

Wellness Center Di Kota Denpasar Dengan Pendekatan Healing Environment

I Gede Haryanta Darmawan¹, I Wayan Wirya Sastrawan², I Nyoman Warnata³

^{1,2,3}Program Studi Arsitektur, Universitas Warmadewa, Jl.Terompong No. 24, Denpasar, Indonesia

e-mail: gedeharyata@gmail.com¹

How to cite (in APA style):

Darmawan, I. G. H.; Sastrawan, I. W.; Warnata, I N., (2021). *Wellness Center di Kota Denpasar Dengan Pendekatan Healing Environment. Undagi : Jurnal Ilmiah Arsitektur Universitas Warmadewa. 9 (1), pp.134-142.*

ABSTRACT

Wellness Center is related to activities that are healthy for the body and soul. Activities in the form of a place to exercise, meditation, consultation on health problems and others, where in addition to being healthy for the body, it also teaches a healthy lifestyle and is kept away from disease. With a healing environment approach such as the senses, nature, psychology, it is hoped that it will create a Wellness Center that blends with the circumstances and natural cycles. The healing environment approach is the basis for the development of the Wellness Center design, which is the answer to overcoming human behavior with nature. Located in the city of Denpasar, it will make it easier for people to exercise with a natural atmosphere and complete facilities.

Keywords: *Wellnes Center; Ftness; Denpasar City*

ABSTRAK

Wellness Center berkaitan dengan kegiatan-kegiatan yang menyehatkan jiwa dan raga. Kegiatan berupa tempat berolahraga meditasi konsultasi masalah kesehatan dan lain-lain, dimana selain menyehatkan badan juga mengajarkan gaya hidup sehat dan terjauhkan dari penyakit. Dengan pendekatan healing envirotmen seperti indra, alam, psikologis diharapkan mampu menciptakan sebuah Wellness Center yang menyatu dengan keadaan dan siklus alam. Pendekatan healing envirotmen menjadi dasar pengembangan perancangan Wellness Center merupakan jawaban mengatasi perilaku manusia dengan alam. Yang berlokasi di kota Denpasar, akan memudahkan masyarakat untuk berolahraga dengan suasana alam dan fasilitas lengkap.

Kata kunci: *Wellness Center; Kebugaran; Kota Denpasar*

PENDAHULUAN

Coronavirus Coronavirus disease 2019 atau yang sering disebut dengan Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 yang menyebabkan penyakit COVID 19 merupakan keluarga besar dari virus yang menyebabkan gangguan kesehatan pada manusia dan juga hewan.

Hingga saat ini belum ditemukannya obat atau vaksin yang dapat menyembuhkan dan memulihkan kesehatan masyarakat yang terpapar COVID 19. Maka dari itu Pemerintah Pusat melalui Kemenkes menghimbau agar masyarakat dapat menrapkan protocol kesehtan dengan melakukan social distencing dan

menjaga kesehatan tubuh dengan berolahraga dan menjaga imunitas atau kekebalan tubuhnya selalu prima.(Indonesia, 2020). Dengan kondisi tubuh atau imun tubuh yang baik tentu akan dapat mencegah tertularnya viruscorona tersebut. Adapun cara untuk menjaga imunitas tersebut adalah menjaga pola makan sehat, setiap orang harus selalu menjaga asupan gizi yang masuk kedalam tubuhnya. Kedua yaitu berolahraga secara teratur, jadi berolahraga secara teratur selain dapat meregangkan otot-otot tentu akan dapat megelurakan racun racun yang terdapat di dalam tubuh. Ketiga yaitu menghilangkan stress jadi menghilangkan beban pikiran atau stress ini dapat membantu imun kita agar selalu prima.

Selain itu pada beberapa tahun belakangan ini kegiatan olahraga mulai diminati oleh kaum milenial. Kaum milenial lebih menyukai kegiatan yang berbau olahraga dari pada kegiatan yang berbau politik maupun kegiatan lainnya, hal ini dibuktikan dari hasil survei yang di lakukan oleh CSIS atau Center For Startegic And Internasional Studies pada tahun 2017 tentang Orientasi Sosial, Ekonomi, dan Politik Generasi Milenial dengan jumla responden sekitar 600 orang. Pada survei ini meuktikan bahwa kegiatan yang paling diminati oleh generasi milenial merupakan kegiatan olahraga, dibandingkan dengan kegiatan lainnya seperti bermusik ataupun kegiatan memasak, menonton film dan juga kegiatan lainnya.



Gambar 1

Diagram survey kegiatan paling menarik peminat (Sumber: diolah dari www.sport.com, 2015)

Wellnes Center merupakan pos atau tempat untuk dapat menjaga kesehatan jasmani dan tempat untuk berkonsultasi tentang kesehatan. Adapun rencana fasilitas *Wellness Center* di kota Denpasar akan direncanakan dengan memperhatikan situasi pandemi dengan menyediakan ruangan SWAB untuk menerapkan protokol kesehatan sebelum memasuki fasilitas utama di *Wellness Center*. Nantinya juga akan tersedia fasilitas utama seperti fasilitas fitness, fasilitas senam aerobik, fasilitas yoga, fasilitas konsultasi kesehatan dengan ditunjang oleh fasilitas pendukung seperti loker dan ruang bilas, sauna dan restoran yang menyajikan makanan dan minuman sehat. Selain itu *Wellnes Center* ini akan direncanakan menggunakan pendekatan *Healing Envirotmen*, hal ini tentu akan dapat memberikan pengaruh baik terhadap kesehatan jasmani.

Lokasi direncanakannya *Wellness Center* adalah di Kota Denpasar, karena Kota Denpasar

merupakan pusat kegiatan di Provinsi Bali. Rata-rata masyarakat perkotaan sangat menginginkan kepraktisan, jadi hanya dengan mendatangi satu tempat kebugaran dapat berolahraga dengan aman, nyaman dan didukung fasilitas yang lengkap serta memadai dimasa pandemi.

METODE PENELITIAN

Metode Penelitian yang digunakan dalam perencanaan dan perancangan *wellness center* di kota Denpasar yaitu sebagai berikut:

1. Metode Pengumpulan Data, metode ini yang digunakan dalam perencanaan dan perancangan *wellness center* di kota Denpasar yaitu:

Studi Literatur, merupakan metode pengumpulan data yang di peroleh dengan mencari referensi jurnal dan juga buku yang berhubungan dengan perencanaan dan perancangan *wellness center* ini.

Studi Lapangan / observasi merupakan pengumpulan data dengan melakukan pengamatan langsung kepusat kebugaran untuk mengetahui jenis aktifitas, civitas dan desain yang akan diterapkan.

Wawancara, yaitu pengumpulan data melalui interaksi langsung dengan orang orang yang sudah berkecimpung didalam fasilitas pusat kebugaran seperti; pengelola pusat kebugaran dan pengguna pusat kebugaran.

2. Metode Penyajian Data, pada metode ini data-data yang sudah di peroleh kemudian diolah dan di kembangkan dengan cara mensingkronkan antara teori – teori dengan konsep yang berhubungan dengan pusat kebugaran.
3. Metode Analisis Data, pada metode ini di lakukan alanisa dari pengolahan data yang sudah ada kemudian di kembangkan dan menghasilkan sebuah Analisa yang dapat nantinya di terapkan dalam perencana dan perancangan *wellness center* di kota Denpasar ini.

KAJIAN TEORI

Kebugaran merupakan keseimbangan fisik dan mental seseorang yang dapat memotivasi dalam menjalani kehidupan. Setiap orang mempunyai tingkat kebugaran tubuh yang

berbeda beda, tergantung dari tingkat kesehatan, kebutuhan tingkat latihan dan sejauh mana seseorang tersebut ingin menjadi bugar, dan ingin mendapatkan bentuk tubuh yang ideal dengan berolahraga yang teratur dan melepaskan ketegangan, stress. Adapun fasilitas yang akan di hadirkan dalam proyek ini yaitu fasilitas fitness, fasilitas senam aerobic, fasilitas yoga, fasilitas konsultasi Kesehatan dengan ditunjang oleh fasilitas pendukung seperti tes swab, loker, ruang bilas, dan restoran yang menyajikan makanan dan minuman yang sehat.

Pada umumnya *wellness center* memberikan fasilitas yang dapat mendukung kenyamanan serta kepuasan pengunjung untuk berolahraga. Berikut klasifikasi fasilitas pada *wellness center*: Fitness mempercepat mendapatkan bentuk tubuh yang ideal, membentuk otot agar lebih kencang dan menjaga Kesehatan. Senam aerobic merupakan salah satu alternatif untuk menjaga Kebugaran tubuh, dan menjaga Kesehatan jantung dan paru-paru. Yoga yang bertujuan untuk rileksasi dan menenangkan pikiran serta melatih pernafasan yang di harapkan seseorang mendapat ketenangan pikiran dan jiwanya.

Jenis- jenis pelaku pada *wellness center* berdasarkan kegiatan:

Pengelola terdiri dari general manager, staf ahli (Dokter, pelatih fitness, pelatih senam aerobik, pelatih yoga) sataf pengelola karyawan, dan staf maintenance. Pengunjung dikelompokkan berdasarkan usia, yaitu remaja dan orang tua yang datang berdasarkan kebutuhan

Adapun beberapa fasilitas yang disediakan pada *Wellness Center* di Kota Denpasar ini, adapun fasilitas-faslitas yang disediakan adalah sebagai berikut:

Fasilitas Utama	Fasilitas Penunjang	Fasilitas Pelengkap
1. Fasilitas Fitness - Vertical Traction - Butterfly - Lower Back - Sit Up - Leg Press - Chest Press - Bench Press - Ultimate Gear Body Fat Indoor Rower Concep - Hip Flexor dan dll	1. Fasilitas Restoran 2. Area Karyawan 3. Area Keamanan 4. Fasilitas Sauna 5. Shower 6. Toilet 7. Parkir Pengunjung 8. Parkir Pengelola 9. Fasilitas Pengelola - R. Operator - R. General Manager - R. Assisten Manager - R. Accounting - R. Marketing - R. Security 10. Kolam Renang	1. Ruang Cleaning Service 2. R. Pompa 3. R. Panel 4. Gudang 5. R. Istirahat Pengelola 6. R. Cuci

Gambar 2
Fasilitas Pada *Wellnes Center*
(Sumber: Analisis Pribadi dari studi banding, 2021)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsep Dasar

Adapun beberapa pendekatan yang digunakan untuk mendapatkan konsep dasar pada *Wellness Center* ini yaitu:

1. Pengertian
Wellness Center adalah tempat dimana pengunjung dapat berkegiatan dalam satu tempat untuk menyehatkan jiwa dan raga.
2. Tujuan
Tujuan dari *Wellness Center* adalah merencanakan pusat kebugaran yang menyediakan fasilitas berolahraga.
3. Fungsi
Fungsi dari *Wellness Center* adalah untuk mewadahi keinginan masyarakat dalam mencapai kesehatan raga di masa pandemi.

Melalui beberapa pendekatan konsep dasar diatas serta terdapat tiga aspek yang akan di gunakan pada *Wellness Center* ini. Maka perencanaan dan perancangan *wellness certer* ini akan menghadirkan pusat kebugaran dengan konsep *Healing Environment*

Aspek	Elemen	Penerapan
Indra	Penglihatan	Warna
		Pencahayaan
		Bentuk
	Pendengaran	Musik
		Peraturan Kebisingan
	Peraba	Tekstur
		Penghawaan
Penciuman	Bau	
Alam	Pemandangan	Lansekap
	Healing Garden	Area Rekreasi dan Sosial Informal
		Area Seni
		Area Olahraga
Psikologis	Kenyamanan Fisik	Keselamatan dan Keamanan
		Rasa Kontrol
		Privasi

Gambar 3

Gambar tabel penerapan aspek, elemen, penerapan
(Sumber: Analisis Pribadi, 2021)

Tema Rancangan

Dalam penentuan tema rancangan *wellness center* di kota Denpasar ini dilakukan beberapa pendekatan yaitu:

1. Trend
Yaitu pemanfaatan lahan yang mampu menampung seluruh aktifitas, serta penerapan warna yang soft yang dapat berpengaruh terhadap psikologis manusia
2. lokalitas
Lokalitas yang dimaksud disini adalah peranan budaya bali yang memberi pengaruh pada bangunan. Seperti penggunaan konsep natak orientasi yang berpengaruh pada perawatan.
3. Ekonomi
Pemanfaatan material local yang bertujuan untuk meminimalkan biaya serta budah untuk di dapatkan



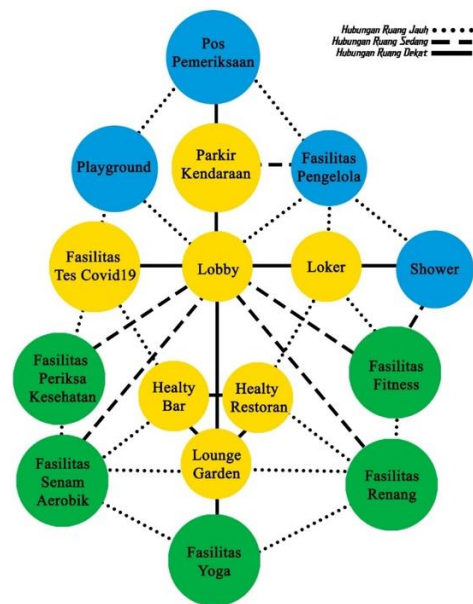
Gambar 4

Gambar pendekatan tema rancangan
(Sumber: Analisis Pribadi, 2021)

Berdasarkan beberapa pendekatan tema rancangan maka *Wellness Center* di Kota Denpasar ini akan menggunakan tema minimalis yang diterapkan pada interior dan eksterior yang akan menampilkan kesan dan pesan pada bangunan.

Program Ruang

Ruang pada fasilitas *wellness center* ini di kelompokkan berdasarkan fungsinya dimana pos pemeriksaan, fasilitas pengelola, fungsi servis, parker kendaraan, lobby, kolam renang, playground merupakan fasilitas dengan fungsi penunjang. Kemudian ruang fitness, ruang senam aerobic, ruang yoga, restaurant, helty bar, longue garden merupakan fasilitas dengan fungsi utama. Dan fungsi ruang tersebut di gambarkan pada hubungan ruang



Gambar 5

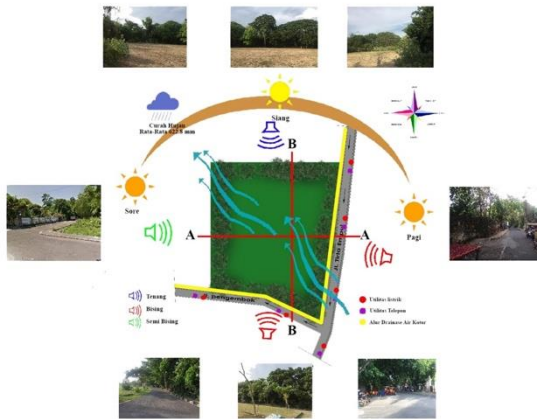
Gambar hubungan kelompok ruang
(Sumber: Analisis Pribadi, 2021)

Lokasi Perancangan



Gambar 6
Gambar lokasi site
(Sumber: earth.google.com, 2021)

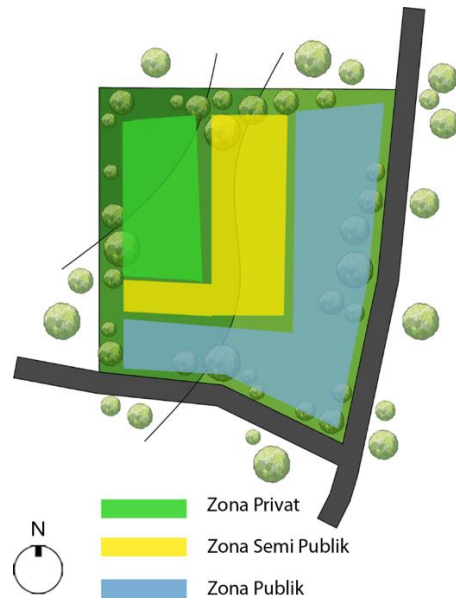
Lokasi site ini terletak di jalan tirta empul desa sanur kauh Denpasar Bali. Dipilih karena lokasi yang strategis dan merupakan daerah pariwisata. Site ini merupakan lahan perkebunan dengan kontur yang relative datar. Yang mana pada bagian timur dan selatan site banyak di tumbuhi pepohonan yang cukup besar.



Gambar 6
Gambar karakteristik site
(Sumber: analisa pribadi, 2021)

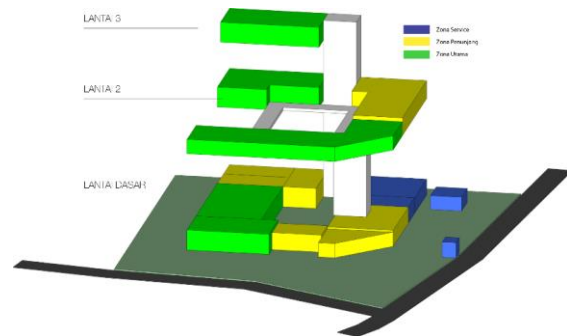
Konsep Fasilitas Wellness Center

Konsep zoning bertujuan untuk menentukan posisi ruang dalam site, sehingga sesuai dengan fungsi yang akan di rencanakan



Gambar 7
Gambar zoning berdasarkan fungsi ruang
(Sumber: hasil analisa, 2021)

Konsep masa monolit akan di gunakan pada wellness center ini, menyesuaikan dengan fungsi bangunan ini yang mana terdapat fasilitas untuk berolahraga dan fasilitas penunjang yang saling berhubungan. Serta arah orientasi pada bangunan ini nantinya akan menghadap kesegala arah yang bertujuan untuk mendapatkan pencahayaan dan penghawaan yang maksimal

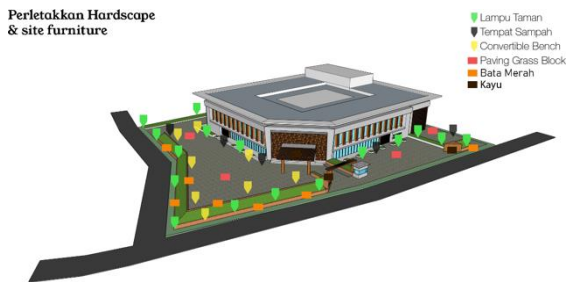


Gambar 8
Gambar transformasi pembagian ruang dan bentuk massa
(Sumber: hasil analisa, 2021)

Konsep ruang luar bertujuan untuk menentukan jenis softscape dan hardscape yang akan digunakan sesuai dengan fungsi bangunan dan memberikan visual atau pandangan dalam lingkungan site sehingga memberikan kenyamanan pada pengunjung

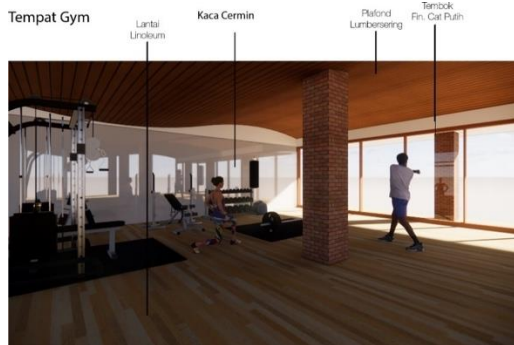


Gambar 9
Gambar perletakan softcape
(Sumber: hasil analisa, 2021)



Gambar 10
Gambar perletakan hardscape dan furniture
(Sumber: hasil analisa, 2021)

Konsep ruang dalam menerapkan konsep dasar healing environment yang diharapkan mampu memberikan rangsangan positif pada indra manusia serta dapat merespon rangsangan yang datang dari luar



Gambar 11
Gambar ruang dalam tempat fitness
(Sumber: hasil analisa, 2021)

Konsep fasade bangunan mengikuti prinsip arsitektur minimalis yang mana pada bangunan tidak terlalu banyak menggunakan ornament, serta penggunaan warna yang soft dan tidak mencolok dan bentuk yang simetris



Gambar 12
Gambar fasade bangunan wellness center
(Sumber: hasil analisa, 2021)

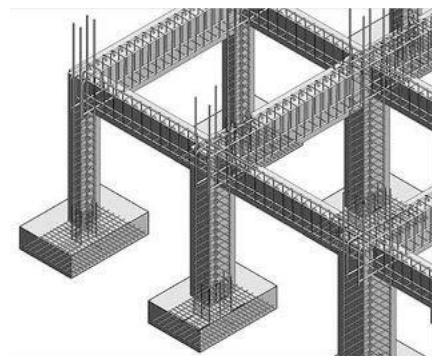
Konsep struktur bertujuan untuk menentukan jenis struktur yang akan di gunakan pada bangunan nantinya:

Pada sub struktur menggunakan tiang pancang dengan pertimbangan kekuatan untuk menahan beban bangunan serta jarak kolom pada bangunan.



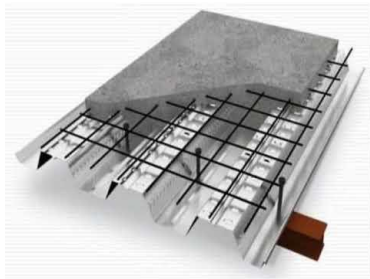
Gambar 13
Gambar pondasi tiang pancang
(Sumber: wordpress, 2021)

Pada super struktur bangunan menggunakan sistem rangka kolom dan balok karena mempertimbangkan bentuk bangunan



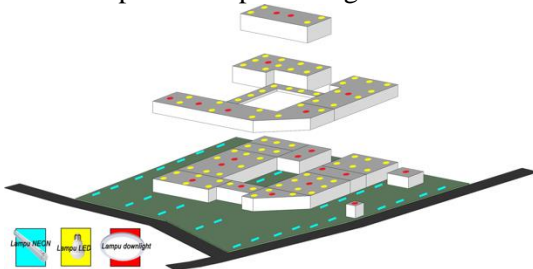
Gambar 14
Gambar struktur rangka dan kolom
(Sumber: wordpress, 2021)

Konsep upper struktur menggunakan dak beton yang terdapat talangan, dan bahan yang di gunakan adalah bondek yang memiliki kelebihan hasil cor yang baik serta efisien waktu dan tahan terhadap keropos



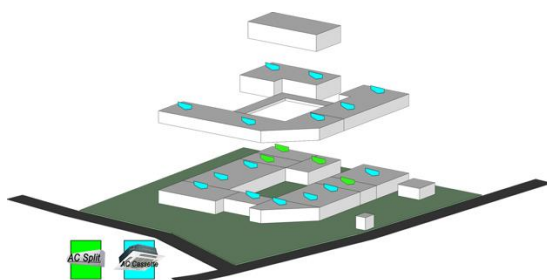
Gambar 15
Gambar struktur dak material dasar bondek
(Sumber: wordpress, 2021)

Konsep pencahayaan bangunan memanfaatkan sinar matahari untuk pencahayaan alami. Untuk pencahayaan buatan menggunakan lampu downlight yang digunakan pada bagian koridor, setiap hunian, dan disetiap fasilitas pada bangunan.



Gambar 16
Gambar konsep utilitas pencahayaan
(Sumber: hasil analisa, 2021)

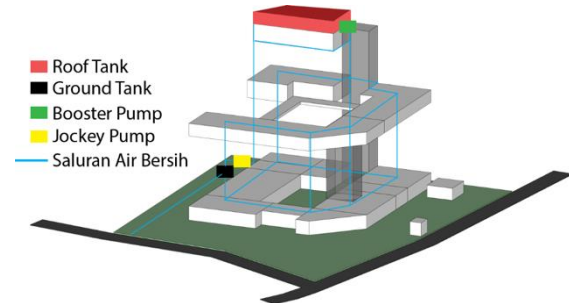
Konsep penghawaan alami dimanfaatkan dengan sistem cross ventilation. Untuk penghawaan buatan berada pada setiap unit hunian maupun fungsi ruang yang ada dengan AC, Exhaust Fan dan Cooker Hood.



Gambar 17
Gambar konsep utilitas penghawaan

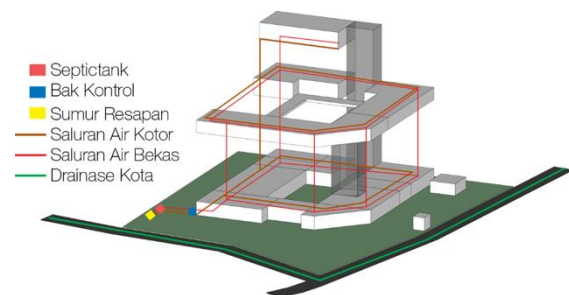
(Sumber: hasil analisa, 2021)

Konsep utilitas air bersih menentukan letak jaringan air bersih pada bangunan agar bisa memenuhi kebutuhan air bersih pada bangunan



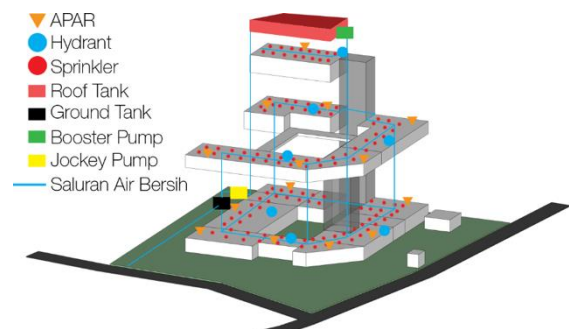
Gambar 18
Gambar konsep utilitas air bersih
(Sumber: hasil analisa, 2021)

Konsep utilitas air kotor dan air bekas pembuangan air kotor dan bekas disalurkan kedalam septictank kemudian disalurkan ke sumur resapan dan tahap akhir disalurkan ke drainase kota.



Gambar 19
Gambar konsep utilitas air kotor dan bekas
(Sumber: hasil analisa, 2021)

Konsep utilitas pemadam kebakaran pada bangunan ini menggunakan tiga jenis sistem yaitu menggunakan APPAR, fire hydrant dan fire sprinkler



Gambar 20

Gambar konsep pemadam kebakaran
(Sumber: hasil analisa, 2021)

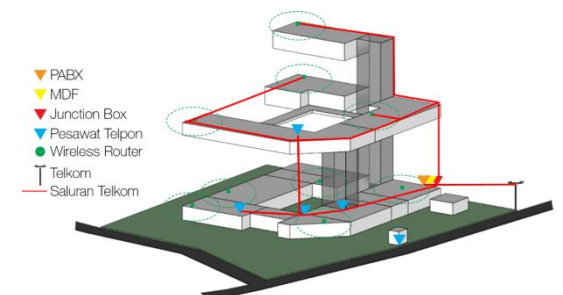
Konsep utilitas listrik pada bangunan ini berasal dari PLN dan Genset, yang selanjutnya didistribusikan ke setiap ruangan pada bangunan ini



Gambar 21

Gambar konsep utilitas jaringan listrik
(Sumber: hasil analisa, 2021)

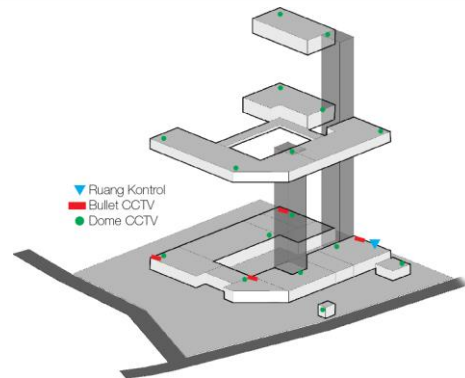
Konsep utilitas komunikasi pada bangunan ini menggunakan 2 jenis yaitu kabel telepon yang terdapat di seluruh ruangan serata wifi yang menggunakan jaringan internet



Gambar 22

Gambar konsep utilitas jaringan komunikasi
(Sumber: hasil analisa, 2021)

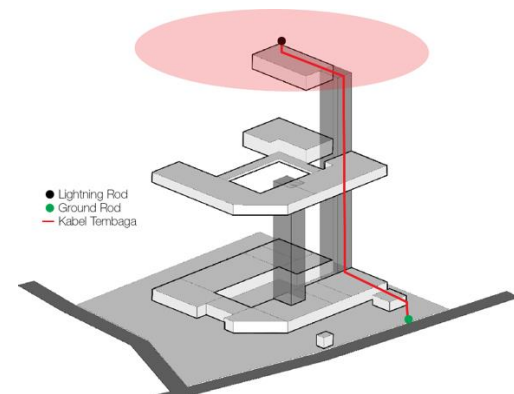
Konsep utilitas keamanan bangunan baik di dalam maupun luar bangunan menggunakan keamanan secara digital yaitu CCTV



Gambar 23

Gambar konsep utilitas keamanan bangunan
(Sumber: hasil analisa, 2021)

Konsep utilitas penangkal petir bangunan ini menggunakan penangkal petir jenis franklin yang dimana sistem ini mengalirkan listrik dari ujung lighthouse rod yang tersebar di beberapa titik dan menuju grounding untuk di netralkan.



Gambar 24

Gambar konsep utilitas penangkal petir
(Sumber: hasil analisa, 2021)

SIMPULAN

Wellness Center berkaitan dengan kegiatan-kegiatan yang menyehatkan jiwa dan raga. Kegiatan berupa tempat berolahraga meditasi konsultasi masalah kesehatan dan lain-lain, dimana selain menyehatkan badan juga mengajarkan gaya hidup sehat dan terjauhkan dari penyakit. Dengan pendekatan healing environment seperti indra, alam, psikologis diharapkan mampu menciptakan sebuah *Wellness Center* yang menyatu dengan keadaan dan siklus alam. Pendekatan healing environment menjadi dasar pengembangan perancangan *Wellness Center* merupakan jawaban mengatasi perilaku manusia dengan

alam. Yang berlokasi di kota Denpasar, akan memudahkan masyarakat untuk berolahraga dengan suasana alam dan fasilitas lengkap

DAFTAR PUSTAKA

- Afif Kurniawan, Catur. Pusat kebugaran dan kecantikan di kota semarang dengan pendekatan desain arsitektur ekologis Skripsi . 2017 : Universitas Negeri Semarang
- Hakikat-kebugaran-jasmani.html. 2004. Hakikat Kebugaran Jasmani.
- Lestari, Padma Ayu. 2010. Pusat Kebugaran dan Pengobatan Tradisional Skripsi, dipublikasikan. Yogyakarta : Universitas Atma Jaya Yogyakarta.
- Neufert, Ernst. 1990. "Data Arsitek" Edisi Kedua. Jakarta : Erlangga.
- www.redpanda.co.id. 2013. Contoh Manfaat Latihan Kebugaran.
- Ching, Francis D.K. 2008. Arsitektur: Bentuk, Ruang dan Tatahan. Ciracas, Jakarta: Erlangga
- Hakim, Rustam 2011. Komponen Perancangan Arsitektur Lansekap. Ed 2. Jakarta: PT Bumi Aksara