

ABSTRAKSI

Sesuai dengan perkembangan jaman, pekerjaan kerap kali menyita waktu seseorang untuk bisa mengerjakan kebutuhan yang lain. Kebiasaan rutinitas pekerjaan ini dapat membuat seseorang menjadi stress dan kurang menikmati aspek kehidupannya yang dapat berujung pada kelakuan yang kasar, tidak dapat berpikir panjang, dan cepat mengeluarkan emosi dalam kehidupannya sehari-hari. Bekerja tanpa istirahat dapat membuat seseorang menjadi kurang produktif dalam pekerjaannya. Seseorang membutuhkan waktu istirahat yang berharga sehingga dapat memulihkan kepenatannya dalam pekerjaan.

Pusat kebugaran dan perawatan merupakan tempat dimana seseorang dapat melepaskan segala beban pekerjaannya dan menikmati hal-hal yang ada di dalam tempat tersebut, yang diharapkan dapat memberikan kesegaran, mengurangi stress, dan memaksimalkan stamina seseorang untuk kembali pada rutinitas pekerjaannya. Kota Bandung seiring bertambahnya waktu menjadi kota yang lebih sibuk. Di kota Bandung tidak banyak terdapat pusat perawatan yang memberikan segala kebutuhan perawatan di 1 tempat. Pada dasarnya pusat perawatan adalah tempat dimana seseorang bisa memanjakan dirinya, melakukan terapi, atau segala kegiatan yang bertujuan untuk memberikan kebugaran diri sendiri. Sedangkan pusat kebugaran sendiri cukup banyak ditemukan di kota Bandung, akan tetapi kombinasi dari pusat kebugaran dan perawatan yang lengkap sendiri sangat sulit ditemukan. Metode yang digunakan adalah dengan cara kualitatif (dengan menganalisis data dari internet, survey lapangan, dan wawancara secara langsung) dan kuantitatif (dengan cara mengambil data-data yang didapat dari hasil wawancara). Data yang terkumpul digunakan untuk membuat Pusat Perawatan dan Kebugaran yang baik dan diminati oleh masyarakat kota Bandung.

Terdapat beberapa kelebihan pada area Pusat Kebugaran dan Perawatan. Diantaranya, pertama memberikan kemudahan bagi konsumen untuk pergi ke 1 tempat dimana segala kebutuhan mereka untuk perawatan dipenuhi. Kedua menghemat waktu seseorang yang dikatakan cukup sibuk untuk pergi ke 1 pusat kebugaran dan perawatan, tidak perlu berpindah-pindah tempat untuk memenuhi kebutuhannya. Ketiga terdapat bermacam-macam kegiatan perawatan yang dapat memanjakan konsumen dan memberikan pelayanan penuh untuk konsumen.

Bandung adalah tempat yang nyaman untuk orang-orang melakukan aktivitas mereka, terbukti banyak orang dari luar kota yang datang dan bermukim di Bandung untuk bekerja maupun menikmati hal-hal yang ada di kota Bandung. Tempat-tempat yang menyediakan kebutuhan kebugaran dan perawatan sangat diminati di kota Bandung baik oleh kalangan remaja maupun dewasa. Pada kenyataannya bahkan orang dari luar kota

seperti Jakarta, senang untuk berwisata ke Bandung demi memiliki waktu berkualitas yang terlepas dari beban pekerjaannya.

Kesimpulan yang diambil oleh penulis adalah Pusat Kebugaran dan Perawatan tepat untuk diterapkan di kota Bandung. Berhubung dengan minat masyarakat dan turis yang ada di kota Bandung untuk menikmati pusat perawatan yang nyaman, dapat memanjakan diri dan melepaskan kepenatan. Dengan desain yang baik, tempat seperti ini dapat memberikan kepuasan bagi orang-orang yang datang berkunjung.

Kata kunci: Kenyamanan, Kesehatan, Terapi, Bersih, Memanjakan.

ABSTRACT

In accordance with the changing times, work often takes time for someone to be able to do the needs of others. The work routine habits can make a person stress and less enjoy the aspects of life that can lead to abusive behavior, can't think, and quickly put out the emotion in every activity in life. Working without a break can make a person less productive on the job. Sometimes people need valuable resting time, that can recover them from tired on the job.

Fitness and Treatment Center is a place where someone can let go of all his work load and enjoy the things that are in the area, which is expected to provide freshness, reduce stress, and maximize stamina for someone to get back to work routine. Bandung city with the passage of time become more busy city. In the city there is not much treatment center that provides everything needed treatment at 1 place. Basically treatment center is a place where someone can indulge himself, doing therapy, or any activity that aims to provide fitness to yourself. While the fitness center itself is quite commonly found in the city, but the combination of a fitness center and a complete treatment itself is very hard to find. The method used was a qualitative manner (by analyzing data from the internet, field surveys, and direct interviews) and quantitative (by taking the data obtained from interviews). The collected data is used to create a good Treatment Centre and demand by the people of Bandung.

There are several advantages in Fitness and Treatment Center areas. Including, first makes it easy for consumers to go to the one place where all of their needs for treatment fulfilled. Second saving someone time who said really busy to go to just 1 treatment center, and not keep moving from place to place to fulfilled they needs. Third, there are a variety of treatment that can delight customers and provide full services for consumers.

Bandung is a convenient place for people to do their activity, proved a lot of people from out of town who came and settled in Bandung to work and enjoy the things that exist in the city. Places that provide fitness and treatment needs in the city is in great demand by both teenagers and adults. In fact even people from outside the city such as Jakarta, happy to travel to Bandung in order to have quality time apart from they work load.

The conclusions drawn by the authors are right to apply Fitness and Treatment Center in the city of Bandung. Due to the interest of the community and tourists in the city of Bandung to enjoy a comfortable treatment center, can indulge and release fatigue. With good design, a place like this can provide satisfaction for people who come to visit.

Keywords: Leisure, Fitness, Therapy, Clean, Coddl

DAFTAR ISI

Cover	
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS LAPORAN TUGAS AKHIR	iii
PERNYATAAN PUBLIKASI LAPORAN TUGAS AKHIR	iv
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAKSI	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Ide Gagasan	3
1.3 Rumusan Masalah	4
1.4 Tujuan Perancangan	4
1.5 Batasan Perancangan	6
1.6 Sistematika Penulisan	6
BAB II LANDASAN TEORI.....	7
2.1 <i>Health and Relaxation Centre</i>	8
2.1.1 Tujuan <i>Health and Relaxation Centre</i>	11
2.1.2 Jenis-Jenis <i>Health and Relaxation Centre</i>	11
2.1.3 Manfaat <i>Health and Relaxation Centre</i>	19
2.1.4 Standar Perancangan	22
2.2 Restaurant.....	41
2.2.1 Tujuan Restaurant	41
2.2.2 Jenis Makanan	42
2.2.3 Standar Ergonomi Ruang	43
2.3 Studi Banding	49
2.3.1 Zen Sukajadi	49
2.3.2 Gold's Gym	53

BAB III	DESKRIPSI OBJEK STUDI	56
3.1	Deskripsi Proyek	56
3.2	Analisa Fungsional	57
3.2.1	User	57
3.2.2	Perencanaan Ruang	58
3.2.3	Sirkulasi Aktivitas	59
3.3	Analisa Fisik	60
3.4	Ide Implementasi Konsep pada Objek Studi	69
3.5	Studi Image Konsep	73
BAB IV	KONSEP PERANCANGAN	75
4.1	Penerapan Konsep Perancangan	75
4.1.1	Konsep Perancangan	75
4.1.2	Konsep Utilitas	76
4.2	Perancangan	77
4.2.1	<i>General Layout</i>	77
4.2.2	<i>Detailed Plan</i>	81
4.2.3	Detail Interior	92
4.2.4	Detail Furniture	
4.2.5	Perspektif Interior	
4.2.6	Material	
BAB V	SIMPULAN	
5.1	Simpulan	
DAFTAR	PUSTAKA	

DAFTAR GAMBAR

BAB II LANDASAN TEORI KREATIVITAS DAN PERPUSTAKAAN

2.1.1	Visual Sehat	9
2.1.2	Visual Santai	10
2.1.3	Visual Pusat	11
2.1.4	<i>Jogging</i>	12
2.1.5	Angkat Beban	13
2.1.6	Peregangan	13
2.1.7	<i>Yoga</i>	16
2.1.8	<i>Meditasi</i>	17
2.1.9	Gambar Kebutuhan Manusia akan Pencahayaan.....	23
2.1.10	Panas dari Pelingkup Bangunan	26
2.1.11	Jarak Personal Pengguna	29
2.1.12	Jarak Personal User 1	29
2.1.13	Jarak Personal User 2	30
2.1.14	Jarak Personal Pengguna Sauna	30
2.1.15	Standar Tempat Tidur yang Nyaman	31
2.1.16	Skema Pemipaan Kolam Renang	35
2.2	Restaurant	41
2.2.1	Informal Restaurant	41
2.2.2	Karbohidrat	42
2.2.3	Gorengan	43
2.2.4	Makanan Manis	43
2.2.5	<i>Grill</i>	44
2.2.6	Sayuran	44
2.2.7	Buah	45
2.2.8	Rebus	45
2.2.9	<i>Square Dining Spaces</i>	47
2.2.10	<i>Round Dining Spaces</i>	47
2.2.11	<i>Cooking Spaces</i>	48
2.2.12	<i>Body Dimension</i>	48
2.3	Studi Banding	49
2.3.1	Zen Family Reflexology Sukajadi	51
2.3.2	Area Pencucian Kaki	51
2.3.3	Area Refleksi	52
2.3.4	Area Pijat	52

2.3.5	Gold's GYM Cihampelas Walk	53
2.3.6	<i>Aerobic Room</i>	54
2.3.7	<i>Cycling Room</i>	55
2.3.8	Cardio Room	55

BAB III DESKRIPSI OBJEK STUDI

3.1	<i>Bubble Diagram</i> Sirkulasi Aktivitas Lantai 1.....	59
3.2	<i>Bubble Diagram</i> Sirkulasi Aktivitas Lantai 1.....	59
3.3	Jalan Menuju Selasar Sunaryo	60
3.4	<i>General Layout</i> Lantai 1	61
3.5	<i>General Layout</i> Lantai 2.....	62
3.6	Potongan A	62
3.7	Potongan B	63
3.8	Potongan C,D,E	63
3.9	Zoning Blocking lantai G	64
3.10	Zoning Blocking lantai 1	64
3.11	Batas Utara	65
3.12	Batas Selatan	65
3.13	Batas Barat	66
3.14	Batas Timur	66
3.15	<i>Site Analysis</i>	59
3.16	<i>Study Image 1</i>	73
3.17	<i>Study Image 2</i>	73
3.18	<i>Study Image 3</i>	74
3.19	<i>Study Image 4</i>	74

BAB IV KONSEP PERANCANGAN

4.1	Site Plan	77
4.2	General Layout 1 st Floor	77
4.3	General Layout 2 nd Floor	78
4.4	Zoning 1 st Floor	79
4.5	Zoning 2 nd Floor	80
4.6	General Section Plan A	80
4.7	General Section Plan B	81
4.8	Detailed Plan 1 st Floor	81
4.9	Detailed Plan Ground Floor	82
4.10	Detailed Plan Fitness Area	82

4.11	Detailed Plan Yoga Area	83
4.12	Detailed Plan Spa Couple	83
4.13	Detailed Floor Pattern 1 st Floor	84
4.14	Detailed Floor Pattern Ground Floor	84
4.15	Detailed Floor Pattern Fitness Area	85
4.16	Detailed Floor Pattern Yoga Area	85
4.17	Detailed Floor Pattern Spa Couple	86
4.18	Detailed Lighting Plan 1 st Floor	86
4.19	Detailed Lighting Plan Ground Floor	87
4.20	Detailed Lighting Plan Fitness Area	87
4.21	Detailed Lighting Plan Yoga Area	88
4.22	Detailed Lighting Plan Spa Couple	88
4.23	Detailed Section Plan 1 st Floor	89
4.24	Detailed Section Plan Ground Floor	89
4.25	Detailed Section Fitness Area	90
4.26	Detailed Section Yoga Area	90
4.27	Detailed Section Spa Couple	91
4.28	Drop Ceiling	92
4.29	Aisle	92
4.30	Root Theme Ceiling	93
4.31	Vertical Garden	93
4.32	Spiral Tree Column	94
4.33	Wooden Partition	94
4.34	Retail Cabinet	95
4.35	Wooden Cabinet	95
4.36	Receptionist Desk	96
4.37	Sofa	96
4.38	Dining Table	97
4.39	Cupboard	97
4.40	Perspektif – Lobby & Receptionist	98
4.40	Perspektif – Reflexology Area	98
4.40	Perspektif – Spa Corridor	99
4.40	Perspektif – Yoga Area	99
4.40	Perspektif – Spa Couple	100
4.40	Material Lantai	101
4.40	Material Dinding	101
4.40	Material Ceiling	102

DAFTAR TABEL

BAB II	LANDASAN PERANCANGAN DAN PERENCANAAN	
2.1	Standar Kebutuhan Ruang Area Fitness	34
BAB III	DESKRIPSI OBJEK STUDI	
3.1	Tabel Kebutuhan Ruang.....	58
3.2	Tabel Perencanaan Ruang	58
3.3	Tabel Analisis Site.....	69
3.4	Tabel Implementasi Konsep	72