

BAB 1

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang Masalah

Gaya hidup adalah sebuah aktivitas, ketertarikan, bahasa dan pola perilaku lainnya yang sedang berkembang dalam sebuah kelompok. Carl McDaniel, Lamb & Hair (2008) menyatakan bahwa gaya hidup sebagai sebuah cara hidup (*made of living*) mengenai bagaimana seseorang akan menghidupi hidupnya. Gaya hidup bersifat dinamis dan akan selalu berubah-ubah sesuai dengan perkembangan zaman dan kelompok-kelompok masyarakat tertentu.

Kesehatan sudah menjadi sebuah gaya hidup yang mulai banyak dilakukan berbagai kalangan masyarakat. Gaya hidup sehat adalah sebuah pola aktivitas positif yang bertujuan menjaga kualitas tubuh. Faktor-faktor tersebut dapat meningkatkan kesehatan seseorang. Saat tingkat kesehatan seseorang meningkat, maka kualitas hidup akan meningkat.

Salah satu dari beberapa faktor yang menunjang gaya hidup sehat yang mulai banyak diminati masyarakat adalah aktivitas olahraga. Melihat berkembangnya gaya hidup ini, di kota-kota besar sudah banyak yang membuka fasilitas olahraga. Irvan, *owner* dan *founder BodyFit* mengatakan bahwa mulai banyak masyarakat yang melakukan olah raga didalam studio. Berolah raga dengan berkelompok dapat menjadi motivasi tersendiri. Ideal nya olahraga dilakukan selama 1 sampai 2 jam perhari. Selain olahraga, asupan makanan sehat yang memiliki gizi seimbang dan pengolahan yang baik juga menunjang tercapainya kualitas kesehatan yang baik.

Seperti telah diutarakan sebelumnya, di kota-kota besar sudah banyak dibangun pusat kebugaran yang beragam untuk menunjang kebutuhan aktivitas olahraga bagi masyarakat. Di Kota Bandung sendiri sudah banyak pusat kebugaran, namun sarana pusat kebugaran yang sudah ada belum memiliki fasilitas yang lengkap seperti fasilitas pendukung

gaya hidup sehat lainnya. Dari seluruh pusat kebugaran yang ada di Kota Bandung, kesemuanya dapat dibagi menjadi dua kategori utama, yaitu sarana olahraga *indoor* dan *outdoor*. Sementara sarana olahraga *indoor* digunakan untuk olahraga seperti *fitness*, yoga, zumba, *boxing* dan lainnya. Contoh beberapa pusat kebugaran di Kota Bandung yaitu Rai Fitness, Gold Gym, S Fitness, The Curve, Akhwat Gym dan masih banyak lainnya.

Dari sekian banyak sarana olah raga yang ada, hampir semuanya dapat digunakan oleh umum. Sementara S Fitness dan Akhwat Gym merupakan sarana olahraga *indoor* di Kota Bandung yang dibuat khusus untuk wanita. Ide dua tempat ini dengan mengerucutkan segmentasinya cukup baik, agar para perempuan yang ingin melakukan olahraga dapat melakukannya dengan leluasa dan nyaman, mengingat dalam melakukan gym biasanya berpakaian membentuk pas badan dan sedikit terbuka. Namun, fasilitas ruang yang kurang lengkap jika dibandingkan dengan pusat kebugaran lainnya dari mulai kelengkapan alat dan ketersediaan ruang menjadi kekurangan pusat kebugaran khusus wanita yang sudah ada. Pada kenyataannya, berdasarkan observasi secara langsung maupun tidak langsung, S Fitness dan Akhwat Gym hanya menyediakan beberapa studio olahraga yoga dan aerobik serta studio gym dengan beberapa alat gym yang jarak penyimpanan antar alatnya sangat dekat. Fasilitas yang disediakan ini tidak dapat menampung banyak orang untuk berolah raga bersama serta tidak adanya fasilitas pendukung seperti kolam renang dan café sehat. Selain itu pusat kebugaran khusus wanita yang sudah adapun kurang memperhatikan material yang di pakai pada area pusat kebugaran seperti :

Material pada lantai di setiap ruang olahraga memakai material yang sama dan tidak sesuai dengan standar material yang seharusnya digunakan untuk ruang olahraga. Pemilihan material yang kurang tepat ini dapat berakibat pada menurunnya konsentrasi dan kenyamanan saat berolahraga serta meningkatkan kemungkinan resiko cedera.

Ruang olah raga yang tidak terlalu besar dengan beberapa alat *fitness* yang disimpan saling berdekatan menimbulkan kesan sempit dan sesak dalam ruangan olahraga.

Penghawaan pada area gym pun masih terasa kurang baik sehingga dapat menurunkan konsentrasi disaat melakukan gym, karena secara umum suhu yang diperlukan didalam ruang untuk berolah raga yaitu 20-22 derajat Celcius. Selain itu, S Fitness juga tidak memiliki fasilitas penunjang gaya hidup lainnya seperti kolam renang dan café makanan sehat.

Dari pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa dari sekian banyak sarana olahraga yang ada di Kota Bandung, masih sedikit pusat kebugaran khusus untuk wanita yang dirancang dengan menjaga privasi perempuan agar tidak dapat terlihat lawan jenis. Sedangkan pusat kebugaran khusus perempuan yang sudah ada belum memiliki fasilitas olahraga yang lengkap. Selain fasilitas olahraga, pusat kebugaran yang sudah ada juga belum ada yang menyediakan fasilitas pendukung lainnya seperti kolam renang dan café makanan sehat yang menunjang gaya hidup sehat. Oleh karena itu, dibutuhkan perancangan sebuah pusat kebugaran khusus wanita yang dapat membuat perempuan dapat berolah raga dengan nyaman dan leluasa serta fasilitas pendukung lainnya dalam satu tempat.

I.2 Fokus Permasalahan

Dari pemaparan di atas, berkaitan dengan Perancangan Pusat Kebugaran Khusus Wanita di Kota Bandung, ditemukan beberapa masalah utama yang berkembang seiring dengan meningkatnya pelaku gaya hidup sehat terutama dengan cara berolahraga. Adapun beberapa permasalahan tersebut adalah sebagai berikut:

1. Keberadaan Tempat olahraga atau pusat kebugaran khusus wanita cukup penting untuk mendukung gaya hidup sehat dan juga agar wanita dapat berolahraga dengan nyaman dan leluasa tanpa adanya kehadiran lawan jenis mengingat biasanya wanita menggunakan

pakaian olahraga yang pas tubuh dan sedikit terbuka. Sehingga dibutuhkan fasilitas olah raga yang menjaga privasi nya.

2. Fasilitas olahraga yang lengkap dapat membuat perempuan melakukan bermacam-macam jenis olahraga tanpa harus mengunjungi sarana olahraga yang berbeda-beda. Sehingga dibutuhkan pengaturan *layout* yang tepat untuk beberapa jenis fasilitas ruang olahraga dan peralatan yang lengkap serta adanya fasilitas pendukung lainnya seperti kolam renang dan *mini café* sehat.
3. Pemilihan *Material furnishing interior* untuk pusat kebugaran sangat penting untuk keamanan pengguna fasilitas pusat kebugaran dan juga untuk menciptakan citra dan visual ruang yang diharapkan.
4. Memperlihatkan identitas dan citra wanita pada interior pusat kebugaran, mengingat pusat kebugaran ini dikhususkan untuk wanita.

I.3 Permasalahan Perancangan

Berdasar kepada fokus permasalahan, maka permasalahan perancangan ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana merancang pusat kebugaran khusus wanita yang dapat membuat wanita berolahraga dengan nyaman, leluasa dengan privasinya yang terjaga tanpa adanya lawan jenis dengan merancang *layout* ruang bagi pengunjung dan *owner*?
2. Bagaimana merancang pusat kebugaran khusus wanita yang memiliki fasilitas alat dan ruang olahraga yang lengkap dan memadai agar wanita dapat melakukan beragam jenis olahraga dan fasilitas pendukung lainnya disatu tempat yang sama?
3. Bagaimana merancang pusat kebugaran khusus wanita yang aman dan nyaman dengan memperhatikan material dan dapat memperlihatkan citra wanita?
4. Bagaimana merancang interior pusat kebugaran yang dapat memperlihatkan citra pusat kebugaran khusus wanita ?

I.4 Ide/Gagasan Perancangan

Ide gagasan pada perancangan ini yaitu mengambil dari sifat wanita *feminim* yang dimana ciri dari *feminim* ini memiliki arti kewanitaan atau menunjukkan sifat perempuan. Maka sifat *feminim* akan di terapkan pada perancangan interior pusat kebugaran khusus wanita ini yang diperkuat dengan warna-warna feminim agar pusat kebugaran ini terlihat hanya untuk perempuan saja mengingat pusat kebugaran ini dikhususkan untuk perempuan yang gemar dalam berolah raga.

Dalam perancangan pusat kebugaran khusus wanita di Kota Bandung ini selain fasilitas olahraga sebagai fasilitas utama, akan dirancang juga fasilitas pendukung gaya hidup sehat untuk memenuhi kebutuhan dalam berolah raga seperti :

1. sauna, yang didesain menggunakan kayu untuk menyerap panas dan memiliki pemanas ruangan.
2. *café* yang menyediakan menu makanan sehat, dan
3. *sport shop* yang menjual asesoris olahraga, pakaian olahraga dan kelengkapan olahraga lainnya.
4. *Kolam renang*
5. *Café sehat*

Beberapa fasilitas ini selain menjadi fasilitas rekreasi pengunjung disela kegiatan olah raga juga menjadi fasilitas pendukung dalam memaksimalkan upaya gaya hidup sehat para pengunjung. Sama seperti fasilitas olahraga utama, beberapa fasilitas pendukung ini juga akan diperuntukkan khusus perempuan. Selain itu pusat kebugaran ini dilengkapi dengan beberapa fasilitas lain, diantaranya:

1. ruang kantor pengelola,
2. ruang karyawan,
3. *pantry*,
4. musholla,

5. toilet,
6. area menjemur peralatan olahraga,
7. *lobby*,
8. gudang,
9. ruang tunggu bagi penjemput pengunjung

Semua fasilitas pendukung ini dirancang untuk melancarkan operasional dan mengefektifkan kegiatan yang berlangsung di pusat kebugaran ini.

I.5 Maksud dan Manfaat Perancangan

I.5.1 Maksud dan Manfaat Perancangan

Maksud dari perancangan pusat kebugaran khusus wanita di Kota Bandung ini adalah sebagai tempat yang memiliki fasilitas yang menunjang gaya hidup sehat bagi wanita seperti tempat olah raga, sauna, tempat perawatan kecantikan, toko peralatan dan atribut olahraga serta *café* yang menyediakan makanan sehat.

I.5.2 Manfaat Perancangan

Adapun manfaat dari perancangan pusat kebugaran khusus wanita ini adalah:

1. Memberikan fasilitas olahraga lengkap bagi wanita yang ingin dan gemar berolah raga, dengan tanpa adanya kehadiran lawan jenis, untuk mewujudkan upaya gaya hidup sehat.
2. Menyediakan beragam fasilitas pendukung untuk mewujudkan gaya hidup sehat yang juga dapat dijadikan tempat rekreasi pengunjung disela kegiatan olahraga.