DAFTAR ISI

JUDUL **HALAMAN**

LEMBAR PENGESAHAN **i**

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA **ii**

LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI **iii**

LEMBAR DATA RIWAYAT HIDUP **iv**

DAFTAR ISI **vi**

DAFTAR GAMBAR **xi**

DAFTAR TABEL **xv**

KATA PENGANTAR **xvi**

ABSTRAK **xvii**

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang……... 1

1.2 Fokus Permasalahan…… 5

1.3 Permasalahan Perancangan……... 5

1.4 Ide/Gagasan Perancangan……. 6

1.5 Maksud Dan Tujuan Perancangan……. 8

1.5.1 Maksud Perancangan……... 8

1.5.2 Tujuan Perancangan…….. 8

BAB II TINJAUAN PERANCANGAN INTERIOR INDOBARIAN *HEALTHY CLUB* DI BANDUNG

2.1 Indobarian…… 10

2.1.1 Pengertian Indobarian (*Indonesian Bar Training*)…… 10

2.1.2 Tiga Elemen Indobarian……... 11

2.1.3 Program Latihan Gerakan Indobarian…… 12

2.1.4 Gerakan Non Alat Indobarian…… 14

2.1.5 Gerakan Alat Indobarian…… 17

2.2 *Street Workout*…… 24

2.2.1 Pengertian *Street Workout*…… 24

2.2.2 Karakteristik *Street Workout*…… 27

2.3 *Calisthenic Workout*…… 27

2.3.1 Pengertian *Calisthenics Workout*…… 27

2.3.2 Gerakan-Gerakan Dasar *Calisthenics*……... 30

2.4 Studi Antropometri…….. 33

2.4.1 Pengertian Antropometri…….. 33

2.4.2 Antropometri Interior Indobarian *Healthy Club*…….. 33

2.5 Studi Literatur Konsep Penggayaan……... 43

2.5.1 Pengertian Gaya *Natural*……... 43

2.5.2 Karakteristik Gaya *Natural*…….. 44

2.5.3 Pengertian Gaya *Rustic*…….. 44

2.5.4 Karakteristik Gaya *Rustic*…….. 45

2.6 Studi Banding Dan Survey Lokasi Denah…..…….. 46

2.6.1 Studi Banding Area Glora Bung Karno…..……..……..... 46

2.6.2 Studi Banding Area Latihan Depan Menara BCA (Bundaran HI). 47

2.6.3 Studi Banding Fasilitas Sejenis…….. 49

2.6.4 Survey Lokasi Denah……..…… 51

BAB III KONSEP PERENCANAAN INTERIOR INDOBARIAN *HEALTHY CLUB* DI BANDUNG

3.1 Deskripsi Proyek…….. 55

3.2 Denah *Site Plan*…… 56

3.3 Data dan Karakteristik *User*…… 57

3.4 Tabel Aktivitas dan Fasilitas…….. 59

3.5 Struktur Organisasi…… 62

3.6 Alur Sirkulasi…… 63

3.6.1 Alur Sirkulasi Pengelola.…….…….…….…… 63

3.6.2. Alur Sirkulasi Pengunjung Lama…… 64

3.6.3. Alur Sirkulasi Pengunjung Baru…… 65

3.7 Program Kedekatan Antar Ruang…… 66

3.8 Zoning dan Blocking…… 67

3.8.1 Denah Zoning……. 67

3.8.2 Denah Blocking…… 69

3.9 Studi Image…….. 71

3.9.1 *Rubber Floor*…….. 71

3.9.2 *Mattres*……... 73

BAB IV KONSEP PERANCANGAN INTERIOR INDOBARIAN *HEALTHY CLUB* DI BANDUNG

4.1 Deskripsi Tema Dan Konsep Perancangan…….. 74

4.1.1 Tema Perancangan……. 74

4.1.2 Konsep Perancangan……. 75

4.1.3 Konsep Bentuk……. 75

4.1.4 Konsep Penggayaan……. 76

4.2 Implementasi Konsep Perancangan…….. 76

4.2.1 *Layout Furniture*……... 76

4.2.2 *Floor Plan*…….. 78

4.2.3 *Ceiling Plan*……... 79

4.2.4 *WayFinding System*…… 79

4.2.5 *Material* …… 82

4.2.6 Warna……. 84

4.2.7 Bentuk Dan Desain *Furniture*…….. 85

4.3 Teknis Penghawaan…… 86

4.3.1 Teknis Pencahayaan…….……..…….. 87

4.3.2 Teknis Pengamanan……. 88

DAFTAR PUSTAKA **xviii**