

# Desain Fasilitas Ruang *Fitness* untuk Penderita Obesitas

Ibrahim Abdul Wahid <sup>1</sup>, Dhini Dewiyanti Tantarto <sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Teknik Arsitektur, Fakultas Teknik dan Ilmu Komputer, Universitas Komputer Indonesia

Email korespondensi: Ibrahim.10418013@mahasiswa.unikom.ac.id

---

## Abstrak

Pusat kebugaran merupakan fasilitas yang semakin dibutuhkan dalam mendukung kegiatan berolahraga hal ini disebabkan karena semakin banyak penderita obesitas yang semakin meningkat dalam kurung waktu tertentu. Adanya pola gizi yang buruk juga mempengaruhi peningkatan jumlah obesitas dikarenakan kurangnya kesadaran masyarakat akan kesehatan dan pola hidup yang baik, banyaknya bangunan fasilitas kebugaran yang semakin bertambah, beberapa fasilitas kebugaran tidak didesain dengan mengutamakan kebutuhan standarisasi pengguna obesitas. Melalui pengumpulan data dilakukan berdasarkan studi empiris dan wawancara. Tujuan dari penelitian ini mengurangi dan mendukung program berkelanjutan yang terfokus pada orang obesitas dengan memberikan fasilitas desain ruang *fitness* yang dapat memfasilitasi kebutuhan dari standarisasi bagi penderita obesitas.

**Kata-kunci** : obesitas, ruang, kebugaran, fasilitas kebugaran, desain ruang *fitness*

---

## Pengantar

Penyandang obesitas semakin meningkat. Berdasarkan prevelansi data dari BPS Kota Bandung bahwa jumlah penderita obesitas semakin tahun makin meningkat dan sumber KKRI bahwa penderita obesitas semakin dua kali lipat dari jumlahnya. Peningkatan ini terjadi dikarenakan pola konsumsi masyarakat yang meningkat akan hidangan yang mengandung glukosa (gula). Meningkatnya jumlah obesitas tentunya hal ini mendukung perkembangan sarana kebugaran, akan tetapi fasilitas tersebut hanya untuk memfasilitasi secara umum belum secara spesifik untuk penderita obesitas.

Rancangan desain ruang *fitness* yang kondusif dan nyaman untuk penderita obesitas sangat dibutuhkan bertujuan untuk menyesuaikan standarisasi penderita obesitas dan memberikan pelayanan program berkelanjutan yang dibutuhkan bagi penderita obesitas. Hal ini dapat mempengaruhi ruang gerak dan kenyamanan secara mental dan penggunaan ruang dengan mementingkan aspek pemilihan warna dan material, penataan *layout*, penempatan alat dan akses yang mudah terjangkau sehingga dapat memberikan dampak yang baik bagi penderita obesitas.

## Data

Lingkungan pada area *site* perancangan fasilitas ruang merupakan kawasan yang hijau dan terbuka dengan tingkatan kebisingan pada waktu tertentu, area sekitar didominasi dengan kawasan komersil dan bangunan pendukung pada sektor Kawasan Batununggal, terdapat 2 lajur jalan sebagai akses kendaraan dengan permukaan jalan yang datar dan kondisi *existing* yang strategis, pada sisi kanan

kiri kawasan dilengkapi dengan akses pedestrian dan penataan utilitas tercukupi, dengan pelengkap



vegetasi pada setiap lajur jalan sebagai penyejuk kawasan. Gambar 1 memperlihatkan lokasi *site*.

**Gambar 1.** Lokasi *Site*.

Lokasi perancangan berada di Jalan Batununggal Indah Raya, Kec. Batununggal, Kel. Bandung, Jawa Barat. Rancangan ruang merupakan bagian dari perancangan bangunan fasilitas kebugaran bagi penyandang obesitas yang difungsikan sebagai fasilitas yang mendukung program kesehatan dan kebugaran yang berkelanjutan bagi penderita obesitas. Gambar 2 menampilkan kondisi tapak pada Kawasan Batununggal.



**Gambar 2.** Kondisi Tapak

Berdasarkan kesimpulan analisis tapak tersebut disimpulkan bahwa, kawasan lingkungan area tapak mendukung sebagai sarana fasilitas ruang *fitness* bagi penderita obesitas. Maka hal tersebut diharapkan dapat memfasilitasi kebugaran bagi obesitas secara kondusif. Pentingnya suatu fasilitas kebugaran yang dapat mengurangi tingkat obesitas yang setiap tahunnya meningkat khususnya di Kota Bandung seperti dapat dilihat pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Prevalensi Obesitas Penduduk Kota Bandung

| Jenis Kelamin | 2013  | 2016  | 2017  | 2018   |
|---------------|-------|-------|-------|--------|
| Laki-laki     | 19,60 | 24,00 | 15,60 | 64,27  |
| Perempuan     | 32,90 | 41,60 | 52,73 | 188,35 |

Meningkatnya jumlah obesitas setiap tahun berhubungan dengan meningkatnya jumlah obesitas di kalangan usia muda. Mengingat bahwa kalangan usia muda mulai mengalami pergeseran pola konsumsi, dari makanan tradisional menjadi makanan siap saji dengan olahan yang mengandung gula dan lemak, oleh karena itu pentingnya fasilitas *fitness* yang menunjang perkembangan dan menurunkan angka Obesitas yang semakin tahun terjadi kenaikan. Pada Gambar 3 dijabarkan prevalensi usia obesitas berdasarkan usia.



**Gambar 3.** Prevalensi Usia Obesitas

Berdasarkan Gambar 3, prevalensi usia obesitas di atas maka dapat dilihat bahwa perancangan desain fasilitas ruang *fitness* harus meninjau pemilihan suasana ruang yang netral, pemilihan warna, *layout* dan fungsi ruang yang bisa digunakan oleh semua usia. Dengan mementingkan aspek usia dalam perancangan bangunan fasilitas untuk penderita obesitas.

### Isu



**Gambar 4.** Isu Obesitas

Dengan mengangkat isu tentang penderita obesitas yang tertuang dalam Gambar 4 diatas, maka penerapan ke dalam desain merupakan pertimbangan atas isu yang terjadi. Fasilitas ruang bagi penyandang obesitas berkaitan dengan pemilihan warna, *layouting* ruang, fungsi akan ruangan yang memberikan kesan luas. Adapun tujuannya untuk mendapatkan keefektifan dalam berlatih dan bergerak, memberikan rasa semangat dan kenyamanan akan *ambience* yang dihasilkan dari penerapan material sampai pemilihan warna pada ruang *fitness*. Pemilihan dan penataan desain ruang *fitness* diterapkan dengan penggunaan material kaca dan warna yang menarik, hal tersebut dapat memberikan keefektifan dan memaksimalkan pelatihan orang obesitas (Ongko, 2017), pemilihan warna memberikan kesan yang baik terhadap *mood*, satu warna suatu warna memberikan dampak yang bermakna *positif* dan *negative* (Elliot et al., 2015), peletakan alat *fitness* juga mempengaruhi desain ruangan, penempatan alat harus sesuai dengan *process layout* / prosedur pelatihan guna untuk melancarkan sirkulasi dan mencegah terjadinya penumpukan atau pmdatan pada alat tertentu dan area tersebut.

### Tujuan Perancangan

Adapun tujuannya untuk memberikan hasil perancangan desain fasilitas ruang *fitness* bagi penderita obesitas yang menciptakan rasa nyaman sehingga dapat memaksimalkan target pelatihan, menstimulasi semangat dalam berlatih dan mengikuti program, memfungsikan ruang sehingga dapat digunakan dengan baik dan adanya fleksibilitas bagi penggunaan ruang *fitness*.

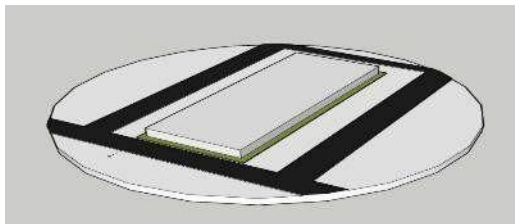
### Kriteria

Kriteria dalam penerapan yang difokuskan dalam rancangan desain ruang *fitness* bagi penderita Obesitas, meliputi : pemilihan warna, peletakan alat *fitness*, material, dan penghawaan. Berikut ini merupakan penyajian kriteria yang menjelaskan pengaplikasian ke dalam desain ruang *fitness*, sebagai berikut:

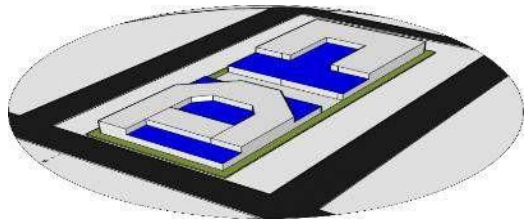
1. Warna. Warna dapat mempengaruhi suasana perasaan seseorang, setiap warna memiliki perbedaan dalam efek warna yang diaplikasikan (Paper, 2007).
2. Peletakan Alat *Fitness*. Peletakan mesin menyesuaikan terhadap respon tubuh dan kegiatan (Palupi et al., 2019).
3. Material. Pemilihan material berdasarkan dengan kebutuhan dan penggunaan yang tidak menimbulkan cedera dan menyesuaikan terhadap interior ruangan.
4. Penghawaan. Bukaan dapat mengikuti tata letak arah mata angin hal tersebut lebih efektif dalam penghawaan didalam ruangan (Soukotta & Sukardi, 2021).
5. *Wayfinding*. Tampilan *signedge* merupakan hal yang harus tersedia pada bangunan olahraga, penerapan material, pemilihan warna juga bisa menjadi titik acuan yang mengarahkan pengguna untuk mengetahui suatu fungsi ruangan dengan baik (Azis et al., 2021). Hal ini bisa menjadi elemen arsitektur yang baik sehingga menjadikan ruangan yang lebih komunikatif (Mardian & Aditya, 2022).
6. Bentuk ruang. Bentuk suatu fasilitas dapat dipengaruhi oleh hasil data yang didapatkan dan sesuai dengan kebutuhan yang akan mempengaruhi visual, massa ruang, dan visualisasi dalam bentuk 3D (Nugraha & Astuti, 2021).

### Konsep

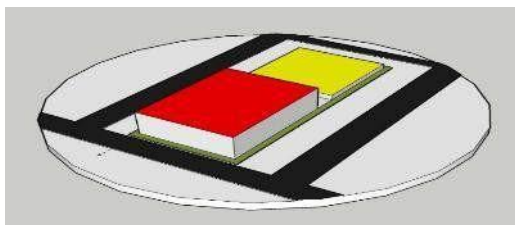
Penerapan konsep ruang dirancang dengan konsep *flexibility movement* memberikan dampak fleksibilitas dan multifungsional akan suatu ruang, penerapan konsep ini berlandaskan atas kebutuhan suatu ruangan yang dapat menyesuaikan daya gerak dan proporsional dari penderita obesitas. Ruang dapat di adjust dalam kegiatan tertentu sesuai dengan jenis kegiatan (Asri & Natalia, 2021). Gambar 5, Gambar 6, Gambar 7, dan Gambar 8 menampilkan penjelasan bagaimana proses terbentuknya massa bangunan.



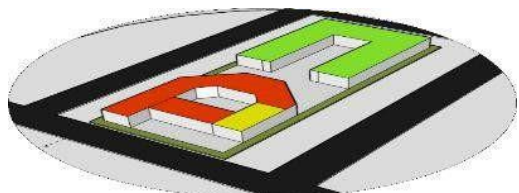
**Gambar 5.** Bentuk Massa Bentuk Massa Menyesuaikan Terhadap Pola *Site* di Kawasan.



**Gambar 6.** Subtraktif dan Adiktif Penyesuaian Terhadap Pembentukan Massa untuk Mendapatkan Bentuk Secara Arsitektural dan Fungsional.

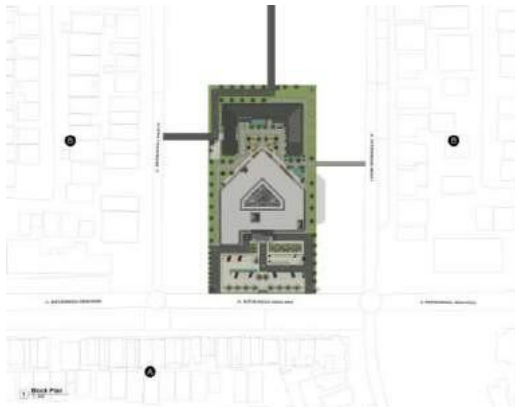


**Gambar 7.** Pembagian Berdasarkan Fungsi Umum Massa Bangunan Dibagi Berdasarkan Fungsi Komersil dan Fungsi Secara Umum dan Privat.



**Gambar 8.** Pengelompokan Pembagian Zona Berdasarkan Fungsi dan Kebutuhan.

## Hasil Rancangan



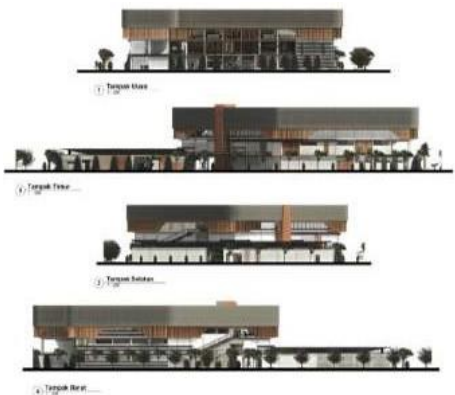
**Gambar 9.** *Block Plan*



**Gambar 10.** Potongan Bangunan



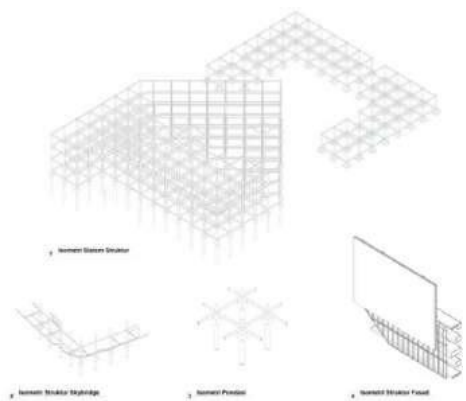
**Gambar 11.** *Site Plan*



**Gambar 12.** Tampak



**Gambar 13.** Denah *Fitness*



**Gambar 14.** Struktur





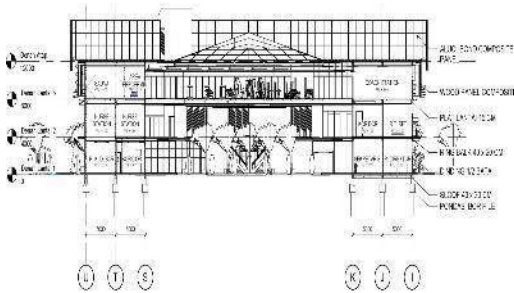
**Gambar 15.** 3D Denah Lantai 1



**Gambar 17.** 3D Denah Lantai 2



**Gambar 19.** 3D Denah Lantai 3



**Gambar 21.** Potongan Ruang *Fitness*



**Gambar 16.** Suasana Interior Ruangan *Fitness*



**Gambar 18.** Suasana Warna Ruangan



**Gambar 20.** Suasana Warna Ruangan



**Gambar 22.** Isometri Bangunan Kebugaran Obesitas

## **Kesimpulan**

Pengembangan fasilitas kebugaran untuk obesitas dan perancangan desain yang menyesuaikan sesuai standarisasi penderita obesitas, memiliki peran penting dalam mengurangi jumlah kasus penderita obesitas, penyesuaian terhadap lokasi dan wilayah dapat memberikan dampak yang baik bagi pengguna, menilai aspek kepentingan kebugaran yang dipadukan dengan kesehatan sehingga menciptakan fasilitas ruangan yang nyaman bagi penderita obesitas.

## Daftar Pustaka

- Asri, R. C., & Natalia, T. W. (2021). *Kriteria Ruang Ramah Anak Penyandang Down Syndrome*. D135–D144. <https://doi.org/10.32315/ti.9.d135>
- Azis, F. A., Dewiyanti, D., & Imaniar, L. N. (2021). Studi Penerapan Wayfinding Pada Arsitektur. *2*(September), 69–77.
- Elliot, A. J., Fairchild, M. D., & Franklin, A. (2015). Handbook of Color Psychology. *Handbook of Color Psychology*. <https://doi.org/10.1017/cbo9781107337930>
- Mardian, A., & Aditya, N. C. (2022). *Perancangan Pusat Seni Budaya Jawa Barat Di Kota Bandung*. *3*(September), 56–62.
- Nugraha, A., & Astuti, S. (2021). Penerapan Neo Vernacular Terhadap Bentuk Massa Bangunan Hotel Di Kawasan Wisata Mandeh. *2*(1), 6–11.
- Ongko, C. (2017). Perancangan Interior One Stop Fitness di Surabaya. *Intra*, *5*(2), 790–797.
- Palupi, F. R., Sn, S., & Ds, M. (2019). Perancangan Interior Pusat Kebugaran dan Kesehatan , Kota Bandung Interior Design of Fitness and Wellness Center , Bandung. *6*(3), 4310–4319.
- Paper, C. P. (2007). *Example Student Research Paper Color Psychology Paper*.
- Soukotta, G. E., & Sukardi, R. R. (2021). Penghawaan Alami Terhadap Bangunan Pasar. *2*(September), 63–68.