

ABSTRAKSI

Aktivitas yang padat, rutinitas kerja dan tingkat *stress* yang tinggi nampaknya bukanlah hal yang asing bagi kita saat ini. Bagi masyarakat modern, semua ini menjadi hal yang biasa dihadapi setiap harinya. Pada saat-saat demikian, terapi kesehatan dan juga sarana untuk memanjakan diri ,menjadi suatu kebutuhan ,lalu menjadi rutinitas ,hingga akhirnya menjadi *lifestyle*. Semua ini semata-mata untuk mengembalikan optimalitas dan kinerja tubuh dalam menghadapi rutinitas tersebut, sehingga tidak rentan untuk jatuh sakit..Oleh karena itu, penulis memutuskan untuk merancang *One Stop Therapeutik & Rejuvenasi Ayurveda* ,yang memiliki metoda dan konsep interior tematik yang berbeda. Dengan mengangkat konsep merak India yang begitu diagungkan di mata masyarakat India itu sendiri. Filosofi tersebut akan diterapkan pada interior bangunan, sehingga user mendapatkan pengalaman yang berkesan, sekaligus mendapat kesehatan yang menjadi salah satu point penting dalam kehidupan.

DAFTAR ISI

Cover

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS LAPORAN TUGAS AKHIR	iii
PERNYATAAN PUBLIKASI LAPORAN TUGAS AKHIR	iv
KATA PENGANTAR.....	v
 ABSTRAKSI	 vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR TABEL	ix

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang	1
1.2 Gagasan/ Ide perancangan	4
1.3 Rumusan Masalah	4
1.4 Tujuan Perancangan	5
1.5 Sistematika Penulisan	5

BAB II TEORI TENTANG *ONE STOP TERAPEUTIK* DAN *REJUVENASI AYURVEDA* SERTA KAJIAN LITERATUR MENGENAI BERBAGAI FASILITAS PENUNJANGNYA

2.1 Definisi Terapeutik	7
2.2 Definisi Rejuvenasi	8
2.3 Definisi <i>Ayurveda</i>	8
2.4 Sejarah <i>Ayurveda</i>	9
2.5 Diagnosa <i>Ayurveda</i>	13
2.6 <i>Ayurveda</i> Dalam Terapi	16
2.7 Kelebihan Dan Manfaat <i>Ayurveda</i>	17
2.8 Tahapan Dan Jenis Terapi <i>Ayurveda</i>	18

2.8.1	Pembasuhan Kaki.....	18
2.8.2	Diagnosa	19
2.8.3	<i>Amulya Uphar</i>	19
2.8.4	Jenis-Jenis Terapi.....	23
2.9	Standar Bangunan Untuk Tempat Terapi	44
2.10	Ruang Fasilitas Terapi beserta Studi Ergonominya.....	48
2.11	Studi Banding.....	59
2.11.1	Heena Amla	59
2.11.2	Mohammed Khasim's	60
2.11.3	Nattu Vaidya	61
2.11.4	Zen Family Reflexologi	62
2.11.5	Everyday Spa	63
2.11.6	Yuyuantang Refleksikologi	65
2.11.7	Sin Cung Kok Refleksikologi	68
2.12	Rambagh Pallace, Jaipur India.....	69

BAB III TERAPEUTIK DAN REJUVENASI AYURVEDA

3.1	Terapeutik Dan Rejuvenasi <i>Ayurveda</i>	76
3.2	<i>User Activity</i>	77
3.3	Tahapan Dalam Mengikuti Terapi <i>Ayurveda</i>	79
3.4	Kebutuhan Ruang.....	81
3.5	Analisis Fisik.....	83

BAB IV IMPLEMENTASI DESAIN TEMA & KONSEP MERAK

4.1	Tema dan Konsep Merak India	88
4.2	Aplikasi Tema dan Konsep terhadap Perancangan Desain.....	91
4.3	Penerapan Desain.....	96

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1	Simpulan	125
5.2	Saran	126

DAFTAR PUSTAKA.....	x
----------------------------	----------

LAMPIRAN	xi
-----------------------	-----------

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Beberapa Jenis Terapi <i>Ayurveda</i>	8
Gambar 2.2	<i>Copy</i> Kitab Veda Dalam Sansekerta.....	9
Gambar 2.3	Kitab <i>Ayurveda</i> Pertama Pada Pucuk Daun Palm.....	10
Gambar 2.4	Kitab Medikasi Dalam Arabian	11
Gambar 2.5	Dokumentasi Budha Tentang <i>Ayurveda</i> Saat Misionari.....	12
Gambar 2.6	Titik Unsur Inti Dan Jalur Peredaran Darah Menurut Kitab Veda .	12
Gambar 2.7	Tubuh Manusia Dan Pembagian Unsurnya Dalam Sansekerta	13
Gambar 2.8	Ilustrasi Diagnosa Oleh Dokter Senior India	14
Gambar 2.9	Diagnosa Oleh Dokter India Masa Kini.....	15
Gambar 2.10	Bahan Rempah- Rempah Alami <i>Ayurveda</i>	16
Gambar 2.11	Toko Rempah-Rempah Dan Dokter Diagnosa Di India	16
Gambar 2.12	Tempat Terapi <i>Ayurveda</i> Di India	17
Gambar 2.13	Ritual Pembasuhan Kaki.....	18
Gambar 2.14	Diagnosa Oleh Dokter India	19
Gambar 2.15	Dewa Siwa Yang menurunkan Tradisi Yoga.....	20
Gambar 2.16	Dewa-Dewa Beritual Dengan Yoga.....	20
Gambar 2.17	Lazy Man's Yoga.....	21
Gambar 2.18	<i>Lazy Man's</i> Yoga Posisi Duduk.....	21
Gambar 2.19	<i>Lazy Man's</i> Yoga Posisi Cobra.....	22
Gambar 2.20	<i>Lazy Man's</i> Yoga Posisi <i>Stretching</i> Otot Lengan	22
Gambar 2.21	Jalur Dan Wadah Pembuangan Minyak Pada Alas Tidur.....	23
Gambar 2.22	<i>Abhyangam</i> Dilakukan Dengan Minyak Berlebih	23
Gambar 2.23	Gerakan Tangan 2 Orang Terapis Secara Bersamaan.....	24
Gambar 2.24	<i>Abhyangan</i> Dengan Posisi Duduk	25
Gambar 2.25	Pemijatan <i>Hot Stone Abhyanganm</i> Dengan Minyak.....	26
Gambar 2.26	8 Titik <i>Hot Stone</i> Pada Tubuh.....	26
Gambar 2.27	<i>ShiroDara</i> Dengan Guci Tanah Liat.....	27
Gambar 2.28	<i>ShiroDara</i> Dengan Guci Besi Pada Wanita Dan Pria.....	27
Gambar 2.29	<i>ShiroDara</i>	28
Gambar 2.30	Tungku Perunggu Pemanas Minyak Herbal	29
Gambar 2.31	107 Titik Dan Jalur Inti Dalam Tubuh Manusia	29

Gambar 2.32	<i>Marma Massage</i>	30
Gambar 2.33	<i>Champi</i>	31
Gambar 2.34	<i>ShiroVasthi</i>	32
Gambar 2.35	Pemasangan Pasta Pada <i>Kati Vasthi</i>	33
Gambar 2.36	<i>Kati Vashi</i>	33
Gambar 2.37	Wadah Pembasuh <i>Vasthi</i>	34
Gambar 2.38	<i>Netra Tarpanam</i>	34
Gambar 2.39	Mata Diharuskan Berkedip Pada <i>Netra Tarpanam</i>	35
Gambar 2.40	Proses Pembersihan Setelah <i>Netra Tarpanam</i>	35
Gambar 2.41	Proses <i>Karnapoornam</i>	36
Gambar 2.42	<i>Kizi</i> Dalam Posisi Duduk	36
Gambar 2.43	<i>Kizi</i> Dalam Posisi Berbaring Terbalik	37
Gambar 2.44	Proses Pembuatan Bundle Pada <i>Kizi</i>	37
Gambar 2.45	Ritual Berendam Di Danau Suci.....	38
Gambar 2.46	Terapi Dengan Air Susu Dan Air Bunga	39
Gambar 2.47	<i>Private Bathtub</i>	39
Gambar 2.48	<i>Threading</i> Alis	40
Gambar 2.49	Ilustrasi Wanita Kerala India Dengan Rambut Sangat Panjang	41
Gambar 2.50	Proses Penambahan Rempah Dan Pembungkusan Kepala.....	41
Gambar 2.51	Proses Pemijatan Kepala Dan Leher Setelah Perawatan Rambut...42	
Gambar 2.52	Penggambaran Sketsa Awal Motif <i>Mendhi</i> Pada Kertas	42
Gambar 2.53	<i>Mendhi</i>	43
Gambar 2.54	Pembaluran Dan Pembungkusan Tubuh	44
Gambar 2.55	Ergonomi Meja Resepsion Dan Kasir.....	48
Gambar 2.56	Ergonomi Posisi Duduk Saat Pembasuhan Kaki Dan Marma	49
Gambar 2.57	Ergonomi Rak Penyimpanan	50
Gambar 2.58	Ergonomi Posisi Tubuh Saat Terapi	51
Gambar 2.59	Ergonomi Ruang Gerak Terapis Dalam Ruang Terapi.....	51
Gambar 2.60	Ergonomi Posisi Tubuh Saat Terapi	53
Gambar 2.61	Ergonomi Sirkulasi Kursi Roda.....	54
Gambar 2.62	Ergonomi Interaksi Pengguna Kursi Roda	54
Gambar 2.63	Ergonomi Perbandingan Pengguna Kursi Roda Saat Berdiri	55
Gambar 2.64	Ergonomi Lemari Dalam Storage	57
Gambar 2.65	Ergonomi Toilet Umum.....	57

Gambar 2.66	Heena Amla	59
Gambar 2.67	Mohammed Khasim's	60
Gambar 2.68	Nattu Vaidya	61
Gambar 2.69	Zen <i>Family</i> Refleksikologi	62
Gambar 2.70	Interior Dan Dekorasi Toilet Umum Zen.....	62
Gambar 2.71	Tangga <i>Entrance</i> Everyday Spa.....	63
Gambar 2.72	Tempat Pencucian Kaki	64
Gambar 2.73	Efek Parket yang Tidak Tahan Terhadap Lembab	65
Gambar 2.74	<i>Facade</i> Yuyuantang	65
Gambar 2.75	Ember Kayu Pencuci Kaki dengan Saluran Air.....	66
Gambar 2.76	<i>Leveling</i> Lantai Menuju Koridor	67
Gambar 2.77	Koridor dengan Lampu Halogen Berintensitas Cahaya Tinggi.....	67
Gambar 2.78	<i>Facade</i> Sin Cung Kok.....	68
Gambar 2.79	Sofa Satu dan Lain Tanpa Pembatas Ruang	69
Gambar 2.80	Merak Di Rambagh Pallace Masa Kini	70
Gambar 2.81	<i>Arch</i> Rambagh Pallace	70
Gambar 2.82	<i>Arch</i> Rambagh Pallace	71
Gambar 2.83	<i>Arch</i> Pada Rambagh Pallace Pada Tahun 1830	71
Gambar 2.84	Koridor Rambagh Pallace	72
Gambar 2.85	Lampu Dekorasi Pada Rambagh Pallace	73
Gambar 2.86	<i>Curtain</i> Dekorasi Celling Di Rambagh Pallace	73
Gambar 2.87	<i>Curtain</i> Pada Rambagh Pallace	74
Gambar 2.88	<i>Indoor Fountain</i> Pada Rambagh Pallace	74
Gambar 2.89	Detail Interior Pada Rambagh Pallace	75
Gambar 2.90	Bentukan Sofa Pada Rambag Pallace	75
Gambar 3.1	<i>Facade</i> Eksisting Awal	83
Gambar 3.2	Denah Eksisting Lantai 1	86
Gambar 3.3	Denah Eksisting Lantai 2	87
Gambar 4.1	Merak India.....	88
Gambar 4.2	Dewa Perang Murugan	89
Gambar 4.3	Unsur Warna Merak India	90
Gambar 4.4	Penarikan Konsep	91

Gambar 4.5	Konsep Bentuk.....	92
Gambar 4.6	Konsep Warna.....	92
Gambar 4.7	Konsep Tekstur	93
Gambar 4.8	Konsep Pencahayaan	94
Gambar 4.9	Konsep Material.....	94
Gambar 4.10	Denah Lantai 1	96
Gambar 4.11	Denah Lantai 2	97
Gambar 4.12	Denah Khusus Lantai 1	97
Gambar 4.13	Denah Khusus Lantai 2	98
Gambar 4.14	Pola Lantai Denah Lantai 1.....	100
Gambar 4.15	Pola Lantai Denah Lantai 2.....	101
Gambar 4.16	Denah Ceiling Lantai 1	102
Gambar 4.17	Denah Ceiling Lantai 2	103
Gambar 4.18	Potongan A – A’	104
Gambar 4.19	Potongan B – B’	105
Gambar 4.20	Potongan C – C’	105
Gambar 4.21	Potongan D – D’	106
Gambar 4.22	Potongan E – E’ & Potongan F – F’	107
Gambar 4.23	Detail Interior : Tangga Lengkung	108
Gambar 4.24	Detail Interior : <i>Arch</i> India.....	110
Gambar 4.25	Detail Interior : <i>Fountain</i>	111
Gambar 4.26	Detail Interior : Motif Pola Lantai	112
Gambar 4.27	Detail Furniture : Alas Tidur Terapi	113
Gambar 4.28	Detail Furniture : Tiang Penggantung Wadah Minyak	114
Gambar 4.29	Detail Furniture : Lemari <i>Locker</i> Pelapis Dinding 2 arah.....	115
Gambar 4.30	Detail Furniture : Sofa Merak	116
Gambar 4.31	Perspektif : Dietary Corner	117
Gambar 4.32	Perspektif : Taman	118
Gambar 4.33	Perspektif : Koridor Jacuzzi.....	118
Gambar 4.34	Perspektif : Jacuzzi Wanita (1)	119
Gambar 4.35	Perspektif : Jacuzzi Wanita (2)	119
Gambar 4.36	Perspektif : Tangga Lengkung	120
Gambar 4.37	Perspektif : Ruang Tunggu Yoga.....	120
Gambar 4.38	Perspektif : Koridor Area Wanita	121

Gambar 4.39	Perspektif : Ruang Terapi Duduk (1).....	121
Gambar 4.40	Perspektif : Ruang Terapi Duduk (2).....	122
Gambar 4.41	Perspektif : Ruang Terapi Berbaring (1).....	122
Gambar 4.42	Perspektif : Ruang Terapi Berbaring (2).....	123
Gambar 4.43	Perspektif : Indoor <i>Fountain</i>	123
Gambar 4.44	Tabel Material	124

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Tabel Kebutuhan Ruang	80
Tabel 3.2	Tabel Analisa Site	82

