

Abstrak

Yoga adalah salah satu olahraga baru yang sedang diminati oleh masyarakat di Indonesia. Kini, olahraga yoga menjadi gaya hidup masyarakat perkotaan dikarenakan olahraga yoga ini dapat meningkatkan tingkat oksigen ke otak sehingga dapat mengurangi ketegangan otot dan stress. Konsep *beauty body and soul* perlu diterapkan di lokasi dimana aktifitas yoga ini. Dengan mengimplementasikan konsep ini, olahraga akan dirasakan lebih maksimal karena didukung dengan pelayanan dan suasana yang Relaks, tentunya nuansa interior yang diberikan pun harus mengandung unsur *beauty body and soul*.

Penelitian ini akan membahas mengenai penerapan konsep *beauty body and soul* di sebuah yoga center. Penerapan ini dimulai dari unsur design, warna, pencahayaan, material, tekstur dan unsure unsur lainnya yang dapat memaksimalkan kegiatan olahraga yoga ini, sehingga dapat menarik masyarakat lebih luas lagi untuk melakukan olahraga yoga.

Kata Kunci : Interior, Yoga, Relaksasi

Abstract

Yoga is one of the new sport that are in demanded by people in Indonesia. Now, yoga become a lifestyle of urban community because it can increase the level of oxygen to the brain so that it can reduce muscle tension and stress. The concept of beauty of body and soul need to be applied at the location where yoga is held. By implementing this concept, Yoga will be felt more optimum because it is supported by the appropriate service and relaxation ambience, also the taste of interior design should have elements of beauty of body and soul.

This research will discuss the application of the beauty of body and soul concept in a yoga center. This application is include of design, color, lighting, materials, textures and other elements that can maximize this yoga sports activities, so it attract a more people to do yoga exercise.

Keywords : Interior, Yoga, Relaxation

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR GAMBAR.....	iv
DAFTAR TABEL.....	v
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	3
1.3 Gagasan Perancangan.....	3
1.4 Rumusan Masalah	4
1.5 Tujuan Perancangan	4
1.6 Manfaat Perancangan	4
1.7 Ruang Lingkup Perancangan	5
1.8 Sistematika Penulisan.....	6
BAB II LANDASAN TEORI	
2.1 Pengertian Yoga.....	8
2.1.1 Sejarah Yoga	9
2.1.2 Ashtanga Yoga (Delapan Tangga Yoga)	10
2.1.3 Aliran Dalam Yoga	14
2.2 Prinsip Dasar Estetika Dalam Merancang Ruang Yoga	26
2.3 Prinsip-Prinsip Standar Desain Interior Ruang Sanggar Yoga	27
2.3.1 Sistem Organisasi Ruang	27
2.3.2 Sirkulasi	30
2.3.3 Elemen Pembentuk.....	30
2.3.4 Pencahayaan	33

2.3.5	Penghawaan.....	35
2.3.6	Standar Ukuran Ruang Yoga.....	36
2.3.7	Sarana Fasilitas Pendukung.....	38
BAB III YOGA CENTER		43
3.1	Deskripsi Proyek.....	43
3.1.1	Struktur Organisasi.....	43
3.2	Deskripsi Site.....	44
3.3	Deskripsi Fungsi.....	48
3.4	Analisa Site.....	49
3.5	Analisa Building.....	50
3.6	Identifikasi User.....	53
3.7	Studi Banding.....	53
3.7.1	Yoga Leaf.....	53
3.7.2	Yanna Yoga.....	55
3.7.3	Yoga Center Of Minneapolis.....	57
3.8	Programming.....	59
3.8.1	Flow Activity.....	59
3.8.2	Program Kebutuhan Ruang.....	61
3.8.3	Bubble Diagram.....	64
3.8.4	Zoning Blocking.....	64
3.8.5	Tema dan Konsep.....	66
3.8.6	Perbedaan Lotus dan Teratai.....	67
3.8.7	Mind Mapping Lotus.....	69
3.8.8	Implementasi Design.....	69
BAB IV PERANCANGAN		76
4.1.	Konsep Desain Interior.....	76
4.2.	Konsep Dinding dan Lantai.....	78
4.3.	Konsep Sirkulasi.....	81
4.4.	Konsep Warna.....	82
4.5.	Konsep Pencahayaan.....	83

BAB V SIMPULAN	85
-----------------------------	----

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Gerakan-gerakan bikram yoga	15
Gambar 2.2 Contoh Ruang Yoga	29
Gambar 2.3 Sirkulasi Ruang Kelas Yoga	30
Gambar 2.4 Lantai Parquet kelas yoga	31
Gambar 2.5 Elemen dinding kelas yoga	32
Gambar 2.6 Plafond studio yoga.....	33
Gambar 2.7 Pencahayaan relaxing.....	34
Gambar 2.8 Pencahayaan Privat	35
Gambar 2.9 Ergonomi Manusia	36
Gambar 2.10 Ukuran Standar Sanggar Senam/Yoga.....	37
Gambar 2.11 Ukuran Standar Rentangan Manusia.....	37
Gambar 2.12 Ukuran Standar Ruang Ganti dan Jarak Loker	38
Gambar 2.13 Ukuran Standar Meja Bar.....	39
Gambar 2.14 Ukuran Standar Meja Makan Café.....	40
Gambar 2.15 Ukuran Standar Area Makan Café	40
Gambar 2.16 Ukuran Standar Retail Pakaian.....	42
Gambar 3.1 Struktur Organisasi.....	43
Gambar 3.2 Bale Pare, Kota Baru Parahyangan	44
Gambar 3.3 Denah Bale Pare	45
Gambar 3.4 Denah Plasa Bale Pare Lantai 1	46
Gambar 3.5 Denah Plasa Bale Pare Lantai 2	46
Gambar 3.6 Denah Bale Pare Exhibition Hall	47
Gambar 3.7 Denah Mezanine Bale Pare Exhibition Hall	47

Gambar 3.8 Denah Kebun.....	48
Gambar 3.9 Ruang Kelas Yoga Leaf	54
Gambar 3.10 Ruang Kelas Yoga Leaf	55
Gambar 3.11 Ruang Kelas Yoga Leaf	55
Gambar 3.12 Ruang Kelas Yanna Yoga	56
Gambar 3.13 Ruang Kelas Yanna Yoga	57
Gambar 3.14 Ruang Kelas Yoga.....	58
Gambar 3.15 Studio Yoga	58
Gambar 3.16 Lobby Minneapolis Yoga Center	58
Gambar 3.17 Flow Activity Pengunjung 1	59
Gambar 3.18 Flow Activity Pengunjung 2	60
Gambar 3.19 Flow Activity Karyawan	60
Gambar 3.20 Flow Activity Instruktur	61
Gambar 3.21 Bubble Diagram Yoga Center	64
Gambar 3.22 Zoning Blocking Umum dan Khusus.....	65
Gambar 3.23 Zoning Blocking Ruang Lantai 1	65
Gambar 3.24 Zoning Blocking Ruang Lantai 2	66
Gambar 3.25 Studi Image Lotus	67
Gambar 3.26 Mind Mapping Konsep.....	69
Gambar 3.27 Contoh Pengaplikasian Kelopak Lotus	70
Gambar 3.28 Pengaplikasian Bentuk Lotus	70
Gambar 3.29 Earth Color Palette	71
Gambar 3.30 Feminim Earth Color.....	71
Gambar 3.31 Contoh Material.....	73
Gambar 3.32 Pencahayaan Studio Yoga.....	74
Gambar 3.33 Pencahayaan Relaxing.....	74
Gambar 3.34 Pencahayaan Alami dan Buatan.....	74
Gambar 4.1 Denah Pola Lantai	78
Gambar 4.2 Pola Lantai Studio Yoga Dewasa.....	79
Gambar 4.3 Pola Lantai Fun Yoga For Kids Studio	79
Gambar 4.4 Dinding Yoga Studio.....	80
Gambar 4.5 Hatha Yoga Studio	81

Gambar 4.6 Stained Glass Framework Wall.....	81
Gambar 4.7 Denah Yoga Center	82
Gambar 4.8 Lobby Menuju Wantilan	82
Gambar 4.9 Hatha Yoga Studio	83
Gambar 4.10 Bikram Hot Yoga Studio Entrance.....	83

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Gerakan-Gerakan Hatha Yoga	17
Tabel 2.2 Gerakan-Gerakan Prenatal Yoga	21
Tabel 2.3 Gerakan-Gerakan Fun Yoga For Kids	25
Tabel 3.1 Analisa Site	49
Tabel 3.2 Analisa Buiding.....	50
Tabel 3.3 Kebutuhan Ruang.....	61
Tabel 3.4 Klasifikasi Lotus dan Teratai	68
Tabel 3.5 Perbedaan Lotus dan Teratai.....	68
Tabel 3.6 Efek Psikologis Warna.....	72