

BAB II

TINJAUAN KENYAMANAN FISIK PADA FASILITAS KAMAR DI SHAKTI CAPSULE HOTEL CIHAMPELAS

2.1. Pengertian Hotel

Hotel adalah badan usaha yang menyediakan layanan menginap untuk orang-orang yang melakukan perjalanan. Dikelola oleh pemilik atau pelaku bisnis dengan layanan tempat tidur beserta fasilitas pelengkap lainnya. Seseorang harus membayar dengan tarif yang sudah ditentukan, untuk dapat menggunakan layanan yang disediakan oleh pemilik hotel.

Hotel adalah sarana tempat tinggal umum untuk wisatawan dengan memberikan pelayanan jasa kamar, penyedia makanan dan minuman serta akomodasi dengan syarat pembayaran (Lawson, 1976:27)

Berdasarkan definisi di atas dapat disimpulkan bahwa, hotel merupakan suatu bangunan, lambang, perusahaan atau badan usaha akomodasi yang menyediakan pelayanan jasa penginapan, penyedia makanan dan minuman serta berbagai fasilitas jasa lainnya yang di mana semua pelayanan itu diperuntukkan bagi masyarakat umum dan dikelola secara komersil.

2.1.1. Klasifikasi Hotel

Hotel sendiri sangat beragam dan hotel memiliki berbagai tingkatan, dari segi pelayanan, jumlah kamar yang tersedia serta fasilitas apa saja yang diberikan oleh hotel tersebut adalah beberapa hal yang menjadi pembeda antara hotel berbintang. Hal ini terjadi di Indonesia bahkan di dunia. Berikut ini merupakan klasifikasi hotel berdasarkan SK Menparpostel Republik Indonesia No. PM/PW 301/PHB-77.

- 1) Hotel Bintang * (satu)
- 2) Hotel Bintang ** (dua)
- 3) Hotel Bintang *** (tiga)
- 4) Hotel Bintang **** (empat)
- 5) Hotel Bintang ***** (lima)

Berikut akan dijelaskan apa saja yang menjadi persyaratan sebuah hotel dapat dikategorikan sebagai hotel berbintang:

- 1) Dikatakan hotel bintang * apabila hotel memiliki minimal 15 kamar, 1 kamar *suite room*, memiliki bar dan *restaurant*.
- 2) Dikatakan hotel bintang ** apabila hotel memiliki minimal 20 kamar, 2 *suite room*, memiliki bar dan *restaurant*.
- 3) Dikatakan hotel bintang *** apabila hotel memiliki minimal 30 kamar, 3 *suite room*, memiliki bar dan *restaurant*.
- 4) Dikatakan hotel bintang **** apabila hotel memiliki minimal 50 kamar, 4 *suite room*, memiliki bar dan *restaurant*.
- 5) Dikatakan hotel bintang ***** apabila hotel memiliki minimal 100 kamar, 5 *suite room*, memiliki bar dan *restaurant*.

Hotel Shakti Capsule Bandung sendiri termasuk dalam kategori hotel bintang ** (dua), karena jenis hotel ini tergolong kecil dan dikelola oleh pemiliknya langsung. Yang dibagi menjadi 4 lantai. dengan total jumlah kamar kapsul sebanyak 26 unit. Hotel kapsul hanya tersedia fasilitas terbatas yang dapat digunakan secara umum oleh pengguna jasa hotel. Kelompok hotel bintang ** (dua) adalah dikatakan hotel kapsul apabila ukuran kamar minimum berukuran 4 m².

2.1.2. Aktivitas Tamu Dalam Hotel

Tamu merupakan orang-orang yang datang ke hotel dan memiliki keperluan seperti menginap, hanya sekedar rekreasi lalu menikmati berbagai fasilitas yang disediakan oleh pihak hotel. Sehingga keberlangsungan kegiatan yang terdapat di dalam hotel, tamulah yang menjadi faktor pelaku utamanya. Tamu hotel dapat terbagi menjadi dua jenis tamu berdasarkan kegiatannya, yaitu:

- a. Tamu tidak menginap, tamu pada jenis ini hanya dapat menikmati fasilitas-fasilitas publik yang ditawarkan dan dimiliki hotel, seperti café, ruang berguna untuk melakukan kegiatan rapat, pernikahan, seminar, atau hanya sekedar area parkir.

- b. Tamu yang menginap, yaitu tamu yang membayar biaya sewa hotel dan berhak mengakses serta menikmati seluruh fasilitas-fasilitas yang telah disediakan oleh pihak hotel.

2.1.3. Alur kegiatan Tamu Hotel

Alur kegiatan menurut jenis kegiatan yang ada dibagi menjadi dua, yaitu:

- 1) Kegiatan utama merupakan kegiatan menginap yg dilakukan oleh tamu hotel, seperti:
Datang -> Parkir Kendaraan -> Check-In-Informasi -> Menyewa Kamar -> Kegiatan Pelengkap (tidur, istirahat) -> Pulang
- 2) Kegiatan Pelengkap merupakan kegiatan pelengkap yg dilakukan oleh tamu hotel, seperti:
Datang -> Parkir Kendaraan -> Check-In-Informasi -> (seminar / makan / rekreasi / rapat) -> parkir -> pulang.

2.1.4. Kegiatan Tamu Hotel

Kegiatan didalam hotel terbagi menjadi beberapa kegiatan yaitu:

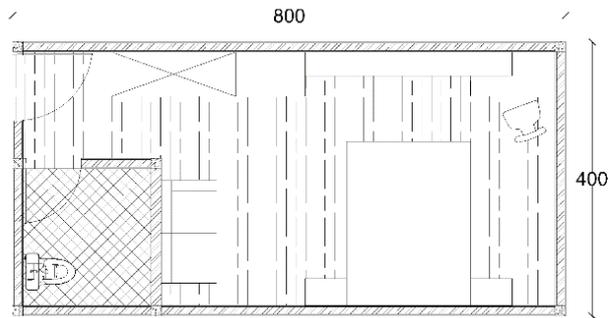
- 1) Kegiatan Utama
Beberapa sifat yang terbagi menjadi dua golongan yang terdapat pada kegiatan utama tamu yang beristirahat atau menginap di hotel, yaitu:
 - a) Kegiatan dalam ruang tidur dengan melakukan sedikit gerakan, misalnya melihat pemandangan luar melalui bukaan, makan, minum, mandi, duduk.
 - b) Kegiatan yang tidak melakukan gerak aktif misalnya tidur.
- 2) Kegiatan Pelengkap
kegiatan pelengkap/penunjang merupakan kegiatan yang dilakukan untuk mengisi waktu luang misalnya rekreasi dan olahraga.

2.1.5. Denah Kamar Hotel Standar

Denah merupakan tampak atas suatu bangunan yang terpotong secara horizontal dengan jarak minimal 1 m dari ketinggian 0.00. Dimana sebuah bangunan dengan bagian atas bangunan tersebut dihilangkan, sehingga denah akan menjadi penunjuk atau untuk memisahkan antar ruangan yang satu dengan yang lainnya. Berbagai

fungsi denah antara lain untuk menunjukkan fungsi ruang, isi ruang, susunan ruang, dimensi ruang sirkulasi ruang, letak pintu dan bukaan, fungsi utilitas ruang seperti ac, listrik, air, dan lain sebagainya yang terdapat pada denah-denah tertentu.

Luas minimal kamar standar 24 m² termasuk kamar mandi. Berikut ini merupakan denah kamar hotel standar:



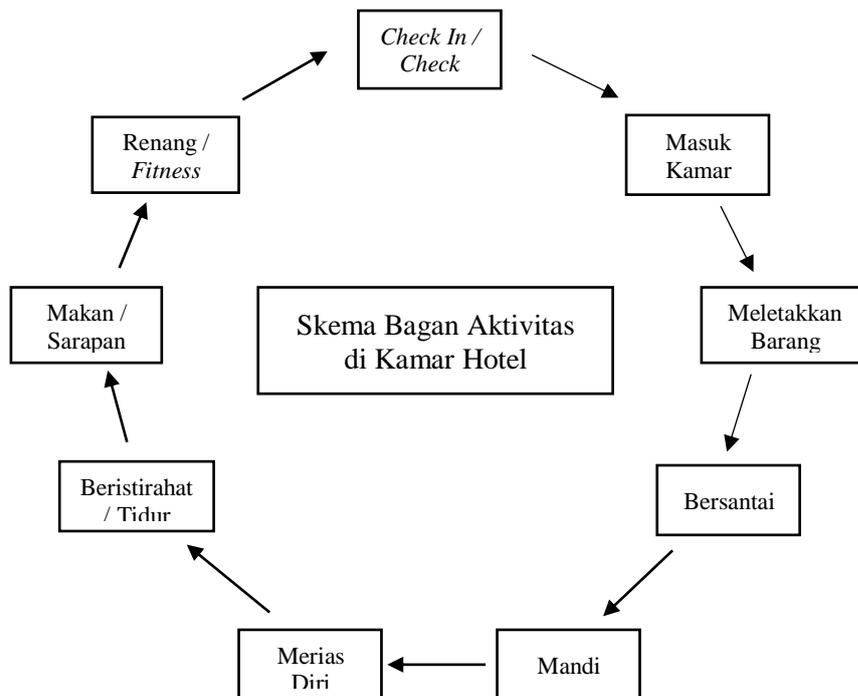
Gambar 2.5 Denah Kamar Hotel Standar

Sumber: Mayangsari (2020)

2.1.6. Skema Bagan Aktivitas Di Kamar Hotel

Berikut ini merupakan kerangka secara garis besar, mengenai gambaran umum aktivitas yang dilakukan seseorang saat berada di dalam kamar hotel.

Bagan 2.1. Skema Bagan Aktivitas di Kamar Hotel



- 1) Saat tamu tiba di suatu hotel dengan tujuan menginap, resepsionis menjadi tujuan yang paling pertama.
- 2) Resepsionis merupakan tempat tamu untuk melakukan proses check in agar mendapatkan akses kunci kamar hotel.
- 3) Setelah mendapatkan akses kunci kamar, tamu akan masuk dan meletakkan barang bawaan pada tempat yang telah disediakan.
- 4) Bersantai merupakan suatu kegiatan yang banyak dilakukan tamu hotel saat tiba di kamar hotel.
- 5) Setelah dirasa cukup waktu bersantai, tamu hotel akan mandi atau membersihkan diri untuk mendapatkan rasa tubuh yang bugar.
- 6) Lalu merias diri setelah mandi biasanya dilakukan saat tamu akan pergi keluar dari kamar hotel.
- 7) Tamu akan beristirahat atau bahkan tidur setelah lelah seharian beraktivitas di luar kamar hotel.
- 8) Ketika pagi hari, tamu hotel akan melakukan kegiatan sarapan yang telah disediakan oleh pihak hotel tempat menginap.
- 9) Apabila di hotel memiliki fasilitas kolam renang atau tempat *fitness*, tamu dapat memanfaatkan atau menggunakan fasilitas yang ada.
- 10) Setelah waktu *check out* tiba, tamu melakukan proses *check out* di meja resepsionis.

2.2. Pengertian *Budget Hotel*

Hotel Shakti Capsule Bandung sendiri masuk ke dalam kategori *budget hotel*. *Budget hotel* merupakan salah satu jenis hotel yang mulai berkembang dan dikenal di tengah maraknya pembangunan hotel saat ini. *Budget hotel* adalah hotel yang memberikan layanan standar sesuai yang diperlukan oleh tamu. *Budget hotel* saat ini bukan lagi hanya untuk *backpacker* atau wisatawan, namun keluarga dan kalangan bisnis banyak yang memilih akomodasi *budget hotel*. *Budget hotel* lebih identik sebagai hotel tanpa fasilitas berlebih, layanan kamarpun biasanya tersedia sangat minim.

2.2.1. Karakteristik *Budget Hotel*

Latar belakang pendirian hotel ini lebih fokus terhadap *budgeting* dan pelayanan, sehingga munculah fenomena baru yaitu *budget hotel* (bertarif lebih murah/ekonomis). Posisinya yang berada antara *guest house* dan hotel bintang 3 sehingga menarik para pembisnis untuk melirik jenis bisnis hotel murah ini dan menambah referensi menginap kaum para *traveler*. Dari awal berdirinya pada pertengahan 1980-an, *budget hotel* sudah menawarkan pelayanan terbatas, dengan menyediakan makanan dan minuman yang terbatas pada sarapan dan *vending machines*. Layanan makan dapat diperluas dengan menyediakan *pub* dan restoran jika memungkinkan. Lokasi yang dipilih berada di pinggir kota dekat dengan jalan besar dan jalan tol, seperti persimpangan jalan. Namun, kini *budget hotel* berkembang luas ke lokasi yang lebih strategis, seperti:

- a. Bandara dan stasiun, yang menyaingi hotel bintang 3 untuk para pembisnis dan *traveller*.
- b. Pusat kota, dimana hotel ini sering menjadi bagian dari perkembangan *mixed-use*, Seperti yang terjadi dengan Hotel Shakti Capsule Bandung saat ini, dan terkadang berdiri dibawah unit *retail*.

Selain efisien dan praktis, hotel ini tidak membutuhkan banyak biaya perawatan tinggi. Tujuan utama *Budget hotel* adalah untuk menyediakan standar akomodasi dengan harga terjangkau. Pada *Budget hotel* interaksi pelayan dengan tamu hanya terjadi ketika *check in* dan *check out*. *Budget hotel* saat ini dicari para wisatawan baik lokal maupun mancanegara saat melakukan perjalanan ke suatu tempat atau kota. Dan hotel semacam ini jumlahnya makin banyak di Indonesia dengan beragam harga, bentuk serta konsep yang diusung, dan kini makin dicari pembisnis *travelers*.

2.2.2. Macam-Macam *Budget hotel*

- a. Hotel Kapsul

Hotel kapsul mampu memenuhi kebutuhan konsumen dengan menyediakan ruang kamar yang dilengkapi berbagai fasilitas tempat

tidur, tv, akses internet (baik melalui kabel LAN maupun *Wireless*), jam, pencahayaan yang fleksibel, sebuah kotak brankas untuk meletakkan barang berharga, dan meja kecil untuk menulis (Bhatia, 2008:406).

b. Sejarah Hotel Kapsul

Hotel kapsul pertama kali dikenal dan dikembangkan di Jepang pada tahun 1977, dulunya digunakan oleh para pekerja yang lembur dan terlambat pulang dan harus kembali bekerja di pagi hari berikutnya. Menjadi pilihan karena harganya yang murah dan dapat disewa dalam hitungan jam. Sebagai negara yang dikenal memiliki kebiasaan selalu bergerak cepat, desain hotel kapsul di Jepang menawarkan konsep yang praktis karena memang dikhususkan untuk mereka yang membutuhkan tempat untuk menginap saja. Hotel kapsul hanya menyediakan ruang atau kamar berupa tempat tidur beserta satu buah bantal dalam bentuk bertingkat di dalam suatu ruangan. Desain ini kemudian diadopsi ke dalam desain hotel kapsul yang ada di Indonesia, yang pada dasarnya gaya hidup masyarakat Jepang dan Indonesia sangatlah berbeda.

Berikut ini akan dipaparkan yang menjadi karakteristik hotel kapsul:

1) Lokasi

Untuk memenuhi tuntutan utama yang akan mempengaruhi target pasar, lokasi yang dipilih harus berada di tengah- tengah kota besar dan merupakan tempat yang strategis agar mudah dijangkau.

2) Fasilitas

Tidur merupakan kebutuhan utama pengguna kamar hotel yang harus di fasilitasi, maka ruang tidur harus tersedia sebagai fasilitas utama di hotel kapsul dengan fasilitas umum yang terpisah dengan fasilitas pribadi dan utama yaitu toilet, kamar mandi, dan tempat ibadah.

3) Segmen Pasar

Hotel kapsul menjadi alternatif bagi banyak orang yang ingin menghemat pengeluarannya. Ini karena hotel kapsul memiliki

harga yang murah dan bersahabat, terutama bagi para pencinta *travelling* yang menghemat biaya akomodasi, pada kalangan remaja wanita atau pria usia 12 – 25 tahun, dewasa wanita atau pria 26-45 tahun, yang ingin menghemat biaya perjalanan berwisata atau hanya sekedar ingin merasakan sensasi tidur di kamar kapsul masa kini.

Karakteristik tamu hotel kapsul menurut (Dood, Jan., Simon Richmond 2001):

- 1) Berpergian seorang diri atau berkelompok.
- 2) Menginap umumnya hanya untuk satu malam, biasanya fasilitas yang paling digunakan adalah fasilitas pokok yaitu ruang tidur.
- 3) Tidak memerlukan fasilitas rekreasi tambahan, karena tujuan utamanya hanya untuk tidur dan kembali beraktivitas.
- 4) Tamu hotel tidak mempunyai ketakutan akan tempat sempit atau mempunyai tinggi lebih dari dua meter.
- 5) Mayoritas diperuntukan untuk pria, namun ada beberapa hotel kapsul yang diperuntukan untuk wanita.

a. Hostel

Hostel adalah sejenis tempat menginap dimana seluruh penyewa menggunakan fasilitas yang tersedia secara bersama-sama, seperti kamar mandi, toilet, ruang tamu, tempat ibadah dan dapur secara bergantian. Penghuni punya kesempatan lebih bersosialisasi dengan tamu lain merupakan kelebihan dari hostel.

Di hostel tamu yang menginap harus berbagi ruang kamar dan fasilitas yang ada di dalam kamar kecuali kasur dengan tamu lain yang mungkin tidak saling dikenal, sehingga hostel lebih mirip dengan asrama. Dapur, alat masak, ruang santai, kulkas bahkan tempat untuk menjemur merupakan fasilitas pendukung yang disediakan hostel untuk kehidupan sehari-hari para penyewa.

2.7. Kenyamanan Fisik

Ketika seseorang meningkat produktivitasnya yang artinya manusia itu nyaman dengan lingkungannya sekitarnya, hal ini merupakan bentuk kenyamanan fisik, dan akan menguntungkan manusia itu sendiri. Beragam definisi dari kenyamanan tidaklah mudah dijelaskan, hal ini merupakan respon penilaian setiap individu (Osborne, 1995). Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, nyaman adalah segar; sehat sedangkan kenyamanan adalah keadaan nyaman; kesegaran; kesejukan.

Perasaan nyaman dan kenyamanan seseorang pada lingkungannya memiliki penilaian yang luas sehingga harus dilihat dari berbagai aspek agar dapat dipahami, karena ketika seseorang merasa nyaman atau tidak dengan lingkungan sekitarnya, manusia akan menilai melalui rangsangan yang masuk ke dalam dirinya. Perasaan akan terlibat dalam menilai lingkungan, tidak hanya masalah fisik biologis. Otak akan mengolah ketika mendapat rangsangan cahaya, suhu, aroma, suara, dan lain-lain dan ditangkap sekaligus, Apakah kondisi itu nyaman atau tidak otaklah yang akan memberikan penilaian. Faktor lain akan menutupi suatu faktor ketika terjadi ketidaknyamanan (Satwiko, 2009)

2.7.1. Kenyamanan Termal

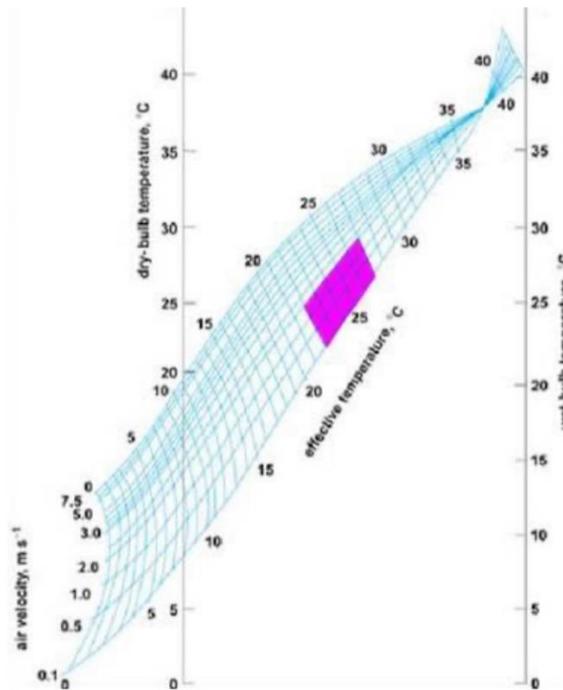
Ketika manusia tidak menginginkan perubahan suhu udara ke yang lebih panas atau yang lebih dingin saat berada disuatu ruangan, kemudian merasa nyaman terhadap temperatur suhu dan iklim di lingkungannya inilah yang bisa dikatakan kenyamanan termal. Hal ini akan dicapai apabila adanya keseimbangan suhu. Temperature radian, temperature udara, kelembapan udara dan kecepatan angin menjadi pengaruh timbulnya kenyamanan termal. Gerah, nyaman, segar, dingin, sejuk, panas dan pengap ialah kenyamanan termal dari paling bias hingga tidak bias, (Sugini, 2004). Standar kenyamanan termal untuk suhu yang digunakan ada empat yaitu:

- a. *SNI-14-1993-03* menyatakan daerah kenyamanan termal pada bangunan yang di kondisikan untuk orang Indonesia yaitu:
 - 1) Sejuk nyaman, antara suhu efektif 20.8°C – 22.8°C

- 2) Nyaman optimal, antara suhu efektif 22.8 °C – 25.8°C
- 3) Hangat nyaman, antara suhu efektif 25.8°C – 27.1°C

Indeks yang sering digunakan untuk menyatakan kenyamanan termal antara lain:

- 1) Effective Temperature (ET)
- 2) Predicted Mean Vole (PMV)
- 3) Predicted Percentage of Dissatisfied (PPD)



Gambar 2.2 Grafik Kenyamanan Termal

Sumber: <https://mtnugraha.files.wordpress.com>

- b. (Basaria, 2005) menyatakan suhu nyaman menurut tata cara perencanaan teknis konservasi energy pada bangunan adalah:
 - 1) Sejuk nyaman, yaitu 20.5°C – 22.8°C
 - 2) Nyaman optimal, yaitu 25.8°C – 25.8°C
 - 3) Hangat nyaman, yaitu 25.8°C – 27.1°C
- c. *MENKES NO.261/MENKES/SK/II/1998* menyatakan “Suhu ruang yang dapat dikatakan sehat yaitu berkisar antara 18°C - 26°C”.
- d. Suhu udara akan menentukan kecepatan panas yang akan hilang sebagian besar secara konveksi diatas 98°F, aliran udara berbalik dan akan mendapat panas dari udara, jangkauan kenyamanan untuk sebagian besar orang 89% bisa mencapai hingga 68°F (20°C) di

musim dingin dan 78°F (25.5°C) pada musim panas (Lechner, 2001:70)

2.7.2. Kenyamanan Audial

Ketika manusia merasa nyaman atau tidak terganggu dengan suara yang ada disekitarnya kondisi ini yang disebut kenyamanan audial. Suara ditetapkan 40-45 dB dalam lingkup kenyamanan audial (SNI, 1993). Sedangkan MENKES mempunyai standar kenyamanan audial yaitu maksimal 85 dB.

2.7.3. Kenyamanan Visual

Saat indra seseorang merasa nyaman atau tidak terganggu terhadap kondisi sekitar inilah yang disebut dengan kenyamanan visual. Hal ini lebih kepada keadaan dimana seseorang berasumsi berdasarkan perasaan yang dirasakannya, karena berhubungan dengan kinerja visual seseorang. Tingkat pencahayaan sangat mempengaruhi kenyamanan visual. Kenyamanan visual di dalam maupun di luar ruangan dihasilkan melalui teknik atau sistem pencahayaan yang baik. Kondisi psikologis dan produktifitas pengguna ruang dapat dipengaruhi dari kenyamanan visual. Kenyamanan visual dapat dicapai dengan adanya pencahayaan alami dan buatan. Namun pencahayaan dengan pencahayaan buatan akan lebih mudah dicapai karena dapat dikontrol.

- 1) Pencahayaan (iluminasi) yang seragam
- 2) Luminansi yang optimal
- 3) Tidak silau
- 4) Kondisi kontras yang cukup
- 5) Warna sesuai aslinya
- 6) Tidak ada efek stroboskopik (flicker)

SNI 03-6196-2000 memiliki perhitungan penerangan merata dalam suatu ruangan. Berikut akan dipaparkan penjelasan mengenai standar besaran (Lux) penerangan merata dalam jenis ruang rumah tinggal.

- a. Teras, Garasi 60 (Lux)
- b. Ruang Kerja, Ruang Tidur, Ruang Makan 120-150 (Lux)

- c. Kamar Mandi, Dapur 250 (Lux)

2.7.4. Standar Desain Kenyamanan Ruang

Standar desain yang baik bertujuan untuk meminimalisir terjadi cedera terhadap pengguna suatu desain, dengan penerapan standar desain hal ini dapat menunjang kenyamanan pengguna dalam suatu ruang. Berikut terdapat parameter kenyamanan suatu ruang:

- a. Ergonomi merupakan studi tentang aspek - aspek manusia dalam lingkungan kerjanya, yang ditinjau secara anatomi, fisiologi, psikologi, *engineering*, manajemen dan desain / perancangan. Ergonomi berkenaan pula dengan optimasi, efisiensi, kesehatan, keselamatan dan kenyamanan manusia di tempat kerja, di rumah dan tempat rekreasi.
- b. Studi yang membahas mengenai pengukuran dimensi tubuh manusia di sebut antropometri. Bidang antropometri meliputi berbagai ukuran tubuh manusia seperti posisi ketika tidur, posisi ketika duduk, berat badan, posisi ketika berdiri, ketika merentangkan tangan, lingkar tubuh, tinggi badan, panjang tungkai, jangkauan maksimal manusia pada saat melakukan pekerjaan dan sebagainya.

2.7.5. Faktor - Faktor Pendukung Kenyamanan Fisik Saat Tidur

Untuk menunjang rasa nyaman dan totalitas kegiatan tidur seseorang didukung oleh beberapa faktor. Berikut akan dijelaskan mengenai faktor yang menjadi pendukung kenyamanan fisik saat tidur, yaitu:

- a. Perabotan Tidur

Bantal, guling, selimut, dan kasur merupakan barang-barang perabotan tidur yang akan menjadi pendukung utama kegiatan tidur seseorang.

- b. Dimensi Ruang Tidur

Agar tidak terjadi kondisi cedera pada kegiatan manusia saat tidur dan melakukan aktivitas saat bangun tidur, maka ukuran ruang tidur, kasur, dan sirkulasi ruang yang cukup dan sesuai dengan

ukuran rata-rata manusia harus diperhatikan serta disesuaikan dengan kegiatan-kegiatannya.

c. Penerangan

Bertujuan agar dapat memberikan kejelasan dalam melihat lingkungan sekitar, penerangan atau pencahayaan dalam ruang memiliki fungsi dapat membantu kinerja pengguna ruang. Ada dua macam penerangan, yaitu lampu pijar, lilin dan lain sebagainya sebagai penerangan buatan dan matahari sebagai penerangan alami.

d. Warna

Psikologis seseorang dapat dipengaruhi atau diciptakan oleh kesan dari sebuah warna yang di tangkap oleh indra penglihatan (Hasan, 2009).

e. Privasi

Agar membatasi gangguan-gangguan yang tidak diinginkan terutama bagi orang yang membutuhkan fokus tinggi diciptakanlah ruang privasi. Privasi fisik berupa partisi atau dinding. Privasi non fisik tidak ingin diketahui secara terbuka.

f. Udara atau penghawaan

Ventilasi dan jendela merupakan jalan masuknya udara ke dalam ruang atau bangunan. Ventilasi merupakan jalur masuk udara ke dalam suatu ruangan sebagai penghawaan alami. Sedangkan AC, kipas, dan lain sebagainya merupakan penghawaan buatan.

g. Suara atau Kebisingan

Kebisingan yang tidak dikehendaki dan berlebihan sangat bisa mengganggu kenyamanan serta kesehatan pendengaran bahkan dapat mengakibatkan ketulian.

h. Sirkulasi

Sirkulasi berkaitan dengan teori antropometri atau dimensi tubuh manusia dalam melakukan berbagai kegiatan.

i. Bentuk

Agar tercipta rasa nyaman bentuk dari perancangan harus disesuaikan dengan ukuran standar manusia (Hakim, 2012).

j. Keamanan

Keamanan juga merupakan hal yang harus diperhatikan, karena ini dapat mengganggu dan bisa menghambat aktivitas yang akan dilakukan pengguna. Keamanan bukan hanya dari segi kejahatan (kriminal), tapi juga termasuk kekuatan konstruksi, bentuk ruang, dan kejelasan fungsi suatu ruang atau bangunan.

k. Aroma atau bau-bauan

Rasa kurang nyaman akan timbul apabila terdapat aroma atau bau-bauan yang mengganggu dan dapat mengurangi kenyamanan orang yang berada di sekitarnya. Setiap individu memiliki selera aroma atau bau-bauan yang berbeda. Wewangian yang menyenangkan untuk seseorang belum tentu menyenangkan bagi orang lain (Hakim, 2012).

i. Keindahan

Masalah kepuasan batin dan pancaindra dapat dicapai, keindahan merupakan hal yang perlu diperhatikan agar diperoleh rasa nyaman. Untuk menilai keindahan cukup sulit karena setiap orang memiliki persepsi yang berbeda untuk menyatakan sesuatu itu adalah indah. Dalam hal kenyamanan, keindahan dapat diperoleh dari segi bentuk ataupun warna (Hakim, 2012).

Berdasarkan berbagai penjelasan diatas, dapatlah disimpulkan bahwa kenyamanan fisik akan tercipta apabila didukung oleh beberapa faktor yaitu kenyamanan secara termal, audial/audio, visual serta standar desain yang diterapkan dengan baik berupa ergonomi dan antropometri.

2.8. Kamar Tidur

Kamar tidur merupakan tempat paling pribadi yang mencerminkan karakter, kepribadian, dan juga gaya hidup penghuninya. Tempat ini akan menjadi wadah untuk melepas kepenatan fisik, pikiran, dan emosi setelah melakukan berbagai aktivitas. Inilah sebabnya ruang tidur menjadi tempat yang paling sering didesain secara khusus, terutama desain tempat tidur itu sendiri. Prinsip utama sebuah kamar tidur haruslah nyaman dan memberikan

rasa tenang bagi pemilik kamar. Berikut ada dua syarat fungsi utama kamar kamar yang harus dipenuhi:

- a. Fungsi fisik, untuk mengakomodasi segala macam barang dan kegiatan penghuni rumah yang sifatnya sangat pribadi kamar tidur adalah ruang yang tepat.
- b. Fungsi psikologis, ketika penghuni benar-benar membutuhkan istirahat kamar tidur diharapkan menjadi tempat yang dapat memberi kenyamanan optimal.

Selain memenuhi tuntutan fungsi, tatanan kamar tidur yang baik tentu harus memperhatikan segi estetika atau aspek keindahan seperti pemilihan warna, corak, serta gaya interior.

2.8.1. Tempat Tidur

Tempat tidur merupakan hal utama yang harus ada di kamar tidur. Setiap orang pasti ingin mendapatkan tidur yang tenang dan berkualitas, dengan pemilihan tempat tidur yang tepat tubuh akan bekerja untuk mendukung fungsi otak yang sehat dan menjaga kesehatan fisik. Untuk membantu tidur menjadi lebih baik pemilihan tempat tidur yang tepat, akan dapat menghilangkan lelah dan stres setelah seharian melakukan berbagai aktivitas.

2.8.2. Bentuk Ruang

Bentuk dan elemen kamar tidur yang dibatasi oleh dinding, lantai, dan plafond memberi rasa terlindung orang yang mendiami atau memandang sebuah ruang akan menilainya menurut selera sendiri. Akan muncul kesan ruang yang luas atau bahkan kesan ruang yang sempit. Bentuk ruang dapat mempengaruhi psikologis dari pemakai ruangan, penerapan bentuk-bentuk dinamis bertujuan agar fikiran dapat lebih rileks, namun dapat juga disesuaikan dengan karakter kegiatan atau penghuni di dalamnya.

2.8.3. Standar Kenyamanan Kamar Tidur

- a. Kenyamanan

Penilaian positif seseorang terhadap lingkungannya hal ini dapat dikategorikan dalam kondisi kenyamanan atau perasaan

nyaman. Pengaruh cahaya, suara, bau, suhu, dan lain sebagainya akan menciptakan rasa nyaman pada saat berada di ruang tidur. Dalam kenyamanan ruang tidur, yang terlibat tidak hanya masalah fisik atau biologis seseorang, namun juga perasaan manusia yang berada di ruang tersebut.

b. Warna

Masing-masing warna akan mampu membentuk karakter dan kesan pada saat diaplikasikan pada kamar tidur. Kamar tidur akan terkesan nyaman meskipun sederhana dan dengan ukuran yang tidak terlalu luas apabila tepat dalam pemilihan warna yang diaplikasikan pada ruangan dan senada dengan furniture, seperti warna putih, cream, kuning gading. Sebaliknya, kamar tidur akan terkesan sempit apabila pemilihan warna kamar tidur yang kontras dengan warna *furniture*.

c. Penghawaan

Ada dua cara untuk mendapatkan penghawaan, yaitu dengan menerapkan penghawaan buatan seperti kipas atau AC sehingga udara dapat diatur, atau membuat ventilasi udara alami agar udara dapat keluar dan masuk.

d. Pencahayaan

Cahaya merupakan hal yang tidak bisa dipisahkan dari kehidupan manusia, karena aktivitas manusia sangat dipengaruhi oleh cahaya yang ada di sekitarnya. Misalnya saat belajar, berbincang, memasak, menjahit dan masih banyak aktivitas lainnya yang membutuhkan cahaya yang cukup. Terdapat dua jenis cahaya, yaitu cahaya buatan yang berasal dari lampu di dalam ruangan atau lampu penerangan di pinggir jalan saat malam hari dan cahaya alami yang berasal dari matahari akan membantu manusia untuk melakukan aktivitas di luar ruangan.

e. Ukuran kamar tidur

Luasan yang nyaman untuk kamar tidur untuk orang dewasa setidaknya berukuran 2 x 3 m atau 3 x 3 m. penggunaan jenis tempat

tidur dan ukuran kasur, serta berapa banyak *furniture* yang ada, akan berpengaruh pada luas kamar.

2.9. Ergonomi

2.9.1. Pengertian Ergonomi

Istilah ‘ergonomi’ berasal dari bahasa Latin, yaitu “*Ergon*” yang berarti kerja, dan *nomos* yang berarti hukum alam. Dengan demikian maka ergonomi dapat didefinisikan sebagai studi tentang aspek-aspek manusia dalam lingkungan kerjanya, yang ditinjau secara anatomi, fisiologi, psikologi, engineering, manajemen dan desain / perancangan. Ergonomi berkenaan pula dengan optimasi, efisiensi, kesehatan, keselamatan dan kenyamanan manusia di tempat kerja, di rumah dan tempat rekreasi. Penerapan ergonomi pada umumnya merupakan aktivitas rancang bangun (desain) atau pun rancang ulang (re-desain). Hal ini dapat meliputi perangkat keras, seperti perkakas kerja, bangku kerja, flat form, kursi, tempat tidur, pegangan alat kerja, sistem pengendali, alat peraga, jalan/lorong, pintu, jendela dan lain-lain. Selain itu, ergonomi juga memberikan peranan penting dalam meningkatkan faktor keselamatan dan kesehatan kerja dan pengguna. Penerapan faktor ergonomi lainnya yang tidak kalah pentingnya adalah untuk desain dan perancangan produk. Produk-produk ini haruslah dapat dengan mudah diterapkan, dimengerti dan digunakan pada sejumlah populasi masyarakat tertentu, tanpa mengakibatkan resiko penggunaannya.

Menurut Satalaksana (1979), ergonomi adalah suatu cabang ilmu yang sistematis untuk memanfaatkan informasi – informasi, mengenai sifat, kemampuan dan keterbatasan manusia untuk merancang suatu sistem kerja sehingga orang dapat hidup dan bekerja pada sistem itu dengan baik, yaitu mencapai tujuan yang diinginkan melalui pekerjaan itu dengan efektif, aman dan nyaman. Ergonomi merupakan salah satu aspek yang penting dalam perancangan sebuah desain, karena ergonomi mempengaruhi kenyamanan pengguna ketika menggunakan desain. Seperti yang telah diketahui ergonomi merupakan ilmu yang

mempelajari antara manusia dengan elemen - elemen lain dalam suatu sistem, serta profesi yang mempraktekkan teori, prinsip, data, dan metode dalam perancangan dalam mengoptimalkan sistem agar sesuai dengan kebutuhan, kelemahan, dan ketrampilan manusia. Sehingga ketika terjadi kesalahan dalam ergonomi suatu desain akan menimbulkan banyak masalah, terutama masalah kesehatan, karena desain tersebut langsung mengalami kontak fisik dengan manusia.

Maka dapat disimpulkan dari beberapa definisi di atas bahwa ergonomi sangat berperan penting bagi kehidupan manusia sehari – hari, karena mempengaruhi kenyamanan pengguna saat menggunakan sebuah desain. Sehingga pengguna desain dapat terhindar dari sebuah resiko kecelakaan.

2.9.2. Ruang Lingkup Ergonomi

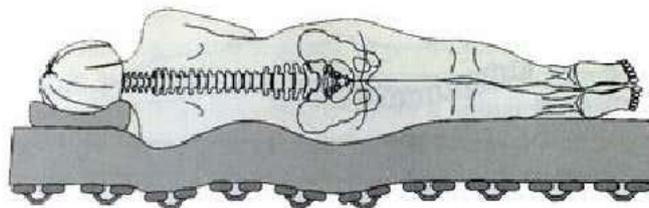
Untuk memudahkan pemahaman mengenai ergonomi, di bawah ini akan dijelaskan mengenai ruang lingkup ergonomi yang dibagi menjadi beberapa bagian, yaitu:

- 1) Ergonomi Kognitif berkaitan dengan proses mental manusia, termasuk di dalamnya; persepsi, ingatan, dan reaksi, sebagai akibat dari interaksi manusia terhadap pemakaian elemen sistem. Dimana akan dibahas optimasi sebuah produk fasilitas kamar seperti kasur, televisi, pintu kapsul, cermin, dll.
- 2) Ergonomi Fisik berkaitan dengan anatomi tubuh manusia, anthropometri, karakteristik fisiologi dan biomekanika yang berhubungan dengan aktifitas fisik. Bagian ini membahas mengenai sikap posisi kerja, antropometri, usia dan jenis kelamin pengguna kamar kapsul, dan efisiensi.
- 3) Ergonomi Lingkungan berkaitan dengan pencahayaan, temperatur, kebisingan, dan getaran. Akan berkaitan dengan panca indera dimana akan dapat menilai bau, warna, garis, bentuk, dan tekstur
- 4) Ergonomi Organisasi berkaitan dengan optimasi sistem sosioleknik, termasuk struktur organisasi, kebijakan dan proses. Dimana syarat dan ketentuan akan diberlakukan

Dari pemaparan diatas, keempat ruang lingkup tersebut sangat erat kaitannya dengan penelitian ini, dimana penelitian ini akan membahas mengenai sebuah kamar kapsul.

2.9.3. Tempat tidur dan Ergonomi

Kualitas kasur sama pentingnya dengan bantal untuk memastikan kualitas yang baik saat tidur. Kasur lunak atau keras merupakan faktor yang penting dalam mengurangi nyeri punggung di bagian bawah. Sebuah kasur yang baik harus sesuai dengan kurva alami dari tubuh yang menjaga tulang belakang sejajar dengan normal. Akan tercipta masalah – masalah baik fisik maupun psikologis, meliputi rasa sakit pada punggung, kepala, dan leher, apabila tempat tidur yang tidak dirancang dengan standar ergonomi, sedangkan setres karena sulit tidur, atau bisa juga setres yang akan berlangsung lama atau bahkan bekepanjangan merupakan masalah psikologis yang akan timbul pada diri pengguna. Untuk mengurangi keadaan psikologis yang kurang baik, pada dasarnya aktivitas tidur bisa membantu keadaan tersebut. Melakukan berbagai aktivitas secara tidak sadar dengan rasa setres yang dibawa ke tempat tidur justru akan menambah tingkat setres seseorang apabila kualitas tempat tidur kurang baik. Masalah ergonomi tempat tidur ini menyangkut antropometri yaitu ukuran tubuh dan muskuloskeletal, seperti kasur yang besarnya tidak sesuai dengan ukuran tubuh manusia, bentuk bantal yang tidak mengikuti bentuk leher dan kepala, tempat tidur yang terlalu keras sehingga dapat menimbulkan nyeri punggung pengguna desain, dan lain-lain.



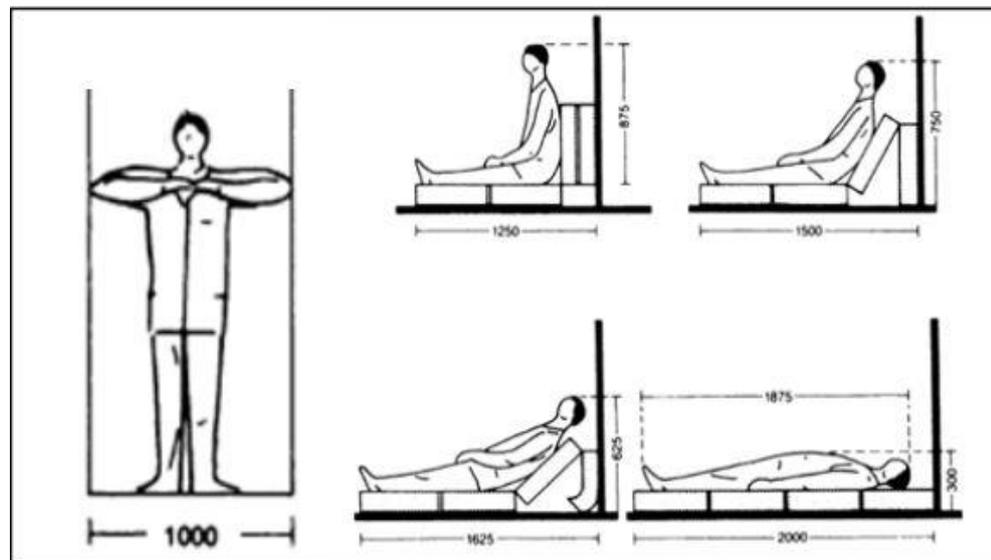
Gambar 2.3. *Sleeping Ergonomics*

Sumber: Dimensi Manusia dan Ruang Interior

2.10. Antropometri

Antropometri adalah studi yang berkaitan dengan pengukuran dimensi tubuh manusia. Bidang antropometri meliputi berbagai ukuran tubuh manusia seperti berat badan, posisi ketika berdiri, ketika merentangkan tangan, lingkaran tubuh, panjang tungkai, dan sebagainya. Data antropometri digunakan untuk berbagai keperluan, seperti perancangan stasiun kerja, fasilitas kerja, dan desain produk agar diperoleh ukuran-ukuran yang sesuai dan layak dengan dimensi anggota tubuh manusia yang akan menggunakannya (Wignjosoebroto, 2008).

2.10.1. Capsule Bed



Gambar 2.4. Antropometri Capsule Bed

Sumber: Data Arsitek Jilid I

Gambar diatas merupakan data antropometri manusia dalam kondisi berada di atas kasur kamar kapsul dengan berbagai posisi. Untuk lebar minimal kasur adalah 100 cm, sesuai kebutuhan jarak berbaring diatas. Panjang kasur yang digunakan minimal berukuran 200 cm, boleh lebih jika akan ditambahkan beberapa elemen. Sedangkan untuk tinggi masing-masing kotak adalah minimal berukuran 87,5 cm.

Dari penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa ergonomi dan antropometri tidak dapat dipisahkan dari sebuah desain, terutama untuk desain kamar tidur. Dengan penerapan ergonomi dan antropometri yang sesuai dengan standar yang telah ditetapkan, maka kedua hal ini akan menciptakan rasa nyaman dan memberikan rasa tenang bagi pengguna desain, sehingga pengguna desain akan mendapatkan kualitas tidur yang diharapkan.

2.11. Kajian Pustaka

Berikut akan di paparkan kajian pustaka penelitian skripsi yang berjudul Tinjauan Kenyamanan Fisik Pada Fasilitas Kamar Tidur Di Hotel Kapsul dengan Studi Kasus Hotel Shakti Capsule Bandung. Dan melakukan kajian dengan kasus-kasus yang terkait dengan penelitian yang diambil dari penelitian terdahulu.

- A. International Tourism Management oleh A.K. Bhatiya, buku ini dibuat untuk mengetahui bisnis perjalanan dan pariwisata, untuk menghadapi dunia yang semakin kompetitif. Melalui buku ini, diharapkan dapat membantu untuk mendapatkan pengertian mengenai kamar kapsul sebagai bahasan umum.
- B. Pengertian Kenyamanan Dalam Suatu Bangunan oleh Prasasto Satwiko, buku ini membahas mengenai permasalahan yang berkaitan dengan perasaan nyaman seseorang terhadap lingkungannya dalam suatu bangunan, dan apa saja faktor-faktor pendukung dari rasa nyaman dalam suatu ruang. Melalui buku ini, diharapkan dapat membantu dalam memahami sebuah kenyamanan fisik.
- C. Ergonomi Studi Gerak dan Waktu oleh Sritomo Wignjosoebroto, buku ini dibuat untuk mengetahui permasalahan yang berkaitan dengan masalah ergonomi yang terkait erat dengan kerja dalam hubungan sistem manusia, serta tata cara dan pengukuran kerja. Melalui buku ini, membantu penulis dalam mengartikan sebuah ergonomi dan penerapannya terhadap hotel kapsul.
- D. Dimensi Manusia dan Ruang Interior oleh Julius Panero dan Martin Zelnik, buku ini membahas mengenai antropometri, dibuat untuk mengetahui

pengukuran tubuh manusia, dan kecocokannya terhadap berbagai komponen ruang interior. Melalui buku ini, membantu dalam mengetahui ukuran manusia penerapannya terhadap hotel kapsul.