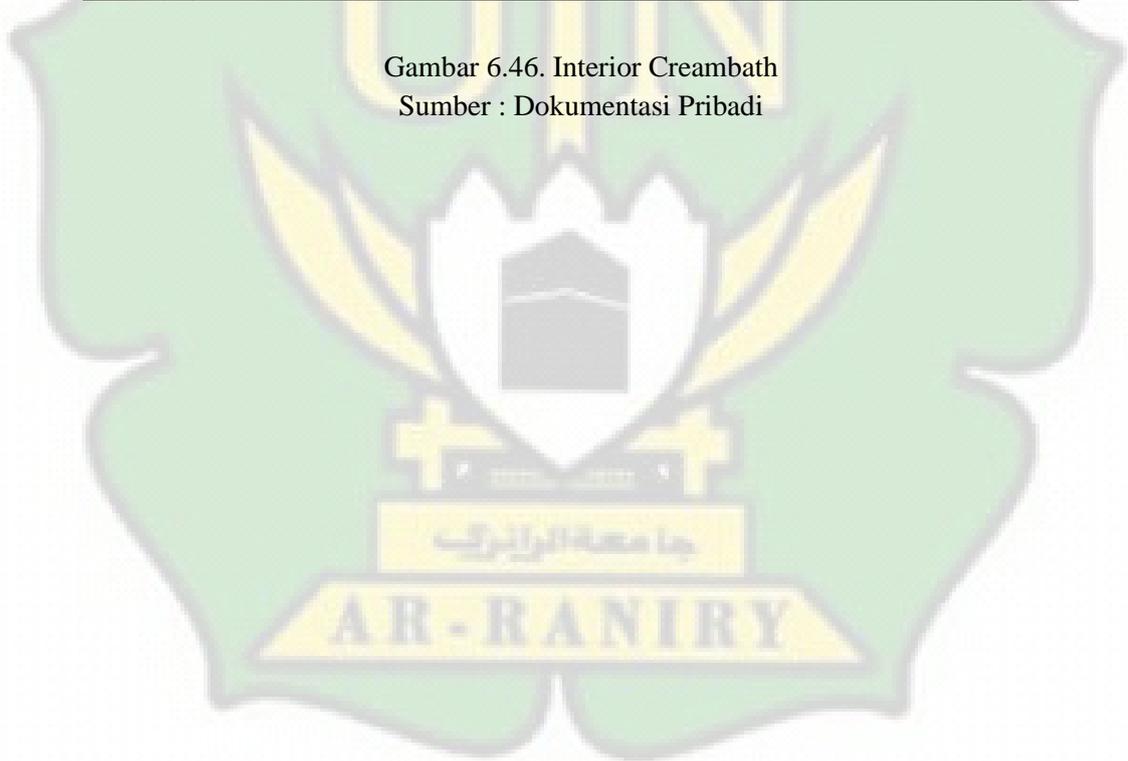
Gambar 6.44. Interior Ruang Salon  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 6.45. Interior Ruang Salon  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 6.46. Interior Creambath  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



## DAFTAR PUSTAKA

- Prakoso, Agus H. (2016). *Sport Club di Semarang : Program Studi Arsitektur*, Fakultas Arsitektur dan Desain, Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
- Elbes, Rivena (2019). *Studi Redesain Pasar Kangkung Teluk Betung : Arsitektur Modern Tropis*. Vol 0,9.
- Arifai, M. (2017). *Perencanaan Sarana Kebugaran dan Relaksasi Dengan Penerapan Tema Sportif di Samarinda*. Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda.
- Yudistira, Deny Indra. (2012). *Pusat Kebugaran dan Spa di Depok*. Universitas Mercu Buana, Depok.
- Cita Cinta, No 17/VI. 24 Agustus – 7 September 2005, Hal 56.
- dr. Meva Nareza, (2020). *Manfaat Latihan Kebugaran Jasmani Bagi Kesehatan Fisik dan Mental*. Diakses Mei 2021, dari <https://www.alodokter.com>.
- dr. Meva Nareza. (2021). *Yoga Untuk pemula*. Diakses Mei 2021, dari <https://www.alodokter.com>.
- dr.Rizal Fadli. (2020). *Bukan Cuma Awet Muda, Ini 6 Manfaat Yoga Bagi Wanita*. Diakses Mei 2021, dari <https://www.halodoc.com>.
- Adrian, dr. Kevin. (2019). *Menilik Manfaat Spa Bagi Kesehatan*. Diakses Mei 2021, dari <https://www.alodokter.com>.
- Azuardesi, Y. (2006). *Tugas Akhir : Fasilitas Spa di Kota Baru Bandar Kemayoran*. Universitas Islam Indonesia. Jakarta.
- Lestari, Padma Ayu. (2010). *Pusat Kebugaran dan Pengobatan Tradisional Bergaya Jepang di Yogyakarta*. Universitas Atma Jaya Yogyakarta.

- Badan Pusat Statistik Provinsi Aceh. (2021). *Data Iklim Provinsi Aceh*. Diakses juni 2021, dari <https://aceh.bps.go.id>.
- Kurniasari, Rinda. (2010). *Pusat Kecantikan dan Kebugaran di Surakarta*, Universitas Sebelas Maret, Surakarta.
- Puarada, Alifah Mufliha Imsawati & Nirwansjah, Rullan (2015). *Konsep Ramah Lingkungan Dalam Hunian Dengan Memperhatikan Faktor Iklim di Daerah Tropis*. Vol 1. No 1.
- Frete, Arie Charles DE. (2011). *Pusat Kebugaran Tubuh di Surabaya*. UPN Veteran Jawa Timur.
- Sakti, Yogi Aruna (2020). *Penerapan Tema Arsitektur Modern Tropis Pada Desain Pusat Pelatihan Dan Pembinaan Pemain Muda Persebaya Di Surabaya*. Vol 1. No 1.
- Nilawati, Elisabeth Cindy (2020). *Perencanaan dan Perancangan Pusat Relaksasi Khusus Wanita di Jakarta Selatan*. Universitas Sriwijaya.
- Amanda, Bayu Agni (2015). *Spa dan Pusat Kebugaran Jari Menari*. Institut Seni Indonesia, Denpasar.
- Joseph, Alfa Andriano dkk. *Sarana Kebugaran dan Relaksasi di Manado*. Diakses april 2021, dari <https://media.neliti.com>.
- Darsika, Ni Wayan Wiwi (2015). *Pusat Kebugaran dan Spa di Denpasar*.
- England Sport (2008). *Fitness and Exercises Space*. Hal 8.
- Permenkes (2004). *Peraturan Menkes tentang persyaratan Spa*. Menkes No 1205/PER/ MENKES/ V/2004.
- Kurniawan, Catur Afif (2017). *Pusat Kebugaran dan Kecantikan di Kota Semarang dengan Pendekatan Arsitektur Ekologis*. Universitas Negeri Semarang.