

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang Masalah

Gaya hidup sehat memberikan peranan yang penting dalam meningkatkan kesehatan setiap individu. Gaya hidup adalah perilaku dan aktivitas yang berhubungan dengan upaya mempertahankan dan meningkatkan kesehatan sehingga mempengaruhi tingkat kebugaran jasmani seseorang. Seiring perkembangannya, Olahraga merupakan sebuah tren untuk masyarakat sebagai penguat pergaulan, juga merupakan sebuah gaya hidup bagi manusia yang menjadi sebuah kebutuhan dasar untuk tetap fit dan sehat dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Karena rutinitas dan gaya hidup saat ini tidak mengenal waktu untuk bekerja, sehingga mengabaikan pola hidup sehat. Akibatnya dapat mudah terserang penyakit.

Dalam jurnal *Olahraga Futsal Sebagai Gaya Hidup Masyarakat Sragen*, Hanif Prabowo, Sugiyanto, Muchsin Doewes (2019) menyatakan bahwa Olahraga atau rekreasi merupakan kebutuhan dasar bagi setiap manusia untuk mencapai kesejahteraan hidup seluruh umat manusia (seluruh golongan, ras, suku, usia dan jenis kelamin). Rekreasi dengan segala bentuk aktivitasnya yang bersifat rekreatif sehingga dapat mengembalikan keadaan pikiran dan tubuh menjadi lebih baik dari yang sebelumnya merasakan stress dari pekerjaan sehari-hari yang dapat menyebabkan jenuh dan lelah. Aktivitas rekreasi dapat dilakukan sendiri atau bersama teman, keluarga, atau kelompok. Tujuannya adalah untuk mengisi waktu dengan hal-hal yang memberikan kegembiraan dan relaksasi, serta meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan. Rekreasi memiliki peran penting dalam menjaga keseimbangan antara bekerja dan beristirahat, serta membantu menjaga kesehatan fisik dan mental. Melalui kegiatan rekreasi, individu dapat mengisi energi, mengurangi stres, memperbaiki suasana hati, dan mengembangkan kreativitas. Ini juga memberikan kesempatan untuk menjelajahi minat dan hobi baru, serta memperluas pengetahuan dan pengalaman di berbagai bidang.

Contoh rekreasi adalah berpiknik bersama teman dan mengobrol ringan. Rekreasi tersebut dilakukan pada saat waktu luang atau senggang. Namun, saat ini, banyak orang menggunakan waktu luang untuk kegiatan olahraga. Hal inilah yang menjadikan olahraga sebagai tren atau gaya hidup masyarakat dan menjadi kebutuhan pokok dalam hidupnya. Namun, tidak dipungkiri, tren tersebut juga dimulai karena banyak orang yang merasa mereka tetap bisa mengobrol ringan atau berdiskusi sembari berolahraga, sebab mengobrol atau bersosialisasi juga merupakan salah satu rekreasi yang sangat umum ditemukan di kalangan masyarakat. Masyarakat juga merasa berolahraga sambil berekreasi akan membuat sisi psikologi mereka tenang, karena waktu yang digunakan tetap menjadi produktif namun tetap menyenangkan dan tetap bisa bertemu dengan banyak orang.

Gaya hidup sehat dengan berolahraga menjadi kegiatan yang menarik minat masyarakat, termasuk masyarakat Tangerang. Olahraga yang dilakukan oleh masyarakat Tangerang kebanyakan merupakan olahraga dengan jenis rekreasi. Rekreasi yang dimaksudkan di sini berupa olahraga ringan, dengan tujuan penggunaannya yaitu masyarakat Tangerang bisa sambil bertemu dan bercengkrama dengan kerabat atau kenalannya. Fenomena ini juga sejalan dengan pernyataan Wakil Walikota Tangsel Pilar Saga Ichsan pada Forum Bisnis Daerah (FORSBIDA), ia mengatakan bahwa masyarakat sudah sangat menyadari betapa pentingnya olahraga yang kini telah menjadi sebuah gaya hidup. Sebagai kota terbesar di Provinsi Banten dan kota yang berbatasan langsung dengan ibukota DKI Jakarta, Tangerang sarat dengan kehidupan modern, dapat dilihat dari masyarakatnya yang memiliki mobilitas tinggi, gaya hidup serba cepat, dan dominasi masyarakat dalam menggunakan teknologi komunikasi. Tidak hanya itu, tidak dapat dipungkiri bahwa pendidikan formal terstruktur berperan dominan dalam membentuk perilaku manusia. Seseorang atau sekelompok orang dapat dikatakan modern, biasanya ketika kelompok masyarakat tersebut memiliki gaya hidup yang ditandai dengan “saling menghargai, beretika dan berbudaya”.

Dalam buku berjudul Sinkronisasi Program dan Pembiayaan Pembangunan Jangka Pendek 2018-2020 Keterpaduan Pengembangan Kawasan dengan

Infrastruktur PUPR Pulau Jawa yang disusun oleh Sosilawati, ST., MT., Amelia Handayani, ST., MSc., dkk (2016:114) memaparkan bahwa Kota Tangerang merupakan kota terbesar ketiga di kawasan Jabodetabek setelah Jakarta dan Bekasi. Kota Tangerang juga merupakan pusat industri manufaktur di Pulau Jawa. Maka hal tersebut menjadikan sebagian besar penduduk Kota Tangerang berprofesi yang bergerak di dalam bidang perindustrian. Seperti dalam buku *Gaya Kepemimpinan & Kinerja Organisasi* yang disusun oleh Zaharuddin, Supriyad, Sri Wahyuningsih (2021:4), dimana sebagian besar penduduk Kota Tangerang bermata pencaharian di Sektor Industri 30,50%, perdagangan 25,62% dan sektor jasa 20,06%. Selain itu, dalam buku tersebut menyebutkan bahwa industri merupakan sumber ekonomi terpenting di Kota Tangerang sebesar 58,45%, disusul oleh dunia usaha, hotel dan restoran. Kedua sektor tersebut mendominasi hampir 85% kegiatan ekonomi, sehingga sebagian besar penduduk Kota Tangerang bekerja di sektor industri.

Pemerintah Tangerang telah menyediakan berbagai macam fasilitas olahraga. Kepala Bidang Olahraga Dinas Pemuda dan Olahraga, Agus Prasetyo (07/09) mengatakan bahwa terdapat fasilitas olahraga yang disediakan berupa GOR di 20 tempat yang tersebar di seluruh kecamatan, 9 lokasi Stadion mini, 57 lokasi lapangan futsal. Fasilitas tersebut disediakan berdasarkan kebutuhan tiap cabang olahraga. Berdasarkan data tersebut maka dapat disimpulkan bahwa Tangerang sudah memiliki fasilitas untuk setiap cabang olahraga, tetapi belum adanya satu fasilitas yang memiliki fasilitas beberapa cabang olahraga serta fasilitas olahraga dengan rekreasi.

Maka dengan adanya fasilitas *Sport, Cafe and Lounge* di Tangerang diharapkan dapat membantu untuk memfasilitasi kebutuhan masyarakat terhadap gaya hidup sehat dan trend berolahraga. Adapun sarana olahraga yang direncanakan pada Sport diantaranya yaitu bulu tangkis, bola voli, bola basket, futsal, tenis lapangan, dan *gym*. Sarana tersebut diberikan untuk memfasilitasi masyarakat Tangerang agar dapat tetap berolahraga. Selain sarana olahraga, *Sport, Cafe and Lounge* memiliki fasilitas lain yang bersifat rekreasi seperti *Cafe and Lounge*, tribun penonton, edukasi umum olahraga, dan sit area atau ruangan untuk menyaksikan pertandingan olahraga secara online. Sedangkan sarana

rekreasi ini diberikan untuk memfasilitasi masyarakat Tangerang yang ingin mencari teman mengobrol, bercengkrama bersama kerabat atau kenalan, atau sekadar berkumpul bersama teman sebaya.

Selain itu, gaya pada interior menggunakan minim dekorasi dan furnitur yang fungsional dengan pengayaan yang futuristik. Hal ini berdasar pada data yang ada, di mana Tangerang merupakan salah satu pusat industri yang kemajuannya datang terus menerus. Masyarakatnya pun terbiasa dengan kecepatan perkembangan di Tangerang. Oleh karenanya, pengayaan futuristik yang mencirikan kebaruan dan masa depan tentunya cocok dengan kehidupan masyarakat Tangerang. Pula, dengan hal tersebut menjadikan ruangan pada *Sport, Cafe and Lounge* memiliki sirkulasi ruang yang baik mengingat banyaknya aktivitas pada ruangan tersebut.

I.2 Fokus Permasalahan

1. *Sport, Cafe and Lounge* merupakan fasilitas penyedia kebutuhan untuk berolahraga dan rekreasi.
2. Trend dan kebiasaan masyarakat Kabupaten Tangerang membutuhkan fasilitas olahraga dan rekreasi.
3. Dibutuhkannya standar ergonomi keamanan dan kenyamanan untuk perancangan sarana bulu tangkis, bola voli, bola basket, futsal, tenis lapangan, *gym*, dan *cafe lounge*.
4. Dibutuhkannya perancangan fasilitas olahraga dengan gabungan antara beberapa cabang olahraga dan rekreasi yang dilakukan.

I.3 Permasalahan Perancangan

1. Bagaimana merancang fasilitas *Sport, Cafe and Lounge* untuk berolahraga dan rekreasi.
2. Bagaimana merancang fasilitas olahraga sekaligus rekreasi untuk mewadahi kebutuhan masyarakat Kabupaten Tangerang terhadap tren gaya hidup sehat.

3. Bagaimana merancang *Sport, Cafe and Lounge* dengan standar ergonomi material, pencahayaan, warna dan keamanan pada arena bulu tangkis, bola voli, bola basket, futsal, tenis lapangan, *gym*, dan *cafe lounge*.
4. Bagaimana perancangan fasilitas *Sport, Cafe and Lounge* bisa mencerminkan kebiasaan dan ciri Kabupaten Tangerang sebagai pusat industri dengan menggunakan pengayaan futuristik.

I.4 Ide/Gagasan Perancangan

1. Mewadahi minat masyarakat yang berminat terhadap tren gaya hidup sehat dalam rekreasinya.
2. Merancang fasilitas olahraga dan rekreasi dengan berbagai cabang olahraga melalui lapangan multifungsi dengan pengayaan yang mencirikan khas Kabupaten Tangerang sebagai pusat industri.
3. Menggunakan material, pencahayaan, warna dan keamanan pada arena olahraga agar sesuai standar ergonomi sehingga fasilitas yang disediakan aman dan nyaman.

I.5 Maksud dan Tujuan Perancangan

1. Menyediakan fasilitas olahraga dan rekreasi untuk mewadahi minat masyarakat terhadap trend gaya hidup sehat.
2. Menciptakan fasilitas olahraga yang aman dan nyaman sesuai standar ergonomi sehingga sesuai dengan kebutuhan penggunaanya dengan kebaruan menggunakan pengayaan futuristik.