

# SARANA KEBUGARAN DAN RELAKSASI DI MANADO

## “ARSITEKTUR LANSEKAP – SENSASI NATURAL”

Disusun Oleh:

**Alfa Andriano Joseph<sup>1)</sup>**

**Linda Tondobala<sup>2)</sup> Windy Mononimbar<sup>3)</sup>**

### ABSTRAK

*Kesehatan merupakan harapan semua orang saat ini, ditengah hiruk pikuk, polusi dan kesibukan kerja di perkotaan. Pentingnya menjaga kesehatan menjadi salah satu tujuan hidup yang utama, yang kadang dilupakan oleh manusia. Kesibukan dan aktivitas yang cukup tinggi pada masyarakat yang bekerja dan tinggal di daerah perkotaan menuntut gaya hidup yang serba cepat. Gaya hidup ini tentunya membutuhkan suatu fasilitas kebugaran dan relaksasi yang dapat menunjang kesehatan tubuh. Dalam realita masyarakat perkotaan saat ini tingkat persaingan dalam berbagai aspek menuntut pemenuhan kebutuhan harus terpenuhi dengan cepat, efisien dan mudah. Kehadiran sarana kebugaran dan relaksasi dihadirkan dalam satu tempat bersamaan di mana keduanya memiliki sinkronisasi dengan tujuan untuk memperoleh kebugaran dan kesehatan jasmani yang dibutuhkan masyarakat perkotaan yang hidup dengan kompleksitas kerja dan rutinitas. Perancangan sarana kebugaran dan relaksasi ini mempertimbangkan aspek penting yang mendukung kesehatan manusia yaitu lingkungan alam sekitar, sehingga dalam perancangannya alam atau lingkungan memegang peranan penting. Sensasi natural akan menjadi suatu kajian dalam tema arsitektur lansekap yang akan dihadirkan dalam konsep dan ide desain ke objek rancangan. Sensasi natural yang dimaksudkan memiliki beberapa substansi yang akan dijadikan sebagai acuan pada konsep dan perancangan dengan tetap memperhatikan elemen-elemen arsitektur lansekap sebagai kajian tematik. Sensasi natural yang akan dihadirkan bertujuan untuk memberikan suatu perasaan dan kesan yang berbeda yang dapat dirasakan pengguna, dimana pengguna disini dapat merasakan suatu kondisi lingkungan yang menunjang untuk melakukan aktivitas berolahraga dan relaksasi. Pemenuhan objek dengan tema arsitektur lansekap-sensasi natural ini diharapkan akan menjadi nilai tambah yang berbeda dari tempat kebugaran dan relaksasi lainnya di Manado.*

**Kata kunci:** *Kebugaran dan Relaksasi – Lansekap – Sensasi Natural*

### PENDAHULUAN

#### 1. Latar Belakang

Kesehatan merupakan salah satu faktor utama yang dapat mempengaruhi kebugaran dan penampilan tubuh, sehingga kesehatan seperti harta yang paling berharga yang tidak pernah bisa ditukar dengan apapun. Oleh karena itu setiap orang tentu mendambakan hidup sehat dan ingin selalu tampak bugar dengan penampilan yang segar dan awet muda. Olahraga dan spa merupakan aktifitas yang dilakukan hampir setiap orang untuk menjaga kebugaran dan kesehatan tubuhnya. Salah satu olahraga modern saat ini adalah *fitness*. Di Indonesia olahraga ini mengalami perkembangan yang cukup pesat. Sedangkan relaksasi tubuh dan pikiran bisa dilakukan dengan perawatan spa. Spa memiliki beragam manfaat bagi tubuh, antara lain relaksasi pikiran, merawat kesehatan dan kecantikan kulit, hingga mengembalikan kesegaran tubuh. Keseimbangan fisik dan emosi merupakan dasar kesehatan, meringankan perasaan yang berat, menghilangkan raut-raut yang stres dari wajah sehingga meningkatkan kebugaran tubuh. Berolahraga dan menjaga kecantikan bukan lagi hal biasa tetapi sudah menjadi “*life style*” masyarakat perkotaan.

---

<sup>1)</sup> Mahasiswa Jurusan Arsitektur UNSRAT

<sup>2)</sup> Staf Pengajar Jurusan Arsitektur UNSRAT

<sup>3)</sup> Staf Pengajar Jurusan Arsitektur UNSRAT

Hal yang sama terjadi juga di Kota Manado, dimana masyarakat di Kota Manado membutuhkan suatu tempat kebugaran dan relaksasi, karena kebanyakan pusat kebugaran dan relaksasi pada umumnya belum memadai dalam pemenuhan fungsinya sebagai tempat kebugaran dan relaksasi. Oleh karena itu dengan memberikan sebuah konsep baru yang menghadirkan sensasi alami dalam ruang berolahraga, konsep perancangan tempat ini menawarkan kenyamanan bergerak dengan lebih leluasa. Sehingga para pengguna tidak hanya akan mendapatkan tubuh ideal, tapi juga tubuh yang sehat dengan suasana yang lebih alami.

Dalam perancangannya, sarana kebugaran dan relaksasi ini menggunakan tema Arsitektur Lansekap - Sensasi Natural. Dengan adanya batasan tema tersebut, diharapkan mampu menghadirkan rancangan yang berbeda dalam konteks bangunan pusat kebugaran. Objek ini bertujuan memberikan layanan dan fungsi yang berjangka panjang bagi para pemakai dengan menerapkan perancangan ruang luar yang berkualitas dan disesuaikan dengan kondisi dan potensi dalam tapak.

## **2. Rumusan Masalah**

Ada beberapa permasalahan dalam proses perencanaan Sarana Kebugaran dan Relaksasi yaitu :

- Bagaimana mewadahi kegiatan dalam objek rancangan Sarana Kebugaran dan Relaksasi?
- Bagaimana memanfaatkan potensi lingkungan alami dalam perencanaan dan perancangan Arsitektur?

## **3. Maksud dan Tujuan**

### **• Maksud**

Menciptakan fasilitas yang dapat memenuhi kebutuhan kesehatan jasmani dan rohani (relaksasi dan kebugaran), *Leisure* dan Edukasi.

### **• Tujuan**

Merancang bangunan yang dapat menggabungkan antara aspek kebugaran dan relaksasi melalui sensasi natural.

## **METODE PERANCANGAN**

### **• Pendekatan Tipologi Objek**

Perancangan dengan pendekatan tipologis dibedakan menjadi dua (2) tahap yaitu tahap pengidentifikasi tipe/tipologi dan tahap pengolahan tipologi

### **• Pendekatan Analisis Tapak dan Lingkungan**

Dalam pendekatan ini, perlu dilakukan analisa-analisa pada tapak dan lingkungan yang kemudian disesuaikan dengan tema yang ada.

### **• Pendekatan Tematik**

Tema yang diambil adalah “Arsitektur Lansekap – Sensasi Natural” dimana tema yang dimaksud merupakan pendekatan desain yang akan diterapkan dalam perancangan.

## **KAJIAN PERANCANGAN**

### **1. Deskripsi Objek dan Pemahaman Objek Rancangan**

Pengertian objek perancangan Sarana Kebugaran dan Relaksasi di Manado adalah sebagai berikut : Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia.

#### **• Sarana**

Merupakan segala sesuatu yang dapat dipakai sebagai alat dalam mencapai maksud atau tujuan

#### **• Kebugaran**

Hal sehat dan segar (badan)

#### **• Relaksasi**

Pengenduran, pemanjangan (otot)

#### **• Manado**

Kota di Provinsi Sulawesi Utara yang menjadi lokasi objek rancangan

Jadi “*Pusat Kebugaran dan Relaksasi di Manado*” merupakan tempat yang bertujuan untuk mendapatkan suatu kondisi tubuh yang sehat dan bugar secara umum, dengan pembentukan tubuh yang diinginkan secara khusus serta juga proses melepaskan ketegangan dan mengembalikan keseimbangan baik pikiran maupun tubuh.

Objek perancangan ini dipilih karena olahraga saat ini sudah menjadi kebutuhan seiring meningkatnya kesadaran masyarakat akan pentingnya hidup sehat. Olahraga telah menjadi kebutuhan hidup sehari-hari hingga diyakini sebagai tren gaya hidup, sehingga keberadaannya haruslah dekat dengan lingkungan kesehariannya baik tempat tinggal maupun lokasi beraktivitas. Dari kedua pengertian diatas, maka keberadaan “*Sarana Kebugaran dan Relaksasi di Manado*” berfungsi sebagai suatu tempat yang mendukung aktivitas guna memberikan kesehatan bagi masyarakat yang berlokasi di Manado.

## 2. Lokasi dan Tapak

Lokasi yang terpilih untuk pembangunan Sarana Kebugaran dan Relaksasi terletak di Kecamatan Malalayang tepatnya pada Kelurahan Winangun. Tapak terpilih di Kelurahan Winangun ini memiliki batas-batas tapak sebagai berikut :

Utara : Pemukiman dan view kota Manado

Barat : Gudang dan tanah kosong

Timur : Jalan Raya Winangun

Selatan : kantor



**Gambar 3.5 Site**


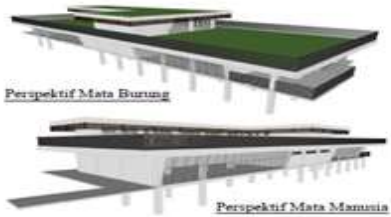


## 3. Kajian Tema






Pada dasarnya Arsitektur Lansekap adalah ilmu dan seni perencanaan dan perancangan serta pengaturan dari pada lahan, penyusunan elemen-elemen alam dan buatan melalui aplikasi ilmu pengetahuan dan budaya, dengan memperhatikan keseimbangan kebutuhan pelayanan dan pemeliharaan sumber daya, hingga pada akhirnya dapat tersajikan suatu lingkungan yang estetik dan fungsional. Fungsi dari arsitektur lansekap lebih kepada perencanaan ruang luar, dimana lansekap ini akan menjadi penghubung antara manusia dan alam. Sensasi natural akan menjadi suatu kajian dalam tema arsitektur lansekap yang akan dihadirkan dalam konsep dan ide desain ke objek rancangan. Sensasi natural yang dimaksudkan memiliki beberapa substansi yang akan dijadikan sebagai acuan pada konsep dan perancangan dengan tetap memperhatikan elemen-elemen arsitektur lansekap sebagai kajian tematik. Sensasi natural yang akan dihadirkan bertujuan untuk memberikan suatu perasaan dan kesan yang berbeda yang dapat dirasakan pengguna, dimana pengguna disini sebagai memerlukan suatu kondisi lingkungan yang menunjang untuk melakukan aktifitas berolahraga dan relaksasi. ditarikalah suatu substansi dari sensasi natural ini yang meliputi panca indera.

## KONSEP-KONSEP DAN HASIL PERANCANGAN

### • Aplikasi Tematik

Mengimplementasikan tema kedalam proses desain diperlukan suatu kajian arsitektural yang dapat dijadikan sebagai pendekatan untuk mengaplikasikan tema menjadi produk desain arsitektural yang tematik. Pendekatan desain tematik yang digunakan yaitu arsitektur lansekap – sensasi natural.

Strategi Perancangan Tematik Arsitektur Lansekap	Strategi Perancangan Sensasi Natural melalui pancaindera	Hasil Penerapan Tema Dalam Desain
<p>Penerapan komponen dalam desain lansekap yaitu prinsip-prinsip desain.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Balans(keseimbangan)</li> <li>2. Ritme (irama)</li> <li>3. Aksen (penekanan)</li> </ol>	<p>Sensasi penglihatan (visual), dengan konsep alami ruang terbuka, penyusunan tanaman berfungsi sebagai control pandangan, membentuk bingkai terhadap objek rancangan.</p> <p>Mengeluarkan sensasi penciuman sehingga udara yang segar membuat aktivitas berolahraga menjadi nyaman dan sehat</p> <p>zona kebugaran bisa melihat view ke luar dan kedalam site yang menghadirkan sensasi natural.</p>	<p>Menerapkan kembali prinsip desain pada tapak</p>  <p>Komponen ritme teraplikasi pada pengaturan komposisi tanaman dan pepohonan pada daerah pedestrian</p>  <p><i>Outdoor gym</i> yang berada di lantai 2 bangunan yang merupakan Aksen (Penekanan) dalam objek rancangan. Penempatan objek diletakkan dibagian belakang kawasan untuk bias memandang keseluruhan view pada site dan keluar site yang memiliki view yang bagus yaitu kota manado Manado.</p>
<p>Unsur-unsur desain:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Garis</li> <li>2. Bidang</li> <li>3. Ruang</li> <li>4. Warna</li> <li>5. Tekstur</li> </ol>	<p>Dengan peletakan vegetasi pohon, tanaman dan tiang lampu pada tapak sesuai tema Arsitektur Lansekap menghadirkan sensasi natural melalui indera penglihatan dan indera penciuman</p> <p>menghadirkan Sensasi penglihatan dan Sensasi</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Garis   <p>Vegtasi pohon dan tiang lampu yang merupakan simbol garis</p> </li> <li>• Bidang dan Ruang</li> </ul>

	<p>pendengaran melalui view pada ruang terbuka dari unsur alam dan bunyi percikan air pada kolam yang memberi efek alami serta bunyi dari audio pada gasebo dan kicauan burung pada area tapak</p> <p>Bau dari tanaman dan pepohonan memberi kesan alami serta penggunaan material pada objek menghadirkan sensasi pada pancaindera melalui penglihatan dan penciuman. Warna pada vegetasi juga mempengaruhi stimulus otak (<i>helling colour</i>)</p>	   <p>Pergola, gasebo dan kolam yang membentuk bidang dan ruang juga memiliki fungsi untuk menaungi.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Warna</li> </ul>  <p>Tekstur</p> 
--	--	--



Elemen-elemen (*place*)

- Insubstantial *space* ruang yang menembus ruang / ruang tanpa batas yang nyata seperti pergola-pergola yang menuju ke arah zona spa dan gym
- *Possession in Movement* *Pedestrian way*, pejalan kaki, jogging track dan aspal digunakan untuk parkir kendaraan bermotor.

Sensasi yang dikeluarkan melalui pancaindera yaitu penglihatan, pendengaran, perabaan dengan pengaturan pergola dan permainan ruang terbuka dari unsur alam juga vegetasi sebagai pengarah dan peneduh. vegetasi juga memberi efek melindungi

Komponen tekstur dalam unsur desain dengan ukuran bentuk, warna yang berbeda menciptakan kesan-kesan ruang yang berbeda dan variasi sehingga berkesan tidak monoton.



Pergola



Zona pejalan kaki dan jogging track

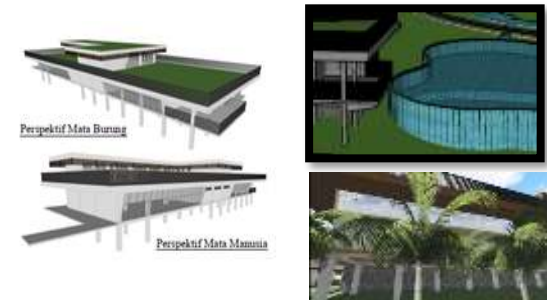


Zona area parkir kendaraan bermotor

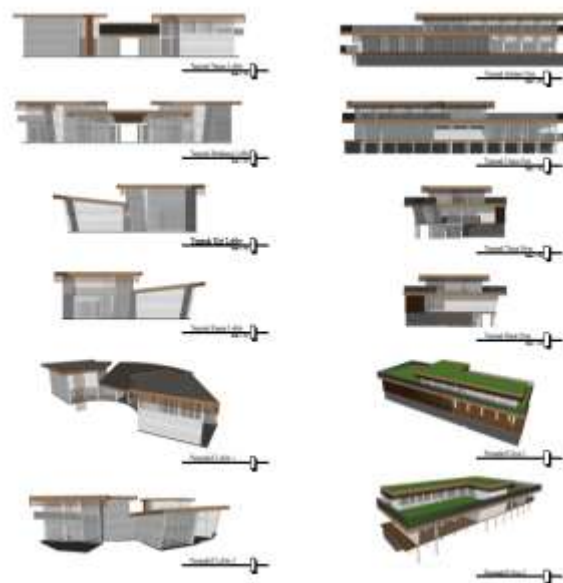


### Elemen-elemen (*content*)

- *Intimacy*  
Keadaan yang rindang terlindungi, menimbulkan perasaan intim dan terlindungi
- Skala  
Perilaku manusia sebagai pembanding terhadap ruang atau bangunan tempat aktivitas manusia.  
contoh : Gedung Gym sebagai Penekanan objek monumental mempunyai skala yang besar pada kawasan objek
- Publicity  
Pada transformasi desain yakni papan Informasi penunjuk arah



### APLIKASI DESAIN





## ANALISIS PERANCANGAN

### 1. Kesimpulan

Kota Manado membutuhkan suatu tempat kebugaran dan relaksasi, dimana kebanyakan pusat kebugaran dan relaksasi pada umumnya belum memadai dalam pemenuhan fungsinya sebagai tempat kebugaran dan relaksasi. Kota Manado membutuhkan suatu tempat kebugaran dan relaksasi, dimana kebanyakan pusat kebugaran dan relaksasi pada umumnya belum memadai dalam pemenuhan fungsinya sebagai tempat kebugaran dan relaksasi. Fasilitas kebugaran dan relaksasi yang ada di Manado berada di ruko-ruko, pusat-pusat perbelanjaan, rumah-rumah tinggal dan bagian dari fasilitas pendukung hotel berbintang, dikarenakan pusat kebugaran dan relaksasi lebih mementingkan nilai financial dilihat dari segi bangunan dan tempatnya, tanpa memperhatikan fungsi utama dari tempat kebugaran dan relaksasi. Fasilitas kebugaran dan relaksasi lokal di Manado hanya menawarkan tempat untuk berolahraga, tanpa memperhatikan fungsi utama dari tempat kebugaran dan relaksasi. Oleh karena itu dengan memberikan sebuah konsep baru yang menghadirkan sensasi alami dalam ruang berolahraga, konsep perancangan tempat ini menawarkan kenyamanan bergerak dengan lebih leluasa. Sehingga para pengguna tidak hanya akan mendapatkan tubuh ideal, tapi juga tubuh yang sehat dengan suasana yang lebih alami.

Dalam pertimbangan tersebut maka hadirilah judul tugas akhir *Sarana Kebugaran dan Relaksasi di Manado dengan tema Arsitektur Lanskap – Sensasi Natural*. Dengan adanya batasan tema tersebut, diharapkan mampu menghadirkan rancangan yang berbeda dalam konteks bangunan pusat kebugaran. Objek ini bertujuan memberikan layanan dan fungsi yang berjangka panjang bagi para pemakai dengan menerapkan perancangan ruang luar yang berkualitas dan menghadirkan suasana yang lebih alami.



## 2. Saran

Dalam penyelesaian laporan dan desain tugas akhir ini, penulis menyadari banyaknya kekurangan dalam pengambilan dan pengolahan data bahkan pada proses analisa serta penyusunan konsep, namun besar harapan penulis setelah melalui proses perkuliahan di Fakultas Teknik Jurusan Arsitektur Universitas Sam Ratulangi Manado serta dijadikan bahan literatur dalam proses belajar yang berkaitan dengan arsitektur.

## DAFTAR PUSTAKA

Anonimous 2016, Rencana Tata Ruang Wilayah Kota Manado (2014-2015). Pemerintah Kota Manado.

Ashihara, Yoshinobu. 1983. *Exterior Design in Architecture (terjemahan Gunadi Sugeng)* P.T. Dian Surya, Surabaya.

Boedi, Laksono. 2014. *Metode Perencanaan & Perancangan Arsitektur*. Griya Kreasi, Jakarta.

Ching, F.D.K. 2000. *Arsitektur bentuk, ruang, dan tatanan*. Erlangga, Jakarta.

Harvey M. Rubenstei. 1988. *A Guide to Site and Environmental Planning (terjemahan Gunadi Sugeng)*. Surabaya.

Neufert, Ernest. 1993. *Data Arsitektur Jilid I dan II*. Erlangga. Jakarta.

Rustam Hakim. Ir. 1991. *Unsur Perancangan dalam Arsitektur Lansekap*. Bumi Aksara, Jakarta.

Rustam Hakim Ir, & Ir. Hardi Utomo, MS. IAI. 1991. *Komponen Perancangan Arsitektur Lansekap*. Bumi Aksara, Jakarta.