

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

Obesitas adalah kelebihan berat badan sebagai akibat dari penimbunan lemak tubuh yang berlebihan. Wanita dengan lemak tubuh lebih dari 30% dan pria dengan lemak tubuh lebih dari 25% dianggap mengalami obesitas (Nuriyah, 2011). Jumlah penderita obesitas di Indonesia terus bertambah dari tahun ke tahun. Terdapat beberapa data survei yang menyatakan hal tersebut, antara lain World Health Organization (WHO) tahun 2011 mencatat bahwa:

“Badan Kesehatan dunia (WHO) meng-estimasi pada 2015 : populasi usia > 30 tahun di Indonesia yang kelebihan berat badan mencapai 13 % untuk pria dan 38 % untuk wanita. Data tersebut tentunya lebih menakutkan lagi di negara maju, terutama di USA dimana dapat dikatakan 1 dari 3 wanita disana memiliki kelebihan berat badan. Dengan demikian kegemukan sudah menjadipandemic atau wabah di dunia masa kini.”

Harian Kompas pada 20 Agustus 2014 bertajuk “Jumlah Orang Gemuk Terus Bertambah” juga tertulis:

“Disadari atau tidak, semakin hari semakin banyak ditemukan orang dengan berat badan berlebih atau obesitas. Menurut British Population Survey (BPS) pada 2014, jumlah pria gemuk enam kali lebih banyak dari 10 tahun yang lalu. Sementara untuk wanita adalah 3,5 kalinya dibandingkan dengan tahun 2004.

Hasil survei itu pun cukup relevan menggambarkan data di Indonesia. Prevalensi obesitas menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013 meningkat jika dibandingkan dengan Riskesdas 2010. Angka obesitas pria pada 2010 sekitar 15 persen dan sekarang menjadi 20 persen. Pada wanita persentasenya dari 26 persen menjadi 35 persen.”

Peningkatan obesitas dari tahun ke tahun mendapat pengaruh dari perubahan gaya hidup. Proses globalisasi kini melanda segala bidang, termasuk pola makan. Banyaknya restoran siap saji yang menyediakan makanan serba praktis dan cepat, cukup enak dan dapat diterima hampir semua lapisan masyarakat. Namun, makanan siap saji ini kelemahan utama,

yaitu makanan tersebut banyak mengandung gula atau lemak yang cukup tinggi, serta mengandung penyedap makanan (*food enhancer*), dan rendah kandungan seratnya. Dengan kata lain kandungan gizinya tidak seimbang. Jika makanan tersebut dikonsumsi dalam frekuensi dan jumlah yang wajar, tentunya tidak akan menimbulkan masalah. Tetapi sekarang hampir setiap hari banyak orang mengonsumsi makanan siap saji. Pada akhirnya kelebihan kalori yang terjadi secara terus menerus akan menimbulkan gangguan metabolisme tubuh. Dari yang bersifat ringan seperti *overweight* (kelebihan berat badan) sampai yang lebih berat seperti obesitas (kegemukan), bahkan menimbulkan berbagai jenis penyakit degeneratif seperti diabetes, pirai (*gout*), gangguan kardiovaskular.

Dari dampak pola makan tersebut, sebuah restoran makanan sehat sangat dibutuhkan. Maka pada tugas akhir ini akan dibuatkan perancangan restoran diet, *Big & Healthy Choice Restaurant*, yang menyediakan makanan berbahan dasar organik. Kemudian dengan penampilan penderita obesitas yang memiliki ukuran tubuh yang lebih besar, juga diperlukan ruangan yang lebih besar, yang cukup nyaman (*ergonomis*) bagi mereka. Perancangan restoran ini juga dilengkapi fasilitas pendukung untuk obesitas seperti konsultasi dan perawatan khusus. Pemilihan lokasi untuk restoran ini adalah salah satu *Factory Outlet* di kota Bandung, *The Secret*. Alasan pemilihan lokasi ini terkait dengan suasana yang akan dihadirkan pada restoran seperti tersedianya taman terbuka yang lebih memberikan kesan sehat alami. Disekitar lokasi ini merupakan area yang ramai dengan tempat perbelanjaan, hotel dan restoran lainnya, sehingga lokasi ini dapat lebih mudah menarik minat pengunjung yang berkunjung untuk menikmati makanan sehat.

1.2 IDENTIFIKASI MASALAH

Menurut dokter gizi, Arvan Pratama, penyebab utama obesitas adalah pola makan yang tidak benar dan kurang beraktivitas. Jumlah penderita obesitas semakin bertambah diiringi dengan bertambahnya restoran cepat saji yang menyediakan makanan berkalori lebih tinggi dari yang dibutuhkan tubuh kita. Penderita obesitas tidak hanya mengakibatkan perubahan tampak luar yang tidak enak dilihat, tetapi juga dapat merugikan kesehatan tubuh seperti timbulnya penyakit diabetes, serangan jantung, bahkan kanker.

Sehingga identifikasi masalah yang ada di dalam perancangan *Big & Healthy Choice Restaurant* ini adalah:

- Obesitas secara realitas merupakan suatu kondisi yang disatu sisi harus dihindari, dan disisi lain mereka itu ada dan mereka butuh difasilitasi sekaligus dimotivasi dan diarahkan pada gaya hidup yang lebih sehat.

- Penyebab utama obesitas adalah pola makan mereka, tetapi masih belum ada fasilitas khusus dan terprogram yang diperuntukan bagi penderita obesitas seperti dengan menyediakan makanan sehat beserta lingkungan yang nyaman bagi mereka.

1.3 IDE ATAU GAGASAN PROYEK

Dari hasil survei Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013 Indonesia menyatakan jumlah obesitas di Indonesia meningkat $\pm 5\%$ tiap tahunnya. Penyebab utama obesitas yang semakin mendunia ini tidak hanya dari pola makan, tetapi juga dari aktifitas fisik. Dari penjelasan tersebut, dapat dinyatakan pada perancangan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang baik dari segi desain interior untuk memberikan kebutuhan konsumen obesitas dalam aktifitas fisik, tetapi juga mendapatkan edukasi yang dapat mendukung konsumen untuk menjadi lebih sehat.

Semakin maraknya jumlah restoran yang menyajikan makanan sehat seperti makanan organik merupakan salah satu contoh fasilitas yang memperhatikan masalah obesitas masyarakat dari segi pangan. Tetapi sampai saat ini restoran yang hanya menyajikan makanan organik masih sangat sedikit yang juga beserta fasilitas pendukung seperti konsultasi mengenai makanan yang sesuai dengan konsumennya.

Dasar dari perencanaan dan perancangan dari proyek ini adalah mewujudkan suatu tempat yang dapat memenuhi kebutuhan penderita obesitas di Indonesia, khususnya di kota Bandung, untuk mendapatkan kenyamanan khusus untuk menikmati makanannya sekaligus diarahkan untuk menjadi lebih sehat. Tempat tersebut berupa restoran diet. Konsep perancangan restoran ini adalah menyediakan fasilitas untuk makan yang dilengkapi dengan konsultasi-konsultasi tentang makanan yang akan dikonsumsi oleh konsumennya dan juga menyediakan beberapa terapi dan perawatan khusus bagi penderita obesitas, restoran ini diberi nama *Big & Healthy Choice Restaurant*. Untuk konsep desain yang digunakan pada *Big & Healthy Choice Restaurant* ini adalah *See Yourself*. Filosofi dari *See Yourself* yang dapat memberikan dorongan berpikir untuk berubah, untuk bergerak dan tidak hanya duduk diam untuk melaksanakan suatu kegiatan seperti makan.

Disediakan *Lobby* yang diperuntukkan sebagai pelayanan atau *service* yang memuaskan khususnya dalam kenyamanan dan kepuasan konsumen. *Big & Healthy Choice Restaurant* tidak hanya memberikan pelayanan berupa penyajian makanan dengan *Healthy Recipe* dari pakar nutrisi yang disesuaikan dengan kebutuhan kalori dan nutrisi konsumen, tempat ini juga akan menyediakan furnitur dan ruangan yang lebih ergonomis khususnya bagi konsumen yang penderita obesitas dibandingkan dengan restoran lainnya. Selain itu juga disediakan fasilitas untuk komunitas berupa konsultasi-

konsultasi, terapi, perawatan dan juga edukasi bagi konsumen penderita obesitas yang bersedia untuk menjalankan proses penurunan berat badan.

1.4 RUMUSAN MASALAH

1. Bagaimana standar sirkulasi dan ergonomi yang dapat menunjang efektifitas dan kenyamanan ergonomis bagi konsumen restoran (obesitas)?
2. Bagaimana merancang gubahan ruang yang sesuai dengan tema *See Yourself* pada restoran diet ini?

1.5 TUJUAN DAN MANFAAT PERANCANGAN

Tujuan yang akan dicapai dalam perancangan *Big & Healthy Choice Restaurant* ini:

- Menghadirkan dan mengumpulkan beberapa fasilitas khusus untuk penderita obesitas yang sesuai dengan standar kenyamanan sirkulasi dan ergonomi.
- Mewujudkan desain interior dengan tema *See yourself* yang mendukung fungsi yang terdapat dalam restoran diet.

Dari perancangan *Big & Healthy Choice Restaurant* ini diharapkan dapat memberikan manfaat:

- Bagi Penulis
Mampu merancang sebuah restoran diet yang meliputi tema *See Yourself*, unsur penataan interior dan sistem interior yang sesuai dengan aktivitas yang berlangsung di dalamnya.
- Bagi Bidang keilmuan
Memberikan pengetahuan tentang desain bagi penderita obesitas dari segi penataan atau tata letak yang sesuai dengan keadaan ruang, segi kenyamanan agar memberikan situasi yang kondusif dalam melakukan aktivitas pengguna.

1.6 SISTEMATIKA PENULISAN

Bab I memaparkan latar belakang perancangan *Big & Healthy Choice Restaurant* ide/gagasan konsep, rumusan masalah, tujuan perancangan, manfaat perancangan, dan sistematika perancangan.

Bab II merupakan penguraian beberapa teori yang digunakan dalam perancangan dan penulisan makalah. Teori-teori tersebut merupakan bahan dasar dalam membuat perancangan interior untuk *Big & Healthy Choice Restaurant* ini.

Bab III menjelaskan mengenai objek yang sedang dikerjakan. Bab ini juga menjelaskan *site* yang digunakan dan berbagai hal yang berkaitan dengan *site* yang digunakan, dan analisis bangunan serta pembagian ruang dan fasilitas yang dirancang.

Bab IV menjelaskan mengenai keputusan dan analisa perancangan pada *Big & Healthy Choice Restaurant*. Melalui elemen-elemen desain interior serta material yang menjadi pilihan yang sesuai dalam merancang interior *Big & Healthy Choice Restaurant*.

Bab V berisikan mengenai kesimpulan dan proses dalam perancangan interior *Big & Healthy Choice Restaurant* serta saran terhadap perancangan yang dibuat mengenai permasalahan obesitas ini.

