

ABSTRAK

Manusia diciptakan memiliki 3 elemen utama dalam hidup yaitu, fisik, emosi dan jiwa. Saat mengalami tekanan pada salah satu elemen tersebut menyebabkan ketidakseimbangan pada elemen yang lain karena ketiga elemen tersebut saling mendukung satu sama lain. Sehingga manusia memasuki sebuah tahap dimana terdapat kejenuhan dengan kondisi yang dialami yang dinamakan dunia medis dengan *stress*. Setiap elemen dapat mengalami stres, bila stres berkelanjutan dan tidak terobati dapat menyebabkan gangguan pada kejiwaan yang berakhir pada fase kegilaan bahkan dapat menyebabkan kematian. Dengan semakin padatnya aktivitas yang dimiliki tiap-tiap pribadi saat ini, dapat dicermati betapa mudahnya kita untuk mengalami stress tersebut. Mengambil hikmah dari apa yang terjadi saat ini baiklah bila terdapat sebuah fasilitas untuk menyalurkan kegelisahan dan mendapatkan terapi lanjutan. Maka untuk tujuan tersebutlah *Stress Care Center* dirancang.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah pencipta langit dan bumi atas hikmah, berkat dan bimbingan-Nya, penulis dapat menyelesaikan tugas akhir dengan sebaik-baiknya. Adapun judul perancangan tugas akhir ini adalah "PERANCANGAN STRESS CARE CENTER".

Tugas ini dapat terlaksana berkat dukungan dan kerjasama yang baik dari dosen pembimbing tugas akhir, teman-teman serta pihak lain sehingga dapat diselesaikan tepat pada waktunya. Pada kesempatan ini, penulis juga ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Tuhan Yesus Kristus yang telah menuntun dan memberikan hikmah kepada penulis untuk mengetahui apa yang harus penulis buat.
2. Bapak Gai Suharja, Ph.D. selaku Dekan Fakultas Seni Rupa dan Desain Universitas Kristen Maranatha
3. Bapak Krismanto K, ST.,MT., selaku Ketua Jurusan Desain Interior dan dosen mata kuliah studi mandiri.
4. Ibu Yunita Setyoningrum M.Ds., selaku Sekretaris Jurusan Desain Interior.
5. Bapak Yuma Candrahera, S.sn., selaku Koordinator Tugas Akhir Desain Interior atas konsultasi dan sarannya.
6. Bapak Drs. Rahman Yuda, MBA., selaku dosen pembimbing I yang telah banyak membantu dan membimbing selama pengerjaan tugas akhir ini.
7. Ibu Ryanty Derwentiana, S. ds, selaku dosen pembimbing II yang telah banyak membantu dan membimbing selama pengerjaan tugas akhir ini.
8. Dosen-dosen Fakultas Seni Rupa dan Desain Universitas Kristen Maranatha lainnya yang telah mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di universitas.

9. Keluarga dan orang tua yang selalu mengasihi, mendampingi dan mendukung secara jasmani dan rohani.
10. Teman-teman dan pihak-pihak lain yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu.

Semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan dapat memberikan informasi yang diperlukan. Segala kritik dan saran sangat diharapkan sebagai masukan yang berharga

Bandung, 18 Juni 2011

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Abstrak.....	ii
Kata Pengantar.....	iii
Daftar Isi.....	v
Daftar Gambar.....	viii
Daftar Tabel dan Diagram.....	x
Bab I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Ide Gagasan.....	3
1.3 Identifikasi Masalah.....	4
1.4 Tujuan Perancangan.....	5
1.5 Sistematika Penulisan.....	6
Bab II PEMAHAMAN DAN KEBUTUHAN FASILITAS <i>STRESS CARE CENTER</i> ..	7
2.1 <i>Stress</i>	7
2.1.1 Stres Kerja.....	11
2.1.2 Dampak Stres Kerja.....	15
2.1.3 Gejala- Gejala Stress.....	15
2.2 Terapi.....	18
2.2.1 Meditasi.....	18
2.2.2 <i>Destructotherapy</i>	19
2.2.3 <i>Reflexology</i>	20
2.2.4 Konseling.....	21
2.2.5 <i>Hypnotherapy</i>	22
2.2.6 <i>Zen Therapy</i>	23
2.3 Standar Perancangan.....	25
2.3.1 Elemen Desain Interior.....	25
2.3.1.1 Bentuk.....	26

2.3.1.2 Skala.....	28
2.3.1.3 Warna.....	31
2.3.1.4 Cahaya.....	34
2.3.1.5 Tekstur.....	41
2.3.1.6 Pola.....	43
2.3.2 Kenyamanan Manusia.....	44
2.3.3 Ergonomi.....	51
Bab III <i>STRESS CARE CENTER</i>	55
3.1 Deskripsi Objek Studi.....	55
3.1.1 Analisa Fungsi.....	56
3.1.2 Analisa User.....	57
3.1.3 Tabel Kebutuhan Ruang.....	60
3.2 Tema dan Konsep.....	61
3.2.1 Tema <i>Peaceful</i>	61
3.2.2 Konsep <i>Releasing</i>	62
3.2.2.1 Konsep Material.....	63
3.2.2.2 Konsep Bentuk.....	64
3.2.2.3 Konsep Warna.....	65
3.2.2.4 Konsep Pola.....	66
3.2.2.5 Konsep Skala.....	67
3.2.2.6 Konsep Penghawaan.....	69
3.2.2.7 Konsep Pencahayaan.....	69
3.3 Analisa Bangunan dan Site.....	74
3.3.1 Analisa Bangunan.....	74
3.3.2 Analisa Site.....	76
3.4 Survey Fungsi Sejenis.....	80
3.4.1 Canyon View Office.....	80
3.4.2 Yelo Reflexology Napping, New York.....	83
3.5 Programming Ruang.....	85
3.5.1 <i>Bubble Diagram</i>	86
3.5.2 <i>Matrix Diagram</i>	87
3.5.3 <i>User Activity</i>	87
3.5.4 <i>Mind Map Therapy</i>	91
3.5.5 Tabel Besaran Ruang.....	95

3.5.6 Zoning dan Blocking.....	98
Bab IV PERANCANGAN <i>STRESS CARE CENTER</i>	99
4.1 Penerapan Tema dan Konsep Dalam Desain.....	99
4.2 Perancangan General.....	100
4.3 Perancangan Area Khusus.....	102
4.3.1 Entrance.....	102
4.3.2 Lobby dan Receptionist.....	103
4.3.3 Smoking Room.....	104
4.3.4 Cafe.....	106
4.3.5 Waiting Room.....	108
4.3.6 Reading Room.....	109
4.3.7 Reflexology Area.....	110
4.3.8 Ruang Meditasi.....	112
4.3.9 Ruang Konseling dan <i>Hypnotherap</i>	113
4.3.10 Ruang <i>Destructotherapy</i>	114
4.3.11 Office Area.....	115
Bab V SIMPULAN DAN SARAN.....	117
5.1 Simpulan.....	117
5.2 Saran.....	120
Daftar Pustaka	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.2.2.1 <i>Destruction Therapy</i>	20
Gambar 2.2.6.1 Zen Interior.....	24
Gambar 2.3.1.1.1 Bentuk dua dimensi dan tiga dimensi.....	26
Gambar 2.3.1.1.2 Sebuah pola dapat diubah menjadi bentuk bulat atau elips.....	27
Gambar 2.3.1.1.3 Plaza yang berbentuk oval pada arsitektur Barok.....	27
Gambar 2.3.1.2.1 Skala berdasarkan objek.....	29
Gambar 2.3.1.2.2 Ruang skala kecil dan skala besar berdasarkan skala hubungan	29
Gambar 2.3.1.2.3 Potongan dan denah pada ruang dengan skala yang berbeda...	30
Gambar 2.3.1.5.1 Ruang yang didesain dengan material tekstur.....	41
Gambar 2.3.1.6.1 Pola lantai.....	44
Gambar 2.3.2.1 Gambar Kebutuhan Manusia akan Lighting.....	45
Gambar 2.3.2.2 <i>Reflection, Absorption and Transmission</i>	46
Gambar 2.3.2.3 <i>Glare</i>	47
Gambar 2.3.2.4 <i>Reflected Glare</i>	47
Gambar 2.3.1.5 Panas dari Pelingkup Bangunan.....	48
Gambar 2.3.3.1 <i>Personal Space</i>	53
Gambar 3.2.2.3.1 <i>Elemen manusia</i>	65
Gambar 3.2.2.4.1 Pola memusat.....	67
Gambar 3.2.2.5.1 Ekspos Rangka Atap.....	68
Gambar 3.2.2.5.2 Ruangan Luas.....	68
Gambar 3.2.2.7.1 Pencahayaan Alami.....	70
Gambar 3.2.2.7.2 Pencahayaan Buatan.....	70
Gambar 3.3.1.1 Pemetaan Site SMAK DAGO.....	75
Gambar 3.3.1.2 Fasad Bangunan SMAK DAGO.....	76
Gambar 3.4.1.1 <i>Canyon View Office Site Plan</i>	80
Gambar 3.4.1.2 <i>Canyon View Office Section Plan</i>	81
Gambar 3.4.1.3 <i>Canyon View Office Exterior</i>	82

Gambar 3.4.1.5 <i>Canyon View Office Interior</i>	82
Gambar 3.4.2.1 <i>Exterior Yelo Reflexology Napping</i>	83
Gambar 3.4.2.2 <i>Lobby Yelo Reflexology Napping</i>	84
Gambar 3.4.2.3 <i>Reflexology Room</i>	85
Gambar 3.5.6.1 <i>Zoning dan Blocking</i>	98
Gambar 4.2.1 <i>General plan</i>	101
Gambar 4.2.2 <i>Specific plan</i>	101
Gmabar 4.3.1.1 <i>Entrance Area</i>	102
Gambar 4.3.2.1 <i>Lobby and Receptionist</i>	104
Gambar 4.3.3.1 <i>Smoking Room</i>	105
Gambar 4.3.4.1 <i>Bar dan Cashier</i>	106
Gambar 4.3.4.2 <i>Cafe View 1</i>	107
Gambar 4.3.4.3 <i>Cage View 2</i>	107
Gambar 4.3.5.1 <i>Waiting Room</i>	109
Gambar 4.3.6.1 <i>Reading Room</i>	110
Gambar 4.3.7.1 <i>Reflexology Area View 1</i>	110
Gambar 4.3.7.2 <i>Reflexology Area View 2</i>	111
Gambar 4.3.8.1 <i>Top View Meditation Room</i>	113
Gambar 4.3.8.2 <i>Elevation Meditation Room</i>	113
Gambar 4.3.9.1 <i>Topview Counseling Room and Hypnotherapy</i>	114
Gambar 4.3.10.1 <i>Topview Destructotherapy</i>	115
Gamabr 4.3.11.1 <i>Topview Office</i>	116

DAFTAR TABEL DAN DIAGRAM

Tabel 2.1.1.1 <i>Sumber Stress</i>	14
Tabel 2.3.1.1.1 Pengaruh bentuk terhadap kondisi psikologi manusia.....	28
Tabel 2.3.1.3.1 Tabel faktor refleksi warna bahan permukaan bangunan.....	34
Tabel 2.3.1.4.1 Tabel efek psikologis manusia terhadap warna.....	37
Tabel 3.1.3.1 Kebutuhan Ruang.....	61
Tabel 3.2.2.7.1 Tabel Konsep.....	40
Tabel 3.3.2.1 Analisis Site.....	79
Diagram 3.5.1.1 <i>Bubble Diagram Kantor</i>	86
Diagram 3.5.1.2 <i>Bubble Diagram General</i>	86
Diagram 3.5.2.1 Hubungan kedekatan Ruang.....	87
Diagram 3.5.4.1 <i>Mind Set R. Konseling</i>	92
Diagram 3.5.4.2 <i>Mind Set R. Hypnotherapy</i>	92
Diagram 3.5.4.3 <i>Mind Set R. Meditasi</i>	93
Diagram 3.5.4.4 <i>Mind Set R. Destructotherapy</i>	93
Diagram 3.5.4.5 <i>Mind Set R. Reflexology</i>	94
Diagram 3.5.4.6 <i>Mind Set Zen Therapy</i>	94
Tabel 3.5.5.1 Tabel Besaran Ruang.....	98