

PUSAT KEBUGARAN & KECANTIKAN DI KOTA MALANG TEMA: ARSITEKTUR MODERN

Tri Hadi Prastiyo¹, Adhi Widarthara², Breeze Maringka³

¹Mahasiswa Prodi Arsitektur, Fak. Teknik Sipil dan Perencanaan, ITN Malang

^{2,3} Dosen Prodi Arsitektur, Fak. Teknik Sipil dan Perencanaan, ITN Malang

e-mail: ¹triprastiyo18@gmail.com, ²adhiwidarthara@gmail.com,

³breezemaringka@lecturer.itn.ac.id

ABSTRAK

Pusat Kebugaran & Kecantikan merupakan suatu tempat yang menampung kegiatan di bidang pelayanan kegiatan kebugaran dan perawatan tubuh serta kesehatan tubuh disertai fasilitas-fasilitas penunjang, untuk tujuan guna mendapatkan kondisi fisik dan jiwa yang sehat. Sesuai dengan perkembangan jaman di abad modern ini pekerjaan sehari-hari kerap menyita seluruh tenaga apalagi bagi pekerja keras tidak jarang dibelenggu kesibukan, sehingga karena terlalu sibuk dengan rutinitas akan menimbulkan kepenatan dan kejenuhan. Pola hidup dan kondisi kota besar yang penuh persaingan menyebabkan banyak eksekutif semakin stres. Bahkan menurut satu peneitian, tingkat stres bisa sedemikian tinggi hingga mereka tidak mampu lagi menghadapinya. Akibatnya, mereka cenderung bertabiat kasar, tidak punya toleransi dan diktatoril. Stres ini, pada gilirannya sangat berpengaruh terhadap kesehatan fisik. Untuk menanggapi hal tersebut, diperlukan sarana maupun fasilitas untuk menampung kegiatan di bidang pelayanan kebugaran dan perawatan tubuh serta kesehatan tubuh. Fasilitas yang dihadirkan untuk mewadahi fungsi tersebut adalah sebuah Pusat Kebugaran & Kecantikan. Lokasi didirikannya Pusat Kebugaran & Kecantikan ini berada di Kota Malang, karena Kota Malang merupakan salah satu kota besar dengan kepadatan penduduk yang signifikan sehingga terdapat beberapa masyarakat yang mengalami strees dan tingkat kejenuhan yang tinggi. Oleh karena itu, fasilitas Pusat Kebugaran & Kecantikan ini diharapkan dapat menampung segala jenis kegiatan kebugaran & kecantikan tersebut agar dapat mengurangi tingkat kejenuhan dan strees yang di alami serta meningkatkan kesehatan dan kesegaran jiwa dan raga masyarkat kota Malang. Dalam perancangan Pusat Kebugaran & Kecantikan ini menggunakan konsep modern dimana fungsi menjadi prioritas utama bangunan ini.

Kata kunci : Pusat Kebugaran & Kecantikan, Kota Malang, Modern

ABSTRACT

Fitness & Beauty Center is a place that accommodates activities in the field of fitness and body care services and body health with supporting facilities, for the purpose to get a healthy physical and mental condition. In accordance with the development of the era in the modern age of this daily work often seize all the energy especially for hard workers are often shackled busyness, so that because it is too busy with the routine will cause fatigue and boredom. Patterns of life and conditions of a big city full of competition causes many executives increasingly stressed. Even according to one study, stress levels can be so high that they can no longer cope with them. As a result, they tend to be rough, not tolerant and dictatorial. This stress, in turn, greatly affects physical health. To respond to this matter, it is necessary facilities and facilities to accommodate the activities in the field of fitness and body care services and body health. The facility presented to accommodate the function is a Fitness & Beauty Center. Location of the establishment of Fitness & Beauty Center is located in the city of Malang, because the city of Malang is one big city with a significant population density so there are some people who experience stress and high saturation level. Therefore, this Fitness & Beauty Center facility is expected to accommodate all kinds of fitness & beauty activities in order to reduce the level of saturation and natural stress and improve the health and fitness of the people of Malang city. In the design of Fitness & Beauty Center uses a modern concept where the functions become the main priority of this building.

Keywords : Fitness & Beauty Center, The city of Malang, Modern

PENDAHULUAN

Sesuai dengan perkembangan jaman di abad modern ini pekerjaan sehari-hari kerap menyita seluruh tenaga apalagi bagi pekerja keras tidak jarang dibelenggu kesibukan, sehingga karena terlalu sibuk dengan rutinitas akan menimbulkan kepenatan dan kejenuhan. Pola hidup dan kondisi kota besar yang penuh persaingan menyebabkan banyak eksekutif semakin stres. Bahkan menurut satu penelitian, tingkat stres bisa sedemikian tinggi hingga mereka tidak mampu lagi menghadapinya. Akibatnya, mereka cenderung bertabiat kasar, tidak punya toleransi dan diktatoril. Stres ini, pada gilirannya sangat berpengaruh terhadap kesehatan fisik. (Sumber : www.kompas.com/business/news/0009/11/09.htm) Dalam buku Macmillan Health Encyclopedia volume 4, Nutrition and Fitness (1993,49), dikatakan bahwa kepenatan karena pekerjaan yang rutin akan menjalar keseluruh

tubuh, otot – otot tegang, syaraf terganggu, racun – racun tubuh tertimbun, peredaran darah kurang lancar sehingga gairah bekerja berkurang. Pada umumnya keadaan fisik akan menjadi lebih pasif dan lebih banyak statis dan kelelahan yang dirasakan bukan saja fisik tetapi juga psikis (stress), bekerja tanpa diimbangi istirahat dan olahraga teratur dapat mengakibatkan terganggunya metabolisme tubuh. Menurut Bishop dalam buku *Health Psychology: Integrating Mind and Body* (1994;174), beberapa teknik/cara yang dapat dilakukan dalam mengurangi tingkat stress (managemen stress) yaitu : Relaksasi, Meditasi, Biofeedback, Aktivitas Fisik dan Stress Inoculation Training (SIT). Pusat Kecantikan dan Kebugaran merupakan salah satu sarana sebagai tempat masyarakat yang ingin beristirahat dan bersantai dengan menikmati perawatan tubuh juga kebugaran fisik. Sehingga selain dapat mengurangi stress, juga meningkatkan stamina tubuh serta merawat kecantikan seluruh tubuh. Dengan demikian fisik dan pikiran juga akan kembali segar dan sehat. Jurnal Pengilon dicetak tidak berwarna, untuk itu gambar, foto, grafik, tabel resulosinya supaya disesuaikan. Bila dicetak tidak jelas bukan tanggung jawab penerbit.

Pusat Kebugaran ini bertujuan memberikan pelayanan kebutuhan masyarakat akan hidup sehat secara fisik yang berupa olah raga dan relaksasi yang ditangani oleh para ahli yang berpengalaman. Merangsang perkembangan kota Malang dalam menghadapi laju perkembangan zaman melalui sektor kesehatan dan olah raga, dengan tujuan untuk memberikan pelayanan kesegaran fisik, mental, vitalitas tubuh, memupuk jiwa sportivitas serta membentuk pribadi yang sehat, segar, dinamis dan menarik. Untuk memberikan terobosan tentang penerapan konsep *Arsitektur Modern* pada bangunan pusat kebugaran. Jadi sasaran dari penelitian ini adalah merencanakan sebuah bangunan Pusat Kebugaran yang mampu mewadahi aktifitas di-dalamnya dengan pendekatan konsep *Arsitektur Modern*. Sedangkan permasalahan yang dibahas adalah bagaimana membentuk ruang yang dapat mendukung kebugaran, kesehatan dan kecantikan bagi penggunaannya sehingga bangunan nantinya tidak hanya sebagai wadah penampungan tapi juga sebagai alat yang mampu mewujudkan kebugaran, kesehatan dan kecantikan itu sendiri, bagaimana merancang sebuah Pusat Kebugaran dan Kecantikan di Malang yang dapat menampung semua kegiatan dalam bidang kebugaran dan kecantikan dengan tetap memperhatikan kebutuhan pengunjung akan ketenangan dan privasi melalui

tema Arsitektur Modern sehingga tujuan relaksasi akan terpenuhi bagaimana merencanakan sebuah bangunan untuk fasilitas pusat kebugaran & kecantikan.

TINJAUAN PUSTAKA

Tinjauan Kecantikan

Pengertian kecantikan bukan sekedar kosmetik yang di poleskan saja melainkan merupakan penampilan pribadi wanita seutuhnya yang didukung oleh pembinaan secara lahir batin yang dipadu dengan keluwesan sikap dan perilaku. Jadi kecantikan wanita tidak akan lepas dari dua dimensi yaitu dimensi lahir dan batin serta dimensi jiwa dan raga. Untuk kecantikan fisik setiap wanita biasanya mensiasatinya dengan berbagai macam cara, dari yang tradisional sampai dengan yang modern. Tapi mesti diingat, kecantikan fisik hanya bagian terkecil dari kecantikan hakiki. Justru sebagian besar kecantikan itu ada didalam jiwa dan hati.

Tinjauan Kebugaran

Kata bugar berarti sehat dan segar, kebugaran berarti hal sehat dan segar (tentang badan). Dapat dikatakan bahwa kebugaran adalah suatu kondisi dimana terjadi keseimbangan fisik dan mental yang dapat menambah motivasi dalam menjalani hidup. Tingkat kebugaran pada tiap-tiap orang adalah tidak sama, tergantung dari tingkat kesehatan, tingkat kebutuhan latihan masing-masing, dan seberapa jauh seseorang ingin menjadi bugar. Donald R. Dell, ketua gerakan kebugaran mengatakan bahwa kebugaran merupakan hal yang menyenangkan, romantis, seksi dan bugar. Orang yang mempraktikkan menjadi lebih kuat, berpenampilan lebih menarik, mempunyai moral yang lebih baik, dan mempunyai antibody untuk melawan penyakit.

METODE PENELITIAN

Untuk proses perancangan fasilitas pada Toyota Center di Kota Malang yaitu menggunakan metode Kualitatif deskriptif analitik dan programatik, yang dimulai dengan mengidentifikasi masalah- masalah yang ada lalu mengelompokkan permasalahan- permasalahan itu ke tahapan pendekatan atau korelasi. Dan memasuki tahapan analisa yang menghasilkan konsep yang mampu menyelesaikan permasalahan yang memiliki korelasi atau berhubungan dengan perancangan adapun metode dilakukan sebagai berikut:

1. Pre Programming, merupakan step pencarian ide perancangan melalui pengumpulan, pengorganisasian dan peninjauan dengan

- hasil-hasil aktifitas sebelumnya. Lalu didefinisikan dari program yang dibutuhkan, sehingga dapat diperoleh gagasan perencanaan Pusat Kebugaran & Kecantikan Di Kota Malang.
2. Programming, yaitu Metode programatik dilakukan dalam tahapan ini, dimana data yang ada kemudian dipilah, diperiksa kebenaran, validitasnya, dibandingkan, dan diinterpretasikan berdasarkan validasi, relevansi keterpercayaan dan kepentingan yang dapat dijadikan acuan dalam penyelesaian masalah yang termasuk dalam proses sintesa berupa studi awal yang nantinya menghasilkan suatu masukan untuk memperkaya konsep awal perancangan. Tahapan pematangan ide gagasan melalui proses analisa, evaluasi, koreksi dan pengorganisasian informasi. Dari informasi ini dapat digunakan sebagai bahan untuk review, yang kemudian diuji dan disimpulkan implikasi-implikasi perencanaan dan perancangan. Sehingga dapat dihasilkan asumsi- asumsi perencanaan dan konsep organisasi ruang untuk Pusat Kebugaran & kecantikan di Kota Malang.
 3. Post Programming, pada tahapan ini, metode yang digunakan yaitu deskriptif analitik, dimana dalam tahapan ini terjadi proses pentransformasian ide perancangan yang sudah didapatkan dalam bentuk presentasi program dan transisi untuk konsep perancangan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Fitness center dan gerai spa semakin menjamur di Kota Malang. Mungkin hal tersebut merupakan salah satu jawaban atas kebutuhan warga Malang yang memang butuh relaksasi, setelah sehari-hari disibukkan dengan berbagai rutinitas yang melelahkan, atau sekadar trend gaya hidup metropolitan. Bagaimana pun juga, bisnis pusat kebugaran dan spa mulai melirik warga Malang sebagai pasar yang menjanjikan. Di antara berbagai fitness center dan gerai spa yang hadir belakangan ini, tempat kebugaran dan spa di hotel tetap menjadi pilihan bagi sebagian kalangan. Bukan hanya dikarenakan gengsinya, tetapi juga lantaran fasilitas yang ditawarkan hotel, cenderung lebih lengkap dari pada kebanyakan tempat kebugaran dan gerai spa lain di Malang.

Dulu kegiatan kebugaran dan spa dianggap sebagai fasilitas mahal yang hanya mampu disediakan oleh hotel berbintang lima dan empat. Kini, hotel bintang tiga pun telah mengembangkan fasilitasnya melalui kegiatan tersebut. Banyak hotel telah mulai menghadirkan fasilitas kebugaran dan spa dengan konsep baru dan tentu saja harga yang lebih ekonomis.

Sejumlah hotel biasanya menggabungkan fasilitas spa dengan fitness dan kolam renang. Semua kegiatan tersebut telah menjadi satu paket, setelah berenang atau fitness, pelanggan dapat melakukan relaksasi dengan mengambil paket spa. Hal tersebut merupakan salah satu faktor bahwa pusat kebugaran dan spa merupakan bisnis yang menjanjikan.

Terdapat berbagai macam tempat kebugaran di Malang yang menampung segala aktifitas yang berkaitan didalamnya, berikut adalah tabel mengenai tempat kebugaran dan kecantikan yang ada di Malang.

Terdapat berbagai macam tempat kebugaran di Malang yang menampung segala aktifitas yang berkaitan didalamnya, berikut adalah tabel mengenai tempat kebugaran dan kecantikan yang ada di Malang.

Tabel 1
Informasi Lokasi Pusat Kebugaran di Malang

No.	Nama	Jenis Pelayanan	Alamat
1.	My Gym Fitness	Fitness & Aerobic	Jln Galunggung no. 82 Malang
2.	Fitness & Gym Araya Clubhouse	Fitness, Aerobi & Kolam Renang	Jln Blimbing Indah Megah No. 2 Malang
3.	Safa Fitness Center	Fitness & Aerobic	Jl. Simpang Wisnuwardhana 01 No. 7 E Malang
4.	Atlas Fitness Center	Fitness & Aerobic	Jl. Raya Istana Dieng III Club House Istana Dieng Malang
5.	Jaco Fitness	Fitness & Aerobic	Jl. Veteran No. 2 Malang
6.	Xtreme Gym	Fitness	Jl. Soekarno Hatta Kav 12 Malang
7.	Max Gym	Fitness & Aerobic	Jl. Soekarno-Hatta Komp. Ruko Niaga C6 & C7 Malang

(Sumber : www.Ngalam.com)

Tabel 2
Informasi Lokasi Pusat Kecantikan di Malang

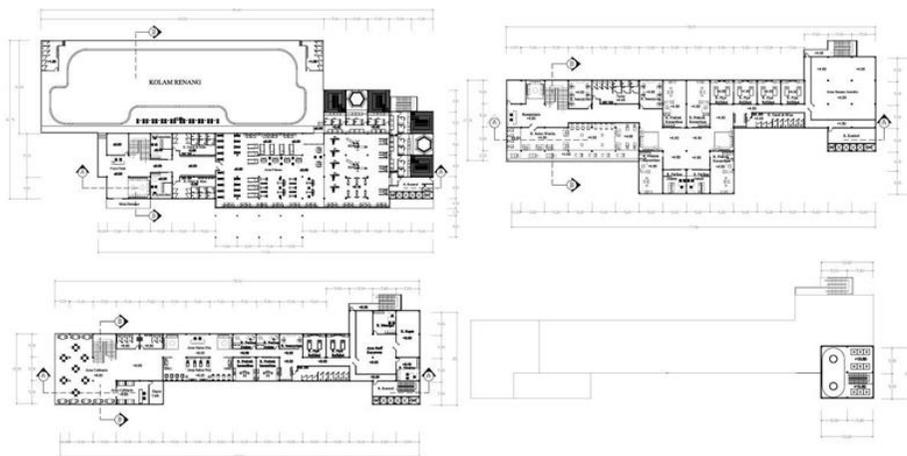
No.	Nama	Alamat
1.	Regent's Spa	Jln Jaksa Agung Suprpto 12-16, East Java Malang Regent's Park Hotel
2.	Apsara Spa	JL Tugu No. 3 - East Java Hotel Tugu
3.	Spa Martha Tilaar	JL. Semeru, No. 48, Malang
4.	SS Wulandari Salon and Spa	JL Mayor Jenderal MT Haryono, Malang
5.	V2 Beauty Salon & Spa	JL. Tlogomas, No. 9, Malang

(Sumber : www.surgakita.com)

Saat ini memang telah banyak tempat atau wadah yang menampung aktifitas tersebut. Namun belum ada wadah yang dapat menampung aktifitas kebugaran sekaligus pelayanan kecantikan, terkecuali fasilitas yang ditawarkan oleh beberapa hotel di Malang . Biasanya wadah kegiatan tersebut berdiri sendiri-sendiri. Untuk pelayanan kebugaran, orang biasanya pergi ke Sport Center. Sedangkan untuk mendapatkan pelayanan perawatan tubuh (Spa), maka mereka harus mendatangi salon atau tempat-tempat tertentu. Sebenarnya kedua aktifitas tersebut memiliki kaitan yang cukup erat, dimana seseorang tidak hanya butuh olahraga fisik yang mengeluarkan tenaga juga, akan tetapi mereka juga membutuhkan relaksasi, yaitu perawatan tubuh dari luar yang dapat menambah kepercayaan diri. Kesehatan tidak hanya berupa pandangan secara fisik atau lahiriah saja, melainkan juga menuntut kesehatan yang secara menyeluruh, yang meliputi tubuh, pikiran yang baik, (positif thinking) dan semangat hidup yang tinggi untuk tampil dinamis. Jika kita melihat kembali dari kebutuhan serta kesadaran masyarakat menengah ke atas saat ini, dimana mereka dituntut untuk selalu tampil dalam kondisi prima, bila dikaitkan dengan tingkat kesibukan mereka yang tidak memiliki cukup banyak waktu untuk merawat diri, maka diperlukan wadah yang dapat menampung aktifitas tersebut untuk melayani perawatan kebugaran jasmani dan spa.

Dengan strategi penerapan Modern Mies Van De Rohe akan menjadikan Pusat Kebugaran & Kecantikan Di Kota Malang selain akomodatif secara layanan juga menjawab nilai-nilai modernitas yang atraktif. Selain itu, kesan bangunan yang atraktif akan menjadikan masyarakat semakin nyaman dalam melakukan aktifitas yang berhubungan dengan kebugaran & kecantikan di dalam bangunan. perancangan dilakukan setelah dilakukan proses pra perancangan yang meliputi perumusan gagasan, pengumpulan data, analisis dan menghasilkan sintesa. Berbagai informasi dari hasil analisis dan sintesa data sebagai acuan awal dituangkan dalam sketsa-sketsa ide yang kemudian diterjemahkan dalam bentuk arsitektural.

Gambar Perancangan



Gambar 1

Sumber: Analisis

**Gambar Rencana Denah Lantai 1,2,3 dan 4
Pusat kebugaran & kecantikan di kota Malang**



Gambar 2

Sumber: Analaisa

Gambar rancangan 3D dan suasana ruang Bangunan dengan suasana

KESIMPULAN

Maka dengan segala hal itu, dengan data di atas dan segala urutan permasalahannya kota Malang merupakan kota yang sudah terhitung layak terdapat Pusat kebugaran & Kecantikan. Karena dirasa Kota ini sudah memerlukan sarana dan prasarana untuk memwadahi kegiatan yang menampung pola dan gaya hidup sehat pada masyarakat modern. menampung pola dan gaya hidup sehat pada masyarakat modern

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Mahami, M. Kamil Hasan. 2006. *Cantik Islami*. Jakarta : Almahira..
- Direktorat Jenderal Perhubungan Darat. 1996. *Pedoman Teknis Penyelenggaraan Fasilitas Parkir*. Jakarta.
- Anita EEF Ekel. 1997. *Ilmu Kecantikan & Kesehatan Masa Kini*. Jakarta : Karya Utama.
- Edward A. Charlesworth, Ph. D & Ronald G. Nathan, Ph. D. 1996. *Manajemen stress dengan teknik Relaksasi*, terjemahan oleh Agus Suharmo. Jakarta: Abdi
- Sumalyo, Yulianto. 2006. *Arsitektur Modern Akhir Abad XIX & XX* edisi ke-2. Yogyakarta :UGM.
- Harymawan, Ning. 1998. *Hias Rias, Kecantikan & Cara Memeliharanya*. Jakarta : Bhatara Karya Aksara.
- Ashad, Kusuma Jaya. 2007. *Natural Beauty Inner Beauty*. Jogjakarta : Kreasi Wacana.
- Sudibyo, BRA Moeryati. 2001. *Kecantikan Perempuan Timur*. Jakarta.
- Hutapea, Albert M. 1994. *Menuju Gaya Hidup Sehat*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.