TUGAS AKHIR - RI141501

DESAIN INTERIOR HAWA GYM SURABAYA SEBAGAI PUSAT KEBUGARAN WANITA BERNUANSA MODERN

AUDRA THEO KUSUMA
08411440000028

Dosen Pembimbing
Anggri Indraprasti, S.Sn., M.Ds.

Departemen Desain Interior
Fakultas Arsitektur Desain dan Perencanaan
Institut Teknologi Sepuluh Nopember
Surabaya 2018

TUGAS AKHIR - RI141501

DESAIN INTERIOR HAWA GYM SURABAYA SEBAGAI PUSAT KEBUGARAN WANITA BERNUANSA MODERN

AUDRA THEO KUSUMA
08411440000028

Dosen Pembimbing
Anggri Indraprasti, S.Sn., M.Ds.

Departemen Desain Interior
Fakultas Arsitektur Desain dan Perencanaan
Institut Teknologi Sepuluh Nopember
Surabaya 2018

LEMBAR PENGESAHAN

DESAIN INTERIOR HAWA GYM SURABAYA SEBAGAI PUSAT KEBUGARAN WANITA BERNUANSA MODERN

TUGAS AKHIR

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Teknik
Pada
Departemen Desain Interior
Fakultas Arsitektur, Desain, dan Perencanaan
Institut Teknologi Sepuluh Nopember

Oleh:

AUDRA THEO KUSUMA
NRP 08411440000028

Disahkan oleh Pembimbing Tugas Akhir:

Anggri Indraprasti, S.Sn., M.Ds
NIP 19710819 200112 2 001

SURABAYA,
JULI 2018

(Halaman ini sengaja dikosongkan)

"HAWA GYM" SURABAYA INTERIOR DESIGN AS A MODERN WOMENS FITNESS CENTER

Name : Audra Theo Kusuma
NRP : 08411440000028
Departement : Desain Interior, FADP – ITS
Lecturer : Anggri Indraprasti, S.Sn., M.Ds.

ABSTRACT

The bustle of Surabaya city community is increasing. With the continuous increase in busyness, time to exercise in order to maintain a health is decreasing even though the community is more aware of the importance of healthy living. Fitness centers are becoming a solution for people to exercise in the midst of everyday busyness, but many gym patrons and members are predominantly male. Women have different desires and inclinations when exercising, but because most gyms are male-dominated, many women feel less comfortable when exercising at a gym in general. Hawa Gym is a womens-only fitness center franchise that only accepts female members. Despite providing privacy, the interior design of Hawa Gym has not been designed to suit the needs of women. Also, the interior design of Hawa Gym has not been maximized to reflect the corporate image of Hawa Gym to realize its vision of being the icon of womens fitness center in Indonesia. Interior design planning at Hawa Gym Surabaya is based on object design observation, comparative study with other fitness centers, Hawa Gym party interviews, literature studies on fitness center standardization, identification of fitness center users and women's needs analysis in exercise. Based on the methodology, the concept obtained is a modern interior design by utilizing corporate Hawa Gym colors on the interior design elements. The modern design provides the user with a simple, clean and functional feel while utilizing corporate colors will embed corporate colors as a branding of Hawa Gym and form Hawa Gym as an icon of womens fitness center. The facilities are tailored to the tendency of women who work out in groups by providing more group sports classes. The shape processing utilizes many curved lines to give a soft impression on the design

while maintaining the intensity in areas that requires a high-intensity sporting atmosphere. With the concepts above, a planning concept is conceived of Hawa Gym Surabaya as a modern women's fitness center to create Hawa Gym as an icon of women's fitness center in Indonesia that suits and meets the needs of women.

Keywords: *Fitness, Women, Fitness Center, Hawa Gym, Modern, Branding, Corporate Image.*

DESAIN INTERIOR "HAWA GYM" SURABAYA SEBAGAI PUSAT KEBUGARAN WANITA BERNUANSA MODERN

Nama : Audra Theo Kusuma
NRP : 08411440000028
Departemen : Desain Interior, FADP – ITS
Pembimbing : Anggri Indraprasti, S.Sn., M.Ds.

ABSTRAK

Kesibukan masyarakat kota Surabaya semakin meningkat. Dengan terusnya meningkat kesibukan, waktu untuk menjaga kesehatan semakin berkurang padahal masyarakat makin sadar akan pentingnya hidup sehat. Pusat kebugaran menjadi sebuah solusi bagi masyarakat untuk berolahraga ditengah kesibukan sehari-hari namun banyak pusat kebugaran yang didominasi anggota pria. Wanita memiliki keinginan dan kecenderungan yang berbeda ketika berolahraga, namun karena kebanyakan pusat kebugaran didominasi anggota pria, wanita merasa kurang nyaman ketika berolahraga di pusat kebugaran pada umumnya. Hawa Gym merupakan waralaba pusat fitness khusus perempuan yang hanya menerima anggota perempuan. Meskipun sudah menyediakan privasi, desain interior Hawa Gym belum didesain sesuai kebutuhan wanita. Desain interior Hawa Gym juga belum maksimal mencerminkan *corporate image* untuk mewujudkan visinya menjadi ikon pusat kebugaran di Indonesia. Perencanaan desain interior pada Hawa Gym Surabaya ini berdasarkan observasi objek desain, studi banding dengan pusat kebugaran lain, wawancara pihak Hawa Gym, studi literatur mengenai standarisasi pusat kebugaran, identifikasi selera wanita pengguna pusat kebugaran dan analisa kebutuhan wanita dalam berolahraga. Berdasarkan metodologi tersebut, konsep yang didapatkan adalah desain interior modern dengan memanfaatkan warna korporat Hawa Gym pada desain elemen interior. Desain modern memberi kenyamanan pada pengguna dengan sifatnya yang simple, bersih dan fungsional sedangkan memanfaatkan warna korporat akan menanamkan warna korporat sebagai branding Hawa Gym dan membentuk Hawa Gym sebagai sebuah ikon pusat kebugaran yang mudah dikenal. Fasilitas disesuaikan dengan kecenderungan wanita yang berolahraga bergrup dengan menyediakan lebih

banyak kelas olahraga grup. Pengolahan bentuk memanfaatkan banyak garis melengkung untuk memberikan kesan lembut pada desain namun tetap menjaga intensitas pada ruang olahraga yang membutuhkan suasana olahraga dengan intensitas tinggi. Dengan beberapa konsep diatas kemudian disusun sebuah konsep perencanaan yakni desain interior Hawa Gym Surabaya sebagai pusat kebugaran wanita bernuansa modern agar menciptakan Hawa Gym sebagai ikon pusat kebugaran wanita di Indonesia yang sesuai dan memenuhi kebutuhan wanita dalam berolahraga.

Kata kunci: *Kesehatan, Pusat Kebugaran Wanita, Hawa Gym, Modern, Branding, Corporate Image.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat kesempatan dan kemudahan yang telah diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan Tugas Akhir (RI141501) dengan judul "**DESAIN INTERIOR "HAWA GYM" SURABAYA SEBAGAI PUSAT KEBUGARAN WANITA BERNUANSA MODERN**" ini. Tujuan dari dibuatnya laporan ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan mata kuliah Tugas Akhir di Departemen Desain Interior, Fakultas Arsitektur, Desain dan Perencanaan, Institut Teknologi Sepuluh Nopember, Surabaya.

Dalam penyusunan laporan Tugas Akhir ini, sangat banyak pihak yang membantu penulis. Berkat bantuan, semangat, doa, dan hal-hal pendukung lainnya, penulis dapat menyelesaikan laporan Tugas Akhir ini. Pada kesempatan kali ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Orang tua serta saudara kandung penulis yang selalu memberikan semangat dan doanya.

2. Bapak Dr. Mahendra Wardhana, S.T, M.T. selaku Ketua Departemen Desain Interior Institut Teknologi Sepuluh Nopember periode 2015 – 2019.

3. Ibu Anggra Ayu Rucitra, S.T, M.MT. selaku dosen koordinator mata kuliah Tugas Akhir (RI141501).

4. Ibu Anggri Indraprasti, S.Sn., M.Ds. selaku dosen pembimbing penulis pada mata kuliah Tugas Akhir (RI141501) yang selalu sabar dalam membimbing serta membantu penulis dan terus memberikan semangat.

5. Ibu Ir. Nanik Rachmaniyah, M.T. dan Bapak Okta Putra Setio Ardianto, S.T., M.T. selaku dosen penguji pada mata kuliah Tugas Akhir (RI141501).

6. Managemen Hawa Gym Bali yang telah bersedia membantu dalam memberikan informasi terkait objek.

Penulis berharap laporan Tugas Akhir ini dapat menambah wawasan pembaca mengenai kegiatan Perancangan Desain Interior pada sebuah Pusat Kebugaran

terutama yang dikhususkan untuk wanita. Penulis menyadari terdapat kekurangan dalam laporan Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, penulis menerima kritik dan saran demi perbaikan laporan Tugas Akhir ini kedepannya. Semoga laporan ini dapat dengan mudah dimengerti dan bermanfaat bagi pembaca.

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN iii
ABSTRACT v
ABSTRAK vii
KATA PENGANTAR ix
DAFTAR ISI xi
DAFTAR GAMBAR xv
DAFTAR TABEL xvii
BAB I 1
PENDAHULUAN 1
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Perumusan Konsep Dan Strategi Kegiatan 3
1.3 Permasalahan 4
1.3.1 Rumusan Masalah 4
1.3.2 Batasan Masalah 4
1.4 Tujuan dan Manfaat 5
1.4.1 Tujuan Desain 5
1.4.2 Manfaat Desain 5
1.4.3 Lingkup Desain 5
BAB II 7
KAJIAN PUSTAKA, EKSISTING DAN PEMBANDING 7
2.1 Kajian Pusat Kebugaran 7
2.1.1 Kesehatan dan Kebugaran 7
2.1.2 Klub Kebugaran 8
2.1.3 Sejarah dan Perkembangan Klub Kebugaran 9
2.1.4 Peran dan Fungsi Klub Kebugaran 10
2.1.5 Jenis Olahraga dan Alat Olahraga Pada Pusat Kebugaran 12
2.1.6 Fasilitas Pendukung Pusat Kebugaran 26
2.1.7 Elemen Pendukung Pusat Kebugaran 27
2.1.8 Studi Kebutuhan Fasilitas Ruang Olahraga 28
2.1.9 Sirkulasi Pusat Kebugaran 31
2.1.10 Persyaratan Elemen Interior Pusat Kebugaran 32

2.1.11 Standar Keamanan Gedung Bertingkat 33
2.2 Kajian Modern 34
2.2.1 Desain Modern 34
2.2.2 Sejarah Desain Modern 34
2.2.3 Desain Interior Modern 35
2.3 Kajian Desain Khusus Wanita 37
2.4 Lokasi 38
2.4.1 Potensi Lahan 39
2.5 Studi Khusus 39
2.5.1 Lighting 39
2.5.2 Warna 42
2.5.3 Akustik Ruangan 43
2.6 Anthropometri 45
2.6.1 Definisi Ergonomi 45
2.6.2 Studi Ergonomi Area Cafe 46
2.6.3 Studi Ergonomi Area Olahraga 48
2.6.4 Studi Ergonomi Area Loker dan Sauna 51
2.7 Studi Eksisting 52
2.7.1 Hawa Gym 52
2.7.2 Deskripsi Hawa Gym 53
2.7.3 Visi dan Misi 55
2.7.4 Struktur Organisasi 55
2.7.5 Fasilitas Hawa Gym 56
2.7.6 Site Plan Hawa Gym 59
2.7.7 Analisa Denah Eksisting 60
2.8 Studi Pembanding 66
2.8.1 Celebrity Fitness 66
2.8.2 Araya Family Club Surabaya 69
BAB III 75
METODOLOGI DESAIN 75
3.1 Alur Metodologi Desain 76
3.2 Tahap Pengumpulan Data 77
3.2.1 Data Primer 77

3.2.2 Data Sekunder 78
3.3 Tahap Analisa Data 79
BAB IV 83
ANALISA DATA 83
4.1 Data 83
4.2 Data Analisa Hasil Observasi Objek 83
4.2.1 Analisa Ruangan 83
4.2.2 Analisa Kebutuhan Ruang Pengunjung 89
4.2.3 Analisa Sirkulasi Ruangan 92
4.3 Data Analisa Hasil Kuisioner Konsumen 98
4.3.1 Analisa Demografi 98
4.3.2 Analisa Pertanyaan Umum 101
4.3.3 Analisa Pertanyaan Khusus 102
4.4 Data Hasil Wawancara 104
4.5 Rangkuman Hasil Analisa 106
4.5.1 Rangkuman Analisa Hasil Kuisioner 107
4.6 Konsep Desain (Konsep Makro) 110
4.7 Transformasi Konsep Perancangan (Konsep Mikro) 111
BAB V 119
PROSES DAN HASIL DESAIN 119
5.1 Alternatif Layout 119
5.1.1 Alternatif Layout 1 119
5.1.2 Alternatif Layout 2 122
5.1.3 Alternatif Layout 3 125
5.1.4 Pemilihan Alternatif Layout 128
5.2 Pengembangan Alternatif Layout Terpilih 129
5.3 Pengembangan Desain Area Terpilih 1 132
5.3.1 Layout Furnitur dan Deskripsi 132
5.3.2 Perspektif 3D dan Deskripsi 133
5.3.3 Detail Furnitur dan Elemen Estetis 134
5.4 Pengembangan Desain Area Terpilih 2 136
5.4.1 Layout Furnitur dan Deskripsi 136
5.4.2 Perspektif 3D dan Deskripsi 137

5.4.3 Detail Furnitur dan Elemen Estetis 138
BAB VI 141
KESIMPULAN DAN SARAN 141
6.1 Kesimpulan 141
6.2 Saran 142
DAFTAR PUSTAKA 143
LAMPIRAN 147
BIODATA PENULIS 179

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Gedung Lama Concordia 9
Gambar 2.2 Gedung Baru Concordia 10
Gambar 2.3 Treadmill 13
Gambar 2.4 Sepeda Statis 14
Gambar 2.5 Stepper 15
Gambar 2.6 Elliptical 16
Gambar 2.7 Cross Trainer 17
Gambar 2.8 Dumbell 18
Gambar 2.9 Barbell 18
Gambar 2.10 Weight Plates 19
Gambar 2.11 Kettlebell 19
Gambar 2.12 Weighted Bar 20
Gambar 2.13 Curl Bar 20
Gambar 2.14 Tricep Bar 21
Gambar 2.15 Abs Crunch Machine 21
Gambar 2.16 Leg Press Machine 22
Gambar 2.17 Chest Press Machine 22
Gambar 2.18 Barbell Machine 23
Gambar 2.19 Shoulder Press Machine 23
Gambar 2.20 Contoh Zoning Pada Pusat Kebugaran Bertingkat 31
Gambar 2.21 Lokasi Lahan 53
Gambar 2.22 Logo Hawa Gym 54
Gambar 2.23 Struktur Organisasi 55
Gambar 2.24 Entrance 56
Gambar 2.25 Entrance 56
Gambar 2.26 Area Olahraga 57
Gambar 2.27 Area Olahraga 57
Gambar 2.28 Area Olahraga 58
Gambar 2.29 Siteplan 59
Gambar 2.30 Zonasi Hawa Gym Batubulan 60
Gambar 2.31 Zonasi Hawa Gym Diponogoro 61
Gambar 2.32 Denah Eksisting 63
Gambar 2.33 Denah Eksisting 64
Gambar 2.34 Denah Eksisting 65
Gambar 2.35 Logo Celebrity Fitness 66
Gambar 2.36 Interior Celebrity Fitness 67
Gambar 2.37 Interior Celebrity Fitness 67
Gambar 2.38 Interior Celebrity Fitness 68
Gambar 2.39 Logo Araya Family Club 69
Gambar 2.40 Zonasi Araya Family Club 70
Gambar 2.41 Interior Araya Family Club 71
Gambar 2.42 Interior Araya Family Club 72

Gambar 2.43 Interior Araya Family Club 73
Gambar 3.1 Alur Metodologi Desain 76
Gambar 4.1 Matriks Hubungan Ruang 94
Gambar 4.2 Bubble Diagram 96
Gambar 4.3 Pie Chart Usia 98
Gambar 4.6 Pie Chart Pekerjaan 99
Gambar 4.7 Pie Chart Member Gym 100
Gambar 4.6 Pie Chart Frekuensi Olahraga 101
Gambar 4.7 Pie Chart Olahraga Fisik Penting 101
Gambar 5.1 Alternatif Layout 1 Lantai 1 119
Gambar 5.2 Alternatif Layout 1 Lantai 2 120
Gambar 5.3 Alternatif Layout 1 Lantai 3 121
Gambar 5.4 Alternatif Layout 2 Latai 1 122
Gambar 5.5 Alternatif Layout 2 Latai 2 123
Gambar 5.6 Alternatif Layout 2 Latai 3 124
Gambar 5.7 Alternatif Layout 3 Latai 1 125
Gambar 5.8 Alternatif Layout 3 Latai 2 126
Gambar 5.9 Alternatif Layout 3 Latai 3 127
Gambar 5.10 Layout Terpilih Lantai 1 129
Gambar 5.11 Layout Terpilih Lantai 2 130
Gambar 5.12 Layout Terpilih Lantai 3 131
Gambar 5.13 Layout Furnitur Ruang Terpilih 1 132
Gambar 5.14 Perspektif Ruang Terpilih 1 133
Gambar 5.15 Detail Furnitur 1 Ruang Terpilih 1 134
Gambar 5.16 Detail Furnitur 2 Ruang Terpilih 1 135
Gambar 5.17 Layout Furnitur Ruang Terpilih 2 136
Gambar 5.18 Perspektif Ruang Terpilih 2 137
Gambar 5.19 Detail Furnitur 1 Ruang Terpilih 2 138
Gambar 5.20 Detail Furnitur 2 Ruang Terpilih 2 139

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Ketinggian Minimum Ruangan Olahraga Grup 30
Tabel 2.2 Warna Cahaya 41
Tabel 2.3 Warna Korporat Hawa Gym 42
Tabel 2.4 Ergonomi Cafe 46
Tabel 2.5 Ergonomi Area Olahraga 48
Tabel 2.6 Ergonomi Area Loker dan Sauna 51
Tabel 4.1 Analisa Observasi Hawa Gym Batubulan 83
Tabel 4.2 Analisa Observasi Hawa Gym Batubulan 86
Tabel 4.3 Kebutuhan Ruang 89
Tabel 4.4 Presentase Ruang Individu dan Kelompok 96
Tabel 4.5 Usia 98
Tabel 4.6 Pekerjaan 99
Tabel 4.7 Member Gym 100
Tabel 4.8 Frekuensi Olahraga 101
Tabel 4.9 Olahraga Penting 101
Tabel 4.10 Rangkuman Jawaban Kuisioner 102
Tabel 4.11 Rangkuman Jawaban Kuisioner 103
Tabel 4.12 Rangkuman Analisa Wawancara 106
Tabel 4.13 Rangkuman Analisa Kuisioner 107
Tabel 4.14 Konsep Mikro 111
Tabel 5.1 Weighted Method 128

BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Surabaya merupakan kota terbesar kedua setelah Jakarta. Dengan populasi penduduk sekitar 3 juta orang, Surabaya telah menjadi kota Metropolis dengan beberapa keanekaragaman yang kaya di dalam nya. Selain itu, Surabaya saat ini juga telah menjadi pusat bisnis, perdagangan, industri, dan pendidikan di Indonesia (East Java, 2012).

Seiring dengan perkembangan kota Surabaya, kesibukan masyarakat semakin meningkat mengikuti perkembangan jaman. Dengan kesibukan yang meningkat, masyarakat memiliki waktu yang semakin sedikit untuk melakukan kegiatan yang bisa menjaga kesehatan jasmani dan rohani seperti relaksasi dan melakukan olahraga fisik, padahal menurut *Nielsen's Global Health & Wellness Survey*, 77% responden survey di daerah Asia-Pasifik menyadari tentang pentingnya hidup sehat dan melakukan olahraga fisik untuk menjaga berat badan (Nielsen Corporation, 2015).

Salah satu jenis tempat yang menjadi solusi bagi keterbatasan waktu masyarakat dalam berolahraga adalah pusat kebugaran. Pusat kebugaran menyediakan fasilitas yang memberi kesempatan masyarakat dengan waktu yang terbatas untuk tetap bisa menjaga kesehatan dengan berolahraga. Dengan menyediakan peralatan berolahraga di dalam ruangan, serta jam operasional dari pagi hingga malam hari, masyarakat yang ingin berolahraga dengan mudah dapat mengunjungi pusat kebugaran ketika memiliki kesempatan.

Salah satu titik yang berpotensi untuk didirikannya pusat kebugaran melihat kepadatan area dan perkembangan penduduknya adalah Jalan Arief Rachman Hakim. Di area Jalan Arief Rachman Hakim terdapat 9 universitas, 8 sekolah, 2 pusat perbelanjaan, 5 apartemen, hotel, serta perumahan. Hal ini yang menyebabkan Jalan Arief Rachman Hakim menjadi lokasi yang berpotensi jika dibangun sebuah pusat kebugaran.

Meskipun sudah ada 8 pusat kebugaran dengan radius 3km dari Jalan Arief Rachman Hakim yang dapat dimanfaatkan untuk berolahraga bagi masyarakat di area sekitar, banyak yang masih didominasi anggota pria dan pusat kebugaran yang khusus bagi wanita belum tersedia. Banyak pusat kebugaran yang memfokuskan menyediakan peralatan angkat beban. Ini disebabkan karena anggota pria lebih cenderung mencari kegiatan olahraga yang menambah massa otot mereka sehingga area angkat beban dilihat sebagai area pria (Block, 1991). Sedangkan banyak wanita yang lebih memilih untuk berolahraga dalam bentuk grup tetapi bentuk olahraga seperti ini kurang diminati pria (Ransdell, 2004). Selain itu banyak wanita yang merasa lebih nyaman berolahraga bersama wanita dibandingkan bersama pria. Hal ini disebabkan beberapa faktor seperti kepercayaan, kebersihan dan bahkan bisa dipengaruhi rasa percaya diri.

Di sisi lain, diluar Surabaya terdapat pusat kebugaran khusus wanita yang bernama Hawa Gym. Hawa Gym merupakan waralaba pusat kebugaran khusus wanita yang berada di Bali dan Lombok (Hawa Gym, 2017). Hawa Gym menyediakan fasilitas pusat kebugaran bagi wanita agar wanita dapat berolahraga dengan nyaman bersama wanita lain. Namun elemen interior Hawa Gym belum didesain khusus bagi wanita selain memberi privasi bagi wanita yang ingin berolahraga. Serta *corporate image* dari Hawa Gym belum di diaplikasikan dengan maksimal pada desain interior Hawa Gym.

Berangkat dari permasalahan-permasalahan yang ada diatas tentang pusat kebugaran yang tersedia disekitaran Jalan Arief Rachman Hakim masih didominasi pria, banyaknya wanita yang lebih nyaman berolahraga jika bersama wanita lain, dan Hawa Gym sebagai pusat kebugaran wanita namun belum memaksimalkan desainnya yang dikhususkan bagi wanita serta kurang maksimalnya pengaplikasian *corporate image* pada desain, peneliti akan mengoptimalkan melalui pendekatan desain interior Hawa Surabaya sebagai pusat kebugaran wanita dengan konsep *Modern* dengan memanfaatkan warna korporat pada desain. Perancangan desain interior ini bertujuan tidak hanya untuk menciptakan sebuah desain pusat kebugaran yang menarik tetapi untuk menciptakan desain sebuah pusat kebugaran wanita yang memiliki fasilitas

yang sesuai dengan kebutuhan wanita dalam berolahraga dan juga menunjukkan *corporate image* melalui desain interior. Perancangan interior ini juga bertujuan menciptakan suasana pusat kebugaran yang menyenangkan dan nyaman bagi wanita agar dapat meningkatkan dorongan wanita untuk berolahraga ke pusat kebugaran. Maka dari itu konsep ini diharapkan dapat mewujudkan tujuan-tujuan tersebut dan mampu menciptakan pengalaman olahraga yang menyenangkan dan menyegarkan bagi wanita.

Metodologi desain meliputi pengumpulan data yang dilaksanakan secara langsung maupun tidak langsung. Data primer diperoleh melalui survei di Hawa Gym Bali yang merupakan satu – satunya waralaba pusat kebugaran khusus wanita di Bali untuk mengetahui kondisi eksisting. Selain itu wawancara dan analisa kuisioner bertujuan untuk mengetahui keinginan dan harapan pengunjung. Data sekunder diperoleh melalui berbagai sumber baik buku, majalah maupun jurnal sebagai data pelengkap

1.2 Perumusan Konsep Dan Strategi Kegiatan

Perumusan Konsep yang dilakukan dalam perancangan kali ini adalah dengan cara yang pertama adalah menentukan objek yang dirancang, penulis memilih objek pusat kebugaran wanita karena dianggap memiliki tingkat kompleksitas yang cukup tinggi.

Perumusan konsep kemudian dilanjutkan dengan pengamatan langsung ke lokasi, dan pengumpulan data – data yang diperlukan seperti denah eksisting, sejarah dan lain sebagainya. Kemudian dilakukan studi pengguna dan aktivitas yang berlangsung pada pusat kebugaran wanita tersebut, dimana data – data tersebut diperlukan dalam proses mendesain. Dari data – data yang didapatkan tersebut penulis dapat merumuskan susunan permasalahan, tujuan perancangan, manfaat dan hasil dari perancangan yang akan dilakukan.

Strategi Kegiatan yang akan dilakukan penulis adalah pertama – tama mempelajari layanan dan fasilitas yang disediakan oleh Hawa Gym, satu – satunya franchise pusat kebugaran wanita yang ada di Bali dan dijadikan sebagai studi kasus, kemudian mencari tahu kebutuhan ruang maupun utilitas dari layanan – layanan yang disediakan oleh Hawa Gym. Strategi kegiatan lain

yang akan dilakukan adalah mempelajar psikologi pengunjung terhadap interior Hawa Gym dan mencari sumber – sumber lain yang menjelaskan pengaruh desain interior Hawa Gym terhadap *experience* pengunjung saat menggunakan dan menikmati fasilitas pada Hawa Gym.

Strategi Kegiatan lainnya yang akan dilakukan oleh penulis adalah melakukan wawancara langsung ataupun kuisioner kepada pengunjung maupun staf yang bekerja pada Hawa Gym berkaitan dengan desain interior pusat kebugaran wanita.

1.3 Permasalahan

1.3.1 Rumusan Masalah

1. Wanita memiliki minat dan target yang berbeda ketika berolahraga dibanding pria.
2. Surabaya belum memiliki pusat kebugaran khusus wanita.
3. Desain Hawa Gym serta pusat kebugaran pada umumnya belum didesain untuk memenuhi kebutuhan wanita dalam berolahraga.
4. *Branding corporate image* Hawa Gym belum diaplikasikan secara maksimal pada desain interior Hawa Gym.

1.3.2 Batasan Masalah

1. Desain berlokasi pada Jalan Arief Rachman Hakim dan menggunakan denah eksisting rencana pusat kebugaran wanita yang bersumber dari Tugas Akhir mahasiswa Departemen Arsitektur ITS dan lebih mengutamakan pembahasan mengenai elemen desain interior dan tidak mencakup masalah arsitektur dan konstruksi bangunan.
2. Konsep perancangan tidak mengubah struktur asli bangunan.
3. Topik pembahasan adalah seputar pengeksplorasian elemen-elemen interior dan elemen-elemen desain yang dioptimalkan untuk pengguna wanita.
4. Area yang didesain merupakan lobby, area olahraga kardiovaskular dan loker.

1.4 Tujuan dan Manfaat

1.4.1 Tujuan Desain

1. Merancang desain Pusat Kebugaran Wanita dengan konsep modern yang memiliki fasilitas sesuai dengan kebutuhan wanita.
2. Dapat membuat layout ruang dan sirkulasi yang sesuai dengan pengelompokan fungsi dan jenis masing-masing ruang.
3. Memanfaatkan warna korporat pada desain interior tiap ruangan untuk menekankan branding corporate image.

1.4.2 Manfaat Desain

1. Dapat menjadi bahan pertimbangan untuk kegiatan renovasi bangunan atau pembangunan cabang baru Hawa Gym.
2. Secara akademis, diharapkan hasil pengerjaan perencanaan desain interior ini dapat dijadikan referensi untuk penelitian atau perencanaan desain interior pusat kebugaran di masa mendatang.

1.4.3 Lingkup Desain

1. Melakukan studi dan analisa mengenai :

   a. Kondisi fisik bangunan dan eksisting interior.
   b. Kondisi dan kegiatan pengunjung Hawa Gym.
   c. Furnitur, utilitas serta elemen estetis yang mendukung desain interior pusat kebugaran.

2. Pengembangan desain dilakukan melalui :

   a. Interior ruang (Ceiling, Wall, Floor) yang memenuhi kriteria yang ada dan sesuai dengan tema yang diterapkan.
   b. Komponen Interior lainnya seperti furniture, material, furnishing, dan elemen estetis.
   c. Orientasi menampilkan kesan interior modern fun pada pusat kebugaran wanita yang berinovasikan sehingga tercipta kesan yang dinamis, tidak membosankan, nyaman, dan menyenangkan pada pusat kebugaran wanita.

d. Studi ini hanya sebatas usulan dan tidak sampai pada tahap simulasi dan implementasi.

BAB II
KAJIAN PUSTAKA, EKSISTING DAN PEMBANDING

2.1 Kajian Pusat Kebugaran

2.1.1 Kesehatan dan Kebugaran

Dalam psikologi, kebugaran adalah gabungan antara olahraga dan aktivitas yang dilakukan di tempat olahraga atau pusat olah raga atau di rumah. Tujuan akhir latihan kebugaran adalah untuk:

- keadaan tubuh yang baik secara menyeluruh;
- pembakaran lemak dan kelangsingan (spinning, aerobik, kebugaran jantung dll.)
- pertumbuhan tubuh (hipertrofi) atau bertambah kuatnya otot (binaraga).

Kesehatan atau *health* berasal dari kata "*wholeness*" yang mirip dengan bahasa Anglo saxon, yakni "*whole*", "*hale*", and "*holy*" (Sheridan, 1992). Konsep kesehatan merupakan dimensi yang menyeluruh, akibat dari interaksi kompleks diantara biologis, psikis, dan sosial.

Dalam organisasi kesehatan dunia (WHO), kesehatan didefinisikan sebagai: *"A state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or firmity."* (Sheridan, 1992). Menurut definisi tersebut, maka kesehatan bukan hanya aspek fisik, tetapi juga mental dan sosial.

Menurut Sheridan (1992), beberapa faktor yang mempengaruhi kesehatan manusia, antara lain:

- Biologis: meliputi genetik dan kondisi fisik
- Psikologis: meliputi gaya hidup, tekanan, stabilitas emosional
- Sosial: efektivitas sosial
- Sosiodemografi: keamanan lingkungan, usia, jenis kelamin, pendidikan, penghasilan, suku bangsa

2.1.2 Klub Kebugaran

Oleh sebagian masyarakat awam, klub diartikan sebagai perkumpulan, atau suatu perkumpulan yang memiliki wadah dan ruang-ruang tertentu untuk melakukan aktifitas yang berhubungan dengan klubnya. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, klub diartikan sebagai rumah tempat berkumpul atau bersenang-senang. Hal ini juga dapat dikatakan sebagai sekelompok orang yang dipersatukan dalam ikatan sosial atau minat yang sama, dimana diantara anggota terjadi pertemuan secara sukarela dan berpartisipasi pada aktifitas yang diikuti secara regular.

Pengertian yang hampir sama mengenai klub juga ditulis dalam Ensiklopedi Indonesia dan The World Book Ensyclopedia. Pada dituliskan bahwa klub adalah perkumpulan dimana anggotanya mempunyai kesenangan yang sama dan selalu mengadakan pertemuan berkala, sedangkan (World Book Encyclopedia, 2016) menuliskannya sebagai sekelompok orang yang terorganisir untuk suatu tujuan tertentu, seperti kegiatan sosial atau olahraga.

Kebugaran diartikan sebagai hal sehat dan segar atau kesegaran badan (KBBI, 2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi kebugaran seseorang antara lain adalah daya tahan, kekuatan otot, kecepatan, ketangkasan, kelenturan, keseimbangan, kecepatan reaksi, dan koordinasi antara bagian-bagian tubuh. Sedangkan tujuan akhir dari latihan kebugaran adalah untuk:

- keadaan tubuh yang baik secara menyeluruh
- pembakaran lemak dan kelangsingan (*spinning*, aerobik, kebugaran jantung)
- pertumbuhan tubuh (hipertrofi) atau bertambah kuatnya otot (binaraga)

Secara terminologi, klub kebugaran merupakan kegiatan berolahraga yang dilaksanakan di tempat-tempat olahraga dan bersifat umum atau publik. Longmann dalam Dictionary of Contemporary English, menuliskan bahwa klub kebugaran adalah suatu wadah atau sarana atau tempat perkumpulan dimana anggota-anggotanya mempunyai tujuan sama yakni olah raga dan aktifitas-aktifitas fisik lainnya yang berhubungan dengan rekreasi, sosialisasi, dan mengolah kemampuan tubuh agar tetap bugar (Longman, 2008). Peralatan olahraga yang digunakan pada pusat kebugaran diarahkan ke kelompok otot dan bagian tubuh tertentu. Pada pusat kebugaran,

peralatan olahraga dibuat spesifik dan disebut "peralatan kebugaran" atau "mesin kebugaran".

2.1.3 Sejarah dan Perkembangan Klub Kebugaran

Pertengahan abad XX, di Amerika mulai diperkenalkan klub modern yang bergerak di bidang kebugaran. Awalnya, klub ini sebagai sarana olahraga yang didalamnya hanya terdapat alat-alat olah raga untuk para binaraga. Konsumennya merupakan kaum pekerja dari kalangan kelas menengah ke bawah, yang dikenal dengan olahraga kaum blue collar, kemudian klub semacam ini terus berkembang dan merambah hingga berbagai lapisan masyarakat. Perkembangan ini semakin pesat terlebih setelah terjadi revolusi Perancis di Amerika, dan dengan perkembangan ke arah komersial.

Pada pertengahan abad XX, tepatnya pada tahun 1962, klub kebugaran mulai masuk ke Indonesia. Di Indonesia pertama kalinya klub kebugaran hadir di bumi Sangkuriang yang diberi nama Country Club Concordia, kemudian disusul dengan hadirnya Sawangan Country Club di daerah Sawangan, Bogor sekitar tahun 1970. Fasilitas yang ditawarkan pada kedua pusat kebugaran tersebut juga beragam dan menjadi pembuka kehadiran klub kebugaran bertema olah raga, rekreasi, sekaligus sosialisasi.

Gambar 2.1 Gedung Lama Concordia
Sumber : http://littlefamilyjourney.blogspot.co.id/2015/06/bumi-sangkuriang-bandung.html

Gambar 2.2 Gedung Baru Concordia
Sumber : http://littlefamilyjourney.blogspot.co.id/2015/06/bumi-sangkuriang-bandung.html

Pada akhir abad XX, pendirian klub kebugaran di Indonesia mulai marak seiring dengan berkembangnya kawasan pemukiman elit, khususnya di Jakarta dan sekitar. Kehadiran klub-klub kebugaran dalam komplek tersebut menjadi pelengkap fasilitas yang disediakan para pengembang perumahan mewah. Beberapa contoh klub kebugaran yang hadir di tengah komplek perumahan di Jakarta. (Wijayanti, 2009)

2.1.4 Peran dan Fungsi Klub Kebugaran

Seiring perkembangan kota dan pengaruh globalisasi, saat ini peran klub kebugaran menjadi bagian penting dalam kehidupan masyarakat kota. Keanggotaan mereka dalam sebuah klub kebugaran menjadi salah satu gaya hidup yang tidak dapat terpisahkan dari kehidupan sosialnya. Status sosial menjadi penentu klub kebugaran yang dipilih seseorang, karena hal itu berhubungan dengan fasilitas dan pelayanan yang ditawarkan.

Bagi sebagian masyarakat urban seperti Surabaya, dunia pekerjaan merupakan bagian terbesar dalam kehidupannya, untuk melakukan berbagai pekerjaan mereka dituntut memiliki stamina yang bagus agar dapat melakukan pekerjaan dengan baik, dan salah satu cara untuk menjaga kesehatan dan kebugaran adalah dengan berolahraga. Dan kehadiran klub-klub kebugaran di Surabaya adalah untuk menyeimbangkan rutinitas mereka dan sekaligus menawarkan gaya hidup baru yang disesuaikan dengan perkembangan kota.

Dalam konteks klub kebugaran, sejak awal abad XI di Jakarta mulai muncul klub-klub kebugaran dengan beragam aktifitas yang ditawarkan, seperti: olah raga, rekreasi, sosialisasi, dan untuk menunjang jalannya pengoperasian maka dibuatlah dua kelompok penunjang yakni kelompok pengelola dan kelompok pemakai. Kelompok pengelola memiliki kegiatan mengatur segala jenis kegiatan untuk menunjang keberhasilan dan perkembangan klub kebugaran. Sedangkan kelompok pemakai merupakan masyarakat yang menjadi menjadi anggota atau mamanfaatkan fasilitas yakni olah raga, rekreasi, dan sosialisasi yang ditawarkan klub tersebut.

Secara umum, fungsi kehadiran klub kebugaran antara lain untuk memenuhi kebutuhan masyarakat yang memiliki hobi berolahraga, selain itu salah satu cara menumbuhkan minat olah raga bagi masyarakat baik mereka yang ingin berprestasi maupun sekedar berekreasi atau bersosialisasi.

Dari segi fungsi, berdirinya klub kebugaran terbagi menjadi dua macam, yakni klub kebugaran sebagai penunjang, dan klub kebugaran yang berdiri sendiri. Klub kebugaran sebagai penunjang, diartikan sebagai pendirian klub dengan anggota yang diprioprita skan adalah pemakai bangunan atau intansi yang berkecimpung dalam bangunan tersebut. Kehadiran anggota lain biasanya diperkenankan, tetapi syarat, kapasitas, dan waktu terbatas. Sedangkan klub kebugaran yang berdiri sendiri merupakan klub kebugaran diadakan untuk melayani masyarakat secara umum dengan cara menjadi anggota.

Sistem pelayanan yang dilakukan setiap klub kebugaran biasanya difungsikan untuk memenuhi kebutuhan olah raga dan rekreasi yang disesuaikan dengan konsep dan konteks klub tersebut berdiri. Misalnya jika klub kebugaran dibangun di dalam pemukiman, maka pelayanannya disesuaikan dengan karakter penghuni, sehingga pengguna yang merupakan penghuni tersebut merasa nyaman dan mendapat pelayanan terbaik. (Wijayanti, 2009)

Dapat disimpulkan bahwa pusat kebugaran bukan merupakan sesuatu yang baru dan sudah ada serta menjadi bagian dari gaya hidup manusia sejak dulu serta berdampak pada kualitas hidup manusia yang menjadi penggunanya.

2.1.5 Jenis Olahraga dan Alat Olahraga Pada Pusat Kebugaran

A. Olahraga Kardiovaskular

Latihan kardiovaskular adalah latihan yang dapat meningkatkan detak jantung dan membuat tubuh berkeringat. Minimal latihan kardiovaskular dilakukan selama 20 menit sebanyak 3-4x/minggu. Apabila tujuan anda adalah untuk menurunkan berat badan, anda sebaiknya melakukan latihan kardiovaskular lebih dari 4 x/minggu dan masing-masing selama 30-45 menit atau lebih lama (Fitness For Men, 2015)

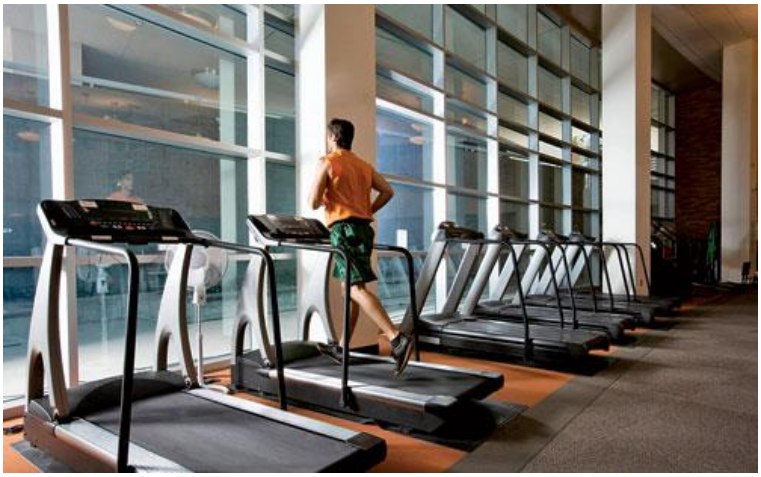
Latihan kardiovaskular ideal adalah latihan yang dimulai dengan 5-10 menit pemanasan sehingga secara perlahan meningkatkan detak jantung anda. Dilanjutkan dengan latihan selama 20 menit atau lebih dengan jenis latihan seperti jogging, treadmill, aerobik, atau berjalan untuk mencapai Target Detak Jantung. Target detak jantung adalah panduan untuk mengukur kondisi anda sebelum olahraga dan membantu mengetahui progresifitas dari latihan yang anda lakukan. Target detak jantung juga dapat memperlihatkan seberapa berat anda berolahraga. Untuk mencapai target detak jantung, hitunglah selalu frekuensi nadi anda ketika sedang berlatih. Anda dapat melakukan pengukuran frekuensi nadi di 2 tempat yaitu pada pergelangan tangan bagian dalam sisi luar atau sejajar dengan ibu jari, dan yang kedua adalah pada sisi leher (arteri karotis). Hitunglah frekuensi nadi selama 10 detik dan kalikan 6, anda akan mendapatkan detak jantung selama 1 menit. (Rudystina, 2017)

Pada saat latihan, anda tidak mungkin langsung mencapai target denyut jantung karena otot dan sistim sirkulasi membutuhkan waktu untuk melakukan pemanasan secara perlahan. Tingkatkan latihan fisik yang anda lakukan secara perlahan sampai tercapai target detak jantung. Akhiri latihan dengan melakukan pendinginan selama 5-10 menit yang akan membantu menurunkan detak jantung perlahan dan mencegah otot menjadi keram. Sangat penting untuk menjaga asupan cairan (minum air dalam jumlah cukup) ketika berolahraga karena cairan tubuh akan keluar melalui keringat (mekanisme alami untuk mendinginkan tubuh).

Jenis jenis alat olahraga kardiovaskular yang biasa ditemukan didalam sebuah pusat kebugaran antara lain adalah :

1. **Treadmill**

Cara kerja alat ini seperti halnya jogging, jalan santai, dan jalan cepat. Dalam penggunaannya lebih banyak lower body yang bekerja, namun bisa diberi variasi latihan pada bagian upper body seperti mengayunkan tangan atau dengan memegang barbell. Pada treadmill bagian yang biasa cedera adalah persendian pada ankle dan lutut, karena latihan menggunakan treadmill menghasilkan bounching pada bagian tersebut. Bagi orang yang memiliki masalah pada bagian tersebut atau manula disarankan tidak melakukan lari terapi cukup hanya dengan jalan santai atau jalan cepat. (reps-id, 2014)



Gambar 2.3 Treadmill
Sumber : www.google.com

2. **Sepeda Statis**

Cara kerja hal ini seperti halnya bersepeda. Dalam penggunaannya lebih banyak lower body yang bekerja. Pada sepeda statis bagian tubuh yang biasa cedera adalah persendian pada lutut dan punggung. Kecenderungan berlatih dengan cycle badan kita membungkuk, terlalu lama kita dengan kondisi badan yang sedemikian maka akan mengakibatkan nyeri pada punggung. Bisa mengena pada tulang belakang atau saraf-saraf vital sekitar

tulang ekor dan tulang belakang. Karena bagian tersebt adalah jembatan yang menghubungkan lower dan upper body. Namun kini sudah ada inovasi dari sepeda statis dengan memberikan sandaran untuk menghindari cedera tersebut. Baik digunakan untuk manula dan orang yang memiliki masalah pada pinggang dan tulang belakang (reps-id, 2014).

Gambar 2.4 Sepeda Statis
Sumber : www.google.com

3. Stepper / Climber

Cara kerja alat ini seperti halnya kita mendaki bukit atau menaiki anak tangga. Dalam penggunaannya lebih banyak lower body yang bekerja. Pada Stepper / climber bgian yang biasa cedera adalh lutut, karena gerakan mendaki atau menaiki anak tangga, beban seluruh tubuh baik bagian kanan atau kiri akan ditahan oleh salah satu lutut secara bergantian. Inilah yang mengakibatkan cedera pada lutut. Alat ini digunakan dengan mengeluarkan power yang besar oleh karena itu tidak dianjurkan bagi para manula atau osteoporosis (reps-id, 2014).

Gambar 2.5 Stepper
Sumber : www.google.com

4. Elliptical

Cara kerja alat ini seperti halnya jogging, namun berbeda dengan treadmill. Pada treadmill alatlah yag bergerak dan kita tinggal berlari, tetapi elipstical justru kitanyalah yang menggerakkan alat tersebut dengan power kita sendiri. Namun elipstical bisa dikatakan safety dibandingkan dengan treadmill, karena pada elipstical sudah tidah ada bounching pada bagian persendian pada ankle dan lutut, namun tetap kecenderungan orang masih cedera pada bagian persendian tersebut yang diakibatkan dari power yang dikeluarkan bukan dari bounching yang dihasilkan. Dalam penggunannya lebih banyak lower body yang bekerja karena tidak terjadi gerakan pada bagian upper body, biasanya tangan hanya berpegangan pada grip (reps-id, 2014).

Gambar 2.6 Elliptical
Sumber : www.google.com

5. Cross Trainer

Cara kerja alat ini seperti halnya jogging, namun pada alat ini upper dan lower body bekerja. Dengan menggunakan alat ini terjadi gerakan meng-cross anatara kaki dan tangan sehingga dalam berlatih pun membuat kita lebih optimal. Alat ini merupakan bentuk inovasi antara treadmill dan elliptical, sehingga menjadikan alat ini lebih sempurna. Karena sudah tidak mengahsilkan bounching yang membuatnya lebih safety dibandingkan alat yang lain. Selain itu alat ini dapat melatih all body, karena dalam gerakannya kaki dan tangan secara bersamaan bergerak secara menyilang yang berefek pada seluruh tubuh dan semua gerakan yang terjadi dikeluarkan dengan tenaga sendiri tanpa bantuan mesin. Oleh sebab itu gerakan jogging yang terjadi berbeda dengan yang dihasilkan treadmill, karena dalam treadmill mesin yang bergerak (reps-id, 2014).

Gambar 2.7 Cross Trainer
Sumber : www.google.com

B. Olahraga Angkat Beban

Angkat besi atau angkat berat adalah cabang olahraga yang bersaing untuk mengangkat beban berat yang disebut dengan barbel, yang dilakukan dengan kombinasi dari kekuatan, fleksibilitas, konsentrasi, kemampuan, disiplin (sangat penting), atletis, fitnes, teknik, mental dan kekuatan fisik. Kata "angkat besi" biasanya secara tidak resmi digunakan sebagai latihan beban. (reps-id, 2014)

Beberapa alat dan mesin yang biasa ditemukan didalam gym yang digunakan untuk olahraga angkat beban adalah :

1. **Dumbbell**

   Dumbbell adalah alat fitnes dasar. Bentuknya ialah 2 buah beban yang tersambung oleh batang besi pendek. Anda biasanya akan menemukan banyak alat ini di gym dengan ukuran yang berbeda-beda. Alat ini sangat praktis karena dapat dibawa kemanapun dan tidak perlu menggunakan ruangan yang luas ketika menggunakannya untuk berlatih. Berbeda dengan alat lainya, alat ini dapat digunakan untuk variasi gerakan fitnes yang tidak terbatas. Latihan dengan dumbell tidak mengisolasi otot tertentu sehingga akan mencegah

pertumbuhan otot yang tidak sinkron dengan otot pendukungnya (reps-id, 2014).

Gambar 2.8 Dumbell
Sumber : www.google.com

2. Barbell

Barbell adalah versi besar dari dumbbell. Alat ini dihubungkan batang besi yang panjang dan umumnya beban pada kedua sisinya dapat di bongkar pasang untuk mengatur beban agar sesuai dengan kemampuan penggunanya. Tidak seperti dumble yang dapat digunakan dengan hanya satu tangan, Barbell adalah alat yang harus digunakan dengan 2 tangan. Alat ini dapat membuat otot bagian kanan dan kiri berkembang secara seimbang (reps-id, 2014).

Gambar 2.9 Barbell
Sumber : www.google.com

3. Weight Plates

Alat ini adalah beban yang berbentuk cakram dari logam. Alat ini Dapat digunakan untuk 2 hal yaitu menggunakannya sendiri untuk latihan atau menambahkannya sebagai beban tambahan untuk alat lainnya (reps-id, 2014).

Gambar 2.10 Weight Plates
Sumber : www.google.com

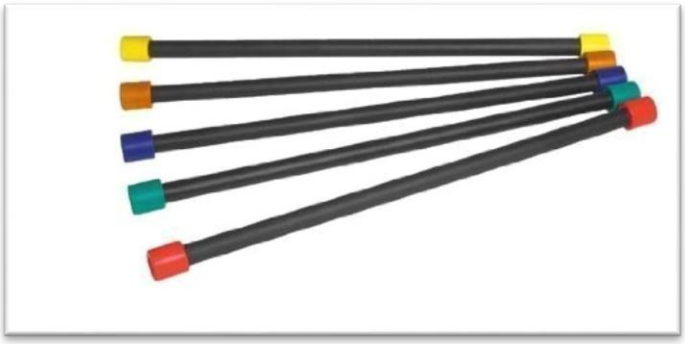
4. Kettlebell

Kettlebells adalah sebuah alat yang berbentuk bola, memiliki pegangan serta terbuat dari besi. Alat ini digunakan untuk melakukan gerakan mengangkat, mengayun dan mendorong yang akan mendukung anda melatih pengendalian gerakan. Berat kettlebell bervariasi, dari mulai 4kg sampai 79 kilogram (reps-id, 2014).

Gambar 2.11 Kettlebell
Sumber : www.google.com

5. Weighted Bar

Weighted bars adalah sebuah batang besi yang memiliki pemberat di tiap sisinya. Alat ini digunakan untuk meningkatkan berat tubuh ketika melakukan latihan standar seperti sit up, lunge, dan lain sebagainya.



Gambar 2.12 Weighted Bar
Sumber : www.google.com

6. Curl Bar

Alat ini digunakan untuk melatih bicep dan trisep. Bentuk dari curl bar yang unik dapat digunakan untuk melatih otot-otot tertentu tergantung dari sudut mana kita memegangnya. Alat ini dapat digunakan untuk macam-macam variasi angkat beban sehingga menghilangkan stres pada otot, tidak seperti menggunakan barbel biasa.

Gambar 2.13 Curl Bar
Sumber : www.google.com

7. Tricep Bar

Walaupun fokus utama alat ini adalah untuk melatih otot tricep namun seperti curl bar, alat ini dapat digunakan untuk bermacam-macam gerakan angkat beban. anda dapat melatih otot anda dari sudut yang berbeda-beda dan mengurangi stress pada otot pergelangan tangan anda.

Gambar 2.14 Tricep Bar
Sumber : www.google.com

8. Abs Crunch Machine

Seperti namanya, alat ini tentu saja melatih otot perut. Dengan menggunakan alat ini kita dapat melakukan crunch dan menjadikannya menjadi lebih menantang dengan meningkatkan tekanan pada mesin ini. Dengan meningkatnya intensitas crunch yang kita lakukan tentu saja latihan yang ini akan memberikan kita hasil yg baik.

Gambar 2.15 Abs Crunch Machine
Sumber : www.google.com

9. Leg Press Machine

Alat ini gunakan untuk latihan leg press dan membentuk otot paha dan betis. Dengan menggunakan alat ini kita dapat menambahkan tingkat kesulitan latihan leg press dengan menambahkan beban ke alat ini.

Gambar 2.16 Leg Press Machine
Sumber : www.google.com

10. Chest Press Machine

Chest press machine adalah mesin yang akan mengisolasi latihan pada otot dada. Menggunakan alat akan merepresentasikan gerakan mendorong yang mengakibatkan tekanan ke arah dada. Tingkat kesulitan dan beban pada alat ini dapat di sesuaikan dengan kemampuan kita.

Gambar 2.17 Chest Press Machine
Sumber : www.google.com

11. Barbell Machine

Fungsi barbel mahine adalah sebagai penopang agar gerakan kita menjadi stabil ketika menggunakan mangangkat barbel sehingga resiko cidera pun dapat terhindarkan. Alat ini juga meungkinkan kita untuk menggunakan barbell dengan posisi tubuh berbaring di bench.

Gambar 2.18 Barbell Machine
Sumber : www.google.com

12. Shoulder Press Machine

Seperti namanya, mesin ini melatih otot bahu anda. Menggunakan alat ini akan memaksa bahu kita untuk menekan kebawah yang mana sangat sulit dilakukan tanpa menggunakan alat ini.

Gambar 2.19 Shoulder Press Machine
Sumber : www.google.com

C. Olahraga Aerobik

Tarian aerobik atau yang sekarang populer disebut sebagai senam aerobik populer pada akhir tahun 70an di Amerika lalu masuk ke Indonesia sekitar tahun 80an dan dikenal masyarakat sebagai aktivitas kebugaran. Sekarang senam aerobik sangat populer di berbagai kalangan usia.

Adapun pengertian senam aerobik adalah system latihan fisik yang tujuannya untuk meningkatkan efisiensi pemasukan oksigen ke dalam jaringan tubuh dengan memadukan serangkaian gerakan dengan irama musik yang dipilih dengan durasi waktu tertentu. Melakukan senam aerobik secara teratur dapat menjaga kesehatan jantung dan paru-paru.

Sementara pengertian senam aerobik menurut Jackie Sorensens yaitu suatu program kesegaran jasmani yang lengkap dengan meliputi latihan dan kegembiraan yang mengekspresikan segala perasaan seperti tertawa, melompat, menendang, meregang, jogging, bergoyang, dengan mengkombinasikan gerakan dansa atau gerakan tarian tradisional, tari rakyat dan tari kontemporer. (agartubuhlangsing.info, 2016)

D. Yoga

Kata yoga berasal dari akar kata yang sama dari bahasa Inggris yoke. Istilah yoke mempunyai arti rangkap, pertama mempersatukan (yoke together), dan kedua: melakukan disiplin atau berlatih (to bring under the yoke, take my yoke upon you). Kedua arti ini ada dalam bahasa Sansekerta. Oleh karena itu, jika dirumuskan secara umum, yoga adalah suatu metode latihan yang direncanakan untuk mencapai integritas atau keutuhan.

Secara umum pengertian yoga yaitu pengendalian diri serta disiplin dalam pemikiran (citta) merupakan hasil pertama dalam prakerti, untuk mendapatkan kebahagiaan yang dapat dirasakan oleh diri sendiri, kesadaran dalam kehidupan sehari-hari yang akan menemukan kesadaran sucinya.

Dalam kamus besar bahasa Indonesia, yoga bermakna sistem filsafat Hindu yang bertujuan mengheningkan pikiran, bertafakur dan menguasai diri. Sebenarnya ajaran ini merupakan suatu sistem latihan dengan penuh

kesungguhan untuk membersihkan, mempertinggi dan memperdalam nilai-nilai kerohanian dalam mendekatkan diri dengan Tuhan (Brahman), sehingga cara itu segala konsentrasi selalu tertuju kepada-Nya. Dijelaskan juga bahwa yoga merupakan sistem ajaran gaib yang diperkembangkan Hinduisme dengan maksud membebaskan orang dari dunia khayalan seperti yang dipahami dengan panca indera. Pembebasan ini sukar dan mungkin memerlukan beberapa kali umur hidup. (Mantra, 1989)

Yogi (penganut yoga) yang percaya akan pantheisme (kepercayaan bahwa dunia dengan segala isinya adalah Tuhan) mencari persatuan dengan jiwa seluruh alam dunia. Penganut yoga yang atheis (tidak mengakui adanya Tuhan) mencari perasingan yang sempurna dari segala jiwa-jiwa lainnya dan pengetahuan diri sendiri yang sempurna. Kemuliaan terakhir yang dicari ialah kemuliaan penerangan sempurna. Para penganut yoga memakai disiplin jasmani untuk mencapai itu: penyucian, kebersihan, samadi dan latihan. (Sura, 2001)

Karena popularitas yoga dan manfaatnya bagi kesehatan, yoga telah menjadi salah satu olahraga pilihan bagi banyak orang. Yoga banyak dilakukan di luar ruangan seperti pantai atau taman tetapi ada juga yoga studio yang menyediakan tempat untuk yoga didalam ruangan. Karena peminatnya terus meningkat banyak pusat kebugaran menyediakan area khusus yoga yang dapat digunakan bagi orang-orang yang ingin melakukan yoga didalam ruangan seandainya member atau anggota pusat kebugaran ingin mencoba olahraga baru.

Melalui pustaka diatas diketahui bahwa jenis olahraga inti yang banyak dilakukan oleh masyarakat berjumlah 4 jenis yaitu karidovaskular, angkat beban, aerobik serta yoga. Masing masing jenis olahraga juga memiliki manfaat tersendiri yang baik kesehatan dan memiliki peralatan atau sistem tersendiri dalam menunjang kegiatan olahraga tersebut.

2.1.6 Fasilitas Pendukung Pusat Kebugaran

A. Sauna

adalah suatu ruangan kecil yang dirancang agar pengguna dapat menikmati aktivitas mandi uap, atau pemanasan tubuh, baik secara basah ataupun kering. Istilah sauna, secara luas juga dapat merujuk kepada keseluruhan bangunan atau fasilitas yang memiliki ruangan untuk mandi uap ini. Uap air dan panas tinggi bertujuan agar penggunanya dapat berkeringat. Secara umum sauna dapat dibagi dalam dua jenis: sauna biasa yang memanaskan udara atau sauna infra merah yang memanaskan benda dalam ruangan itu. Sauna infra merah dapat menggunakan berbagai material seperti arang, serat karbon, dan lain-lain. Sebuah sauna biasa menjadi fasilitas pendukung pada sebuah pusat kebugaran yang banyak digunakan pengunjung setelah berolahraga untuk relaksasi. (beritahati.com, 2016)

B. Whirlpool dan Jacuzzi

Mesin atau whirlpool system adalah sirkulasi air agar air berubah menjadi semburan yang bisa memberikan efek pijatan pada badan.

Jacuzzi adalah sebuah kolam yang berukuran yang tidak terlalu besar yang diperuntukkan untuk berendam ataupun bersantai. Dengan aliran air hangat serta pusaran air, jacuzzi dipercaya dapat membuat siapapun yang berada di dalamnya untuk berendam menjadi rileks dan menghilangkan stres dan Jacuzzi dapat dipakai bersama keluarga.

C. Health Café

Pada pusat kebugaran, biasanya disediakan sebuah cafe bagi fasilitas tambahan untuk digunakan member. Yang membedakan health café dengan café biasa adalah health café hanya menyediakan makanan dan minuman sehat yang baik bagi tubuh dan menghindari makanan dan minuman proses dan berpengawet.

Berdasarkan informasi diatas tentang fasilitas pendukung pada pusat kebugaran, terdapat 3 jenis fasilitas umum yang terdapat pada pusat kebugaran

dan memiliki dampak positif pada kondisi fisik serta mental anggota pusat kebugaran.

2.1.7 Elemen Pendukung Pusat Kebugaran

A. Cermin

Dalam berolahraga terutama didalam olahraga angkat beban, salah satu hal yang perlu diperhatikan baik baik adalah postur karena tiap gerakan memiliki postur spesifik yang harus dilakukan dengan benar untuk memastikan gerakan berdampak secara efektif pada tubuh. Selain untuk memaksimalkan gerakan, postur yang benar juga sangat penting dalam menjaga keselamatan dalam berolahraga karena jika postur salah, kemungkinan terjadinya cidera menjadi lebih besar.

B. Dispenser Air

Karena air minum untuk menjaga tubuh agar tidak dehidrasi sangat penting ketika berolahraga, dispenser air biasanya disediakan didalam ruangan olahraga fasilitas kebugaran agar para pengguna dapat mengisi botol air yang dibawa dan digunakan selama olahraga.

C. Loker Penyimpanan

Loker penyimpanan berguna bagi anggota pusat kebugaran yang ingin menyimpan barang barang berharga sebelum berolahraga. Loker penyimpanan juga disediakan karena di kebanyakan pusat kebugaran, anggota dilarang membawa tas dan barang lainnya yang tidak berhubungan dengan olahraga sehingga barang tersebut harus disimpan di sebuah loker.

D. Alat Timbang

Salah satu alasan besar kenapa orang-orang berolahraga adalah untuk menurunkan berat badan. Oleh karena itu banyak pusat kebugaran yang menyediakan alat timbangan di area pusat kebugaran agar anggota dapat melihat dan mengukur perkembangan penurunan berat badannya selama berolahraga.

E. Sound Sistem

Berolahraga sambil mendengar music yang semangat akan berdampak pada mental dan performa dalam berolahraga. Banyak anggota pusat kebugaran yang membawa alat pemutar music pribadi untuk digunakan selama berolahraga. Tetapi bagi yang tidak membawa, pusat kebugaran biasanya memasang seperangkat sound sistem di area pusat kebugaran yang digunakan untuk memutar musik penyemangat bagi pengguna pusat kebugaran.

2.1.8 Studi Kebutuhan Fasilitas Ruang Olahraga

A. Ruang Olahraga Kardiovaskular

Peralatan Kardiovaskular biasanya mencakup sejumlah mesin, masing-masing dirancang untuk memberikan bentuk latihan yang berbeda, peralatan umum termasuk yang berikut ini:

- *Cross Trainer*
- *Bycicle*
- *Stepper*
- *Row Machine*

Area Kardiovaskular harus berada pada satu tingkat secara bersamaan dan berisi alat kebugaran dengan display visual dan output audio (biasanya headphone) yang membutuhkan satu sumber listrik. Tenaga listrik juga harus disediakan melalui soket yang disusun sepanjang area gym olahraga.

Beberapa peralatan kardiovaskular dapat menyebabkan getaran sehingga solusi akustik terhadap lantai akan memerlukan pertimbangan khusus.

Terkadang sebuah pusat kebugaran mungkin menawarkan kelas kelompok di area olahraga utama. *Spin Class* tidak disarankan di area gym terbuka karena menimbulkan tingkat kebisingan yang cukup tinggi. Perlengkapan audio visual menggunakan layar dan soundtrack yang menunjukkan pemandangan yang bergerak serta tambahan pencahayaan dan musik intensitas tinggi dapat ditambahkan untuk pengalaman yang lebih interaktif. Studio *Spin Class* dengan alat yang bersifat permanen dianggap lebih efektif karena peralatannya bisa besar dan canggung untuk disimpan. Ini bisa

lebih kecil dari studio latihan, karena tidak ada perpanjangan gerakan, selain untuk naik dan turun dari alat serta sirkulasi umum di sekitar peralatan. (England, 2008)

B. Ruang Angkat Beban

Dumbell biasanya disimpan di rak terbuka yang dikelompokkan dalam rentang berat, dengan bangku dan alas tambahan disediakan untuk bobot barbel yang lebih berat. Biasanya, area beban yang lebih berat harus diposisikan di bagian belakang ruang fitness, atau disediakan di area yang terpisah. Karena beban bebas itu sendiri tidak terkendali, mereka dapat menimbulkan risiko kerusakan atau cedera pada orang-orang selain pengguna dan ini harus dipertimbangkan saat mengembangkan desain. Manajemen dan pengguna harus memastikan bahwa beban dikembalikan ke rak untuk menghindari kecelakaan.

Ruang harus bisa memberi kemudahan pergerakan antara alat, bangku dan rak beban. Ukuran area angkat beban menyesuaikan pada jumlah peralatan dan bobot yang akan digunakan. (England, 2008)

C. Ruang Yoga

Yoga adalah latihan yang tenang, berdasarkan posisi tubuh, pernapasan dan meditasi yang terkontrol. Studio akan membutuhkan perpisahan akustik yang bagus untuk memungkinkan konsentrasi yang baik. Yoga dan kelas latihan meditasi lainnya mungkin juga memerlukan privasi dan tingkat iluminasi atau pencahayaan khusus yang rendah. Penutup jendela atau material penghalang cahaya untuk membatasi cahaya yang menyilaukan juga harus dipertimbangkan. (England, 2008)

Studio Yoga yang baik membutuhkan lingkungan yang terkesan *soft*. Pertimbangan harus diberikan pada:

- Lampu *dimmable*
- *Blinds* untuk memotong cahaya alami dan memberi privasi
- Material lantai yang halus
- Tempat penyimpanan yang memadai
- Akustik ruangan yang baik untuk menjaga ketenangan

- Elemen interior atau dekorasi yang berlebihan dan dapat mengganggu konsentrasi harus dihindari
- Sound system untuk menghadirkan suara *ambient* seperti suara hutan atau air untuk meningkatkan konsentrasi

D, Ruang Olahraga Grup

Jumlah ruang dan ukuran masing-masing ruang yang dibutuhkan akan ditentukan oleh:

- Jumlah kelas simultan.
- Jenis dan jangkauan program.
- Frekuensi dan durasi tiap kelas.
- Jumlah peserta untuk setiap kelas.

Tabel berikut memberikan dimensi dan ketinggian minimum untuk rentang jenis latihan :

Tabel 2.1 Ketinggian Minimum Ruangan Olahraga Grup

Exercise Type	Dimensions L x W x H
Movement (Small Groups)	12 x 9.1 x 4.5m
Rhythmic Gymnastics	14 x 14 x 9 - 15m
Movement (Average Groups)	12 - 15 x 12 x 4.5m
Movement (Large Groups)	21 - 24 x 12 x 6.1m

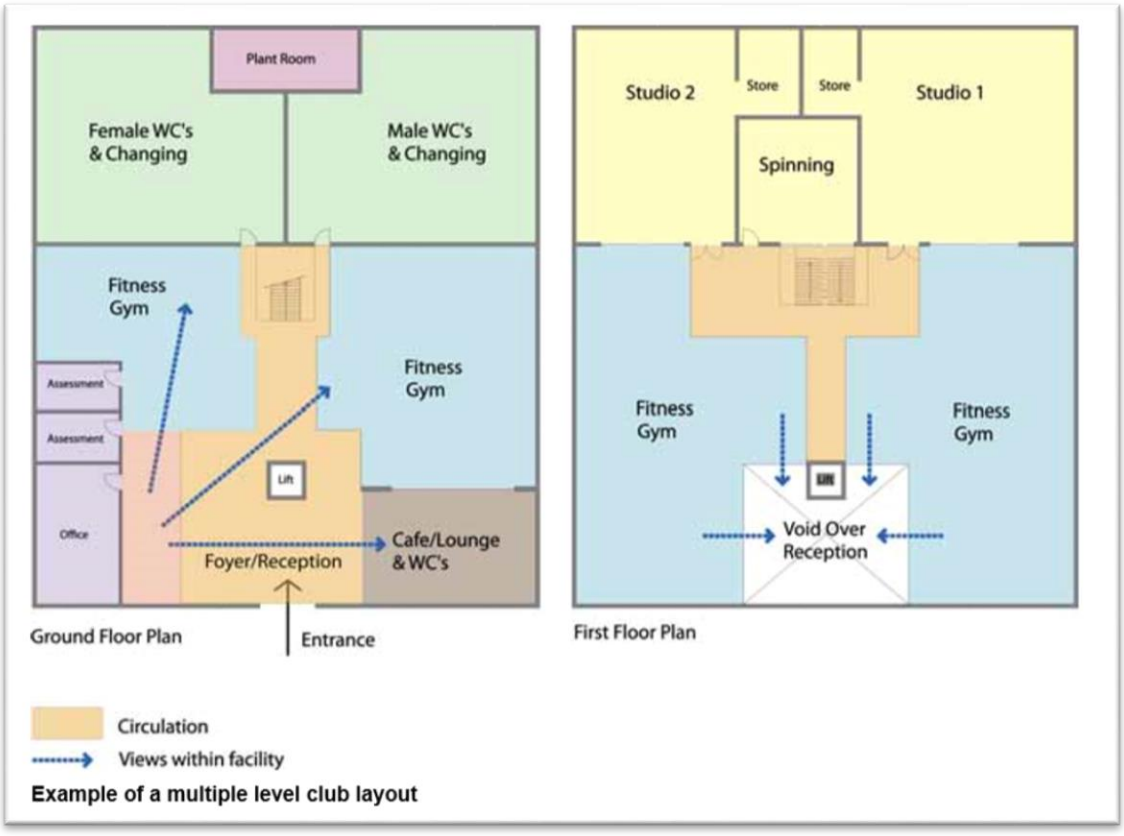
Table: Multi-purpose studios - Minimum dimensions

Meskipun studio yang lebih besar dari yang ditunjukkan dalam tabel dapat digunakan, pertimbangan harus diberikan pada ukuran maksimum yang sesuai dengan satu kelas. Sebuah ruang besar tunggal tidak boleh digunakan untuk beberapa kegiatan secara bersamaan, kecuali pembagian dicapai melalui penggunaan partisi lipat akustik yang bagus.

2.1.9 Sirkulasi Pusat Kebugaran

Pusat kesehatan & kebugaran biasanya mencakup gym kebugaran (berisi peralatan fitness), ruang studio, area penerima tamu, kafe / bar, ruang ganti (termasuk kamar mandi dan toilet) dan fasilitas lainnya. Demografi pengguna dan persyaratan fasilitas akan berdampak pada desain dan ukuran fasilitas. Sangat penting bahwa penyedia layanan mengidentifikasi kriteria pasar pada tahap awal.

Pusat kebugaran harus memiliki desain terbuka yang terang. Sirkulasi harus jelas dan sederhana, koridor panjang atau sempit harus dihindari. (England, 2008)



Gambar 2.20 Contoh Zoning Pada Pusat Kebugaran Bertingkat
Sumber : Sport England

13. Pada contoh zoning dan sirkulasi, reception terletak di depan entrance.

14. Area café atau lounge terletak disamping/dekat dengan reception beserta dengan toilet untuk umum.
15. Area kantor dan administrasi juga terletak didekat reception.
16. Area olahraga dibagi menjadi beberapa ruangan dengan olahraga yang sejenis saling berdekatan.
17. Loker dan toilet untuk anggota terletak di bagian belakang bangunan.

2.1.10 Persyaratan Elemen Interior Pusat Kebugaran

a) Lantai

Struktur lantai harus dapat menahan beban mati yang dipaksakan bersama dengan potensi beban hidup yang tinggi dari:

- Pengguna.
- Efek dinamis (getaran harmonis misalnya pengguna yang bergerak dalam sinkronisasi musik - terutama aerobik dan bentuk tarian lainnya).

Kinerja lantai studio seharusnya pertimbangkan hal berikut:

- Bersikap halus dan tidak licin
- Miliki permukaan penyerap benturan yang tahan terhadap deformasi permanen dalam siklus berulang jangka panjang
- Mudah dalam pembersihan dan perawatan
- Masa pakai yang lama sesuai untuk variasi kegiatan yang diharapkan bisa dilakukan (England, 2008)

b) Dinding

Finishing dinding harus memperhitungkan kemudahan pembersihan dan perawatan. Kerusakan akibat memindahkan peralatan dan pengguna mungkin merupakan isu tertentu. Pengguna juga dapat menggunakan dinding selama latihan peregangan. Karena itu, ujung yang tajam harus dihindari. Dinding juga harus dapat dengan aman mendukung cermin, alat olahraga dan lain-lain.

Cermin berfungsi untuk menciptakan ilusi ruang dan memantulkan cahaya alami kembali. Cermin terus menerus harus disediakan setidaknya di

satu sisi setiap studio. Cermin harus mencapai tinggi minimal setinggi 2m. Cermin memanjang yang besar seharusnya tidak langsung dipasang pada dinding namun dipasang pada papan pendukung kayu lapis yang kaku untuk menghindari distorsi. Cermin sebaiknya diposisikan di belakang instruktur, memungkinkan pengguna melihat diri mereka selama sesi berlangsung. Menempatkan cermin di dinding yang berlawanan harus dihindari karena ini akan menyebabkan efek 'tak terhingga'. (England, 2008)

c) Plafon

Plafon studio harus dipertimbangkan dengan cermat untuk:

- Mendukung peralatan yang terintegrasi atau tergantung seperti speaker atau alat audio visual lainnya.
- Menyediakan kinerja akustik yang diperlukan.
- Mencapai desain estetika yang dibutuhkan yang sesuai dengan keseluruhan desain ruangan.
- Menyediakan tinggi minimum untuk berbagai macam kegiatan.

Saat menetapkan tinggi plafon, pertimbangan harus diberikan pada aktivitas yang mungkin menggunakan peralatan untuk meningkatkan pengguna lebih dekat ke plafon atau penggunaan peralatan yang mengayun. Ruang kepala minimum yang disarankan bervariasi, namun untuk fleksibilitas, tinggi plafon minimal 3m.

2.1.11 Standar Keamanan Gedung Bertingkat

Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2005 Tentang Peraturan Pelaksanaan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2002 Tentang Bangunan Gedung, setiap bangunan gedung kecuali rumah tinggal dan rumah deret sederhana, harus dilindungi terhadap bahaya kebakaran dengan sistem proteksi aktif dan proteksi pasif.

Sarana proteksi kebakaran aktif berupa alat ataupun instalasi yang disiapkan untuk mendeteksi dan atau memadamkan kebakaran. Di antara sarana proteksi kebakaran aktif antara lain:

- Detektor Asap, Api maupun Panas.

- Alarm kebakaran otomatis maupun manual.
- Tabung Pemadam / APAR (Alat Pemadam Api Ringan).
- Sistem Hidran.
- Sistem Springkler.

Sarana proteksi kebakaran pasif berupa alat, sarana atau metode/cara mengendalikan asap, panas maupun gas berbahaya apabila terjadi kebakaran. Di antara sarana proteksi kebakaran pasif antara lain:

- Sistem Kompartementasi (Pemisahan Bangunan Resiko Kebakaran Tinggi).
- Sarana Evakuasi dan Alat Bantu Evakuasi.
- Sarana dan Sistem Pengendali Asap dan Api (Fire Damper, Smoke Damper, Fire Stopping, dsj).
- Fire Retardant (Sarana Pelambat Api).

2.2 Kajian Modern

2.2.1 Desain Modern

Langgam modern adalah langgam desain yang simple, bersih, fungsional, stylish dan selalu mengikuti perkembangan jaman. Langgam hidup modern ditopang oleh kemajuan teknologi, dimana banyak hal yang sebelumnya tidak bisa dibuat dan didapatkan menjadi tersedia bagi banyak orang.

Dalam mendesain konsep dan langgam modern selalu melihat nilai benda berdasarkan besar fungsi dan banyaknya fungsi benda tersebut, serta berdasarkan kesesuaiannya dengan gaya hidup yang menuntut serba cepat, mudah dan fungsional. Dalam arsitektur, gaya hidup modern berimbas kepada keinginan untuk memiliki bangunan yang simple, bersih, efisien dan fungsional, sebagai symbol dari semangat modern. (Anonim, Arsitektur Modern, 2014)

2.2.2 Sejarah Desain Modern

Desain Interior modern berasal dari gerakan modernisme yang dimulai pada abad 20. Modernisme awalnya merupakan desain yang timbul akibat kejenuhan manusia akan bentuk yang rumit seperti ornament, ragam hias, ukiran. Desain-desain

modern pada awalnya banyak terinspirasi dari gerakkan kubisme. Oleh karena itu karyanya banyak menghasilkan bentuk desain seperti kubus.

Modernisme dipopulerkan oleh Bauhaus. Awalnya modernisme dicemooh oleh seniman dan desainer yang ada namun Amerika memiliki pola pikirnya berbeda. Mereka terbuka akan sebuah langgam desain dan karya seni yang ada. Oleh karena itu desain modernisme lebih banyak ditemui di Amerika dan berkembang pesat. (Anonim, Desain Interior Modern, 2015)

Seiring dengan berkembangnya jaman termasuk desain dan karya seni, modernisme pun berkembang menjadi bermacam langgam dan bentuk. Ada yang sebagian diakui dan ada yang tidak diakui. Dari modern asli yang sifatnya berbentuk kubus mulai berubah menggunakan lengkung dan pengetahuan modern yang baru seperti konstruksi yang modern, bentuk yang modern, dan ragam seni yang modern.

2.2.3 Desain Interior Modern

A. Bentuk

Filosofi dari desain interior modern diantaranya adalah bersih, simpel, dan fokus pada fungsi. Desain interior berlanggam modern memilik kesan tenang dan kesederhanaan sangat tampak. Bentuk bangunan lebih tegas dan simetris. Bentuk banguan seringkali memiliki liku-liku kotak yang tajam dan bukan dengan bentuk dinding yang lurus seperti persegi. Pengelolaan tata ruang yang apik mengikuti geometri dasar membuat ruangan tampak lebih luas. Interior ruang pada bangunan berlanggam modern umumnya transparan, menerus, ruang-ruang saling terhubung dengan ruang perantara dibatasi oleh dekorasi interior yang tidak masiv. Bagian jendela biasa berbentuk persegi panjang yanng memanjang dengan tegas (Anonim, Bentuk desain interior modern, 2015)

B. Material

Bahan-bahan interior rumah modern biasanya lebih ringan dan praktis, sesuai dengan ciri utama masyarakat modern yang menyukai hal yang praktis. Pemakaian material biasanya berupa bahan bangunan metal dan chrome,

seperti stainless steel finishing polished dan aluminum anodized. Juga kebanyakan menggunakan kaca berwarna / tinted glass yang merupakan bahan dengan jenis finishing dimana akan mencirikan desain interior modern. Material-material tersebut dimunculkan untuk dapat merefleksikan karakternya. Metal dan chrome, untuk menampilkan kesan massif dan dingin. Sedangkan kaca untuk kesan ringan, transparan, melayang. Terdapat juga menggunakan material kayu / wood untuk kesan natural simpel. Penggunaan material jenis keramik dapat juga diterapkan di lantai agar memiliki kesan modern elegan.

C. Warna

Pengaplikasian warna pada elemen pembentuk ruang interior menggunakan warna warna netral sebagai analogi dari dunia modern. Warna putih, hitam ataupun warn abu-abu adalah ciri langgam ini. Jika memilih warna cokelat kayu, pilihlah warna yang solid dan tegas. Cat warna yang digunakan tidak hanya menggunakan satu warna, melainkan dengan menggunakan minimal dua paduan warna yang disesuaikan dengan lekuk ruangan.

Untuk memperkuat kesan tegas pada ruangan diperlukan aplikasi warna non-klasik seperti warna-warna cerah dan terang seperti biru dan merah sebagai warna aksen atau elemen pembeda yang memberikan ciri khas. Warna-warna cerah dan terang ini mampu menciptakan kesan lapang pada ruangan. Aplikasi warna cerah dan terang boleh di terapkan pada furnitur maupun dinding / lantai rumah

D. Furniture

Ciri dari furnitur modern interior ini biasanya didesain sederhana, plain dengan bentuk yang persegi atau bentuk lain yang geometris, garisnya jelas, lurus atau lengkung, tegas, bersih tanpa banyak hiasan. Apabila diinginkan ada aksen juga berupa garis atau massa yang senada. Furnitur modern sebagai perabot interior yang fungsional, walaupun simpel, juga harus ergonomis, enak atau nyaman digunakan dan sesuai dengan fungsinya.

Bentuk dari furnitur diusahakan mempunyai proporsi sebaik mungkin antara bagian-bagiannya, disamping proporsinya sesuai dengan furnitur lain dalam ruangan. Ruangan akan terlihat sederhana dengan penempatan beberapa furnitur yang diperlukan saja. Furnitur yang kiranya kurang fungsional sebaiknya tidak perlu ditempatkan.

E. Elemen Estetis

Elemen estetis yang dipilih untuk hiasan bagian dalam ruangan dipilih yang sederhana serta tidak terkesan rumit. Untuk mempertinggi nilai estetika ruangan, dapat menambahkan aksesoris warna-warna terang serta pernak-pernik dekorasi. Faktor elemen estetis sebagai sentuhan yang diperuntukan guna memberi warna dan nuansa yang ingin dicapai oleh perancangnya dan diinginkan oleh pemakai atau pemiliknya. Elemen estetis ini bisa berupa hal-hal yang bersifat pribadi ataupun universal baik berupa permainan warna, motif, maupun ukiran atau relief.

2.3 Kajian Desain Khusus Wanita

(Dworkin, 2003) melakukan etnografi terhadap klub kebugaran umum yang difokuskan pada perilaku wanita pada situasi ini. Dia menemukan bahwa pria dan wanita cenderung memisahkan diri dalam berolahraga. Dalam mengejar fisik yang kuat dan sehat namun tidak besar dan berotot, wanita lebih memilih olahraga kardiovaskular dan menghindari angkat beban. Sebaliknya, pria menghindari olahraga kardiovaskular dan memilih olahraga angkat beban. Hal ini menyebabkan adanya perpisahan berbasis gender didalam pusat kebugaran atau klub kebugaran. Wanita lebih merasa tidak nyaman ketika berada di area olahraga angkat beban karena sedikitnya atau bahkan tidak ada wanita yang berolahraga di area tersebut. Oleh karena itu banyak wanita yang menyatakan bahwa mereka lebih nyaman ketika berolahraga bersama wanita lain.

Selain jenis olahraga yang berbeda, pria dan wanita memiliki perbedaan dalam bagaimana mereka berolahraga. Menurut (Ransdell, International perspectives: The influence of gender on lifetime physical activity participation, 2004) anggota pusat kebugaran yang wanita lebih mendominasi olahraga yang berbentuk grup. Secara

historis, latihan kelompok dimulai sebagai tarian aerobik. Tarian aerobik dipandang sebagai aktivitas wanita yang tidak kompetitif dimana olahraga kompetitif dilakukan oleh pria. Para wanita juga lebih didorong untuk membentuk otot mereka dibandingkan membangun otot mereka untuk menjaga bentuk tubuh yang feminim (Block, 1991). Melalui stigma yang dibentuk tentang latihan grup, kesenjangan dan perpisahan antar gender yang ada dalam pusat kebugaran menjadi semakin besar.

Meskipun peneliti sudah banyak meriset dan mengeksplorasi pengalaman dan persepsi individu di dalam pusat kebugaran, hanya sedikit penelitian yang memfokuskan pada pusat kebugaran khusus wanita dan dampaknya terhadap wanita. Beberapa penelitian yang sudah dilakukan difokuskan hanya pada dojo atau klub bela diri khusus wanita. Dalam etnografi mereka tentang klub bela diri khusus wanita, (Castelnuovo, 1998) menemukan bahwa wanita yang menjadi anggota klub bela diri khusus wanita ini merasa *empowered* dan merasa lebih percaya diri dalam tingkat fisik, mental dan spiritual. Selain itu semua anggota mengungkapkan adanya perubahan positif dalam persepsi mereka terhadap tubuh mereka sendiri dan tubuh wanita lain.

Dapat disimpulkan bahwa wanita memiliki ketertarikan lebih dalam berolahraga grup serta pusat kebugaran khusus wanita akan sangat bermanfaat karena adanya kesenjangan antara pria dan wanita dalam berolahraga serta pusat kebugaran yang dikhususkan untuk wanita tercatat memberi dampak positif selain pada fisik tetapi juga pada mental penggunanya.

2.4 Lokasi

Lokasi lahan berada di Surabaya, khususnya Surabaya Timur di jalan Arief Rachman Hakim. Letak lahan berada di dekat perumahan elit yaitu Galaxy Bumi Permai, serta instansi pendidikan seperti Institut Teknologi Sepuluh Nopember dan Universitas Hang Tuah. Kondisi bangunan sekitar cukup dipadati oleh bangunan fasilitas umum dan kondisi lalu lintas cukup padat karena letak lahan yang berada di dekat pusat pemukiman, pendidikan dan perbelanjaan.

Luas lahan ± 5000m² dengan kondisi lahan berupa tanah kosong. Lahan dipilih karena letaknya yang strategis dan dapat diakses kendaraan berupa motor maupun

mobil. Lokasi jalan Arief Rachman Hakim yang berada diantara pemukiman dan instansi pendidikan menjadikan area sekitar lahan area yang padat.

2.4.1 Potensi Lahan

- Lahan terletak di pinggir jalan utama yaitu Jalan Arief Rachman Hakim
- Terdapat 9 universitas, 8 sekolah, 2 pusat perbelanjaan, 5 apartemen, hotel, serta perumahan pada areal Jalan Arief Rachman Hakim.

2.5 Studi Khusus

2.5.1 Lighting

A. Deskripsi

Pencahayaan dalam dunia desain interior adalah salah satu faktor penting. Terdapat 2 jenis sumber cahaya, yaitu cahaya alami yang berasal dari matahari dan cahaya buatan yang berasal dari lampu. Pada waktu siang hari, sifat penerangan yang diberikan oleh matahari adalah penyinaran yang merata dan terus menerus. Oleh sebab itu, dalam aplikasinya sering dilakukan pengendalian terhadapnya, yaitu dengan menggunakan elemen tertentu seperti jendela kaca yang dilengkapi dengan horizontal blind. Dengan begitu, jumlah cahaya yang masuk dapat diatur.

Sedangkan pada malam hari, cahaya matahari digantikan dengan cahaya buatan yaitu lampu. Seiring berjalannya waktu, cahaya buatan tidak hanya berfungsi sebagai penerang yang membantu penglihatan saja, namun juga sebagai elemen dekorasi yang atraktif. Efek dari cahaya buatan (lampu) dapat menonjolkan sisi keindahan dari suatu benda dan menciptakan suasana tertentu pada sebuah ruang. Terdapat 2 jenis peranan pencahayaan pada sebuah desain arsitektur dan interior, diantaranya adalah (Desain, 2016) :

1. Secara fungsional untuk mengenali bangunan. Pada malam hari, kehadiran lampu akan membantu indera penglihatan untuk mengidentifikasi benda-benda. Karena, tanpa cahaya, keunikan suatu arsitektur bangunan, unsur dekoratif pada elemen fasad, detail tekstur, ornamen, dan warna bagunan akan hilang atau tidak tampak.

2. Cahaya dapat meningkatkan kualitas estetika bangunan dan ruang. Detail dan elemen arsitektur dan interior serta ruang yang spesifik, dapat ditonjolkan dengan jenis pencahayaan tertentu. Sehingga obyek tersebut menjadi dominan dan lebih indah. Cahaya lampu dapat menciptakan nuansa dan karakter ruang yang diinginkan.

   Cahaya merupakan elemen terpenting bagi desain interior, karena ruang hanya dapat dirasakan apabila terjadi sebuah interaksi antara manusia dengan obyek melalui indera visual. Indera visual tersebut dapat diperoleh melalui cahaya. Efek cahaya juga bisa bisa menimbulkan kesan ruang yang lebih luas, atau memeberi kesan tertentu yang berpengaruh pada jiwa penghuninya. Contohnya yaitu cahaya biru dipercaya dapat menenangkan pikiran, cahaya hijau cocok untuk relaksasi dan menyeimbangkan emosi, dan cahaya merah berkesan eksotik, dan lain sebagainya.

   Seperti yang diungkapkan F.D.K. Ching didalam bukunya “Ilustrasi Desain Interior” :

- Intensitas Cahaya

  Intensitas cahaya berkurang mengikuti pangkat 2 dari jarak terhadap sumbernya.

  Kandela kaki = $\frac{\text{kekuatan pencahayaan (CP)}}{\text{Jarak2}}$

- Sistem Elektrikal dan Penerangan

  Cahaya merupakan energy radiasi. Cahaya memancar dalam jumlah yang sama ke semua arah dan menyebar ke daerah yang lebih luas pada saat memancar. Pada saat memancar, sumber cahaya juga mengurangi intensitas cahayanya sesuai dengan kuadrat dan jarak terhadap sumbernya.

- Kuat Terang Cahaya

  Kuat terang cahaya suatu bidang harus sama dengan latar belakangnya atau sedikit lebih terang.

- Warna Cahaya

Tabel 2.2 Warna Cahaya

°K	Sumber Cahaya
10.000	Biru langit cerah (s/d 25.000°K)
8.000	Cahaya dari utara
6.500	Lampu TL siang hari
6.000	Langit mendung
5.000	Cahaya tengah hari
	Lampu TL putih sejuk
4.000	Lampu pijar sejuk
	Lampu TL putih hangat
	Lampu pijar
3.000	Lampu pijar
2.000	Matahari terbit

Sumber : www.sitaro.wordpress.com/2010/08/15/temperatur-warna-kelvin/

- Silau

  Terdapat 2 jenis silau, yaitu silau langsung dan tidak langsung. Silau langsung disebabkan oleh kuat terang sumber cahaya yang terjadi dalam bidang pandangan normal manusia.

B. Pencahayaan Pada Pusat Kebugaran

Pencahayaan natural berdampak positif pada interior pusat kebugaran karena efeknya meningkatkan mood. Pencahayaan alami memiliki dampak positif terhadap kewaspadaan dan dengan kewaspadaan yang meningkat, semangat berolahragapun juga meningkat.

Warna-warna cerah juga membantu dalam meningkatkan kewaspadaaan. Dalam situasi olahraga intensitas tinggi seperti aerobik, pencahayaan yang cerah seperti warna kuning atau jingga akan memberi energi dan meningkatkan intensitas suasana.

Untuk meningkatkan efek ini, lampu bisa juga diprogram untuk berubah warna dan intensitas atau dipadukan untuk mengikuti music berenergi

tinggi yang diputar di area olahraga. Beberapa pusat kebugaran menggunakan bola disko, lampu neon berwarna dan musik intensitas tinggi untuk menyerupai suasana klub malam dan memberi efek yang menghibur.

Sebaliknya untuk menciptakan suasana yang lebih tenang, penerangan yang digunakan bersifat lebih lembut. Dalam yoga dan meditasi, lampu yang lembut dan redup memberi suasana santai dan mendukung proses yoga dan meditasi.

Di kelas bersepeda dimana peserta tetap berada di sepeda mereka dan tidak berinteraksi secara fisik, dan kelas seperti yoga dan pilates, pencahayaan yang lebih gelap dapat digunakan selama latihan berlangsung, namun instruktur tetap perlu mengembalikan ruangan ini ke tingkat kecerahan penuh dan ruangan tidak boleh berada dalam kegelapan total. Harus selalu ada lampu penunjuk arah di lantai jika ruangan dalam keadaan gelap sebagai penunjuk untuk mengarahkan menuju pintu keluar disaat keadaan darurat. (Attwood, 2015)

2.5.2 Warna

Warna korporat Hawa Gym terdiri dari 3 warna yaitu:

Tabel 2.3 Warna Korporat Hawa Gym

NO	WARNA	DAMPAK
1	Biru Muda	Warna biru memberikan efek yang cenderung menenangkan. Warna ini seringkali diasosiasikan dengan warna langit atau lautan, juga dianggap sebagai warna favorit dunia karena efeknya yang membawa perasaan damai. Warna biru pekat akan menstimulasi pemikiran yang jernih, sementara warna biru muda akan membantu meningkatkan konsentrasi. Warna ini sangat baik dipakai untuk mengatasi sakit tenggorokan, asma ataupun migren. (Birren, 1995)

2	 Biru Tua	Meskipun memiliki efek yang menyenangkan, komposisi warna yang gelap seperti biru tua akan menimbulkan suasana yang misterius dan menakutkan. (Birren, 1995)
3	 Merah Muda	Warna merah muda merupakan hasil pencampuran warna merah dan putih. Warna ini melambangkan sifat yang feminim dan memberikan kesan santai. Namun faktanya, warna ini juga seringkali membuat orang merasa lesu dan kurang bersemangat. Dampak negatif dari warna merah muda ini sering dimanfaatkan dalam bidang olahraga. Dalam sebuah pertandingan, seringkali warna merah muda digunakan dalam ruang ganti lawan dengan tujuan untuk menekan semangat dari tim lawan. (Birren, 1995)

Untuk menampilkan *corporate image* pada desain, 3 warna yang merepresentasikan Hawa Gym akan digunakan dalam mendesain elemen interior. Penggunaan warna biru muda akan memiliki presentase lebih besar dari 2 warna lainnya dikarenakan dampak warna biru muda yang menenangkan dan meningkatkan konsentrasi.

2.5.3 Akustik Ruangan

Performa akustik sebuah ruangan olahraga sangat penting karena kebutuhan akan:

• Produksi suara tanpa henti dari musik dan ucapan.

• Musik keras dan suara berbicara yang diperkuat.

• Persyaratan yang berbeda untuk ruang tergantung pada aktivitas yang terjadi.

Beberapa kegiatan mungkin memerlukan kedamaian dan ketenangan sementara yang lain dapat menghasilkan suara musik tingkat tinggi. Transmisi kebisingan antara studio dan ruang yang berdampingan (terutama jika mereka juga studio) perlu dikontrol dengan pemilihan bentuk, bahan dan finishing akhir yang hati-hati.

Penghalang suara harus disertakan di dalam dinding, lantai dan langit-langit untuk mencapai tingkat kebisingan NR35 (Yoga) atau NR40 (Tari / Aerobik) di dalam ruangan. (England, 2008)

A) Penganggulangan Frekuensi Tinggi

(Acoustical Surfaces, 2016) Menjelaskan bahwa ada beberapa material yang dapat dimanfaatkan untuk menyerap suara untuk mencegah gema suara yang tidak diinginkan dan menjaga ketenangan ruangan. Beberapa material tersebut adalah :

- Echo Eliminator : Solusi ecofriendly yang paling umum di kalangan ruang gym karena biayanya rendah. Bahan katun daur ulang ringan dapat dipasang sebagai panel dinding atau menggantung untuk meredam gema ruangan.
- PVC Baffle : Hanging baffle sangat populer karena harganya terjangkau, tahan lama, dan terdapat beragam warna, serta dapat digantung dari berbagai jenis struktur langit-langit.
- Wallmatte : Adalah panel dinding berbahan kain yang tersedia dalam berbagai gaya dan warna kain. Didesain sedimikian rupa agar mudah menjadi bagian dari dekorasi interior.
- Material atau penutup lantai yang menyerap suara seperti karpet dan busa.

B) Penanggulangan Frekuensi Rendah

Metode yang digunakan untuk mengisolasi atau membatasi bass dari melewati dinding, lantai, dan langit-langit bisa mahal, dan kecuali teknik konstruksi studio rekaman yang digunakan, getaram bass sulit untuk dikendalikan. (Guttenberg, 2011)

Untungnya peneliti di Audyssey, sebuah perusahaan riset audio memiliki solusi yang jauh lebih terjangkau. Mereka mengisolasi rentang frekuensi yang paling mudah melewati dinding dan lantai dan mengembangkan proses untuk mengurangi tingkat volume pada frekuensi tersebut.

Low Frequency Containment (LFC), menggunakan pemrosesan psychoacoustic yang mengurangi tingkat volume frekuensi rendah tetapi tetap mengembalikan persepsi adanya bass rendah. LFC menghilangkan hampir semua bass dalam di bawah 50Hz, dan mengurangi frekuensi bass hingga 200Hz. Audyssey LFC bukan hanya filter sederhana, namun secara dinamis memonitor frekuensi rendah dan hanya terlibat ketika menemukan frekuensi yang dikategorikan mengganggu. LFC bekerja dengan subwoofer dan speaker besar pengguna dapat mengaktifkan LFC hanya jika diperlukan. (Guttenberg, 2011)

2.6 Anthropometri

2.6.1 Definisi Ergonomi

International Ergonomis Association menjelaskan bahwa Istilah ergonomi berasal dari bahasa Latin yaitu ergon (kerja) dan nomos (hukum alam) dan dapat didefinisikan sebagai studi tentang aspek aspek manusia dalam lingkungan kerjanya yang ditinjau secara anatomi, fisiologi, psikologi, engineering, manajemen dan desain perancangan.

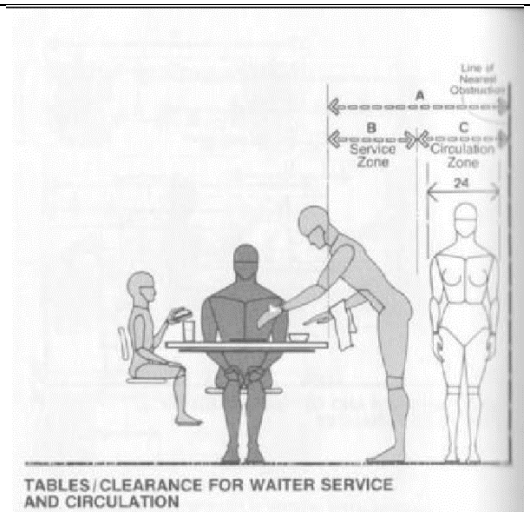
Ergonomi berkenaan pula dengan optimasi, efisiensi, kesehatan, keselamatan dan kenyamanan manusia di tempat kerja, di rumah dan tempat rekreasi. Di dalam ergonomi dibutuhkan studi tentang sistem dimana manusia, fasilitas kerja dan lingkungannya saling berinteraksi dengan tujuan utama yaitu menyesuaikan suasana kerja dengan manusianya (Nurmianto, 2008). Ergonomi merupakan studi tentang aspek-aspek manusia di dalam lingkungan kerja, dimana suatu fasilitas kerja dan lingkungannya saling berinteraksi satu sama lain. Manusia merupakan salah satu faktor utama dalam hal perancangan, karena segala sesuatu yang berkaitan dengan perancangan akan berpusat pada manusia itu sendiri. Salah satu aspek kajian ergonomi yang sangat berkaitan dengan perancangan produk berdasarkan dimensi tumbuh

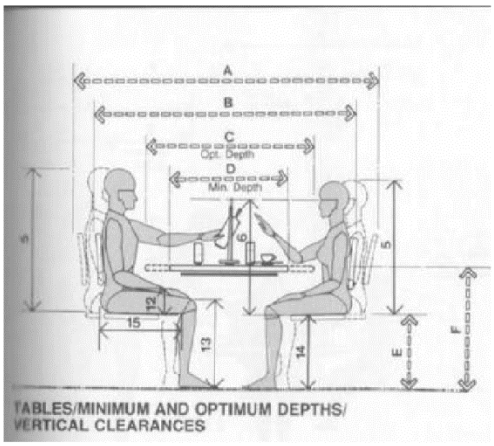
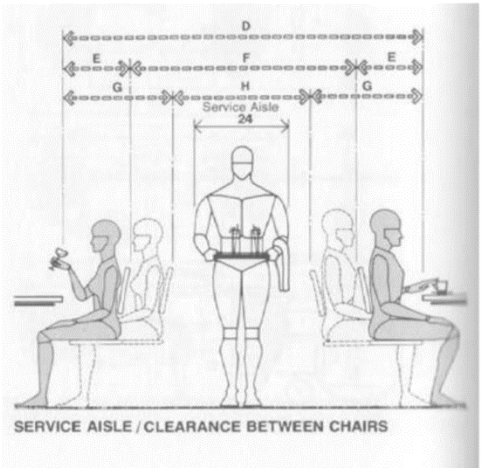
manusia adalah antropometri. Antropometri berisi kumpulan data numerik yang berhubungan dengan karakteristik tubuh manusia (ukuran, bentuk dan kekuatan), dari data tersebut dapat menciptakan. lingkungan kerja yang efisien, nyaman, aman, sehat dan efektif (Nurmianto, 2008).

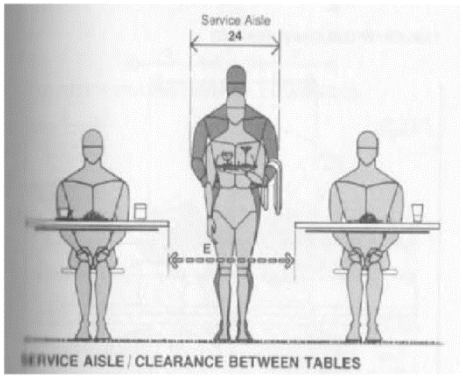
2.6.2 Studi Ergonomi Area Cafe

Pada Café analisis antropometri adalah untuk menentukan keergonomisan perabot termasuk di dalamnya, meja untuk makan dan kursi, dan juga jarak antar meja makan dan ruang untuk pelayan. Berikut studi ergonomi anthropometri untuk area café berdasarkan buku dari Julius Panero dan Martin Zelnik "Human Dimention & Interior Space" :

Tabel 2.4 Ergonomi Cafe

No	Parameter	Gambar	Ukuran
1	Jarak Meja / jarak bersih untuk pelayanan Pramusaji dan Sirkulasi	 TABLES/CLEARANCE FOR WAITER SERVICE AND CIRCULATION	• Jarak meja dengan garis penghalang terdekat 121,9 cm. • Jarak zona pelayanan 45,7 cm. • Jarak zona sirkulasi 76,2 cm.

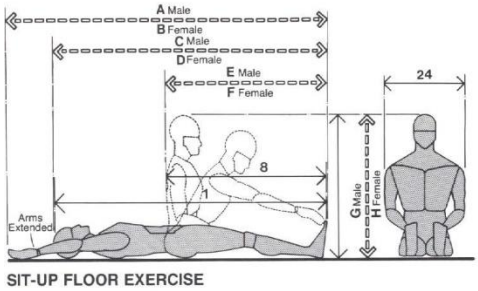
2	Ukuran maksimal dan minimal Meja, Kedalaman, Jarak Bersih Vertikal.	 TABLES/MINIMUM AND OPTIMUM DEPTHS/ VERTICAL CLEARANCES	• Ukuran Meja minimal 76,2 cm dan maksimal 101,6 cm. • Ukuran ketinggian maksimal Meja 76,2 cm. • Ukuran Ketinggian Kursi maksimal 43,2 cm. • Jarak bersih vertikal minimal 167,6 – 198,1 cm. • Jarak bersih vertikal maksimal 193,0 – 223,5 cm.
3	Jarak Pelayanan / Jarak Bersih antar Kursi	 SERVICE AISLE / CLEARANCE BETWEEN CHAIRS	• Jalur Pelayanan antar kursi 61 cm. • Jarak antar Kursi pada saat sedang bersantai / tidak mendekat ke meja 91,4 cm. • Jarak antar kursi pada saat melakukan aktifitas / makan dan minum 152,4 cm. • Jarak bersih keseluruhan meja 243,8 – 274,3 cm.

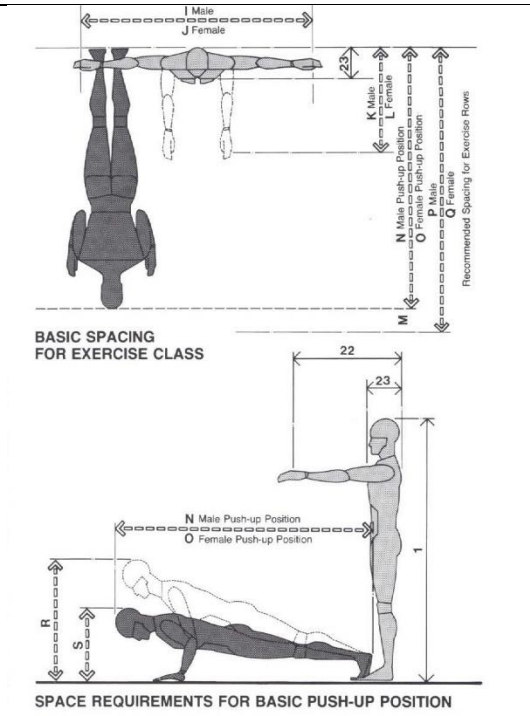
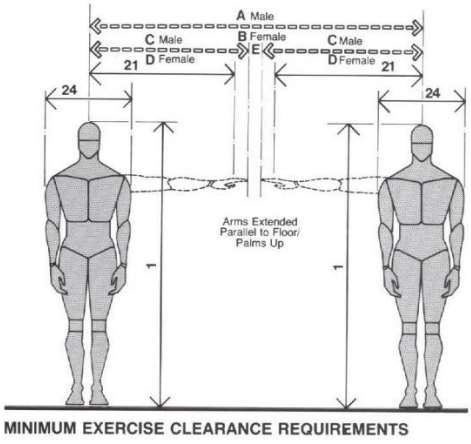
4	Jarak Pelayanan / Jarak Bersih antar Meja		• Jalur pelayanan antar meja 61 cm. • Jarak bersih antar meja 91,4 cm.

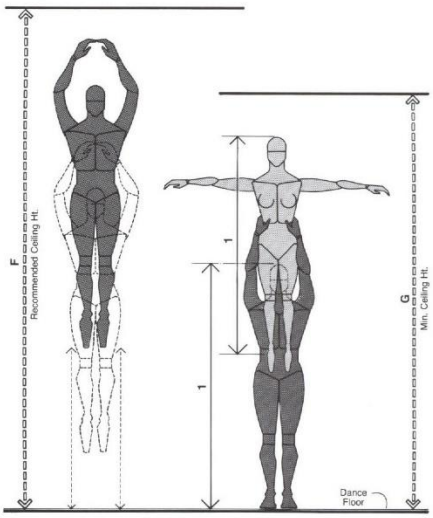
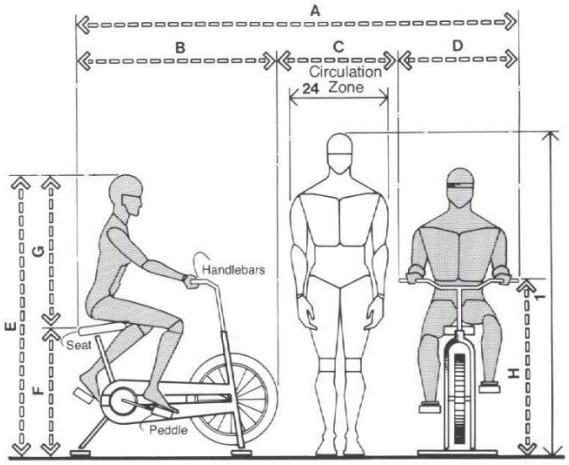
2.6.3 Studi Ergonomi Area Olahraga

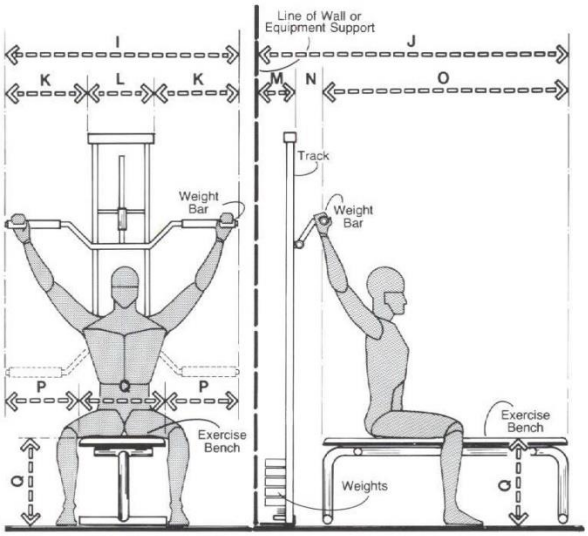
Pada Area Olahraga analisis antropometri adalah untuk menentukan keergonomisan peralatan termasuk di dalamnya, dan standar area yang dibutuhkan untuk manusia yang berolahraga. Berikut studi ergonomi anthropometri untuk area café berdasarkan buku dari (Panero & Zelnik, 1979)”:

Tabel 2.5 Ergonomi Area Olahraga

No	Parameter	Gambar	Ukuran
1	Kebutuhan area lantai untuk gerakan sit up		• Panjang lantai minimal untuk posisi sit up adalah 203.2-232.4 cm

2	Area standar untuk kebutuhan gerakan olahraga dan push up		• Panjang area jangkauan untuk pemanasan tangan 147.3-172.7 cm • Panjang lantai minimal untuk push up adalah 160-185.4 cm
3	Area minimal jarak antara 2 orang yang berolahraga		• Jarak minimal untuk 2 orang yang berolahraga adalah 165.1-203.2cm

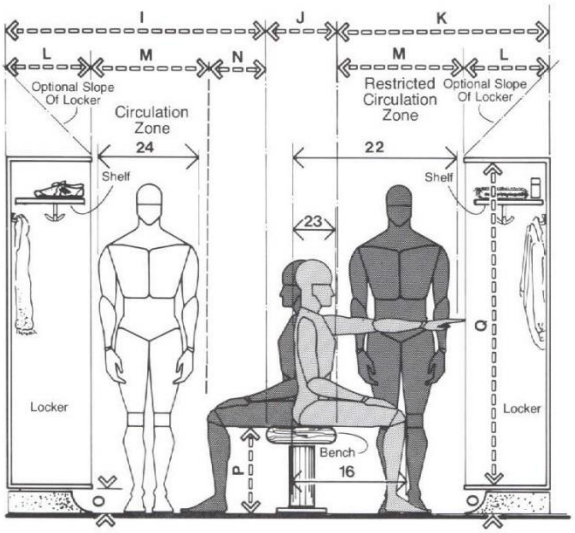
4	Tinggi minimal ruangan untuk berolahraga	 DANCE AND EXERCISE PRACTICE ROOMS/ CEILING HEIGHT REQUIREMENTS	• Tinggi minimal untuk ruangan berolahraga adalah 304.8cm
5	Area sirkulasi untuk olahraga sepeda statis	 EXERCISE BICYCLE	• Diperlukan 76.2cm sebagai area sirkulasi • Diperlukan 45.7-66cm untuk lebar area orang bersepeda statis • Diperlukan 88.9-121.9cm untuk panjang area orang menggunakan sepeda statis

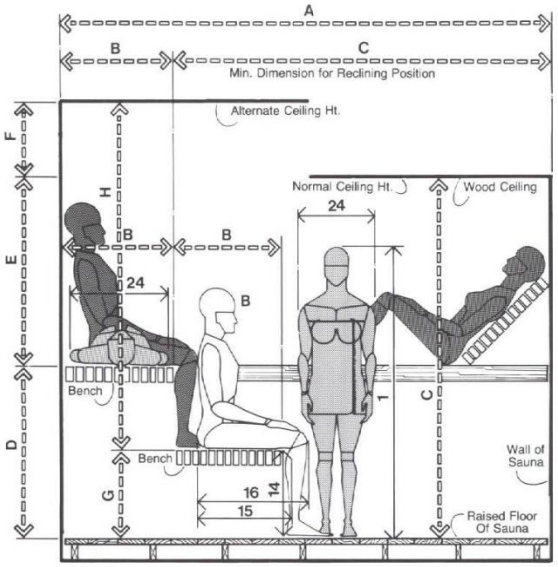
6	Area yang diperlukan untuk penggunaan alat olahraga pull down	 WALL-MOUNTED LATISSIMUS POWER LIFT UNIT	• Luas area yang diperlukan adalah 121x193cm

2.6.4 Studi Ergonomi Area Loker dan Sauna

Pada Area loker dan sauna analisis antropometri adalah untuk menentukan area minimal yang dibutuhkan pada loker dan sauna agar sirkulasi ruangan terasa nyaman. Berikut studi ergonomi anthropometri untuk area café berdasarkan buku dari (Panero & Zelnik, 1979):

Tabel 2.6 Ergonomi Area Loker dan Sauna

No	Parameter	Gambar	Ukuran
1	Ukuran minimal untuk tinggi dan kedalaman loker serta standar sirkulasi untuk loker	 LOCKER ROOM	• Area sirkulasi minimal 76.2cm • Jarak antara loker dengan kursi 116.8cm • Kedalaman loker 45.7cm • Lebar kursi 38.1

2	Ukuran minimal pada ruang sauna serta standar sirkulasi	 SECTION THROUGH SAUNA ROOM	• Lebar minimal ruang sauna dari dinding ke dinding 274.3cm • Kedalaman minimal tempat duduk 61cm • Tinggi minimal tempat duduk 45.7-50.8cm

2.7 Studi Eksisting

2.7.1 Hawa Gym

Berdiri sejak 1 Agustus 2001 Hawa Gym Indonesia terus tumbuh dan berkembang menjadi brand jasa kebugaran terbesar dan terdepan di wilayah Bali dan Nusa Tenggara. Hawa Gym sendiri merupakan unit bisnis dari Master Group Indonesia dibawah Holding PT. Semangat Pagi Indonesia yang berkantor pusat di Jl. Tukad Pakerisan No. 77A Denpasar, Bali. Hawa Gym memiliki konsep baru dimana semua peralatan fitnes yang disediakan didesain khusus untuk wanita serta penggunaannya disesuaikan dengan bentuk tubuh wanita. Hal ini dilakukan untuk menjawab permasalahan yang sering terjadi pada kebanyakan wanita yang mengalami kesulitan menggunakan alat-alat fitness regular. Tentu saja hal ini didukung penuh oleh staf dan teknisi yang handal, instruktur yang berpengalaman, serta pelayanan customer servis yang ramah dan bersahabat demi kenyamanan pelanggan (Hawa Gym, 2017).

2.7.2 Deskripsi Hawa Gym

A. Corporate Identity

- Nama : Hawa Gym
- Tanggal Didirikan : 1 Agustus 2001
- Disahkan Oleh : Pemerintah Kota Denpasar
- Pemilik : PT Semangat Pagi
- Jumlah Pegawai : 15 orang
- Luas Tanah : 5000 m2
- Luas Bangunan : 800 m2
- Jam Operasional : 09.00 – 21.00 wita.

B. Lokasi Hawa Gym

- Alamat : Jl. Tukad Pakerisan No.77, Panjer, Denpasar.
- Telepon : 0831-1993-3911

C. Berbatasan Dengan

Gambar 2.21 Lokasi Lahan
Sumber : www.google.com

Rencana lokasi pusat kebugaran adalah di Jalan Arief Rachman Hakim tepatnya di samping apartemen Cosmopolis. Area dipilih karena lokasinya yang dekat dengan areal pemukiman seperti Galaxy Bumi Permai, Apartemen Puncak Kertajaya, Apartemen Cosmopolis serta dekat dengan Institut Teknologi Sepuluh Nopember (ITS). Dengan padatnya penduduk di area Jalan Arief Rachman Hakim, sebuah pusat kebugaran wanita dirasa akan bermanfaat, terutama ketika beberapa busat kebugaran yang tersedia di area Jalan Arief Rachman Hakim masih didominasi anggota pria sebagai penggunanya.

- Utara : Berbatasan dengan lahan kosong
- Selatan : Berbatasan dengan Perumahan Galaxy Bumi Permai.
- Timur : Berbatasan dengan apartemen Cosmopolis.
- Barat : Berbatasan dengan Sekolah Dasar.

D. Corporate Image

Gambar 2.22 Logo Hawa Gym
Sumber : www.google.com

Meskipun tidak memiliki makna filosofis bagi masing masing warna yang membentuk logo Hawa Gym, menurut sumber dari PT Semangat Pagi warna-warna di atas dipilih setelah menunjukkan beberapa alternatif desain logo dengan warna yang berbeda kepada anggota Hawa Gym, anggota merasa

warna di atas sebagai warna yang tepat untuk merepresentasikan brand Hawa Gym sebagai pusat kebugaran khusus wanita.

2.7.3 Visi dan Misi

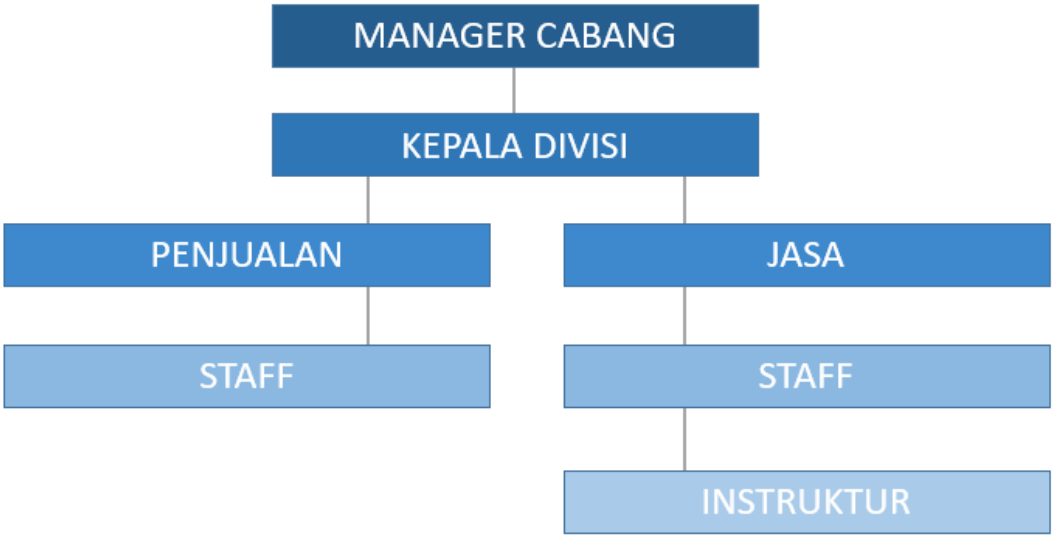
A. Visi

- Menjadikan ikon pusat kebugaran wanita terbesar dan terdepan untuk mewujudkan Indonesia sehat

B. Misi

- Memberikan edukasi kepada masyarakat akan pentingnya hidup sehat dengan olah raga secara rutin dan benar.
- Memberikan layanan terbaik kepada member secara professional.
- Memberikan manfaat kepada lingkungan sekitar dan stakeholder
- Mensosialisasikan secara aktif “Program Hidup Sehat” melalui media cetak, media elektronik, dan media

2.7.4 Struktur Organisasi



Gambar 2.23 Struktur Organisasi
Sumber : Dokumentasi Penulis

2.7.5 Fasilitas Hawa Gym

A. Entrance dan Kasir

Gambar 2.24 Entrance
Sumber : Dokumentasi Penulis

Sebelum memasuki area berolahraga, pengunjung melewati entrance yang terdapat reception sekaligus kasir. Entrance dan reception didesain secara sederhana dengan warna dinding yang menggunakan warna dari logo Hawa Gym.

Gambar 2.25 Entrance
Sumber : Dokumentasi Penulis

Meja reception dilengkapi dengan kursi duduk bagi staff dan pengunjung serta komputer yang digunakan untuk mendata pengunjung yang datang ataupun pengunjung yang ingin mendaftarkan diri sebagai anggota baru. Dibelakang meja reception terdapat partisi gypsum yang memisahkan antara area entrance dengan area utama untuk berolahraga. Karena Hawa Gym

merupakan pusat kebugaran khusus wanita, seluruh staff yang dipekerjakan adalah wanita dan pada entrance dipastikan orang yang lewat secara visual tidak dapat melihat kegiatan olahraga yang sedang berlangsung.

B. Area Aerobik dan Kardio

Gambar 2.26 Area Olahraga
Sumber : Dokumentasi Penulis

Area aerobik dan kardio menjadi area utama untuk berolahraga didalam Hawa Gym dikarenakan kebanyakan wanita lebih tertarik pada aerobik dan kardio dibandingkan jenis olahraga yang lain. Area aerobik dan kardio ditata dengan membariskan alat kardio seperti sepeda statis di pinggir ruangan sedangkan area tengah digunakan untuk aerobik. Pada area aerobik dan kardio terdapat cermin yang digunakan untuk memperhatikan postur saat berolahraga serta lantai ditutupi oleh kapet agar suara keras dari musik aerobik dapat diredam.

Gambar 2.27 Area Olahraga
Sumber : Dokumentasi Penulis

Selain peralatan kardio seperti sepeda statis, beberapa peralatan pemanasan diletakkan di sekitar area aerobik dan kardio untuk digunakan anggota yang ingin pemanasan sebelum olahraga. Penerangan ruangan pada siang hari bergantung pada pencahayaan natural yang masuk melewati jendela yang tersebar di sekitar ruangan. Meskipun banyak pusat kebugaran yang menggunakan pendingin ruangan, Hawa Gym tidak menggunakan pendingin untuk memaksimalkan panas tubuh saat berolahraga.

C. Area Angkat Beban dan Loker

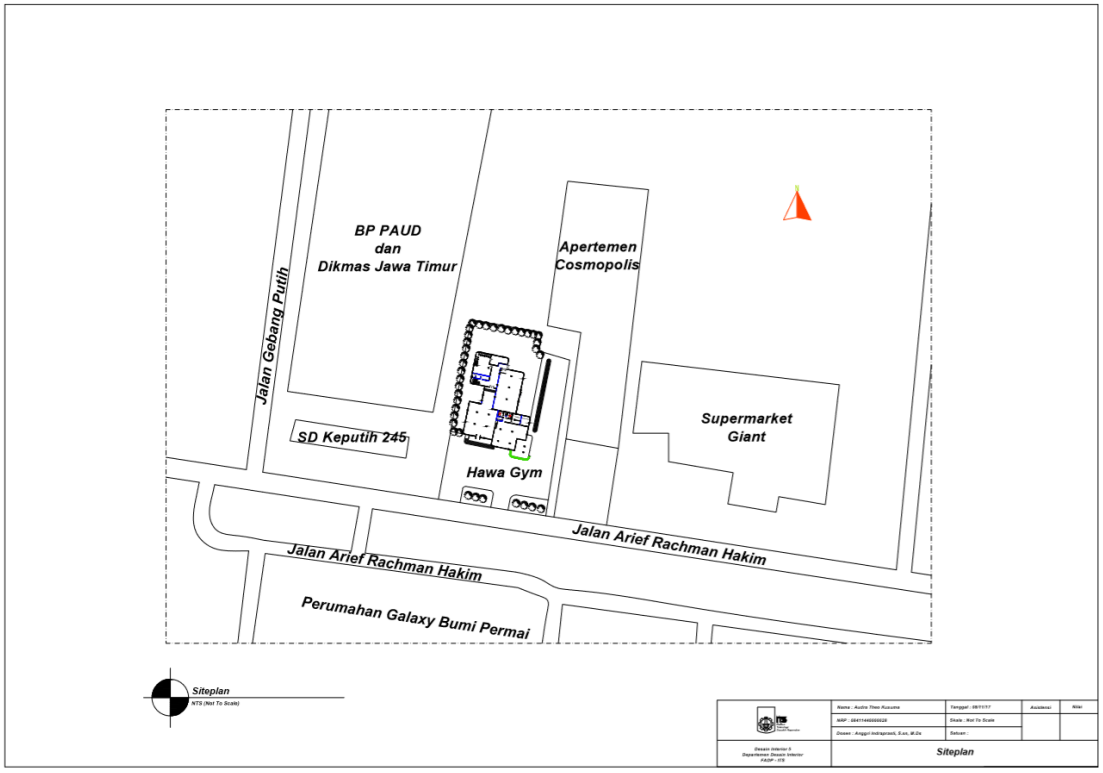
Gambar 2.28 Area Olahraga
Sumber : Dokumentasi Penulis

Pada area angkat beban, peralatan mengangkat beban ditata dan diarahkan agar berhadapan dengan cermin sehingga ketika berolahraga pengguna dapat memperhatikan postur pada cermin karena postur yang benar sangat penting untuk keamanan dan untuk menghindari cidera. Fasilitas yang disediakan Hawa Gym adalah *machine weight* atau angkat beban yang dibantu mesin dan Hawa Gym tidak menyediakan *free weight* atau beban bebas karena kebanyakan anggota Hawa Gym kurang tertarik atau kurang pengalaman dalam menggunakan *free weight.*

Loker yang disediakan Hawa Gym merupakan loker kecil yang bermanfaat untuk menyimpan benda benda seperti dompet, jam dan benda kecil lain nya. Jika memerlukan loker ukuran besar, pengunjung harus meminta kepada reception agar diberikan kunci loker yang berukuran besar tetapi

jumlah loker yang berukuran besar terbatas. Loker diletakkan diluar kamar mandi karena ukuran kamar mandi yang kecil.

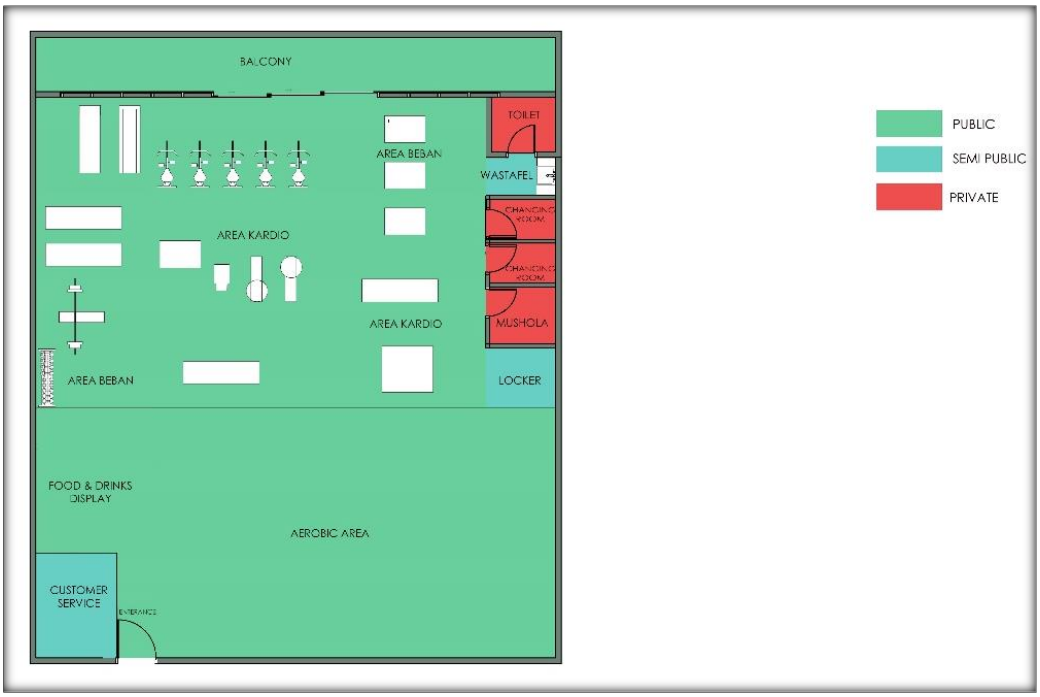
2.7.6 Site Plan Hawa Gym



Gambar 2.29 Siteplan
Sumber : Dokumentasi Penulis

2.7.7 Analisa Denah Eksisting

A. Denah Eksisting Hawa Gym Batubulan



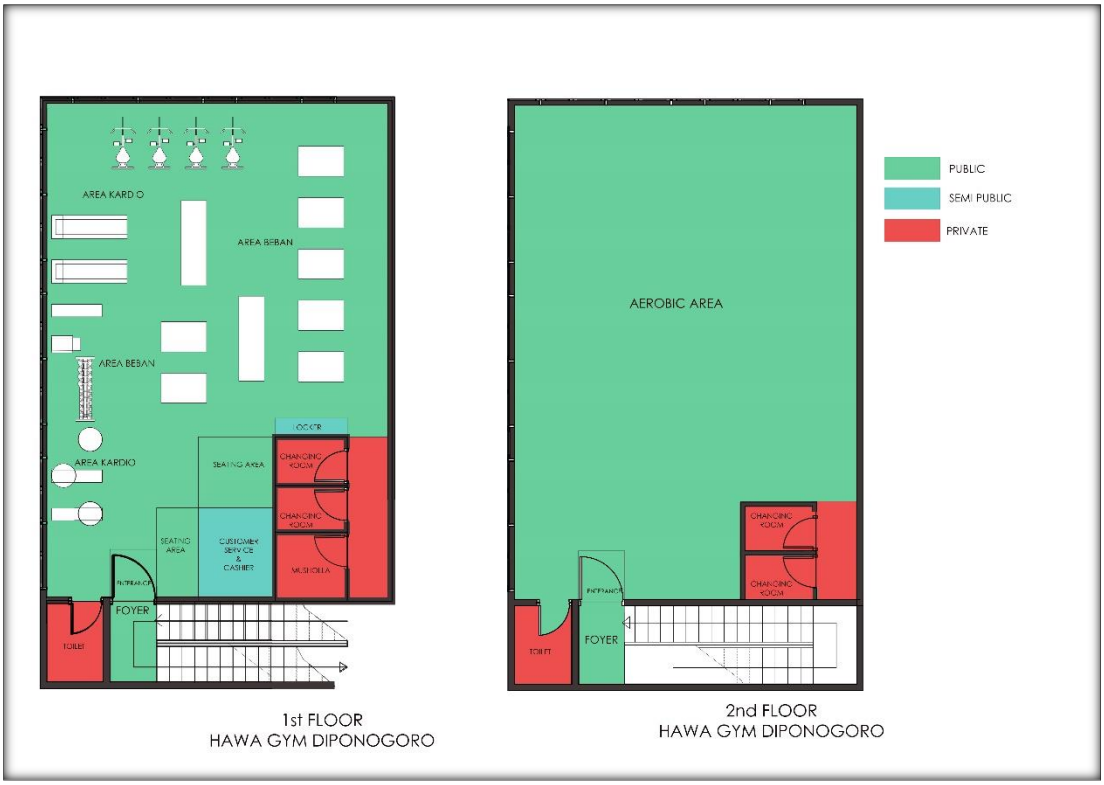
Gambar 2.30 Zonasi Hawa Gym Batubulan
Sumber : Dokumentasi Penulis

Hawa Gym Batubulan terletak di Jl. Pasekan, Batubulan, Gianyar – Bali. Hawa Gym ini berlokasi di lantai 2 sebuah supermarket dan memiliki area olahraga grup paling luas diantara Hawa Gym lainnya. Hawa Gym Batubulan dapat menampung lebih dari 50 orang dalam sebuah kelas Aerobik atau Zumba grup.

Hal yang terlihat baik dari pemetaan zonasi Hawa Gym Batubulan yaitu area semi public dan private sudah dikelompokkan di satu sisi ruangan sehingga pengguna ruangan dengan mudah mengakses area private. Selain itu area olahraga grup terletak diluar alur sirkulasi sehingga tidak akan mengganggu pengguna gym yang sedang berjalan.

Namun area olahraga grup yang tidak memiliki pemisah dari area olahraga yang lain berpotensi menyebabkan anggota diluar olahraga grup terganggu dikarenakan suara bising yang dihasilkan oleh olahraga grup. Selain itu gym tidak menyediakan area duduk untuk beristirahat sehingga banyak anggota gym yang duduk di lantai setelah berolahraga. Area ganti dan toilet yang disediakan juga terlalu kecil sehingga banyak anggota gym yang terpaksa bersiap dan mandi dirumah.

B. Denah Eksisting Hawa Gym Diponogoro



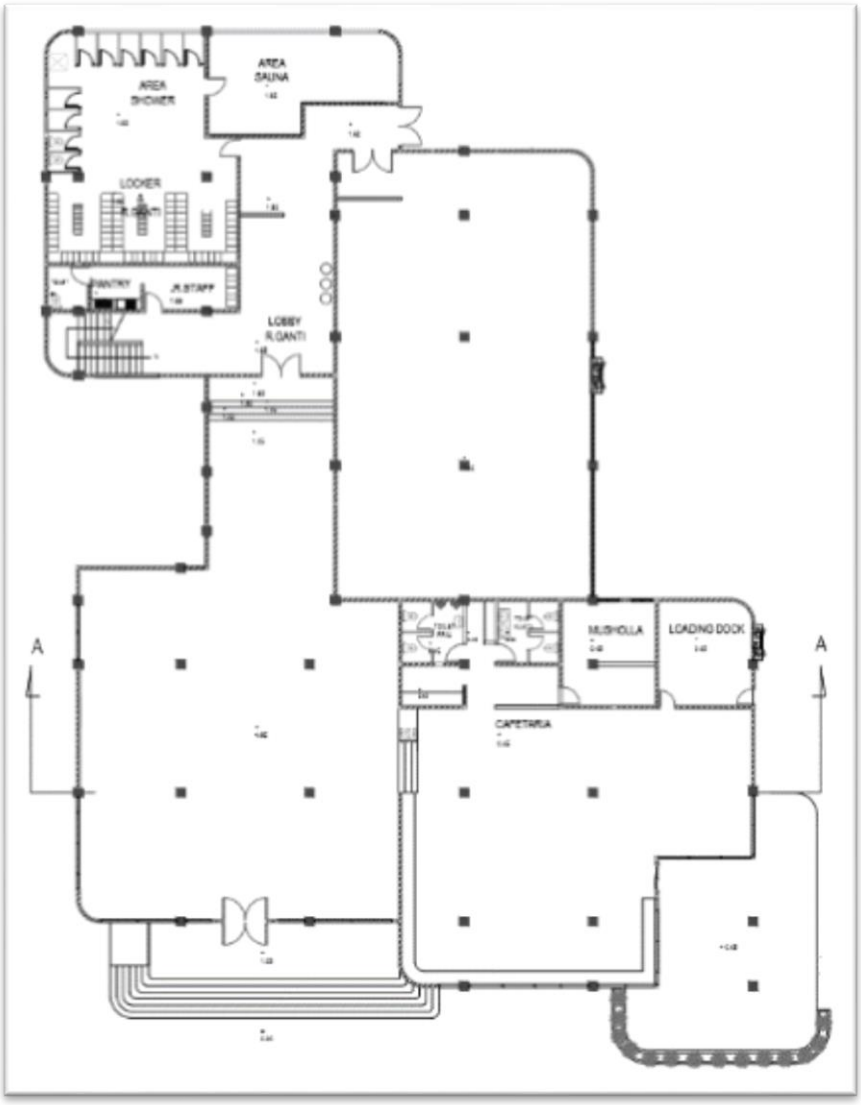
Gambar 2.31 Zonasi Hawa Gym Diponogoro
Sumber : Dokumentasi Penulis

Hawa Gym Diponogoro terletak di Jalan Diponegoro No. 222 Sanglah, Denpasar Barat. Cabang ini merupakan salah satu cabang paling baru yang dibuka oleh Hawa Gym. Pada cabang ini, area olahraga terletak di lantai 2 dan lantai 3 bangunan ruko berlantai 3 dan lantai dasar digunakan sebagai showroom peralatan olahraga.

Secara umum pembagian area sudah lebih baik dari Hawa Gym Batubulan dikarenakan area olahraga grup yang dipisahkan pada lantai 3 dan masing-masing lantai 2 dan 3 memiliki ruang ganti. Lantai 2 dan 3 juga memiliki toilet sehingga anggota gym tidak perlu naik-turun tangga jika ingin menggunakan toilet. Area duduk untuk beristirahat juga disediakan untuk anggota gym yang ingin beristirahat sejenak sesudah berolahraga atau sebelum pulang.

Meskipun memiliki area olahraga yang sudah dibagi dengan baik untuk kenyamanan, mesin olahraga belum dikategorikan sesuai dengan kegunaan sehingga alat olahraga beban dengan kardio masih bercampur. Selain itu ruang ganti masih sangat terbatas mengingat anggota gym yang berolahraga secara bersamaan cukup banyak. Area loker yang disediakan juga masih sangat terbatas sehingga diperlukan penitipan barang di kasir. Signage pada lantai 1 yang memperjelas jalur menuju gym di lantai 2 juga belum maksimal sehingga kecil kemungkinan bagi orang yang bukan anggota gym untuk mengetahui bahwa ada Hawa Gym terletak di lantai 2.

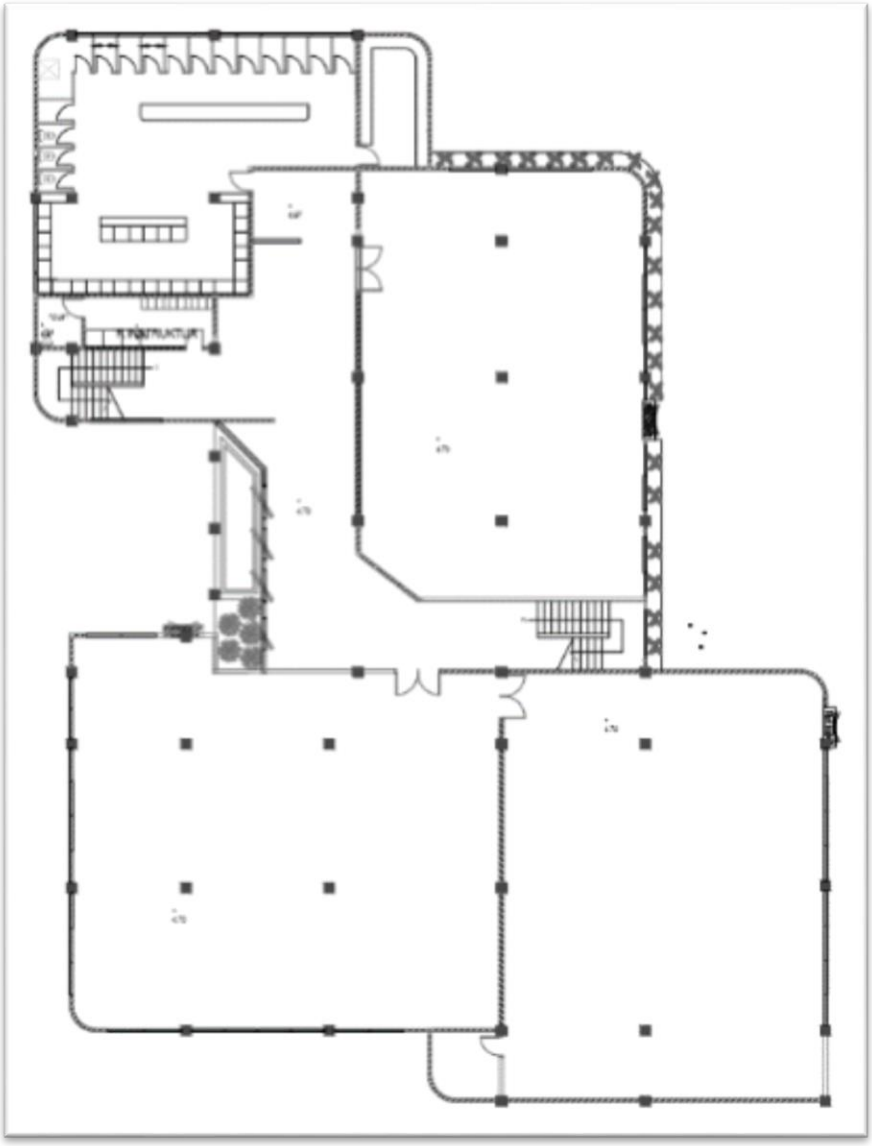
C. Denah Eksisting TA Arsitektur Lantai 1



Gambar 2.32 Denah Eksisting
Sumber : Dokumentasi Penulis

Denah yang menjadi denah eksisting merupakan denah pusat kebugaran wanita yang berasal dari tugas akhir mahasiswa ITS. Pada denah eksisting dapat dilihat bahwa tersedia beberapa ruangan besar yang dapat dimanfaatkan sebagai area olahraga yang terpisah berdasarkan jenis olahraganya. Selain ruang untuk area olahraga, pada denah lantai 1 terdapat area café, ruangan pegawai dan loker serta sauna yang terletak di belakang bangunan.

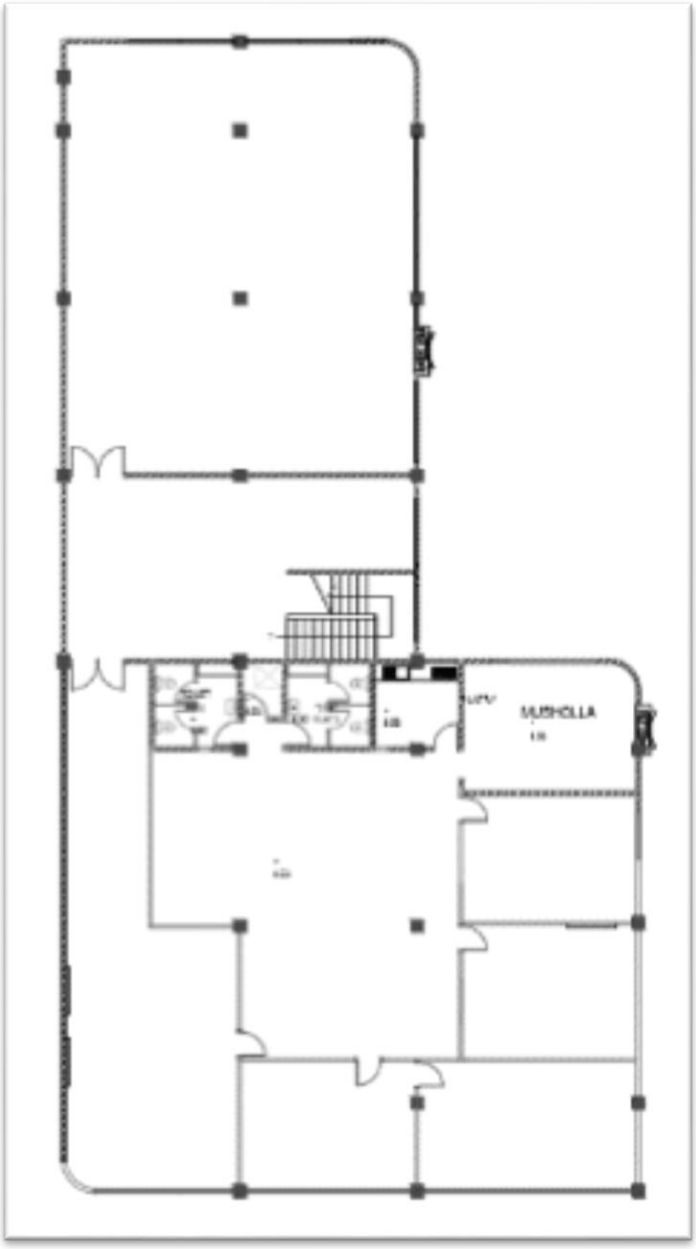
D. Denah Eksisting TA Arsitektur Lantai 2



Gambar 2.33 Denah Eksisting
Sumber : Dokumentasi Penulis

Pada denah lantai 2 terdapat area untuk angkat beban serta area kardio. Denah pada lantai 2 juga memiliki area loker beserta area sauna dengan ukuran area loker yang lebih besar dari area loker lantai 1 karena jumlah pengguna lantai 2 yang berjumlah lebih banyak dari pengguna lantai 1.

E. Denah Eksisting TA Arsitektur Lantai 3



Gambar 2.34 Denah Eksisting
Sumber : Dokumentasi Penulis

Pada denah eksisting lantai 3 terdapat area kantor pengelola yang terpisah dari area olahraga. Selain area pengelola, pada lantai 3 terdapat ruangan yang cukup besar yang dapat digunakan untuk yoga ataupun aerobik

hall, tetapi dikarenakan lantai 3 tidak memiliki area loker dan sauna, sebelum naik ke lantai 3, anggota pusat kebugaran harus menaruh barang berharganya di area loker lantai 2.

2.8 Studi Pembanding

Studi pembanding dilakukan dengan tujuan membandingkan objek dengan beberapa objek lain yang memiliki fasilitas Billiard sebagai fasilitas utama objek tersebut, guna untuk memberikan pedoman serata memberikan ideide kreatif dalam mendesain.

2.8.1 Celebrity Fitness

Celebrity Fitness adalah klub fitness paling popular di Asia Tenggara dan merupakan klub fitness dengan perkembangan yang sangat pesat. Sampai saat ini Celebrity Fitness sudah memiliki 170.000 anggota aktif dan lebih dari 60 klub di Indonesia, Malaysia, Singapura dan India. Celebrity Fitness didirikan oleh John Franklin, Mike Anderson dan J.J Sweeney di tahun 2003 (Celebrity Fitness, 2016).

Celebrity Fitness memiliki filosofi bahwa fitness adalah hal yang menyenangkan dan harus dinikmati. Fitness melibatkan tubuh kita, pikiran dan jiwa kita. Celebrity Fitness berusaha memberi pengalaman fitness terbaik untuk membernya. Dengan desain yang menarik serta kelas yang bervariasi, Celebrity Fitness selalu berusaha menekankan konsep fitness yang menyenangkan dan menarik.

Gambar 2.35 Logo Celebrity Fitness
Sumber : www.google.com

Gambar 2.36 Interior Celebrity Fitness
Sumber : www.google.com

Diatas merupakan foto interior Celebrity Fitness area entrance (kiri) dan area aerobic (kanan). Pada area entrance terlihat pemanfaatan material lantai yang berbeda digunakan untuk membedakan area duduk dan area berjalan. Selain itu penggunaan lampu dekoratif di counter, dan drop ceiling memberi nilai estetis tambahan. Pada area aerobic material lantai yang digunakan adalah semacam vinyl bermotif kayu yang memberi kesan hangat serta tersedia sebuah panggung yang digunakan trainer agar posisi yang lebih tinggi membuat trainer bisa terlihat oleh semua member. Dinding di sekeliling area aerobic menggunakan kaca. Hal ini dapat menjadi sesuatu yang kurang nyaman bagi pengguna aerobic yang tidak ingin dilihat member lain ketika sedang berlatih aerobic.

Gambar 2.37 Interior Celebrity Fitness
Sumber : www.google.com

Diatas merupakan foto interior Celebrity Fitness area kardio yang dipenuhi elliptical dan sepeda. Suasana yang dibentuk pada area kardio terasa lebih sporty dan futuristic dengan penggunaan lampu berwarna biru. Terdapat perbedaan cara penataan alat elliptical dengan sepeda dimana alat elliptical ditata sejajar menghadap satu arah yang biasanya diarahkan ke jendela atau tv sedangkan sepeda diarahkan ke satu titik yang merupakan posisi sepeda trainer. Hal ini disebabkan adanya kelas khusus untuk bersepeda di Celebrity Fitness yang memiliki ruangan sendiri sedangkan mesin elliptical digunakan secara individu.

Gambar 2.38 Interior Celebrity Fitness
Sumber : www.google.com

Diatas merupakan foto interior Celebrity Fitness area angkat beban. Penataan mesin angkat beban tidak terlalu berdekatan sehingga ruangan terasa lebih lega. Material lantai menggunakan foam bertujuan untuk menghindari kerusakan dan suara yang keras ketika pengguna mesin angkat beban meletakkan atau menjatuhkan beban di lantai. Pemasangan cermin bertujuan bagi member untuk melihat apabila postur mereka sudah benar. Celebrtity Fitness melakukan ekplorasi dalam pemasangan cermin yang ditunjukkan dengan bentuk cermin yang didesain menyerupai bentuk mesin angkat beban serta pemasangan lampu di belakang cermin sebagai nilai estetis dan penerangan tambahan.

2.8.2 Araya Family Club Surabaya

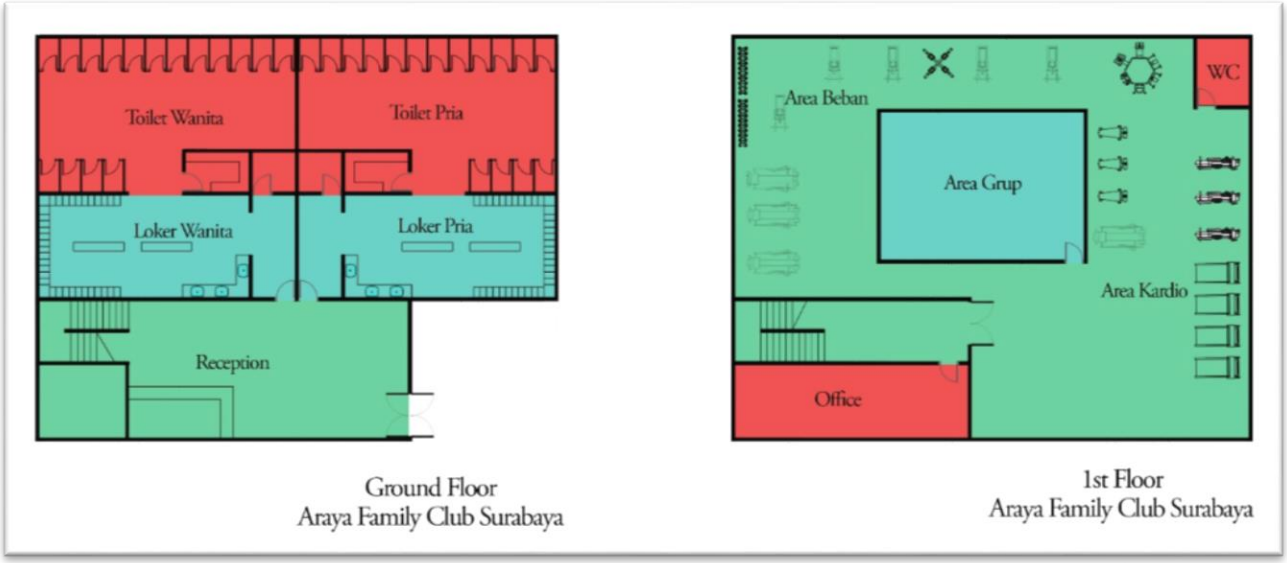
Araya Family Club adalah one stop entertainment and refreshing point di area perumahan Galaxi Bumi Permai yang menyediakan berbagai fasilitas dan sarana kebugaran serta refreshing untuk para pengunjungnya. Kelebihan dan nilai jual utama yang ditawarkan oleh Araya Family Club adalah berbagai fasilitas dan sarana kebugaran dan refreshing, keadaan yang bernuansa alami dan asri, nyaman, bersih, aman bagi keluarga, dan terlebih lagi ditunjang oleh pelayanan yang ramah.

Adapun fasilitas-fasilitas dan area komersial di Araya Family Club antara lain:

- Swimming Pool
- Fitness Center
- Pool Bar
- Multifunction Hall

Gambar 2.39 Logo Araya Family Club
Sumber : www.google.com

Araya Family Club beralamat di JL Siak, Blok B-1 No. 12-A, Komplek Galaxy Bumi Permai, Keputih, Sukolilo. Araya Family Club terdiri dari beberapa bangunan berbeda yang digunakan untuk lobby, aula multifungsi serta klub fitness. Klub fitness Araya Family Club terbuka untuk pria dan wanita kalangan umum dan tidak hanya penghuni perumahan Galaxy Bumi Permai. Klub fitness Araya Family Club memiliki 2 lantai. Berikut pembagian zoning area Klub Fitness Araya Family Club:



Gambar 2.40 Zonasi Araya Family Club
Sumber : Dokumentasi Penulis

Hal baik yang dapat diperhatikan dari zoning area Klub Fitness Araya Family Club Surabaya adalah area loker yang luas bagi pria dan wanita. Masing-masing area loker juga memiliki *utilities closet* untuk menyimpan peralatan *cleaning service.* Selain itu reception terdapat didekat pintu masuk sehingga dapat dijangkau anggota dengan mudah.

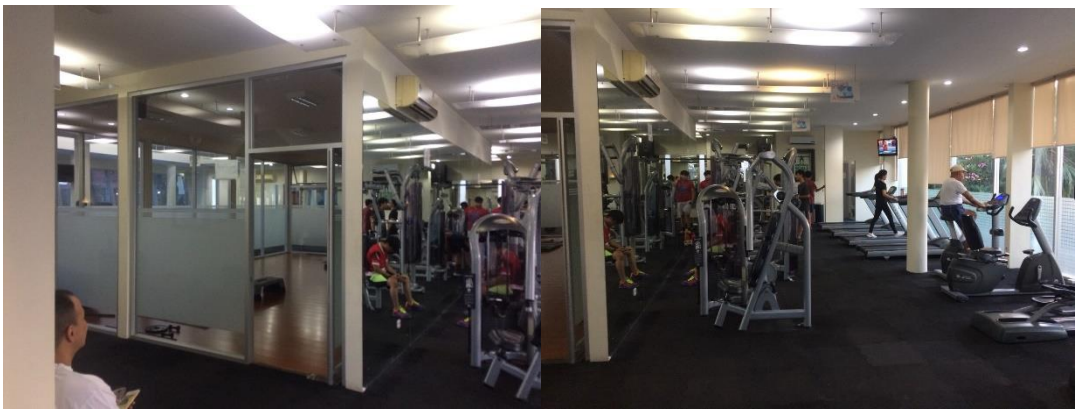
Area olahraga dibagi menjadi 3 area meskipun beberapa alat olahraga masih tercampur pada masing masing area sedangkan area grup terdapat ditengah ruangan yang dibatasi dinding kaca dengan kusen aluminium. Karena anggota klub fitness didominasi anggota pria, area yang lebih diminati para anggota adalah area beban.

Gambar 2.41 Interior Araya Family Club
Sumber : Dokumentasi Penulis

Diatas merupakan foto interior ruang loker Araya Family Club. Meskipun desain dan beberapa material terkesan usang, area loker yang luas memberi kenyamanan pada anggota Family Club. Ruang loker dilengkapi dengan AC untuk menjaga suhu ruangan serta jumlah loker yang cukup banyak sehingga anggota Family Club tidak akan kehabisan loker meskipun suasana Family Club yang ramai. Area mandi dengan area loker dipisah dengan partisi kain sehingga anggota yang memutuskan untuk mandi setelah berolahraga dapat mendapatkan privasi yang lebih baik. Anggota Family Club menggunakan loker sebelum dan setelah berolahraga, sebelum ketika menaruh barang bawaan dikarenakan Family Club memiliki larangan membawa tas pribadi ke area olahraga serta setelah berolahraga untuk mengambil barang bawaan dan mandi atau mengganti pakaian

Gambar 2.42 Interior Araya Family Club
Sumber : Dokumentasi Penulis

Diatas merupakan foto dokumentasi area olahraga Araya Family Club. Seluruh ruangan terasa cukup nyaman dengan penataan alat olahraga yang rapi dan ruang sirkulasi untuk pengguna yang cukup luas. Seluruh lantai area olahraga menggunakan material foam padding atau busa untuk menghindari getaran yang berlebih serta menghindari kerusakan di lantai ketika alat olahraga yang berat dijatuhkan secara sengaja atau tidak sengaja. Pada area olahraga juga terdapat jendela besar sebagai sumber cahaya natural untuk menerangi ruangan yang dilapisi pelapis kaca untuk membatasi pengelihatan orang luar ke dalam. Beberapa *vertical blind* juga dipasang pada jendela kaca untuk membatasi intensitas cahaya yang masuk. Pengaturan suhu ruangan menggunakan ac split yang ditempatkan pada beberapa titik untuk menjaga suhu ruangan agar tetap nyaman ketika digunakan untuk berolahraga. Presentase jumlah alat olahraga beban lebih banyak sehingga anggota Family Club yang meramaikan area olahraga kebanyakan adalah anggota pria.



Gambar 2.43 Interior Araya Family Club
Sumber : Dokumentasi Penulis

Area olahraga memiliki beberapa alat kardio seperti treadmill, sepeda statis dan elliptical yang disusun sepanjang jendela menghadap keluar. Kaca jendela berguna memberi cahaya natural untuk penerangan ruangan tetapi untuk membatasi visibilitas dari luar ruangan sebagian kaca dilapisi lapisan *frosted*. *Vertical blinds* juga digunakan untuk membatasi intensitas cahaya yang masuk.

Area olahraga grup bertempat di ruangan khusus yang terletak ditengah area olahraga Araya Family Club. Sekeliling ruangan dibatasi dengan dinding kaca sehingga ruangan tidak kedap suara dan suara musik dari luar masih dapat terdengar dari dalam. Meskipun ada anggota wanita yang berolahraga, sedikit yang menggunakan area grup karena jumlah anggota wanita yang sedikit dan kebanyakan anggota wanita cenderung lebih sering menggunakan alat kardio yang ditata sepanjang jendela.

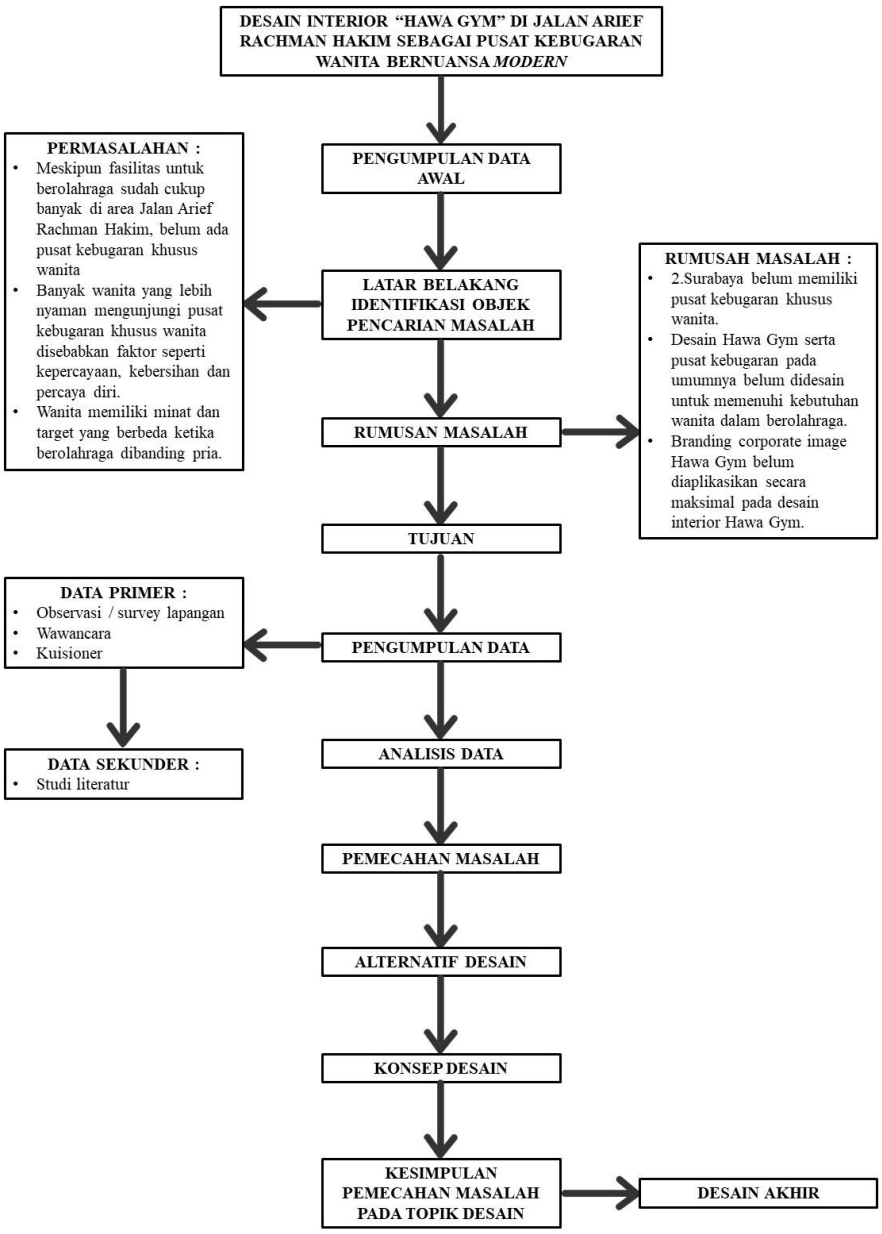
(Halaman ini sengaja dikosongkan)

BAB III
METODOLOGI DESAIN

Penulisan ini adalah jenis Penelitian Karya Desain dan Seni Rupa. Penelitian ini biasanya berwujud tinjauan karya-karya seniman besar legendaris, karya-karya bermasalah, karya-karya sebagai tanda zaman, proses transformasi budaya, karya seni dan desain, karya-karya unik, karya yang mengubah peradaban, dan sebagainya (Anas, 2000, hal.3). Dalam hal penelitian ini, penulis menggunakan metode penelitian Kuantitatif. Menurut Sugiyono, metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu. Teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif / statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2012: 7)

Tujuan utama dari metodologi ini ialah menjelaskan suatu masalah tetapi menghasilkan generalisasi. Generalisasi ialah suatu kenyataan kebenaran yang terjadi dalam suatu realitas tentang suatu masalah yang di perkirakan akan berlaku pada suatu populasi tertentu. Dimana populasi merupakan pengunjung dari Hawa Gym sebagai Pusat Kebugaran Wanita.

3.1 Alur Metodologi Desain



Gambar 3.1 Alur Metodologi Desain
Sumber : Dokumentasi Penulis

3.2 Tahap Pengumpulan Data

Dalam tahap pengumpulan data dapat dibagi menjadi dua bagian antara lain Data Primer dan Data Sekunder. Berikut merupakan data yang dicari :

3.2.1 Data Primer

Data primer merupakan data yang didapat secara langsung di lapangan (pihak bersangkutan) dengan melakukan pengamatan dan dokumentasi data ini dilakukan untuk mengetahui permasalahan, isu, dan kondisi lapangan yang sedang terjadi pada objek yang sedang diteliti.

Tahapan pengumpulan data primer dilakukan melalui beberapa metode pengambilan data sebagai berikut :

a. Observasi

Observasi pada Hawa Gym bertujuan untuk memperoleh data sebagai berikut :

- Karakteristik Perusahaan.
- Bentuk bangunan dan interior bangunan.
- Layout Eksisting.
- Dokumentasi berupa foto.
- Kelebihan dan kekurangan bangunan.
- Kebutuhan fasilitas

b. Wawancara

Wawancara yang dilakukan kepada pengelola atau manajemen Hawa Gym. Wawancara ini dilakukan untuk memperoleh data sebagai berikut :

- Sejarah berdirinya Hawa Gym.
- Layout Eksisting.
- Mengetahui Corporate Identity.
- Fasilitas yang disediakan oleh Hawa Gym.
- Aktivitas pengunjung.
- Harapan dan keinginan untuk kedepannya.

c. Dokumentasi

Dokumentasi yang dilakukan untuk memperoleh informasi dan data sebagai berikut :

- Foto atau gambar keadaan interior,
- Material interior,
- Konstruksi bangunan dan bentukan furniture,
- Serta menjadi bukti dari survei yang dilakukan.

d. Survei (Kuisioner)

Survei berupa kuisioner kepada para pengunjung dan calon pengunjung Hawa Gym untuk mengetahui fasilitas apa yang dibutuhkan dan mendalami konsep Modern Fun pada interior tempat fasilitas publik dan harapan-harapan terkait dengan peningkatan mutu rancangan interior Hawa Gym.

3.2.2 Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang didapatkan dari pihak yang tidak berkaitan langsung dan didapatkan dengan jalan menghimpun data yang ada dan menjadi sumber perolehan data yang akan dianalisis.

Tahapan pengumpulan data sekunder yang dimaksud antarain :

a. Studi Literatur

Studi literatur adalah data sekunder yang didapatkan dari pihak yang tidak berkaitan langsung dan didapatkan dengan jalan menghimpun data yang ada dan kemudian dianalisa untuk mendapatkan sumber perolehan data. Pemerolehan data bisa diperoleh dari jurnal, buku peraturan, internet, koran dan majalah berkenaan dengan :

- Studi antrhopometri berkaitan dengan ukuran fasilitas Pusat Kebugaran.
- Studi mengenai standarisasi kebutuhan ruang pada sebuah Pusat Kebugaran.
- Studi nuansa Modern-Fun.
- Studi mengenai elemen-elemen interior pembentuk ruang.

b. Modul Perusahaan

Modul perusahaan adalah data-data yang diberikan oleh perusahaan berupa file. Data-data tersebut antara lain :

- Siteplan.
- Logo perusahaan.

3.3 Tahap Analisa Data

Metode yang digunakan dalam pengolahan data adalah dengan cara menggunakan metode induktif, yaitu dengan cara mengumpulkan semua data yang ada kemudian dianalisis berdasarkan literature dan kemudian diambil kesimpulannya. Selain itu, analisis data juga dapat menggunakan metode deduktif dan komparatif.

Metode deduktif merupakan metode mengolah dan menganalisa data-data yang bersifat umum, kemudian menganalisa kembali data-data tersebut menjadi bersifat lebih khusus yang sesuai dengan judul perancangan.

Metode komparatif merupakan metode menggabungkan data untuk melakukan perbandingan data-data yang ada. Selanjutnya membentuk data-data tersebut sesuai judul tugas akhir sesuai desain interior. Metode yang digunakan adalah :

1. Mengumpulkan data secara keseluruhan.
2. Memilah berdasarkan tujuan dan kepentingan tugas akhir.
3. Menentukan fasilitas yang akan menjadi obyek rancangan.
4. Membandingkan dan menyesuaikan data terhadap judul tugas akhir.
5. Menentukan data-data yang sesuai dengan proses riset desain interior.

Data yang diperoleh melalui wawancara, studi literature dan observasi akan dikumpulkan dan diolah dengan mengumpulkan data-data yang diperlukan lalu dianalisis untuk dicari suatu kesimpulan akhir atas pemecahan masalah yang ada dan sebagai acuan dalam proses perancangan nantinya. Data kemudian dievaluasi, dikomparasikan dan diterapkan dalam rancangan eksisting yang telah ada. Analisa yang dilakukan adalah sebagai berikut :

a. Analisa Konsumen

Analisa mencakup segmentasi konsumen yang dituju :

1. Variabel demografi konsumen.

2. Kebutuhan konsumen.

b. Analisa Kebutuhan Ruang

Analisa mencakup tentang :

1. Analisa kebutuhan ruang berdasarjan studi aktivitas yang ada di Pusat Kebugaran.

2. Analisa kebutuhan ruang berdasarkan studi aktivias beberapa fasilitas yang ada di Pusat Kebugaran.

3. Analisa hubungan antar ruang.

4. Analisa standard ruangan berdasarkan aktivitasnya.

5. Analisa kebutuhan ruang dengan denah eksisting yang sudah ada.

c. Analisa Material Pembentuk Ruang

1. Dinding.

2. Lantai.

3. Plafon.

d. Analisa Warna

1. Analisa warna-warna yang berdampak pada kenyamanan pengguna Pusat Kebugaran

2. Analisa warna-warna yang berhubungan dengan kenyamanan pengunjung.

e. Analisa Material

Analisa tentang material yang sesuai dengan konsep Modern-Fun yang disesuaikan dengan tema yang lebih masa kini dan natural sehingga tercipta suasana yang mendukung.

f. Analisa Furnitur

Analisa tentang bentukan, warna dan material furniture yang menjadi bagian dari elemen interior.

g. Analisa Ruangan

Analisa tentang ruang per ruang yang akan menjadi sifat ruangan dan urgensi apa yang harus dipecahkan tiap ruangan itu.

(Halaman ini sengaja dikosongkan)

BAB IV
ANALISA DATA

4.1 Data

Dalam sebuah proses desain dibutuhkan data-data yang valid untuk menunjang proses analisa. Analisa yang dimaksudkan adalah dengan mendapatkan data-data baik secara fisik maupun non fisik. Data fisik merupakan data yang didapatkan dari literatur, buku dan jurnal. Sedangkan data non fisik didapat dari hasil observasi pada obyek desain dengan cara survei, kuisioner dan wawancara.

Pada desain interior Hawa Gym, pengumpulan data non fisik dibagi dalam tiga tahapan, yaitu melakukan observasi langsung terhadap kondisi obyek desain, penyebaran kuisioner melalui online kepada wanita pengguna pusat kebugaran, wanita yang tidak menggunakan pusat kebugaran atau jarang berolahraga serta dengan melakukan wawancara dengan bagian marketing Hawa Gym.

4.2 Data Analisa Hasil Observasi Objek

4.2.1 Analisa Ruangan

A. Hawa Gym Batubulan

Tabel 4.1 Analisa Observasi Hawa Gym Batubulan

NO	RUANGAN/AREA	KELEBIHAN	KEKURANGAN
1	Reception dan kasir	• Terletak di dekat tangga tempat anggota naik sehingga langsung bisa dijangkau. • Area yang digunakan sedikit • Sekaligus menjual minuman dan suplemen	• Tidak menunjukkan corporate image • Tidak menyediakan tempat duduk bagi anggota baru untuk mengisi formulir • Tidak memiliki tempat display untuk minuman sehingga terkesan berserakan

2	Area Olahraga Beban dan Kardio 	• Cermin pada dinding dapat digunakan anggota gym untuk memperhatikan postur • Alat berlari dan sepeda terletak didekat jendela sehingga anggota dapat melihat keluar saat berolahraga • Pencahayaan natural yang maksimal saat siang hari karena jendela yang besar	• Mesin masih bercampur dan belum ada sirkulasi yg jelas • Pencahayaan dan penghawaan seadanya sehingga ruangan terasa lumayan pengap • Material lantai yang tidak menyerap benturan • Corporate image kurang terlihat dari desain ruangan
3	Kamar Mandi dan Ruang Ganti	• Ruang ganti memiliki dinding yang tinggi • Terletak disamping toilet • Mudah dijangkau	• Ukuran terlalu kecil • Kurang pencahayaan • Jumlah yang kurang memadai untuk anggota gym • Signage yang menunjukkan posisi toilet

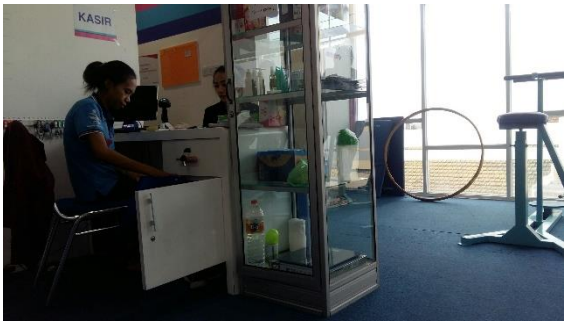
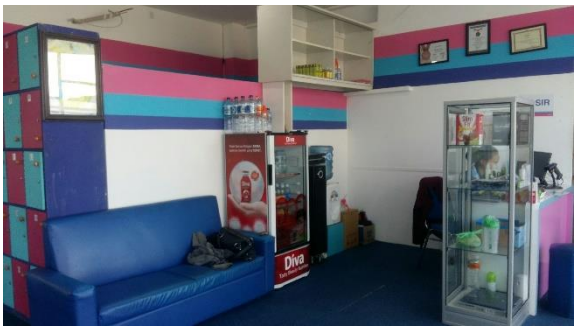
	 		dan ruang ganti kurang jelas
4	LOKER 	• Dilengkapi kunci sehingga barang barang aman • Ukuran yang minimalis dan menghemat temoat	• Jumlah yang sedikit • Ukuran yang tidak bervariasi menyebabkan pengguna tidak bisa menyimpan barang besar • Penempatan di ujung ruangan sehingga harus berjalan cukup jauh

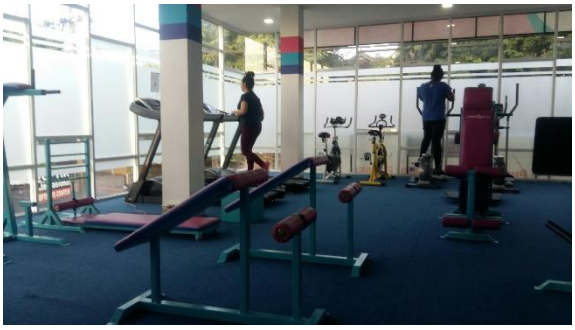
Hawa Gym Batubulan merupakan sebuah cabang dari Hawa Gym yang berlokasi di jalan raya Batubulan. Meskipun menjadi bagian dari Hawa Gym yang merupakan pusat kebugaran khusus wanita, gym ini belum didesain untuk secara

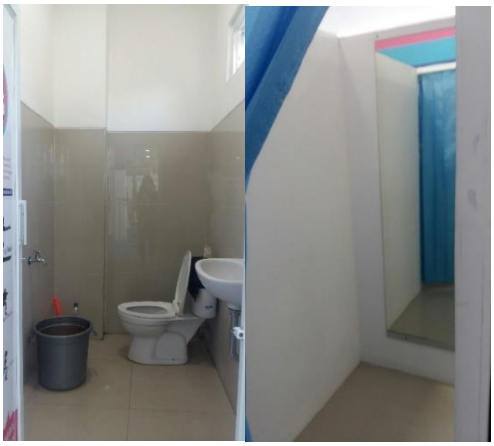
khusus memenuhi kebutuhan wanita dalam berolahraga melainkan didesain seperti gym lain pada umumnya. Layout dan zonasi belum didesain secara maksimal sehingga kenyamanan pengguna dalam berolahraga dapat terganggu. Selain itu branding Hawa Gym belum terlihat jelas dari elemen interior maupun elemen desain pada Hawa Gym Batubulan.

B. Hawa Gym Diponogoro

Tabel 4.2 Analisa Observasi Hawa Gym Batubulan

NO	RUANGAN/AREA	KELEBIHAN	KEKURANGAN
1	Reception dan kasir  	• Terletak di dekat tangga tempat anggota naik sehingga langsung bisa dijangkau. • Terdapat tempat duduk bagi calon anggota atau pengunjung yang ingin berkonsultasi • Sekaligus menjual minuman dan suplemen	• Tidak menunjukkan corporate image • Signage yang kurang jelas • Terlalu berdekatan dengan area duduk dan area olahraga

2	Area Olahraga Beban dan Kardio  	• Cermin pada dinding dapat digunakan anggota gym untuk memperhatikan postur • Alat berlari dan sepeda terletak didekat jendela sehingga anggota dapat melihat keluar saat berolahraga • Pencahayaan natural yang maksimal saat siang hari karena jendela yang besar • Kaca dilengkapi dengan lapisan film sehingga orang luar tidak dapat melihat kedalam	• Mesin masih bercampur dan belum ada sirkulasi yg jelas • Pencahayaan yang tidak mendukung intensitas olahraga • Tidak ada media hiburan dalam bentuk audio visual yang dapat dinikmati saat berolahraga

3	Area Olahraga Grup 	• Cermin sepanjang ruangan • Terletak di lantai tersendiri • Mudah dijangkau • Banyak mendapat cahaya natural	• Ruangan tidak dilengkapi elemen peredam suara • Kurang pencahayaan yang mendukung intensitas • Tidak ada area duduk atau istirahat • Sound system tidak di instalasi dengan baik
4	Toilet dan Ruang Ganti 	• Terdapat di masing masing lantai • Ukuran yang minimalis dan menghemat tempat	• Toilet tidak diperuntukkan untuk mandi • Ruang ganti tidak menggunakan pintu • Partisi ruang ganti yang rendah

Hawa Gym Diponogoro memiliki ruang yang berbeda untuk olahraga grup dengan olahraga beban dan kardio. Tetapi layout dan zonasi gym belum di maksimalkan sehingga peralatan olahraga yang jenisnya berbeda masih tercampur di satu area. Area juga tidak dilengkapi solusi akustik untuk meredam frekuensi suara dan getaran yang dihasilkan ketika berolahraga. Penggunaan warna Hawa Gym pada dinding juga terkesan belum maksimal dan terlalu mencolok serta belum terintegrasi dengan keseluruhan ruangan.

4.2.2 Analisa Kebutuhan Ruang Pengunjung

Tabel 4.3 Kebutuhan Ruang

No	Ruangan	Aktivitas	Waktu	Fasilitas Ruang (cm)	Rasio Sirkulasi	Luas (m²)	Ket
1	Reception	Menerima tamu, administrasi, pendaftaran member baru	09.00-21.00	-1 Meja Resepsionis (60x250) -2 Kursi (45x48)	1:2	4	
2	Area Tunggu	Menunggu	09.00-21.00	-20 Kursi (45x48) -5 Meja Tunggu (120)	1:3	13.2	
3	Area Café Sehat	Makan dan minum, Mengobrol	09.00-21.00	-32 Kursi (45x48) -8 Meja Makan (140x120)	1:3	60	
4	Dapur	Memasak dan menyiapkan makanan dan minuman	09.00-21.00	-Kitchen counter (60x200)	1:2	2.4	
5	Toilet	Buang air	09.00-21.00	- 2 Kloset (80 x 50) - 2 Wastafel (45 x 45) - Tempat Wudhu (123 x 50)	1:2	2.4	
6	Mushola	Shalat	09.00-21.00	- 2 Rak Penyimpanan (50x50) - 5 Sajadah (60x120)	1:2	8.2	
7	Gudang	Menyimpan barang dan peralatan	09.00-21.00	- 1 Rak Penyimpanan (100x60)	1:2	1.2	

8	Area Kardio	Menggunakan treadmill, elliptical, spin bike	09.00-21.00	- 10 Spin Bike (180x75) - 8 Treadmill (95X233) - 5 Elliptical (55X140) - 3 Sofa Panjang (200X60)	1:3	115.5	
9	Ruang Staff	Menaruh barang barang, makan siang	09.00-21.00	- Loker (180X50) - Pantry (280X50)	1:2	3	
10	Ruang Ganti & Shower	Mandi, menaruh barang di loker, ganti pakaian, berias	09.00-21.00	- 10 Shower (100X150) - 8 Loker (200X50) - 5 Wastafel (45 x 45) - Cermin - 5 Kloset (80 x 50) - 3 Bench (140X40)	1:3	83	
11	Ruang Sauna	Sauna	09.00-21.00	Tempat duduk	1:2	15.4	
12	Area Free Weights	Mengangkat beban	09.00-21.00	4 Cruch bench (130x60) 4 Bench Press (150x60) 2 Weight Rack (100x100) 4 Barbell rack (100x30)	1:3	30	
13	Area Yoga	Yoga	09.00-21.00	Rak penyimpanan barang	1:2	60.3	
14	Ruang Kepala Divisi	- Datang dan Absen - Menganalisa laporan tiap divisi - Mengawasi kinerja tiap divisi	09.00-21.00	- Meja Kerja (150x80x70) 1x150x80= 1,2 m2	1:2	8.66	

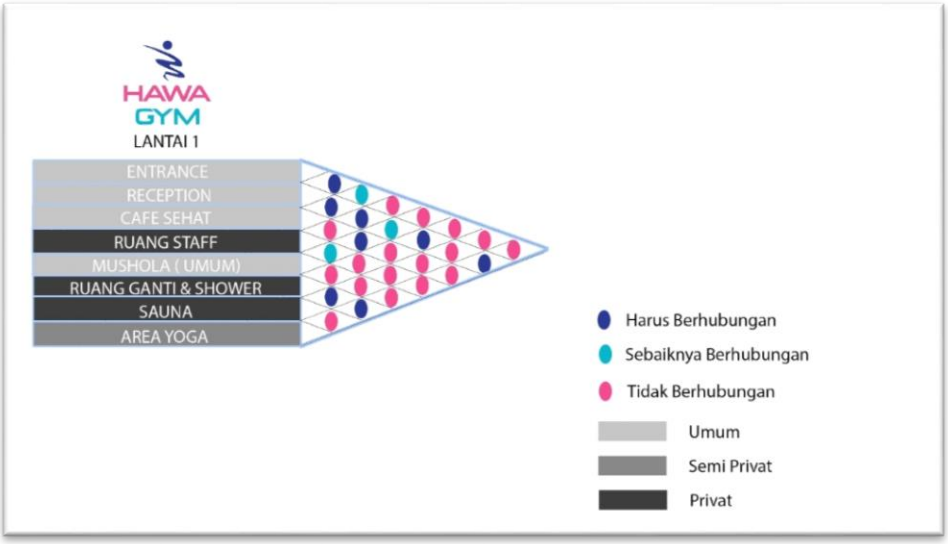
		- Menerima tamu - Merencanakan program kerja		- Kursi Kerja (70x64x120) 1x70x64= 0,45 m2 - Kursi Hadap (45x45x100) 5x45x45= 1 m2 - Storage (240x50x180) 1x240x50= 1,2 m2 - Ambalan (120x40x5) 1x120x40= 0,48 m2			
15	Ruang Manager	- Datang dan Absen - Menganalisa laporan - Mengawasi kinerja staff - Menerima tamu - Merencanakan program kerja	09.00-21.00	- Meja Kerja Manager (150x80x70) 1x150x80= 1,2 m2 - Kursi Kerja Manager (70x64x120) 1x70x64= 0,45 m2 - Kursi Hadap (45x45x100) 5x45x45= 1 m2 - Sofa 3 Seat (220x88x45) 1x220x88= 1,9 m2 - Storage (240x50x180) 1x240x50= 1,2 m2 - Ambalan (120x40x5) 1x120x40= 0,48 m2	1:2	6.23	
16	Ruang Supervisor	- Datang dan Absen - Menganalisa laporan - Mengawasi kinerja staff	09.00-21.00	- Meja Kerja (150x80x70) 1x150x80= 1,2 m2 - Kursi Kerja (70x64x120) 1x70x64= 0,45 m2	1:2	4.5	

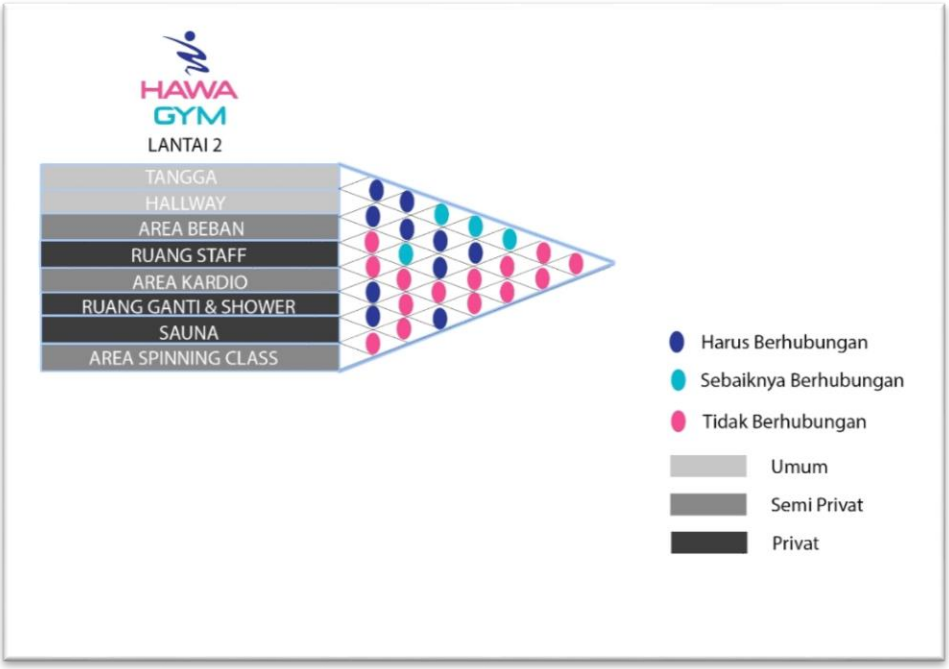
				- Storage (240x50x180) 1x240x50= 1,2 m2			
17	Ruang Kepala Departemen		09.00-21.00	- Meja Kerja (150x80x70) 1x150x80= 1,2 m2 - Kursi Kerja (70x64x120) 1x70x64= 0,45 m2 - Kursi Hadap (45x45x100) 5x45x45= 1 m2 - Storage (240x50x180) 1x240x50= 1,2 m2 - Ambalan (120x40x5) 1x120x40= 0,48 m2	1:2	8.6	
18	Ruang Rapat		09.00-21.00	- 1 Meja rapat (300x160x70) - 10 Kursi (48x48x48) - TV LED 60 inch - 2 `Speaker - Storage (240x40x180)	1:2	16.2	

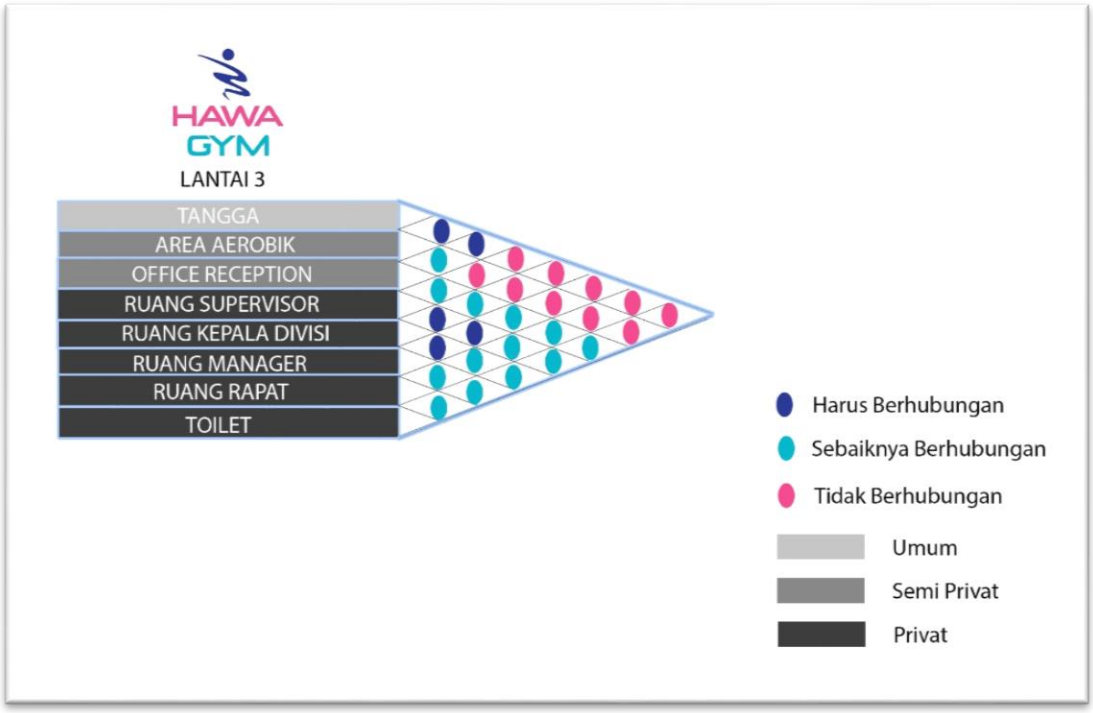
4.2.3 Analisa Sirkulasi Ruangan

Sirkulasi yang baik memperhatikan jangkauan ruangan sesuai dengan alur aktivitas atau kegiatan yang terjadi dengan tidak mengganggu aktivitas lain. Hal tersebut dapat mempengaruhi optimalnya penggunaan ruang pada sebuah bangunan.

Berdasarkan aktivitas-aktivitas yang ada pada area-area yang ada pada Hawa Gym, didapatkan Analisa hubungan ruang sebagai berikut :

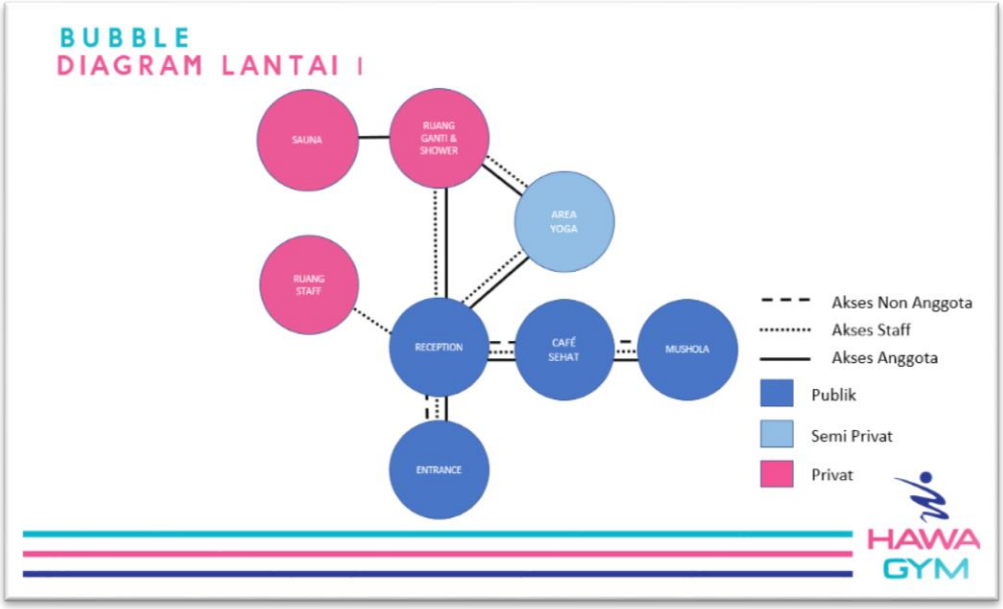

HAWA
GYM
LANTAI 1
ENTRANCE
RECEPTION
CAFE SEHAT
RUANG STAFF
MUSHOLA (UMUM)
RUANG GANTI & SHOWER
SAUNA
AREA YOGA
Harus Berhubungan
Sebaiknya Berhubungan
Tidak Berhubungan
Umum
Semi Privat
Privat

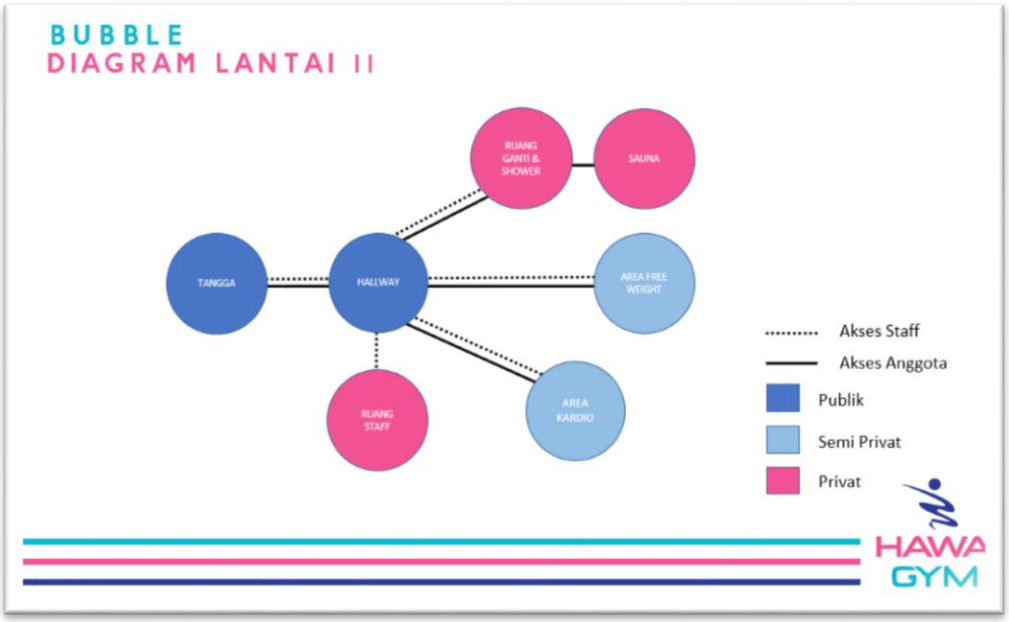

HAWA
GYM
LANTAI 2
TANGGA
HALLWAY
AREA BEBAN
RUANG STAFF
AREA KARDIO
RUANG GANTI & SHOWER
SAUNA
AREA SPINNING CLASS
Harus Berhubungan
Sebaiknya Berhubungan
Tidak Berhubungan
Umum
Semi Privat
Privat

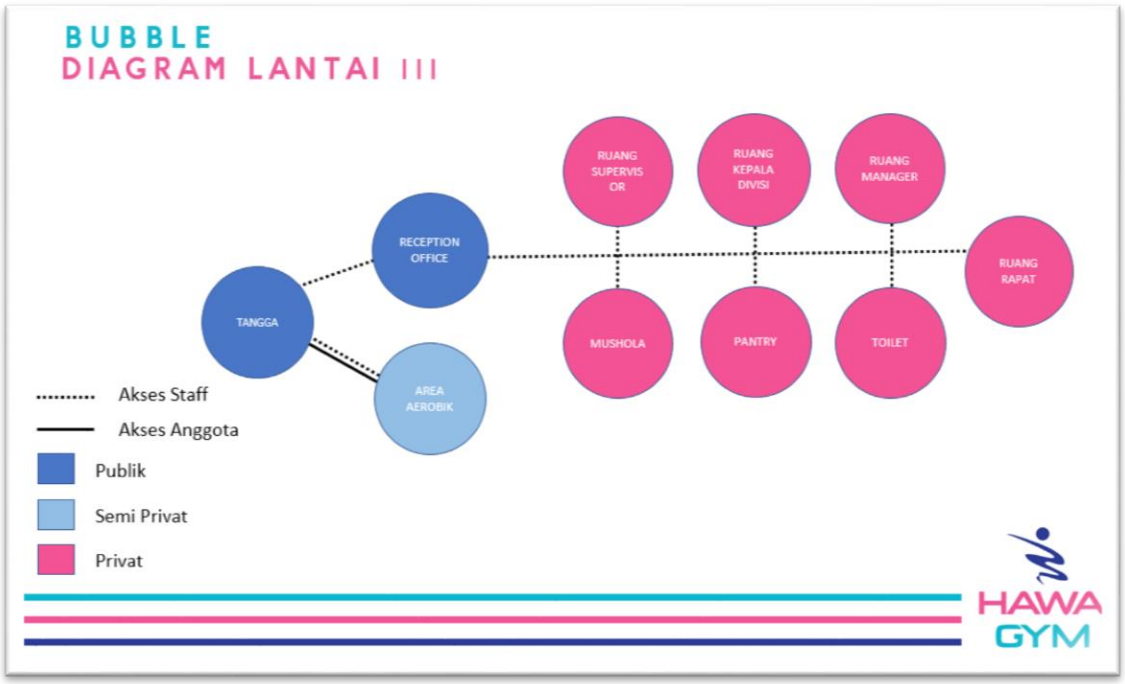


Gambar 4.1 Matriks Hubungan Ruang
Sumber : Dokumentasi Penulis

Berdasarkan hasil matriks hubungan ruang, didapatkan hubungan sirkulasi yang digambarkan pada Bubble Diagram sebagai berikut :







Gambar 4.2 Bubble Diagram
Sumber : Dokumentasi Penulis

Tabel 4.4 Presentase Ruang Individu dan Kelompok

No	Nama Olahraga	Jenis Olahraga	Presentase
1	Kardio, Angkat Beban	Individu	40%
2	Yoga, Spinning Class, Aerobic	Kelompok	60%

Olahraga yang berbeda memiliki sequence kegiatan yang berbeda, oleh karena itu sequence kegiatan tiap olahraga harus diperhatikan dalam melayout ruangan agar sirkulasi dapat menyesuaikan sequence dalam berolahraga. Berikut sequence kegiatan untuk tiap olahraga :

SEQUENCE YOGA

- RECEPTION : Memberi kartu member untuk pendataan masa berlaku membership dan kedatangan.

- LOKER RECEPTION : Mengambil handuk dan kunci loker.
- LOKER : Mengganti pakaian dan menyimpan barang bawaan didalam loker.
- AREA YOGA : Mengikuti kelas yang sudah dijadwalkan.
- LOKER/SAUNA : Mandi dan mengganti pakaian setelah berolahraga setelah atau sebelum sauna.
- LOKER RECEPTION : Mengembalikan kunci dan handuk.
- HEALTH CAFÉ : Membeli minuman sehat sebelum pulang.
- RECEPTION : Mengambil kartu member.

SEQUENCE KARDIO

- RECEPTION : Memberi kartu member untuk pendataan masa berlaku membership dan kedatangan.
- LOKER RECEPTION : Mengambil handuk dan kunci loker.
- LOKER : Mengganti pakaian dan menyimpan barang bawaan didalam loker.
- AREA KARDIO : Menggunakan peralatan yang tersedia untuk berolahraga.
- AREA BEBAN : Melakukan olahraga tambahan (optional)
- LOKER/SAUNA : Mandi dan mengganti pakaian setelah berolahraga setelah atau sebelum sauna.
- LOKER RECEPTION : Mengembalikan kunci dan handuk.
- HEALTH CAFÉ : Membeli minuman sehat sebelum pulang.
- RECEPTION : Mengambil kartu member.

SEQUENCE AEROBIK

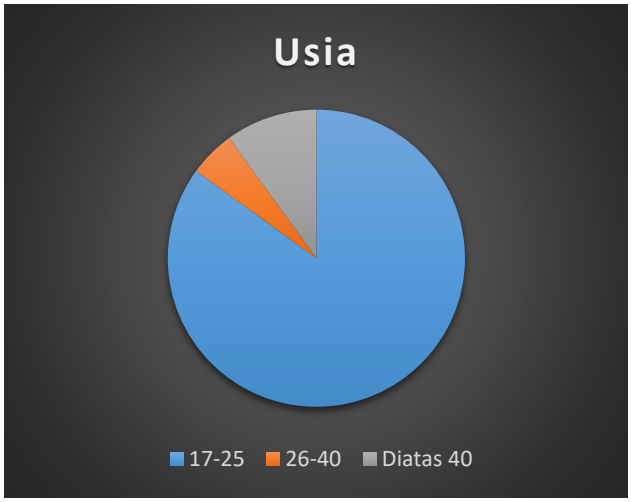
- RECEPTION : Memberi kartu member untuk pendataan masa berlaku membership dan kedatangan.
- LOKER RECEPTION : Mengambil handuk dan kunci loker.
- LOKER : Mengganti pakaian dan menyimpan barang bawaan didalam loker.
- AREA AEROBIK : Mengikuti kelas yang sudah dijadwalkan.
- LOKER : Mandi dan mengganti pakaian setelah berolahraga.
- LOKER RECEPTION : Mengembalikan kunci dan handuk.
- HEALTH CAFÉ : Membeli minuman sehat sebelum pulang.
- RECEPTION : Mengambil kartu member.

4.3 Data Analisa Hasil Kuisioner Konsumen

4.3.1 Analisa Demografi

Menurut data Hawa Gym, anggota Hawa Gym rata rata berumur 17-25 dan juga beberapa wanita diatas 40. Penyebaran kuisioner diarahkan kepada wanita yang tidak hanya anggota Hawa Gym tetapi semua wanita yang pernah menjadi anggota pusat kebugaran dan juga yang jarang atau tidak pernah berolahraga untuk mendapat responden yang dapat memberi data dari 2 perspektif yang berbeda. Berikut rangkuman demografi kuisioner :

A1. Usia



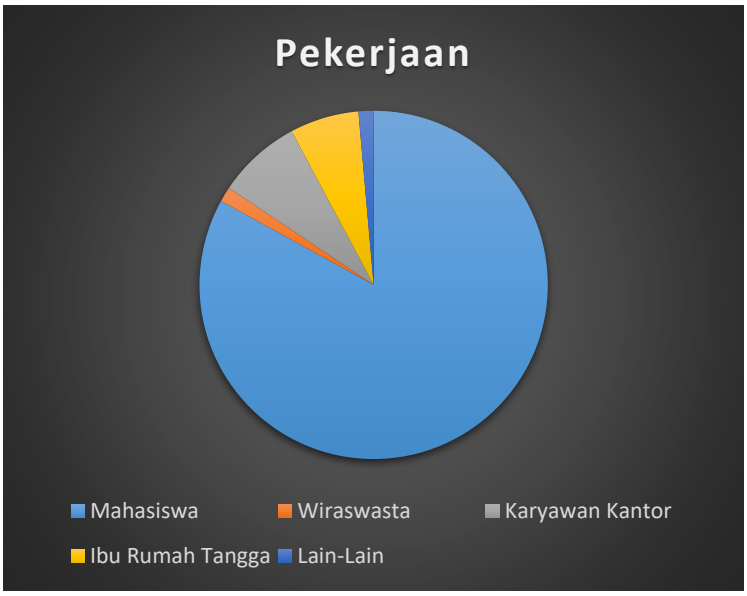
Gambar 4.3 Pie Chart Usia
Sumber : Dokumentasi Penulis

Tabel 4.5 Usia

Usia	Jumlah	Presentase (%)
17-25	119	84.4
26-40	8	9.9
Diatas 40	14	5.7

Dari diagram diatas dapat dilihat bahwa 84.4 % responden berada pada rentang umur 17-25 tahun. Dengan responden yang memiliki umur berbeda beda diharap hasil data yang didapat akan membantu dalam proses desain interior Hawa Gym.

A2. Pekerjaan



Gambar 4.6 Pie Chart Pekerjaan
Sumber : Dokumentasi Penulis

Tabel 4.6 Pekerjaan

Pekerjaan	Jumlah	Presentase (%)
Mahasiswa	117	83
Wiraswasta	2	1.4
Karyawan Kantor	11	7.8
Ibu Rumah Tangga	9	6.4
Lain-Lain	2	1.4

Menurut rangkuman diatas sebagian besar responden merupakan mahasiswa dengan beberapa karyawan kantor dan ibu rumah tangga.

A3. Pernah/ Tidak Pernah Menjadi Anggota Gym

Gambar 4.7 Pie Chart Member Gym
Sumber : Dokumentasi Penulis

Tabel 4.7 Member Gym

Pernah Menjadi Member Gym	Jumlah	Presentase (%)
Pernah	68	48.2 (%)
Tidak Pernah	75	51.8

Menurut rangkuman kuisioner, dapat disimpulkan bahwa kebanyakan responden merupakan mahasiswa berumur 17-25 dan setengah dari responden merupakan wanita yang belum pernah menjadi anggota gym atau pusat kebugaran dan setengahnya lagi pernah atau sedang menjadi anggota sebuah pusat kebugaran.

Pada tahap selanjutnya responden akan diberi pertanyaan yang dibagi menjadi beberapa kategori yaitu pertanyaan umum, pertanyaan bagi pengguna pusat kebugaran dan pertanyaan bagi yang belum pernah menggunakan pusat kebugaran.

4.3.2 Analisa Pertanyaan Umum

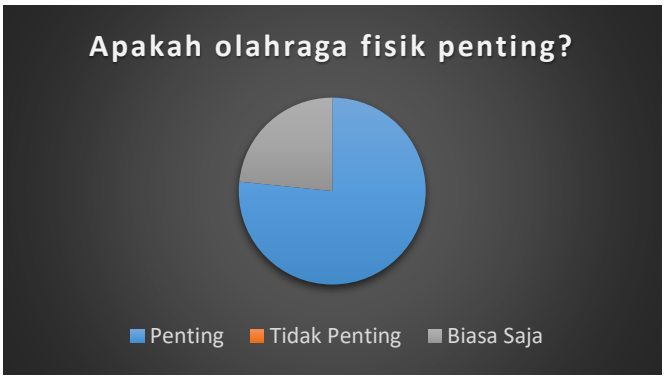
B1. Seberapa sering anda berolahraga?

Gambar 4.6 Pie Chart Frekuensi Olahraga
Sumber : Dokumentasi Penulis

Tabel 4.8 Frekuensi Olahraga

Seberapa sering anda berolahraga?	Jumlah	Presentase (%)
Rutin	27	19.1
Terkadang	85	60.3
Hampir Tidak Pernah	29	20.6

B2. Apakah menurut anda olahraga fisik itu penting?



Gambar 4.7 Pie Chart Olahraga Fisik Penting
Sumber : Dokumentasi Penulis

Tabel 4.9 Olahraga Penting

Apakah menurut anda olahraga fisik itu penting?	Jumlah	Presentase (%)
Penting	134	95
Tidak Penting	0	0

Biasa Saja	7	5

Mengacu pada hasil diatas dapat disimpulkan bahwa banyak dari responden merasa bahwa olahraga fisik itu penting tetapi tidak banyak yang berolahraga secara rutin meskipun cukup banyak yang berolahraga secara terkadang.

4.3.3 Analisa Pertanyaan Khusus

A. Pertanyaan Bagi Responden Pengguna Pusat Kebugaran

Tabel 4.10 Rangkuman Jawaban Kuisioner

No	Pertanyaan	Jawaban	Jumlah	%	Keterangan
C1	Apa yang Anda perhatikan ketika memilih menjadi member sebuah pusat kebugaran?	Harga	1	1.3	Kesimpulannya adalah bahwa fasilitas paling berpengaruh besar dalam seseorang memilih pusat kebugaran
		Fasilitas	59	74.7	
		Keramaian	4	5.1	
		Promo	12	15.2	
		Kebersihan	1	1.3	
		Lain-Lain	2	2.4	
C2	Anggota mana yang berjumlah lebih banyak di pusat kebugaran anda?	Pria	50	65.2	Dapat disimpulkan responden merasa pusat kebugaran didominasi pria
		Wanita	21	26.6	
		Sama Rata	8	8.2	
C3	Apakah Anda merasa nyaman berbagi alat di dalam gym dengan member pria lainnya? (terutama saat kondisi ramai)	Nyaman	14	17.7	Dapat disimpulkan responden merasa tidak nyaman jika berolahraga bersama pria
		Tidak Nyaman	65	82.3	

B. Pertanyaan Bagi Responden Pengguna dan Bukan Pengguna Pusat Kebugaran

Tabel 4.11 Rangkuman Jawaban Kuisioner

No	Pertanyaan	Jawaban	Jumlah	%	Keterangan
D1	Jika tersedia sebuah pusat kebugaran khusus wanita dengan fasilitas yang setara pusat kebugaran lainnya, apakah Anda akan tertarik?	Tertarik	127	90.1	Dapat disimpulkan responden tertarik jika ada sebuah pusat kebugaran khusus wanita
		Tidak Tertarik	14	9.9	
D2	Menurut Anda, image apa yang paling menggambarkan pusat kebugaran seperti gym pada umumnya?	Sporty	48	34	Dapat disimpulkan responden merasa kebanyakan pusat kebugaran memiliki image yang sporty
		Sehat	39	27.7	
		Ramai	19	13.5	
		Maskulin	13	9.2	
		Strong	9	6.4	
		Ribut	3	2.1	
		Kotor	2	1.4	
		Lain-Lain	8	5.7	
D3	Jika Anda tiba-tiba ingin berolahraga, situasi olahraga mana yang akan lebih nyaman bagi anda?	Berolahraga bersama wanita lain	97	68.8	Dapat disimpulkan bahwa responden akan lebih nyaman berolahraga dengan sesame wanita lain
		Berolahraga di tempat yang membaurkan member pria dan wanita	5	3.5	
		Bebas-bebas saja	39	27.7	
D4	Faktor apa yang akan membuat Anda lebih tertarik untuk menjadi member sebuah pusat kebugaran khusus wanita?	Fasilitas tambahan seperti SPA dan lain-lain	81	57.4	Dapat disimpulkan selain membership yang murah, responden akan lebih tertarik jika sebuah pusat kebugaran memiliki fasilitas tambahan, bersih dan memiliki desain yang tidak mengintimidasi
		Harga membership yang murah	99	70.2	
		Promo yang banyak	62	44	

		Desain yang menarik dan tidak mengintimidasi bagi pemula	91	64.5	
		Tempat yang bersih	101	71.6	
		Peralatan kamar mandi lengkap seperti hair dryer dan hair straightener	7	4.9	
D5	Jika di kota tempat tinggal Anda dibuka sebuah gym khusus wanita, menurut Anda, apa saja faktor pendukung yang harus ada untuk menarik minat calon member?	SPA	50	35.5	Dapat disimpulkan bahwa poin poin disampinb merupakan factor pendukung yang bisa meningkatkan ketertarikan wanita untuk mendaftar
		Salon	40	28.4	
		Health Cafe	82	58.2	
		Infografis petunjuk bagi pemula	87	61.7	
		Sauna	45	31.9	
		Jacuzzi	29	20.6	
		Area privat untuk masing masing jenis olahraga	107	107	
D6	Menurut Anda, suasana apa yang cocok untuk sebuah gym/ pusat kebugaran khusus wanita?	Feminim	16	11.3	Dapat disimpulkan bahwa suasana yang cocok untuk konsep desain interior pusat kebugaran wanita adalah Fun
		Elegan	40	28.4	
		Sporty	37	25.1	
		Fun	48	35.2	

4.4 Data Hasil Wawancara

Dari hasil wawancara dengan salah satu bagian marketing dari Hawa Gym, didapat poin-poin penting yang mendukung penelitian ini, diantaranya adalah :

- Berdiri sejak 1 Agustus 2001 Hawa Gym Indonesia terus tumbuh dan berkembang menjadi brand jasa kebugaran terbesar dan terdepan di wilayah

Bali dan Nusa Tenggara. Hawa Gym sendiri merupakan unit bisnis dari Master Group Indonesia dibawah Holding PT. Semangat Pagi Indonesia yang berkantor pusat di Jl. Tukad Pakerisan No. 77A Denpasar, Bali. Saat ini Hawa Gym tersebar di seluruh pulau Bali dan Lombok serta sedang merencanakan penyebaran ke pulau Jawa.

- Awal dibangunnya Hawa Gym di Bali adalah untuk memenuhi kebutuhan wanita muslim yang ingin berolahraga tetapi tidak nyaman berolahraga di pusat kebugaran yang memiliki member pria. Tetapi seiring berjalannya waktu tidak hanya wanita muslim yang menikmati privasi yang ditawarkan Hawa Gym.
- Karena hawa gym berbentuk franchise, saat ini fasilitas di tiap hawa gym masih bisa dibilang standar dan belum ada bagian dari Hawa Gym yang memang didesain khusus untuk memenuhi kebutuhan anggota wanita selain privasi yang ditawarkan Hawa Gym.
- Meskipun tidak memiliki makna filosofis bagi masing masing warna yang membentuk logo Hawa Gym, menurut sumber dari PT Semangat Pagi warna-warna di atas dipilih setelah menunjukkan beberapa alternatif desain logo dengan warna yang berbeda kepada anggota Hawa Gym, anggota merasa warna di atas sebagai warna yang tepat untuk merepresentasikan brand Hawa Gym sebagai pusat kebugaran khusus wanita.
- Hawa Gym memiliki keinginan untuk mengembangkan fasilitas yang ada pada gym dengan membuka salon, café sehat dan SPA.
- Karena Hawa Gym belum memiliki keunikan dalam bentuk desain dibandingkan gym yang lainnya, Hawa Gym menarik pengunjung melalui promo yang menarik, membuat acara khusus seperti jalan santai atau aerobic bersama dan memberi kelas special pada gym yang dapat diikuti anggota yang ingin menurunkan atau bahkan meningkatkan berat badan dengan program yang terstruktur dan dibimbing instruktur yang terlatih.
- Solusi sementara bagi anggota pemula adalah dalam bentuk program khusus yang ditawarkan Hawa Gym dimana pemula akan dibimbing oleh instruktur hingga mampu menjalankan program olahraganya secara mandiri.

- Menurut Hawa Gym olahraga yang paling dominan diminati wanita adalah kardio dan aerobic sementara olahraga angkat beban peminatnya masih sedikit.

4.5 Rangkuman Hasil Analisa

Rangkuman hasil analisa adalah hasil maupun temuan yang dikumpulkan dari hasil analisa wawancara dan analisa hasil kuisioner. Kumpulan data-data hasil maupun temuan tersebut dirangkum dalam bentuk table :

Tabel 4.12 Rangkuman Analisa Wawancara

No	Pertanyaan	Temuan (Hasil Analisa)	Ide Konsep
1	Sejarah perusahaan	Hawa gym merupakan pusat kebugaran berbasis di Bali yang berdiri sejak 2001 dan memiliki target untuk menyebarkan Hawa Gym ke pulau Jawa.	Interior Modern – Fun
2	Tujuan	Hawa Gym dibangun untuk memenuhi kebutuhan wanita muslim di Bali tetapi ternyata menarik perhatian wanita selain muslim.	
3	Hal yang ditawarkan	Dari segi desain belum ada desain khusus yang ditawarkan bagi anggota pusat kebugaran tetapi pihak Hawa Gym menawarkan promo dan kelas khusus yang bermanfaat untuk mengurangi maupun menambah berat badan.	
4	Keinginan untuk menambah fasilitas	Pihak Hawa Gym menjelaskan bahwa ada keinginan untuk menambah fasilitas seperti café, spa dan salon pada franchise Hawa Gym.	
5	Olahraga yang dominan bagi wanita	Menurut pihak Hawa Gym, olahraga yang dominan diminati wanita adalah kardio dan aerobic dan olahraga angkat beban memiliki sedikit peminat.	
6	Penanganan pemula	Untuk pemula, pihak Hawa Gym menyiapkan program khusus yang membantu membimbing pemula sehingga pemula dapat menjalani program olahraga tanpa merasa minder atau malu.	

4.5.1 Rangkuman Analisa Hasil Kuisioner

Tabel 4.13 Rangkuman Analisa Kuisioner

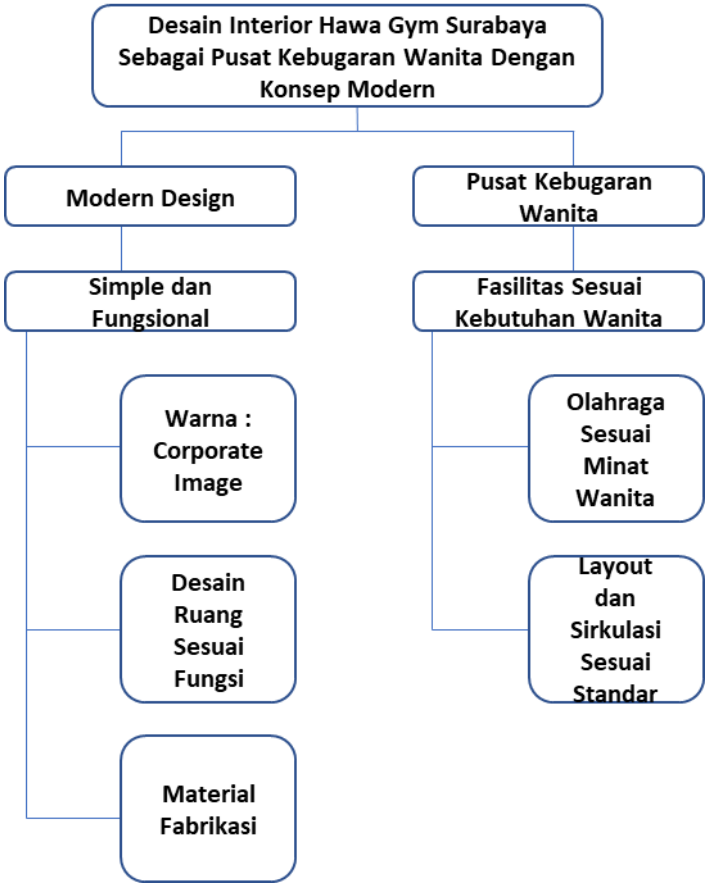
No	Target Pertanyaan	Pertanyaan		Temuan (Hasil Analisa)	Ide Konsep Rancangan
1	Seluruh Responden (Demografi)	A1	Usia	84.4 % responden berada pada rentang umur 17-25 tahun. Dengan responden yang memiliki umur berbeda beda diharap hasil data yang didapat akan membantu dalam proses desain interior Hawa Gym.	Interior Modern
		A2	Pekerjaan	Sebagian besar responden merupakan mahasiswa dengan beberapa karyawan kantor dan ibu rumah tangga.	
		A3	Pernah/Tidak menjadi member gym	responden merupakan mahasiswa berumur 17-25 dan setengah dari responden merupakan wanita yang belum pernah menjadi anggota gym atau pusat kebugaran dan setengahnya lagi pernah atau sedang menjadi anggota sebuah pusat kebugaran.	
2	Seluruh Responden (Pendapat tentang olahraga)	B1	Frekuensi berolahraga	Hanya sedikit responden yang berolahraga secara rutin dan sebagian besar berolahraga sesekali saja.	Interior Modern
		B2	Pendapat tentang olahraga fisik	Banyak dari responden merasa bahwa olahraga fisik itu penting.	
3	Responden pengguna pusat kebugaran	C1	Apa yang Anda perhatikan ketika memilih menjadi member sebuah pusat kebugaran?	Kesimpulannya adalah bahwa fasilitas paling berpengaruh besar dalam seseorang memilih pusat kebugaran	Interior Modern
		C2	Anggota mana yang berjumlah lebih banyak di pusat kebugaran anda?	Dapat disimpulkan responden merasa pusat kebugaran didominasi pria	
		C3	Apakah Anda merasa nyaman berbagi alat di	Dapat disimpulkan responden merasa tidak nyaman jika berolahraga bersama pria	

			dalam gym dengan member pria lainnya? (terutama saat kondisi ramai)		
4	Responden pengguna & bukan pengguna pusat kebugaran	D1	Jika tersedia sebuah pusat kebugaran khusus wanita dengan fasilitas yang setara pusat kebugaran lainnya, apakah Anda akan tertarik?	Dapat disimpulkan responden tertarik jika ada sebuah pusat kebugaran khusus wanita	Interior Modern
		D2	Menurut Anda, image apa yang paling menggambarkan pusat kebugaran seperti gym pada umumnya?	Dapat disimpulkan responden merasa kebanyakan pusat kebugaran memiliki image yang sporty	
		D3	Jika Anda tiba-tiba ingin berolahraga, situasi olahraga mana yang akan lebih nyaman bagi anda?	Dapat disimpulkan bahwa responden akan lebih nyaman berolahraga dengan sesama wanita lain	
		D4	Faktor apa yang akan membuat Anda lebih tertarik untuk menjadi member sebuah pusat kebugaran khusus wanita?	Dapat disimpulkan selain membership yang murah, responden akan lebih tertarik jika sebuah pusat kebugaran memiliki fasilitas tambahan, bersih dan memiliki desain yang tidak mengintimidasi	
		D5	Jika di kota tempat tinggal Anda dibuka sebuah gym khusus wanita,	Dapat disimpulkan bahwa poin poin disamping merupakan factor pendukung yang bisa meningkatkan ketertarikan wanita untuk mendaftar	

			menurut Anda, apa saja faktor pendukung yang harus ada untuk menarik minat calon member?		
		D6	Menurut Anda, suasana apa yang cocok untuk sebuah gym/ pusat kebugaran khusus wanita?	Dapat disimpulkan bahwa suasana yang cocok adalah suasana yang menyenangkan.	

Melalui rangkuman diatas dapat disimpulkan bahwa responden merasa tertarik dan berminat jika ada fasilitas pusat kebugaran khusus wanita dan konsep desain Modern dapat memenuhi kebutuhan responden melalui fasilitas yang sesuai dan desain yang memberi pengalaman menyenangkan ketika berolahraga.

4.6 Konsep Desain (Konsep Makro)



Perancangan Desain Interior Hawa Gym Surabaya Sebagai Pusat Kebugaran Wanita Dengan Konsep Modern akan difokuskan untuk menciptakan desain yang nyaman dan juga menunjukkan corporate identity Hawa Gym serta perancangan pusat kebugaran yang memiliki desain dan fasilitas yang sesuai kebutuhan wanita.

Penerapan konsep modern dilakukan melalui :

- *Corporate Branding :*

  Maksud dari *Corporate Branding* adalah penggunaan warna korporat Hawa Gym pada desain interior untuk menekankan branding dan corporate identity pada desain.

- *Design Follow Function :*

Design Follow Function dimaksud dengan desain ruangan yang mengikuti fungsi dan kegunaan ruangan.

- *Modern Materials :*
  Modern Materials dimaksud dengan penggunaan material fabrikasi modern yang sesuai standar ruangan olahraga

Penerapan desain pusat kebugaran khusus wanita dilakukan melalui :

- *Women Oriented Design :*

  Women Oriented Design dimaksud dengan menyediakan fasilitas olahraga yang sesuai dengan minat dan kebutuhan wanita yang didapat melalui proses riset dan analisa.

- *Standarized Design :*

  Standarized Design dimaksud mendesain layout dan sirkulasi serta zonasi ruangan yang sesuai dengan fasilitas yang disediakan serta memenuhi standar pusat kebugaran.

4.7 Transformasi Konsep Perancangan (Konsep Mikro)

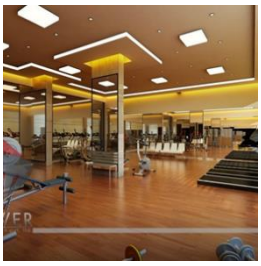
Transformasi adalah perwujudan dari ide-ide maupun gagasan-gagasan pada masing-masing elemen interior, bersumber dari konsep rancangan interior yang diajukan. Semua sisi elemen interior harus memiliki ide kreasi dalam rancangannya. Semua sisi elemen interior harus memiliki ide kreasi tersebut diajukan ke dalam kriteria-kriteria rancangan pada elemen-elemen interiornya. Uraian mengenai transformasi konsep rancangan dapat dijelaskan pada table :

Tabel 4.14 Konsep Mikro

No	Elemen Interior	Ide	Kesesuaian Hasil Analisa dan Studi
1	Material Lantai	Lantai adalah bagian dasar sebuah ruang, yang memiliki peran penting untuk memperkuat eksistensi obyek yang berada di dalam ruang. Selain itu, fungsi lantai adalah untuk memperindah dan membentuk karakter ruangan. Pada konsep Modern beberapa material yang digunakan adalah :	D6, Kajian Modern, Studi Kebutuhan Pusat Kebugaran.

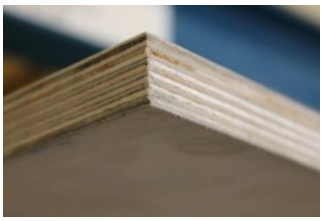
		 Rubber Tile digunakan untuk meredam suara dan sebagai keamanan ketika beban berat dijatuhkan di lantai Vynil flooring digunakan di area aerobik untuk mempermudah ketika melangkah dan membuat suasana lebih hangat Linoleum flooring digunakan untuk membentuk desain yang dinamis dan karena sifat material yang mudah dibentuk	
2	Tekstur Lantai	Tekstur yang dihasilkan bagian lantai dengan pemakaian material diatas, menghasilkan tekstur yang halus dan glossy. Tetapi pada bagian lantai dengan finishing plasteran beton menghasilkan tekstur yang kasar.	

3	Dinding	Dinding adalah suatu struktur padat yang berfungsi memisahkan atau membentuk ruang. Terkadang, dinding juga berfungsi untuk melindungi suatu area atau ruang. Pada konsep Modern beberapa material yang digunakan adalah : Dinding bata ringan digunakan untuk efisiensi pekerjaan dan biaya Jendela dilapisi kaca film akan dipasang sepanjang dinding pusat kebugaran dan lapisan film berfungsi untuk menjaga privasi dan kenyamanan anggota Window blinds juga dipasang pasa jendela untuk privasi serta menghindari cahaya matahari yang terlalu keras.	C3, D1, D6

4	Plafon	Plafon adalah permukaan interior atas yang berhubungan dengan bagian atas sebuah ruangan. Umumnya, langit-langit bukan unsur struktural, melainkan permukaan yang menutupi struktur atap di atas. Plafon merupakan bagian dari interior yang harus didesain sehingga ruangan menjadi sejuk dan enak dipandang. Konsep Plafon menggunakan sistem down ceiling untuk menampilkan kesan modern pada Konsep Desain. Untuk material plafon ini menggunakan material metal furing pada rangka hollow plafon dan gypsum board untuk penutup plafon. Sedangkan untuk finishing menggunakan Cat dinding dan Parket Kayu di beberapa ruangan. Lampu LED dengan warna cerah juga digunakan sebagai aksentuasi ruangan dan membentuk suasana yang menyenangkan.  	
5	Konsep Warna	Pada Konsep Desain ini menggunakan tipikal warna Monokromatik. Monokromatik merupakan paduan warna dengan warna turunannya. Warna turunan itu adalah warna yang lebih muda (dengan penambahan warna putih) atau warna yang lebih tua (dengan penambahan warna hitam atau gelap). Warna monokrom dipilih karena warna tersebut terlihat sederhana (simple) namun tetap terkesan modern dengan warna dari corporate identity sebagai aksentuasi. Warna yang digunakan dari spectrum monokromatik adalah warna yang cerah dan dipadukan dengan material berwarna netral dan tidak terlalu mencolok untuk membangun suasana yang menyenangkan tetapi tetap menjaga suasana yang modern.	D6, Kajian Modern, Studi Eksisting, Studi Khusus.

		 Pengaplikasian Warna Monochrome garadasi gelap ke terang digunakan pada beberapa elemen interior Warna corporate identity yang nanti akan menjadi aksentuasi dalam desain interior pusat kebugaran	
6	Pencahayaan	Sistem Lighting/Pencahayaan hampir seluruhnya menggunakan sistem pencahayaan buatan untuk lebih memunculkan kesan modern pada desain pusat kebugaran ini. Untuk beberapa ruangan yang memiliki akses jendela yang tembus menuju luar gedung, dapat dimanfaatkan untuk dijadikan pencahyaan alami pada siang hari, agar dapat meminimalkan/menekan pemakaian lampu pada siang hari Downlight dengan lampu warm white Spotlight dengan adjustable rail	D6, Studi Khusus.

		 Strip LED light untuk drop ceiling atau pencahayaan tambahan Fluorecent Light untuk menerangi area yang lebih luas	
7	Furnitur	Bentuk furniture yang akan diterapkan adalah bentuk simple dan modern dengan material berwarna netral. Serta terdapat beberapa penggunaan warna korporat sebagai aksentuasi. 	Kajian Modern,

		Furnitur yang digunakan memiliki bentuk yang simple dengan material berwarna netral dan tidak terlalu mencolok.	
8	Material furnitur	 Furnitur terbuat dari material natural seperti kayu atau material fabrikasi seperti multiplex atau mdf dengan finishing, cat, hpl dan laminate.	

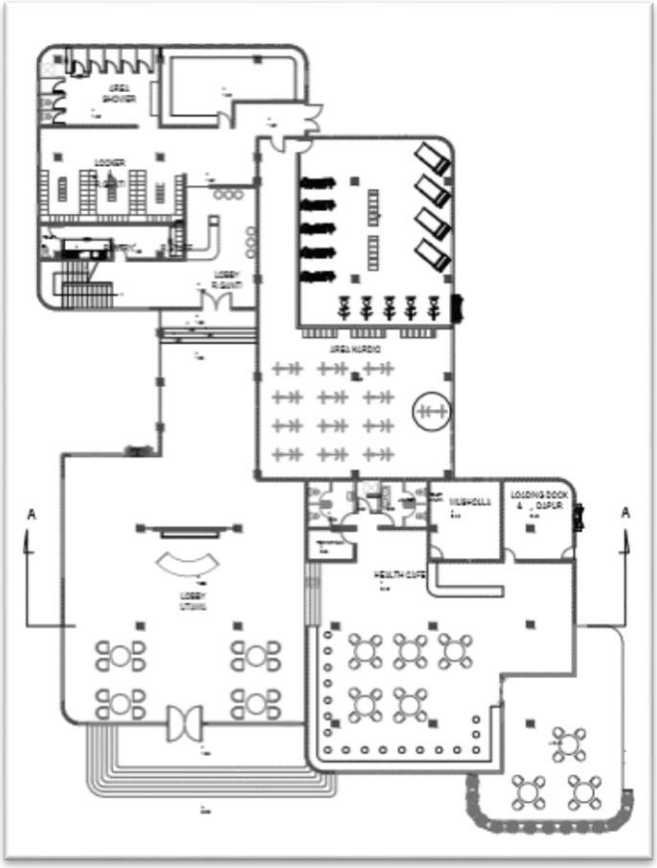
(Halaman ini sengaja dikosongkan)

BAB V
PROSES DAN HASIL DESAIN

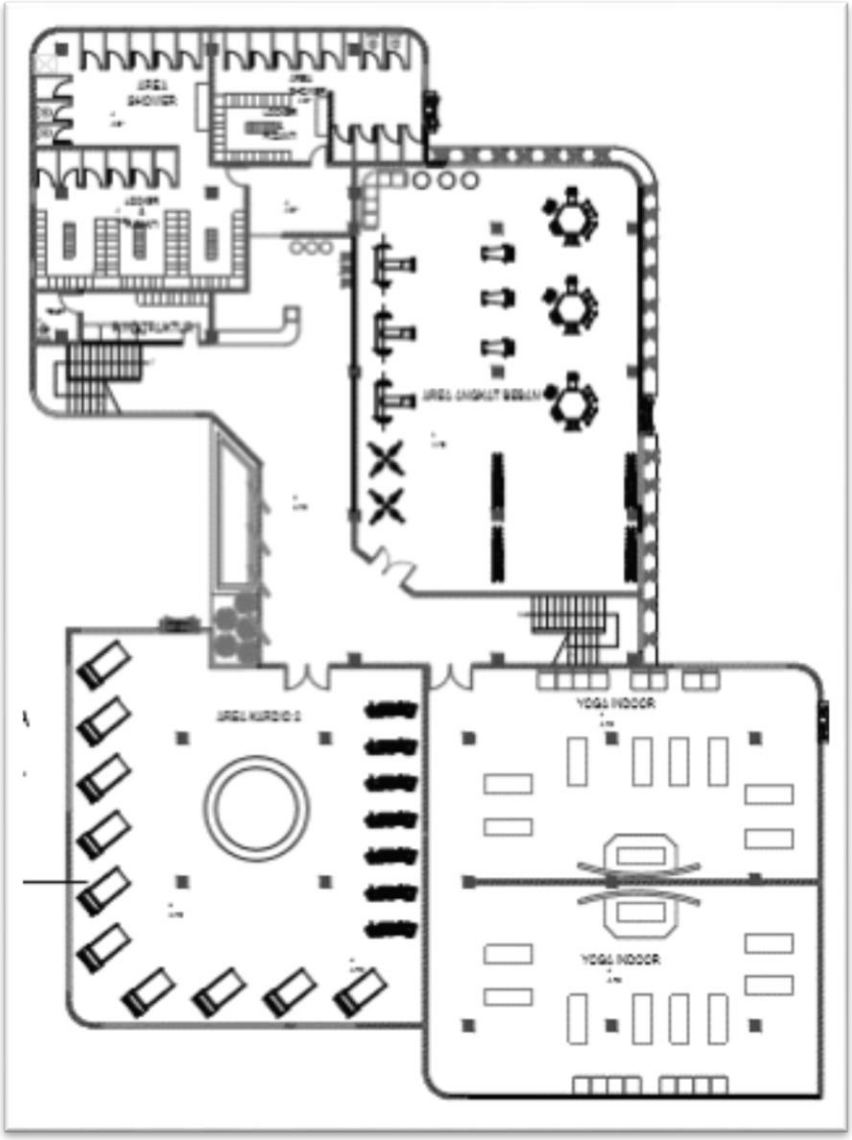
5.1 Alternatif Layout

Pada layout eksisting Hawa Gym Bali beserta denah eksisting yang bersumber dari tugas akhir Arsitektur ITS, aktivitas dan sirkulasi pada eksisting masih kurang optimal karena belum didesain sesuai dengan pengelompokan jenis olahraga dan kebutuhan wanita dalam berolahraga. Sehingga dalam merancang pusat kebugaran ini terdapat perubahan-perubahan yang dilakukan baik dari segi fungsi area maupun tata letak area.

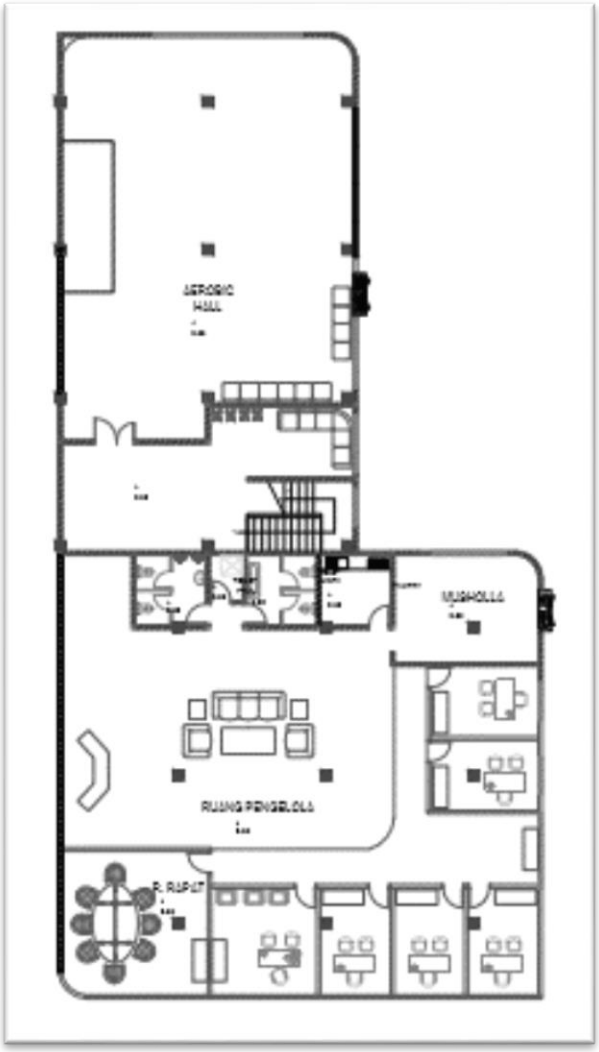
5.1.1 Alternatif Layout 1



Gambar 5.1 Alternatif Layout 1 Lantai 1
Sumber : Dokumentasi Penulis



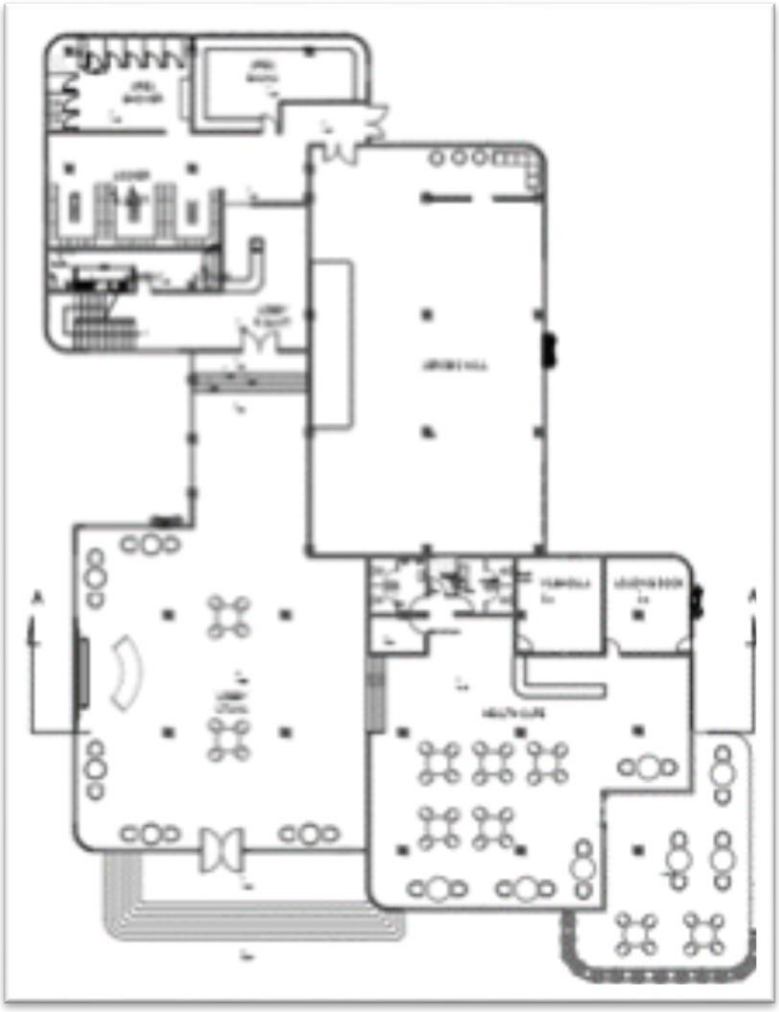
Gambar 5.2 Alternatif Layout 1 Lantai 2
Sumber : Dokumentasi Penulis



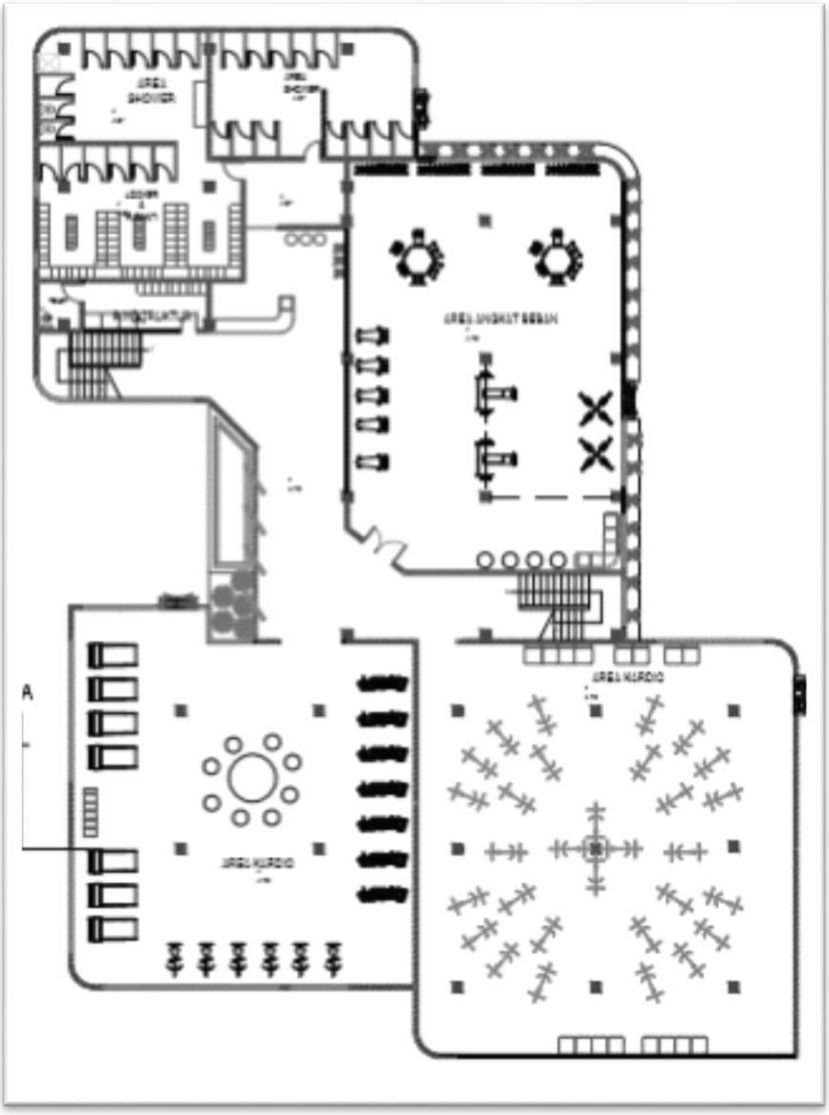
Gambar 5.3 Alternatif Layout 1 Lantai 3
Sumber : Dokumentasi Penulis

Pada denah alternative 1 ini area kardio berada di lantai 1 dan lantai 2 bersama area yoga dan area aerobic berada pada lantai 3. Area kardio yang cukup kecil berdampak pada kapasitas sepeda statis pada spinning class yang terbatas. Dengan penempatan area yoga di atas memberi area yang labih luas bagi area yoga tetapi kemungkinan pengguna area yoga terganggu dapat terjadi karena letaknya berdekatan dengan area angkat beban dan area kardio yang menggunakan musik cukup keras.

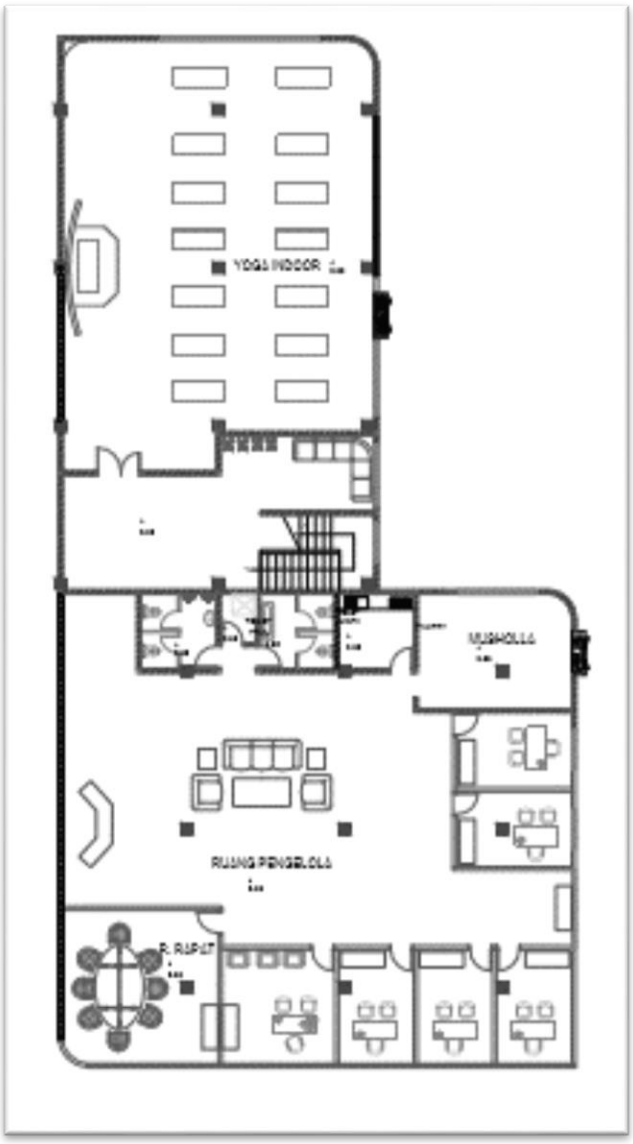
5.1.2 Alternatif Layout 2



Gambar 5.4 Alternatif Layout 2 Latai 1
Sumber : Dokumentasi Penulis



Gambar 5.5 Alternatif Layout 2 Latai 2
Sumber : Dokumentasi Penulis

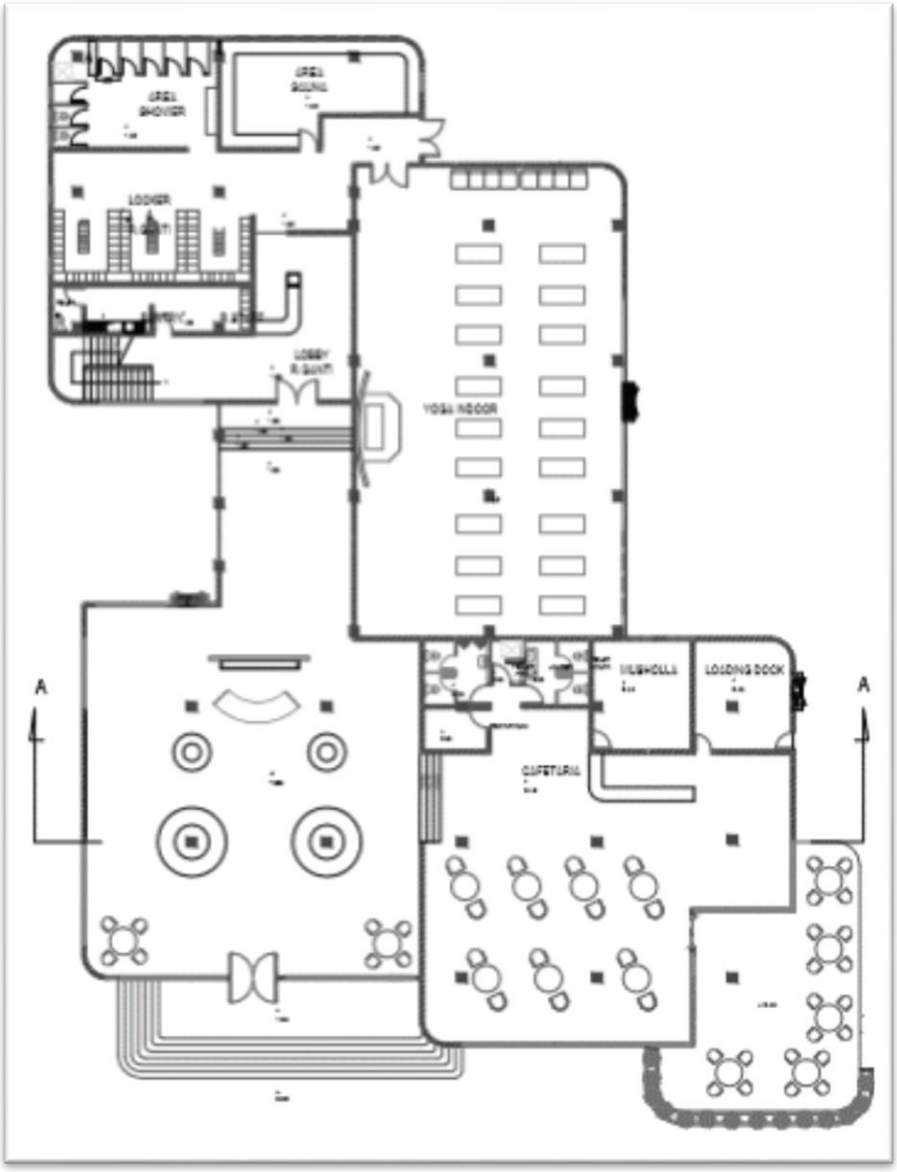


Gambar 5.6 Alternatif Layout 2 Latai 3
Sumber : Dokumentasi Penulis

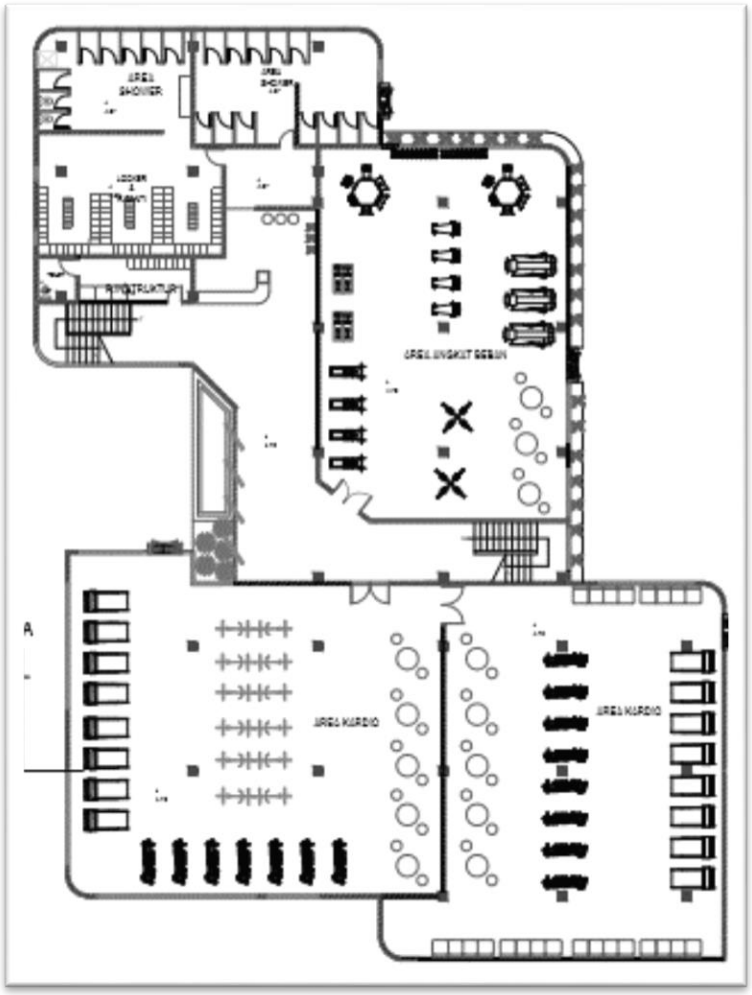
Pada denah, area aerobic diletakkan pada lantai 1 agar suara music tidak mengganggu area kantor atau pengelola dan lantai 3 dimanfaatkan sebagai area yoga. Area kardio dengan angkat beban bersama berada pada lantai dan dengan area yang lebih luas, jumlah sepeda untuk spinning class dapat ditambah. Kekurangan terletak pada area yoga yang berada di lantai 3 karena meskipun mendapat ketenangan, anggota yang mengikuti yoga harus melewati area olahraga lain yang terkesan ramai

sebelum mencapai kelas dan sesudah kelas yang mungkin berdampak kepada kondisi ketenangan mental anggota kelas yoga.

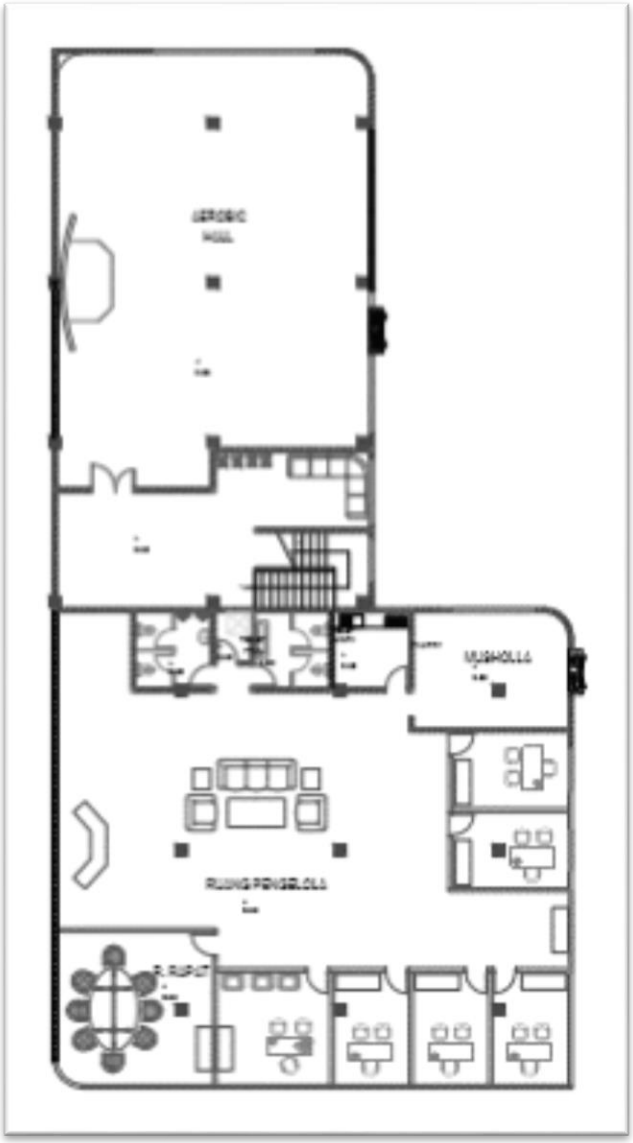
5.1.3 Alternatif Layout 3



Gambar 5.7 Alternatif Layout 3 Latai 1
Sumber : Dokumentasi Penulis



Gambar 5.8 Alternatif Layout 3 Latai 2
Sumber : Dokumentasi Penulis



Gambar 5.9 Alternatif Layout 3 Latai 3
Sumber : Dokumentasi Penulis

Pada alternative denah 3, kolom pada area lobby dimanfaatkan menjadi area tunggu dengan menempatkan sofa mengelilingi kolom. Area yoga juga diletakkan pada lantai 1 sehingga anggota yang mengikuti kelas yoga tidak terganggu oleh musik yang berasal dari area olahraga lain. Selain itu anggota kelas yoga dapat memasuki kelas tanpa perlu melewati area olahraga lainnya. Area aerobic dan angkat beban difokuskan pada lantai 2 dengan area khusus untuk duduk pada masing masing area olahraga untuk beristirahat dan berfungsi sebagai area transisi seandainya akan

berpindah dari area olahraga menuju ruang ganti. Hal yang dapat diperbaiki adalah layout pada kantor agar jalan masuk tidak berdampingan dengan area toilet sehingga area privat dan semi privat dapat terpisah.

5.1.4 Pemilihan Alternatif Layout

Tabel 5.1 Weighted Method

KRITERIA/TUJUAN	MODERN	BRANDING	MINIMALIS	NYAMAN	HASIL	PERINGKAT	MARK	BOBOT RELATIF
MODERN	-	0	1	0	1	II	50	0.20
BRANDING	1	-	1	0	2	I	80	0.32
MINIMALIS	0	0	-	0	0	III	20	0.16
NYAMAN	1	0	1	-	2	I	80	0.32
							230	1

1 = LEBIH PENTING	0 = TIDAK LEBIH PENTING	- = TIDAK DAPAT DIBANDINGKAN	SKALA MARK = 10-100

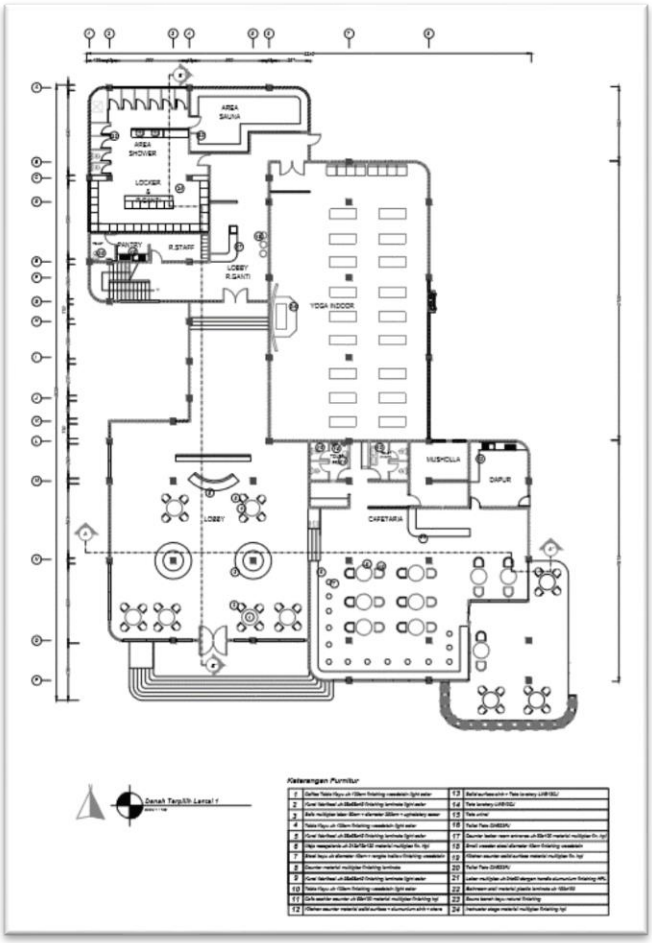
KRITERIA/TUJUAN	WEIGHT	PARAMETER	ALTERNATIF 1			ALTERNATIF 2			ALTERNATIF 3		
			MAGNITUDE	SCORE	VALUE	MAGNITUDE	SCORE	VALUE	MAGNITUDE	SCORE	VALUE
MODERN	0.20	FURNITURE MODERN	GOOD	7	1.4	GOOD	6	1.2	GOOD	7	1.4
		WARNA NETRAL PADA MATERIAL DAN ELEMEN INTERIOR	VERY GOOD	9	1.8	POOR	2	0.4	GOOD	7	1.4
BRANDING	0.32	MURAL DAN ELEMEN ESTETIS YANG MEMANFAATKAN WARNA KORPORAT	POOR	3	0.96	GOOD	6	1.92	VERY GOOD	9	2.88
		MEMANFAATKAN LAMPU DAN WARNA CERAH	POOR	2	0.64	POOR	2	0.64	POOR	3	0.96
MINIMALIS	0.16	BENTUKAN-BENTUKAN YANG SIMPEL DAN TEGAS	GOOD	6	0.96	GOOD	6	0.96	GOOD	6	0.96
NYAMAN	0.32	SIRKULASI YANG BAIK	GOOD	7	2.24	POOR	4	1.28	GOOD	7	2.24
		SUASANA YANG TIDAK MENGINTIMIDASI	GOOD	7	2.24	POOR	1	0.32	VERY GOOD	9	2.88
OVERALL VALUE UTILITY			10.24			6.72			12.72		

SKALA SCORE	POOR = 0-5	GOOD = 6-8	VERY GOOD = 9-10

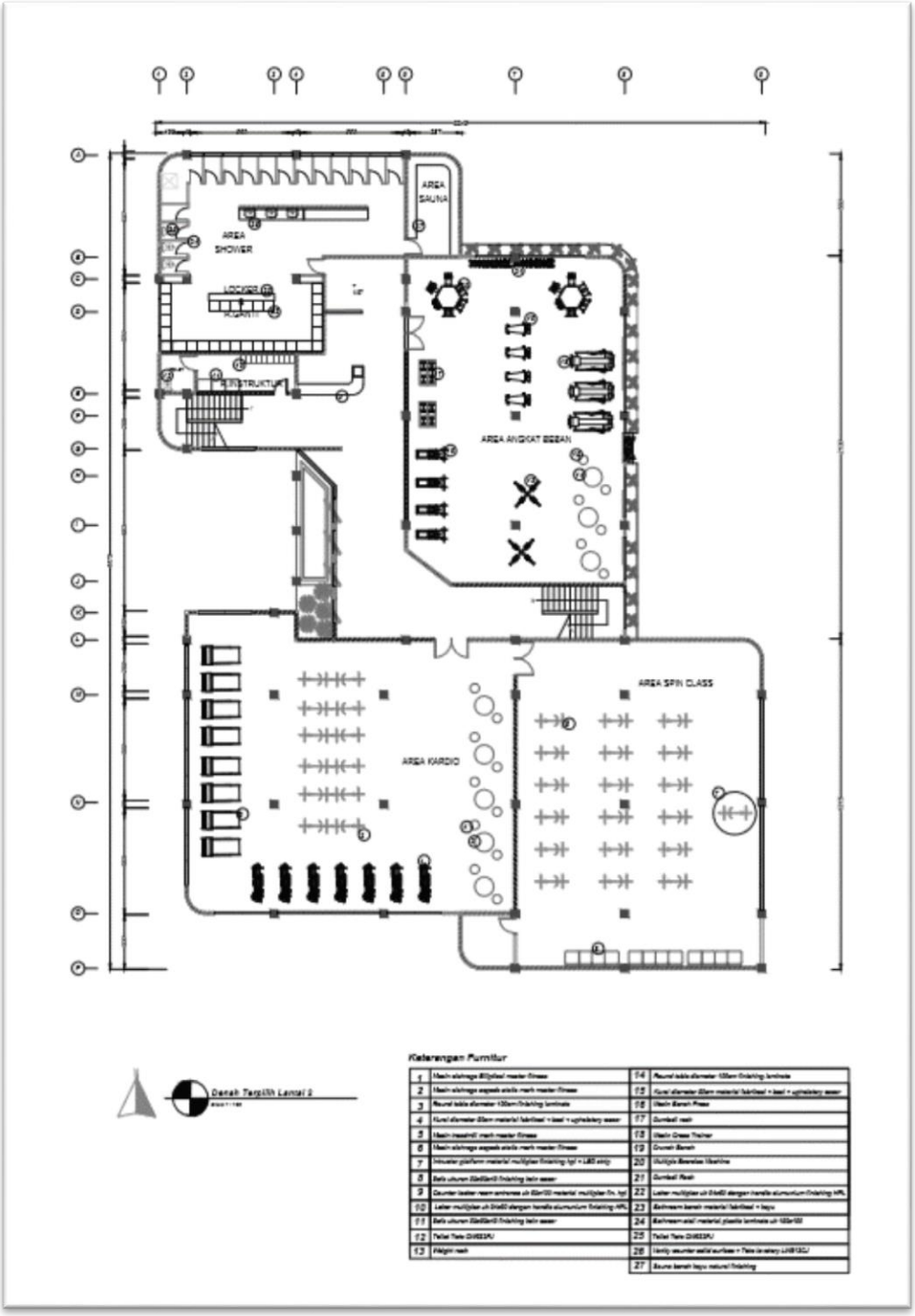
Berdasarkan tabel weighted method diatas, alternatif yang memiliki nilai terbesar adalah alternative 3 yang memiliki desain yang lebih optimal mulai dari penerapan konsep modern, branding Hawa Gym serta kenyamanan terhadap pengguna pusat kebugaran. Jadi, alternatif desain terpilih yang akan dikembangkan adalah alternatif desain 3.

5.2 Pengembangan Alternatif Layout Terpilih

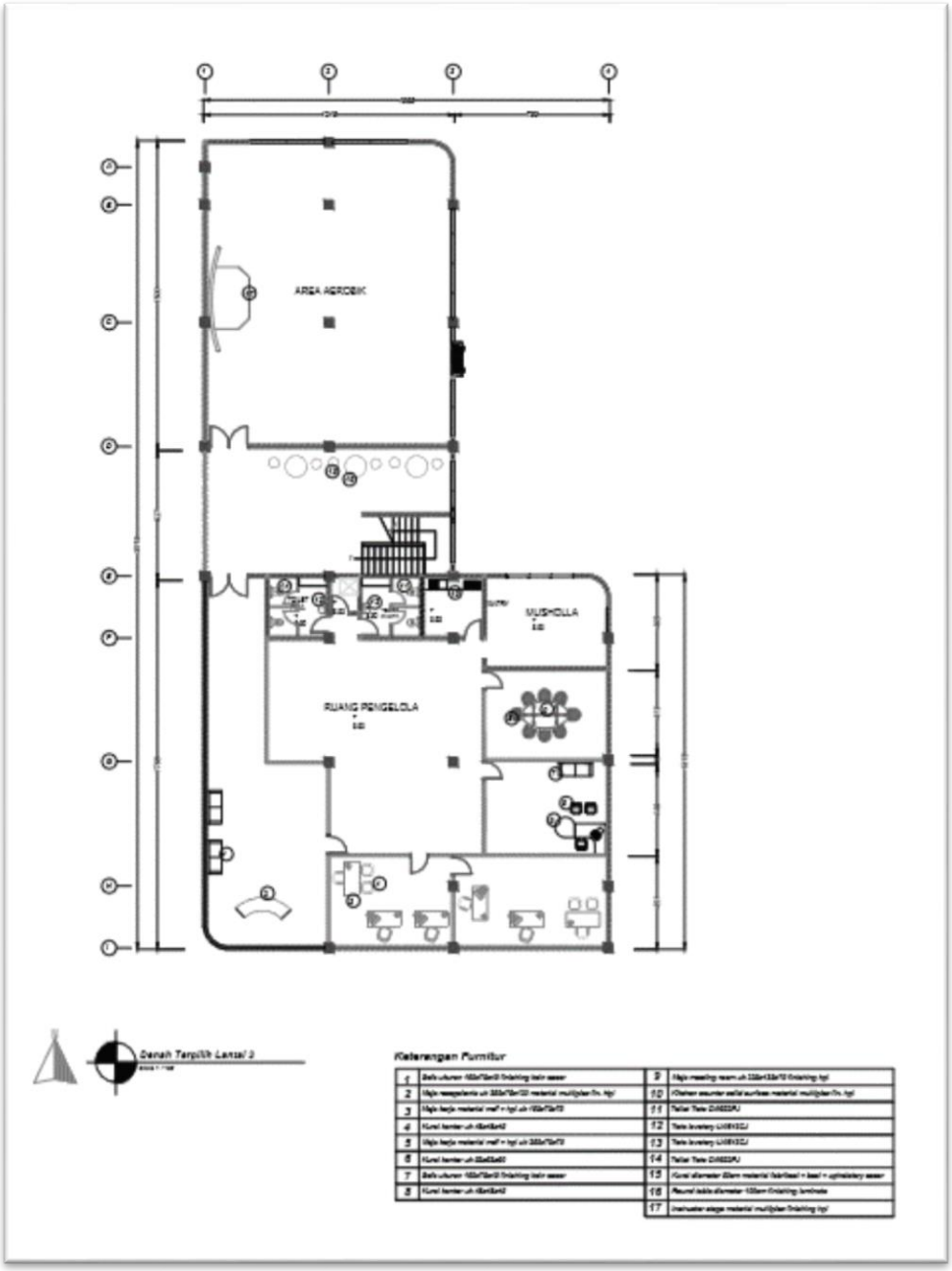
Alternatif layout terpilih yang akan dikembangkan adalah alternatif desain 3 dengan penggabungan beberapa bagian yang diambil dari kelebihan masing-masing alternatif desain 1 dan 3. Pengembangan dilakukan lebih mendetail pada tiap ruangan terutama pada ruangan olahraga karena desain ruang olahraga disesuaikan dengan suasana dan atmosfer yang dibutuhkan dalam berolahraga. Berikut denah layout terpilih :



Gambar 5.10 Layout Terpilih Lantai 1
Sumber : Dokumentasi Penulis



Gambar 5.11 Layout Terpilih Lantai 2
Sumber : Dokumentasi Penulis

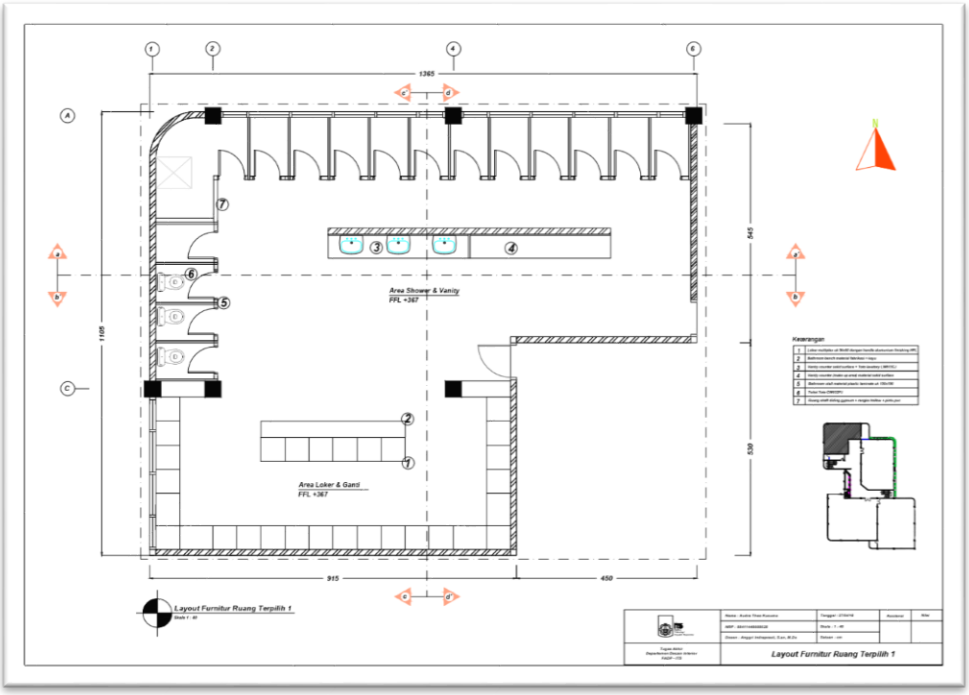


Gambar 5.12 Layout Terpilih Lantai 3
Sumber : Dokumentasi Penulis

5.3 Pengembangan Desain Area Terpilih 1

Desain area terpilih 1 adalah ruang loker lantai 2. Pada area terpilih 1 ini terdapat beberapa area di dalamnya yaitu area shower, area loker, area vanity dan make-up. Aktivitas yang dapat dilakukan pada area terpilih 1 ini diantaranya adalah mengganti pakaian sebelum dan sesudah berolahraga, madi, menyimpan barang bawaan sebelum berolahraga, mempersiapkan diri sebelum pulang seperti make-up.

5.3.1 Layout Furnitur dan Deskripsi

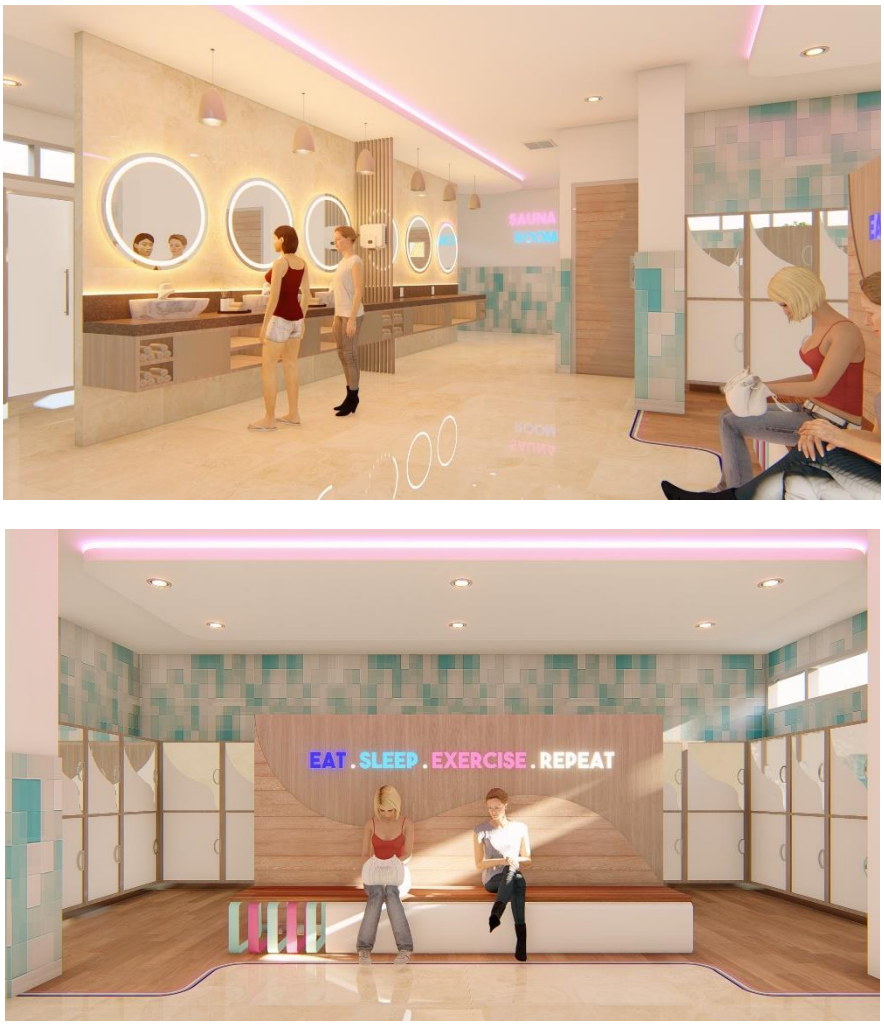


Gambar 5.13 Layout Furnitur Ruang Terpilih 1
Sumber : Dokumentasi Penulis

Pada area terpilih 1 terdapat area loker serta area vanity dan shower. Area loker dan area shower adalah bagian penting dari sebuah pusat kebugaran karena loker adalah tempat yang dituju untuk bersiap sebelum berolahraga dan membersihkan diri sesudah berolahraga. Pada area loker terdapat 60 loker yang dapat digunakan anggota pusat kebugaran. Selain itu terdapat bench memanjang yang dapat digunakan oleh anggota pusat kebugaran. Pada areal shower terdapat 12 shower dan 3 toilet yang dilengkapi pintu dengan kaca frosted. Areal vanity juga dibagi menjadi 2 agar

pengguna yang mencuci tangan terpisah dari pengguna yang ingin menggunakan area vanity untuk membenahi penampilan dan menggunakan make up.

5.3.2 Perspektif 3D dan Deskripsi



Gambar 5.14 Perspektif Ruang Terpilih 1
Sumber : Dokumentasi Penulis

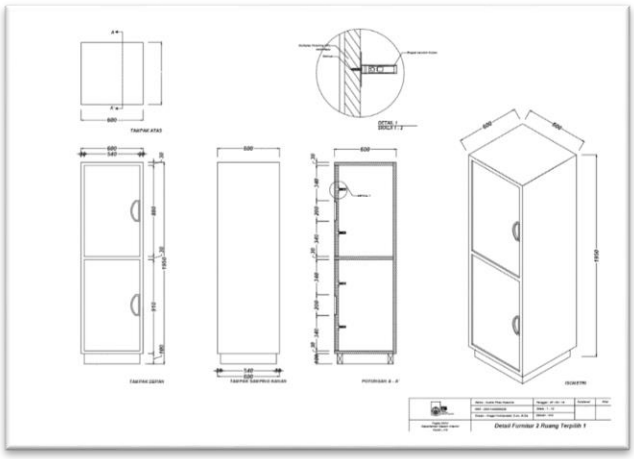
Desain area terpilih 1 menggunakan material yang berwarna netral dan tidak terlalu mencolok. Selain itu material yang digunakan juga bersifat reflektif sehingga memberi suasana yang bersih dan rapi dikarenakan area ini merupakan area loker dan area shower sehingga suasana yang bersih akan meningkatkan kenyamanan pengguna. Pada area vanity disediakan area khusus bagi anggota pusat kebugaran yang memerlukan area untuk menggunakan make up atau alat kecantikan lainnya. Area

khusus ini disediakan agar tidak menghalangi area vanity yang digunakan untuk mencuci tangan. Penggunaan alat listrik seperti blowdryer di dekat area basah juga berbahaya sehingga dialokasikan area khusus.

Warna korporat Hawa Gym diintegrasikan kedalam desain melalui penggunaan warna biru pada keramik dinding area terpilih 1, dan penggunaan warna merah muda sebagai warna aksentuasi melalui LED strip pada drop ceiling. Pemanfaatan tipografi pada image Hawa Gym juga diterapkan pada elemen estetis lettering pada dinding area terpilih 1 yang juga bermanfaat sebagai signage.

5.3.3 Detail Furnitur dan Elemen Estetis

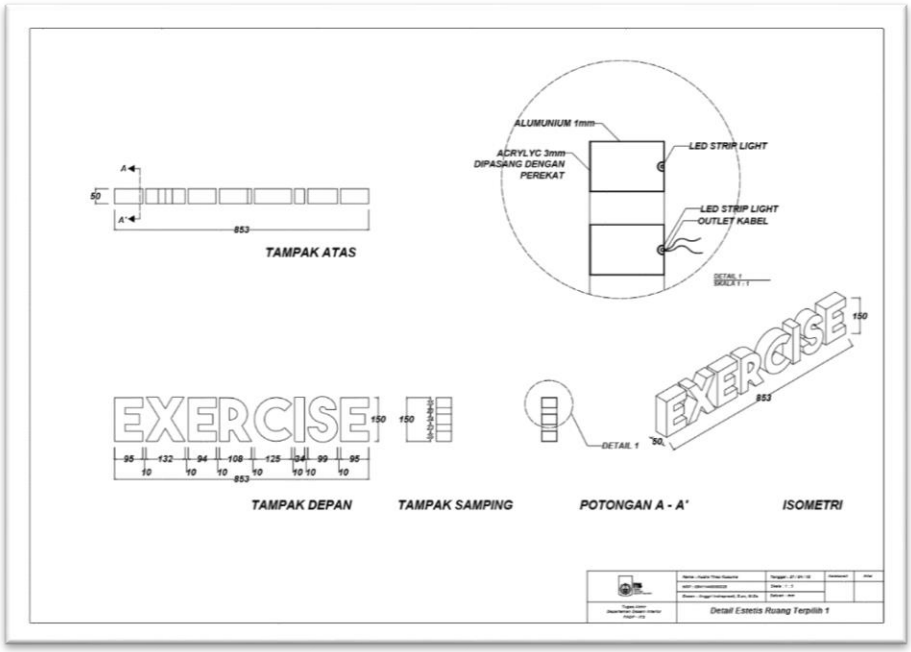
A. Detail Furnitur



Gambar 5.15 Detail Furnitur 1 Ruang Terpilih 1
Sumber : Dokumentasi Penulis

Detail furniture area terpilih 1 merupakan loker penyimpanan barang bagi anggota Hawa Gym. Loker terbuat dari material multiplex yang dilapisi HPL. Ukuran 60x60 akan cukup menyimpan barang bawaan anggota pusat kebugaran. Loker ini dilengkapi dengan kunci untuk menjaga agar hanya pengguna loker yang dapat membukanya. Selain itu pintu atas loker dilengkapi cermin plastic yang dapat digunakan pengguna loker.

B. Detail Elemen Estetis



Gambar 5.16 Detail Furnitur 2 Ruang Terpilih 1
Sumber : Dokumentasi Penulis

Salah satu elemen estetis yang terdapat di area terpilih 1 merupakan lettering acrylic dengan lampu LED yang selain bermanfaat sebagai elemen estetis yang berisi tentang ungkapan ungkapan penyemangat juga berfungsi sebagai signage. Lettering ini memanfaatkan tipografi dari logo Hawa Gym dan menggunakan salah satu warna pada logo sebagai aksentuasi.

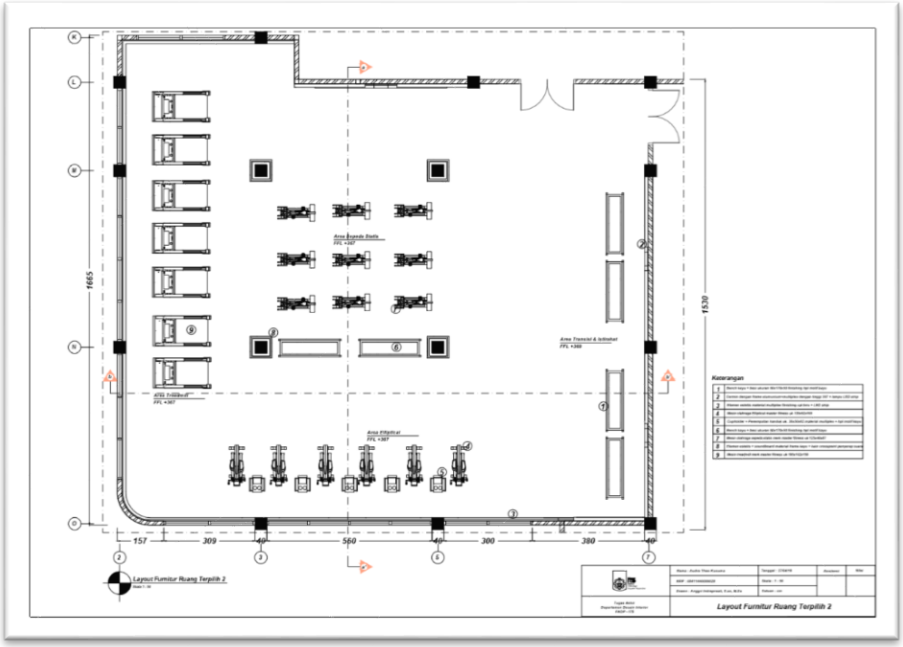
Elemen estetis ini terbuat dari acrylic lembar yang berwarna serta dilengkapi LED strip yang dipasang didalamnya. Frame lettering terbuat dari aluminium sehingga cahaya hanya keluar dari satu sisi.

5.4 Pengembangan Desain Area Terpilih 2

Desain area terpilih 2 adalah area olahraga kardio. Pada area terpilih 2 terdapat beberapa area diantaranya area olahraga elliptical, sepeda statis, dan juga treadmill serta disediakan area transisi untuk beristirahat. Penambahan area transisi bertujuan untuk memberi area bagi anggota Hawa Gym untuk beristirahat sejenak sebelum melanjutkan olahraga di area lain selain area kardio maupun melanjutkan dengan alat olahraga lain di area kardio.

Aktivitas yang dilakukan di area terpilih 2 adalah berolahraga elliptical, sepeda, dan treadmill. Peregangan juga dapat dilakukan di area terpilih 2 ini.

5.4.1 Layout Furnitur dan Deskripsi



Gambar 5.17 Layout Furnitur Ruang Terpilih 2
Sumber : Dokumentasi Penulis

Pada area terpilih 2 disediakan 6 mesin olahraga elliptical, 9 sepeda statis dan 7 mesin treadmill. Selain alat olahraga, terdapat 6 bench atau kursi panjang yang diletakkan di area transisi dan dapat digunakan untuk beristirahat sejenak sebelum melanjutkan olahraga. Material yang digunakan untuk kursi panjang merupakan kayu

dan besi dan tidak menggunakan material yang terlalu nyaman sehingga durasi penggunaan kursi tidak terlalu panjang.

Dinding area terpilih 2 dilengkapi dengan cermin yang dapat digunakan oleh anggota Hawa Gym untuk bercermin dan memperhatikan postur ketika berolahraga. Cermin juga bermanfaat memberi kesan ruang yang lebih besar. Beberapa tv sebagai sumber hiburan juga dipasang di dinding agar pengguna alat olahraga dapat menonton tv ketika berolahraga.

5.4.2 Perspektif 3D dan Deskripsi

Gambar 5.18 Perspektif Ruang Terpilih 2
Sumber : Dokumentasi Penulis

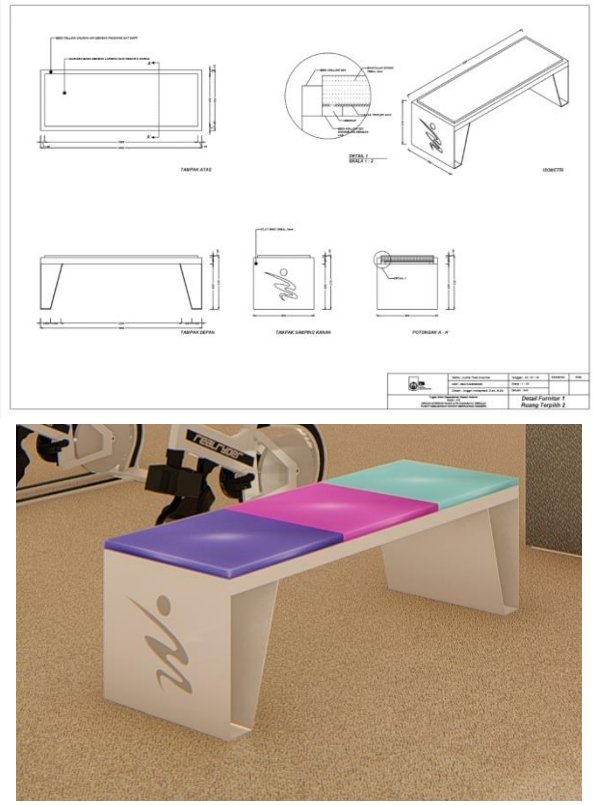
Desain area terpilih 2 menggunakan material yang sesuai dengan kebutuhan area olahraga kardio. Material lantai yang digunakan adalah rubber tile dan vinyl

plank, bertujuan untuk mengurangi getaran yang dihasilkan ketika berolahraga serta yang berasal dari musik yang keras. Selain itu, material lantai rubber tile dan vinyl plank juga mudah diganti atau diperbaiki jika mengalami kerusakan dengan biaya yang relatif murah.

Warna Hawa Gym ditunjukkan melalui aksentuasi lighting pada cermin serta elemen estetis dinding berwarna biru yang juga dimanfaatkan sebagai dudukan layar TV. Tipografi Hawa Gym digunakan sebagai signage yang menunjukkan nama area olahraga. Kolom ditengah ruangan juga dilengkapi elemen estetis pembungkus kolom dengan lampu LED strip merah muda yang juga bermanfaat sebagai sound panel untuk menyerap suara.

5.4.3 Detail Furnitur dan Elemen Estetis

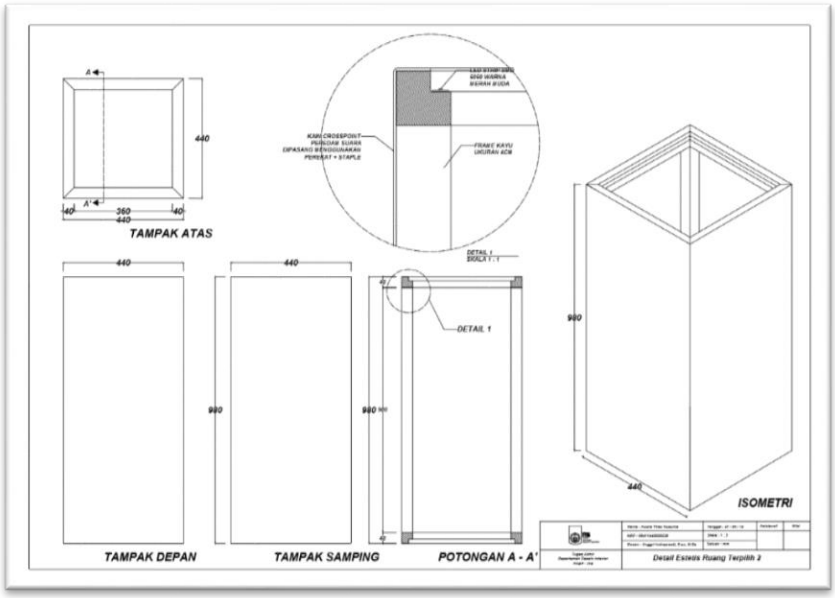
A. Detail Furnitur



Gambar 5.19 Detail Furnitur 1 Ruang Terpilih 2
Sumber : Dokumentasi Penulis

Detail furniture diatas merupakan bench atau kursi panjang yang diletakkan pada area transisi dan berfungsi bagi para anggota Hawa Gym yang ingin beristirahat sebelum melanjutkan berolahraga. Bentukan dari kursi panjang ini mengikuti bentukan cermin pada dinding area terpilih 2 dan material yang digunakan adalah besi dengan finishing cat putif doff serta logo Hawa Gym yang terdapat di sisi kursi. Upholstery pada kursi menggunakan kain oscar 3 warna yang mencerminkan corporate image dari Hawa Gym. Material yang digunakan menghindari material yang terlalu lembut atau nyaman sehingga penggunaan kursi berdurasi pendek serta finishing pada kursi berdampak pada kemudahan dalam membersihkan kursi panjang.

B. Detail Elemen Estetis



Gambar 5.20 Detail Furnitur 2 Ruang Terpilih 2
Sumber : Dokumentasi Penulis

Elemen estetis pada area terpilih 2 merupakan pembungkus kolom yang sekaligus bermanfaat sebagai sound panel untuk menyerap suara. Area olahraga kardio biasa memutar musik dengan intensitas tinggi untuk meningkatkan semangat berolahraga. Oleh karena itu sound panel berfungsi untuk mengurangi getaran frekuensi tinggi yang dihasilkan oleh musik.

Elemen estetis terbuat dari rangka kayu yang dibungkus kain crosspoint untuk menyerap suara. Didalam sound panel juga dilengkapi foam atau busa dinding yang bermanfaat untuk meningkatkan efektivitas sound panel dalam menyerap suara. Warna kain yang digunakan adalah abu-abu gelap agar tetap satu nada dengan material lantai serta dilengkapi dengan LED strip berwarna merah muda sebagai aksentuasi pada kolom.

BAB VI
KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Dari pembahasan tentang Desain Interior "Hawa Gym Surabaya Sebagai Pusat Kebugaran Wanita Bernuansa Modern" ini, dapat diambil beberapa kesimpulan, antara lain:

1. Desain pusat kebugaran perempuan lebih difokuskan pada jenis olahraga kardiovaskular serta olahraga dalam bentuk kelompok dikarenakan hasil analisa menunjukkan bahwa wanita cenderung lebih tertarik berolahraga kardio serta berolahraga dalam bentuk grup. Fasilitas juga berpengaruh penting kepada wanita ketika menentukan untuk bergabung sebuah pusat kebugaran sehingga desain interior harus memiliki fasilitas khusus yang disesuaikan dengan kebutuhan wanita, salah satu contohnya adalah *make up station* yang diletakkan di area loker.
2. Aplikasi warna Hawa Gym pada desain interior dapat diterapkan pada elemen estetis, pencahayaan serta warna furnitur. Kombinasi pengulangan 3 warna yaitu biru muda, biru tua serta merah muda akan menanamkan sebuah image Hawa Gym sebagai brand yang mudah dikenal oleh pengguna maupun calon pengguna Hawa Gym. Penggunaan elemen melengkung pada pola lantai, bentuk plafon maupun bentukan furniture dapat membantu menekankan kesan lembut dan feminim serta membedakan Hawa Gym sebagai pusat kebugaran wanita dari pusat kebugaran lainnya.
3. Lokasi yang sesuai bagi Hawa Gym Surabaya merupakan Jalan Arief Rachman Hakim dikarenakan daerah tersebut merupakan daerah yang padat penduduk, serta tersedia beberapa pusat kebugaran tetapi belum terdapat pusat kebugaran wanita sehingga wanita yang merasa kurang nyaman berolahraga di pusat kebugaran yang didominasi anggota pria dapat bergabung dengan Hawa Gym Surabaya.

6.2 Saran

Beberapa saran yang menjadi pertimbangan dalam mendesain interior Hawa Gym Surabaya sebagai pusat kebugaran wanita bernuansa modern ini adalah sebagai berikut:

1. Dalam mendesain interior pusat kebugaran sebaiknya memperhatikan standar-standar dan regulasi yang sudah ada dan diatur beberapa asosiasi olahraga dan fitness dunia seperti Sport England. Beberapa hal yang harus diperhatikan adalah standar pencahayaan, besar ruang dan area olahraga, jarak ideal antar alat olahraga serta material dan elemen interior yang dibutuhkan didalam ruang olahraga. Ini bertujuan agar desain yang dibuat lebih tepat sasaran dan nyaman digunakan bagi pengunjung saat berolahraga.
2. Penelitian terhadap karakter serta minat konsumen sangatlah penting, dan penelitian dan survey yang berkelanjutan akan bermanfaat sebagai bahan acuan dan bahan referensi dalam mengolah sebuah konsep pusat kebugaran wanita yang dapat berkembang dan terus memenuhi kebutuhan konsumen.

DAFTAR PUSTAKA

mangkoko.com. (2016, February 11). *"Psikologi Warna : Biarkan Warna Berbicara"* . Retrieved from Mangkoko Travel, Culture & Green Life: http://mangkoko.com/ruang_baca/psikologi-warna-biarkan-warna-berbicara.

Acoustical Surfaces. (2016, June 06). *Fitness Acoustics: Can Your Class Hear You?* Retrieved from www.acousticalsurfaces.com: https://www.acousticalsurfaces.com/can-your-class-hear

agartubuhlangsing.info. (2016). *Pengertian dan Manfaar Senam Aerobik Bagi Kesehatan*. Retrieved from agartubuhlangsing.info: http://www.agartubuhlangsing.info/pengertian-dan-manfaat-senam-aerobik-bagi-kesehatan

Anonim. (2014). *Arsitektur Modern*. Retrieved from sanfrancisomirror.com: www.sanfranciscomirror.com/

Anonim. (2015). *Bentuk desain interior modern*. Retrieved from prodezign.web.id: http://prodezign.web.id/?p=292

Anonim. (2015). *Desain Interior Modern*. Retrieved from rosadesain.blogspot.com: http://rosadesain.blogspot. com/2010/03/desain-interior-modern-modern.html.

Anonim. (2015). *how color impacts emotions and behaviors*. Retrieved from 99designs.com: https://99designs.com/blog/tips/how-color-impacts-emotions-and-behaviors/

Anonim. (2016, June 6). *Definisi Modern*. Retrieved from carapedia.com: http://carapedia.com/pengertian _ definisi_modern_info2170.html.

Attwood, E. (2015, May). *How Lighting Changes the Group Fitness Environment*. Retrieved from athleticbusiness.com: https://www.athleticbusiness.com/fitness-training/how-lighting-changes-the-group-fitness-environment.html

beritahati.com. (2016, December 27). *Dampak Positif yang Terjadi pada Otak jika Anda Rutin Sauna*. Retrieved from beritahati.com: http://beritahati.com/berita/22376/Wow%2BIni%2BDampak%2BPositif%2Byang%2BTerjadi%2Bpada%2BOtak%2Bjika%2BAnda%2BRutin%2BSauna

Birren, F. (1995). *Colorizer album of 1,322 in paint.* New Haven: Colorizer Associates.

Block, L. (Director). (1991). *Fit: Episodes in the history of the body [VHS]* [Motion Picture].

Castelnuovo, S. &. (1998). *Feminism and the female body: Liberating the amazon within.* London: Lynne Rienner Publishers.

Celebrity Fitness. (2016). *About*. Retrieved from celebrityfitness: www.celebrityfitness.com

Desain, I. (2016, November). *"Peran Pencahayaan dalam Interior Rumah"* . Retrieved from imaniadesain: http://www.imaniadesain.com/pencahayaan

Dworkin, S. L. (2003). A woman's place is in the…Cardiovascular Room??: Gender relations, the body, and the gym. In A. B. Granskog, *Athletic intruders: Ethnographic research on women, culture, and exercise* (pp. 131-158). Albany, NY: State University of New York Press.

East Java. (2012). *About*. Retrieved from East Java: http://www.eastjava.com/tourism/surabaya/ina/about.html

England, S. (2008). *Fitness and Exercise Spaces Design Guidance Note.* London: Sport England.

Fitness For Men. (2015, October 7). *10 Kegiatan Kardiovaskular Outdoor*. Retrieved from fitnessformen.co.id: http://www.fitnessformen.co.id/article/10/2015/2235-10-Kegiatan-Kardiovaskular-Outdoor

Guttenberg, S. (2011, April 09). *How to stop subwoofer bass from 'leaking' into other rooms*. Retrieved from www.cnet.com: https://www.cnet.com/news/how-to-stop-subwoofer-bass-from-leaking-into-other-rooms/

Hawa Gym. (2017). *About*. Retrieved from hawagym.com: http://hawagym.com/

KBBI. (2016). *kbbi.kemdikbud*. Retrieved from https://kbbi.kemdikbud.go.id/

Longman, P. (2008). *Longman Dictionary of Contemporary English.*

Mantra, I. B. (1989). *Bhagavadgita.* Denpasar: Parisada Hindu Darma Pusat.

Nielsen Corporation. (2015). *Nielsen's Global Health & Wellness Survey.* New York: The Nielsen Company.

Nurmianto, E. (2008). *Ergonomi: Konsep Dasar dan Aplikasinya.* Surabaya: Guna Widya.

Panero, J., & Zelnik, M. (1979). *Human Dimension & Interior Space: A Source Book of Design Reference Standards.* Whitney Library of Design.

Ransdell, L. B. (2004). International perspectives: The influence of gender on lifetime physical activity participation. *The Journal of The Royal Society for the Promotion of Health*, 12-14.

Ransdell, L. B. (2004). International perspectives: The influence of gender on lifetime physical activity participation. *The Journal of The Royal Society for the Promotion of Health 124*, 12-14.

reps-id. (2014, May). *Fat Loss*. Retrieved from reps-id: http://reps-id.com/mengenal-beragam-alat-kardio/

Rudystina, A. (2017, August 16). *Kebugaran*. Retrieved from hellosehat.com: https://hellosehat.com/hidup-sehat/kebugaran/olahraga-untuk-menguatkan-jantung/

Sheridan, C. (1992). Health Psychology : Challenging The Biomedical Model. New York: John Wiley & Sons.

Sura, I. G. (2001). *Pengendalian Diri dan Etika Dalam Ajaran Hindu.* Denpasar: Hanoman Sakti.

Tim Penyusun Kamus. (2005). *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi 3.* Balai Pustaka.

Vano-Architect. (2011). *"Prinsip Dalam Pencahayaan Buatan"* . Retrieved from vano-architect.blogspot.co.id: http://vano-architect.blogspot.co.id/2011/03/prinsip-dalampencahayaan-buatan_7943.html.

Wijayanti, K. (2009). *Fenomena Pusat Kebugaran Dalam Perkembangan Kota.* Depok: Universitas Indonesia.

World Book Encyclopedia. (2016). *The World Book Encyclopedia.* United States: Scott Fetzer Company.

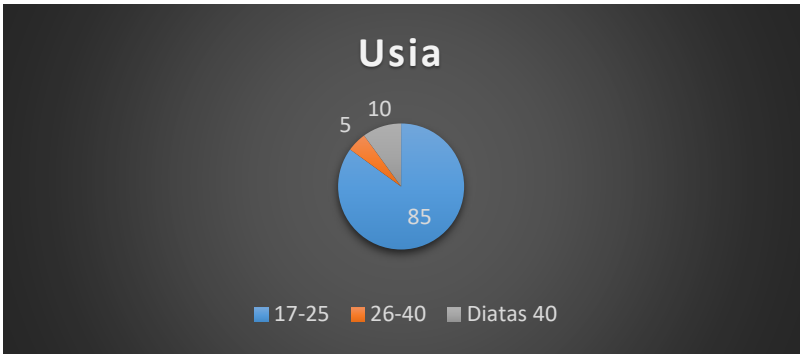
(Halaman ini sengaja dikosongkan)

LAMPIRAN

Hasil Kuisioner

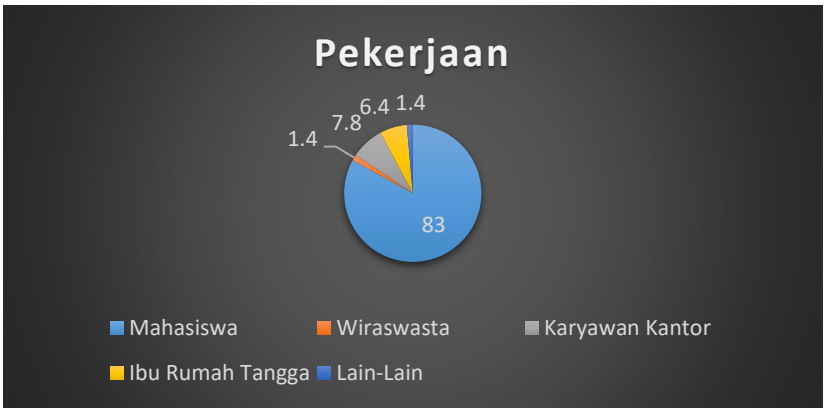
1. **Usia**

   Hasil:



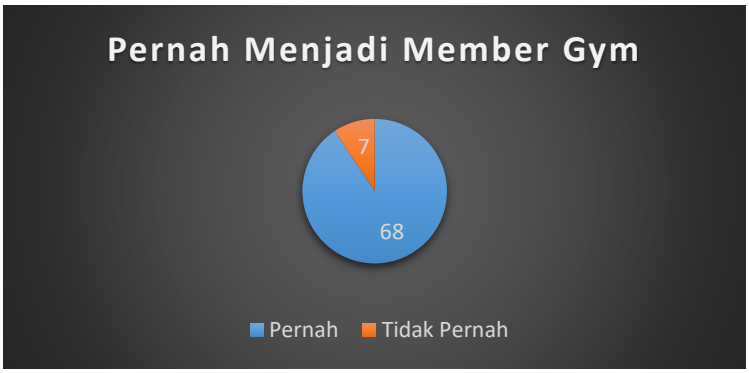
2. **Pekerjaan**

   Hasil:

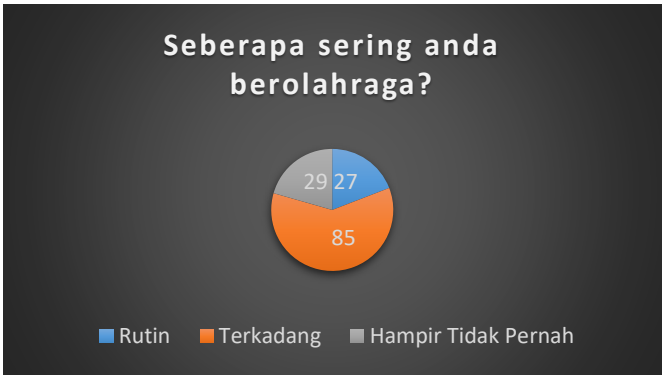


3. **Pernah atau tidak menjadi member gym**

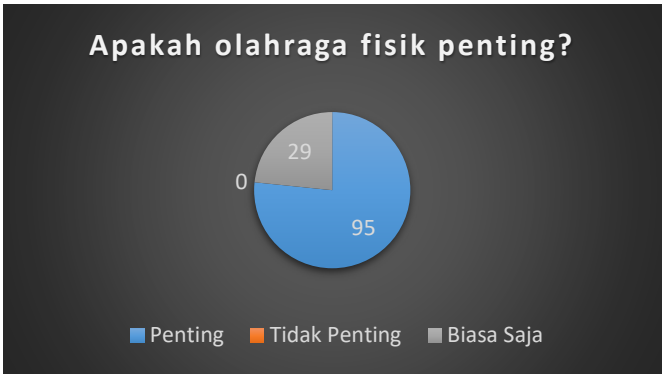
   Hasil:



4. Seberapa sering anda berolahraga?
Hasil:



5. Apakah menurut anda olahraga fisik itu penting?
Hasil:



6. Pertanyaan untuk pengguna pusat kebugaran :

No	Pertanyaan	Jawaban	Jumlah	%	Keterangan
C1	Apa yang Anda perhatikan ketika memilih menjadi member sebuah pusat kebugaran?	Harga	1	1.3	Kesimpulannya adalah bahwa fasilitas paling berpengaruh besar dalam seseorang memilih pusat kebugaran
		Fasilitas	59	74.7	
		Keramaian	4	5.1	
		Promo	12	15.2	
		Kebersihan	1	1.3	
		Lain-Lain	2	2.4	
C2	Anggota mana yang berjumlah lebih banyak di pusat kebugaran anda?	Pria	50	65.2	Dapat disimpulkan responden merasa pusat kebugaran didominasi pria
		Wanita	21	26.6	
		Sama Rata	8	8.2	
C3		Nyaman	14	17.7	

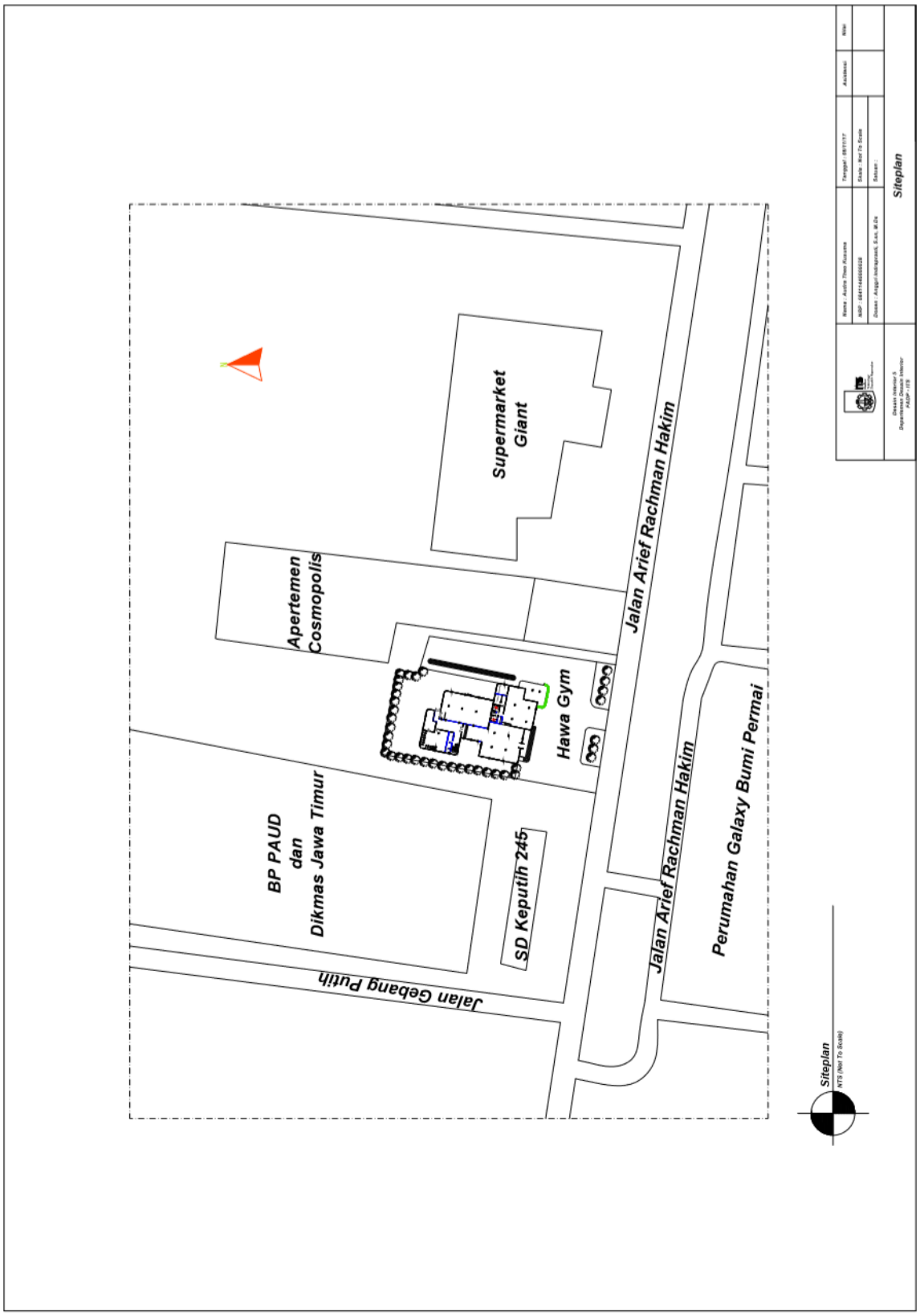
	Apakah Anda merasa nyaman berbagi alat di dalam gym dengan member pria lainnya? (terutama saat kondisi ramai)	Tidak Nyaman	65	82.3	Dapat disimpulkan responden merasa tidak nyaman jika berolahraga bersama pria

7. Pertanyaan bagi pengguna dan non pengguna pusat kebugaran :

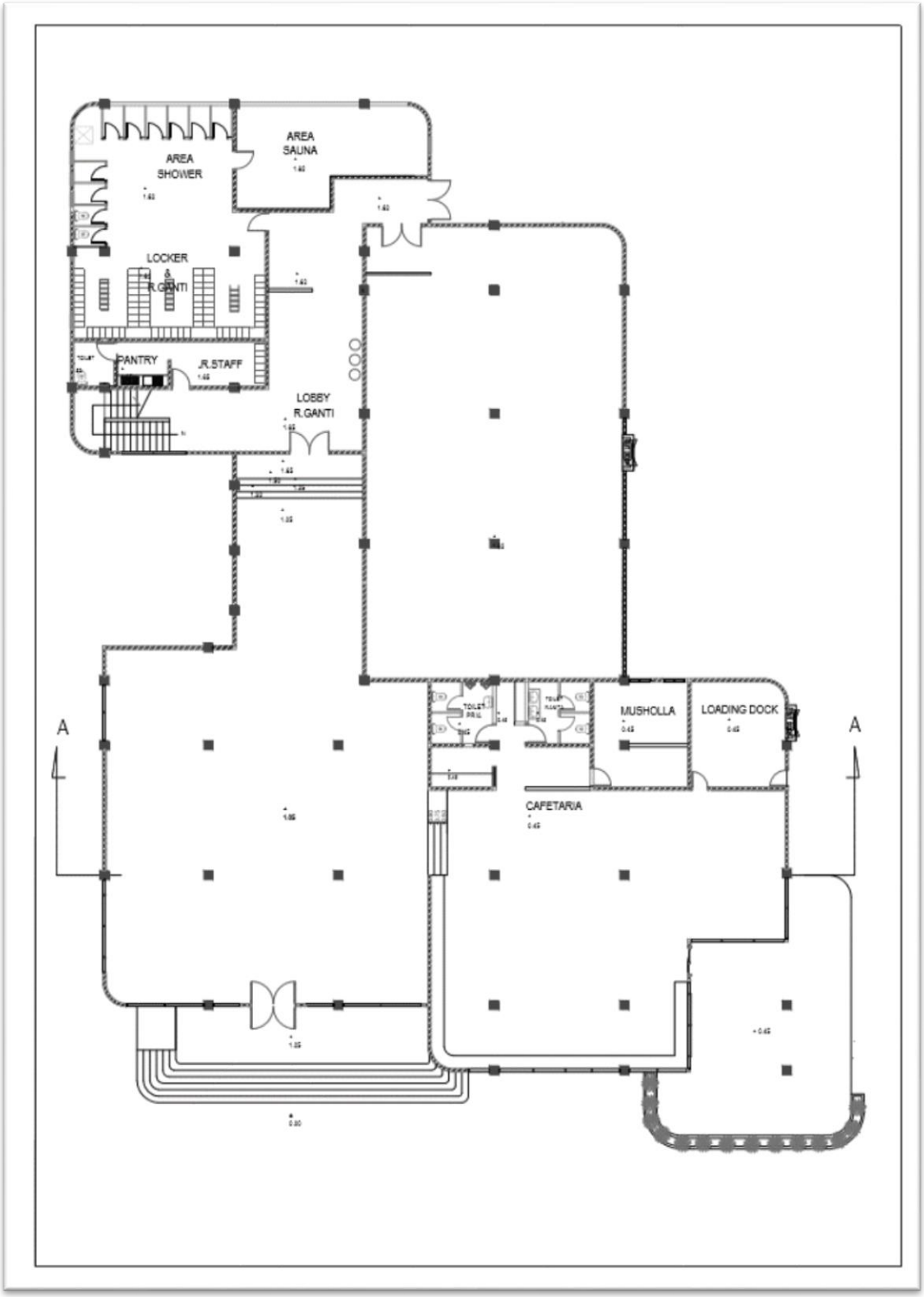
No	Pertanyaan	Jawaban	Jumlah	%	Keterangan
D1	Jika tersedia sebuah pusat kebugaran khusus wanita dengan fasilitas yang setara pusat kebugaran lainnya, apakah Anda akan tertarik?	Tertarik	127	90.1	Dapat disimpulkan responden tertarik jika ada sebuah pusat kebugaran khusus wanita
		Tidak Tertarik	14	9.9	
D2	Menurut Anda, image apa yang paling menggambarkan pusat kebugaran seperti gym pada umumnya?	Sporty	48	34	Dapat disimpulkan responden merasa kebanyakan pusat kebugaran memiliki image yang sporty
		Sehat	39	27.7	
		Ramai	19	13.5	
		Maskulin	13	9.2	
		Strong	9	6.4	
		Ribut	3	2.1	
		Kotor	2	1.4	
		Lain-Lain	8	5.7	
D3	Jika Anda tiba-tiba ingin berolahraga, situasi olahraga mana yang akan lebih nyaman bagi anda?	Berolahraga bersama wanita lain	97	68.8	Dapat disimpulkan bahwa responden akan lebih nyaman berolahraga dengan sesame wanita lain
		Berolahraga di tempat yang membaurkan member pria dan wanita	5	3.5	
		Bebas-bebas saja	39	27.7	

D4	Faktor apa yang akan membuat Anda lebih tertarik untuk menjadi member sebuah pusat kebugaran khusus wanita?	Fasilitas tambahan seperti SPA dan lain-lain	81	57.4	Dapat disimpulkan selain membership yang murah, responden akan lebih tertarik jika sebuah pusat kebugaran memiliki fasilitas tambahan, bersih dan memiliki desain yang tidak mengintimidasi
		Harga membership yang murah	99	70.2	
		Promo yang banyak	62	44	
		Desain yang menarik dan tidak mengintimidasi bagi pemula	91	64.5	
		Tempat yang bersih	101	71.6	
		Peralatan kamar mandi lengkap seperti hair dryer dan hair straightener	7	4.9	
D5	Jika di kota tempat tinggal Anda dibuka sebuah gym khusus wanita, menurut Anda, apa saja faktor pendukung yang harus ada untuk menarik minat calon member?	SPA	50	35.5	Dapat disimpulkan bahwa poin poin disampinb merupakan factor pendukung yang bisa meningkatkan ketertarikan wanita untuk mendaftar
		Salon	40	28.4	
		Health Cafe	82	58.2	
		Infografis petunjuk bagi pemula	87	61.7	
		Sauna	45	31.9	
		Jacuzzi	29	20.6	
		Area privat untuk masing masing jenis olahraga	107	107	
D6	Menurut Anda, suasana apa yang cocok untuk sebuah gym/ pusat kebugaran khusus wanita?	Feminim	16	11.3	Dapat disimpulkan bahwa suasana yang cocok untuk konsep desain interior pusat kebugaran wanita adalah Fun
		Elegan	40	28.4	
		Sporty	37	25.1	
		Fun	48	35.2	

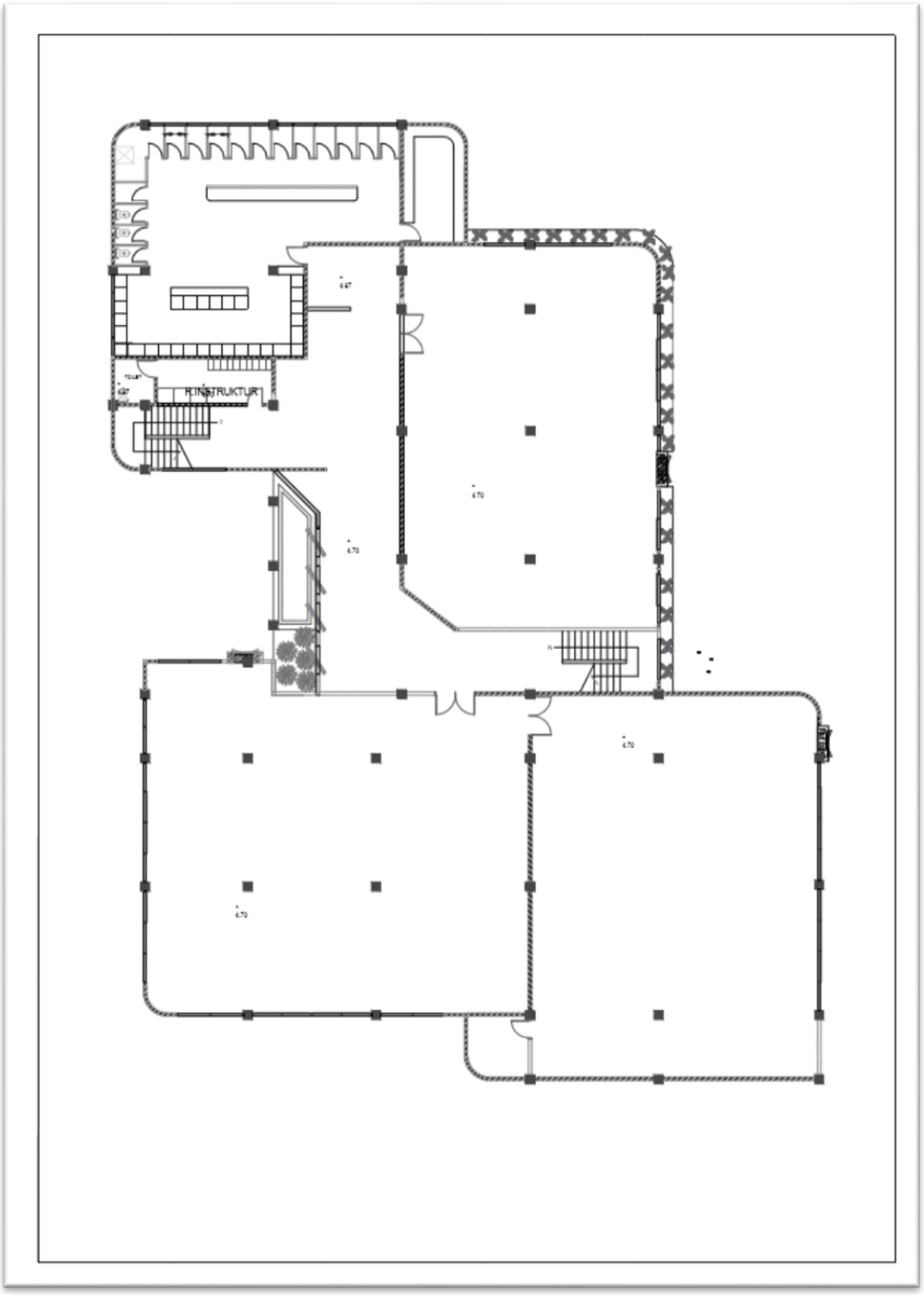
Siteplan Hawa Gym Surabaya



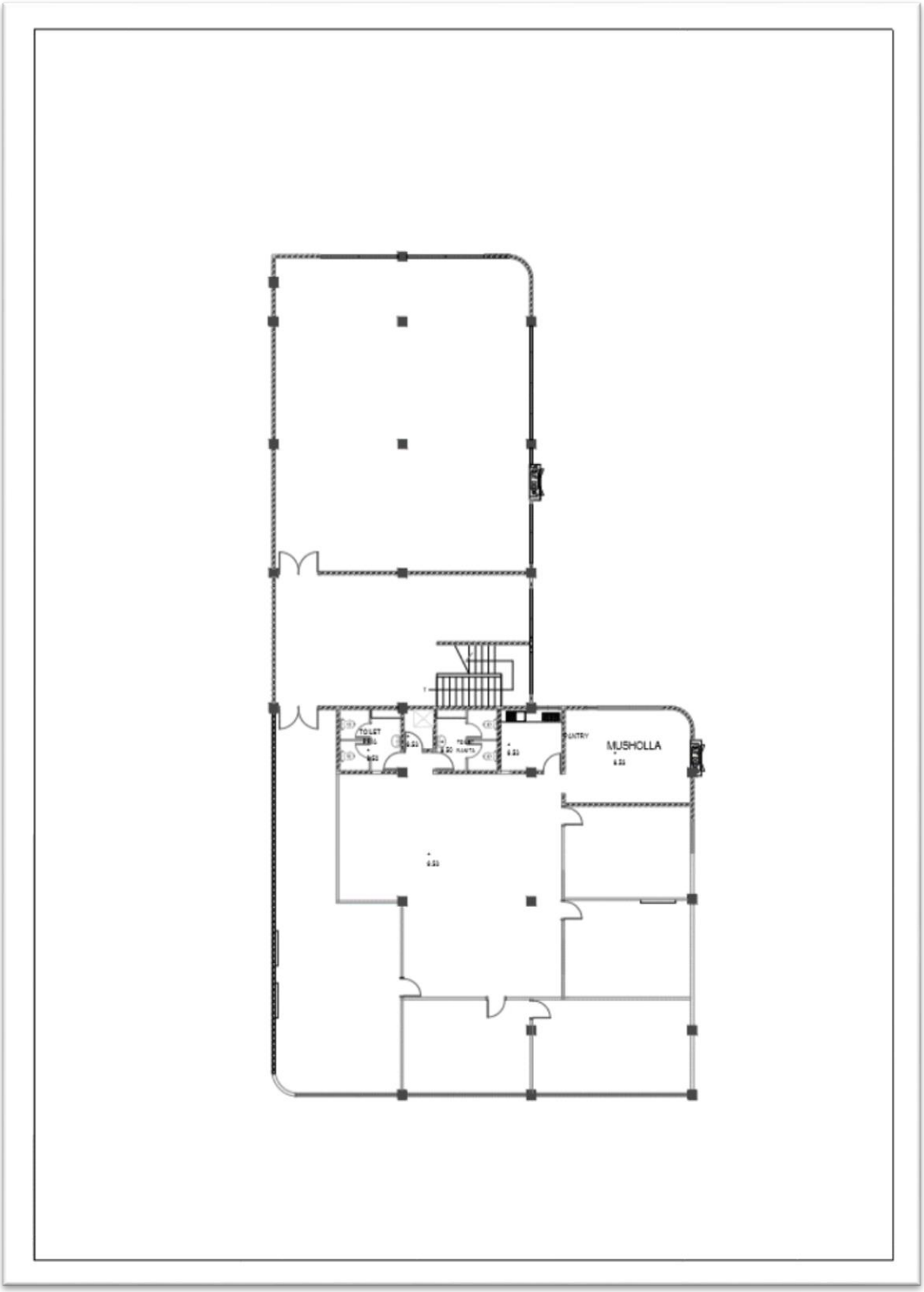
Denah Eksisting Lantai 1



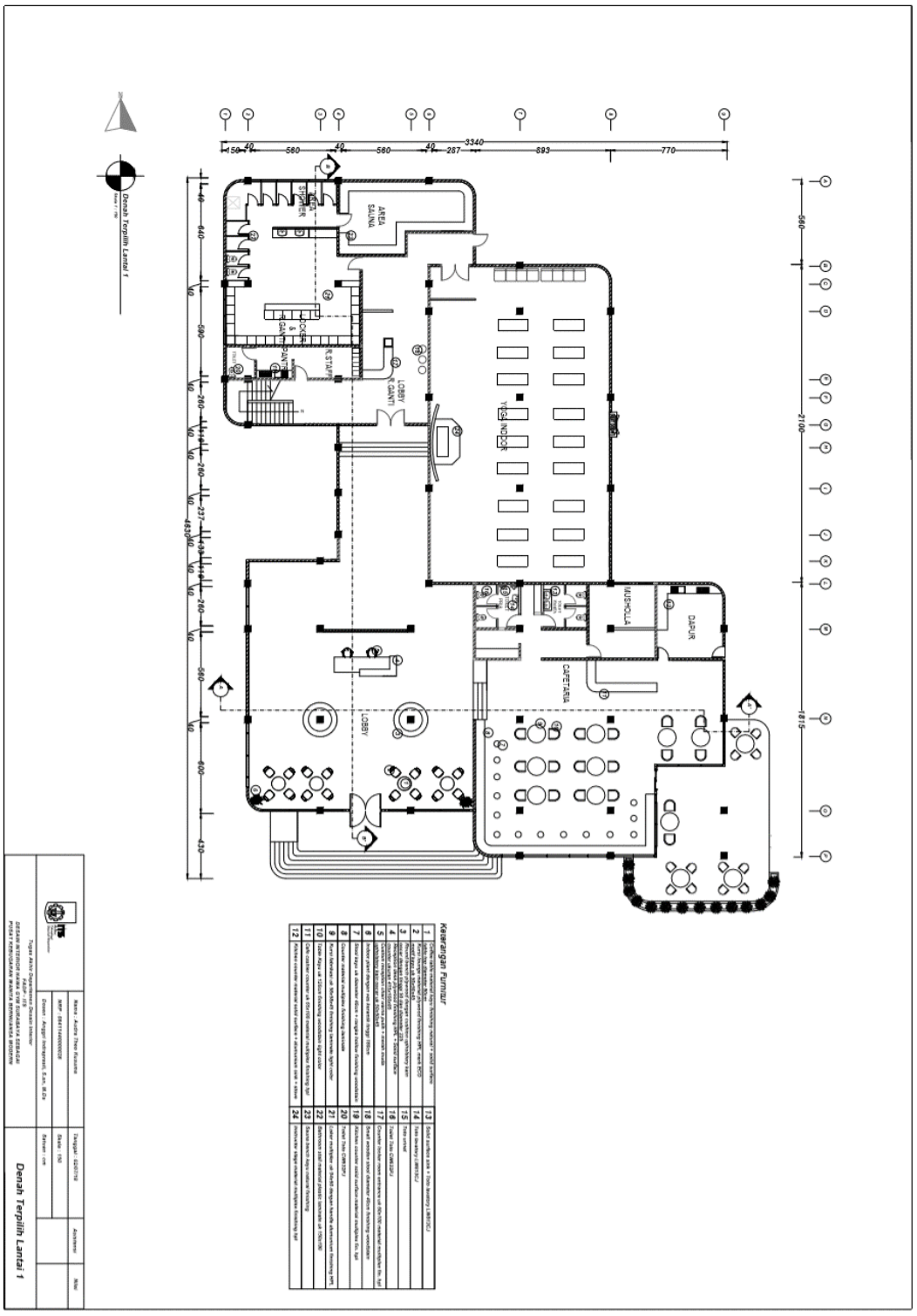
Denah Eksisting Lantai 2



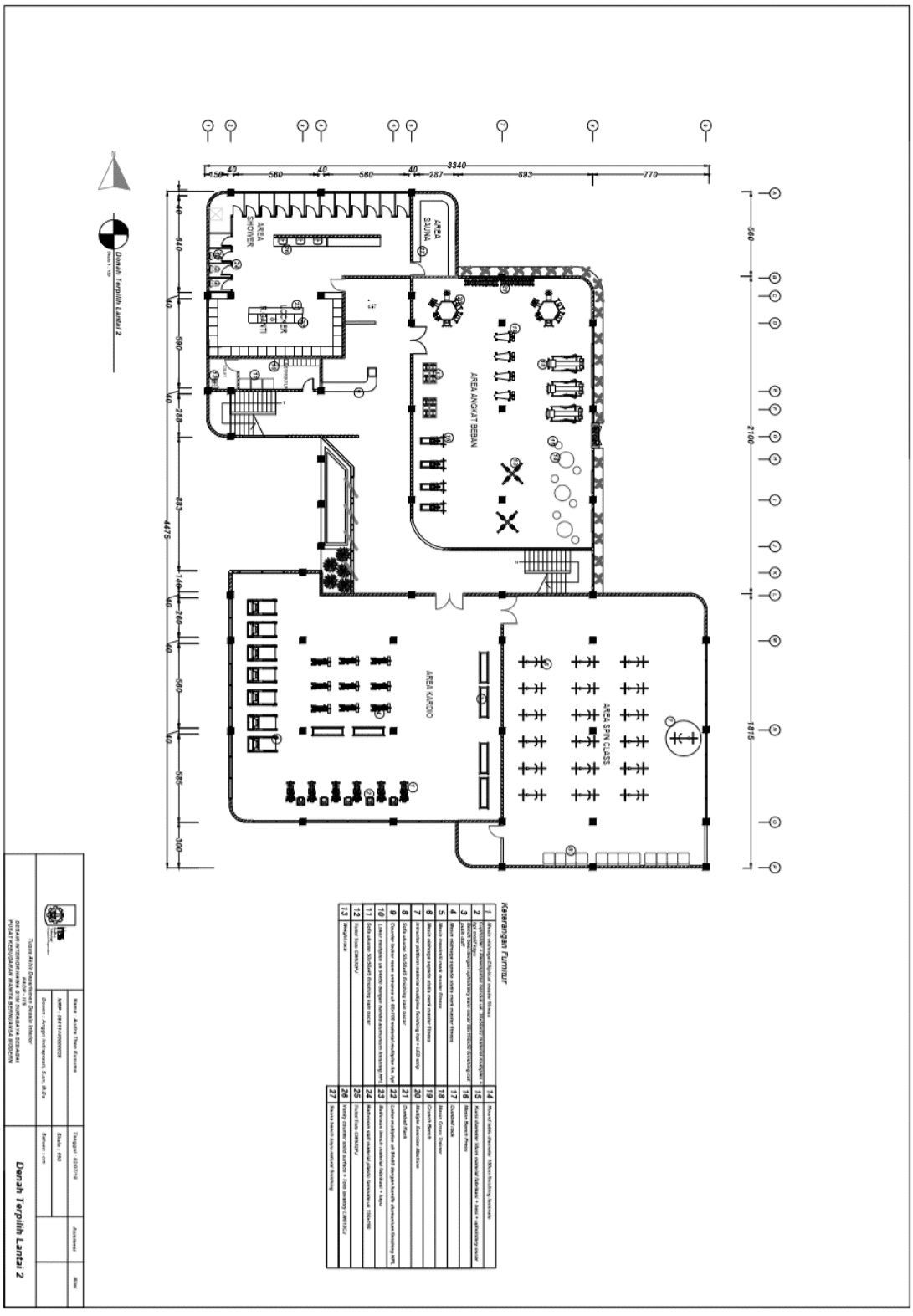
Denah Eksisting Lantai 3



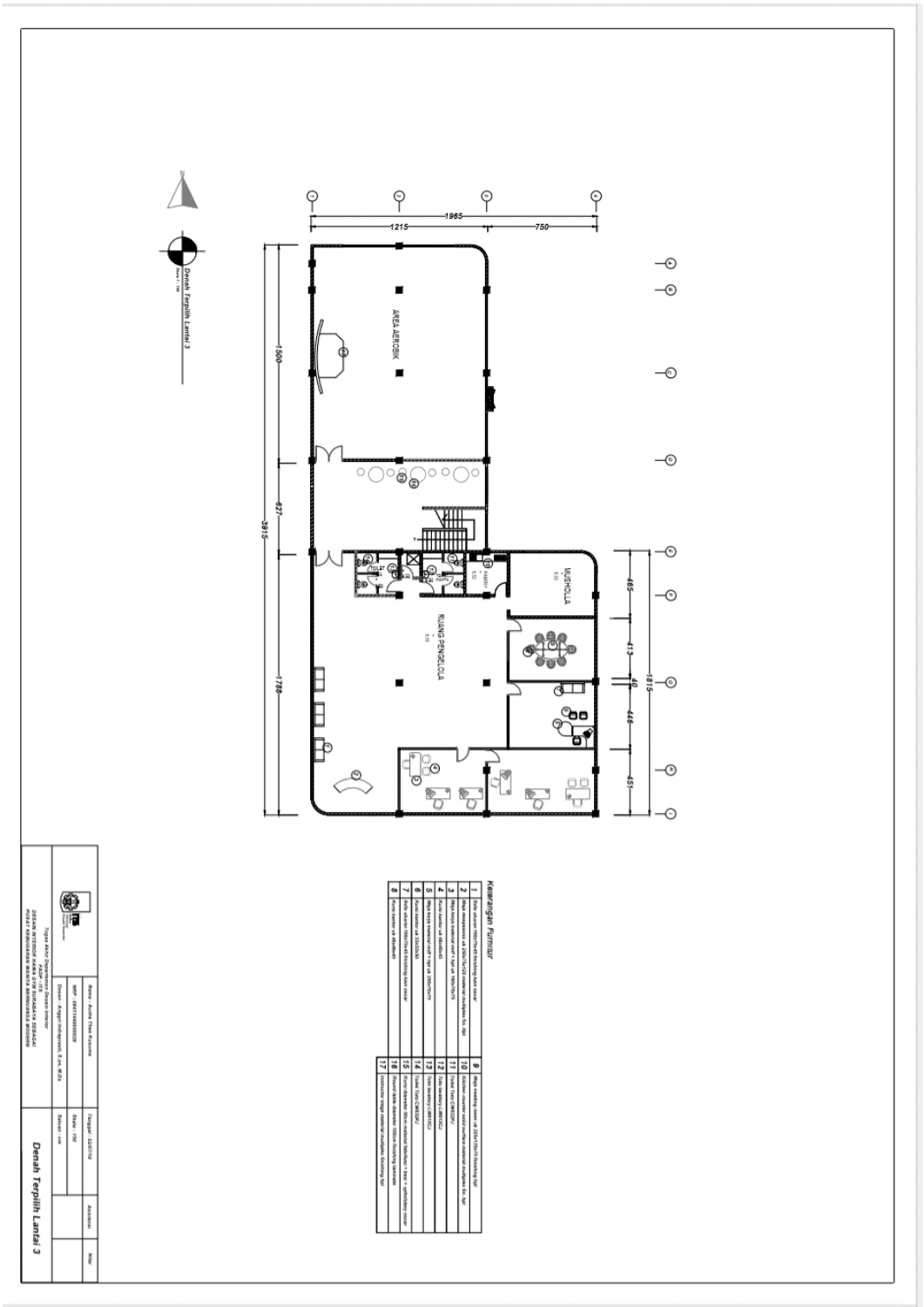
Denah Keseluruhan Terpilih Lantai 1



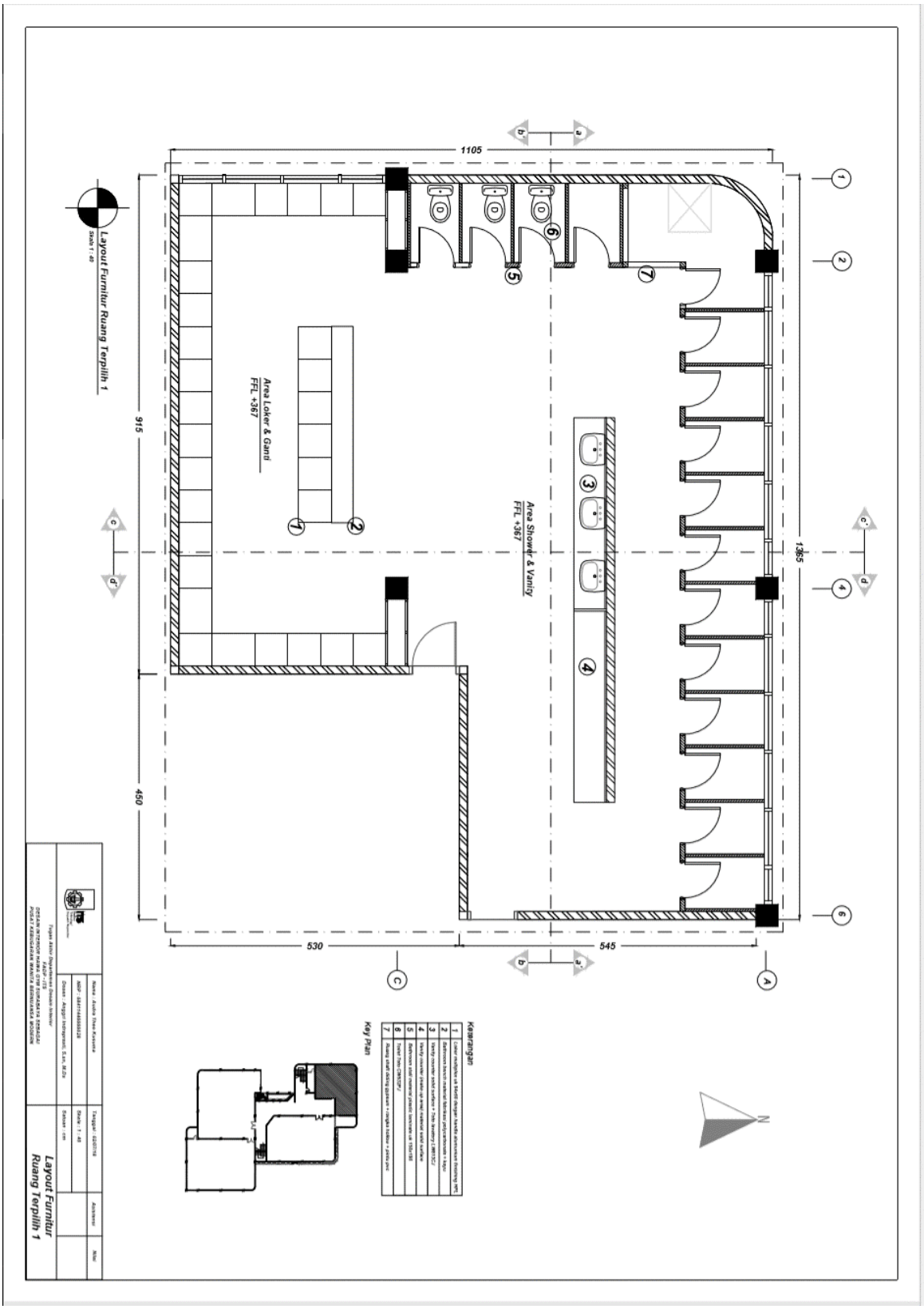
Denah Keseluruhan Terpilih Lantai 2



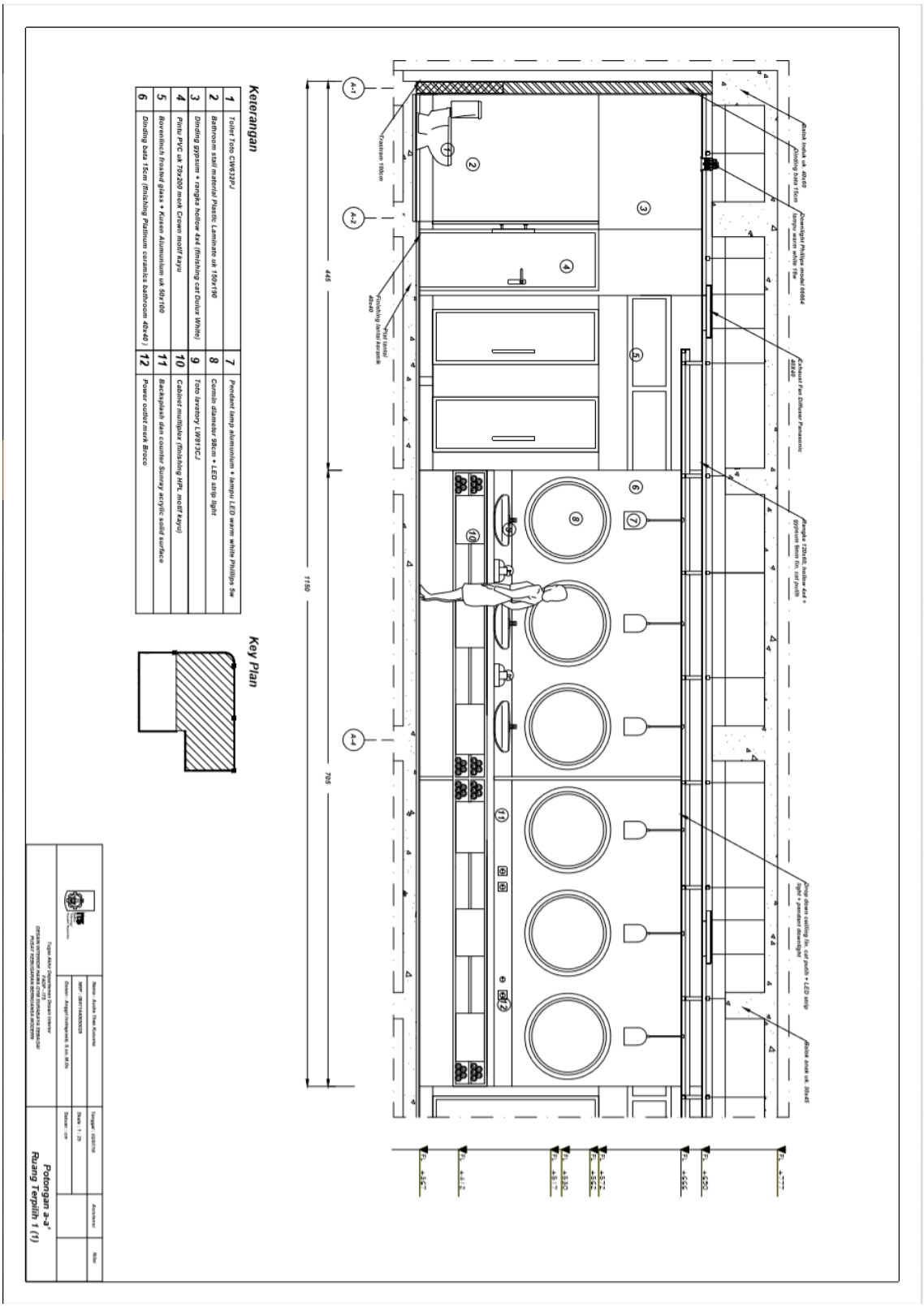
Denah Keseluruhan Terpilih Lantai 3



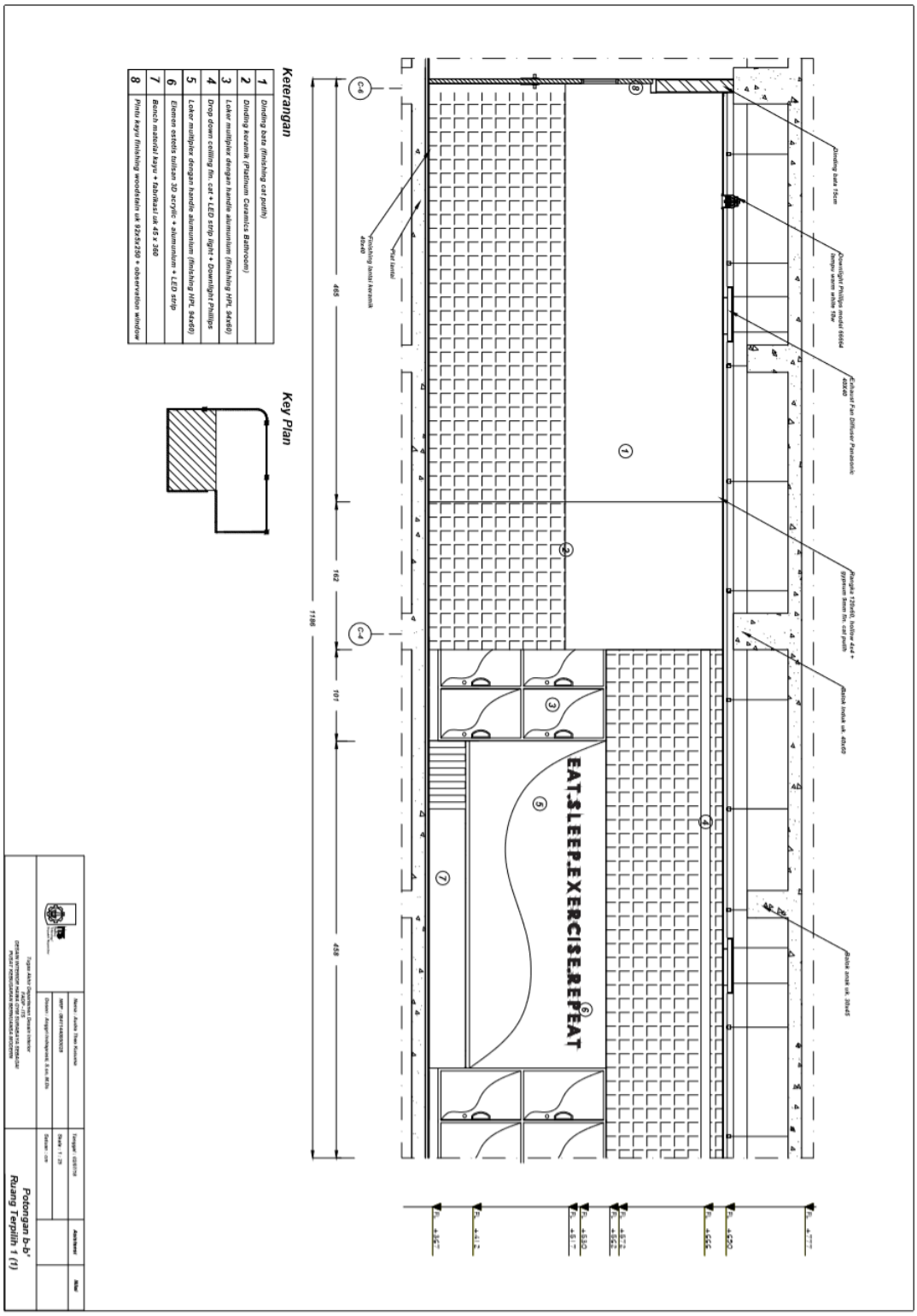
Denah Keseluruhan Area Terpilih 1



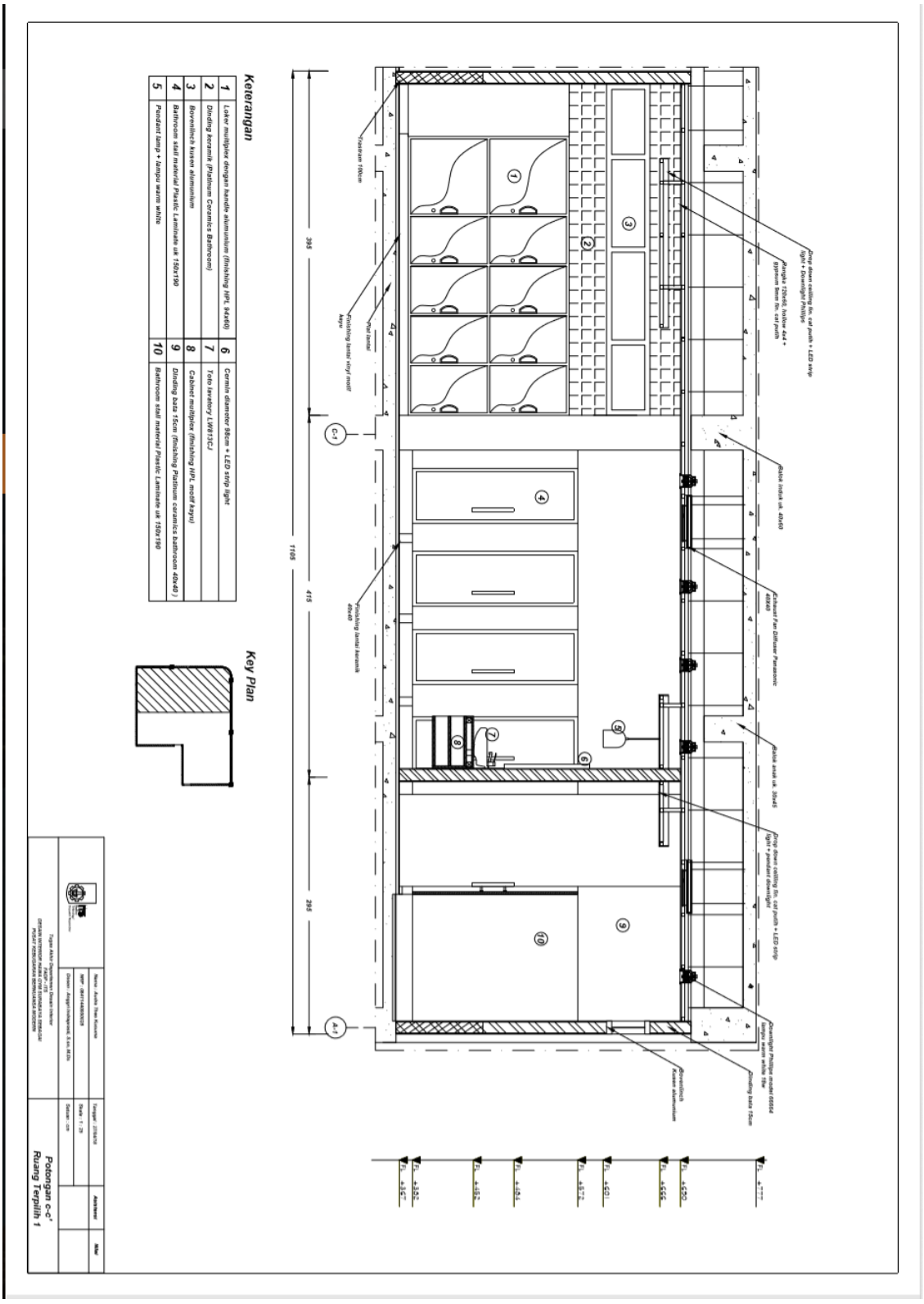
Potongan a-a' Area Terpilih 1



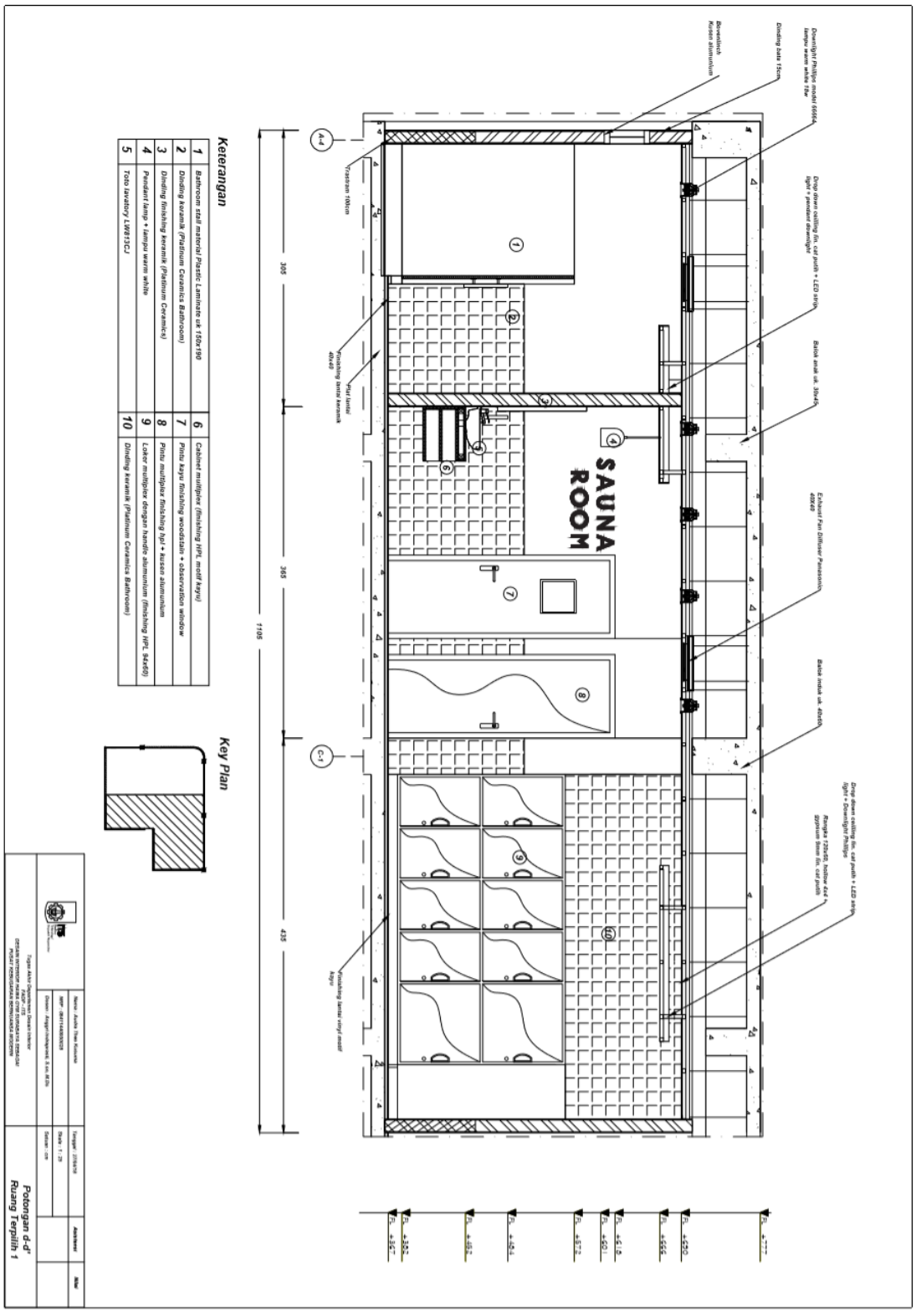
Potongan b-b’ Area Terpilih 1



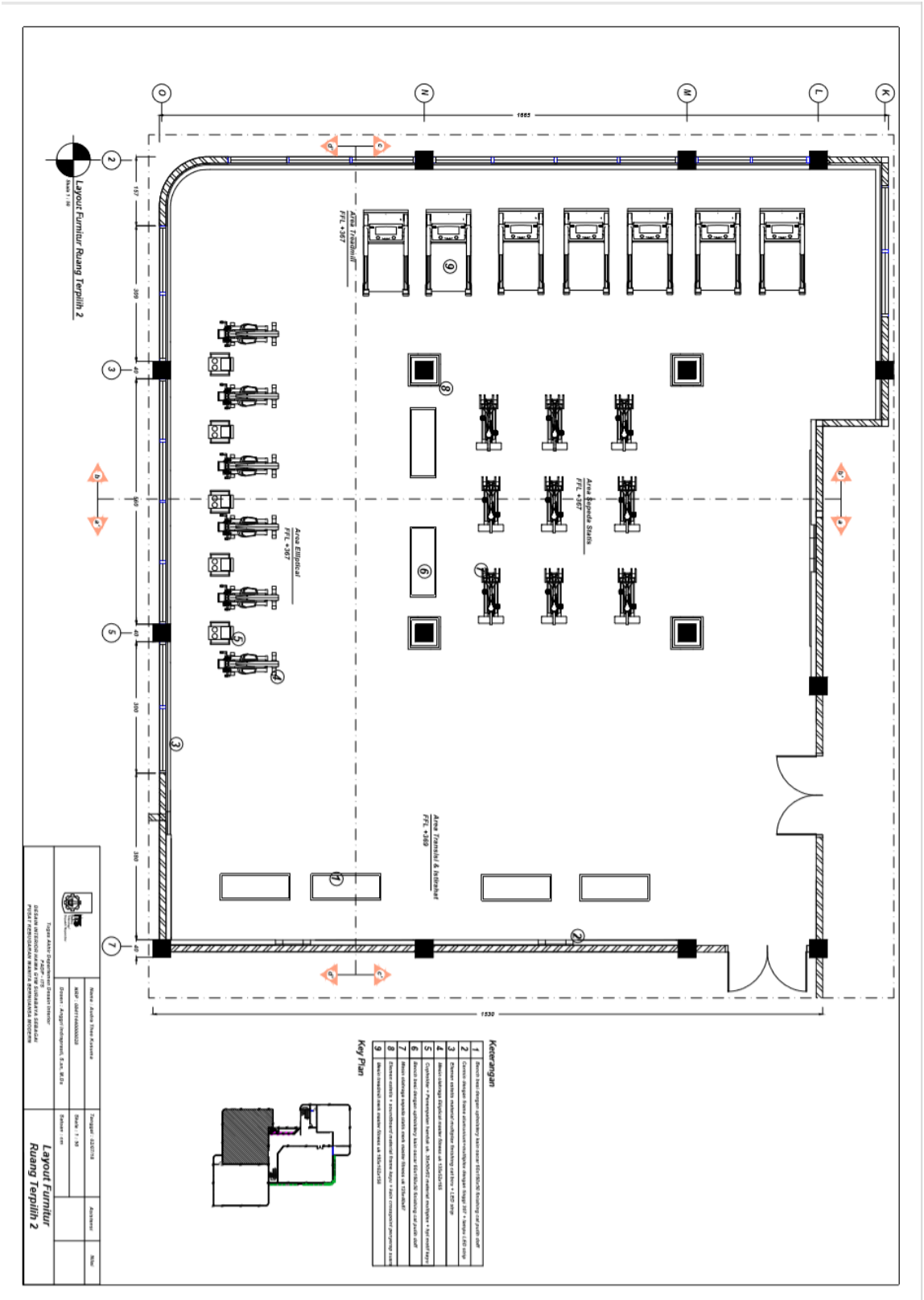
Potongan c-c' Area Terpilih 1



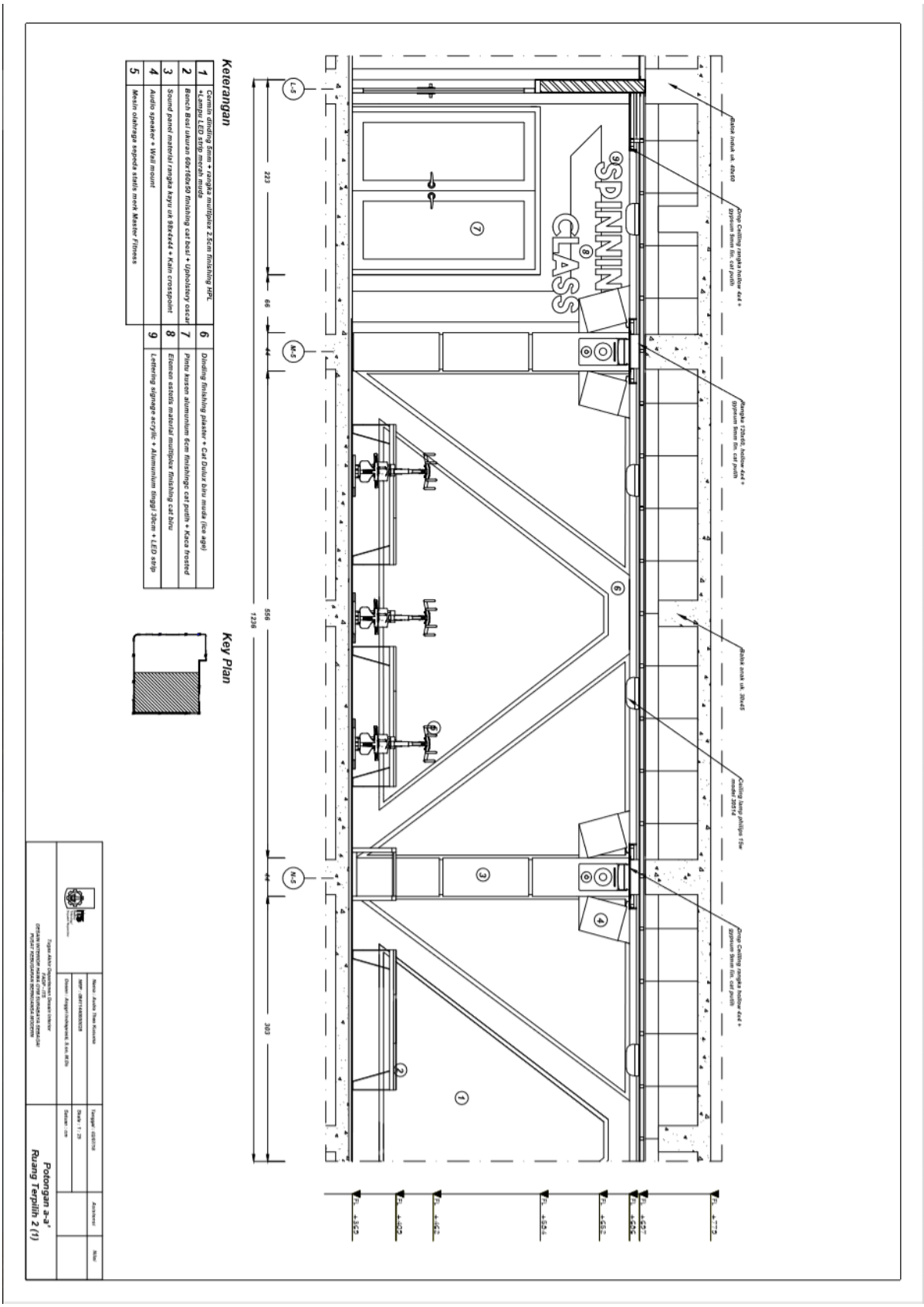
Potongan d-d’ Area Terpilih 1



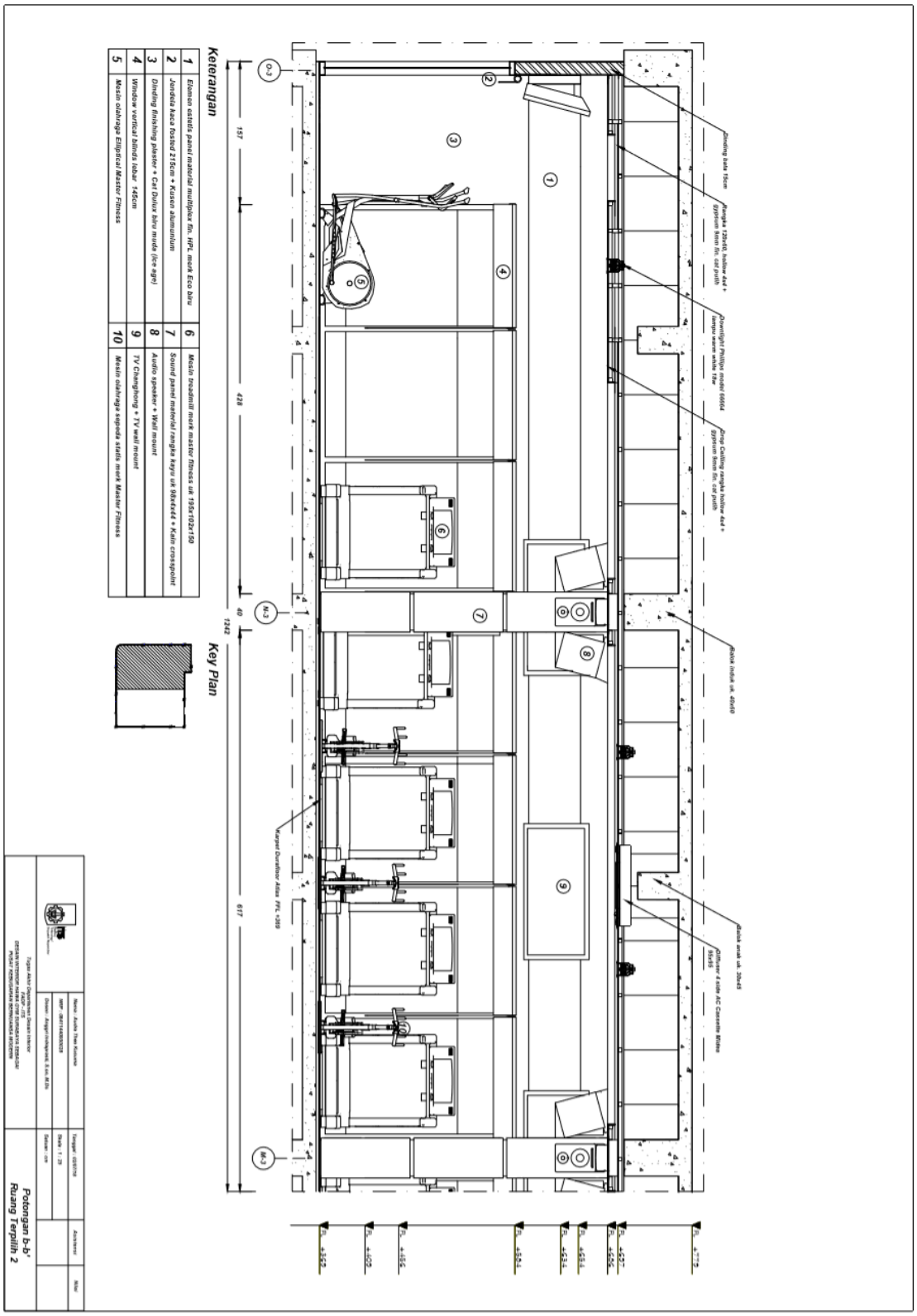
Denah Keseluruhan Area Terpilih 2



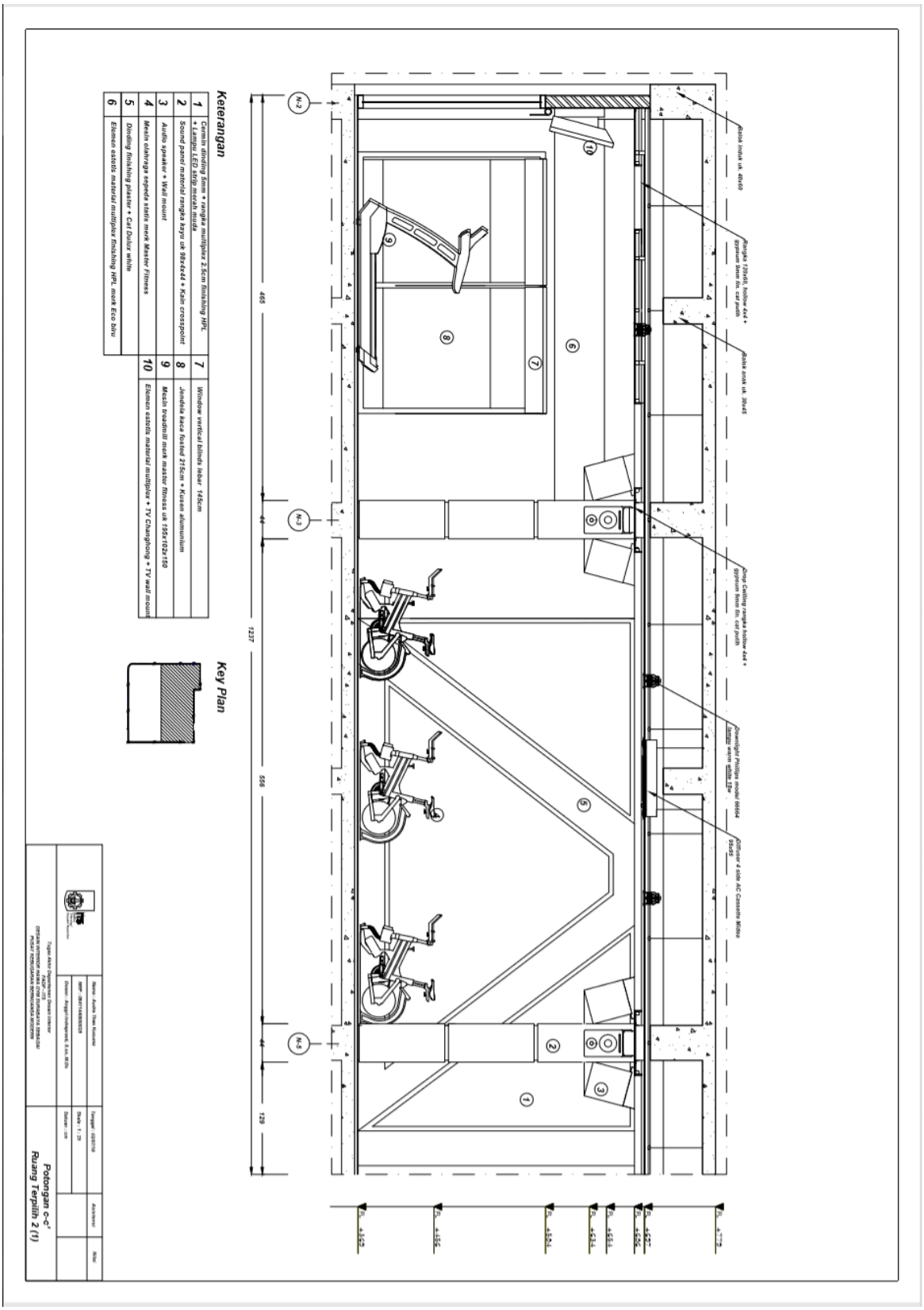
Potongan a-a’ Area Terpilih 2



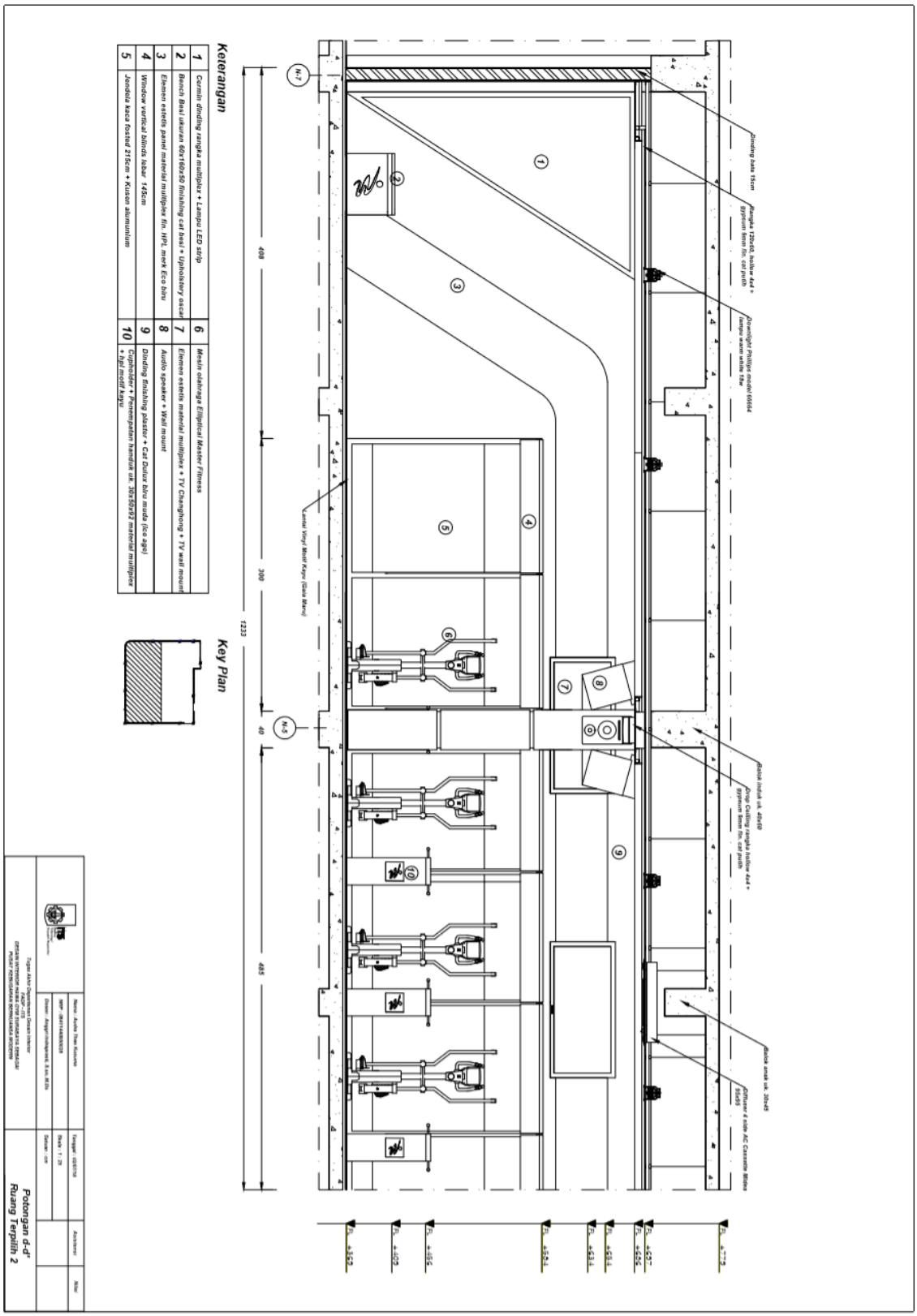
Potongan b-b' Ruang Terpilih 2



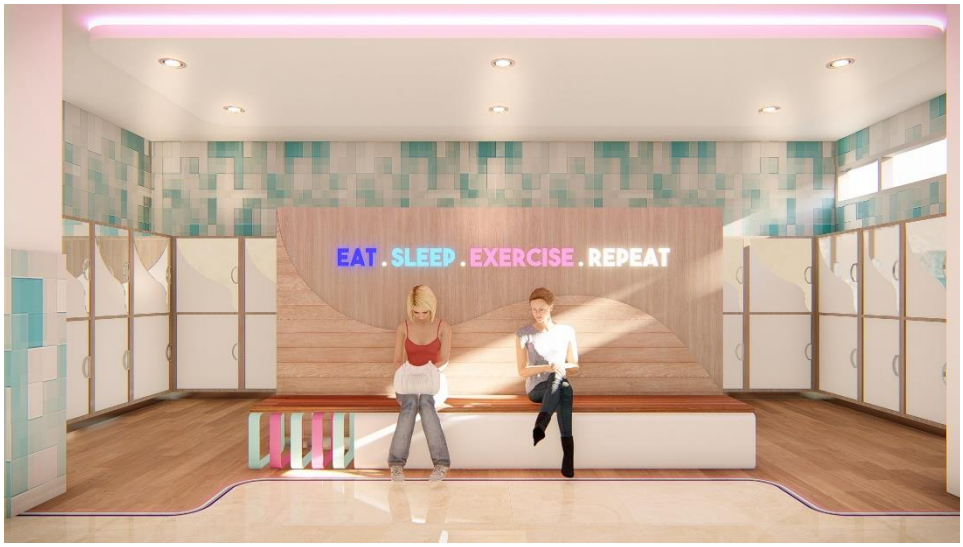
Potongan c-c’ Ruang Terpilih 2



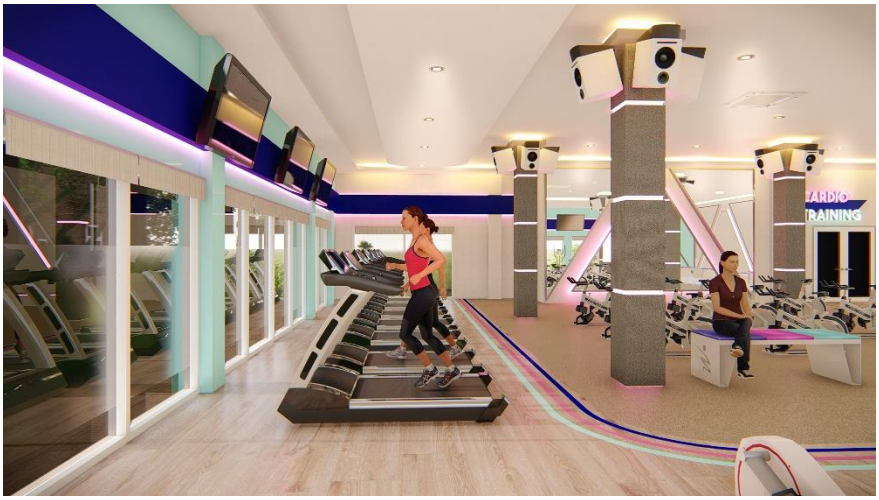
Potongan d-d' Ruangan Terpilih 2

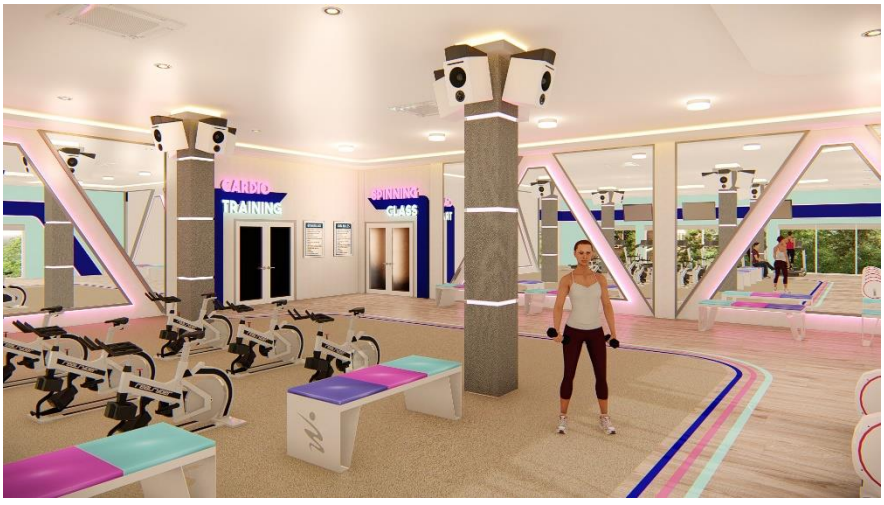


View Ruang Terpilih 1



View Ruang Terpilih 2





View Ruang Terpilih 3

Rencana Anggaran Biaya (RAB)

RENCANA ANGGARAN BIAYA
(RAB)

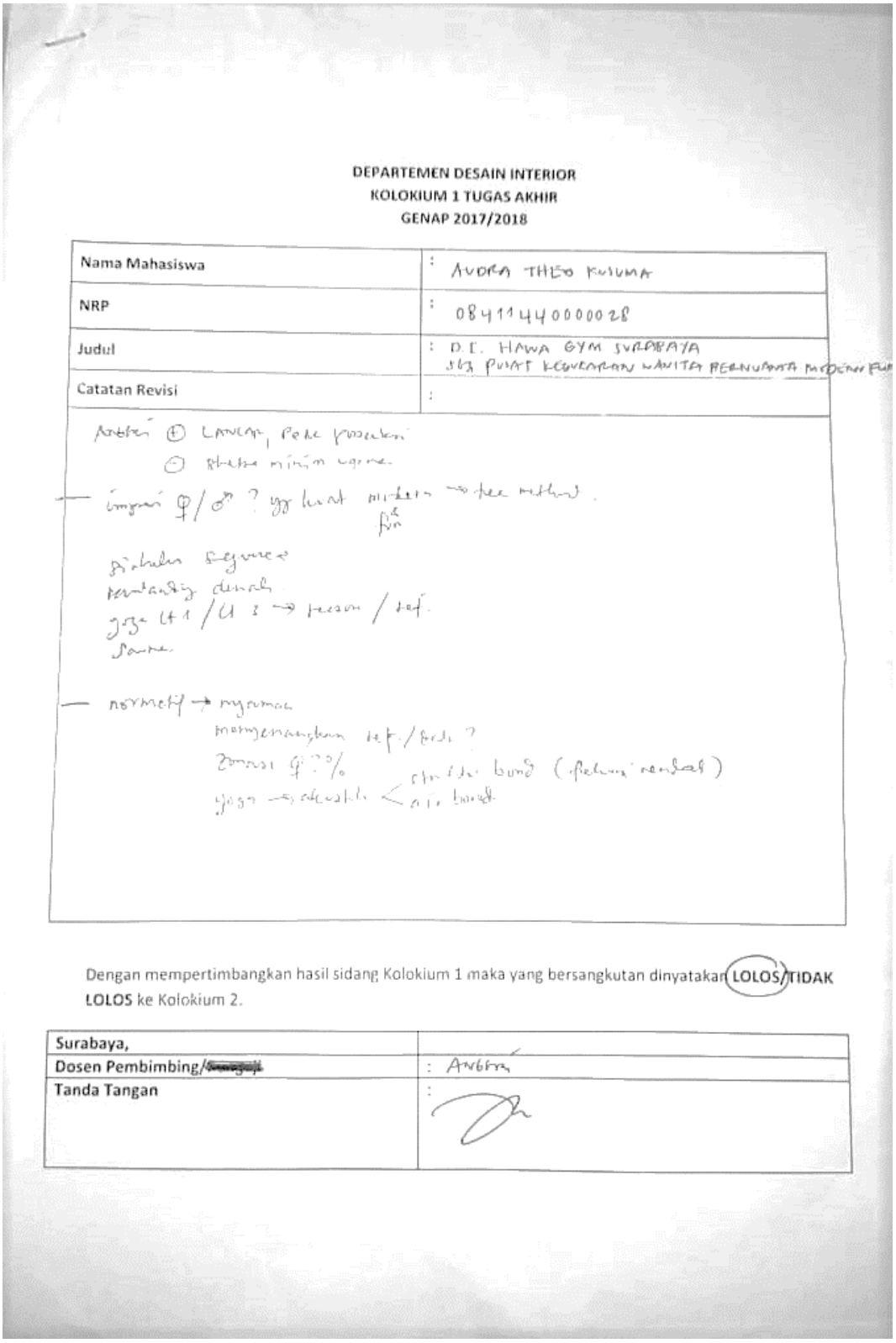
No		Item Pekerjaan	Satuan	Volume	Harga Satuan	Jumlah Harga
1		**Pekerjaan Dinding**				
	a.	Pemasangan dinding conblock HB10 campuran 1SP :3PP	m2	147.114	Rp231,360.05	Rp34,036,301.66
	b.	Pemasangan plesteran 1SP : 3PP tebal 20 mm	m2	147.114	Rp71,111.23	Rp10,461,457.34
	c.	Pemasangan acian	m2	147.114	Rp36,104.25	Rp5,311,440.63
	d.	Pengecatan tembok baru (1 lapis Plamur Eco Emultion, 1 lapis	m2	147.114	Rp32,861.33	Rp4,834,360.97
		cat dasar, 2 lapis cat penutup Dulux Pentalite Ice Age)				
					Jumlah	**Rp54,643,560.60**
2		**Pekerjaan Lantai**				
	a.	Pekerjaan Lantai Vinyl Motif Kayu Gaia Maru	m2	194.64	Rp75,279.60	Rp14,652,420.47
	b.	Pekerjaan Karpet Durafloor Atlas	m2	107.59	Rp94,404.19	Rp10,156,946.53
					Jumlah	**Rp24,809,367.00**
3		**Pekerjaan Plafon**				
	a.	Pekerjaan Pasangan Gypsum 9 mm, rangka hollow 4x4	m2	302.23	Rp43,896.45	Rp13,266,825.19
					Jumlah	**Rp13,266,825.19**
4		**Pekerjaan Mekanikal Elektrikal**				
	a.	Philips Downlight 4 Inch (66664)	titik	16	Rp45,000.00	Rp720,000.00
	b.	Ceiling lamp philips 15w model 30514	titik	5	Rp118,000.00	Rp590,000.00
	c.	Diffuser 4 side AC Cassette Midea 95x95	titik	2	Rp9,200,000.00	Rp18,400,000.00
	d.	Mellius Lampu Selang Ledstrip Led Strip Mata Besar AC 220v tipe 50	titik	95	Rp29,000.00	Rp2,755,000.00
	e.	Broco Double Light Switch	titik	2	Rp40,000.00	Rp80,000.00
	f.	Sprinkler	titik	6	Rp1,200,000.00	Rp7,200,000.00
	g.	LED TV Changhong 22 inch	titik	6	Rp1,399,000.00	Rp8,394,000.00
	h.	Wall Speaker	titik	16	Rp500,000.00	Rp8,000,000.00
					Jumlah	**Rp46,139,000.00**
5		**Furniture dan Elemen Estetis**				
	a.	Mesin Elliptical Master Fitness	unit	6	Rp4,200,000.00	Rp25,200,000.00
	b.	Mesin Treadmill Master Fitness	unit	7	Rp3,500,000.00	Rp24,500,000.00
	c.	Mesin Sepeda Statis Master Fitness	unit	9	Rp2,250,000.00	Rp20,250,000.00
	d.	Hawa Gym Transition Bench	unit	6	Rp2,400,000.00	Rp14,400,000.00
	e.	Cupholeder dan Towel Rack Custom	unit	5	Rp1,000,000.00	Rp5,000,000.00
	f.	Wall Panel	unit	5	Rp854,000.00	Rp4,270,000.00
	g.	Lettering Signage Acrylic	unit	27	Rp25,000.00	Rp675,000.00
	h.	Cermin Dinding	unit	10	Rp1,500,000.00	Rp15,000,000.00
	i.	Sound Panel	unit	12	Rp300,000.00	Rp3,600,000.00
	j.	Vertical Blinds	unit	17	Rp195,000.00	Rp3,315,000.00
					Jumlah	**Rp116,210,000.00**

REKAPITULASI
RENCANA ANGGARAN BIAYA (RAB)

NO	PEKERJAAN	JUMLAH HARGA
1	Pekerjaan Dinding	Rp54,643,560.60
2	Pekerjaan Lantai	Rp24,809,367.00
3	Pekerjaan Plafon	Rp13,266,825.19
4	Pekerjaan Mekanikal Elektrikal	Rp46,139,000.00
5	Furniture dan Elemen Estetis	Rp116,210,000.00
	TOTAL HARGA	Rp255,068,752.80

Lembar Revisi

Kolokium 1



DEPARTEMEN DESAIN INTERIOR
KOLOKIUM 1 TUGAS AKHIR
GENAP 2017/2018

Nama Mahasiswa	: AUDRA THEO KUSUMA
NRP	: 08411440000028
Judul	: D.I. HAWA GYM SURABAYA SEBAGAI PUSAT KEBUGARAN WANITA BERNUANSA MODERN FU
Catatan Revisi	:

Dengan mempertimbangkan hasil sidang Kolokium 1 maka yang bersangkutan dinyatakan **LOLOS**/TIDAK **LOLOS** ke Kolokium 2.

Surabaya,	
Dosen Pembimbing/[redacted]	: Anggra
Tanda Tangan	:

Lembar Revisi

Kolokium 1

DEPARTEMEN DESAIN INTERIOR
KOLOKIUM 1 TUGAS AKHIR
GENAP 2017/2018

Nama Mahasiswa	: AUDRA THEO
NRP	: 08411440000028
Judul	: DESAIN INTERIOR HAWA GYM
Catatan Revisi	:

- BATASAN DESAIN AKEANYA DIPERJELAS
- KONSEP FUN SEBAIIKNYA DIDUKUNG DATA YG KUAT.
- ZONASI PEMBAGIAN LUASAN DIPERJELAS DGN PRESEN TASE, MIS & ZONA INDIVIDU 31%, KELOMPOK. 65%.
- DIPERLUKAN STUDI AKUSTIK UTK TREATMENT - ZONA KEBUGARAN MENTAL

Dengan mempertimbangkan hasil sidang Kolokium 1 maka yang bersangkutan dinyatakan **LOLOS/~~TIDAK LOLOS~~** ke Kolokium 2.

Surabaya,	
Dosen Pembimbing/Penguji	: OKTA PUTRA
Tanda Tangan	:

Lembar Revisi

Kolokium 1

DEPARTEMEN DESAIN INTERIOR
KOLOKIUM 1 TUGAS AKHIR
GENAP 2017/2018

Nama Mahasiswa	: AUDRA
NRP	:
Judul	: HAWA GYM
Catatan Revisi	:

- Karakter wanita? → krn. tampilan Rg! (karakter Rg.)
- Sequence aktivitas yg berolahraga → krn. hubungan Rg. lay out Rg.
- Persyaratan² Rg OR → peletakan krn. (Lt 1, 2, 3 ?? kedekatan antar Rg OR? yoga Lt 1 atau 3 → ada dasar yg jelas ↓ dengan the Rg. dg Rg² lain.
- Studi Pembanding & Referensi : zonasi Rg → lay out existing/ Pembanding

Tujuan : Tujuan dr Rumusan Masalah
Tree Method / Tema Desain

Dengan mempertimbangkan hasil sidang Kolokium 1 maka yang bersangkutan dinyatakan LOLOS/TIDAK LOLOS ke Kolokium 2.

Surabaya,	
Dosen Pembimbing/Penguji	: NANIK R
Tanda Tangan	:

Lembar Revisi

Kolokium 2

DEPARTEMEN DESAIN INTERIOR
KOLOKIUM 2 TUGAS AKHIR
GENAP 2017/2018

Nama Mahasiswa	AUDRA THEO K.
NRP	
Judul	HAWA GYM – MODERN.
Catatan Revisi	

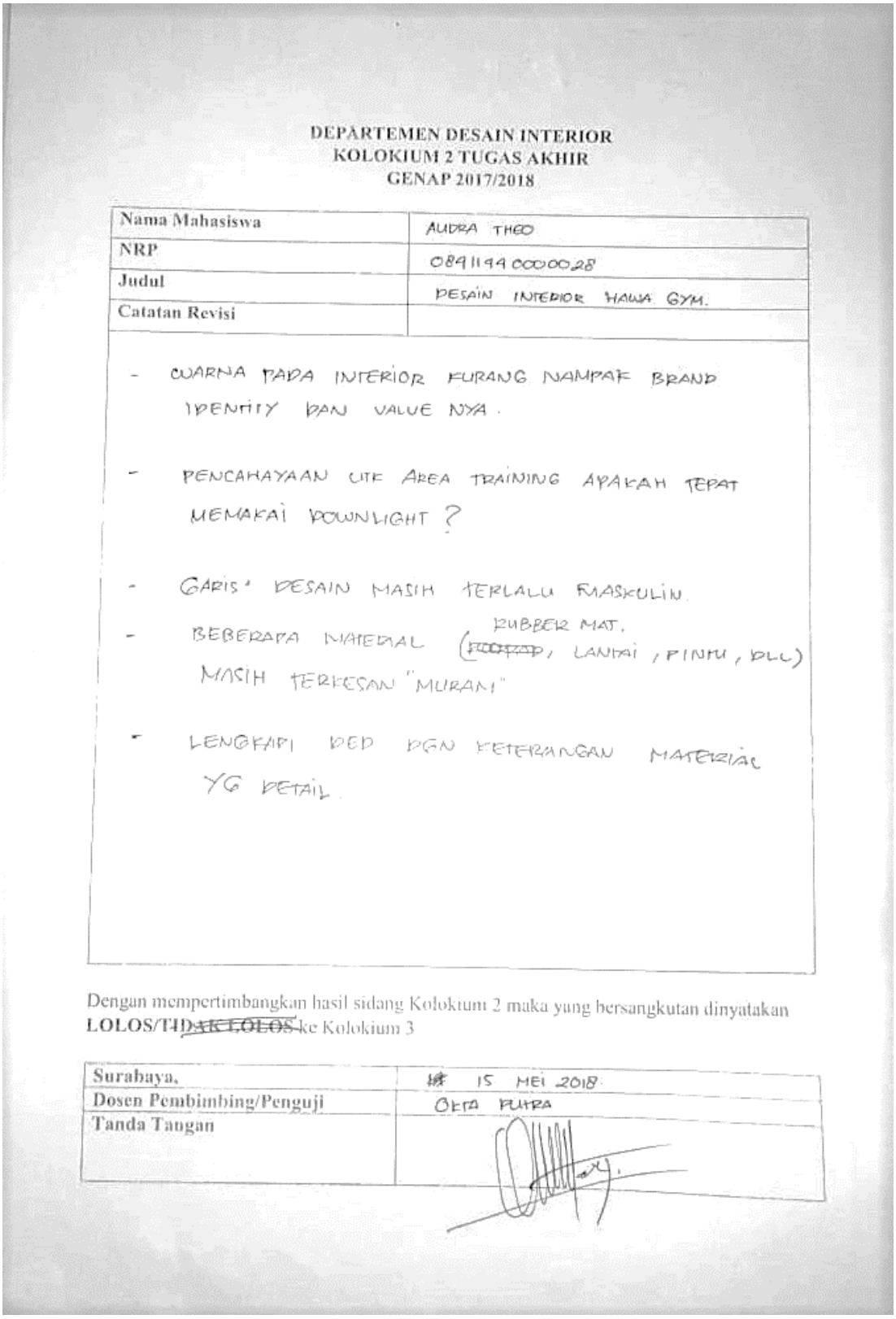
- STANDAR GARTER : - Konsisten dg layout/Landscape
  - tebal tipis grs → tampak/terpot
  - kop nama
  - detail Fornitur
  - ~~Struct~~ - struktur plafond hollow/
- Desain kurang Feminim
- Branding Corporate ~~ko~~ di explor lagi
- Konsep Desain → detail dg singkat, padat dg baku
  - Hal² dg efisiensi.
  - Footer header di kurangi lebar
- ~~Tata tulis~~ Laporan < Bab 1, tinjau 1.5 & 1.6; Sistem penomoran 2.1.5.1 → A
- K3 → terutama dg lay out, di U3. + sirkulasi

Dengan mempertimbangkan hasil sidang Kolokium 2 maka yang bersangkutan dinyatakan LOLOS/~~TIDAK LOLOS~~ ke Kolokium 3

Surabaya,	
Dosen Pembimbing/Penguji	NANIK R
Tanda Tangan	

Lembar Revisi

Kolokium 2



DEPARTEMEN DESAIN INTERIOR
KOLOKIUM 2 TUGAS AKHIR
GENAP 2017/2018

Nama Mahasiswa	AUDRA THEO
NRP	0891199 0000028
Judul	DESAIN INTERIOR HAWA GYM.
Catatan Revisi	

- WARNA PADA INTERIOR KURANG MENAMPAK BRAND IDENTITY DAN VALUE NYA.
- PENCAHAYAAN UTK AREA TRAINING APAKAH TEPAT MEMAKAI DOWNLIGHT ?
- GARIS² DESAIN MASIH TERLALU MASKULIN.
- BEBERAPA MATERIAL (~~FOOTREST~~, RUBBER MAT, LANTAI, PINTU, DLL) MASIH TERKESAN "MURAH"
- LENGKAPI DED DGN KETERANGAN MATERIAL YG DETAIL.

Dengan mempertimbangkan hasil sidang Kolokium 2 maka yang bersangkutan dinyatakan
LOLOS/TI~~DAK LOLOS~~ ke Kolokium 3

Surabaya,	15 MEI 2018
Dosen Pembimbing/Penguji	OKTA PUTRA
Tanda Tangan	

Lembar Revisi

Sidang Akhir

FORM REVISI
SIDANG TUGAS AKHIR
DEPARTEMEN DESAIN INTERIOR
SEMESTER GENAP 2017/2018

Hari / Tanggal	

Nama Mahasiswa/i	AUDRA THEO K
NRP	
Dosen Pembimbing / Penguji *	HANIK R.

*) Coret yang tidak perlu

Catatan Revisi Sidang Tugas Akhir

GB KERJA :
- gb. denah 1:25, detail material dll.
- detail Furnitur → pilih detail struktur yg sulit
- detail arsitektur pilih yg estetis

LAPORAN
- lay out & edit lap., tata tulis
- penulisan tabel & atas kiri, spasi 1
- Sumber, nama Audra, 2018 buka penulis/.

RAB → Total pekerjaan, Harga sat pekerjaan, Harga sat bahan dan upah

Bab 5 → [illegible] [illegible] [illegible] tujuan dan deskripsi.

Tanda Tangan
[illegible]

Lembar Revisi

Sidang Akhir

FORM REVISI
SIDANG TUGAS AKHIR
DEPARTEMEN DESAIN INTERIOR
SEMESTER GENAP 2017/2018

Hari / Tanggal	SELASA / 10 JULI 2018

Nama Mahasiswa/i	AUDRA THEO
NRP	
Dosen Pembimbing / Penguji *	OKTA PUTRA

*) Coret yang tidak perlu

Catatan Revisi Sidang Tugas Akhir

- HATI² PENYUSUNAN HALAMAN DI LAPORAN
- JURNAL HARUS MEMBAHAS ASPEK YG KHAS + PAS AM
- RAB DICEK LAGI, JANGAN PANCU DGN HSPK.
- WARNA OKE!
- GARIS & BENTUK KURANG TOTALITAS FEMINIMNYA.
- TAMBAHKAN "HARMONI" DESAIN DGN MEMBUAT ELEMEN² PUNYA "GARIS YG SELALU BERTEMU DAN SELESAI"

Tanda Tangan

BIODATA PENULIS

Audra Theo Kusuma, lahir di Denpasar, 29 Maret tahun 1997. Merupakan anak pertama dari 2 bersaudara. Telah menempuh pendidikan formal yaitu di TK Bhayangkari Gianyar, SD Raj Yamuna, SMP Raj Yamuna dan SMAN 1 Denpasar. Melanjutkan ke jenjang perguruan tinggi di Departemen Desain Interior, Fakultas Arsitektur dan Desain, Institut Teknologi Sepuluh Nopember Surabaya.

Penulis sempat aktif mengikuti beberapa kegiatan serta organisasi kemahasiswaan diantaranya menjadi anggota TPKH-ITS, Wakil Ketua TPKH Games, anggota KPU suksesi TPKH-ITS, menjadi Wakil Kepala Departemen Seni TPKH-ITS, staff Departemen Hubungan Luar Himpunan Mahasiswa Desain Interior, pengisi acara pada ITS EXPO, Seminar Nasional Departemen Desain Interior ITS dan banyak acara serta kegiatan lainnya. Selama berkuliah Penulis juga memiliki ketertarikan di bidang videografi dan fotografi sehingga menghasilkan beberapa film pendek yang salah satunya menjadi official selection kompetisi tingkat nasional yang diselenggarakan di Surabaya serta memenangkan lomba video dan foto tingkat regional maupun nasional.

Selain menjadi desainer interior yang handal, Penulis bercita-cita bergerak di bidang yang menggabungkan kecintaanya akan video dan foto dengan ilmu yang didapatnya di perguruan tinggi yang merupakan desain interior, seperti fotografi interior dan videografi interior serta terus berkarya sehingga karyanya semakin dikenal masyarakat luas, tidak hanya didalam negeri, tetapi juga di mancanegara.