

# Implementasi Konsep *Nostlagic Getaway* pada Perancangan Interior “Surabaya Senior Sport Centre”

Jessica Limbang

Program Studi Desain Interior, Universitas Kristen Petra

Jl. Siwalankerto 121-131, Surabaya

E-mail: jessicalimbang@gmail.com

**Abstrak**— Salah satu cara untuk meningkatkan kualitas hidup lansia adalah melalui olahraga dan kegiatan kelompok yang dilakukan bersama-sama namun di Surabaya, keberadaan fasilitas yang ramah lanjut usia masih sangat minim dan sedikit. Perancangan fasilitas olahraga untuk lansia mengutamakan masalah mengenai keamanan dan kenyamanan lansia saat beraktivitas di dalamnya, selain itu juga diharapkan dapat memberikan efek positif pada kondisi fisik dan sosial penggunanya. Dalam perancangan ini menggunakan metode *design thinking* menurut Bryan Lawson.

Pemilihan konsep “*Nostlagic Getaway*” diharapkan dapat menjawab kebutuhan yang ada. Poin-poin penerapan desain seperti *lighting, flooring, wayfinding, style, view, user safety, area of rest, layout, emergency help*, dan *color and materials*, diharapkan dapat menjawab berbagai masalah keamanan dan kenyamanan pengguna saat beraktivitas. Dengan demikian diharapkan fasilitas yang dirancang dapat memenuhi dan menjawab kebutuhan pengguna serta diterima oleh masyarakat dengan baik.

**Kata Kunci**— interior, lansia, kesehatan.

**Abstract**— Physical exercise and group activity are some of the ways that can improve this elderly’s quality of life. However, in Surabaya, the number of facilities that are proper and suitable for the elderly is still lacking. Designing physical exercise facility for the elderly should emphasize safety and comfort. More than that, it is also expected that the facility could contribute positively to their physical and social condition. This project used Bryan Lawson’s method for design thinking.

The concept, “*Nostlagic Getaway*”, is expected be the answer to fulfill the user needs. This concept has few of implementation points like *lighting, flooring, wayfinding, style, view, user safety, area of rest, layout, emergency help, and color and materials*, are hope to be a solution for many safety and comfortability problems and user experience in this facilities. Therefore, it is expected that the designed facility could answer the needs of the targeted user and welcomed positively by the society.

**Keyword**— interior, elder, health.

## I. LATAR BELAKANG

Salah satu tolak ukur kemajuan suatu bangsa adalah usia harapan hidup penduduknya. Dari hasil sensus penduduk yang dilakukan oleh Kementrian Kesehatan RI menunjukkan pada tahun 2012, usia harapan hidup di Indonesia mencapai 70 tahun, dengan proporsi penduduk lansia sebesar 7.59%. Pada tahun 2020 persentase jumlah penduduk lansia diproyeksikan

mencapai 11,34%. Dengan proporsi penduduk lansia sebanyak 10,4% dari total keseluruhan penduduknya, Jawa Timur menempati posisi ketiga di Indonesia sebagai provinsi dengan jumlah lansia terbanyak. Kemudian, pada khususnya, di Surabaya, populasi lansia tercatat sebanyak 287.166 jiwa dengan usia harapan hidup yang mencapai 71 tahun bagi wanita dan 69 tahun bagi pria. [1]

Dikutip dari seorang ahli saraf dan psikolog, Dr Amen, mengatakan bahwa sejumlah rahasia akan pentingnya support dan aktivitas grup untuk lansia dalam menjaga kesehatan. Beberapa diantaranya aktivitas yang secara kreatif diintegrasikan dalam kegiatan seperti pertemuan sosial yang melakukan aktivitas sehat bersama, melakukan olahraga reguler berkelompok, dan kegiatan lainnya. [2]

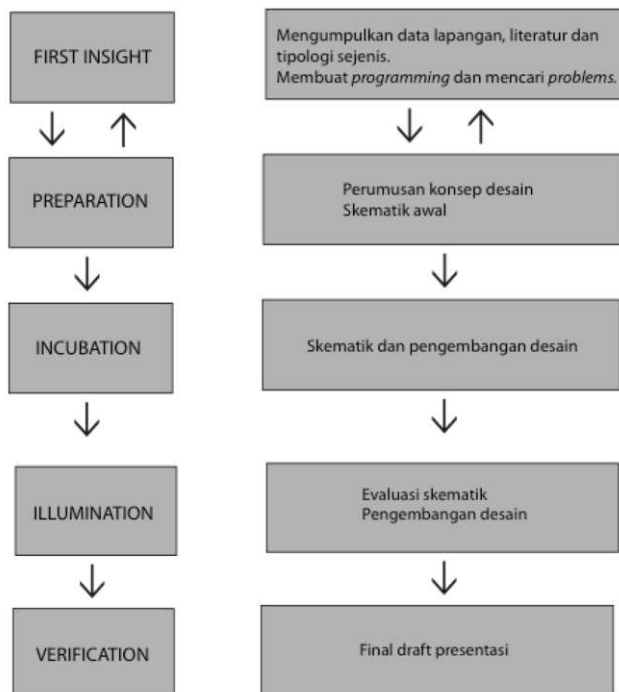
Indonesia masih jauh dari kondisi lingkungan yang bisa dikatakan sebagai ramah lanjut usia. Banyak pihak masih berpikir dengan *stereotype* bahwa kelompok lanjut usia tidak dapat melakukan banyak hal. Perkembangan dan pembangunan fasilitas lebih dikhususkan untuk memenuhi kebutuhan usia produktif saja. Nyatanya, disisi lain dibutuhkan juga sebuah wadah yang dapat memfasilitasi usia non produktif, dimana keterbatasan-keterbatasan akibat usia lanjut membatasi mereka untuk beraktivitas lebih banyak.

Di Surabaya, keberadaan fasilitas ramah lanjut usia sangatlah minim, bahkan hampir tidak pernah diperhitungkan. Oleh karena itu, dibutuhkan sebuah fasilitas ramah lanjut usia yang dapat memenuhi kebutuhan lansia akan olahraga dan aspek lainnya. Perancangan senior sport centre ini nantinya dapat memfasilitasi para lansia dalam berolahraga dan lainnya. Dengan menyediakan fasilitas-fasilitas olahraga ini diharapkan para pengguna tidak hanya mendapatkan manfaat secara fisik namun juga secara psikologis dan sosial.

## II. METODE

Bryan Lawson mengatakan bahwa desain adalah sebuah negosiasi antara masalah dan solusi yang didapat melalui proses analisis, sintesis dan evaluasi. Lawson juga menyebutkan bahwa untuk hasil desain sangatlah dipengaruhi oleh hubungan antara desainer, klien dan pengguna. Oleh karena itu, sangatlah penting untuk menemukan masalah yang ada, mengerti masalah yang ada lalu memecahkan masalah tersebut.

Ada 5 tahap yang menjadi tahapan cara berpikir Bryan Lawson. Dimulai dari penilaian pertama untuk mendefinisikan masalah yang ada. Lalu kedua mencari solusi untuk menjawab permasalahan dan selanjutnya mengembangkan ide yang ada. Setelah itu, hasil pemikiran dievaluasi dan direvisi apabila ada yang belum menjawab permasalahan. Dan terakhir, setelah menjadi sebuah ide dan solusi yang tepat, dikembangkan menjadi hasil final untuk dipresentasikan. [3]



Gambar. 1. Penerapan metode Bryan Lawson dalam perancangan ini.  
Sumber : Lawson, n.pag

### III. KAJIAN PUSTAKA

#### A. Lansia

##### Pengertian

Menurut Oxford Dictionaries, *senior* diartikan *a person who is a specified number of years older than someone else; An elderly person, especially an old-age pensioner; of a more advanced age*. Lansia adalah bagian dari proses tumbuh kembang. Manusia tidak secara tiba-tiba menjadi tua, tetapi berkembang dari bayi, anak-anak, dewasa, dan akhirnya menjadi tua. [4] Usia lanjut merupakan tahap akhir dari siklus hidup manusia, yaitu bagian dari proses kehidupan yang tak dapat dihindarkan dan akan dialami oleh setiap individu.

##### Kemunduran Fisik pada Lansia

Pada lansia, kemampuan kerja dan kegiatan menurun. Hal ini merupakan akibat dari gabungan penurunan kemampuan fungsi berbagai organ dan sistem yang terdapat di dalam tubuh. Adapun penurunan yang ada meliputi sistem pencernaan, sistem pernafasan, jantung dan pembuluh, fungsi ginjal dan kandung kemih, dan kemampuan panca indra antara lain lensa mata lebih kaku, pendengaran menurun, lidah dan

penciuman juga berkurang, serta terganggunya keseimbangan tubuh. [5]

Selain itu, gerakan lansia menjadi lamban dan kaku, langkahnya menjadi pendek-pendek dan mudah terjadi gangguan keseimbangan dan rawan kecelakaan. Daya cengkram juga menurun, kekuatan dan ketahanannya berkurang.

Selain perubahan fisik, perubahan pada aspek sosial adalah keadaan dimana keadaan interaksi sosial para lansia mulai menurun akibat perubahan, baik secara kualitas maupun kuantitasnya secara perlahan mengakibatkan terjadinya kehilangan dalam berbagai hal yaitu: kehilangan peran ditengah masyarakat, hambatan kontak fisik dan berkurangnya komitmen.

##### Penanganan Terhadap Kemunduran Fisik pada Lansia

Ada 10 macam prinsip yang diterapkan pada lingkungan dalam fasilitas lansia untuk membantu dalam kegiatan-kegiatan lansia, yaitu sebagai berikut:

- Keselamatan dan keamanan, yaitu penyediaan lingkungan yang memastikan setiap penggunanya tidak mengalami bahaya yang tidak diinginkan.
- *Signage/orientation/wayfindings*, keberadaan penunjuk arah di lingkungan dapat mengurangi kebingungan dan memudahkan menemukan fasilitas yang tersedia.
- Aksesibilitas dan fungsi, tata letak dan aksesibilitas merupakan syarat mendasar untuk lingkungan yang fungsional.
- Adaptabilitas, yaitu kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya.
- Privasi, yaitu kesempatan bagi lansia untuk mendapat ruang/tempat mengasingkan diri dari orang lain atau pengamatan orang lain sehingga bebas dari gangguan yang tak dikenal.
- Interaksi sosial, yaitu kesempatan untuk melakukan interaksi dan bertukar pikiran dengan lingkungan sekeliling (sosial).
- Kemandirian, yaitu kesempatan yang diberikan untuk melakukan aktivitasnya sendiri tanpa atau sedikit bantuan dari orang lain.
- Dorongan/tantangan, yaitu memberi lingkungan yang merangsang rasa aman tetapi menantang.
- Aspek panca indera, kemunduran fisik dalam hal penglihatan, pendengaran, penciuman yang harus diperhitungkan di dalam lingkungan.
- Estetik/penampilan, yaitu suatu rancangan lingkungan yang tampak menarik. [6]

#### B. Sport Centre

##### Pengertian

Secara umum pengertian dari *sport center* adalah suatu tempat berupa gedung yang menjadi pusat kegiatan olahraga dengan fasilitas untuk berolahraga yang sesuai dengan standar sehingga menjadi *sport center* yang aman dan nyaman digunakan oleh penggunanya.

##### Jenis Olahraga yang Cocok untuk Lansia

Olahraga yang dikhususkan untuk para orang tua berbeda kadar serta intensitasnya dengan olahraga yang dilakukan oleh para kaum muda, karena itu memilihkan olah raga yang cocok untuk mereka wajib dilakukan sehingga dapat menghindarkan mereka dari cedera.

Selain itu, latihan menggunakan alat-alat tertentu seperti kardio juga tepat untuk para lansia karena sangat bervariasi dan mudah dilakukan sendiri. Jenis olahraga-olahraga lainnya yang juga cocok untuk lansia adalah pingpong dan permainan papan seperti catur, mahjong dan karambol.

### C. Fasilitas Pelengkap

Selain menyediakan fasilitas berolahraga, objek perancangan ini juga menyediakan beberapa tambahan fasilitas antara lain :

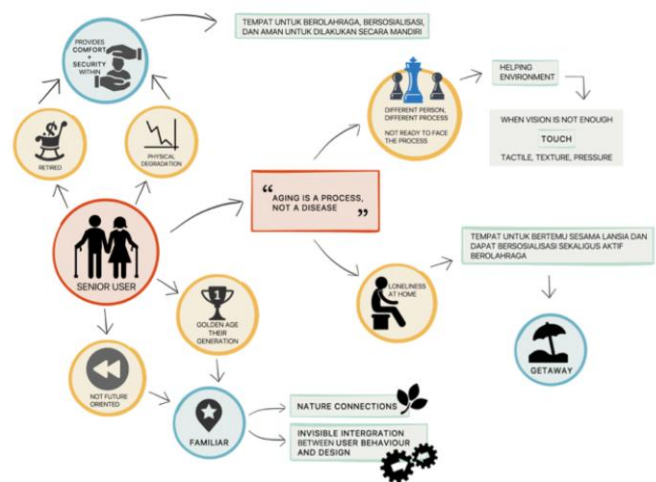
- Sauna, jenis sauna yang disarankan adalah sauna dengan tipe kering yang termasuk sauna konvensional.
- Jacuzzi, menampung 3-4 orang dengan pilihan rendaman air panas ataupun dingin.
- Karaoke.

## IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Konsep Nostlagic Getaway

Pemilihan nama konsep Nostlagic Getaway pada Perancangan Interior “Surabaya Senior Sport Center ini dilatarbelakangi beberapa aspek antara lain, kondisi pengguna, tujuan perancangan dan solusi masalah. Lokasi site yang berada di area perumahan membuat pengguna dapat dengan mudah mencapai site. Fasilitas ini menargetkan pengguna yang berasal dari kelas menengah ke atas dengan kriteria lansia yang mandiri. Mandiri berarti dapat melakukan segala sesuatunya tanpa bantuan orang lain.

Proses penuaan yang terjadi membuat lansia kehilangan kemampuan mereka untuk dapat beraktivitas seperti saat masih dalam usia produktif. Akibatnya, para lansia hanya menghabiskan waktu mereka di rumah tanpa memiliki rutinitas yang mungkin dulu dapat dilakukan. Selain itu, mobilitas yang terbatas membuat mereka juga kehilangan kehidupan sosial mereka sehingga seringkali para lansia yang tidak siap menghadapi hal-hal tersebut menjadi stress dan jatuh sakit.



Gambar. 2. Latar belakang munculnya konsep.  
Sumber : Dokumen pribadi.

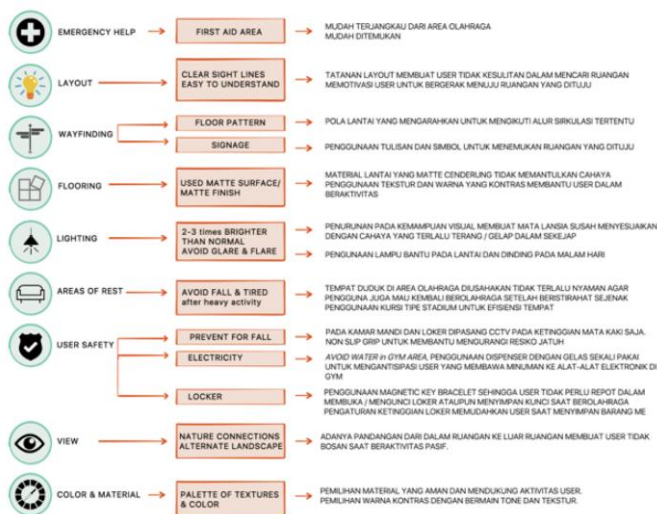
Kondisi ini membuat para lansia membutuhkan sebuah tempat yang dapat memenuhi kebutuhan mereka untuk berolahraga sekaligus bersosialisasi dan bertemu sesamanya tanpa terganggu hal lainnya. Untuk membuat pengguna nyaman berada di dalamnya, lingkungan yang familiar coba dihadirkan di fasilitas ini dengan menerapkan gaya desain kolonial yang biasa ditemui saat masa muda mereka dahulu sehingga pengguna tidak akan merasa asing saat berada di dalamnya.

Perancangan ini memiliki tujuan untuk menciptakan sebuah fasilitas baru di kota Surabaya, sebagai fasilitas olahraga yang dikhususkan untuk para lanjut usia dan dapat mewadahi kegiatan berolahraga sekaligus bersosialisasi mereka.

### B. Implementasi Konsep pada Perancangan Interior “Surabaya Senior Sport Centre”

Konsep perancangan interior *Senior Sport Centre* ini adalah “Nostlagic Getaway”. Lansia merupakan pengguna utama dari fasilitas ini. Dalam proses penuaannya, lansia banyak mengalami perubahan-perubahan baik secara fisik maupun psikologis. Hal ini membuat mereka membutuhkan banyak perhatian yang mungkin belum banyak disadari oleh orang disekitar mereka.

Dalam pengaplikasiannya, konsep diterapkan dalam berbagai aspek elemen desain dan sistem interior antara lain *emergency help, layout, wayfinding, flooring, lighting, areas of rest, user safety, view, dan color and materials*. Selain itu, konsep juga diterapkan pada sistem interior yang meliputi sistem penghawaan, sistem pencahayaan, sistem proteksi kebakaran, sistem akustik, sistem komunikasi dan sistem keamanan.

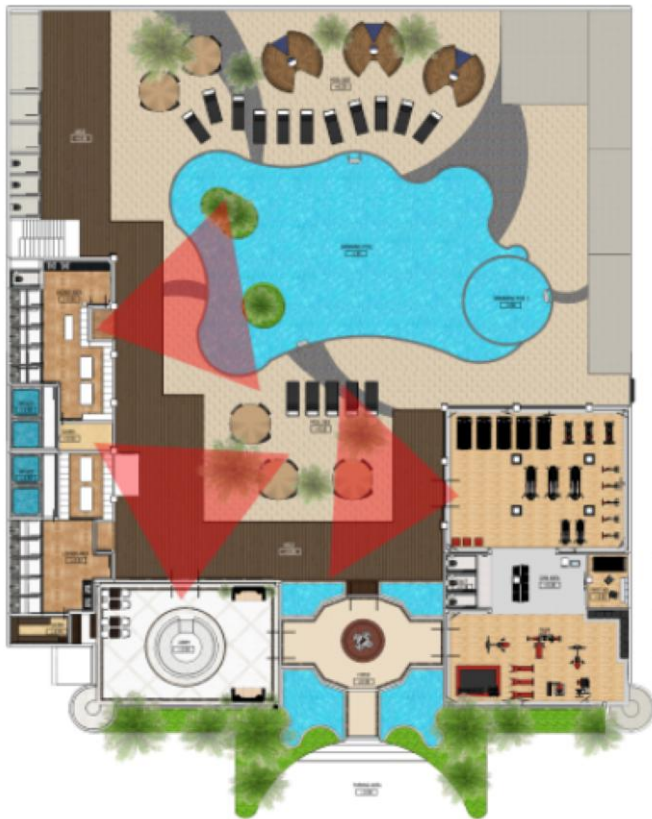


Gambar. 3. Pengaplikasian konsep dalam desain.  
Sumber : Dokumen pribadi.

### Emergency help

Mayoritas user yang merupakan lansia membuat kemungkinan terjadinya kecelakaan maupun kebutuhan khusus akan obat dan penanganan pertama menjadi sangat penting sehingga dibutuhkan penambahan-penambahan fasilitas yang dapat menangani masalah tersebut.

### 2. Layout



Gambar. 4. Penataan layout yang terbuka membuat pengguna mudah mengenali keseluruhan fasilitas  
Sumber : Dokumen pribadi.

Penurunan daya ingat dan stamina yang dialami oleh lansia membuat lansia menjadi malas bergerak dan beraktivitas. Disinilah penataan layout memiliki peran untuk memotivasi mereka dalam bergerak. Layout harus dapat mudah dimengerti. Ruang-ruang yang jauh namun dapat terlihat oleh mata membuat pengguna berpikir bahwa ruang itu dekat. Selain itu, penataan yang didasarkan pada aktivitas user juga mempermudah mereka dalam beraktivitas dan berpindah tempat karena user tidak perlu repot mencari-cari lagi.

### Wayfinding



Gambar. 5. Pemasangan penunjuk jalan menuju ruang-ruang dengan jelas dan mudah dibaca.

Sumber : Dokumen pribadi.

Selain penataan layout, ada cara lain yang dapat digunakan untuk membantu user dalam beraktivitas baik secara visual maupun psikologis. Secara visual menggunakan papan penunjuk dan tulisan dan secara psikologis melalui pola lantai yang bertujuan untuk mengarahkan secara tidak langsung saat user berjalan.

### Flooring

Pemilihan material didasarkan pada kebutuhan user akan material yang tidak licin dan tidak memantulkan cahaya. Selain itu, penggunaan kontras warna dan tekstur juga penting sehingga user dapat mengenali ruang berdasarkan tone gelap terang maupun tekstur dari materialnya.

### Lighting

Berdasarkan data yang didapat, lansia memiliki kebutuhan 2-3 kali lipat lebih terang dari kemampuan mata normal. Akan tetapi, kemampuan mata lansia dalam menyesuaikan dengan cahaya yang terlalu terang ke redup atau sebaliknya juga lebih rendah dibandingkan pada umumnya. Kebutuhan ini menyebabkan pencahayaan yang digunakan akan mengandalkan cahaya matahari pada siang hari dan buatan pada malam hari.

### Areas of rest

Penurunan stamina pada usia lanjut memunculkan kebutuhan baru akan adanya area yang digunakan untuk duduk beristirahat sejenak sebelum user melanjutkan aktivitasnya. Hal ini bertujuan untuk meminimalisasi user yang terlalu letih atau



tidak kuat untuk berjalan lagi setelah melakukan aktivitas olahraga yang berat.

### User safety

Keamanan pengguna menjadi salah satu poin yang penting dalam perancangan ini. Banyak pertimbangan fitur keamanan yang dirasa penting untuk diaplikasikan seperti keamanan saat berada di dalam toilet, kamar mandi, loker maupun di gym.

### View

Adanya view dari dalam ruang ke arah luar ruangan dapat membantu menenangkan secara psikis maupun visual. Untuk para lansia, berada di sebuah lingkungan baru membawa perasaan waswas dan tidak nyaman. *Landscape* ruang luar yang ditawarkan meliputi kolam renang dan jalan raya membuat perasaan familiar muncul dalam pikiran mereka. Selain itu, adanya pemandangan juga dapat merilekskan user saat beraktivitas monoton seperti treadmill, bersepeda, maupun bermain catur.

### Color and material

Pemilihan warna dalam desain akan mengambil warna-warna kontras yang netral. Hal ini dapat memberikan kesan kuat dan mandiri untuk user. Material yang kontras memudahkan user dalam membedakan fungsi maupun jenis ruang. Kondisi pengelihatian user yang beragam membuat adanya kemungkinan adanya user yang mengalami penurunan pengelihatian dan susah dalam membedakan warna. Perbedaan gelap-terang dapat menjadi solusi dalam hal ini. Penggunaan material merupakan material yang familiar digunakan seperti marmer, granit, keramik dan kayu. Jenis material ini mudah ditemui di setiap rumah maupun ruang publik sehari-hari sehingga ketika berada di fasilitas ini, user dapat mengenali lingkungan sekitarnya dengan mudah.

## Sistem Interior

### a. Sistem Penghawaan

Penghawaan dalam fasilitas ini secara keseluruhan menggunakan penghawaan buatan dari *AC central* karena mayoritas ruang merupakan ruangan tertutup. Penggunaan jenis *AC* seperti ini juga bertujuan untuk menjaga kestabilan udara dalam tiap ruang sama seperti ruang lainnya. Selain itu, karena mayoritas area merupakan area publik, *AC central* juga lebih mudah dioperasikan daripada jenis lainnya..

### b. Sistem Pencahayaan

Pencahayaan area-area mayoritas menggunakan pencahayaan alami pada siang hari dan pencahayaan buatan pada malam hari. Jenis *artificial lighting* seperti *spotlight* dan *LED stripes* digunakan untuk menonjolkan area-area tertentu yang bertujuan untuk mendapat perhatian lebih dari pengguna. Penggunaan pencahayaan buatan juga diperlukan untuk menerangi jalan saat malam hari sehingga pengguna yang mayoritas lansia dapat lebih berhati-hati.

### c. Sistem Proteksi Kebakaran

Kebakaran merupakan salah satu masalah yang cukup mudah muncul terutama di ruang-ruang dengan sistem elektrikal yang tinggi seperti *gym* dan *sauna*. Penggunaan *smoke detector* dan *fire alarm* di ruang-ruang yang berpotensi terjadi kebakaran juga membantu pengguna menyadari tanda bahaya baik melalui suara maupun sinyal lampu.

### d. Sistem Akustik

Sistem akustik terdapat pada area-area yang menggunakan sistem audio seperti ruang karaoke, studio senam dan area *gym*, maupun area yang membutuhkan suasana lebih tenang dibanding sekitarnya contohnya ruang kantor, ruang *jacuzzi* dan ruang *sauna*. Pada studio senam, ada 2 tipe *speaker* yang digunakan. Tipe pertama, sama seperti di ruang lainnya, *ceiling mount type*. Tipe ini diaplikasikan pada plafon atau dinding dan biasanya dapat dioperasikan secara serentak. Tipe kedua merupakan *floor mount type*, tipe *speaker* yang diletakkan di lantai dan dapat dipindah-pindah. Hal ini memudahkan instruktur untuk bergerak dan berpindah-pindah.

### e. Sistem Komunikasi

Sistem komunikasi dibagi menjadi 2 yaitu antar staff manajemen dan antar staff sekuriti. Hal ini bertujuan agar masing-masing kelompok dapat bekerja lebih maksimal dalam melaksanakan tugasnya. Untuk staff manajemen, digunakan *wireless intercom telephone* sehingga bagian resepsionis dan bagian kantor dapat saling terhubung dengan bagian lainnya, misalnya lounge dan *gym*. Hal ini juga memudahkan komunikasi sehingga tidak diperlukan aktivitas sirkulasi berlebihan dari pihak staff. Untuk bagian sekuriti, penggunaan HT atau *handy talky* merupakan media yang paling efektif sehingga pihak kantor sekuriti dapat langsung memberitahukan kepada staff di lapangan bila ada peristiwa yang terjadi dan berkoordinasi dengan staff-staff lainnya.

### f. Sistem Keamanan

#### CCTV VIEW



Gambar. 6. View CCTV di kamar mandi. Pemasangan CCTV berada pada ketinggian mata kaki untuk mengantisipasi pengguna yang jatuh di dalam.  
Sumber : Dokumen pribadi.

Sistem keamanan diaplikasikan pada penerapan CCTV di area-area rawan jatuh seperti area loker dan tepi kolam renang. Selain itu hampir seluruh area juga dilengkapi dengan CCTV, karena selain meminimalisasi jumlah pegawai yang ada untuk berjaga, penggunaan CCTV juga memberikan privasi kepada

pengguna untuk dapat beraktivitas tanpa merasa seperti diawasi. Pada fasilitas ini, pengguna dibatasi hanya untuk kalangan tertentu yang telah menjadi anggota saja. Oleh karena itu, untuk membatasi akses non-anggota, para anggota yang beraktivitas di dalam fasilitas diberikan kunci akses berupa gelang yang mudah digunakan dan disimpan. Hal ini juga bertujuan agar pengguna memiliki privasi lebih saat beraktivitas tanpa terganggu masyarakat umum.

Untuk keamanan pengguna yang mayoritas lansia di kamar mandi, disediakan juga grab bar dan dudukan pada area shower agar memudahkan para lansia saat mandi dan meminimalisasi kemungkinan untuk terjatuh.

### C. Desain Akhir

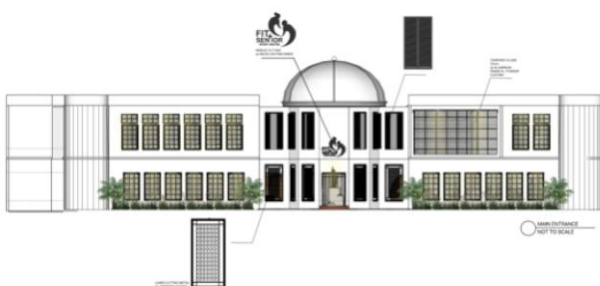
#### Layout dan rencana lantai



Gambar. 7. Layout dan rencana lantai.  
Sumber : Dokumen pribadi.

Fasilitas ini terbagi menjadi 2 lantai. Pada lantai 1 terdapat *lobby*, area loker, kamar mandi, ruang sauna, *jacuzzi*, *gym*, ruang *first aid*, toilet, kolam renang dan *lounge*. Sedangkan ruang kantor manajemen, ruang *security*, ruang karaoke, area *games* dan *lounge*, serta studio senam terletak di lantai 2. Kemudahan untuk berpindah-pindah antar ruang yang memiliki keterkaitan aktivitas menjadi salah satu pertimbangan perancang dalam menempatkan letak ruang-ruang tersebut.

#### Main Entrance



Gambar. 8. Main entrance.  
Sumber : Dokumen pribadi.

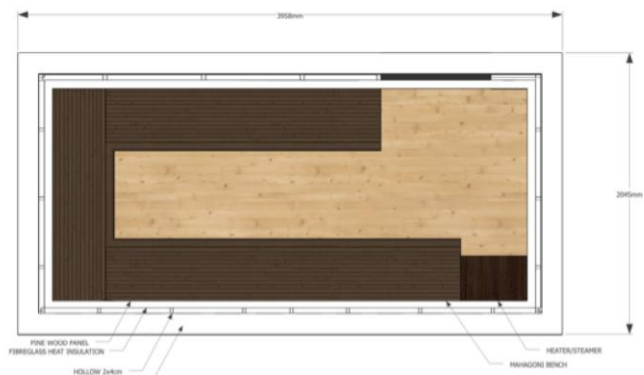
Lokasi site yang berada pada perumahan menyebabkan fasilitas ini tidak banyak dilalui oleh kendaraan dan orang umum sehingga *signage* bangunan tidak memerlukan ukuran yang besar dan sangat menarik perhatian. Sebaliknya, tampak

luar bangunan diharapkan dapat terkesan nyaman, seperti layaknya sebuah rumah, dengan *signage* secukupnya dan bukaan-bukaan jendela yang dapat memperlihatkan sedikit kegiatan di dalamnya. Suasana nyaman ala sebuah rumah ini diharapkan dapat membuat para pengunjung yang mayoritas adalah lansia merasa nyaman dan aman karena berada pada lingkungan yang mereka kenali.

### Detail Interior

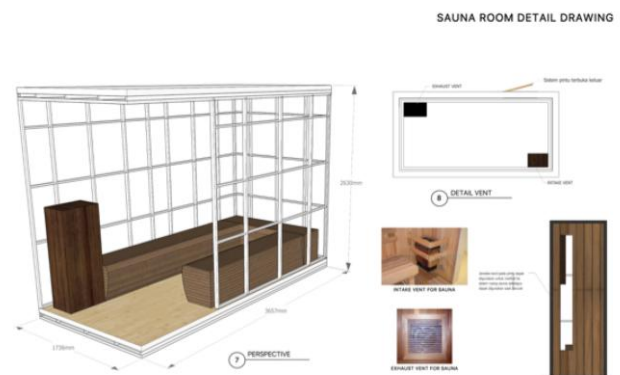
#### a. Ruang Sauna

Menjadi salah satu fasilitas yang dibangun *built-in*, ruang sauna memerlukan banyak *treatment-treatment* khusus agar saat pengguna beraktivitas di dalamnya tidak akan mengganggu aktivitas pengguna yang lainnya.



Gambar. 9. Detail konstruksi dinding ruang sauna.  
Sumber : Dokumen pribadi.

Pertama, ruang sauna membutuhkan insulasi khusus dengan *fiberglass* agar panas di dalam ruang tidak keluar menembus dinding. Plafon ruangan ini juga harus rendah sehingga panas yang dihasilkan tidak menyebar dan cepat hilang. Dudukan yang disediakan harus tahan air dan panas, namun juga tidak menyerap panas.

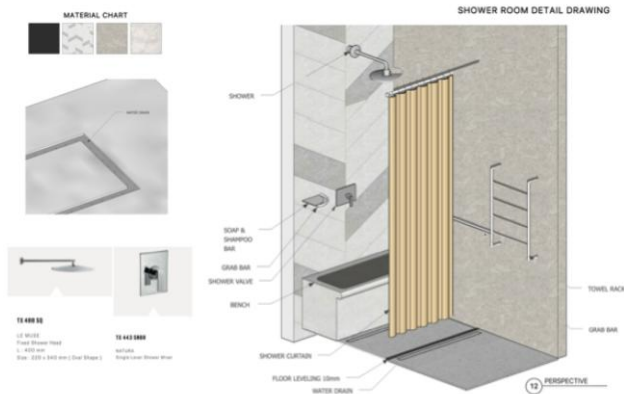


Gambar. 10. Detail dinding ruang sauna.  
Sumber : Dokumen pribadi.

Selain itu, peletakkan *inhaust vent* dan *exhaust vent* juga perlu diperhatikan agar letaknya berseberangan sehingga udara yang dihasilkan oleh *inhaust vent* merata ke seluruh ruang dahulu sebelum menuju *exhaust vent*. Penambahan insulasi fiberglass memerlukan konstruksi khusus sehingga tidak

langsung diaplikasikan pada dinding namun memerlukan rangka dan penutup lagi sebelum menyentuh dinding existing.

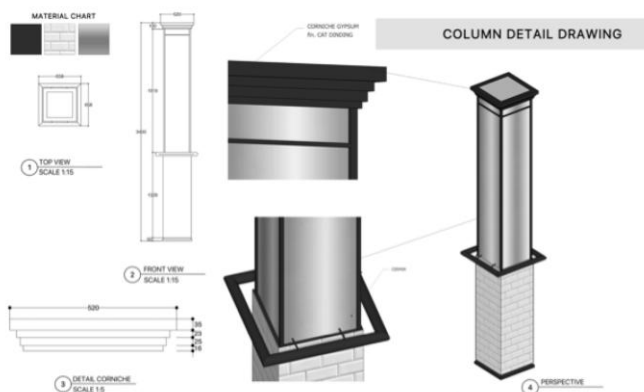
#### b. Kamar Mandi



Gambar. 11. *Detail interior kamar mandi*  
Sumber : Dokumen pribadi.

Dari hasil analisa lapangan dan literatur yang ada, perancang mendapatkan bahwa hampir sebagian besar kecelakaan yang terjadi pada lansia berlokasi di kamar mandi. Hal ini dikarenakan lantai yang basah dapat menjadi licin dan kurangnya kemampuan pengelihatannya dan kemampuan fisik membuat lansia menjadi sangat mudah untuk jatuh. Untuk mengantisipasi hal tersebut, perancang memutuskan menambah beberapa alat bantu dan fitur di kamar mandi sehingga pengguna dapat terjaga keselamatannya. Ada beberapa hal yang ditambahkan seperti dudukan dibawah shower, grab bar pada dinding, dan dudukan saat hendak mengeringkan badan dan memakai baju. Diharapkan dengan adanya penambahan fitur-fitur yang ada pengguna dapat lebih aman dan nyaman dalam beraktivitas di kamar mandi.

#### c. Kolom Area Gym



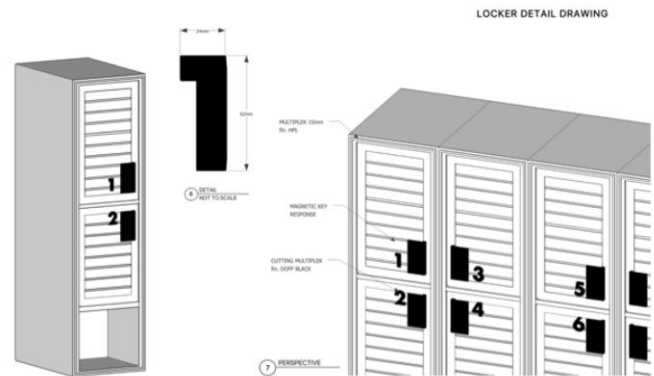
Gambar. 12. *Detail interior kolom area gym.*  
Sumber : Dokumen pribadi.

Meski bangunan ini memiliki sedikit pilar besar, keberadaan pilar dapat dimanfaatkan dengan baik pada ruang gym. Agar

senada dengan dinding di sekitarnya, pilar diberi tambahan cermin dan railing kecil untuk bersandar bila pengguna merasa kelelahan atau ingin beristirahat.

#### Detail Furnitur

##### a. Loker



Gambar. 13. *Detail furniture loker.*  
Sumber : Dokumen pribadi.

Loker dibuat sebatas jangkauan tangan lansia sehingga lansia tidak perlu mengangkat tas mereka bila mendapat loker bagian atas. Untuk memudahkan mencari nomer loker, nomer loker diletakkan sejajar dengan warna kontras dari loker. Selain itu, penggunaan kunci loker berbasis RFID magnetic diharapkan dapat memudahkan pengguna dalam membuka loker karena mereka tidak perlu memasukan kunci dahulu. Kunci loker berbasis RFID ini berupa gelang karet yang dapat digunakan selama berolahraga dan tahan air.

##### b. Kursi Lipat



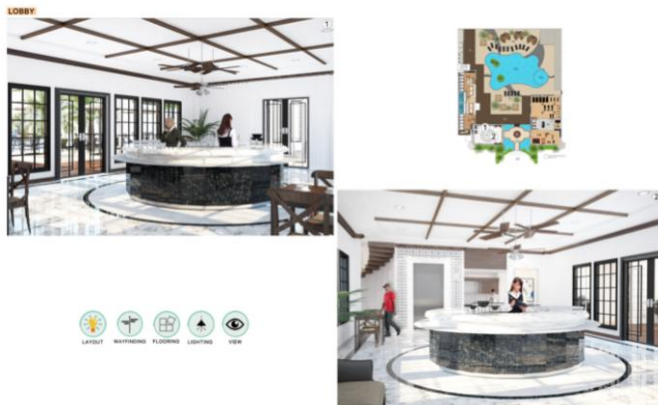
Gambar. 14. *Detail interior kolom area gym.*  
Sumber : Dokumen pribadi.

Kondisi kemampuan fisik yang menurun menyebabkan lansia tidak dapat melakukan aktivitas panjang dan berurutan sekaligus. Oleh karena itu ada beberapa tempat istirahat berupa kursi yang disediakan bila saat beraktivitas pengguna merasa kelelahan dapat duduk terlebih dahulu. Untuk menghemat tempat dan keamanan, kursi lipat tipe stadium menjadi pilihan perancang. Dalam pengaplikasiannya, kursi ini



disusun secara berkelompok dan mengikuti bentuk ruang yang ada.

### Perspektif Interior



Gambar. 15. *Perspektif area lobby.*  
Sumber : Dokumen pribadi.

Pada *lobby*, penataan layout memudahkan bahwa saat masuk pengunjung langsung dapat melihat meja resepsionis, *lift*, tangga dan pintu menuju ke dalam fasilitas. Selain itu, pemilihan pola lantai diagonal dengan lingkaran di tengah membuat penyebaran sirkulasi secara acak namun berpusat pada meja resepsionis. Adanya *view* dari dalam ke luar baik jalanan maupun fasilitas membuat pengguna yang menunggu jemputan dapat menunggu sambil duduk di dalam tanpa perlu berdiri di luar. *View* ke dalam fasilitas juga membuat pengunjung yang baru tertarik untuk masuk.

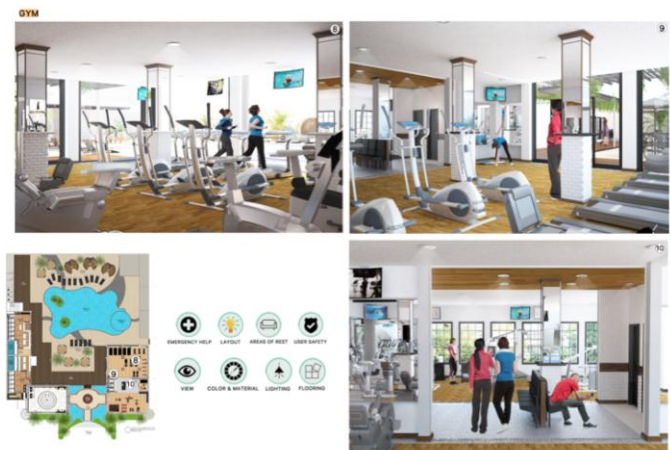


Gambar. 16. *Perspektif area loker.*  
Sumber : Dokumen pribadi.

Penataan layout dan pembagian ruang yang jelas dan mudah dimengerti pada area loker memudahkan pengguna yang baru datang, setelah masuk pengguna dapat melihat keseluruhan ruang dengan jelas sehingga tidak bingung arah dan ruangan yang dituju. Pada pemilihan material lantai, material yang digunakan ditujukan untuk memperjelas pembagian ruang yang ada. Selain itu, penambahan *matte coating* pada lantai bertujuan untuk meminimalisasi resiko jatuh atau terpeleset

saat lantai atau kaki pengguna basah. Untuk penggunaan *artificial lighting* diberikan tambahan pada spot-spot tertentu seperti wastafel dan loker sehingga membantu pengguna dalam beraktivitas.

Penggunaan CCTV sebagai salah satu alat bantu dalam menangani dan mengantisipasi terjadinya kecelakaan jatuh maupun sakit di dalam aktivitas privat pengguna. Posisi cctv tidak diletakkan di atas namun dibawah setinggi mata kaki, sehingga privasi pengguna tetap terjaga tanpa perlu menambahkan penjaga yang bertugas di area loker. Pada shower area, ruangan dibagi menjadi 2 area yaitu area basah dan kering serta ditambahkan grab bar dan kursi yang dapat digunakan untuk mandi sehingga membantu mengurangi potensi terjadinya jatuh dan terpeleset.



Gambar. 17. *Perspektif area gym.*  
Sumber : Dokumen pribadi.

Pada area gym, penambahan ruang untuk penanganan pertama pada kecelakaan kecil sebelum dibawa ke rumah sakit diletakkan di tengah-tengah sehingga mudah untuk dijangkau dari area olahraga. Penataan pembagian ruang yang jelas dan mudah dimengerti juga diterapkan pada area ini, contohnya area kardio dan area beban, dipisahkan dengan area istirahat sehingga saat masuk ke dalam ruang, pembagian ruangan dapat langsung dirasakan sehingga pengguna tidak mengalami kebingungan saat berada di dalamnya.

Untuk mengantisipasi pengguna yang mudah kelelahan, ditambahkan area duduk di dekat tangga dan antara area kardio dan beban sehingga untuk pengguna yang capek dapat duduk dulu sebelum kembali beraktivitas. Pemberian *railing* pada kolom di area kardio dapat membantu pengguna bersandar atau bertumpu pada kolom.

Demi keamanan pengguna, dilarang untuk membawa minuman dalam bentuk apapun ke area gym yang memiliki banyak alat elektronik memiliki resiko korslet yang besar. Oleh karena itu, penambahan dispenser dengan gelas bentuk *cone* dapat mengantisipasi hal tersebut. Posisi dispenser diletakkan di area transisi, antara area kardio dan area beban sehingga mudah dijangkau dari kedua area.

Untuk pemilihan warna, dipilih warna-warna dewasa dan kontras sehingga memotivasi pengguna untuk menjadi individu



yang mandiri. Hal ini juga diterapkan hampir di seluruh ruang di fasilitas ini. Pemilihan material lantai yang berupa kombinasi antara *rubber floor* dengan *aluminium plate* juga berdasarkan pertimbangan keselamatan pengguna. *Rubber floor* dapat meminimalkan resiko cedera apabila ada pengguna yang jatuh karena cenderung memiliki permukaan halus dan *density* yang tinggi. selain itu *aluminium plate* juga memiliki tekstur khusus yang dapat dirasakan saat pengguna berjalan sehingga memberikan batasan ruang yang jelas.

Sistem pencahayaan memaksimalkan penggunaan matahari pada siang hari dan bantuan lampu pada malam hari. Hal ini juga tidak lepas dari banyaknya bukaan-bukaan di sisi ruang yang membuat ruang tidak tertutup dinding sepenuhnya dan memberikan pemandangan keluar, baik ke arah kolam renang maupun ke jalan utama. Penambahan televisi pada sisi-sisi ruang membantu mengatasi kebosanan saat beraktivitas statis seperti *treadmill* dan bersepeda elektrik.



Gambar. 18. *Perspektif area pingpong.*  
Sumber : Dokumen pribadi.

Pada area pingpong dan studio, pembagian ruang dapat terlihat jelas dan mudah dimengerti. Setelah naik tangga, pengguna dapat langsung melihat ruang studio senam dan area pingpong sehingga tidak bingung. Penggunaan warna material lantai memilih warna yang kontras sehingga mempertegas pembagian ruang yang ada. Banyaknya bukaan-bukaan di sisi ruang memaksimalkan penggunaan matahari pada siang hari dan bantuan lampu pada malam hari. Penambahan dispenser sebagai sarana minum dan toilet di bagian ujung agar pengguna tidak perlu turun ke lantai bawah hanya untuk ke toilet atau minum. Ada juga area duduk di dekat tangga sehingga untuk pengguna yang capek setelah naik tangga dapat duduk dulu sebelum kembali beraktivitas.



Gambar. 19. *Perspektif area studio senam.*  
Sumber : Dokumen pribadi.

Pada area studio senam, penggunaan material vinyl sebagai pelapis lantai dikarenakan vinyl memiliki sifat tidak menyerap suhu sehingga membuat nyaman pengguna ketika digunakan untuk aktivitas senam di lantai. Sistem pencahayaan memaksimalkan penggunaan matahari pada siang hari dan bantuan lampu pada malam hari. Penambahan area duduk di ujung ruang merupakan kursi tipe stadium sehingga tidak memakan banyak tempat ketika tidak digunakan.



Gambar. 20. *Perspektif area lounge.*  
Sumber : Dokumen pribadi.

Sama seperti area-area lainnya, pembagian ruang di area lounge ini juga terlihat jelas, setelah naik tangga atau *lift* pengguna dapat langsung melihat seluruh area lounge dan games beserta karaoke. Bukaan-bukaan di sisi ruang membuat ruang tidak tertutup dinding sepenuhnya dan ada pemandangan keluar, baik ke arah kolam renang maupun ke jalan utama. Penggunaan material meja menghindari kaca agar dapat meminimalisasi resiko pecah saat tertabrak pengguna yang jatuh. Selain itu, pemilihan bentukan kursi dan meja yang kokoh untuk mengantisipasi kebiasaan pengguna yang menekan meja/kursi saat bangkit berdiri.



Gambar. 21. Perspektif area kantor pengelola.  
Sumber : Dokumen pribadi.

Meski pengguna area management mayoritas merupakan usia produktif, penataan *layout* yang mudah dimengerti juga penting. Untuk pencahayaan, penggunaan sinar matahari dimaksimalkan dengan bukaan di salah satu sisi ruangan. Sementara itu, untuk ruang *security* dan gudang diletakkan lebih privat agar tidak semua orang dapat menjangkaunya. Bukaan kaca di salah satu sisi ruang membuat akses *view* ke seluruh fasilitas. Hal ini juga penting agar pengguna di dalam tidak bosan dan bisa mengawasi fasilitas tanpa perlu berada dibawah.

## V. KESIMPULAN

Perancangan interior fasilitas olahraga untuk lanjut usia ini merupakan salah satu cara untuk menciptakan lingkungan olahraga yang aman dan nyaman untuk lanjut usia. Selain itu, diharapkan fasilitas yang ada dapat membawa pengaruh positif terhadap kesehatan fisik dan psikologis penggunanya.

Perancangan pada mayoritas ruang publik menggunakan pilihan warna yang netral dan kontras sehingga pengguna dengan kondisi pengelihan khusus dapat beraktivitas dengan mudah. Penekanan pada mayoritas pengguna yang merupakan lansia membuat hampir seluruh keputusan-keputusan desain yang ada berorientasikan pada kemampuan penggunanya. Penyesuaian dengan pencahayaan, penggunaan warna dan material serta sistem keamanan ditujukan agar pengguna mampu beraktivitas tanpa terganggu akan kondisi fisiknya yang mengalami penurunan dalam berbagai aspek.

Selain kondisi fisik, keadaan psikologis pengguna juga menjadi salah satu poin yang perlu diperhatikan agar pengguna nyaman berada di fasilitas ini. Penggunaan warna dan material yang ada serta penataan *layout* ruangan diharapkan mampu menstimulasi psikologis mereka untuk lebih percaya diri dan aktif bergerak. Tidak hanya itu, pemilihan site yang luas membuat para pengguna menjadi lebih leluasa dan tidak merasa terbelenggu saat beraktivitas di dalam fasilitas. Akan tetapi, perlu diperhatikan juga untuk sirkulasi vertikal agar pengguna tidak kesusahan saat beraktivitas.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam kesempatan kali ini penulis mengucapkan terima kasih kepada banyak pihak yang telah membantu dalam penyelesaian jurnal, yaitu:

- 1) Tuhan Yesus Kristus atas berkat karunia dan kemampuan yang diberikan-Nya kepada penulis hingga dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.
- 2) Ir. Hedy C. Indrani, M.T. selaku ketua Program Studi Desain Interior Fakultas Seni dan Desain Universitas Kristen Petra.
- 3) Bapak Ronald H.I. Sitindjak, S.Sn, M.Sn selaku dosen pembimbing I.
- 4) Ibu Diana Thamrin, S.Sn., M.Arch selaku dosen pembimbing II.
- 5) Bapak Ronald H.I Sitindjak, S.Sn., M.Sn. dan Ibu Poppy Firtatwentyna, S.T., selaku Koordinator Tugas Akhir.
- 6) Segenap keluarga yang telah memberikan semangat dan bantuan, baik secara doa maupun finansial dalam proses penyelesaian tugas akhir ini.
- 7) Segenap teman-teman perkuliahan yang tidak dapat satu persatu disebutkan, yang telah senantiasa memberikan dukungan dan pertolongan dalam segala kondisi selama penulisan tugas akhir ini.
- 8) Pihak-pihak lain yang telah memberikan bantuan baik secara langsung maupun tidak langsung dalam proses penulisan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Departemen Kesehatan RI. (2014). *Situasi dan Analisis Lanjut Usia*. Jakarta : Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI.
- [2] Amen, Daniel. *Use Your Brain to Change Your Age , The Secrets to Look, Feel and Think Younger Every Day*. New York: Three River Press. (2013).
- [3] Lawson, Bryan. (2005). *How Designers Think*. Elsevier : Architectural Press.
- [4] Pudjiastuti, Utomo, (2003). *Fisioterapi pada Lansia*. Jakarta : EGC.
- [5] Guslinda. (2011). *Pengaruh Terapi Kelompok Terapeutik Lansia terhadap Kemampuan Adaptasi dan Perkembangan Integritas Diri Lansia di Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Naggalo Padang*. Depok : Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia.
- [6] Sumintarsih. (2011). *Kebugaran Jasmani untuk Lanjut Usia*. Yogyakarta : UPN Veteran.