

**PERANCANGAN *WELLNESS CENER* DENGAN PENDEKATAN  
*SALUTOGENIC ARCHITECTURE* DI KABUPATEN BOGOR**

**(Skripsi)**

**Oleh**

**SARAH FITRIYAH**

**NPM 1955012004**



**FAKULTAS TEKNIK  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG  
2023**

## ABSTRAK

### PERANCANGAN *WELLNESS CENTER* DENGAN PENDEKATAN *SALUTOGENIC ARCHITECTURE* DI KABUPATEN BOGOR

Oleh :

**Sarah Fitriyah**

Ibu kota Indonesia yaitu Jakarta memiliki tingkat stress yang tinggi dengan berada di urutan kesembilan sebagai kota dengan tingkat stress tertinggi di dunia. Permasalahan tersebut memicu banyak permasalahan urban yang baru seperti masalah kesehatan psikologis masyarakat perkotaan yaitu depresi atau stress. Berdasarkan hasil tersebut salah satu penerapan yang dapat mengurangi bahkan mengontrol stress yaitu dengan mewujudkan bangunan *Wellness Center* yang merupakan pusat penyembuhan atau pemulihan gejala stress dan gangguan kecemasan yang dapat digunakan sebagai tempat pelarian dari berbagai masalah di perkotaan dengan pendekatan *Salutogenic Architecture* yang berfokus pada bagaimana desain ruang dapat mendorong kesehatan mental dan kesejahteraan orang di dalamnya. Metode pada penelitian ini menggunakan metode analisis. Metode analisis dilakukan untuk mengetahui keadaan yang sebenarnya terkait perancangan *Wellness Center*. Berdasarkan hasil analisis dan konsep perancangan *Wellness Center* dengan pendekatan *Salutogenic Architecture* dapat disimpulkan bahwa perancangan yang berlokasi di Kabupaten Bogor ini bertujuan untuk menciptakan pusat kesehatan yang berfokus ke jiwa, raga, dan pikiran, agar dapat terhindar dari stress, sehingga dapat mencegah gangguan jiwa dan mental, mengurangi efek negatif dari stressnya perkotaan, meningkatkan produktivitas dan menjaga kesehatan.

Kata Kunci : **Stress, Jakarta, *Wellness Center*, *Salutogenic Architecture***

**PERANCANGAN *WELLNESS CENER* DENGAN PENDEKATAN  
*SALUTOGENIC ARCHITECTURE* DI KABUPATEN BOGOR**

**Oleh**

**SARAH FITRIYAH**

**Skripsi**

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar  
SARJANA TEKNIK**

**Pada**

**Jurusan Arsitektur  
Fakultas Teknik Universitas Lampung**



**FAKULTAS TEKNIK  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG  
2023**

Judul Skripsi : **PERANCANGAN WELLNESS CENTER DENGAN  
PENDEKATAN SALUTOGENIC ARCHITECTURE  
DI KABUPATEN BOGOR**

Nama Mahasiswa : **SARAH FITRIYAH**

No. Pokok Mahasiwa : 1955012004

Program Studi : S1 Arsitektur

Jurusan : Arsitektur

Fakultas : Teknik

**MENYETUJUI**

Pembimbing I

Pembimbing II

**MM. Hizbullah Sesunan, S. T., M.T.**

**Dini Agumsari, S. Ars., M.R.K.**

NIP. 198108232008121001

NIP. 199403192022032016

**MENGETAHUI**

Ketua Jurusan Arsitektur

**Ir. Agung Cahyo Nugroho, S.T., M.T.**

NIP. 197603022006041002

## MENGESAHKAN

## 1. Tim Penguji

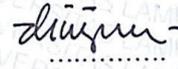
Pembimbing : MM.Hizbullah Sesunan, S. T., M.T.

NIP. 198108232008121001



Sekretaris : Dini Agumsari., S. Ars., M.R.K.

NIP. 198108232008121001



Penguji : Ir. Agung Cahyo Nugroho, S.T., M.T.

NIP. 197603022006041002



## 2. Dekan Fakultas Teknik Universitas Lampung



Dr. Eng. Helmy Fitriawan, S.T., M.Sc. ✓

NIP. 19750928200112 1 002

Tanggal Lulus Ujian : 12 Oktober 2023

## RIWAYAT HIDUP

SARAH FITRIYAH, lahir di Jakarta Timur pada tanggal 15 Desember 2001, adalah anak kedua dari pasangan suami istri Bapak Teguh Ismoyo dan Ibu Eva Trisna yang merupakan anak tengah dari tiga bersaudara.

Pendidikan yang telah ditempuh adalah sebagai berikut :

1. TK Nurjihad, Kabupaten Bogor, Jawa Barat, 2005.
2. TK Islam Duta Ilmu, Kabupaten Bogor, Jawa Barat, 2006.
3. SD Muhammadiyah 1 Cileungsi, Kabupaten Bogor, Jawa Barat, 2013.
4. SMPIT Al-Kahfi, Kabupaten Bogor, Jawa Barat, 2016.
5. SMAIT Al-Kahfi, Kabupaten Bogor, Jawa Barat, 2019.

Setelah menyelesaikan pendidikan di SMAIT Al-Kahfi, penulis melanjutkan studi dan pada tahun 2019 terdaftar sebagai Mahasiswa S1 Jurusan Arsitektur, Fakultas Teknik, Universitas Lampung. Pada tahun 2022 penulis telah menyusun skripsi sebagai salah satu syarat kelulusan memperoleh gelar Strata Satu (S1) Jurusan Arsitektur di Fakultas Teknik, Universitas Lampung.

## PERSEMBAHAN

*Alhamdulillah Rabbil 'Aalamiin  
Rasa syukur yang teramat sangat kepada Allah SWT karena hanya dengan  
rahmat  
dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Shalawat  
serta salam senantiasa tersampaikan kepada Nabi Muhammad SAW.*

*Skripsi ini dipersembahkan kepada kedua orang tua penulis,*

*Bapak Teguh Ismoyo dan Ibu Eva Trisna  
yang begitu banyak pengorbanan dan perjuangan dalam  
mendukung serta mendoakan penulis.*

*Kakak dan adik penulis,*

*Muhammad Hanif dan Zuhdi Rais*

*yang selalu menyemangati dikala hari sedang tidak baik.*

*Teman – teman S1 Arsitektur 2019 yang telah berjuang  
bersama dan mendukung penulis sehingga laporan ini dapat  
terselesaikan.*

*Serta seluruh Civitas Akademia Arsitektur*

*Fakultas Teknik Universitas Lampung.*

## SANWACANA

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Perancangan *Wellness Center* dengan Pendekatan *Salutogenic Architecture* di Kabupaten Bogor” yang merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar strata satu arsitektur. Shalawat serta salam senantiasa tersampaikan kepada tauladan kita, Nabi Muhammad SAW, semoga kelak para sahabat, keluarga dan umatnya mendapat syafaat di hari akhir. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Eng. Ir. Helmy Fitriawan, S.T., M.T. selaku Dekan Fakultas Teknik Universitas Lampung.
2. Bapak Ir. Agung Cahyo Nugroho, S.T.,M.T. selaku Ketua Jurusan Teknik Arsitektur Universitas Lampung.
3. Ibu Dr. Ir. Citra Persada, M.Sc. selaku Ketua Program Studi D3 Arsitektur Bangunan Gedung, Fakultas Teknik, Universitas Lampung.
4. Bapak MM. Hizbullah Sesunan, S.T., M.T. dan Ibu Dini Agumsari, S. Ars., M.R.K. selaku Dosen Pembimbing atas bimbingan, ilmu, saran, nasehat dan arahannya selama penulis menyusun skripsi ini.
5. Ibu Ar. Diana Lisa, S.T., M.T. IAI. selaku Dosen Pembahas pada Seminar Proposal dan Seminar Hasil atas segala nasehat, ilmu dan saran yang bermanfaat bagi penyusunan skripsi ini,
6. Bapak Ir. Agung Cahyo Nugroho, S.T.,M.T. selaku Dosen Penguji pada ujian akhir atas segala arahan, saran, ilmu dan nasehat pada saat ujian akhir yang bermanfaat bagi penyusunan skripsi ini
7. Kedua orang tua penulis, Bapak Teguh Ismoyo dan Ibu Eva Trisna yang selalu memberikan dukungan yang tiada henti serta penenang hati penulis hingga saat ini.

8. Kakak dan adik penulis, Muhammad Hanif dan Zuhdi Rais yang selalu memberikan dukungan dan semangat untuk segera menyelesaikan skripsi ini secepatnya.
9. Sahabat penulis, Nabila Irzanti, Amrina Rosyada, Cristiana, Nuriyah Azmi, dan Aditya Pratiwi yang telah banyak berkontribusi dalam proses skripsi penulis.
10. Semua teman Arsitektur 2019 yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu. Sukses selalu untuk kita semua.
11. Kakak tingkat penulis, terutama Kak Puti Ainayya Riyadini dan Kak Ayu Zahara Maharani atas kebaikan hati dan informasi serta bantuan yang diberikan kepada penulis.
12. Semua pihak yang namanya tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan dan dukungan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, akan tetapi penulis berharap semoga karya sederhana ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua. Aamiin Yaa Robbal'alamiin

Bandar Lampung, 05 Desember 2023



**SARAH FITRIYAH**  
NPM. 19550120004

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Perancangan *Wellness Center* dengan Pendekatan *Salutogenic Architecture* di Kabupaten Bogor dibuat sendiri oleh penulis dan bukan hasil plagiat sebagaimana diatur dalam pasal 27 Peraturan Akademik Universitas Lampung Dengan Surat Keputusan Rektor Nomor 3187/H26/PP/2010

Bandar Lampung, 05 Desember 2023

nyataan  
  
**SARAH FITRIYAH**  
NPM. 1955012004

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK.....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>	<b>v</b>
<b>RIWAYAT HIDUP.....</b>	<b>vi</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>vii</b>
<b>SANWACANA.....</b>	<b>viii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Identifikasi Masalah.....	4
1.3. Rumusan Masalah.....	4
1.4. Tujuan Perancangan.....	5
1.5. Manfaat Perancangan.....	5
1.6. Batasan Perancangan.....	5
1.6.1. Ruang Lingkup Substansial.....	5
1.6.2. Ruang Lingkup Spasial.....	5
1.7. Sistematika Penulisan.....	6
1.8. Kerangka Berpikir.....	7
<b>BAB II TINJAUAN TEORI.....</b>	<b>9</b>
2.1 Tinjauan <i>Wellness Center</i> .....	9
2.1.1 Definisi <i>Wellness Center</i> .....	9
2.2 Tinjauan <i>Salutogenic Architecture</i> .....	12

2.2.1	Sejarah <i>Salutogenic Architecture</i> .....	12
2.2.2	Definisi <i>Salutogenic Architecture</i> .....	13
2.2.3	Konsep <i>Salutogenic Architecture</i> .....	14
2.2.4	Penerapan <i>Salutogenic Architecture</i> (Jan Golembiewski).....	17
2.2.5	Prinsip <i>Salutogenic Architecture</i> .....	18
2.2.6	Kriteria <i>Salutogenic Architecture</i> .....	42
2.3	Tinjauan Stress.....	45
2.3.1	Definisi Stress.....	45
2.3.2	Tingkat Stress.....	45
2.3.3	Sumber-Sumber Stress.....	48
2.3.4	Stress Kota Jakarta.....	48
2.4	Studi Preseden Objek.....	49
2.4.1	<i>The Sanctuary Wellness Center</i> .....	49
2.4.2	Raga Svara <i>Wellness Center</i> .....	52
2.4.3	<i>Alive + Well Wellness Center</i> .....	54
2.4.4	Kesimpulan Hasil Studi Komparasi <i>Wellness Center</i> .....	57
2.5	Studi Preseden Pendekatan.....	59
2.5.1	Caboolture GP <i>Super Clinic</i> .....	59
2.5.2	<i>Victorian Heart Hospital</i> .....	60
2.5.3	<i>New Lady Cilento Children's Hospital</i> .....	62
2.5.4	Kesimpulan Hasil Studi Komparasi <i>Salutogenic Architecture</i> .....	63
2.5.5	Kesimpulan Hasil Penerapan Elemen <i>Salutogenic Architecture</i> ....	71
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....</b>		<b>73</b>
3.1	Ide Perancangan.....	73
3.2	Pengumpulan Data Penunjang Perancangan.....	73
3.3	Metode Pengolahan Data.....	75
3.4	Titik Berat Perancangan.....	76
3.5	Konsep Perancangan.....	76
3.6	Alur Perancangan.....	77
<b>BAB IV ANALISIS PERANCANGAN.....</b>		<b>78</b>
4.1	Analisis Makro.....	78
4.1.1.	Kondisi Area Eksiting.....	78

4.1.2. Analisis Kondisi Lingkungan.....	89
4.1.3. Analisis SWOT.....	90
4.1.4. Analisa Mikro.....	92
4.2 Analisis Fungsional.....	103
4.2.1. Analisis Fungsi.....	103
4.2.2. Analisis Pengguna.....	105
4.2.3. Analisis Pola Kegiatan.....	108
4.2.4. Analisis Kebutuhan Ruang.....	108
4.2.5. Analisis Besaran Ruang.....	111
4.2.6. Bubble Diagram.....	117
<b>BAB V KONSEP PERANCANGAN.....</b>	<b>121</b>
5.1. Konsep Dasar.....	121
5.2. Konsep Perancangan Tapak.....	122
5.2.1. Orientasi Bangunan dan View.....	122
5.2.2. Iklim.....	123
5.2.3. Sirkulasi dan Aksesibilitas.....	124
5.2.4. Kebisingan.....	125
5.2.5. Zonasi.....	126
5.3. Konsep Perancangan Arsitektur.....	126
5.3.1. Konsep <i>Salutogenic Architecture</i> pada <i>Wellness Center</i> .....	127
5.3.2. Gubahan Massa.....	138
5.3.3. Fasad Bangunan.....	139
5.3.4. Tata Ruang Dalam.....	139
5.3.5. Tata Ruang Luar.....	141
5.4. Konsep Sistem Struktur.....	142
5.5. Konsep Sistem Utilitas.....	144
5.5.1. Sistem Penyediaan Air Bersih.....	144
5.5.2. Sistem Pembuangan Air Bekas dan Air Kotor.....	144
5.5.3. Sistem Pembuangan Sampah.....	145
5.5.5. Sistem Distribusi Jaringan Listrik.....	146
5.5.6. Sistem Keamanan.....	146
5.5.7. Sistem Proteksi Kebakaran.....	147

5.6. Hasil Perancangan.....	149
5.6.1 <i>Block Plan Wellness Center</i> .....	149
5.6.2 <i>Site Plan Wellness Center</i> .....	149
5.6.3. Denah.....	150
5.6.3. Tampak.....	152
5.6.4. Potongan.....	153
5.6.5. Detail.....	154
5.6.5. Perspektif.....	155
<b>BAB VI PENUTUP.....</b>	<b>162</b>
6.1. Kesimpulan.....	162
6.2. Saran.....	163
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>164</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Kota dengan Tingkat Stress Tertinggi di Dunia.....	11
Gambar 2. 1 Aspek Wellness.....	9
Gambar 2. 2 Stress.....	13
Gambar 2. 3 Definisi GRR.....	14
Gambar 2. 4 <i>The Salutogenic Model</i> .....	15
Gambar 2. 5 <i>The Salutogenic Effect</i> .....	15
Gambar 2. 6 <i>Wayfinding</i> .....	20
Gambar 2. 7 <i>Nature</i> .....	24
Gambar 2. 8 Monuman Nasional ( <i>Landmark Kota Jakarta</i> ).....	26
Gambar 2. 9 Natural Light.....	30
Gambar 2. 10 Seni pada Bangunan <i>The Sanctuary Wellness Center</i> .....	37
Gambar 2. 11 Pemandangan Alam.....	40
Gambar 2. 12 Kenyamanan.....	41
Gambar 2. 13 <i>Positive Distraction</i> .....	42
Gambar 2. 14 <i>The Sanctuary Wellness Centre</i> .....	49
Gambar 2. 15 Fasilitas <i>The Sanctuary Wellness Centre</i> .....	51
Gambar 2. 16 Raga Svara <i>Wellness Center</i> .....	52
Gambar 2. 17 Masterplan Raga Svara <i>Wellness Center</i> .....	52
Gambar 2. 18 Interior Raga Svara <i>Wellness Center</i> .....	53
Gambar 2. 19 Taman di area Raga Svara <i>Wellness Center</i> .....	53
Gambar 2. 20 Alive + <i>Well Wellness Center</i> .....	54
Gambar 2. 21 Sketsa Denah Alive + <i>Well Wellness Center</i> .....	54
Gambar 2. 22 Fasilitas Alive + <i>Well Wellness Center</i> .....	55
Gambar 2. 23 <i>Caboolture GP Super Clinic</i> .....	59
Gambar 2. 24 <i>Site Plan Caboolture GP Super Clinic</i> .....	59
Gambar 2. 25 <i>Interior Caboolture GP Super Clinic</i> .....	60
Gambar 2. 26 <i>Victorian Heart Hospital</i> .....	60
Gambar 2. 27 <i>Site Plan Victorian Heart Hospital</i> .....	61
Gambar 2. 28 <i>Double Façade Victorian Heart Hospital</i> .....	61
Gambar 2. 29 <i>New Lady Cilento Children's Hospital</i> .....	62
Gambar 2. 30 Perspektif <i>Lady Cilento Children's Hospital</i> .....	62
Gambar 2. 31 <i>Interior Lady Cilento Children's Hospital</i> .....	63

Gambar 4. 1 Alternatif 1 lokasi <i>site wellness center</i> .....	85
Gambar 4. 2 Alternatif 2 lokasi <i>site wellness center</i> .....	86
Gambar 4. 3 Alternatif 3 lokasi <i>site wellness center</i> .....	87
Gambar 4. 4 Peta Kecamatan Babakan Madang.....	89
Gambar 4. 5 Analisis Tata Guna Lahan.....	92
Gambar 4. 6 Analisis ukuran lokasi dan regulasi.....	93
Gambar 4. 7 Analisis Matahari.....	94
Gambar 4. 8 Letak Jatuh Bayangan dan penyinaran Matahari.....	94
Gambar 4. 9 Analisis Angin.....	95
Gambar 4. 10 Data Iklim.....	96
Gambar 4. 11 Analisis Sirkulasi.....	96
Gambar 4. 12 Ukuran Jalan.....	97
Gambar 4. 13 Analisis Aksesibilitas.....	97
Gambar 4. 14 Analisis View.....	98
Gambar 4. 15 View Sisi Selatan.....	99
Gambar 4. 16 Analisis Kebisingan.....	99
Gambar 4. 17 Analisis Utilitas.....	100
Gambar 4. 18 Analisis Topografi.....	101
Gambar 4. 19 Analisis Vegetasi.....	102
Gambar 4. 20 Analisis Kegiatan Pengunjung.....	108
Gambar 4. 21 Analisis Kegiatan Pengelola.....	108
Gambar 4. 22 Bubble Diagram.....	118
Gambar 4. 23 Bubble Diagram Area Parkir.....	119
Gambar 4. 24 Bubble Diagram Area Excercise.....	119
Gambar 4. 25 Bubble Diagram Area Perawatan.....	119
Gambar 4. 26 Bubble Diagram Area Pengelola.....	120
Gambar 4. 27 Bubble Diagram Restaurant Healthy Food.....	120
Gambar 4. 28 Bubble Diagram Area Servis.....	120
Gambar 5. 1 Konsep Salutogenic Architecture.....	121
Gambar 5. 2 Konsep Orientasi dan View.....	122
Gambar 5. 3 Konsep Iklim.....	123
Gambar 5. 4 Konsep Sirkulasi dan Aksesibilitas.....	124
Gambar 5. 5 Konsep Kebisingan.....	125
Gambar 5. 6 Zonasi.....	126
Gambar 5. 7 Gubahan Massa.....	138
Gambar 5. 8 Sunshading.....	139

Gambar 5. 9 Pondasi untuk Tanah Berkontur.....	142
Gambar 5. 10 Struktur Tengah.....	143
Gambar 5. 11 Green Roof.....	143
Gambar 5. 12 Skema Air Bersih.....	144
Gambar 5. 13 Skema Air Bekas dan Air Kotor.....	145
Gambar 5. 14 Skema Pengolahan Sampah.....	145
Gambar 5. 15 Skema Distribusi Listrik.....	146
Gambar 5. 16 Skema Sistem Keamanan.....	147
Gambar 5. 17 Skema Proteksi Kebakaran.....	147
Gambar 5. 18 Heat Detector.....	148
Gambar 5. 19 Smoke Detector.....	148
Gambar 5. 20 Sprinkler.....	148
Gambar 5. 21 APAR.....	148
Gambar 5. 22 Hydrant Box.....	148
Gambar 5. 23 Fire Hydrant.....	148
Gambar 5. 24 MCFA.....	148
Gambar 5. 25 Block Plan.....	149
Gambar 5. 26 Site Plan.....	149
Gambar 5. 27 Denah Bangunan A.....	150
Gambar 5. 28 Denah Bangunan B.....	150
Gambar 5. 29 Denah Bangunan C.....	151
Gambar 5. 30 Denah Bangunan D.....	151
Gambar 5. 31 Tampak Depan Bangunan A.....	152
Gambar 5. 32 Tampak Belakang Bangunan A.....	152
Gambar 5. 33 Tampak Samping Kanan Bangunan A.....	152
Gambar 5. 34 Tampak Samping Kiri Bangunan A.....	153
Gambar 5. 35 Potongan A-A Bangunan A.....	153
Gambar 5. 36 Potongan B-B Bangunan A.....	153
Gambar 5. 37 Detail Sunshading.....	154
Gambar 5. 38 Detail Skywalk.....	154
Gambar 5. 39 Perspektif Bird Eye 1.....	155
Gambar 5. 40 Perspektif Bird Eye 2.....	155
Gambar 5. 41 Perspektif Bird Eye 3.....	155
Gambar 5. 42 Perspektif Fasad 1.....	156
Gambar 5. 43 Perspektif Fasad 2.....	156

Gambar 5. 44 Perspektif Fasad 3.....	156
Gambar 5. 45 Perspektif Fasad 4.....	157
Gambar 5. 46 Perspektif Sky Walk.....	157
Gambar 5. 47 Perspektif Green Roof.....	157
Gambar 5. 48 Perspektif Plaza.....	158
Gambar 5. 49 Perspektif Ampitheatre.....	158
Gambar 5. 50 Perspektif Area Makan Outdoor.....	158
Gambar 5. 51 Perspektif Kolam.....	159
Gambar 5. 52 Perspektif Gym Outdoor.....	159
Gambar 5. 53 Perspektif Restaurant Outdoor.....	159
Gambar 5. 54 Perspektif Lobby.....	160
Gambar 5. 55 Perspektif Studio Yoga.....	160
Gambar 5. 56 Perspektif Ruang Perawatan.....	160
Gambar 5. 57 Perspektif Ruang Sauna.....	161
Gambar 5. 58 Perspektif Musholla.....	161
Gambar 5. 59 Perspektif Retail.....	161

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1	Pravalensi Nasional Kesehatan Jiwa Penduduk >15 Tahun di Indonesia.....	2
Tabel 2. 1	Elemen Desain <i>Salutogenic Architecture</i> .....	20
Tabel 2. 2	Elemen <i>Wayfinding</i> .....	21
Tabel 2. 3	Warna.....	22
Tabel 2. 4	Kriteria <i>Salutogenic Architecture</i> .....	43
Tabel 2. 5	Hubungan antara Sindrom Stres, Level Stres, Gejala, Cara Mengatasi, dan Jenis Terapi.....	47
Tabel 2. 6	Aktivitas <i>The Sanctuary Wellness Centre</i> .....	50
Tabel 2. 7	Kesimpulan Hasil Studi Komparasi <i>Wellness Center</i> .....	56
Tabel 2. 8	Kesimpulan Hasil Studi Preseden <i>Salutogenic Architecture</i> .....	64
Tabel 2. 9	Kesimpulan Hasil studi komparasi <i>Wellness Center</i> dengan penerapan <i>Salutogenic Architecture</i> .....	68
Tabel 2. 10	Kesimpulan Hasil Penerapan Elemen <i>Salutogenic Architecture</i> .....	71
Tabel 3. 1	Elemen Desain <i>Salutogenic Architecture</i> .....	76
Tabel 4. 1	Hasil Penilaian Alternatif Site.....	88
Tabel 4. 2	Analisis SWOT.....	90
Tabel 4. 3	Klasifikasi Kemiringan.....	101
Tabel 4. 4	Analisis Fungsi.....	104
Tabel 4. 5	Analisis Kegiatan dan Kebutuhan Ruang.....	108
Tabel 4. 6	Analisis Kelompok Ruang dan Jenis Ruang.....	110
Tabel 4. 7	Persentase Sirkulasi Ruangan.....	112
Tabel 4. 8	Analisis Besaran Ruang.....	113
Tabel 4. 9	Total Besaran Kebutuhan Ruang.....	117
Tabel 5. 1	Penerapan Konsep <i>Salutogenic Architecture</i> pada <i>Wellness Center</i> .....	127
Tabel 5. 2	Tata Ruang Dalam.....	140
Tabel 5. 3	Tata Ruang Luar.....	141
Tabel 5. 4	Alat Proteksi Kebakaran.....	148

## BAB I PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Indonesia merupakan negara di Asia Tenggara dengan kepulauan besar dan memiliki jumlah penduduk mencapai 275,5 juta penduduk. Menurut laporan *World Population21 Review* jumlah ini menempatkan Indonesia berada di peringkat keempat penduduk terbanyak di antara negaraG20. Hasil riset produsen *smartwatch* asal Amerika Serikat yaitu Garmin pada tahun 2021, Indonesia menjadi negara dengan tingkat stress tertinggi diAsia. Ibu kota Indonesia yaitu Jakarta juga memiliki tingkat stress yang tinggi, Menurut studi VAAY yang bertajuk *The Least and Most Stressful Cities Index 2021*, Jakarta menduduki peringkat kesembilan kota paling stresdi dunia.



Gambar 1. 1 Kota dengan Tingkat Stress Tertinggi di Dunia  
Sumber : katadata.co.id

Berdasarkan laporan VAAY, beberapa faktor utama yang membuat Jakarta memiliki tingkat stress yang tinggi yaitu kepadatan kota Jakarta yangmeningkat setiap tahunnya, semakin berkurangnya ruang terbuka hijau.kurang optimalnya transportasi publik, kemacetan lalu lintas yang semakin padat, kualitas udara/polusi yang buruk, tingkat pengangguran, kelelahan bekerja, dll. Sehingga terciptalah

perubahan sosial dari masyarakat kompleks menjadi multi kompleks akibat dari globalisasi dan modernisasi yang terjadi. Menurut Haryani dan Setyawan (2017) Mungkin sulit bagi individu untuk menyesuaikan diri, dan hal ini dapat menyebabkan stres, kesedihan, dan masalah kesehatan mental lainnya pada populasi perkotaan sebagai akibat dari meningkatnya kemungkinan konflik.

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dilakukan Kementerian Kesehatan pada tahun 2013 dan 2018 menunjukkan peningkatan mengenai gangguan jiwa emosional yang dialami oleh penduduk usia  $\geq 15$  tahun di Indonesia. Kondisi ini diperburuk dengan adanya COVID-19. Sementara itu, angka penyakit jiwa berat di ibu kota negara adalah 1,1 per mil persegi, menurut statistik Provinsi DKI Jakarta yang diberikan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kementerian Kesehatan dalam buku Riset Kesehatan Dasar dalam Angka Provinsi DKI Jakarta tahun 2013 (Sari, 2018). Laporan mengenai masalah kesehatan mental meningkat sebesar 64,3% selama pandemi ini, dan peningkatan tersebut disebabkan oleh penyakit COVID-19 dan kesulitan ekonomi yang diakibatkannya (Endang, 2022).

Table 1.1 Prevalensi Nasional Kesehatan Jiwa Penduduk  $\geq 15$  Tahun di Indonesia

<b>Riskesdas</b>	<b>2013</b>	<b>2018</b>
Gangguan Jiwa Berat/Gangguan Jiwa Skizofrenia dan Psikosis dalam Keluarga	1.7%	6.7%
Gangguan Jiwa Emosional	6%	9.8%
Depresi	n/a	6.1%

Sumber : Sijabat, 2022

Banyak orang yang tinggal di dalam atau dekat kota menemukan kesesakan dari stres dengan melarikan diri ke lokasi pedesaan. Sebagian besar dari mereka pergi ke suatu daerah di mana mereka dapat berkomunikasi dengan satwa liar. (Kusmaryani, 2001). Maka dari itu, diperlukan upaya untuk meningkatkan

kenyamanan di area perkotaan dengan menghadirkan fasilitas-fasilitas rekreasi dan relaksasi yang dapat mengurangi efek negatif dari perkotaan, sehingga masyarakat tidak semakin terpuruk dan mengabaikan stress sebagai hal yang biasa. Salah satu penerapan yang dapat mengurangi bahkan megontrol stress yaitu dengan mewujudkan bangunan *Wellness Center* dengan satwa liar. (Kusmaryani, 2001). Maka dari itu, diperlukan upaya untuk meningkatkan kenyamanan di area perkotaan dengan menghadirkan fasilitas-fasilitas rekreasi dan relaksasi yang dapat mengurangi efek negatif dari perkotaan, sehingga masyarakat tidak semakin terpuruk dan mengabaikan stress sebagai hal yang biasa. Salah satu penerapan yang dapat mengurangi bahkan megontrol stress yaitu dengan mewujudkan bangunan *Wellness Center*.

Berdasarkan data yang diuraikan dan sebagai upaya untuk mewujudkan fasilitas relaksasi dan rekreasi berupa *Wellness Center* yang merupakan pusatpenyembuhan atau pemulihan gejala stress dan gangguan kecemasan yang dapat digunakan sebagai tempat pelarian dari berbagai masalah di perkotaan, tempat untuk mengekspresikan emosi bagi masyarakat yang mengalami stress, dan tempat yang mewadahi berbagai aktivitas yang dinilai dapat membantu penyembuhan dari sisi psikologis dan pengobatan non medis masyarakat perkotaan. Dalam perancangan *Wellness Center* ini diperlukan pendekatan *Salutogenic Architecture* demi terciptanya suasana dan lingkungan yang memberikan kenyamanan serta terapi bagi masyarakat dengan konsep yang dapat berkontribusi secara psikologis agar membantu penggunaanya pulih.

Menurut (Mazuch, 2017) *Salutogenic Architecture* berfokus pada bagaimana desain ruang dapat mendorong kesehatan mental dan kesejahteraan orang di dalamnya, bukan kepada bagaimana ruang menangani gejala penyakit. (Dilani, 2009) menguraikan *Salutogenic Architecture* memiliki prinsip desain yaitu *Sense of Coherence* dengan elemen desain berupa *Comprehensibility*, *Manageability*, dan

*Meaningfulness*. Menurut (Jati, 2018) dengan menjaga kondisi mental pasien sebagai pusat perhatian selamaproses penyembuhan, kesehatan fisik pasien akan meningkat sebagai produksampingan alami. Dengan menerapkan *Salutogenic Architecture* pada bangunan *Wellness Center* diharapkan dapat membantu dan mengutamakan kenyamanan pengguna didalamnya dalam melakukan aktivitas yang mampu meredakan stress masyarakat Jakarta.

## 1.2. Identifikasi Masalah

Adapun identifikasi masalah pada peneltitian ini adalah sebagai berikut :

- Tingginya tingkat stress di Indonesia terutama di Jakarta sehingga perlu diterapkannya *Wellness Center* sebagai pereda stress masyarakat Indonesia.
- Semakin meningkatnya tingkat gangguan kesehatan jiwa di Indonesia.
- Dibutuhkannya ruang dengan fasilitas relaksasi dan rekreasi untuk mengurangi efek negatif perkotaan dan stress masyarakat Jakarta sehingga perlu diterapkannya perancangan *Wellness Center* dengan pendekatan *Salutogenic Architecture*.

## 1.3. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

- Bagaimana menciptakan *Wellness Center* dengan pendekatan *Salutogenic Architecture*.
- Bagaimana bangunan *Wellness Center* dapat mengatasi dan mengurangitingkat stress di perkotaan.
- Apa saja fasilitas dan aktivitas dalam melepas penat masyarakat Jakarta pada bangunan *Wellness Center* dengan pendekatan *SalutogenicArchitecture*.

#### **1.4. Tujuan Perancangan**

Adapun tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui bagaimana menciptakan *Wellness Center* dengan pendekatan *Salutogenic Architecture*.
2. Untuk mengetahui bagaimana bangunan *Wellness Center* dapat mengatasi dan mengurangi tingkat stress di perkotaan.
3. Untuk mengetahui apa saja fasilitas dan aktivitas dalam melepas penat masyarakat Jakarta pada bangunan *Wellness Center* dengan pendekatan *Salutogenic Architecture*.

#### **1.5. Manfaat Perancangan**

Adapun manfaat perancangan ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat bagi perancang adalah sebagai proses pembelajaran terkait penyelesaian masalah pada tingkat stress yang kian meningkat melalui sudut pandang arsitektur.
2. Menambah wawasan penulis dan pembaca mengenai bangunan *Wellness Center* yang dapat mengurangi tingkat stress masyarakat Jakarta dengan pendekatan *Salutogenic Architecture*.

#### **1.6. Batasan Perancangan**

##### **1.6.1. Ruang Lingkup Substansial**

Lingkup pembahasan meliputi segala sesuatu yang berkaitan pada bangunan *Wellness Center* dengan pendekatan *Salutogenic Architecture* yang dititik beratkan pada sesuatu yang berkaitan dengan ilmu arsitektur. Hal lainnya di luar ilmu arsitektur yang mempengaruhi perancangan akan dibatasi dan dipertimbangkan tanpa bahasan yang mendalam.

##### **1.6.2. Ruang Lingkup Spasial**

Perancangan Bangunan *Wellness Center* dengan pendekatan *Salutogenic Architecture* terletak di Kabupaten Bogor pada kawasan yang berpotensi dekat dengan alam dan mudah untuk diakses.

### **1.7. Sistematika Penulisan**

Sistematika penulisan dalam laporan ini adalah sebagai berikut :

#### **BAB I PENDAHULUAN**

Bab ini menguraikan Latar Belakang, Identifikasi Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Perancangan, Manfaat Perancangan, Batasan Perancangan, Sistematika Penulisan, dan Kerangka Berpikir.

#### **BAB II TINJAUAN TEORI**

Bab ini menguraikan data atau teori-teori yang berkaitan dengan “Perancangan Wellness Center dengan Pendekatan Salutogenic Architecture di Kabupaten Bogor” tinjauan lain serta studi preseden.

#### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

Bab ini menguraikan metodologi penelitian “Perancangan Wellness Center dengan Pendekatan Salutogenic Architecture di Kabupaten Bogor” dengan teknik pengambilan data sekunder dan jenis data kualitatif maupun kuantitatif.

#### **BAB IV ANALISIS PERANCANGAN**

Bab ini menguraikan analisis yang dilakukan terkait “Perancangan Wellness Center dengan Pendekatan Salutogenic Architecture di Kabupaten Bogor” beserta produk keluaran dari analisis tersebut.

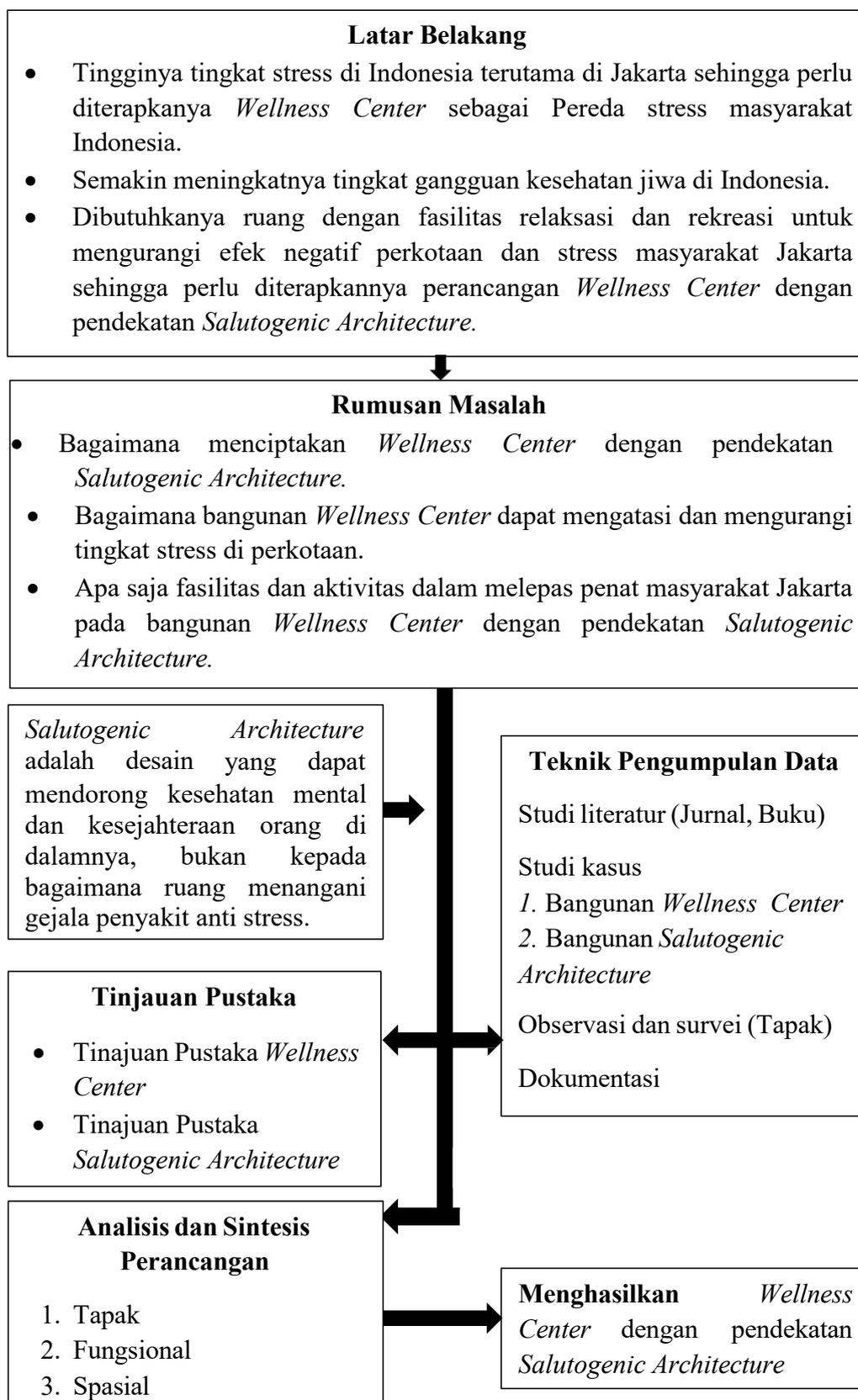
#### **BAB V KONSEP PERANCANGAN**

Bab ini menguraikan tentang konsep rancangan “Perancangan Wellness Center dengan Pendekatan Salutogenic Architecture di Kabupaten Bogor” yang didapat setelah melalui tahap analisis serta ide penyelesaian yang berkaitan.

#### **BAB VI PENUTUP**

Bab ini berisi kesimpulan dan saran “Perancangan Wellness Center dengan Pendekatan Salutogenic Architecture di Kabupaten Bogor” dari awal sampai akhir.

## 1.8. Kerangka Berpikir



## BAB II

### TINJAUAN TEORI

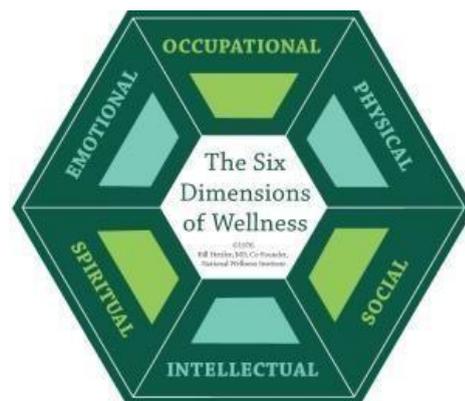
#### 2.1 Tinjauan *Wellness Center*

##### 2.1.1 Definisi *Wellness Center*

###### a. *Wellness*

Ketika masyarakat mengambil keputusan dan melakukan aktivitas yang mendorong gaya hidup sehat, maka hal tersebut memberikan efek menguntungkan bagi kesehatannya, sebagaimana dikemukakan oleh Barre (2005) dalam Pramono (2013). *Wellness* adalah suatu kondisi kesehatan fisik, mental, dan sosial yang utuh, sebagaimana didefinisikan oleh Organisasi Kesehatan Dunia dalam Felman (2023). Terpenuhiya kebutuhan fisik, mental, sosial, spiritual, dan finansial, serta posisi dan harapan seseorang dalam keluarga, komunitas, tempat ibadah, dan lingkungan lainnya, merupakan dua hal yang menjadi perhatian utama.

Terdapat 6 aspek *wellness* menurut Dr. Bill Hettler yang merupakan co-founder dari *The National Wellness Institue*. Diantaranya yaitu :



Gambar 2. 1 Aspek *Wellness*  
Sumber : medcaltourism.id

### 1. *Occupational Wellness*

Dalam mencapai *occupational wellness*, salah satu cara yang dapat Anda lakukan adalah seperti memilih karir yang sejalan dengan minat dan nilai-nilai yang secara pribadi Anda yakini dibandingkan memilih karir yang tidak memberikan *reward* kepada Anda dari berbagai segi. Anda juga dapat mencapainya dengan aktif mengembangkan dan mengasah kemampuan yang Anda miliki.

### 2. *Physical Wellness*

*Physical wellness* dapat dicapai dengan cara melakukan aktivitas fisik secara rutin untuk menjaga daya tahan tubuh. Selain itu, berkaitan dengan *healthy diet*, Anda juga bisa mencapai *physical wellness* dengan mengonsumsi makanan dan minuman yang baik bagi kesehatan Anda, setidaknya 80% dari total keseluruhan pangan yang Anda konsumsi sehari-harinya.

### 3. *Social Wellness*

*social Wellness* adalah proses menciptakan dan mempertahankan hubungan yang sehat melalui pilihan yang kita buat. Hal ini mencakup hubungan di rumah dan pekerjaan, persahabatan, dan hubungan kita dengan semua orang dan generasi mendatang. Dimensi sosial memberikan mendorong kontribusi terhadap lingkungan sosial dan fisik untuk *wellness* masyarakat umum.

### 4. *Intellectual Wellness*

*Intellectual Wellness* adalah proses menggunakan pikiran kita untuk menciptakan pemahaman yang lebih besar dan apresiasi terhadap alam semesta dan

diri kita sendiri. *Intellectual Wellness* tidak tergantung pada kecerdasan atau kemampuan, melainkan perlu membuat hubungan, hubungan menghargai alam, hubungan memeriksa pendapat dan penilaian seseorang, dan mempertanyakan

#### 5. *Spiritual Wellness*

Ketika seseorang dengan *spiritual wellness*, mereka telah menemukan panggilan hidupnya yang sebenarnya dan menjalani cita-citanya setiap hari. Istilah *spiritual wellness* mengacu pada keadaan pikiran di mana seseorang menyadari pentingnya menjaga diri sendiri dan orang lain serta nilai komunitas dan keberagaman.

#### 6. *Emotional Wellness*

Istilah *Emotional Wellness* mengacu pada keadaan yang dicapai ketika seorang individu menghargai dirinya sendiri, mengembangkan, menyebutkan, dan mengekspresikan berbagai macam emosi, dan dengan percaya diri mendukung kebutuhan dan keinginannya sendiri. Kembangkan dan pertahankan pandangan yang akurat dan optimis tentang diri sendiri, dengan mempertimbangkan kekuatan dan kelemahan. Untuk mencapai *Emotional Wellness*, seseorang harus belajar mengekspresikan dan memproses emosi positif seperti kebahagiaan, kepuasan, cinta, dan kebanggaan pada diri sendiri dengan cara yang konstruktif.

#### b. *Center*

*Center* atau pusat dapat diartikan sebagai titik utama yang menjadi tujuan dalam suatu kegiatan atau komunitas. Menurut KBBI pusat berarti pokok pangkal atau yang menjadi pempunan (berbagai urusan, hal, dan sebagainya).

### c. *Wellness Center*

Menurut Saputra (2019) *Wellness Center* adalah istilah yang digunakan untuk pusat kebugaran baik jasmani maupun rohani, dan dalam istilah yang lebih spesifik adalah tempat. dimana para professional kesehatan mental dan medis, ahli gizi, dan pelatih kebugaran menyediakan perawatan dan layanan untuk kesehatan tubuh dan pikiran klien

*Wellness center* biasanya menawarkan jasa-jasa yang berkaitan dengan penyembuhan baik fisik dan rohani, contohnya adalah *Chiropractic*, *Accupuncture*, dan penyembuhan secara menyeluruh (*Holistic Care*) yang dilengkapi oleh tenaga ahli seperti psikolog untuk membantu menenangkan pikiran.

## 2.2 Tinjauan *Salutogenic Architecture*

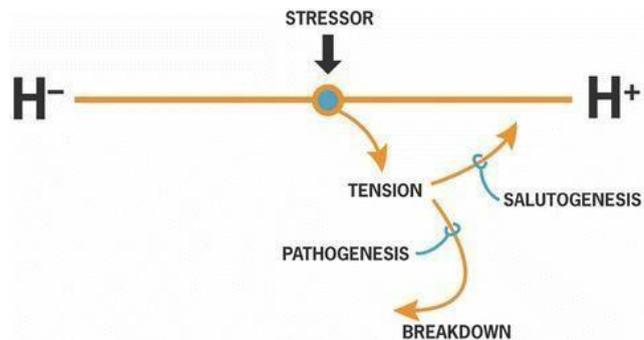
### 2.2.1 Sejarah *Salutogenic Architecture*

Menurut Antonovsky (1970) dalam Ziegler (2009) Aaron Antonovsky merupakan seorang profesor, peneliti, dan sosiolog medis yang telah mengungkapkan bagaimana stress dan gaya hidup dapat berdampak pada kesehatan, sehingga hal tersebut menghasilkan teori *salutogenic* yaitu berfokus kepada hal-hal yang membuat jadi sehat bukan sebaliknya.

Menurut Dilani (1990) dalam Ziegler (2009) arsitek Alan Dilani menyarankan agar teori *salutogenic* diterapkan tidak hanya untuk perawatan medis tetapi juga untuk desain arsitektur fasilitas kesehatan untuk mendorong kesehatan yang baik. Melalui penelitiannya sendiri berdasarkan karya Antonovsky, Dilani mengusulkan Desain Dukungan Psikososial sebagai kerangka untuk menghilangkan kecemasan melalui desain fisik ruang.

### 2.2.2 Definisi *Salutogenic Architecture*

Menurut Antonovsky (1996), teori promosi kesehatan telah muncul dalam evolusi bidang penelitian kesehatan dimana penekanan pada proses penyembuhan bergeser dari penyakit itu sendiri (pathogenesis) sebagai sumber stres yang potensial ke keadaan pasien itu sendiri. stres (salutogenesis) sebagai penyebab potensial penyakit.



Gambar 2. 2 Stress  
Sumber : physio-pedia.com

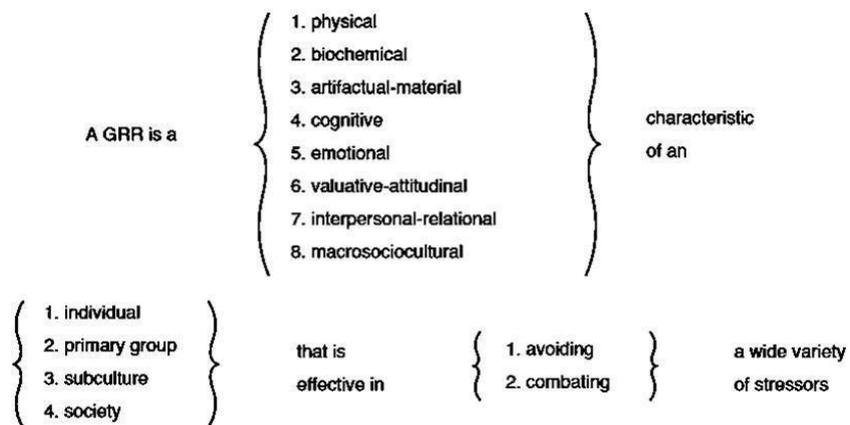
*Salutogenic* berasal dari bahasa Yunani dan Latin kata salus(kesehatan) dan genesis (asal) yang artinya ‘*origin of health*’ atau asal mula kesehatan, merupakan sebuah pendekatan yang berfokus pada faktor-faktor pendukung kesehatan dan kesejahteraan seseorang. *Salutogenic Architecture* fokus kepada bagaimana desain ruang dapat mendorong kesehatan mental dan kesejahteraan orang di dalamnya, bukan kepada bagaimana ruang menangani gejala penyakit (Mazuch, 2017).

Menurut Jati (2018), ketika proses penyembuhan dipusatkan pada pasien, maka akan meningkatkan kesehatan mental pasien, yang pada akhirnya meningkatkan kesehatan fisik pasien.

### 2.2.3 Konsep Salutogenic Architecture

Menurut Antonovsky dalam Eriksson (2017) teori *salutogenic* memiliki dua dasar konsep yaitu *General Resistance Resources* dan *Sense of Coherence*.

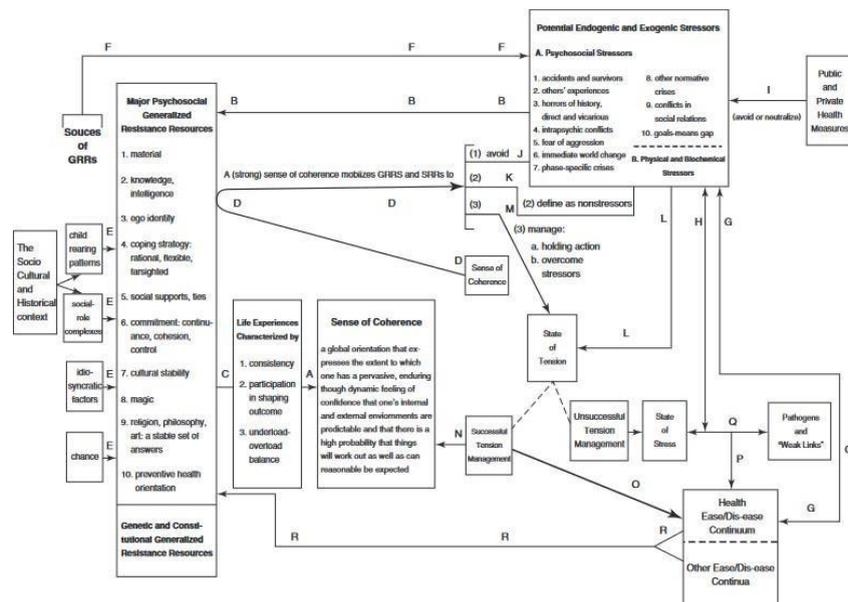
GRR (*General Resistance Resources*) merupakan faktor biologis, fisik, dan psikososial yang mampu membuat seseorang lebih mudah memandang hidupnya dengan lebih konsisten, teratur, dan mudah dimengerti. GRR ini dapat berupa material, pengetahuan atau kecerdasan, identitas, strategi mengatasi hal-hal, dukungan sosial, komitmen, kestabilan budaya, kepercayaan, dan orientasi kesehatan preventif. GRR ini akan membawa seseorang kepada satu rangkaian pengalaman hidup yang bermakna dan koheren (bersangkut paut, berhubungan)



and thus preventing tension from being transformed into stress.

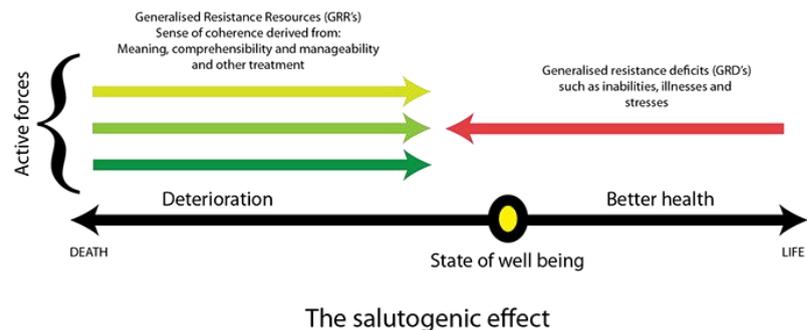
Gambar 2. 3 Definisi GRR  
Sumber : Antonosvky (1979)

Ketika seseorang mengalami pengalaman-pengalaman dalam hidupnya, hal itu membentuk SOC (*Sense of Coherence*). SOC yang kuat akan memungkinkan seseorang untuk mengkoordinasi GRR yang tersedia kapan saja untuk menghadapi pemicu stress baik secara endogenik maupun eksogenik.



Gambar 2. 4 The Salutogenic Model  
 Sumber : Antonovsky (1979)

Tiga cara seseorang dalam menghadapi stress adalah menghindari, menganggap hal itu bukan pemicu stress dan menghadapinya. Berbagai pemicu stress akan membentuk *state of tension* atau keadaan tegang. Orang yang menghadapi stress akan melakukan sebuah aksi dan mengatasi stress tersebut akan membawanya kepada titik *state of tension* atau keadaan ketegangan dalam stressnya. Dalam konsep patogenesis, ada kegagalan seseorang dalam menangani pemicu stress ini sehingga ia berada di titik *state of stress* atau keadaan stress.



Gambar 2. 5 The Salutogenic Effect  
 Sumber : Antonovsky (1979)

Namun dalam konsep *salutogenic*, ketika seseorang memiliki SOC yang kuat untuk menghadapi pemicu stress dan sampai pada titik *state of stress*, orang tersebut akan mampu mengatur ketegangan yang terjadi dan tidak berlanjut pada *state of stress*. Dan hal ini akan memperkuat lagi SOC yang sudah ia miliki. Orang-orang yang merasa lingkungannya dapat dikelola atau dimanfaatkan (*manageable & support*), bahkan jika sekitarnya penuh dengan hal-hal yang dapat menyebabkan stress, mampu mengembangkan *sense of coherence*-nya dan lebih mampu mempertahankan kesehatannya. Dilani menyatakan, kesehatan adalah sebuah proses, yang terdiri dari faktor psikososial, gaya hidup, dan pengalaman.

Konsep salutogenik yang dikembangkan oleh Antonovsky kemudian dipelajari oleh seorang arsitek di tahun 1990-an, yakni Alan Dilani, yang kemudian menyatakan bahwa teori salutogenik dapat diterapkan juga di desain fisik suatu bangunan atau ruang. Dilani menciptakan teori '*Psychosocially Supportive Design*' atau desain yang mendukung secara psikososial. Desain ini akan meningkatkan kesehatan seseorang melalui desain dari lingkungan fisiknya (Ziegler & Ends, 2014). Implementasi dari *Psychosocially Supportive Design* ini harus mampu mendukung *sense of coherence* yang menstimulasi dan mendorong perkembangan manusia baik secara mental dan sosial (Karaca, 2018). Desain salutogenik berfokus pada dampak dari faktor desain yang mampu membentuk komunitas yang sehat:

- a. Mengembangkan desain kawasan urban yang menstimulasi perilaku-perilaku hidup sehat, dan
- b. Mendukung usaha pencegahan penyakit dan peningkatankesehatan

Strategi desain salutogenik bukan sekadar hanya dapat diterapkan di fasilitas kesehatan, healing spaces (Millard, 2012). Desain salutogenik harus diterapkan di seluruh aspek dan area di kehidupan sehari-hari manusia untuk membangun keseimbangan pikiran, tubuh, dan jiwa yang sehat dan mampu menghasilkan perasaan sejahtera atau wellness (Mazuch, 2017).

#### **2.2.4 Penerapan *Salutogenic Architecture* (Jan Golembiewski)**

Setelah Antonovsky dan Dilani menguraikan teori dan hasil penelitiannya, Jan Golembiewski, arsitek yang mempelajari hubungan antara lingkungan dan kesehatan mental, menyatakan dalam bukunya *Start Making Sense* bahwa:

*“Salutogenic theory is a particularly useful tool as it is specific and easily applied to an architectural application”*

Menurut Golembiewski. *comprehensibility* mencakup perhatian seseorang pada tekstur dan material, kemampuan mengontrol dimensi sebuah ruang dan menetralkan fitur-fitur lingkungan. *Manageability* berhubungan dengan kemudahan akses terhadap fasilitas olahraga atau adanya jendela yang mudah dibuka tutup. Sedangkan *meaningfulness* merujuk pada hubungan personal atau kultural seseorang yang dapat ditingkatkan dengan adanya elemen-elemen estetika atau pertimbangan *spatial organization*

seperti menyediakan batas yang jelas untuk area privat. Golembiewski mendukung pernyataan Dilani bahwa hasil implementasi desain salutogenik terbukti efektif di dalam rumah sakit maupun di lingkungan terbangun lainnya. Beliau menyatakan bahwa *manageability*, *comprehension*, dan *meaning* memiliki percabangan terhadap arsitektur yang signifikan dan merupakan pusat dari desain salutogenik.

### 2.2.5 Prinsip *Salutogenic Architecture*

Prinsip *salutogenic* ini telah dikembangkan secara terukur ke dalam prinsip-prinsip desain untuk menciptakan lingkungan yang mampu mendorong kesehatan dan *well-being* seseorang. Brideau (2015) menguraikan pentingnya *salutogenic* diterapkan dalam pola pikir arsitek untuk menciptakan bangunan-bangunan di masa yang akan datang.

Desain salutogenik dapat diuraikan melalui SOC. Melalui tiga elemen kunci *Sense of Coherence*, dapat diuraikan menjadi faktor-faktor desain:

#### 1. *Comprehensibility*

*Comprehensibility* merupakan memahami situasi dalam masalah atau tantangan yang dihadapi. Komprehensibilitas membutuhkan keteraturan dalam desain, mudah diprediksi, dan mudah dipahami, misalnya dengan menciptakan tatanan visual yang teratur (Dilani, 2015). Komprehensibilitas bukan hanya bagaimana tentang pemahaman spasial, namun juga pemahaman mengenai objeknya. Seseorang mampu memahami lingkungannya melalui konsep, bahasa, objek, bentuk, material, tekstur, emosi, dan ekspektasi yang sudah dikenal. Maka dari itu sangat penting mendesain kawasan yang menyediakan lingkungan yang familiar (Golembiewski, 2017).

## 2. *Manageability*

*Manageability* yaitu menghadapi suatu masalah dengan mengatur sendiri lingkungan dan hidupnya, Hal ini dapat dicapai dengan memberikan kebebasan bergerak melalui pintu dan jendela yang tidak terkunci. Untuk mewujudkan *manageability*, desain harus mampu menjaga proses yang dilakukan makhluk hidup untuk mempertahankan tubuhnya dalam kondisi konstan dan dapat berfungsi normal meskipun ada perubahan pada lingkungan.

## 3. *Meaningfulness*

*Meaningfulness* yaitu menghadapi masalah dengan mencari tau makna dalam masalah dan berusaha untuk mengatasinya dengan baik. *Meaningfulness* dapat dilakukan penyertaan benda-benda bermakna dan interaksi dengan makhluk hidup lain dapat membantu menjadikan lingkungan pasien lebih menyenangkan dan berkesan (organisme hidup dan tumbuhan). *Meaningfulness* atau kebermaknaan merujuk kepada koneksi individu atau kebudayaan yang dapat ditingkatkan dengan estetika atau dengan pertimbangan organisasi spasial ruang (Golembiewski & Inalhan, 2010).

Menurut Dilani (2009) dalam Ziegler (2014) yang menerjemahkan teori salutogenik ke faktor desain lingkungan yang dapat mewujudkan *Sense of Coherence* dapat dilakukan dengan beberapa faktor design :

Tabel 2. 1 Elemen Desain Salutogenic Architecture

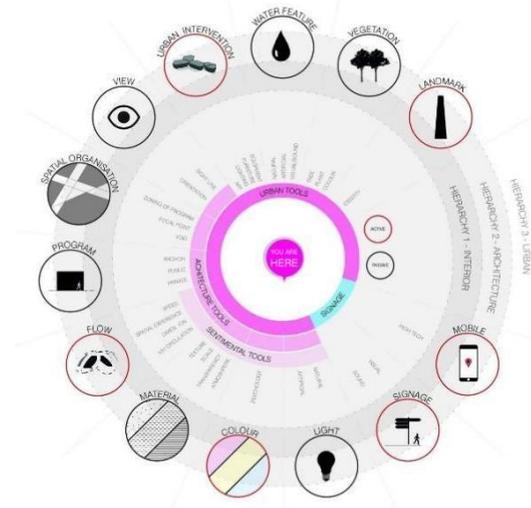
Elemen SOC	Faktor Desain
<i>Comprehensibility</i>	<i>Way-finding/Colours/Nature/Perception/landmark/Pleasure</i>
<i>Manageability</i>	<i>Aesthetic Elements/Natural Light/Green Environments/Stimuli/Interior Design/Restoration/Ergonomic design</i>
<i>Meaningfulness</i>	<i>Social support/music/art/ gym (autonomy/freedom)/pets/views/comfort /positive distractions</i>

Sumber : (Dilani, 2009)

Berdasarkan teori diatas elemen desain *salutogenic* yang mempengaruhi kondisi dari segi psikologis dan sosial untuk dapat diterapkan pada bangunan *Healing Center* antara lain :

### 1. *Comprehensibility*

#### a. *Wayfinding* (UN Studio)



Gambar 2. 6 *Wayfinding*  
Sumber : unstudio.com

*Wayfinding* sangat penting diterapkan dalam bangunan agar membantu seseorang untuk memahami lingkungannya. UN studio menguraikan untuk menemukan jalan terdapat cara aktif yaitu memberikan petunjuk langsung dan cara pasif dengan mendorong reflek derakan

dan emosi manusia. Terdapat 4 klasifikasi *wayfinding* yang dapat diterapkan sesuai dengan skala dan tipologi pada bangunan. Berikut merupakan elemen dalam *Wayfinding* :

Tabel 2. 2 Elemen Wayfinding

Elemen	Keterangan
Material dan warna	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perbedaan material dan warna sebagai identitas fungsi ruang, program dan bangunan</li> </ul>
Tata Ruang	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Program ruang terstruktur</li> <li>• Jenis ruang terdefinisi dengan jelas melalui ukuran dan aksesnya.</li> <li>• Adanya tingkatan ruang</li> <li>• Zonasi ruang memiliki pengelompokkan yang sesuai</li> </ul>
Penanda	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membedakan jenis media yang digunakan sebagai penanda (kata, grafik, digital, dsb.)</li> <li>• Penanda menyampaikan makna yang jelas agar memudahkan dalam membaca</li> <li>• Lokasi penanda yang strategis</li> </ul>
Pemandangan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tidak memblok view</li> <li>• Memiliki garis pandang utama pada bangunan sebagai daya tarik</li> <li>• Memiliki tingkatan dalam melalui garis pandang tanpa ada pemblok view</li> <li>• Garis pandang yang jauh untuk menunjukkan pengunjung apa yang ada di rute selanjutnya untuk menimbulkan rasa penasaran dan eksplorasi</li> </ul>
Sirkulasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pemisahan sirkulasi kendaraan dan pejalan kaki yang jelas</li> <li>• Tidak memblok pemandangan</li> <li>• Terdapat area pusat dalam bangunan yang menyediakan pilihan rute kepada pengunjung bangunan</li> <li>• Adanya titik referensi rute utama dan rute yang fleksibel</li> <li>• Adanya batas yang jelas</li> </ul>

Sumber : unstudio.com

b. *Colours* (TMD Studio)

Menurut Alan Dilani, Warna dapat memengaruhi aktivitas otak dan menciptakan rasa kesejahteraan dan orisinalitas dalam arsitektur. Warna juga memiliki nilai simbolis yang dengan demikian berkontribusi pada identitas bangunan. Menurut Alan Dilani, terdapat dua jenis warna yaitu warna hangat dan dingin, yang disebut warna-warna hangat (merah, kuning dan jingga) yang dianggap memiliki efek pengaktifan, sedangkan apa yang disebut warna-warna dingin (biru, ungu dan hijau) dianggap memiliki efek menenangkan

Warna adalah persepsi sensorik yang memiliki aspek neurologis, efek psikomatis, ergonomi visual, dan efek psikologis warna terhadap manusia TMD Studio (2017). Penentuan warna terhadap suatu elemen atau ruang arsitektural harus disesuaikan dengan prinsip *salutogenic* yang dapat memberikan rangsangan visual positif oleh pengguna. Terdapat beberapa persepsi manusia pada warna dan pengguna dalam bangunan :

Tabel 2. 3 Warna

Warna	Efek	Karakter
<b>Merah</b>	<i>Exciting, stimulating</i>	Warna merah memiliki karakter paling dominan dan dinamis.
<b>Oranye</b>	<i>Exciting, stimulating, cheering</i>	<i>Less masculine</i> dibanding warna merah. Dapat tampil 'murah' atau 'lemah' disaturasi rendah
<b>Kuning</b>	<i>Cheering</i>	Warna paling bahagia. Memancarkan warmth, cheerfulness, inspirasi, dan menandakan pencerahan dan komunikasi.

<b>Hijau</b>	<i>Retiring, relaxing, santai</i>	Melambungkan alam tetapi juga penyakit
<b>Biru</b>	<i>Retiring, relaxing</i>	Menggambarkan transparan, basah, sejuk, menenangkan. biru menurunkan tekanan darah dan denyut nadi
<b>Ungu</b>	menguasai	Ungu menampakkan delicate, rich, atau mengganggu ketenangan dan degenerate.
<b>Pink</b>	<i>Lively, calming</i>	Harus digunakan dengan hati-hati, dianggap sangat feminin namun tergantung nuansa yang digunakan
<b>Coklat</b>	<i>Subduing</i>	Warna coklat pada kayu dan batu dari alam muncul memberikan persepsi aman dan warm.
<b>Putih</b>	<i>Disconcerting</i>	Banyak alasan psikologis dan fisiologis untuk tidak menggunakan warna putih sebagai warna dominan.
<b>Abu-Abu</b>	<i>Netral, calming</i>	Warna abu gagal diterapkan di media psikoterapi, saat ini digunakan dengan berbagai aksen
<b>Hitam</b>	tidak menyenangkan	Hitam dikaitkan dengan kekuatan yang menindas, kegelapan

Sumber : TMD Studio (2017)

### c. Nature

Menurut Alan Dilani, kebanyakan orang ingin memiliki hubungan secara langsung dengan alam dan menghargai lingkungan alam yang beragam, sehingga banyak orang yang ingin menjauh dari kehidupannya sejenak dengan datang ketempat yang tenang dan menyatu dengan alam. Koneksi ke alam dengan menciptakan hubungan bangunan dengan lingkungan sekitar yang saling mendukung dan menyatu satu sama lain. Manfaat kognitif dari

menghabiskan waktu di alam dibahas oleh Berman dkk. di Koay & Dillon (2020). Meningkatkan proses mental seseorang merupakan aspek penting untuk mengatasi kelelahan mental. Peningkatan fokus dan efisiensi merupakan bukti dampak ini.



Gambar 2. 7 *Nature*  
Sumber : Prasko17.blogspot.com

Misalnya, dapat memasang *Healing garden* untuk membantu orang merasa lebih baik dan mengurangi stres. Menurut arsitek lanskap Anggia Murni, *Healing garden* ini menunjukkan bahwa arsitektur lebih dari sekadar struktur dengan memenuhi hasrat mendasar manusia akan makna spiritual dalam lingkungan yang menantang.

d. *Perception* (Peter Zumthor)

Menurut halim (2005) dalam Fikri dan Mahendra (2017) Secara psikologi persepsi merupakan proses seseorang dapat memperoleh informasi maupun lingkungan sekitar dengan pengaruh dari konteks dan situasi sosial, sehingga setiap orang memiliki sudut pandang yang berbeda sesuai dengan pengalaman panca indra.

Ada hubungannya dengan cara seseorang berinteraksi dengan dunia di sekitarnya. Menurut Talarosha (1999), seseorang menerima data tentang lingkungannya melaluipanca indera tradisional yaitu penglihatan, suara, rasa, sentuhan, dan penciuman. Kelima indera membuat pengguna memiliki reaksi yang sangat penting untuk membentuk persepsi pengguna.

Persepsi pertama seseorang terhadap sebuah bangunan ditimbulkan dari atmosfer yang tercipta saat itu (Zumthor, 2006). Zumthor menekankan aspek-aspek sensorik yang membentuk atmosfer dan menstimulasi indra manusia, diantaranya yaitu :

1. *The body of architecture* (arsitektur mampumenyentuh manusia)
2. *Material compatibility* (memiliki beragam materialunik)
3. *The sound of space* (suara yang dihasilkan olehruang)
4. *The temperature of a space* (temperature pada ruang)
5. *Surrounding objects* (Keterkaitan objek dalam ruang)
6. *Between composure and seduction* (interior ruangdapat menarik perhatian)
7. *Tension between interior and exterior* (keseimbanganantara interior dan eksterior)
8. *Levels of intimacy* (tingkat keseimbangan antarbangunan)
9. *The light on things* (bayangan dari cahaya menghasilkan persepsi

e. *Landmark*



Gambar 2. 8 Monuman Nasional (*Landmark* Kota Jakarta)  
Sumber : [Jakartawalkingtour.com](http://Jakartawalkingtour.com)

Menurut Alan Dilani *Landmark* berfungsi sebagai titik referensi di bangunan untuk memudahkan orientasi dan membuat peta kognitif kita tentang lingkungan. Dalam arti luas, *landmark* berfungsi sebagai indikator. Pengunjung suatu wilayah mungkin dapat mengorientasikan dirinya dengan lebih baik dengan bantuan *landmark*. Ciri-ciri alam seperti danau, gunung, lembah, dan perbukitan juga dapat berfungsi sebagai *landmark*. Bangunan terkenal dapat berkembang menjadi segala sesuatu mulai dari bangunan, monumen, *sculpture*, desain perkotaan, jaringan jalan, hingga petak-petak flora. Beberapa fungsi *landmark* adalah:

1. Mempermudah dalam mengenali tempat

Sebuah *landmark*, gerbang, atau titik masuk ke wilayah tersebut semuanya akan menjadi pilihan yang baik untuk titik referensi pertama. Tanpa titik acuan yang dapat diandalkan, lingkungan sekitar akan dipandang negatif.

2. Hierarki suatu wilayah

*Landmark* tidak hanya berguna untuk menunjukkan lokasi, tetapi juga untuk menetapkan hierarki spasial. Pentingnya *landmark* regional

dalam tata ruang kota, jaringan transportasi, dan stratifikasi sosial dapat ditunjukkan dalam beberapa situasi dunia nyata.

### 3. Penunjuk arah

Dalam suatu kawasan maju yang mempunyai penduduk padat dan banyaknya bangunan baik hunian, komersial, pendidikan dan pemerintahan dibutuhkan sesuatu yang menjadi acuan untuk menemukan arah. Adanya landmark yang lebih menonjol daripada bangunan disekitar akan membantu untuk dapat menentukan arah tujuan.

#### *f. Pleasure*

Menurut Syarief (2018) Psikologi lingkungan menunjukkan bahwa perasaan atau emosi dari seseorang dapat menentukan sesuatu yang akan dilakukannya. Perasaan menyenangkan yang dialami di beberapa ruang arsitektur secara langsung terkait dengan berbagai perilaku seperti baik, senang, bahagia, dan ceria sehingga perasaan tersebut menimbulkan kenyamanan dan puas terhadap suatu keadaan. Perasaan menyenangkan akan memberikan peluang bagi pengunjung untuk kembali datang dan berkunjung.

Menurut Lovelock & Wirts (2011) dalam Hakim (2018) terdapat beberapa faktor untuk mencapai perasaan menyenangkan dalam lingkungan fisik suatu bangunan:

#### *1. Ambient condition*

Pencahayaan, suara, suhu, dan bau adalah beberapa faktor lingkungan yang berkontribusi terhadap keseluruhan pengalaman panca indera.

## 2. *Spatial Layout and Functionality*

Tata letak dalam peralatan dan *furniture* yang diatur dan beragamnya barang-barang untuk memfasilitasi bangunan yang dapat mempengaruhi kenikmatan pengunjung.

## 3. *Signs, symbols and artifacts*

Pengunjung dapat lebih mudah menemukan jalan disekitar fasilitas dengan bantuan papan petunjuk dan dekorasi yang menyampaikan informasi dan menciptakan suasana yang diinginkan.

dapat menentukan sesuatu yang akan dilakukannya. Perasaan menyenangkan yang dialami di beberapa ruang arsitektur secara langsung terkait dengan berbagai perilaku seperti baik, senang, bahagia, dan ceria sehingga perasaan tersebut menimbulkan kenyamanan dan puas terhadap suatu keadaan. Perasaan menyenangkan akan memberikan peluang bagi pengunjung untuk kembali datang dan berkunjung.

## 2. *Manageability*

### a. *Aesthetic Elements*

Hardiyani (2019) berpendapat bahwa banyaknya faktor ekonomi, sosial, budaya, antropometri, ergonomis, teknologi, psikologis, harmonis, dan pelestarian lingkungan turut berkontribusi terhadap kompleksitas permasalahan seputar nilai estetika dalam karya arsitektur. Beberapa konsep estetika arsitektur antara lain:

1. Irama (*rhythm*)

Ada dua bentuk ritme berbeda yang digunakan dalam desain bangunan. Irama, baik statis maupun dinamis. Irama statis adalah ritme yang tetap sama dari bar ke bar. Irama yang bersifat dinamis dan selalu berubah, pengulangannya ditentukan oleh kombinasi unsur- unsur.

2. Kesatuan (*unity*)

Harmoni arsitektur dapat dicapai dengan berbagai cara, termasuk melalui penggunaan warna, bentuk, pola, material, dan gaya.

3. Skala (*scale*)

Konsep skala mengacu pada ukuran relatif suatu wilayah tertentu dalam kaitannya dengan lingkungannya dan ciri-ciri fisik lainnya.

4. Hierarki (*point of interest*)

Istilah focal point dapat digunakan secara bergantian dengan gagasan desain arsitektur. Ide dasar desain arsitektur adalah menjadikan sesuatu yang menonjol dari desain lainnya sebagai titik fokus.

5. Keseimbangan (*balance*)

Dalam arsitektur, ada dua jenis keseimbangan. Keseimbangan antara simetri dan asimetri.

6. Sumbu (*axis*)

Dua titik dalam ruang dapat digunakan untuk membuat garis, yang dikenal sebagai garis sumbu, di mana elemen geometris dapat diseimbangkan atau disusun secara simetris. Garis sumbu lazim disebut sebagai garis aksis.

b. *Natural Light*

Menurut Alan Dilani Ada banyak penelitian tentang efek positif cahaya matahari terhadap kesejahteraan psikologis manusia, Kurangnya sinar matahari dapat menyebabkan kesulitan fisiologis dan psikologis. paparan sinar matahari langsung melalui jendela di tempat kerja meningkatkan kesejahteraan pekerja dan berdampak positif pada sikap dan kepuasan kerja mereka. Jendela dapat berkontribusi dengan membiarkan udara segar dan sinar matahari masuk serta memberikan pemandangan. Itu juga bisa menjadi penghubung ke dunia.

Pangestu (2019) dalam buku “Pencahayaannya Alami dalam Bangunan” Selain kegunaan praktisnya dalam memfasilitasi persepsi visual manusia, cahaya alami juga dapat berdampak pada psikologis manusia dengan berkontribusi terhadap lingkungan yang kondusif terhadap tujuan ruang tersebut. Penerangan alami pada siang hari dianggap cukup apabila memenuhi standar yang ditetapkan oleh SNI 03-2396-200 dalam Wijaya (2017) antara pukul 08.00 sampai dengan pukul 16.00 waktu setempat.



Gambar 2. 9 Natural Light  
Sumber : thecoolhunter.net.

Menurut Wijaya (2017) terdapat beberapa Teknikdalam pencahayaan alami di dalam bangunan, yaitu:

- Memperbesar bukaan  
Secara umum, bukaan harus menutupi 40 – 80% permukaan dinding atau 10 – 20% lantai ruangan.
- *Skylight*  
Skylight, dalam arti luas, hanyalah jendela atap. Jendela horizontal, lentera atap, atau oculus mungkin berfungsi di sini.
- Lourve dan kanopi  
Louvre dan kanopi juga dapat digunakan untuk melindungi ruangan dari sinar matahari.

c. *Green Environment*

Kegelisahan dan stress masyarakat dapat dikurangi dengan lingkungan permukiman yang aman, nyaman dan asri. Konsep *green environment* pada kawasan di area bangunan terbukti efektif, sehingga dapat menciptakan lingkungan yang terasa lebih hijau, sejuk dan udara yang terasa lebih nyaman dibandingkan lingkungan sekitarnya dengan menerapkan konsep harmoni dengan alam dengan menjaga kualitas udara dan air.

Mempertahankan produktivitas dan kesehatan mental sepanjang hidup memerlukan suasana hidup yang sehat, dan *Green environment* berupaya menumbuhkan budaya masyarakat yang menghargai perlindungan lingkungan. Ketersediaan udara segar di daerah perbukitan, destinasi wisata alam, dan tatanan bentang alam.

#### d. *Stimuli*

Stimuli atau rangsangan-rangsangan yang bekerja bersamaan dan berinteraksi satu sama lain dengan cara memberikan rangsangan positif menggunakan peraturan elemen fisik maupun non-fisik pada bangunan. Setiap individu memiliki kombinasi unik dari panca indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan sentuhan. Ada beberapa cara panca indera manusia dapat membantu kesembuhan pasien, antara lain :

- **Penglihatan**  
Emosi seseorang sangat dipengaruhi oleh indera tersebut. Pengunjung mungkin akan merasa lebih baik jika disuguhi keindahan alam, warna-warna cerah, dan kreasi seni.
- **Pendengaran**  
Sering kali dikatakan bahwa mendengarkan suara yang merdu dapat membantu seseorang menjadi rileks. Suara-suara yang menenangkan dapat berasal dari berbagai sumber, termasuk:
  - a. **Suara Air** : Efek menenangkan dari suara air dan rasa menyatu dengan alam dikatakan bermanfaat bagi kesejahteraan spiritual seseorang.
  - b. **Suara di alam** : angin, kicauan burung, dan hujandapat membantu orang rileks.
- **Penciuman**  
Aroma alam, masakan, dan bunga, antara lain, dapat memberikan pengaruh yang menyejukkan dan menenangkan seseorang.

- Perasa

Dengan kontak langsung akan merasa cukup puas dibandingkan hanya melihatnya. Merasakan langsung objek yang beragam dengan sifat yang keras atau lunak, rata atau miring, tekstur bentuk tersebut akan dapat merasakan sesuatu. Peraba

Pertumbuhan dan perkembangan anak dipicu oleh pengalaman sentuhan karena mengaktifkan otak. Pemberian tekstur dan material pada bangunan dapat memberikan sensasi meraba pada pengunjung.

e. *Interior Design*

Desain yang baik pada interior bangunan sangatlah penting. Untuk menentukan rancangan interior bangunan yang baik terdapat beberapa elemen dasar menurut Ronin (2009) dalam Ekaputra dan Sudarwani (2014) yaitu:

1. Garis

Garis horizontal, vertikal, dan dinamis bisa membantu membentuk dan memperindah ruangan dengan menggunakan furnitur dan objek-objek serta desain struktural di dalam ruangan.

2. Bentuk

Bentuk merupakan berbagai macam benda fisik di dalam ruangan yang memiliki 3 dimensi. Bentuk biasanya terdiri dari bentuk geometris dan natural.

3. Warna

Warna memiliki kemampuan untuk membangun suasana, menonjolkan fitur ruangan, serta

memberikan ilusi luas ruangan.

#### 4. Penghawaan

Penghawaan yang baik dengan sirkulasi yang baik pada ruang akan memberikan kenyamanan pada pengguna dan bangunan.

#### 5. Material

Penggunaan material yang sesuai dengan konsep ruang dan bangunan akan memberikan keseimbangan dan persepsi yang baik.

#### 6. Ruang

Sebagai fondasi dari desain interior, konsep ruang adalah hal yang paling penting untuk dipahami karena dengan mengerti konsep ruang pemanfaatannya juga akan sebaik mungkin.

#### f. *Restoration*

Menurut Alan Dilani, Lingkungan restoratif harus mengundang, seimbang dengan keindahan estetika, dan memungkinkan orang untuk bercermin manusia menganggap lingkungan alam lebih restoratif daripada lingkungan perkotaan. Oleh karena itu, ketika manusia stress dan Lelah secara mental, alam adalah tempat yang tepat untuk pemulihan. Restorasi merupakan pemulihan untuk mengembalikan kondisi fisik seseorang dengan kondisi yang sama semirip mungkin seperti bentuk semula.

g. *Ergonomic Design*

Menurut *International Ergonomics Association* dalam *Nurmianto* (2003), istilah “ergonomi” berasal dari kata Latin “ergon” (kerja) dan “nomos” (hukum alam), dan secara umum dipahami merujuk pada studi tentang manusia. faktor-faktor yang berkaitan dengan tempat kerja, dengan pertimbangan diberikan pada bidang-bidang seperti anatomi, fisiologi, psikologi, teknik, manajemen, dan desain/perencanaan.

Informasi ini sangat berharga dalam bidang desain interior, yang dapat digunakan untuk menciptakan lingkungan yang benar-benar ergonomis bagi penghuninya. Dengan cara ini, kenyamanan dan efektivitas suatu ruang meningkat. Tata letak, desain, dan konstruksi furnitur adalah area di mana perangkat lunak CAD dapat digunakan. Nilai estetis suatu ruang atau perabotannya akan berkurang jika tidak didesain secara ergonomis.

### 3. *Meaningfulness*

a. *Social support*

Memiliki hubungan sosial yang suportif penting untuk menjaga kesehatan dan kesejahteraan, dan fitur-fitur di lingkungan mampu memfasilitasi dan membentuk peluang-peluang terjadinya aktivitas sosial. Menurut GCPH (2013) Area publik yang dipelihara dengan baik, atraktif, dan terasa aman membuka peluang adanya aktivitas sosial dan mendorong orang-orang untuk memprioritaskan perilaku dan kegiatan yang dilakukan bersama

dibanding ke giatan individual. Maka penting untuk mengidentifikasi faktor- faktor desain yang mendorong interaksi sosial, seperti:

1. Membentuk aktivitas yang atraktif dan area yang mengundang
2. *Meeting points*
3. Membentuk area di mana orang-orang mampu berpartisipasi dalam aktivitas sosial dan budaya
4. Mengadakan aktivitas yang mampu mewadahi berbagai kelompok sosial (untuk anak-anak, lansia,dll.)
5. Menyediakan area terbuka agar pengunjung dapat menggunakannya sebagai media observasi seperti taman, squares, teras, dan lainnya.
6. Fasilitas rekresional dan taman-taman yang berkualitas baik.
7. Area bermain yang aman dan *sociable*
8. Jalan setapak yang ramah pedestrian dan pola jalanan yang menggugah secara social
9. Area publik untuk mendorong orang-orang berolahraga

b. *Music*

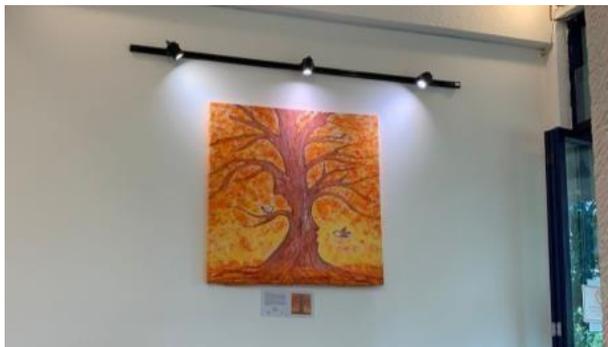
Menurut Alan Dilani, musik dapat meningkatkan kesehatan, karena musik dapat menyebabkan penurunan aktivasi sistem saraf simpatik, menurunkan frekuensi jantung dan pernapasan, serta meningkatkan suhu tubuh, sehingga musik dapat menjadi metode yang efisien untuk mengurangi pengaruh fisiologis negatif ketika seseorang menderita kecemasan dan stres. Hal tersebut tanpa disadari bisa menjadi jenis terapi

pengobatan mandiri kesehatan mental.

Menurut Kamilia dan Erwindi (2020) musik dapat mengelola maupun mengatur emosi pada stress dalam kehidupan sehari-hari karena musik memiliki kapasitas yang mengalihkan perhatian dan melibatkan pendengaran dalam cara kognitif dan emosional. Menurut Kamilia dan Erwindi (2020) persepsi genre musik yang cocok didengarkan untuk menangani kesehatan mental yaitu genre jazz, classical, dan easy listening. Oleh karena itu, mendengarkan music merupakan suatu aktifitas yang bersifat *psychological self- help*. Beberapa fungsi musik dalam kehidupan menurut Meriam (1968) dalam Kamilia dan Erwindi (2020) yaitu :

1. Secara estetika menyenangkan
2. Berfungsi sebagai sumber istirahat dan rekreasi
3. Sebagai sarana mengekspresikan diri.
4. Representasi simbolis
5. Respon fisik
6. Media terapeutik (penyembuhan)
7. Memelihara kontinuitas dan stabilitas budaya
8. Alat untuk Mengajar dan Belajar

c. *Art*



Gambar 2. 10 Seni pada Bangunan *The Sanctuary Wellness Center*  
Sumber : Dokumentasi Penulis (2023)

Menurut Alan Dilani, Untuk memahami makna sebuah lukisan, seseorang seringkali harus memahami bagian-bagiannya yang berbeda untuk memahami keseluruhan lukisannya. Selama mengamati lukisan, seseorang dapat mengalami kegembiraan, partisipasi, ketidaknyamanan, atau minat. Tanggapan emosional dan kognitif ini disebut pengalaman estetika dan pengalaman ini sering mengarah pada pengalaman yang positif, memuaskan, dan bermanfaat bagi pengunjung.

Menurut Dr. Rajiv Kovil yaitu seorang sekretaris *united* diabetes forum, kesejahteraan fisik, mental, dan emosional semuanya mendapat manfaat dari penggunaan seni terapeutik. Karya seni di rumah sakit dan pusat kesehatan lainnya dapat membantu pasien rileks dan merasa nyaman. Seni di ruang tunggu rumah sakit telah terbukti menurunkan ketegangan dan kecemasan pasien, menurut sebuah penelitian yang diterbitkan dalam *Journal of Alternative and Complementary Medicine*.

Beberapa cara di mana seni dapat membantu pencegahan penyakit adalah sebagai berikut:

1. Terapi musik

Efek positif musik terhadap kesehatan mental dan fisik seseorang telah dikonfirmasi secara ilmiah. Para peneliti menemukan bahwa terapi musik membantu pasien mengurangi rasa sakit dan kecemasan, dan mempublikasikan temuan mereka di *Journal of Music Therapy*.

2. Terapi seni

Depresi, kecemasan, dan gangguan stres pascatrauma (PTSD) hanyalah beberapa gangguan

kesehatan mental yang dapat dibantu dengan terapi seni.

### 3. Terpai tari

Terapi tari melibatkan penggunaan gerakan dan tarian untuk meningkatkan kesejahteraan emosional, kognitif, dan fisik. Terapi tari telah terbukti efektif dalam mengobati kondisi seperti obesitas, diabetes, dan depresi.

#### d. *Gym*

*Gym* adalah tempat atau lokasi untuk melaksanakan kegiatan latihan olahraga seperti senam, atletik, dan kardio. Namun saat ini *gym* sering kali diartikan sebagai pusat latihan kebugaran dengan berbagai macam peralatan olahraga yang dapat digunakan untuk program latihan.

Tentunya olahraga fisik seperti *gym* sangat bermanfaat bagi tubuh dan berfungsi sebagai mengurangnya negatif stress karena dengan berolahraga akan memompa endorphen, mengurangi efek negatif dari stress, dan meningkatkan suasana hati. Untuk saat ini banyak peminat untuk *gym* yang tidak hanya latihan fisik, namun juga untuk menjaga mental agar tetap sehat dan stabil.

#### e. *Autonomy/freedom*

Kebebasan sangatlah penting untuk mengurangi stress. Menurut Sari dkk (2018) Karena bahayanya terhadap prasa otonomi mereka, orang lebih mungkin menderita stres jika mereka tidak mampu menyesuaikan diri dengan keadaan yang mereka hadapi. Mengurangi stress dengan kegiatan-kegiatan yang menyenangkan dan positif akan memberikan kebebasan maupun kepuasan bagi seseorang.

Dalam arsitektur kebebasan juga berupa mengatur sendiri nilai artistik dalam merancang dan seberapa besar kebebasan berekspresi dalam sebuah bangunan. Kebebasan berekspresi dalam suatu bangunan tentunya memiliki nilai yang berbeda-beda disetiap sudut pandang.

f. *Pets*

Dengan memelihara dan mengadopsi hewan peliharaan dapat memberikan banyak manfaat untuk kesehatan mental pemiliknya. Memelihara hewan dapat mengurangi stress dan mencegah resiko depresi yang dialami oleh pemiliknya.

Manfaat memelihara hewan dengan aktivitas merawat dapat mengalihkan perhatian pemiliknya dari hal yang negatif, sehingga minim akan stress. Dengan menikmati momen saat merawat hewan peliharaan maka akan menghasilkan perasaan bahagia dan nyaman ketikabermain bersama hewan peliharaan. Menurut artikel terdapat beberapa hewan yang mampu mengatasi stress yaitu kucing, anjing, ikan hias, burung dan kura-kura.

g. *Views*



Gambar 2. 11 Pemandangan Alam  
Sumber : Dokumentasi Pribadi (2023)  
Menurut Hikmah dkk (2022). Suasana yang

tenang, pemandangan yang menakjubkan, dan udara yang bersih dapat membantu beristirahat dan melepas penat. Dalam sebuah penelitian yang diterbitkan dalam *Journal of Environmental Psychology*, peneliti menemukan bahwa partisipan yang terpapar mengalami penurunan gejala depresi dan kecemasan yang signifikan setelah melihat pemandangan alam.

Suasana alam terbukti memberikan efek baik pada suasana hati dan kesehatan psikologis. Faktor-faktor itu didasarkan dari pemandangan visual dari keindahan dan warna alam. Pemandangan alam memberikan perasaan bahagia, senang, dan gembira, sehingga mengurangi rasa cemas, stress, dan lelah.

#### h. *Comfort*

Menurut artikel Alta Integra, beberapa jenis kenyamanan yang harus diberikan oleh suatu tempat antara lain kenyamanan mata dan telinga (pencahayaannya dan akustik), kenyamanan tubuh (ergonomi dan sirkulasi), dan kenyamanan udara (suhu, kelembapan, sirkulasi udara, polusi).

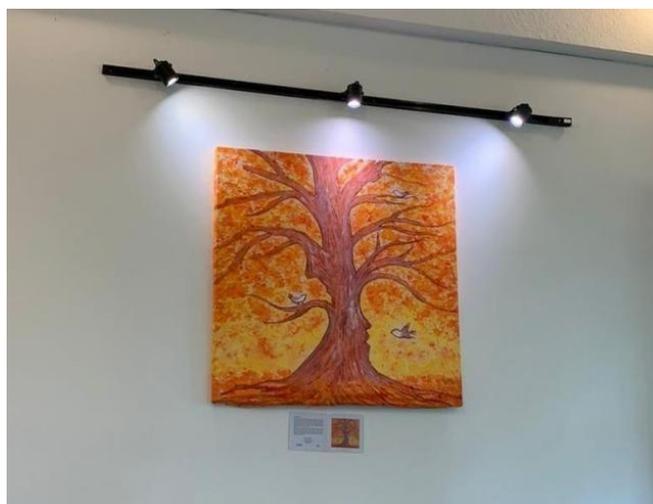


Gambar 2. 12 Kenyamanan  
Sumber : altaintegra.com

Menurut Mom & Wieseborn (1940) dalam Mannan (2007) Kondisi termal sejuk nyaman adalah antara 20,5°C – 22,8°C (TE), nyaman optimal adalah antara 22,8°C – 25,8°C (TE), dan panas nyaman adalah antara 25,8°C – 27,1°C (TE). Orientasi bangunan, tempat berlindung, ventilasi alami, kelembapan atau pengeringan udara, jenis konstruksi, kualitas termal bangunan, pengeringan udara, peredam udara, serta pemanasan dan pendinginan merupakan metode desain yang dapat meningkatkan kenyamanan termal.

i. *Positive Distractions*

Menurut Ulrich (1991) dalam Prameswari dan Indrawan (2021) *positive distraction* yang menyenangkan adalah segala sesuatu di sekitar seseorang yang menimbulkan sensasi bahagia, menangkap dan mempertahankan perhatian seseorang, dan untuk sementara mengalihkan pikiran seseorang dari ide-ide negatif yang membebani



Gambar 2. 13 *Positive Distraction*  
Sumber : Dokumentasi Penulis (2023)

*Positive distraction* dapat berupa sebuah seni, vegetasi maupun suasana nostalgia yang dapat membuat pengguna dan pengunjung terdiam memikirkan dan mengalihkan dari emosi negatif yang sedang dialaminya dan menimbulkan emosi positif, sehingga mempercepat pemulihan.

### 2.2.6 Kriteria *Salutogenic Architecture*

Berdasarkan hasil dari tinjauan literatur pada prinsip desain *Salutogenic Architecture* yang diterapkan dalam bangunan. Berikut terdapat beberapa kriteria dalam prinsip *Salutogenic Architecture* diantaranya yaitu :

Tabel 2. 4 Kriteria *Salutogenic Architecture*

Kriteria		
No.	Prinsip	Keterangan
1.	<i>Wayfinding</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Program dan zonasi ruang terstruktur</li> <li>• Lokasi penanda strategis, jelas, dan membedakan jenis media.</li> <li>• Terdapat area pusat pada kawasan bangunan dan tidak memblok</li> </ul>
2.	<i>Color</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Penggunaan warna yang menenangkan, alami, hangat dan netral (hijau, biru, putih, coklat dan abu-abu)</li> </ul>
3.	<i>Nature</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Penggunaan bukaan pada area yangterkoneksi langsung dengan alam</li> <li>• Menghadirkan alam dalam bangunan.</li> <li>• Memakai material alami</li> </ul>
4.	<i>Perception</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menggunakan material yang beragam</li> <li>• Bentuk bangunan yang menarik</li> <li>• Pencahayaan yang menghasilkan bayangan.</li> </ul>
5.	<i>Landmark</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Landmark</i> alami (bukit, gunung, danau, lembah, dll) dan buatan (monumen, <i>sculpture</i>, alur jalan, dan vegetasi).</li> </ul>
6.	<i>Pleasure</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lingkungan berkaitan dengan 5 indera, pencahayaan, music, suhu dan aroma.</li> <li>• Menghadirkan fasilitas umum yang beragam.</li> </ul>

7.	<i>Aesthetic Element</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Keseimbangan dalam pola yang berirama, kesatuan, bentuk, warna dan menghadirkan point of interest</li> </ul>
8.	<i>Natural Light</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memaksimalkan bukaan pada bangunan</li> <li>• Menggunakan <i>sunshading</i> untuk membuat jatuh bayangan matahari lebih halus</li> </ul>
9.	<i>Green Environment</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menghadirkan lingkungan hijau dalam bangunan</li> <li>• Mempertahankan lingkungan alami pada tapak</li> <li>• Mempertahankan kontur pada tapak</li> </ul>
10.	<i>Stimuli</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bangunan dan lingkungan menghadirkan ransangan positif dengan berkaitannya 5 indera manusia.</li> </ul>
11.	<i>Interior Design</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menyatukan konsep interior dari segi bentuk yang tidak kaku, warna yang menenangkan, pencahayaan alami, penghawaan alami dan material alami.</li> </ul>
12.	<i>Restoration</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pemulihan dengan memiliki keseimbangan dalam keindahan estetika dan pemandangan alam yang menarik.</li> </ul>
13.	<i>Ergonomic Design</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menggunakan desain tata letak dan <i>furniture</i> yang sesuai dengan manusia.</li> </ul>
14.	<i>Social Support</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menghadirkan taman, area bermain, area terbuka, dan area public</li> </ul>
15.	<i>Music</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menghadirkan suara-suara dari alam</li> <li>• Menghadirkan kegiatan soundbath untuk menenangkan pikiran.</li> </ul>
16.	<i>Art</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menghadirkan seni berupa lukisan, patung, dll</li> </ul>
17.	<i>Gym</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menghadirkan gym area outdoor agar dapat terkoneksi langsung dengan alam.</li> </ul>
18.	<i>freedom</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menghadirkan taman, area bermain, area terbuka, dan area public</li> <li>• Memaksimalkan view yang terkoneksi langsung dengan alam.</li> </ul>
19.	<i>Pets</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menghadirkan kolam ikan</li> <li>• Menghadirkan suasana alami yang ramah untuk hewan</li> </ul>
20.	<i>Views</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperllihatkan pemandangan alam dan usahakan bangunan tidak memblok view.</li> </ul>
21.	<i>Comfort</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memiliki sirkulasi yang luas untuk kenyamanan dalam gerak</li> <li>• Menghadirkan kenyamanan indera yang saling terkoneksi.</li> <li>• Menggunakan bentuk yang organik untuk kenyamanan bentuk</li> </ul>
22.	<i>Positive Distraction</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menghadirkan seni, bentuk dan material yang beragam</li> <li>• Memperllihatkan langsung pemandangan ke alam</li> </ul>

Sumber : Analisis Penulis (2023)

## 2.1 Tinjauan Stress

### 2.1.1 Definisi Stress

Kapasitas individu dalam mengatasi stres terancam dan terhambat oleh kondisi atau peristiwa yang menyebabkan stres, sebagaimana didefinisikan oleh Santrock (2003) dalam Santoso & Sutisna (2020). Ketika seseorang merasa terancam, tertekan, atau mengalami perubahan signifikan, tubuhnya bereaksi dengan stres. Perasaan putus asa, gugup, marah, atau gembira juga dapat menyebabkan stres. Tingkat Stress

Setiadi dan Hlim (2019), mengutip penelitian yang dilakukan pada tahun 2007 terhadap pasien di klinik kesehatan masyarakat (puskesmas) di sekitar Jakarta, melaporkan bahwa tingkat streswarga Jakarta telah mencapai tahap kritis, dengan skor di atas lima dalam skala satu hingga sepuluh. Menurut uraian hubungan stres oleh Potter & Perry (2006) yang dikutip dalam Widyaningrum(2015):

- a. Setiap orang biasanya merasakan stres pada tingkat tertentu, dan meskipun stres ringan tidak berbahaya bagi tubuh, stres sedang dan berat dapat meningkatkan risiko penyakit.
- b. Durasi stres sedang berkisar dari beberapa jam hingga beberapa hari. Contohnya kesepakatan yang belum selesai, beban kerja yang berlebih, mengharapkan pekerjaan baru, anggota keluarga pergi dalam kurun waktu yang cukup lama.
- c. Stres berat adalah stres kronis yang terjadi beberapa minggu sampai beberapa tahun, misalnya hubungan suami istri yang tidak harmonis, kesulitan finansial dan penyakit yang lain.

Tabel 2. 5 Hubungan antara Sindrom Stres, Level Stres, Gejala, Cara Mengatasi, dan Jenis Terapi

<b>Sindrom Stres</b>	<b>Level Stres</b>	<b>Gejala/Keluhan</b>	<b>Cara Mengatasi</b>	<b>Jenis Terapi</b>
<b>Tahap 1 Alarm Stage</b>	Tahap I	Merasa senang, over acting, mampu menyelesaikan pekerjaan dengan cadangan energi yang menipis	Berkumpul, menenangkan diri, berlatih fisik	Terapi fisik
	Tahap II	Mulai hilang rasa bahagia, letih waktu bangun pagi, lelah sesudah makan siang, jantung berdebar-debar, otot punggung tegang, tidak bisa santai	Menenangkan pikiran, bersantai, melawan rasa lelah	Terapi musik, terapi warna
<b>Tahap 2 The Stage of Resistance</b>	Tahap III	Gangguan usus dan lambung (gastritis, diare), tegang otot makin terasa, meningkatnya emosional, insomnia, sistem koordinasi terganggu (pingsan)	Meningkatkan konsentrasi, menenangkan diri, berlatih fisik	Relaksasi meditasi, terapi mandala
	Tahap IV	Sulit bertahan hingga waktu sehari, pekerjaan makin membosankan dan sulit, tidak mampu merespon secara memadai, sikap negativisme (tidak bergairah), menurunnya daya ingat dan konsentrasi, takut dan cemas tanpa sebab	Meningkatkan konsentrasi, meningkatkan metabolisme tubuh	Relaksasi meditasi, terapi mandala
<b>Tahap 3 The Third and The Final Stage/The Exhaustion Stage</b>	Tahap V	<i>Physical and psychological exhaustion</i> , tidak mampu menyelesaikan pekerjaan ringan dan sederhana, gastro intestinal disorder, peningkatan rasa takut, cemas, mudah bingung, merokok	Meningkatkan konsentrasi, meningkatkan metabolisme tubuh, konsultasi	Relaksasi art therapy, konsultasi, penanganan medis
	Tahap VI	Jantung berdebar sangat kencang, susah bernafas, badan gemetar, dingin, dan keringet bercucuran, ketiadaan tenaga, pingsan	Menurunkan denyut jantung, menenangkan diri, melakukan kegiatan santai, konsultasi	Konsultasi, perawatan

Sumber : Setiadi dan Halim (2019)

### 2.1.2 Sumber-Sumber Stress

Sumber atau penyebab stres mental dapat dipecah menjadi empat kategori, seperti yang dijelaskan oleh Maramis dalam Sunaryo (2002):

a. Frustrasi

Baik faktor internal (kelemahan dan kegagalan usaha) maupun faktor eksternal (kecelakaan, bencana alam, kehilangan orang yang dicintai, guncangan ekonomi, pengangguran, perzinahan, dll.) dapat menyebabkan perasaan frustrasi ketika faktor-faktor tersebut menghalangi upaya seseorang untuk mencapai tujuan.

b. Konflik

Ketika orang mengalami kesulitan dalam memutuskan antara keinginan, kebutuhan, dan tujuan yang saling bersaing, konflik sering kali terjadi.

c. Tekanan

Kehidupan sehari-hari mungkin menuntut, yang dapat menyebabkan perasaan stres. Sumber stres internal mencakup standar pribadi dan ekspektasi sosial yang terlalu tinggi.

d. Krisis

Krisis adalah kejadian tak terduga yang membuat seseorang merasa kewalahan. Kondisi stres yang dialami seseorang mungkin timbul karena beberapa sebab yang saling terkait, seperti frustrasi, konflik, dan tekanan.

### 2.1.3 Stress Kota Jakarta

Stres berada pada titik tertinggi sepanjang masa di Jakarta. Bahkan, pada tahun 2021, Jakarta akan menjadi salah satu dari 10 kota di dunia dengan tingkat stres tertinggi. Jakarta menduduki peringkat 10 dalam *The Least and Most Stressful Cities Index* (2021) versi VAAY pada

Mahdi (2022), dengan skor keseluruhan 41,8 pada skala 0 (stres sangat rendah) hingga 100 (stres sangat tinggi). Skor tersebut diukur dari indikator keselamatan dan keamanan, kestabilan sosial-politik, kesetaraan gender dan minoritas, kepadatan penduduk, kemacetan lalu lintas, cuaca, polusi udara, dan polusi suara, tingkat pengangguran, stres finansial, keamanan social, berkurangnya ruang terbuka hijau kesehatan mental, kurang optimalnya transportasi publik akses ke layanan kesehatan, kelelahan bekerja, dan dampak stres dalam merespons Covid-19.

## 2.2 Studi Preseden Objek

### 2.2.1 *The Sanctuary Wellness Center*



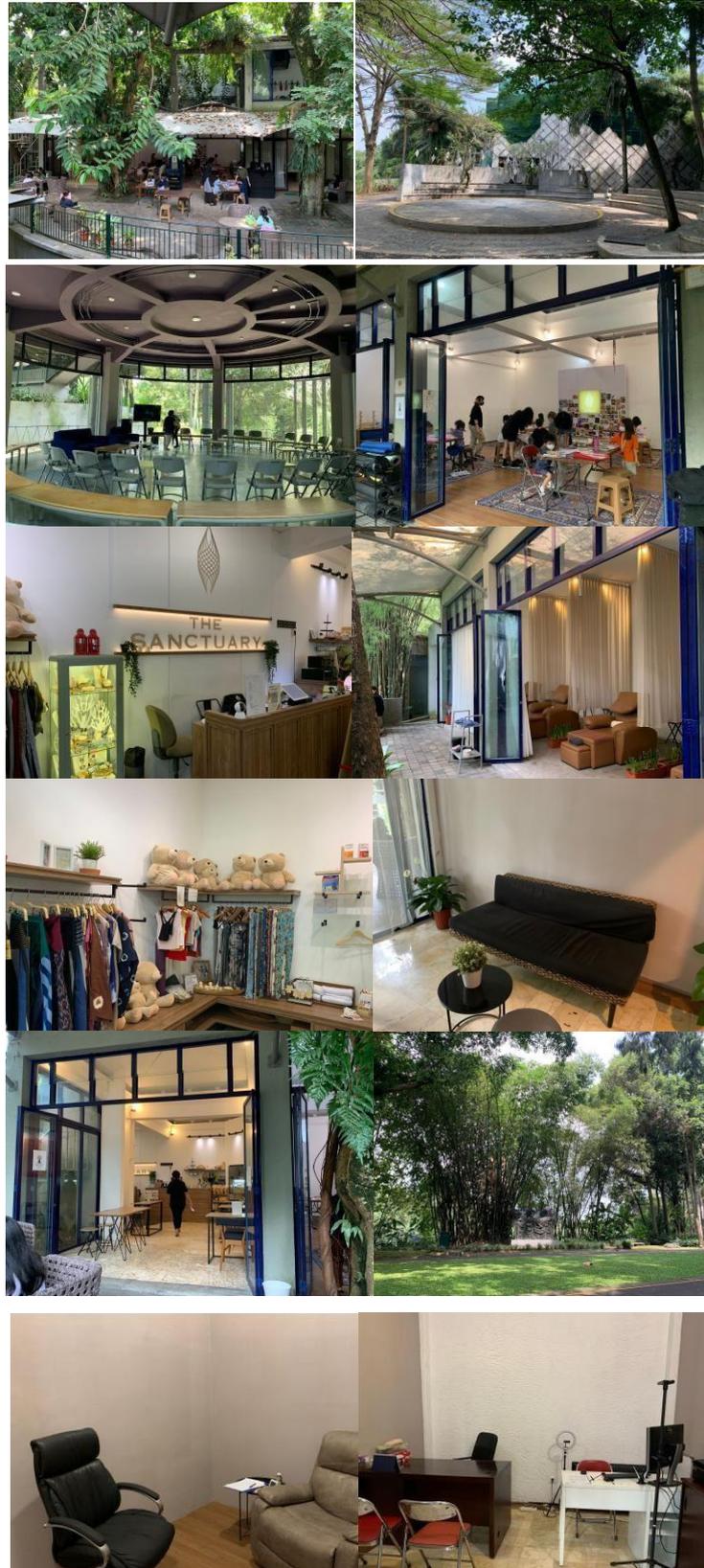
Gambar 2. 14 *The Sanctuary Wellness Centre*  
Sumber : dokumentasi pribadi (2023)

*The Sanctuary Wellness Centre* merupakan platform kesehatan yang mengakomodir aktivitas untuk menyehatkan fisik, mental, emosional dan spiritual. *The Sanctuary Wellness Centre* berlokasi di Kabupaten Bandung Barat, Jawa Barat. Beragam aktivitas yang ditawarkan di *The Sanctuary Wellness Centre* untuk manusia menemukan kesejahteraan yaitu dengan kesatuan antara tubuh, pikiran dan jiwa yang dapat merespons positif stress yang dihadapi.

Tabel 2. 6 Aktivitas *The Sanctuary Wellness Centre*

No	Program	Aktivitas
1.	Yoga	Basic yoga, hatha vinyasa yoga, vinyasa yoga, ashtanga yoga, postural correction, body awareness Iyengar style, power yoga, inside flow, somatic yoga, yoga for spine treatment, prenatal & post natal yoga dan yoga for kids.
2.	Body movement	Dance class, dance teens, dance kids, salsa, harmony & longevity, dan taichi.
3.	Martial art	Muaythai, brazilian jiu jitsu, hapkido, aikido, shinkendo, dan boxing.
4.	Sensory education	Montessori (playful class 0-3 tahun dan joyful class 3-6 tahun)
5.	Traditional chinese medicine	Konsultasi, akupunktur, cupping, phlebotomy, moxibustion, dan daoyin.
6.	Mind & soul	Meditasi, pranic healing, dan healing
7.	Terapi	Terapi soundbath, art therapy, personal adjustment therapy, hypnotherapy, dan bars therapy.
8.	Body treatment & relaksasi	Reflexology, totok wajah, dan body message.
9.	Layanan psikologi	Konsultasi perkawinan/karier/keluarga /psikotes/assessment graphology

Sumber : Analisa penulis (2023)



Gambar 2. 15 Fasilitas *The Sanctuary Wellness Centre*  
Sumber : dokumentasi pribadi (2023)

### 2.2.2 Raga Svara *Wellness Center*



Gambar 2. 16 Raga Svara *Wellness Center*  
Sumber : archdaily.com

Raga Svara *Wellness Center* dibangun pada tahun 2022, berlokasi di Rajkot, India dibangun oleh arsitek Shanmugam *Associates* dengan luas 6.968 m<sup>2</sup>. Raga Svara *Wellness Center* merupakan tempat bersantai untuk mengurangi rasa lelah atau stress dengan bertumpu pada aspek fisik, mental dan spiritual. Bangunan ini didesain dengan menghubungkan bangunan dan lingkungan disekitarnya.



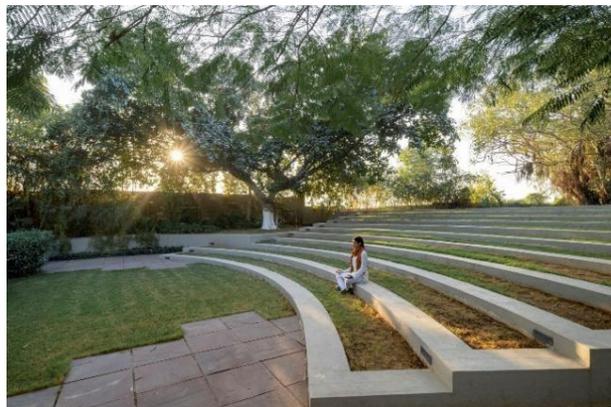
Gambar 2. 17 Masterplan Raga Svara *Wellness Center*  
Sumber : archdaily.com

Raga Svara *Wellness Center* ini memiliki beberapa fasilitas dengan bangunan yang terpisah-pisah dalam satu kawasan sesuai dengan fungsi bangunan. Beberapa fasilitas diantaranya yaitu pintu masuk, area parkir, area staff, restoran, kolam renang, resepsionis, pusat yoga, pusat meditasi, ruang perawatan, *cottage*, *zen garden*, *open air theatre*, *treatment block*, dll.



Gambar 2. 18 Interior Raga Svara Wellness Center  
Sumber : archdaily.com

Interior bangunan ini meliputi elemen atap, dinding, dan lantai yang dirancang khusus untuk memberikan kesan nyaman dan sejahtera bagi pengunjungnya. Seperti di ruang yoga, lantainya terhubung antara bagian dalam dan luar oleh lanskap, dikelilingi oleh beberapa dinding kaca dengan transparansi maksimal untuk menikmati vegetasi yang rimbun dan atap yang terbuat dari lempengan beton yang tidak dipoles.



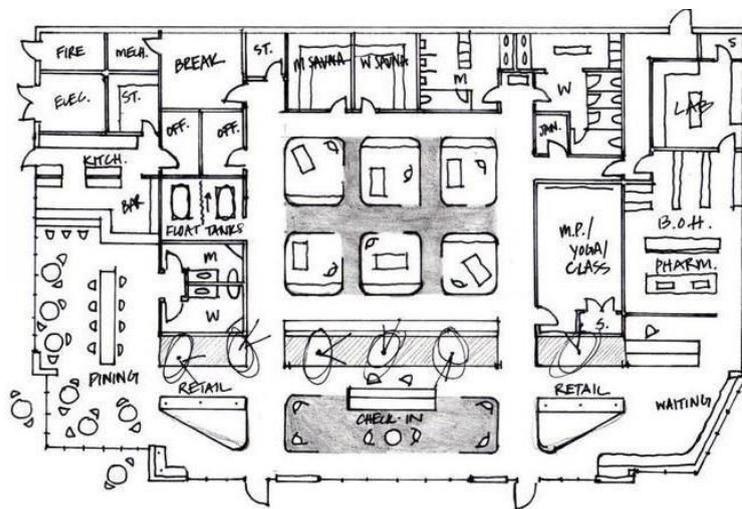
Gambar 2. 19 Taman di area Raga Svara Wellness Center  
Sumber : Archdaily.com

### 2.2.3 *Alive + Well Wellness Center*



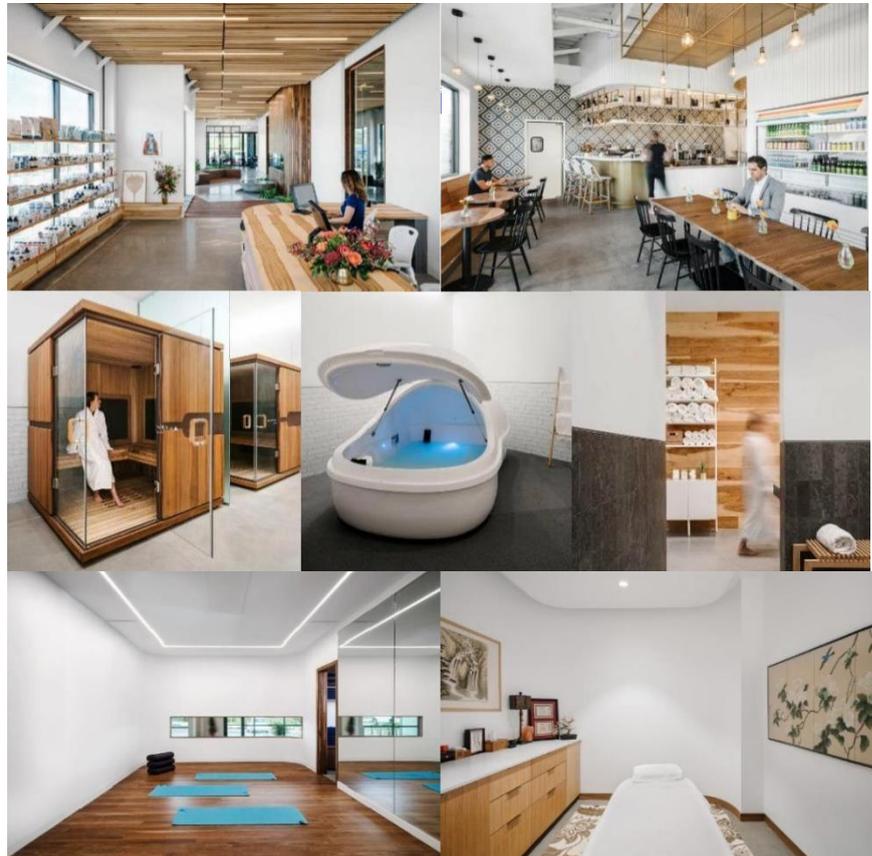
Gambar 2. 20 *Alive + Well Wellness Center*  
Sumber : homeworlddesign.com

*Alive + Well Wellness Center* merupakan pusat kesehatan yang komprehensif yang dirancang dan dibangun berdasarkan filosofi kesehatan holistic. *Alive + Well Wellness Center* berlokasi di Bee Cave, Texas yang dibangun pada tahun 2018 oleh arsitek Matt Fajkus. Bangunan ini menyediakan lingkungan yang nyaman dan santai untuk pikiran, tubuh dan jiwa.



Gambar 2. 21 Sketsa Denah *Alive + Well Wellness Center*  
Sumber : mfarchitecture.com

Beberapa fasilitas yang tersedia di *Alive + Well Wellness Center* yaitu taman *wellness*, *float tanks*, *retail*, ruang tunggu, laboratorium, apotik, ruang konsultasi, ruang tunggu, *café*, ruang sauna, kelas yoga, wc, janitor, dan area penunjang lainnya. Aktivitas di *Alive + Well Wellness Center* sangat beragam diantaranya seperti akupunktur, konsultasi kesehatan, yoga, sauna, relaksasi, dll.



Gambar 2. 22 Fasilitas *Alive + Well Wellness Center*  
Sumber : [homeworlddesign.com](http://homeworlddesign.com)

## 2.2.4 Kesimpulan Hasil Studi Komparasi *Wellness Center*

Kesimpulan studi preseden *Wellness Center* dijelaskan pada table dibawah ini :

Tabel 2. 7 Kesimpulan Hasil Studi Komparasi *Wellness Center*

Elemen Kajian	The Sanctuary Wellness Centre	Raga Svara Wellness Center	Alive + well wellness centre
<b>Visual Bangunan</b>	 <p>Sumber : Dokumentasi Pribadi (2023)</p>	 <p>Sumber : Archdaily.com</p>	 <p>Sumber : Pinterest</p>
<b>Lokasi</b>	Bandung, Jawa barat	Rajkot, India	Bee Cave, Texas
<b>Deskripsi</b>	Bangunan ini berfokus pada penyembuhan jiwa, pikiran dan raga. Bangunan ini memiliki berbagai program dan aktivitas untuk semua kalangan.	Bangunan ini merupakan tempat bersantai untuk mengurangi rasa Lelah atau stress dengan bertumpu pada aspek fisik, mental dan spiritual.	Bangunan ini dibangun dengan menyediakan lingkungan yang nyaman dan santai untuk menyembuhkan pikiran, tubuh dan jiwa.
<b>Tatanan Kawasan</b>	Bangunan ini berada di dalam area perumahan tepatnya didalam kawasan Nuart <i>Sculpture Park</i> .	Bangunan ini berada di area hutan dengan bangunan yang tersebar dalam satu kawasan.	Bangunan ini berada di area perkotaan dengan suasana yang nyaman dan jauh dari keramaian.

<b>Fasilitas</b>	<i>Outdoor amphitiater, Area Workshop, Dom, Ruang Kelas, Resepsionis, Ruang Refleksi, Retail, Taman, Healty café, Pantry, Ruang Tunggu, Ruang Konseling, Ruang Staff, Ruang Komunal, Wc</i>	Area parkir, area staff, restoran, kolam renang, resepsionis, pusat yoga, pusat meditasi, ruang perawatan, <i>cottage, zen garden, open air theatre, treatment block</i> , dll.	Taman <i>wellness, float tanks, retail</i> , ruang tunggu, laboratorium, apotik, ruang konsultasi, ruang tunggu, <i>café</i> , ruang sauna, kelas yoga, wc, janitor, dan area penunjang lainnya
<b>Aktivitas</b>	Yoga, body movement, martial art, sensory education, mind & soul, traditional chinese medicine, body treatment & relaksasi, layanan psikologi dan terapi.	yoga, meditasi, perawatan, <i>cottage, treatment block</i> , dll.	akupuntur, konsultasi kesehatan, yoga, sauna, relaksasi, dll.
<b>Kesimpulan</b>	Setiap objek memiliki fungsi bangunan serupa dengan tatanan kawasan berada dekat dengan alam. Program dan fasilitas yang ditawarkan juga beragam. Maka dari itu, penulis memilih beberapa acuan seperti lokasi yang berada dekat dengan alam dan kawasan seperti raga svara <i>wellness center</i> dengan menghadirkan fasilitas, program serta aktivitas yang disesuaikan dengan kebutuhan pengguna pada lokasi perancangan.		

Sumber : Analisa penulis (2023)

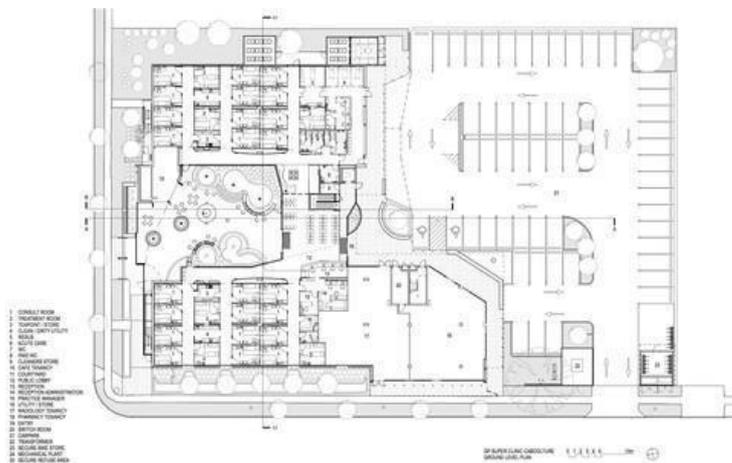
## 2.3 Studi Preseden Pendekatan

### 2.3.1 Caboolture GP *Super Clinic*



Gambar 2. 23 Caboolture GP *Super Clinic*  
Sumber : Archdaily.com

Caboolture GP *Super Clinic* dibangun pada tahun 2015 dan berlokasi di Caboolture, Australia oleh arsitek Wilson. Bangunan ini memiliki luas 3200 m<sup>2</sup> dan dibangun dengan pendekatan *Salutogenic Architecture* untuk perawatan kesehatan yang menghadirkan lingkungan positif melalui desain-desain, sehingga dapat memfasilitasi pasien.



Gambar 2. 24 Site Plan Caboolture GP *Super Clinic*  
Sumber : Archdaily.com

Bangunan ini menghadirkan taman vertikal, atrium dan kolam ikan yang dapat memberikan kesembuhan didalamnya.

Fasilitas pada bangunan ini diantara lain yaitu ruang konsultasi, unit perawatan akut, ruang perawatan, ruang tunggu, ruang kerja, ruang makan, ruang konferensi, ruang seminar, ruang pertemuan, perpustakaan, kafe, apotek, ruang radiologi, ruang patologi, dan gym.



Gambar 2. 25 Interior Caboolture GP Super Clinic  
Sumber : Archdaily.com

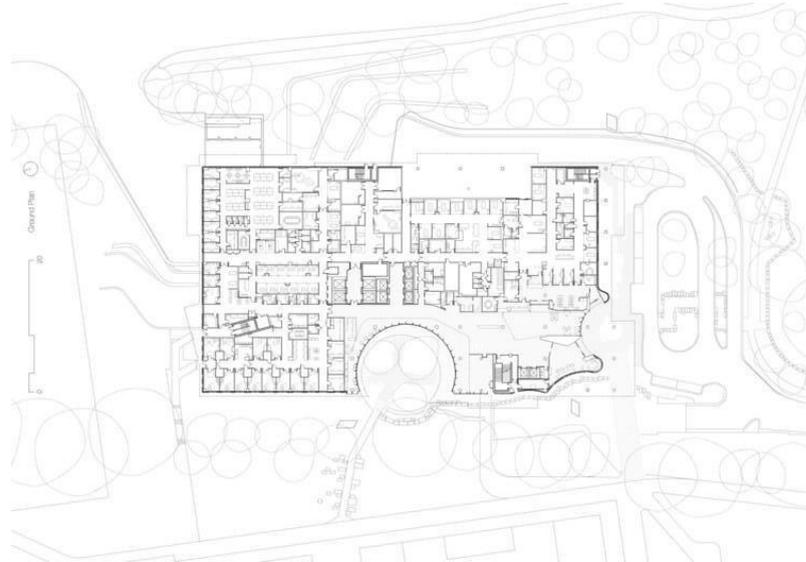
### 2.3.2 Victorian Heart Hospital



Gambar 2. 26 Victorian Heart Hospital  
Sumber : Archdaily.com

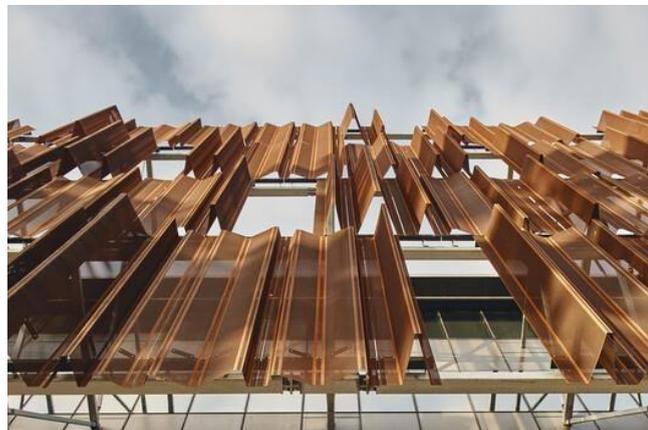
*Victorian Heart Hospital* merupakan rumah sakit jantung yang dibangun pada tahun 2023 oleh arsitek Conrad Gargett dan Wardle yang berlokasi di Clayton, Australia. Bangunan ini menggunakan desain *Salutogenic Architecture* untuk memberikan pengalaman yang sangat personal dan mengurangi tingkat stres

pasien dan keluarga mereka sejak kedatangan hingga ke ruangklinis.



*Gambar 2. 27 Site Plan Victorian Heart Hospital*  
Sumber : Archdaily. Com

Bangunan ini menggunakan *double façade* lipat sehingga menciptakan kualitas cahaya bangunan menjadi lembut. Penggunaan warna, material alami, pencahayaan alami, dan pemandangan yang terkoneksi ke alam membuat bangunan ini memiliki lingkungan penyembuhan.



*Gambar 2. 28 Double Façade Victorian Heart Hospital*  
Sumber : thecoolhunter.net.

### 2.3.3 New Lady Cilento Children's Hospital



Gambar 2. 29 *New Lady Cilento Children's Hospital*  
Sumber : archello.com

Rumah Sakit ini terletak di Brisbane, Australia yang dibangun oleh arsitek Conrad Gargett dan Lyons pada tahun 2014. Rumah sakit ini memiliki luas 115.000 m<sup>2</sup> dengan dua belas tingkat yang merupakan rumah sakit pendidikan spesialis anak yang menyediakan layanan kesehatan tersier dan kuaterner untuk pasien.



Gambar 2. 30 *Perspektif Lady Cilento Children's Hospital*  
Sumber : archello.com

Massa bangunan menghadirkan bentuk seperti terpahat yang menggabungkan ruang hijau dan atap hijau pada lanskap. Eksterior rumah sakit memadukan warna hijau dan ungu yang beraneka ragam dan terinspirasi dari tanaman *Bougainvillea* di taman.



Gambar 2. 31 Interior Lady Cilento Children's Hospital  
Sumber : architectureau.com

Rumah sakit ini menggunakan desain *Salutogenic Architecture* yang mendukung langsung kesehatan dan kesejahteraan pasien. Prinsip desain yang diterapkan pada bangunan antara lain yaitu penanda jalan dan lantai yang jelas, pemandangan yang terkoneksi langsung dengan alam, perpaduan warna, material alami, memaksimalkan cahaya matahari, seni di setiap interior bangunan dan menyediakan lingkungan hijau yang berkelanjutan untuk pasien. Desain bangunan ini mencakup kesejahteraan pasien, pengguna, dan staff sehingga dengan dukungan usaha koherensi dapat mengurangi stress dan kecemasan.

### 2.3.4 Kesimpulan Hasil Studi Komparasi *Salutogenic Architecture*

Kesimpulan studi preseden *Salutogenic Architecture* dijelaskan pada table di bawah ini :

Tabel 2. 8 Kesimpulan Hasil Studi *Preseden Salutogenic Architecture*

<b>Penerapan</b>	<b>Caboolture GP Super Clinic</b>	<b>Victorian Heart Hospital</b>	<b>New Lady Cilento Children's Hospital</b>
<b>Wayfinding</b>	Terdapat penanda jalan dan penanda ruang di area lobby di sisi dinding dengan warna yang berbeda dan ukuran yang cukup besar. Tata letak ruang yang mudah dipahami dan terdapat area taman indoor di tengah bangunan, sehingga memudahkan pengunjung dalam mencari jalan ataupun mengetahui keberadaan posisi pengunjung.	Terdapat penanda jalan penanda ruang di area lobby yang berada disisi plafond yang menyediakan pilihan rute, sehingga tidak memblok view dan penanda mudah di temukan oleh pengunjung. Memiliki bentuk gubahan yang menggabungkan balok dan tabung, sehingga terdapat acuan untuk memudahkan pengunjung dalam mencari jalan.	Penanda jalan disetiap sisi dinding dan lantai bangunan dengan warna yang mencolok dan menggunakan simbol penanda, sehingga sangat memudahkan pengunjung dalam mengetahui keberadaanya saat ini serta mencari tau lokasi ruang didalam bangunan.
<b>Colour</b>	Bangunan ini disominasi warna hijau pada eksterior dan interior bangunan yang dapat memberikan efek santai dan <i>reflexing</i> yang dipadukan dengan warna cokelat alami dari kayu yang memberi kesan hangat dan warna putih yang memberikan kesan luas dan cerah.	Bangunan ini memiliki warna dominan cokelat dari material alami pada eksterior dan perpaduan warna cokelat alami dari kayu yang memberikesan hangat dan warna putih memberikan kesan putih dan luas pada bagian interior bangunan.	Eksterior bangunan didominasi oleh warna hijau dan ungu, sedangkan interior bangunan didominasi oleh warna cokelat alami yang menghangatkan dari material kayu serta beberapa warna yang digunakan untuk penanda jalan yang memberikan kesan ceria.
<b>Nature</b>	Bangunan ini memiliki koneksi langsung dengan alam pada area halaman dan juga terdapat vegetasi di interior bangunan dengan fasilitas taman vertikal .	Bangunan ini tidak memiliki koneksi langsung dengan alam, namun penerapan jendela ditiap sisi bangunan memperlihatkan pemandangan di sekita bangunan	Bangunan ini memiliki akses ke ruang hijau yaitu dengan penerapan taman hijau, dinding hijau, taman halaman <i>private</i> dan pemandangan taman disekitar bangunan.

<b><i>Perception</i></b>	Dengan menghadirkan alam kedalam bangunan serta kolam ikan membuat stimulus total pada bangunan akan memberikan pandangan yang baik bagi pengguna.	Menggunakan kaca pada tiap sisi bangunan, memiliki emphasis pada massa bangunan, tata letak yang seimbang, dan kombinasi material yang digunakan	Persepsi dalam bangunan ini memiliki interior ruang yang menarik, keterikatan objek dalam ruang, dan memiliki warna yang variative.
<b><i>Landmark</i></b>	Landmark pada bangunan ini berupa pendanda yang berada di tampak depan bangunan dengan penunjuk berupa tulisan nama bangunan.	Landmark pada bangunan ini terletak di bentuk massa bangunan yang mencolok yaitu di area lobby yang dapat terkoneksi langsung dengan taman diluar bangunan.	Landmark pada bangunan ini berada di area lobby yang memiliki seni dan warna yang mencolok, taman yang beragam pada bangunan dan eksterior bangunan yang beragam.
<b><i>Pleasure</i></b>	Bangunan ini memiliki kondisi lingkungan yang berkaitan, tata letak bangunan dan <i>furniture</i> yang beragam serta memiliki dekorasi dan penanda yang meningkatkan citra dan suasana hati pengguna.	Bangunan ini memiliki bentuk massa bangunan yang mencolok yaitu di area lobby yang dapat terkoneksi langsung dengan taman diluar bangunan yang memberikan kesenangan untuk pengguna	Bangunan ini memiliki kondisi karakteristik di sekitar lingkungan, tata letak dan bentuk bangunan yang unik serta dekorasi maupun penanda yang beragam juga <i>colorful</i> , sehingga meningkatkan suasana hati pengguna.
<b><i>Aesthetic Element</i></b>	Bangunan ini memiliki pola irama dinamis pada sisi depan bangunan dengan kesatuan warna hijau yang memiliki tone berbeda-beda dan memiliki keseimbangan simetris.	Bangunan ini memiliki pola irama dinamis pada setiap sisi luar bangunan dengan kesatuan warna coklat dan bangunan memiliki keseimbangan yang asimetris	Eksterior bangunan ini memiliki pola irama statis dengan keserasian warna dan bentuk dan memiliki hierarki pada interior bangunan. Bentuk bangunan ini yaitu asimetris.
<b><i>Natural Light</i></b>	Bangunan ini memaksimalkan pencahayaan alami dengan menggunakan bukaan besar dengan jendela dan dinding kaca disisi bangunan, sehingga cahaya matahari dapat menyebar dengan baik.	Bangunan ini memaksimalkan pencahayaan alami dengan menggunakan bukaan besar dengan menggunakan <i>double facade</i> , sehingga cahaya matahari dapat menyebar dengan baik dan kualitas cahaya menjadi lembut.	Bangunan ini memaksimalkan pencahayaan alami dengan bukaan besar yaitu jendela dan dinding kaca disisi bangunan dengan penambahan <i>sunshading vertical</i> sehingga menghaluskan cahaya matahari yang masuk.

<b>Green Environment</b>	Bangunan ini menciptakan lingkungan hijau pada area communal space pada bangunan	Bangunan ini memiliki lingkungan hijau disekitar bangunan	Bangunan ini memiliki lingkungan hijau pada sekitar bangunan dan di dalam bangunan.
<b>Stimuli</b>	Kelima indera terdapat pada bangunan yang menimbulkan rangsangan positif.	Pada bangunan ini terdapat indera penglihatan dengan pemandangan di area bangunan dan indera peraba juga perasa dikarenakan penggunaan material kayu alami.	Bangunan ini memiliki rangsangan positif yang berasal dari indera penglihatan, peraba dan perasa
<b>Interior Design</b>	Interior bangunan ini didominasi oleh penggunaan warna hijau pada dinding dan material kayu, parabol dalam ruang bervariasi dan menggunakan vegetasi vertikal pada kolom bangunan.	Interior bangunan didominasi warna cokelat dari kayu dan warna putih dan menggunakan <i>furniture</i> tanam yang membuat ruang terlihat luas	Interior bangunan didesain dengan penggunaan material kayu dan warna yang beragam sebagai penanda jalan, ruang dan lantai. Dekorasi pada bagian void yang unik memberi kesan menyenangkan untuk anak.
<b>Restoration</b>	Bangunan memiliki tata letak yang seimbang dengan menghadirkan alam pada bangunan yang memberikan pemulihan pada pengguna bangunan.	Bentuk massa bangunan yang mencolok, dapat terkoneksi langsung dengan taman diluar bangunan dan menggunakan kaca pada tiap sisi bangunan yang memberikan pemulihan bagi pengguna	Pemulihan pada bangunan ini terdapat di area taman pada bangunan yang memiliki koneksi langsung dengan alam dan memiliki bentuk massa bangunan yang beragam.
<b>Ergonomic Design</b>	Bangunan sangat ergonomis dengan penataan tata letak ruang dan kesesuaian <i>furniture</i>	Desain ergonomis diterapkan pada bangunan ini dengan <i>furniture</i> tanam	Bangunan ergonomis dengan <i>furniture</i> yang beragam
<b>Social Support</b>	Bangunan ini mendukung hubungan <i>social</i> yang supportif dengan diterapkannya fasilitas halaman pada bangunan.	Bangunan ini memiliki taman yang dapat mendukung hubungan interaksi <i>social</i> sesama pengunjung.	Bangunan ini memiliki taman dan juga area bermain anak yang dapat mendukung hubungan interaksi social.
<b>Music</b>	-	-	-
<b>Art</b>	Seni yang diterapkan pada bangunan ini yaitu bentuk-bentuk <i>furniture</i> yang dinamis	-	Bangunan memiliki dekorasi seni pada area void dan pada beberapa perabol

<b><i>Gym</i></b>	-	-	-
<b><i>freedom</i></b>	Bangunan memberikan kebebasan dalam fasilitas communal space dan area bermain anak didalam bangunan.	Bangunan memberikan kebebasan pada area taman luar.	Bangunan memberikan fasilitas berupa taman atap dan taman dengan halaman yang tertutup sehingga memberi kebebasan untuk pengguna
<b><i>Pets</i></b>	Terdapat kolam ikan pada bangunan.	-	-
<b><i>Views</i></b>	Bangunan ini memiliki pemandangan dengan penerapan taman vertikal pada interior bangunan.	Bangunan ini memiliki pemandangan menuju taman disekitar area bangunan.	Bangunan ini memiliki pemandangan menuju taman disekitar area bangunan yang terkoneksi langsung dengan alam
<b><i>Comfort</i></b>	Bangunan ini memiliki kenyamanan dari segi gerak dengan sirkulasi ruang dan desain ergonomis, segi udara dengan penghawaan alami, dan segi indera mata karena pencahayaan alami pada bangunan.	Bangunan ini memiliki kenyamanan dari segi gerak dikarenakan luasnya ruang dan ergonomis, segi udara dari sirkulasi yang baik dan segi indera mata dengan pencahayaan alami yang masuk dengan lembut kedalam bangunan	Bangunan ini memiliki kenyamanan dari segi gerak karena desain yang ergonomis dan disediakan area taman pada bangunan dan juga dari segi udara dengan sirkulasi bangunan yang baik.
<b><i>Positive Distraction</i></b>	<i>Positive distraction</i> pada bangunan ini berupa area anak dengan bentuk yang beragam	Bangunan ini memiliki bentuk massa bangunan yang mencolok pada area lobby	Bangunan ini memiliki dekoratif 3d burung pada void di interior bangunan
<b>Kesimpulan</b>	Pada setiap bangunan desain <i>salutogenic</i> yang diterapkan sangat beragam dikarenakan menyesuaikan lokasi dan kebutuhan bangunan. Terdapat 18 elemen desain yang sama dari 22 elemen yang diterapkan pada bangunan preseden yaitu <i>wayfinding, colour, nature, perception, landmark, pleasure, aesthetic element, natural light, green environment, stimuli, interior design, restoration, ergonomic design, social support, freedom, views, comfort, dan positive distarction</i>		

Sumber : Analisa Penulis (2023)

### 2.3.5 Kesimpulan Hasil Studi Komparasi Wellness Center dan *Salutogenic Architecture*

Kesimpulan studi komparasi *Wellness Center* dengan penerapan *Salutogenic Architecture* dijelaskan pada table di bawah ini :

Tabel 2. 9 Kesimpulan Hasil studi komparasi *Wellness Center* dengan penerapan *Salutogenic Architecture*

<b>Penerapan</b>	<b>The Sanctuary Wellness Centre</b>	<b>Raga Svara Wellness centre</b>	<b>Alive + well wellness center</b>
<b>Wayfinding</b>	Memiliki jenis ruang yang jelas, tidak memblok view, memiliki penanda bangunan, dan memiliki area pusat pada bangunan.	Bangunan memiliki tata letak yang teratur dalam kawasan yang memudahkan pengunjung.	Memiliki tata ruang dalam bangunan yang seimbang, terdapat area taman indoor yang memudahkan pengguna menemukan jalan.
<b>Colour</b>	Eksterior bangunan menggunakan batu granit dan batu alam yang didominasi warna abu sedangkan pada interior bangunan ruang didominasi oleh dinding warna putih dan dengan lantai berbahan kayu alami berwarna cokelat	Bangunan didominasi oleh warna putih dengan lantai kayu alami dan atap dak berwarna abu	Bangunan didominasi warna putih pada area dinding dan penggunaan material kayu berwarna cokelat pada <i>plafond</i> , <i>furniture</i> dan lantai bangunan
<b>Nature</b>	Bangunan terkoneksi langsung dengan alam yaitu berupa taman, pepohonan, kali dan air terjun.	Bangunan terkoneksi langsung dengan alam dikarenakan bangunan berada dikawasan hutan.	Terdapat taman kesehatan dalam bangunan
<b>Perception</b>	Dengan adanya alam disekitar bangunan serta air mancur membuat stimulus total pada bangunan akan memberikan pandangan yang baik bagi pengguna.	Dengan adanya alam disekitar bangunan serta kolam membuat stimulus total pada bangunan akan memberikan pandangan yang baik bagi pengguna.	Dengan menghadirkan alam didalam bangunan serta air mancur membuat pandangan yang baik bagi pengguna.
<b>Landmark</b>	Penanda pada bangunan ini yaitu pada area lobby bangunan dan terdapat patung-patung yang bisa menjadi acuan.	Bangunan ini memiliki penanda pada area lobby yang dapat menjadi acuan dalam bangunan.	Memiliki taman kesehatan pada bangunan yang dapat digunakan sebagai acuan penanda bangunan.

<b><i>Pleasure</i></b>	Kesenangan yang didapat dalam bangunan yaitu dengan semua ruang yang memiliki koneksi langsung dengan alam.	Kesenangan dalam bangunan yaitu memiliki banyak area terbuka dan memiliki bentuk bangunan yang variatif	Kesenangan dalam bangunan karena memiliki taman kesehatan yang memiliki keseimbangan material dan bentuk.
<b><i>Aesthetic Element</i></b>	Bangunan ini memiliki kesatuan dalam warna dan material pada bangunan.	Bangunan ini memiliki kesatuan dalam warna, bentuk, pola, dan material.	Bangunan ini memiliki kesatuan dalam warna, bentuk, pola, dan material.
<b><i>Natural Light</i></b>	Bangunan ini memaksimalkan pencahayaan alami dengan menggunakan bukaan besar dengan jendela dan dinding kaca disisi bangunan, sehingga cahaya matahari dapat menyebar dengan baik.	Bangunan ini memaksimalkan pencahayaan alami dengan menggunakan bukaan besar dan open space, sehingga cahaya matahari dapat menyebar dengan baik. Terdapat pola lingkaran pada dak atap yang membuat cahaya alami masuk.	Bangunan ini memaksimalkan pencahayaan alami dengan menggunakan bukaan besar dengan jendela dan dinding kaca disisi bangunan, sehingga cahaya matahari dapat menyebar dengan baik.
<b><i>Green Environment</i></b>	Bangunan ini memiliki lingkungan hijau disekitar bangunan	Bangunan ini disekelilingi lingkungan hijau disekitar bangunan	Bangunan memiliki lingkungan hijau di dalam bangunan yaitu di taman interiot.
<b><i>Stimuli</i></b>	Kelima indera terdapat pada bangunan yang menimbulkan rangsangan positif.	Kelima indera terdapat pada bangunan yang menimbulkan rangsangan positif.	Kelima indera terdapat pada bangunan yang menimbulkan rangsangan positif.
<b><i>Interior Design</i></b>	Interior desain menggunakan dinding berwarna putih bertekstur dan menggunakan material kayu alami pada lantai. <i>furniture</i> menggunakan material kayu dan rotan	Interior desain menggunakan dinding berwarna putih bertekstur dan menggunakan material kayu alami pada lantai. <i>furniture</i> menggunakan material kayu dan rotan	Interior desain menggunakan dinding berwarna putih bertekstur dan menggunakan material kayu alami pada lantai. <i>furniture</i> menggunakan material kayu
<b><i>Restoration</i></b>	Pemulihan pada bangunan ini terletak pada ruang yang menghadap langsung ke alam, material yang seimbang, terdapat seni di dalam maupun luar bangunan.	Pemulihan pada bangunan ini terletak pada area terbuka disetiap bangunan, memiliki taman-taman yang terkoneksi langsung dengan alam.	Pemulihan pada bangunan ini terletak di taman interior bangunan yang memiliki keseimbangan dari segi material, warna dan indera.
<b><i>Ergonomic Design</i></b>	Bangunan sangat ergonomis dengan penataan tata letak ruang dan kesesuaian <i>furniture</i>	Bangunan sangat ergonomis dengan penataan tata bangunan dan furniture yang sesuai serta beragam	Bangunan sangat ergonomis dengan penataan tata letak ruang dan kesesuaian <i>furniture</i>

<b><i>Social Support</i></b>	Bangunan ini mendukung hubungan <i>social</i> yang supportif dengan diterapkannya fasilitas ruang workshop, taman amphitiater, dan area tunggu	Bangunan ini mendukung hubungan <i>social</i> yang supportif dengan diterapkannya pada taman ampitiater di area kawasan belakang	Bangunan ini mendukung hubungan <i>social</i> yang supportif dengan diterapkannya fasilitas taman kesehatan didalam bangunan.
<b><i>Music</i></b>	Terdapat kegiatan soundbath yang dapat menenangkan pikiran.	-	-
<b><i>Art</i></b>	Terdapat lukisan pada interior bangunan, <i>sculpture</i> pada pintu masuk dan disekitar bangunan. Kegiatan yang dilakukan juga berupa terapi seni.	Terdapat seni pada area lobi bangunan berupa pola lukisan.	Terdapat beberapa lukisan pada interior bangunan.
<b><i>Gym</i></b>	-	-	-
<b><i>freedom</i></b>	Kawasan yang dekat dengan alam dan tersedianya taman dan ampitiater memberikan kebebasan untuk pengguna.	Dengan adanya taman di area belakang kawasan bangunan dan berada di tengah hutan memberikan kebebasan bagi pengguna.	Kebebasan dalam bangunan ini terletak di taman interior dalam bangunan.
<b><i>Pets</i></b>	-	-	-
<b><i>Views</i></b>	Bangunan ini memiliki pemandangan permukiman dengan alam liar disekitarnya.	Kawasan bangunan ini memiliki pemandangan hutan yang rindang dan asri.	Pemandangan bangunan ini berupa lahan kosong disekitar bangunan dan alam liar.
<b><i>Comfort</i></b>	Bangunan ini memiliki kenyamanan dari segi gerak dengan sirkulasi ruang dan desain ergonomis, segi udara dengan penghawaan alami, segi indera mata karena pencahayaan alami pada bangunan dan segi indera telinga berupa suara hewan dan air mancur dan kali.	Bangunan ini memiliki kenyamanan dari segi gerak dengan sirkulasi ruang dan desain ergonomis, segi udara dengan penghawaan alami, segi indera mata karena pencahayaan alami pada bangunan dan segi indera telinga berupa suara hewan dan air	Bangunan ini memiliki kenyamanan dari segi gerak dengan sirkulasi ruang dan desain ergonomis, segi indera mata karena pencahayaan alami pada bangunan dan segi indera telinga air mancur.
<b><i>Positive Distraction</i></b>	<i>Positive distraction</i> pada bangunan ini berupa lukisan di dalam bangunan dan	<i>Positive distraction</i> pada bangunan ini berupa lukisan di area lobby.	<i>Positive distraction</i> pada bangunan ini berupa beberapa lukisan dan taman sehat didalam bangunan.

	patung yang berada di depan pintu masuk bangunan		
<b>Kesimpulan</b>	Pada setiap bangunan elemen <i>salutogenic</i> yang diterapkan pada bangunan <i>wellness center</i> sangat beragam dikarenakan menyesuaikan lokasi dan kebutuhan bangunan. Terdapat 19 elemen desain yang sama dari 22 elemen yang diterapkan pada bangunan preseden <i>wellness center</i> yaitu <i>wayfinding, colour, nature, perception, landmark, pleasure, aesthetic element, natural light, green environment, stimuli, interior design, restoration, ergonomic design, social support, art, freedom, views, comfort, dan positive distarction</i>		

Sumber : Analisa Penulis (2023)

### 2.3.6 Kesimpulan Hasil Penerapan Elemen *Salutogenic Architecture*

Kesimpulan penerapan elemen *Salutogenic Architecture* pada bangunan *Wellness Center* dengan penerapan dijelaskan pada tabel di bawah ini :

Tabel 2. 10 Kesimpulan Hasil Penerapan Elemen *Salutogenic Architecture*

<b>Penerapan</b>	<b>The Sanctuary Wellness Centre</b>	<b>Raga Svara Wellness centre</b>	<b><i>Alive + well wellness center</i></b>	<b>Caboulture GP Super Clinic</b>	<b>Victorian Heart Hospital</b>	<b><i>New Lady Cilento Children's Hospital</i></b>
<i>Wayfinding</i>	√	√	√	√	√	√
<i>Colour</i>	√	√	√	√	√	√
<i>Nature</i>	√	√	√	√	√	√
<i>Perception</i>	√	√	√	√	√	√
<i>Landmark</i>	√	√	√	√	√	√
<i>Pleasure</i>	√	√	√	√		√
<i>Aesthetic Element</i>	√	√	√	√	√	√
<i>Natural Light</i>	√	√	√	√	√	√

<b>Green Environment</b>	√	√	√		√	√
<b>Stimuli</b>	√	√	√	√	√	√
<b>Interior Design</b>	√	√	√	√	√	√
<b>Restoration</b>	√	√	√	√	√	√
<b>Ergonomic Design</b>	√	√	√	√	√	√
<b>Social Support</b>	√	√	√	√	√	√
<b>Music</b>	√					
<b>Art</b>	√	√	√			√
<b>Gym</b>						
<b>freedom</b>	√	√	√	√	√	√
<b>Pets</b>		√ Sumber : Analisis Penulis (2023)				
<b>Views</b>	√	√			√	√
<b>Comfort</b>	√	√	√	√	√	√
<b>Positive Distraction</b>	√	√	√	√	√	√
<b>Kesimpulan</b>	Terdapat 18 elemen prinsip desain <i>salutogenic architecture</i> dan bangunan <i>wellness center</i> yaitu <i>wayfinding, colour, nature, perception, landmark, pleasure, aesthetic element, natural light, green environment, stimuli, interior design, restoration, ergonomic design, social support, freedom, views, comfort, dan positive distraction</i> . Pada bangunan <i>wellness center</i> dengan pendekatan <i>salutogenic architecture</i> , terdapat 22 elemen yang akan diterapkan agar pendekatan lebih ideal dan mendukung elemen SOC dengan lebih efektif.					

## BAB III METODOLOGI PENELITIAN

### 3.1 Ide Perancangan

Perancangan memerlukan gagasan yang menjadi penunjang dalam mewujudkan perancangan *Wellness Center* dengan pendekatan *Salutogenic Architecture*. Secara garis besar terdapat ide perancangan yang dapat diuraikan diantaranya yaitu :

1. Tingginya tingkat stress kota Jakarta.
2. Dibutuhkan ruang untuk melepas penat dan juga mengekspresikan emosi.
3. Banyak masyarakat kota Jakarta mencari tempat untuk *healing* sejenak dengan meninggalkan suasana kota yang penuh dengan kesesakan
4. Semakin meningkatnya tingkat gangguan kesehatan jiwa di Indonesia.
5. Menyediakan ruang yang dapat menyehatkan dari segi pikiran, jiwa dan raga yang dapat mengurangi stress.
6. Mewujudkan *wellness center* dengan memperhatikan prinsip-prinsip *salutogenic architecture*.

### 3.2 Pengumpulan Data Penunjang Perancangan

Dalam mendukung perancangan bangunan *Wellness Center* dengan pendekatan *Salutogenic Architecture*, dibutuhkan beberapa data yang dapat memudahkan dalam perancangan. Teknik pengumpulan dan pengolahan data dibagi menjadi dua, yaitu data primer dan sekunder.

#### 3.2.1 Data Primer

Data primer merupakan data yang didapatkan dan dikumpulkan langsung dari objek yang sedang diteliti dan dapat berupa observasi secara langsung dan dokumentasi.

a. Survey Lapangan

Survey Lapangan merupakan data yang didapatkan dari terjun secara langsung ke lokasi yang akan digunakan untuk perancangan. Dari hasil survey lapangan ini akan didapat analisis dan menjadi bahan acuan untuk proses perancangan

b. Dokumentasi

Mengumpulkan data berupa gambar kondisi rinci eksisting tapak yang telah ditetapkan sebagai site dan lingkungan yang ada di sekitar tapak.

### 3.2.2 Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh peneliti dari sumber yang sudah ada. Data sekunder yang dilakukan yaitu studi literatur yang didapat dari internet, jurnal, buku pedoman peraturan pemerintah, dan lain-lain.

a. Studi Literatur

Mencari data-data dari berbagai sumber tertulis baik dari buku- buku, majalah, artikel ilmiah, jurnal ataupun dokumen- dokumen terkait dengan judul yang diteliti. Pengumpulan data melalui studi literatur penting untuk dilakukan karena dapat menjadi rujukan untuk memperkuat argumentasi yang ada serta dapat dipertanggung jawabkan kesahan datanya dan telah melalui penelitian yang standar.

b. Studi Preseden

Mencari data – data terkait bangunan sejenis yang menjadi acuan dalam judul penelitian sehingga hasil dari penelitian dapat maksimal. Preseden arsitektur memberikan tinjauan terhadap desain masa lalu guna memberikan solusi sebagai dasar penalaran dalam situasi desain saat ini, sehingga hasil dari penelitian dapat maksimal. Preseden arsitektur memberikan tinjauan

terhadap desain masa lalu guna memberikan solusi sebagai dasar penalaran dalam situasi desain saat ini.

### 3.3 Metode Pengolahan Data

Metode pengolahan data pada perancangan *Wellness Center* di Jakarta, dilakukan setelah pengumpulan data selesai, yang selanjutnya melakukan Analisis terhadap site terpilih dan membuat konsep perancangan.

#### 3.3.1 Analisis

Informasi yang dikumpulkan melalui wawancara, catatan lapangan, dan sumber lain dapat dianalisis untuk memahaminya dan membagikan temuan tersebut kepada orang lain melalui proses yang dikenal sebagai analisis data. Fokus pada desain dianalisis oleh penulis dengan cara berikut:

- a. Analisa makro, berupa gambaran umum terkait Kabupaten Bogor.
- b. Analisa tapak, pemeriksaan terhadap karakteristik dan hubungannya dengan kawasan sekitarnya dan lingkungan secara keseluruhan, seperti ukuran kawasan hubungan lingkungan, topografi, ciri-ciri alam dan buatan, sirkulasi, aksesibilitas, pemandangan, iklim, kegunaan, dan sekitarnya.
- c. Analisis fungsional, yang dapat mengungkapkan jumlah pengguna dan lokasi mereka serta melakukan analisis fungsional mengenai hal-hal seperti aktivitas dan pencapaian.
- d. Analisis spasial, menelaah standar-standar yang sudah ada sebelumnya dari buku data arsitek, buku terbuka lainnya, dan juga referensi skripsi dengan topik yang sama.

Setelah melakukan pengolahan terhadap analisa diatas, peneliti menekankan terhadap penerapan konsep

perancangan *Wellness Center* dengan pendekatan *Salutogenic Architecture* sebagai Pereda stress masyarakat Jakarta.

### 3.4 Titik Berat Perancangan

Perancangan *Wellness Center* akan menitik beratkan penerapan prinsip *Salutogenic Architecture* dengan memperhatikan kondisi psikologis dan sosial, sehingga *Wellness Center* dapat memberikan manfaat sesuai denganyang di harapkan. Adapun prinsip *Salutogenic Architecture* (Dilani, 2009) yang diterapkan pada bangunan *Wellness Center* adalah sebagai berikut :

Tabel 3. 11 Elemen Desain *Salutogenic Architecture*

Elemen SOC	Faktor Desain
<i>Comprehensibility</i>	<i>Way-finding/Colours/Nature/Perception/landmark/Pleasure</i>
<i>Manageability</i>	<i>Aesthetic Elements/Natural Light/Green Environments/Stimuli/Interior Design/Restoration/Ergonomic design</i>
<i>Meaningfulness</i>	<i>Social support/music/art/ gym (autonomy/freedom)/pets/views/comfort /positive distractions</i>

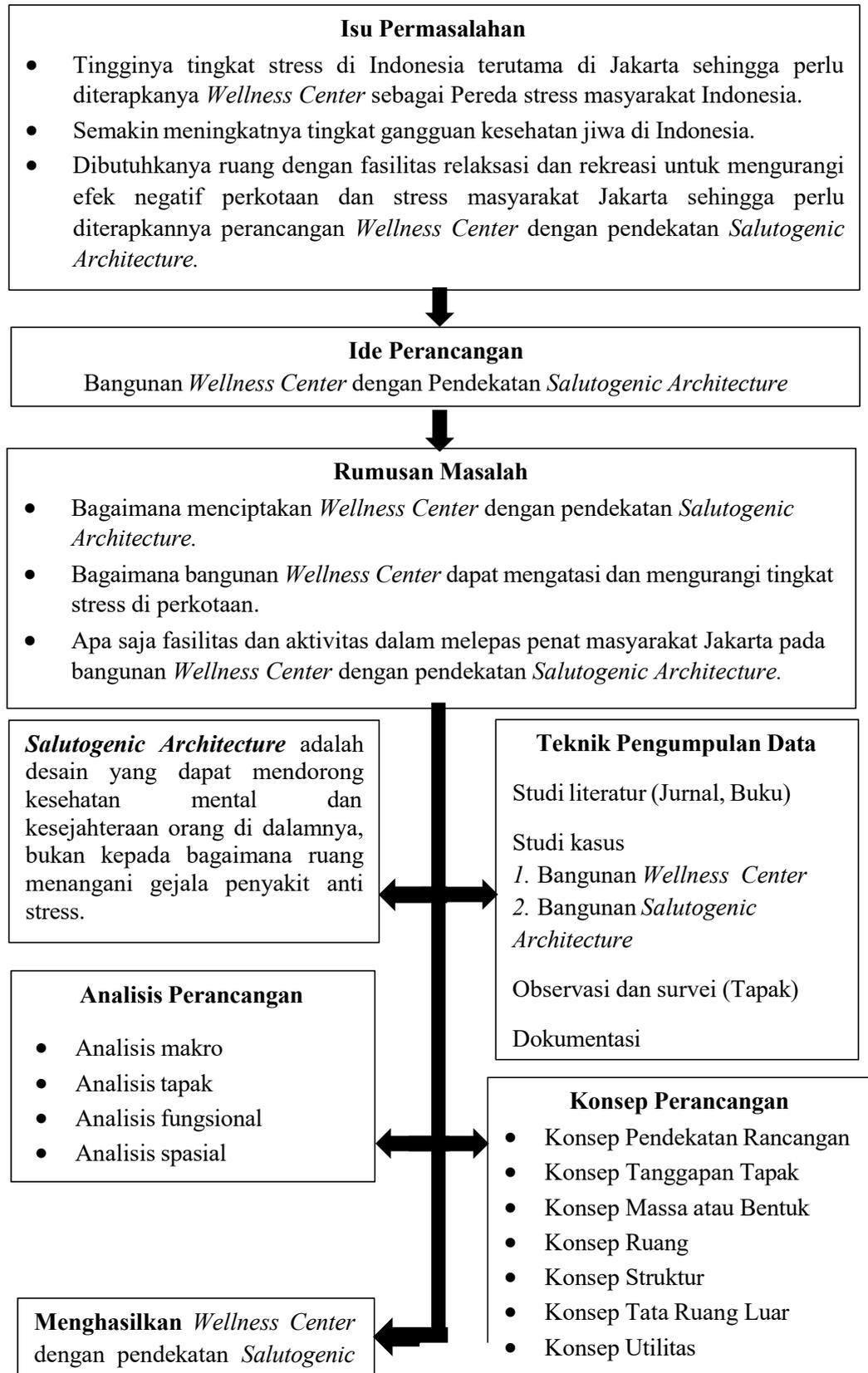
Sumber : (Dilani, 2009)

### 3.5 Konsep Perancangan

Hasil akhir dari perancangan *Wellness Center* ini adalah konsep perancangan yang merupakan gabungan dari beberapa analissi yang disesuaikan dengan pendekatan *Salutogenic Architecture*. Konsep perancangan yang digunakan yaitu :

1. Konsep Pendekatan Rancangan
2. Konsep Tanggapan Tapak
3. Konsep Massa atau Bentuk
4. Konsep Ruang
5. Konsep Struktur
6. Konsep Tata Ruang Luar (Outdoor)
7. Konsep Utilitas

### 3.6 Alur Perancangan



## **BAB IV**

### **ANALISIS PERANCANGAN**

#### **4.1. Analisis Makro**

##### **4.1.1. Kondisi Area Eksiting**

Kabupaten Bogor terletak di Provinsi Jawa Barat, Indonesia dengan ibu kotanya yaitu Kecamatan Cibinong Kabupaten Bogor memiliki 40 Kecamatan yang dibagi atas 416 desa dan 19 kelurahan. Wilayah Kabupaten Bogor memiliki luas  $\pm 298.620,26$  H. Dengan total populasi 5.427.068. Secara geografis wilayah Kabupaten Bogor berada diantara  $6^{\circ}18'0''$ - $6^{\circ}47'10''$  Lintang Selatan dan  $106^{\circ}23'45''$ - $107^{\circ}13'30''$  Bujur Timur. Wilayah Kabupaten Bogor di sebelah selatan dibatasi oleh daerah pegunungan dan di sebelah utara oleh dataran rendah. Batas-batas wilayah Kabupaten Bogor adalah sebagai berikut:

- a. Sebelah Utara ; berbatasan dengan Kabupaten Tangerang, Kota Tangerang Selatan, Kota Depok, Kabupaten/Kota Bekasi.
- b. Sebelah Barat : berbatasan dengan Kabupaten Lebak
- c. Sebelah Timur : berbatasan dengan Kabupaten Karawang,  
Kabupaten Cianjur dan Kabupaten Purwakarta
- d. Sebelah Selatan : berbatasan dengan Kabupaten Sukabumidan Kabupaten Cianjur
- e. Bagian Tengah : berbatasan dengan Kota Bogor.

Hal diatas merupakan gambaran umum mengenai Kabupaten Bogor yang menjadi lokasi perancangan bangunan Kabupaten Bogor. Kabupaten Bogor dipilih karena lokasi ini

merupakan wilayah yang dekat dengan alam, dekat dengan Kota Jakarta, dan mudah di akses.

#### **A. Pemilihan Site**

Menurut RTRW Kabupaten Bogor nomor 11 tahun 2016, Kabupaten Bogor memiliki 3 karakteristik wilayah kesatuan yang masing-masing memiliki arahan fungsi pemanfaatan yang berbeda satu sama lain, yakni Kabupaten Bogor Wilayah Tengah, Kabupaten Bogor Wilayah Timur dan Kabupaten Bogor Wilayah Barat.

Perancangan *wellness center* yang merupakan suatu upaya untuk meningkatkan kesehatan dari segi jiwa, raga dan pikiran, khususnya untuk masyarakat JABODETABEK yang terkena dampak dari stresnya Kota Jakarta. *Wellness center* memiliki kategori sebagai bangunan dengan peruntukkan jasa olahraga, kesehatan, dan pariwisata. Berdasarkan hal tersebut, lokasi tapak diusahakan berada di kawasan perdagangan dan jasa yang disesuaikan dengan RTRW Kabupaten Bogor.

Bedasarkan Peraturan Daerah Kabupaten Bogor Nomor 11 Tahun 2016 tentang Rencana Tata Ruang Wilayah Tahun 2016-2036, karakteristik lokasi dan kesesuaian lahan pada kawasan perdagangan dan jasa adalah sebagai berikut :

1. Tidak terletak pada kawasan lindung dan kawasan bencana alam.
2. Lokasinya strategis dan mudah dicapai dari seluruh penjuru kota;
3. Dilengkapi dengan sarana antara lain tempat parkir umum, bank/ATM, pos polisi, pos pemadam kebakaran, kantor pos pembantu, tempat ibadah dan

sarana penunjang kegiatan komersial dan kegiatan pengunjung.

4. Terdiri dari perdagangan lokal, regional dan antar regional.

## **B. Kriteria Pemilihan Site**

Dalam merancang *wellness center* dengan pendekatan *salutogenic architecture*, lokasi site menjadi salah satu hal yang cukup penting dan tidak bisa disepelekan/dikesampingkan karena pemilihan lokasi site yang tepat akan mempengaruhi kondisi lingkungan dan ketertarikan pengguna terhadap *wellness center*. Berikut beberapa kriteria pemilihan lokasi site *wellness center* diantaranya yaitu :

### **1. Lokasi**

Lokasi yang sesuai dengan fungsi lahan RTRW Kabupaten Bogor. Hindari lokasi yang dekat dengan kota, tetapi pilih lokasi yang sedikit jauh dari hiruk pikuk perkotaan,

Indikator penilaian :

- 1 = fungsi lahan berbeda dengan RTRW dan lokasi dekat dengan perkotaan
- 2 = fungsi lahan kurang sesuai dengan RTRW dan lokasi lumayan dekat dengan perkotaan
- 3 = fungsi lahan cukup sesuai dengan RTRW dan lokasi kurang jauh dengan perkotaan
- 4 = fungsi lahan sesuai dengan RTRW dan lokasi lumayan jauh dengan perkotaan
- 5 = fungsi lahan sangat sesuai dengan RTRW dan lokasi jauh dengan perkotaan

### **2. Potensi wisata alam**

Lokasi yang dekat dengan alam akan memberikan nilai lebih untuk bangunan dan pengguna.

Indikator penilaian :

1 = Lokasi jauh dari alam

2 = lokasi lumayan jauh dari alam

3 = lokasi kurang dekat dari alam

4 = lokasi dekat dari alam

5 = lokasi sangat dekat dari alam

### 3. Aksesibilitas

Lokasi yang mudah di akses dengan memperhatikan angkutan umum (angkot, bus, kereta,dll), kendaraan pribadi maupun pejalan kaki.

Indikator penilaian :

1 = lokasi berada di jalan utama/masuk ke dalam gang/akses jalan masuk lokasi yang sempit

2 = lokasi berada di jalan utama/masuk ke dalam gang/akses jalan masuk lokasi yang cukup sempit

3 = lokasi berada di jalan local primer/masuk ke dalam gang/akses jalan masuk lokasi yang cukup lebar

4 = lokasi berada di jalan local sekunder/ jalan masuk lokasi yang lebar

5 = lokasi berada di jalan local sekunder/ jalan masuk Dengan mobilitas tinggi

### 4. Kenyamanan

Kenyamanan lokasi disekitar area site harus sangat diperhatikan, sehingga pengguna bisa santai dan tenang darisibuknya perkotaan

Indikator penilaian :

1 = Lokasi tidak nyaman dalam segi (indera, udara dangerak)

2 = Lokasi kurang nyaman dalam segi (indera,

udara dangerak)

3 = Lokasi sedikit nyaman dalam segi (indera, udara dangerak)

4 = Lokasi nyaman dalam segi (indera, udara dan gerak)

5 = Lokasi sangat nyaman dalam segi (indera, udara dan gerak)

## 5. Penghawaan

Memilih lokasi dengan suhu dengan kenyamanan thermal, sehingga penghawaan yang tepat akan membuat pengguna betah dan tidak terganggu

Indikator penilaian :

1 = Lokasi tidak memiliki penghawaan yang baik

2 = Lokasi kurang memiliki penghawaan yang baik

3 = Lokasi sedikit memiliki penghawaan yang baik

4 = Lokasi memiliki penghawaan yang baik

5 = Lokasi sangat memiliki penghawaan yang baik

## 6. Kualitas view

Pemandangan yang terkoneksi langsung dengan alam dan udara yang segar dapat berupa terapi yang dapat diterapkan untuk mengatasi stress.

Indikator penilaian :

1 = lokasi berada di lingkungan yang sulit dikenali dan tidak ada bangunan penunjang lain/ kondisi alam tertentu sebagai penanda atau penunjang view

2 = lokasi berada di lingkungan yang kurang dikenali dengan sedikit bangunan penunjang lain/ kondisi alam tertentu sebagai penanda

atau penunjang view

- 3 = lokasi berada di lingkungan yang cukup mudah dikenali dan terdapat cukup banyak bangunan penunjang/kondisi alam tertentu sebagai penanda atau penunjang view
- 4 = lokasi berada di lingkungan yang mudah dikenali dan terdapat banyak bangunan penunjang/kondisi alam tertentu sebagai penanda atau penunjang view
- 5 = lokasi berada di lingkungan yang sangat mudah dikenali dan terdapat sangat banyak bangunan penunjang/kondisi alam tertentu sebagai penanda atau penunjang view

## 7. Kebisingan

Memilih lokasi yang tidak dekat dengan jalan raya atau jalan utama sehingga kebisingan akan berkurang

Indikator penilaian :

- 1 = Lokasi memiliki tingkat kebisingan yang tinggi
- 2 = Lokasi memiliki tingkat kebisingan yang lumayan tinggi
- 3 = Lokasi memiliki tingkat kebisingan yang cukup tinggi
- 4 = Lokasi memiliki tingkat kebisingan yang rendah
- 5 = Lokasi memiliki tingkat kebisingan yang sangat rendah

## 8. Kepadatan

Lingkungan dengan kepadatan penduduk dan kepadatan bangunan yang rendah dapat meminimalisir stress

Indikator penilaian :

- 1 = Lokasi memiliki tingkat kepadatan bangunan dan kepadatan penduduk yang tinggi
- 2 = Lokasi memiliki tingkat kepadatan bangunan dan kepadatan penduduk yang lumayan tinggi
- 3 = Lokasi memiliki tingkat kepadatan bangunan dan kepadatan penduduk yang cukup tinggi
- 4 = Lokasi memiliki tingkat kepadatan bangunan dan kepadatan penduduk yang rendah
- 5 = Lokasi memiliki tingkat kepadatan bangunan dan kepadatan penduduk yang sangat rendah

## 9. Topografi

Kontur lahan yang miring hingga datar sama-sama memiliki potensi, namun kemiringan dalam topografi pada lahan dapat menjadi suatu kelebihan karena menunjang konsep bangunan.

Indikator penilaian :

- 1 = datar, tanah lempung/lanau
- 2 = datar, tanah kapur
- 3 = datar, tanah keras/padat
- 4 = miring/berbukit, tanah keras/padat
- 5 = miring/berbukit, tanah keras/padat berbatu

- Alternatif Site

Berdasarkan pernyataan tersebut peruntukan kawasan pariwisata yang sesuai dengan RTRW Kabupaten Bogor, maka terdapat beberapa alternatif lokasi tapak yang dipilih sesuai dengan kriteria dan peraturan yaitu:

### 1. Alternatif tapak 1



Gambar 4. 1 Alternatif 1 lokasi site wellness center  
Sumber : Google Earth

Luas Site  $\pm 12.941 \text{ m}^2$  yang berlokasi di Jalan Surya kencana Citaringgul, Kecamatan Babakan Madang, Sentul City, Kabupaten Bogor, Jawa Barat. Dengan potensi tapak sebagai berikut :

- a. Site berada di kawasan perdagangan dan jasa
- b. Site berada di sekitar pusat Sentul city yang dekat denganberagam fasilitas umum
- c. Area sekitar bangunan didominasi oleh area komersial dan pemukiman.
- d. Dekat dengan beragam fasilitas pendukung dengan fungsi bangunan yang beragam mulai dari *mall, restaurant, apartment, café, pasar, dll*
- e. Dekat dengan fasilitas kesehatan yaitu rumah sakit RS EMC Sentul
- f. Dekat dengan fasilitas Pendidikan yaitu Universitas Trisakti dan Tazkia.
- g. Pada sisi tenggara site menghadap ke arah gunung pancar.
- h. Aksesibilitas yang mudah dengan menggunakan transportasi pribadi dikarenakan lokasi dekat pintu keluar tol jagorawi.

- i. Berlokasi di Sentul city dengan kota mandiri hijau yang terintegrasi dengan menawarkan arsitektur desain internasional yang *high quality suistanable* dengan konsep *eco city*, sehingga meminimalisir dampak lingkungan dan kebutuhan energi.
- j. Terdapat danau kecil pada site yang berpotensi untuk terkoneksi langsung dengan alam

## 2. Alternatif tapak 2



Gambar 4. 2 Alternatif 2 lokasi site wellness center  
Sumber : Google Earth

Luas site  $\pm 33.312 \text{ m}^2$ , berlokasi di Sumur Batu, Kecamatan Babakan Madang, Kabupaten Bogor, Jawa Barat. Dengan potensi tapak sebagai berikut :

- a. Site berada di kawasan perdagangan dan jasa
- b. Area sekitar site didominasi oleh area komersil dan pemukiman
- c. Dekat dengan beberapa fasilitas pendukung dengan fungsi yang beragam seperti area golf, lapangan sepakbola, café, hotel, taman budaya, dll.
- d. Pada sisi selatan site menghadap langsung ke bukit pelangi.
- e. Terdapat danau di sekitar site yang berpotensi

untuk terkoneksi langsung dengan alam.

- f. Berlokasi di Sentul city dengan kota mandiri hijau yang terintegrasi dengan menawarkan arsitektur desain internasional yang high quality *suistanable* dengan konsep *eco city*, sehingga meminimalisir dampak lingkungan dan kebutuhan energi.
- g. Site dikelilingi oleh pepohonan yang rindang dan berlokasi tidak dekat dengan jalan utama sehingga kebisingan rendah.
- h. Aksesibilitas dapat dijangkau dengan kendaraan pribadi.

### 3. Alternatif tapak 3



Gambar 4. 3 Alternatif 3 lokasi site wellness center

Sumber : Google Earth

Luas site  $\pm 11.513 \text{ m}^2$ , berlokasi di Kampung Landeuh, Karang Tengah Kecamatan Babakan Madang, Kabupaten Bogor, Jawa Barat. Dengan potensi tapak sebagaiberikut :

- a. Site berada di kawasan perdagangan dan jasa
- b. Area sekitar site didominasi oleh pemukiman.
- c. Dekat dengan fasilitas rekreasi yaitu *Jungle Land*
- d. Site berada disisi Sungai Ci Herang.
- e. Berlokasi di Sentul city dengan kota mandiri hijau yang terintegrasi dengan menawarkan

arsitektur desain internasional yang *high quality suistanable* dengan konsep *eco city*, sehingga meminimalisir dampak lingkungan dan kebutuhan energi

- f. Site dikelilingi oleh pepohonan yang rindang dan berlokasi tidak dekat dengan jalan utama sehingga kebisingan rendah.
- g. Aksesibilitas dapat dijangkau dengan kendaraan pribadi.

- Pemilihan site

Pemilihan site untuk bangunan *wellness center* terkait alternatif site akan dilakukan dengan analisis pembobotan nilai dari skala 1-5, sehingga site dipilih berdasarkan jumlah bobot nilai tertinggi dari kriteria pemilihan site. Berikut merupakan analisis pembobotan nilai yang berpacu pada tiap kriteria pemilihan tapak :

Tabel 4. 1 Hasil Penilaian Alternatif Site

Kriteria	Alternatif site 1	Alternatif site 2	Alternatif site 3
Lokasi	3	4	2
Potensi wisata alam	4	4	5
Aksesibilitas	5	4	3
Kenyamanan	4	5	4
Penghawaan	3	4	5
Kualitas view	4	5	5
Kebisingan	3	4	5
Kepadatan	4	4	4
Topografi	5	4	4
<b>Total Skor</b>	35	<b>38</b>	34

Sumber : Olah Data Penulis, 2023

Berdasarkan hasil penelitian dari 3 alternatif site yang sesuai dengan kategori, maka lokasi yang terpilih untuk perancangan *wellness center* yaitu pada alternatif lokasi tapak 2 dengan jumlah poin 34 yang berlokasi di Sentul City, Cijayanti, Kecamatan Babakan Madang, Kabupaten Bogor, Jawa Barat.

## 4.1.2 Analisis Kondisi Lingkungan

### 1. Lokasi



Gambar 4. 4 Peta Kecamatan Babakan Madang  
sumber: kotakita.com

Tapak yang terpilih berada di Jalan Pakuan, Sumur Batu, Kecamatan Babakan Madang, Kabupaten Bogor, Jawa Barat. Tapak ini memiliki luas sebesar 19.800 m<sup>2</sup>. berdasarkan RTRW Kabupaten Bogor, Kecamatan Babakan Madang merupakan kawasan wilayah tengah dengan salah satu fungsinya yaitu perdagangan dan jasa. Kawasan lingkungan di lokasi tapak merupakan kawasan komersial yang terdiri atas ruko dan pusat perbelanjaan. Kecamatan Babakan Madang terletak dipinggir kota Jakarta dengan 200-450 mdpl dan suhu mencapai 15-27° Letak geografis secara administratif Kecamatan Babakan Madang memiliki Batasan wilayah sebagai berikut :

- a. Utara : Kecamatan Citeureup
- b. Timur : Kecamatan Sukamakmur dan Kecamatan Megamendung
- c. Selatan : Kecamatan Sukaraja dan Kecamatan Megamendung
- d. Barat : Kecamatan Cibinong dan Kecamatan Sukaraja

#### 4.1.3 Analisis SWOT

Analisis SWOT merupakan analisis berdasarkan kelebihan/kekuatan tapak (*Strength*), kekurangan/kelemahan tapak (*Weakness*), peluang dari kondisi sekitar tapak (*Opportunity*) dan ancaman dari kondisi sekitar tapak (*Threats*). Berikut adalah analisis swot terkait tapak untuk bangunan *wellness center*:

Tabel 4.2 Analisis SWOT

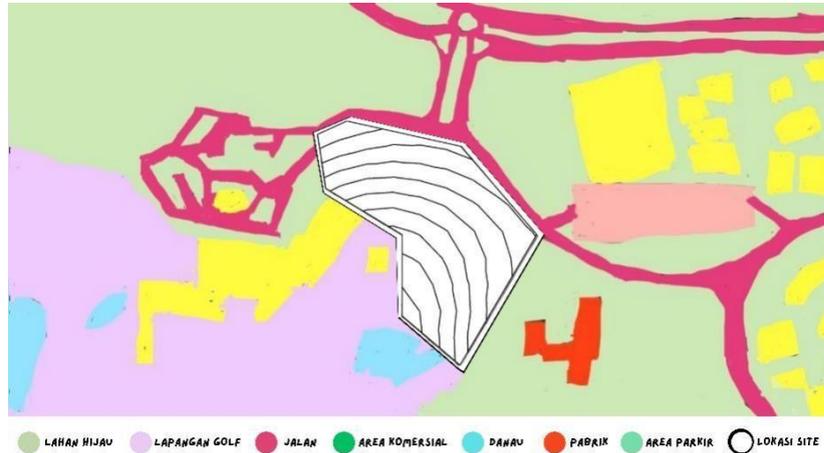
	<b>(S) Strengths</b>	<b>(W) Weakness</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lokasi tapak dikelilingi oleh Bangunan Komersil</li> <li>• Berada di Jalan Pakuan yaitu jalan sekunder yang tidak terlalu ramai kendaraan.</li> <li>• Lokasi tapak memiliki pemandangan alam yang indah.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Belum terdapat jalur pejalan kaki.</li> <li>• Aksesibilitas yang cukup sulit karena pada site tidak dilewati dan tidak terdapat shuttle atau pemberhentian bus.</li> <li>• Vegetasi yang tidak beraturan.</li> </ul>
<b>(O) Opportunities</b>	<b>S+O</b>	<b>W+O</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Terdapat berbagai fasilitas public di sekitar tapak.</li> <li>• Sarana prasarana jalan cukup lengkap</li> <li>• Lokasi tapak memiliki</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengembangkan wilayah sesuai dengan fungsinya.</li> <li>• Menambah sarana public untuk permukiman sekitar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menambahkan pedestrian untuk memudahkan pengguna yang berjalan kaki.</li> <li>• Menambah vegetasi maupun menambahkan</li> </ul>

<p>pemandangan alam yang indah.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lokasi tapak memiliki konsep jaringan listrik bawah tanah dan drainase tertutup.</li> <li>• Terdapat landmark di area sekitar jalan.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menarik perhatian dan dapat meramaikan area.</li> <li>• Menciptakan sarana kesehatan dan rekreasi bagi warga sekitar.</li> <li>• Membuat massa bangunan menghadap pemandangan alam.</li> </ul>	<p>elevasi pada tapak bangunan yang dekat dengan lapangan.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menambahkan shuttle bus pada area site agar memudahkan pengunjung yang menggunakan transportasi umum.</li> </ul>
<b><i>(T)Threats</i></b>	<b><i>S+T</i></b>	<b><i>W+T</i></b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Persediaan air yang terbatas</li> <li>• Tanah yang tidak stabil, sehingga rawan longsor.</li> <li>• Kontur tapak memiliki kemiringan yang cukup tinggi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memanfaatkan penggunaan sumur bor.</li> <li>• Menggunakan struktur yang tepat untuk tanah anti geser seperti tiang pancang dan membuat dinding penahan yang dapat menahan tekanan lateral tanah aktif.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengolah lanskap dengan baik dengan mempertahankan kontur dan vegetasi di area site.</li> </ul>

Sumber : Olah Data Penulis (2023)

#### 4.1.4 Analisa Mikro

##### A. Analisis Tata Guna Lahan



Gambar 4. 5 Analisis Tata Guna Lahan

Sumber : Ilustrasi Penulis

Luas : 33.312 m<sup>2</sup>

Lokasi Tapak : Jalan Pakuan, Sumur Batu, Babakan  
Madang, Kabupaten

Bogor, Jawa BaratBatas Tapak :

Utara : Lahan Kosong

Selatan : Lapangan Golf

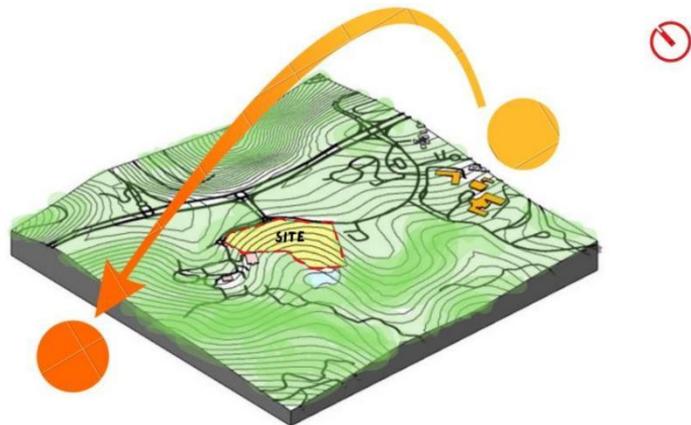
Timur : PT. Pandutama Jaya Gemilang

Barat : Sentul Highlands Golf Club

Berdasarkan RTRW Kabupaten Bogor, lokasi tapak berada di wilayah pengembangan tengah dengan beragam fungsi salah satunya yaitu berfungsi sebagai perdagangan dan jasa. Lokasi berada di lahan dengan fungsi komersial dan permukiman penduduk. Terdapat beberapa fasilitas pendukung disekitar area site, namun dengan kepadatan yang cukup rendah sehingga sedikit jauh dari keramaian.



### C. Analisis Matahari



Gambar 4. 7 Analisis Matahari  
Sumber : Ilustrasi Penulis (2023)

Lokasi tapak mendapatkan penyinaran matahari dari arah timur pada matahari terbit paling awal pukul 05.23 dan terbit paling akhir pukul 06.06 serta matahari terbenam dari arah barat pada matahari terbenam paling awal pukul 17.41 dan terbenam pukul 18.18. Lokasi tapak mendapatkan sinar matahari dengan dikarenakan tidak terdapat objek penghalang dari setiap sisi site. Berikut merupakan ilustrasi penyinaran matahari dan letak jatuh bayangan pada site dengan waktu yang berbeda-beda :

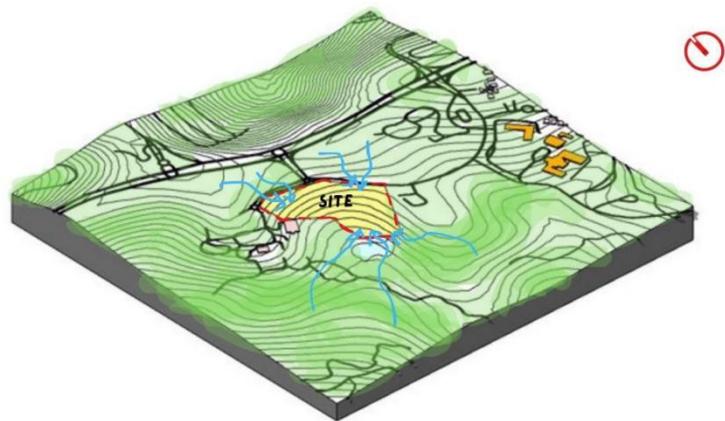


Gambar 4. 8 Letak Jatuh Bayangan dan penyinaran Matahari  
Sumber : Ilustrasi Penulis (2023)

Pergerakan matahari yang akan membentuk bayangan pada massa bangunan disetiap waktu memiliki bentuk dan arah yang beragam, namun tidak terlalu jauh perbedaannya sehingga

digambarkan dengan 3 bagian waktu. Pada pukul 07.00-11.00 bayangan yang terbentuk pada sisi barat laut. Pada pukul 11.00-15.00 bayangan yang mengecil hingga tidak terbentuk bayangan dikarenakan lokasi matahari berada di atas tapak. Pada pukul 15.00-17.30 bayangan yang terbentuk berada di sisi timur laut dengan ukuran yang besar.

#### D. Analisis Iklim dan Angin



Gambar 4. 9 Analisis Angin  
Sumber : Ilustrasi Penulis (2023)

Berdasarkan letak bangunan sekitar, hembusan angin yang kencang berada di sisi selatan tapak bangunan karena tidak ada objek penghalang dan hembusan angin yang cukup kencang berada di sisi barat laut dan utara tapak tepatnya di jalan pakuan, sedangkan hembusan angin pelan berasal dari sisi barat dan tenggara site dikarenakan terdapat bangunan pabrik dan Sentul highlands golf club. Berdasarkan data iklim Badan Meteorologi dan Geofisika (BMG) diketahui suhu, kelembaban, dan angin kawasan. Data-data iklim tersebut dijabarkan sebagai berikut:

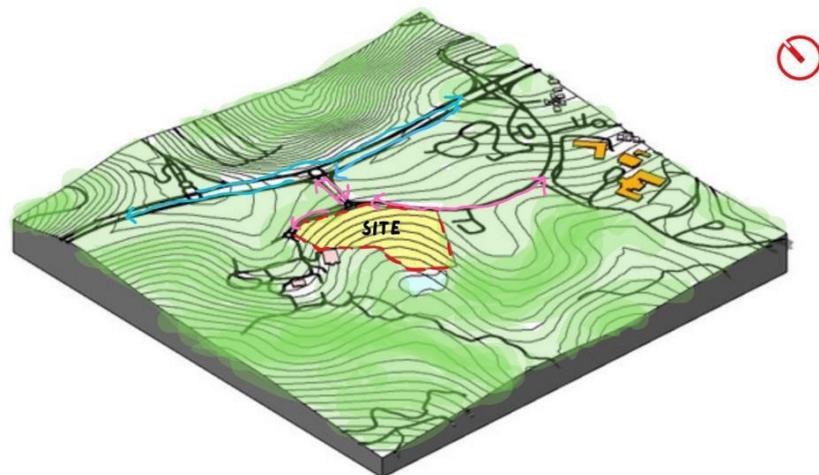
Bulan	Temperatur	Kelembaban	Penyinaran Matahari		Angin	
	Rata-rata suhu bulanan (°C)	Rata-rata kelembaban bulanan (%)	Lama penyinaran (%)	Intensitas (Joule/cm <sup>2</sup> )	Kecepatan (Knots)	Arah
Januari	25.0	88	37	223	2.9	W
Februari	25.1	88	29	254	3.5	W
Maret	25.8	82	73	240	2.9	W
April	26.2	82	65	257	2.3	W
Mei	26.1	85	67	254	2.2	W
Juni	26.1	81	78	253	2.1	W
Juli	25.8	77	90	272	2.4	W
Agustus	26.3	75	91	317	2.4	W
September	26.6	75	90	355	2.7	W
Oktober	26.0	82	74	356	2.4	W
November	26.3	81	55	315	2.6	W
Desember	26.1	85	56	201	2.3	W
JUMLAH	311.4	981.5	806.6	3297.0	30.7	
Rata-rata	26.0	81	67.2	274.8	2.6	

Gambar 4. 10 Data Iklim

Sumber : Stasiun Klimatologi Dramaga

Suhu rata-rata bulanan dari bulan Januari sampai Desember adalah 26°C dengan suhu tertinggi sebesar 26,6°C pada bulan September dan suhu terendah sebesar 25°C pada bulan Januari. Kelembaban rata-rata kawasan dari Januari sampai Desember adalah 81% dengan kelembaban tertinggi pada bulan Januari dan Februari sebesar 88% dan kelembaban terendah sebesar 75% pada bulan Agustus.

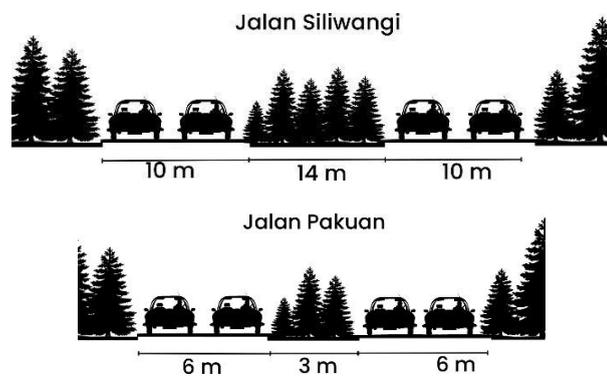
#### E. Analisis Sirkulasi



Gambar 4. 11 Analisis Sirkulasi

Sumber : Ilustrasi Penulis (2023)

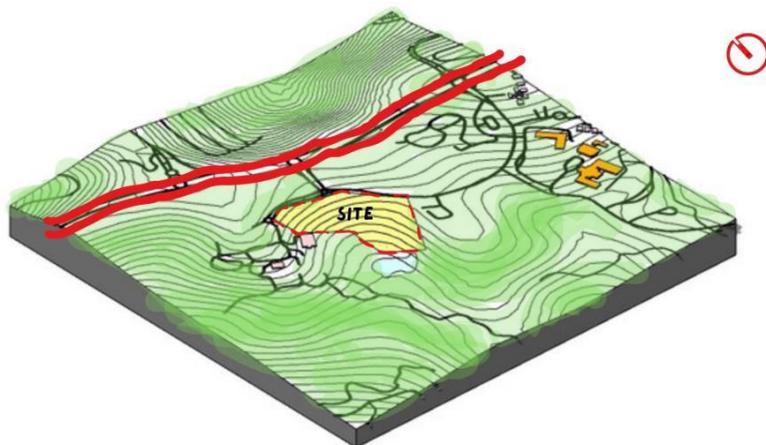
Sirkulasi di area tapak terdapat jalan arteri primer yaitu Jalan Siliwangi yang berada disisi utara site dan Jalan Pakuan sebagai jalan arteri sekunder yang juga berada di sisi utara site dan terdapat jalur penghubung jalan yang menghubungkan jalan siliwangi dan jalan pakuan. Tidak terdapat pedestrian untuk pejalan kaki di sisi jalan, namun memiliki ukuran jalan yang cukup lebar.



Gambar 4. 12 Ukuran Jalan  
Sumber : Ilustrasi Penulis (2023)

Pada tiap jalan memiliki jalur dua arah yang dipisahkan oleh vegetasi di tengahnya. Setiap jalan memiliki lebar jalan yang berbeda-beda yang disesuaikan dengan masing-masing fungsi jalan.

#### F. Analisis Aksesibilitas



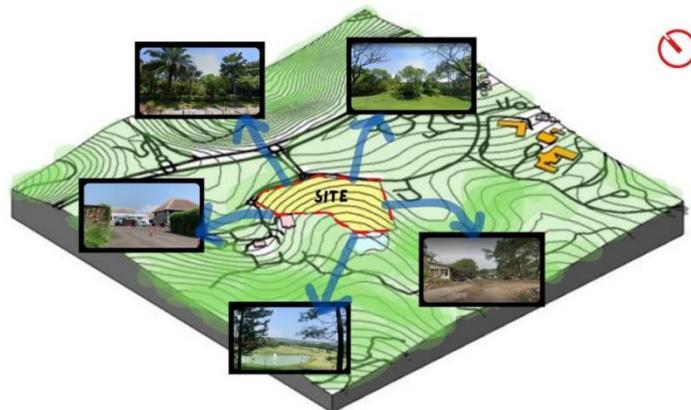
Gambar 4. 13 Analisis Aksesibilitas  
Sumber : Ilustrasi Penulis (2023)

Aksesibilitas di sekitar site sedikit terbatas dikarenakan site berada didalam kawasan Sentul city sehingga hanya bisa diakses oleh bus sentul city dengan beberapa pemberentian bus didalamnya, namun site dengan mudah dapat dijangkaumenggunakan kendaraan pribadi.

Untuk menuju Sentul city terdapat beragam transportasi yang dapat memudahkan pengunjung diantaranya yaitu akses kendaraan pribadi melalui jalan tol Jagorawi yang langsung sampai melalui exit Sentul Selatan, akses menggunakan KRL, dan akses menggunakan bus.

Menanggapi kondisi tersebut dapat diatasi dengan penambahan shuttle bus yang dekat dengan site, penambahan jalur pedestrian untuk menyamakan pejalan kaki.

#### G. Analisis View



Gambar 4. 14 Analisis View  
Sumber : Ilustrasi Penulis (2023)

View dari dalam tapak memiliki potensi yang sangat baik karea pada sisi utara site dapat melihat langsung pemandangan bukit dan danau yang membuat site langsung terkoneksi dengan alam. Pada bagian barat laut dan timur laut

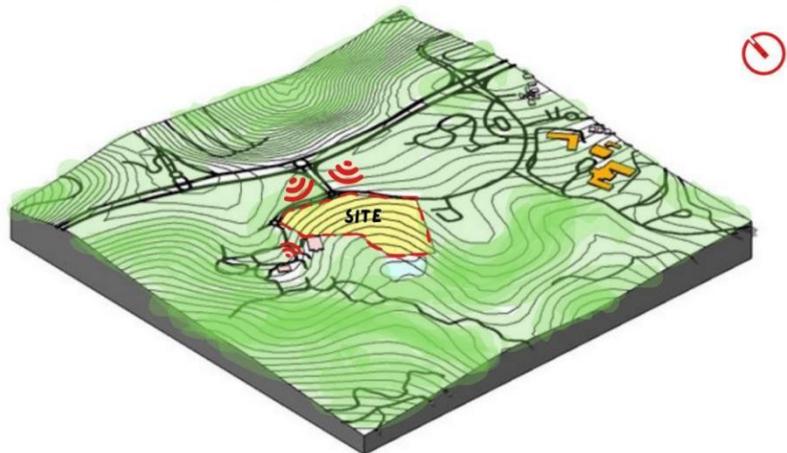


Gambar 4. 15 View Sisi Selatan  
Sumber : Dokumentasi Penulis (2023)

Pemandangan *site* yaitu menghadap ke arah lahan hijau yang ditanami beragam vegetasi. Pada sisi barat terdapat Sentul *highland golf club* dan pada sisi timur terdapat bangunan industry.

*View* terbaik dari arah tapak yaitu menghadap ke arah selatan tapak yang memperlihatkan langsung bentangan alam dengan pemandangan bukit, hutan, danau dan lapangan yang luas.

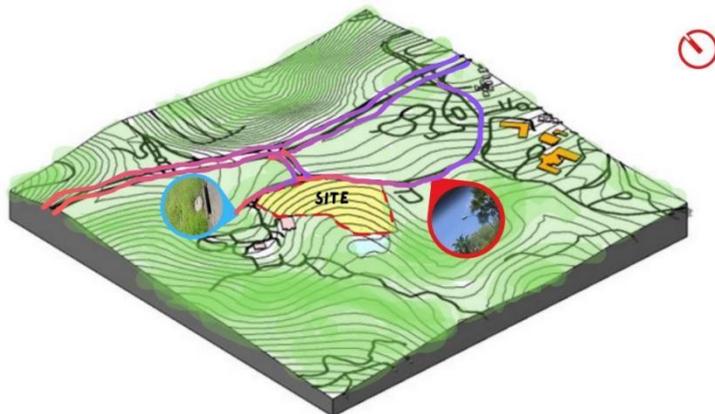
#### H. Analisis Kebisingan



Gambar 4. 16 Analisis Kebisingan  
Sumber : Ilustrasi Penulis (2023)

Kebisingan di area tapak yang cukup tinggi berasal dari Jalan Pakuan yang memiliki pertigaan jalan di tengahnya sehingga memiliki mobilitas yang lumayan tinggi, namun dikarenakan jalan pakuan merupakan jalan sekunder, maka kebisingan tidak terlalu tinggi. Terdapat kebisingan sedang yang berasal dari bangunan Sentul highland golf cluf disisi barat sitedan kebisingan yang cukup rendah di sisi tenggara site karena terdapat bangunan industri. Kebisingan dari Jalan Pakuan dapat diatasi dengan penumbuhan vegetasi yang dapat mengurangi kebisingan.

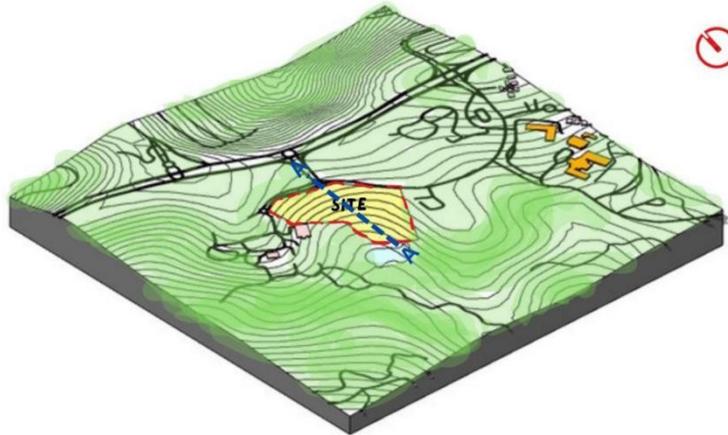
#### I. Analisis Utilitas



Gambar 4. 17 Analisis Utilitas  
Sumber : Ilustrasi Penulis (2023)

Pada lokasi site sudah terdapat jaringan utilitas yang meliputi jaringan penerangan jalan, saluran drainase dan jaringan listrik. Pada saluran drainase di area site menggunakan jenis drainase bawah tanah tertutup sehingga tidak terlihat langsung dari atas yang memberikan keindahan dan efektivitas. Jaringan listrik pada area site juga memiliki sistem jaringan listrik bawah tanah sehingga lebih aman dan tidak mengganggu estetika Sentul city.

## J. Analisis Topografi



Gambar 4. 18 Analisis Topografi  
Sumber : Ilustrasi Penulis (2023)

Topografi pada site ini memiliki topografi yang berbeda- beda elevasi dan kemiringan. Untuk mengetahui klasifikasi topografi. Terdapat tabel klasifikasi yang menentukan kemiringan lereng :

Tabel 4. 3Klasifikasi Kemiringan

Kemiringan (%)	Klasifikasi
0-3	Datar
3-8	Landai
8-15	Agak miring
15-30	Miring
30-45	Agak curam
45-65	Curam
>65	Sangat curam

Sumber : Sintanala (1989) dalam mapvisonindo

Berikut adalah perhitungan kemiringan tapak :

Potongan A-A

Panjang A-A : 287 m

Tinggi : 16 m

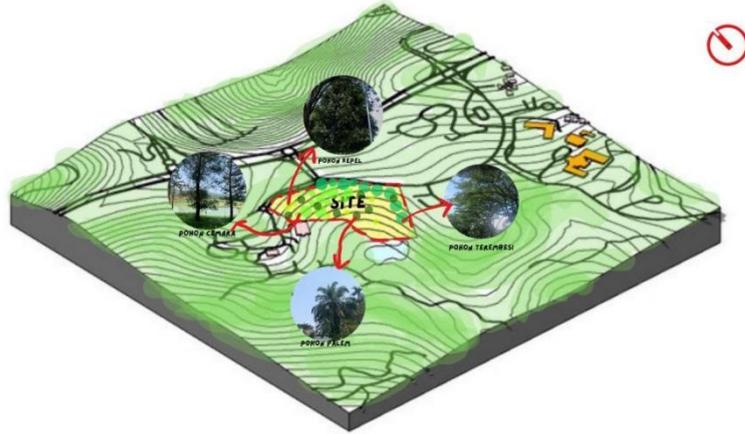
Kemiringan :  $\text{Tinggi/Panjang} \times 100$

:  $16/287 \times 100$

: 5,5%

Berdasarkan perhitungan diatas maka diketahui bahwa tapak memiliki klasifikasi kemiringan sebesar 5,5% yang termasuk kedalam kontur landai.

#### K. Analisis Vegetasi



Gambar 4. 19 Analisis Vegetasi  
Sumber : Ilustrasi Penulis (2023)

Analisis vegetasi merupakan analisis untuk mengetahui letak dan jenis vegetasi. Vegetasi pada area site berdasarkan hasil analisis terdapat 4 tanaman yang mendominasi di site yaitu pohon cemara, pohon terembesi, pohon kepel, dan pohon kelapa. Tapak sebagian ditutupi oleh semak-semak dan ilalang.

Pada bagian utara site yaitu sisi yang berdekatan langsung dengan Jalan Pakuan terdapat pohon terembesi, dan pada sisi barat site banyak ditumbuhi dengan pohon cemara dan pohon kepel. Pada sisi utara site banyak ditumbuhi oleh tanaman liar.

## 4.2 Analisis Fungsional

### 4.2.1 Analisis Fungsi

Analisis fungsi merupakan analisis terkait fungsi dari bangunan *wellness center* yang memiliki tiga kategori yaitu fungsi primer, fungsi sekunder dan fungsi penunjang. Berikut analisis fungsi pada bangunan *wellness center* diantaranya yaitu :

1. Fungsi primer

Fungsi utama pada bangunan *wellness center* ini yaitu adalah fungsi kesehatan dan olahraga yang memfasilitasi kegiatan- kegiatan olahraga untuk kebugaran tubuh agar tetap sehat dari segi fisik, jiwa, raga dan pikiran.

2. Fungsi sekunder

Fungsi sekunder merupakan fungsi yang mendukung kegiatan fungsi utama. Pada bangunan *wellness center* fungsi sekundernya yaitu sebagai pariwisata dan rekreasi.

3. Fungsi penunjang

Fungsi penunjang merupakan fungsi agar kegiatan fungsi primer dan sekunder berjalan dengan baik. pada bangunan *wellness center* adalah sebagai fungsi kegiatan sanitasi.

Tabel 4. 4 Analisis Fungsi

Analisis Fungsi		
Klasifikasi	Kegiatan	Keterangan
Fungsi Primer	Yoga	Yoga memiliki beberapa jenis kegiatan yang masing-masing memiliki fungsi dan tujuan tertentu seperti <i>basic yoga, postural correction, body awareness</i> , dll
	<i>Body movement</i>	Body movement merupakan kegiatan menggerakkan tubuh seperti <i>dance class, dance teens, salsa</i> , dll.
	<i>Martial art</i>	Martial art merupakan seni dalam bela diri seperti <i>muaythai, jiu jitsu</i> , dll.
	Sauna	Kegiatan relaksasi ini membantu tubuh mengeluarkan keringat dan
		membakar kalori dengan bantuan ruangan yang memiliki suhu panas dan kering
	<i>Traditional chinese medicine</i>	Kegiatan yang dilakukan dalam pengobatan ini seperti konsultasi, akupunktur, pengobatan herbal, dll.
	Mind & soul	Kegiatan terapi pikiran dan jiwa ini memiliki beberapa kegiatan diantaranya yaitu meditasi, pranic healing, dan soul healing
	Terapi	Terapi memiliki kegiatan seperti terapi <i>soundbath, art therapy, hypnotherapy</i> , dll.
	<i>Body treatment &amp; relaksasi</i>	Perawatan tubuh memiliki kegiatan yaitu <i>reflexology</i> , dan <i>body message</i> .
	Layanan psikologi	Konsultasi perkawinan/karier/keluarga / <i>psikotes/assessment graphology</i>
Fungsi Sekunder	Tempat rekreasi	Sebagai area rekreasi dengan kegiatan yang menyehatkan
Fungsi Penunjang	Makan dan minum	Kegiatan sanitasiistirahat makan dan minum, ibadah bagi pengelola staff dan pengunjung.
	Sholat	
	BAK dan BAB	

Sumber : Olah Data Penulis (2023)

#### 4.2.2 Analisis Pengguna

Analisis pengguna merupakan analisis terkait seluruh pengguna yang akan menggunakan fasilitas yang tersedia di *wellness center*. Menurut Darmawan, Sastrawan dan Warnata(2021) Pengguna *wellness center* terdiri dari pengelola dan pengunjung. Pengunjung *wellness center* yaitu usia >15 tahun yang disesuaikan berdasarkan kebutuhan dan kegiatan yang ada di dalam *wellness center*. Berikut adalah pengguna dari *wellness center* :

##### 1. Pengunjung

Pengunjung merupakan pengguna pada bangunan untuk melakukan beragam jenis aktivitas sesuai dengan kebutuhan pengguna di area publik. Terdapat dua jenis pengunjung bangunan *wellness center* berdasarkan tujuan datang dan aktivitas pengguna yaitu :

##### a. Pengunjung umum

Pengunjung umum yaitu yang datang tanpa tujuan khusus tetapi hanya sekedar berkunjung dengan maksud pariwisata maupun rekreasi.

##### b. Pengunjung khusus

Pengunjung khusus yaitu pengunjung yang memiliki tujuan khusus pada bangunan seperti untuk mengikuti kelas, relaksasi, konsultasi, menikmati makanan sehat, dll.

##### 2. Pengelola

Pengelola merupakan pihak pengguna bangunan yang bertugas merawat dan mengatur segala aktivitas, fasilitas, dan memberi service yang baik pada bangunan *wellness center*. Berikut adalah beberapa bagian dari pengelola :

##### a. Owner

*Owner* merupakan pemilik perusahaan dan bangunan

*wellness center* yang memiliki tanggung jawab atas izin dan operasional bangunan.

b. Sekretaris

Sekretaris memiliki tanggung jawab untuk melakukan berbagai macam tugas seperti penjadwalan, email, penanganan pengunjung, penulisan korespondensi, dll.

c. *Manager*

*Manager* merupakan pemimpin tertinggi setelah owner pada bangunan yang bangunan *wellness center* berdasarkan tujuan datang dan aktivitas pengguna yaitu :

d. Pengunjung umum

Pengunjung umum yaitu yang datang tanpa tujuan khusus tetapi hanya sekedar berkunjung dengan maksud pariwisata maupun rekreasi.

e. Pengunjung khusus

Pengunjung khusus yaitu pengunjung yang memiliki tujuan khusus pada bangunan seperti untuk mengikuti kelas, relaksasi, konsultasi, menikmati makanan sehat, dll.

3. Pengelola

Pengelola merupakan pihak pengguna bangunan yang bertugas merawat dan mengatur segala aktivitas, fasilitas, dan memberi service yang baik pada bangunan *wellness center*. Berikut adalah beberapa bagian dari pengelola :

a. *Owner*

*Owner* merupakan pemilik perusahaan dan bangunan *wellness center* yang memiliki tanggung jawab atas izin dan operasional bangunan.

b. Sekretaris

Sekretaris memiliki tanggung jawab untuk

melakukan berbagai macam tugas seperti penjadwalan, email, penanganan pengunjung, penulisan korespondensi, dll.

c. *Manager*

*Manager* merupakan pemimpin tertinggi setelah owner pada bangunan yang mengkoordinir dan berhubungan dengan penyelenggaraan fasilitas maupun pegawai dan sistem didalam bangunan.

d. Dokter/Psikiater

Dokter/Psikiater yang bertanggung jawab dalam jasa konseling dan psikologi pada pengunjung yang ingin berkonsultasi.

e. *Coach/Inspektur*

*Coach/Inspektur* bertugas untuk membimbing kelas untuk mengajarkan teknik olahraga yang benar.

f. *Chef*

*Chef* berperan untuk mengolah makanan maupun minuman untuk pengunjung.

g. *Staff* pengelola

*Staff* pengelola merupakan staff yang mengelola bangunan meliputi staff administrasi, staff keuangan

h. *Staff* pelayanan

*Staff* pelayan bertanggung jawab dalam melayani pengunjung seperti *staff* resepsionis,, admin, *waiter*, dll.

i. *Staff maintenance*

*Staff maintenance* bertugas untuk perawatan bangunan seperti *cleaning service*, *staff* MEP, dll.

j. *Security*

*Security* bertugas untuk keamanan bangunan *wellness center*.

### 4.2.3 Analisis Pola Kegiatan

#### 1. Analisis Kegiatan Pengunjung



Gambar 4. 20 Analisis Kegiatan Pengunjung  
 Sumber : Ilustrasi Penulis (2023)

#### 2. Analisis Kegiatan Pengelola



Gambar 4. 21 Analisis Kegiatan Pengelola  
 Sumber : Ilustrasi Penulis (2023)

### 4.2.4 Analisis Kebutuhan Ruang

Tabel 4. 5 Analisis Kegiatan dan Kebutuhan Ruang

Analisis kegiatan dan kebutuhan ruang		
Pengguna	Kegiatan	Ruang
Pengunjung Umum	Datang	Main entrance
	Memarkir kendaraan	Ruang parkir
	Masuk	Lobby
	Menunggu	Ruang tunggu
	Menanyakan informasi	Resepsionis
	Bersantai	Area santai
	Berkumpul/berinteraksi	Area communal
	Melihat taman outdoor	Taman wisata outdoor
	Memesan makanan dan minuman	Café
	Membeli pernak-pernik	Retail
	Beribadah	Musholla
	Sanitasi	Lavatory
Pengunjung Khusus	Datang	Main entrance
	Memarkir kendaraan	Ruang parkir

	Masuk	Lobby
	Menunggu	Ruang tunggu
	Registrasi	Pusat informasi
	Menyimpan barang	Loker
	Yoga	Kelas yoga indoor/outdoor
	<i>Body movement</i>	Kelas body movement indoor/outdoor
	<i>Martial art</i>	Kelas martial art indoor/outdoor
	Sauna	Ruang sauna
	<i>Traditional chinese medicine</i>	Ruang perawatan
	<i>Mind &amp; soul</i>	Kelas mind & soul
	Terapi	Ruang terapi
	<i>Body treatment &amp; relaksasi</i>	Ruang relaksasi
	Layanan psikologi	Ruang konsultasi
	<i>Healthy food</i>	cafe
	Sanitasi	Lavatory
	Istirahat	Ruang bersantai
	Makan dan minum	Café
Pengelola	Beribadah	Musholla
	Datang	<i>Main entrance</i>
	Parkir	Ruang parkir pengelola
	Masuk	Lobby
	Manajer	Ruang manajer
	Sekretaris	Ruang sekretaris
	Karyawan	Ruang karyawan
	Rapat	Ruang rapat
	Melakukan konsultasi	Ruang dokter
	Sanitasi	Lavatory pengelola
	Membuat minuman dan makanan	Pantry
	Menyimpan barang	Loker pengelola
	Owner	Ruang pemilik
	Staff pengelola	Ruang pengelola
	Staff pelayanan	Ruang pelayanan
	Staff manitanace	Ruang MEP
	Beristirahat	Ruang communal
	Coach	Ruang coach
	Chef	Ruang chef
	Security	Ruang keamanan
Beribadah	Mushola	
Bersantai	Ruang santai	

Sumber : Analisis Penulis (2023)

Tabel 4. 6 Analisis Kelompok Ruang dan Jenis Ruang  
**Analisis kelompok ruang dan jenis ruang**

<b>Kelompokruang</b>	<b>Nama ruang</b>	<b>Jenis ruang</b>
Parkir	Area parkir pengunjung	Public
	Area parkir pengelola	Semi public
	Drop off area	Public
	Pos satpam	semi public
Entrance	Lobby	Public
	Resepsionis	Public
	Pusat informasi	Public
	Loker	Public
	Ruang tunggu	public
	Retail	public
	musholla	Servis
	Lavatory	Servis
Area perawatan	Ruang perawatan	Semi private
	Ruang sauna	Semi public
	Ruang whirlpool	Semi private
	Ruang relaksasi	Semi private
	Ruang Konsultasi	Private
	Ruang tunggu	Semi public
	Resepsionis	public
	Ruang kasir	public
	Loker	Public
	Ruang bilas	Servis
	Ruang ganti	Servis
	Lavatory	Servis
	Ruang penyimpanan	Semi private
Area Exercise	Amphitiatere	Public
	Workshop area	Public
	Taman	Public
	Outdoor gym area	Public
	Ruang konsultasi kebugaran	Private
	Resepsionis	public
	Ruang kasir	public
	Studio yoga	Semi public
	Studio martial art	Semi public
	Studio body movement	Semi public
	Ruang ganti	Private
	Ruang bilas	Private
	Ruang penyimpanan	Private
	Ruang loker	Semi public
	Lavatory	servis
Area Pengelola	Ruang owner	Private
	Ruang manager	Private
	Ruang sekretaris	Private
	Ruang rapat	Semi private
	Ruang santai	Semi private
	Ruang arsip	Semi private

	Ruang staff	Semi private
	Ruang administrasi	Semi private
	Front office	Public
	Loker	Semi private
	lavatory	Servis
Restaurant healthy food	Kasir	Semi private
	Area makan	Public
	Dapur	Servis
	Ruang penyimpanan	Semi Private
	Gudang peralatan	Servis
	Janitor	Servis
	lavatory	Servis
Area servis	Ruang cctv	Servis
	Gudang	Servis
	Ruang teknisi	Servis
	Ruang genset	Servis
	Ruang panel	Servis
	Janitor	servis
	Pantry	Servis

Sumber : Analisis Penulis (2023)

#### 4.2.5 Analisis Besaran Ruang

Analisis besaran ruang merupakan analisis untuk mengetahui kebutuhan ruang, pengguna, kapasitas, besaran dan jumlah pada bangunan wellness center yang diperoleh dari studi besaran ruang dengan menggunakan beberapa sumber literatur. Beberapa literatur yang digunakan sebagai acuan dalam perencanaan ini diantaranya yaitu :

Keterangan :

- DA = Data Arsitek
- AS = Asumsi
- MHB = Matrik Hand Book
- AH = Architect Handbook

Dalam menghitung program ruang diperlukan sirkulasi ruang yang disesuaikan dengan kegiatan di setiap ruang yang dibuat berdasarkan tingkat kenyamanan. Berikut merupakan tingkat persentase sirkulasi ruang :

Tabel 4. 7 Persentase Sirkulasi Ruang

No	Persentase Sirkulasi	Keterangan
1	5-10%	Standar minimum
2	20%	Kebutuhan keluasan sirkulasi
3	30%	Kebutuhan kenyamanan fisik
4	40%	Tuntutan kenyamanan psikologis
5	50%	Tuntutan spesifik kegiatan
6	70-100%	Keterkaitan dengan banyak kegiatan

Sumber : *Time Saver Standart of Building Type, 2nd Edition* dalam Burhan (2014)

Tabel 4.8 Analisis Besaran Ruang

Nama Ruang		Kapasitas (org)	Jumlah (Unit)	Besaran (m <sup>2</sup> )	Sumber	Sirkulasi (%)	Total (m <sup>2</sup> )
<b>Parkir</b>							
Area parkir pengunjung		250 150	-	2 m <sup>2</sup> /unit (motor) 12,5 m <sup>2</sup> /unit(mobil)	DA	100%	2.375 m <sup>2</sup>
Area parkir pengelola		70 30	- -	2 m <sup>2</sup> /unit (motor) 12,5 m <sup>2</sup> /unit(mobil)	DA	100%	515 m <sup>2</sup>
Drop off area		1 mobil	1	3,7 x 5 m <sup>2</sup>	DA	50%	28 m <sup>2</sup>
Pos satpam		3	1	5,5 m <sup>2</sup>	DA	30%	21,4 m <sup>2</sup>
<b>Total besaran ruang</b>							<b>2.939,4 m<sup>2</sup></b>
<b>Entrance</b>							
Lobby		50	1	45 m <sup>2</sup>	DA	40%	67,5 m <sup>2</sup>
Resepsionis		4	1	2,5 m <sup>2</sup> /orang	DA	50%	15 m <sup>2</sup>
Pusat informasi		4	1	28 m <sup>2</sup>	DA	20%	34 m <sup>2</sup>
Loker		10	1	12 m <sup>2</sup>	AS	30%	15,6 m <sup>2</sup>
Ruang tunggu		10	2	12 m <sup>2</sup>	DA	30%	31,2 m <sup>2</sup>
Retail		10	4	45 m <sup>2</sup>	AH	30%	234 m <sup>2</sup>
Musholla		8 50	2 1	0,8 m <sup>2</sup> /orang (area wudhu) 1,2 m <sup>2</sup> /orang (area solat)	DA	30%	94,64 m <sup>2</sup>
Lavatory	Pria	2	1	1,6 m <sup>2</sup> /unit (wastafel)	DA	30%	13,26 m <sup>2</sup>
		2		0,6 m <sup>2</sup> /unit (urinoir)			
		3		1,8 m <sup>2</sup> /unit (kloset)			
Wanita	2	1	1,6 m <sup>2</sup> /unit (wastafel)	DA	30%	11,18 m <sup>2</sup>	
	3		1,8 m <sup>2</sup> /unit (kloset)				
<b>Total besaran ruang</b>							<b>516,38 m<sup>2</sup></b>

Area Perawatan						
Ruang perawatan	4	2	2 x 3,5 m <sup>2</sup>	MHB	40%	20 m <sup>2</sup>
Ruang sauna	10	2	3 m <sup>2</sup> /orang	DA	40%	84 m <sup>2</sup>
Ruang whirlpool	10	2	1,86 m <sup>2</sup> /orang	AS	40%	52,08 m <sup>2</sup>
Ruang relaksasi	30	1	6 m <sup>2</sup> /orang	AS	40%	252 m <sup>2</sup>
Ruang konsultasi	3	2	4 x 3,5 m <sup>2</sup>	MHB	40%	39,2 m <sup>2</sup>
Ruang tunggu	4	1	12 m <sup>2</sup>	DA	30%	15,6 m <sup>2</sup>
Resepsionis	2	1	2,75 m <sup>2</sup> /orang	DA	30%	7,15 m <sup>2</sup>
Ruang kasir	2	1	2,75 m <sup>2</sup> /orang	DA	30%	7,15 m <sup>2</sup>
Loker	20	1	0,5 m <sup>2</sup> /orang	DA	30%	13 m <sup>2</sup>
Ruang bilas	10	2	15 m <sup>2</sup>	DA	20%	36 m <sup>2</sup>
Ruang ganti	10	2	15 m <sup>2</sup>	DA	20%	36 m <sup>2</sup>
Lavatory	Pria	2	1,6 m <sup>2</sup> /unit (wastafel) 0,6 m <sup>2</sup> /unit (urinoir) 1,8 m <sup>2</sup> /unit (kloset)	DA	30%	13,26 m <sup>2</sup>
		2				
		3				
	Wanita	2	1,6 m <sup>2</sup> /unit (wastafel) 1,8 m <sup>2</sup> /unit (kloset)	DA	30%	
3						
Ruang penyimpanan	4	1	20 m <sup>2</sup>	AS	40%	28 m <sup>2</sup>
<b>Total besaran ruang</b>						<b>614,62 m<sup>2</sup></b>
Area Excercise						
Amphitheatre	100	1	300 m <sup>2</sup>	AS	70%	510 m <sup>2</sup>
Workshop area	30	2	150 m <sup>2</sup>	AH	50%	450 m <sup>2</sup>
Taman	50	2	200 m <sup>2</sup>	AS	70%	680 m <sup>2</sup>
Outdoor gym area	20	1	200 m <sup>2</sup>	DA	70%	340 m <sup>2</sup>
Ruang konsultasi kebugaran	3	2	4 x 3,5 m <sup>2</sup>	MHB	40%	39,2 m <sup>2</sup>

Resepsionis		2	1	2,75 m <sup>2</sup> /orang	DA	30%	7,15 m <sup>2</sup>
Ruang kasir		2	1	2,75 m <sup>2</sup> /orang	DA	30%	7,15 m <sup>2</sup>
Studio yoga		30	2	3 m <sup>2</sup> /orang	AS	50%	270 m <sup>2</sup>
Studio martial art		20	2	100 m <sup>2</sup>	DA	50%	300 m <sup>2</sup>
Studio body movement		30	2	100 m <sup>2</sup>	DA	50%	300 m <sup>2</sup>
Ruang ganti		20	2	30 m <sup>2</sup>	DA	20%	72 m <sup>2</sup>
Ruang bilas		20	2	30 m <sup>2</sup>	DA	20%	72 m <sup>2</sup>
Ruang penyimpanan		4	1	20 m <sup>2</sup>	AS	40%	28 m <sup>2</sup>
Ruang loker		50	1	0,5 m <sup>2</sup> /orang	DA	30%	32,5 m <sup>2</sup>
Lavatory	Pria	2	1	1,6 m <sup>2</sup> /unit (wastafel)	DA	30%	13,26 m <sup>2</sup>
		2		0,6 m <sup>2</sup> /unit (urinoir)			
		3		1,8 m <sup>2</sup> /unit (kloset)			
	Wanita	2	1	1,6 m <sup>2</sup> /unit (wastafel)	DA	30%	11,18 m <sup>2</sup>
		3		1,8 m <sup>2</sup> /unit (kloset)			
<b>Total besaran ruang</b>							<b>3.132,4 m<sup>2</sup></b>
<b>Area Pengelola</b>							
Ruang owner		1	1	8 m <sup>2</sup>	DA	30%	10,4 m <sup>2</sup>
Ruang manager		1	1	4 m <sup>2</sup>	DA	30%	5,2 m <sup>2</sup>
Ruang sekretaris		1	1	4 m <sup>2</sup>	DA	30%	5,2 m <sup>2</sup>
Ruang rapat		15	1	2 m <sup>2</sup> /orang	DA	30%	39 m <sup>2</sup>
Ruang santai		10	1	24 m <sup>2</sup>	MHB	30%	31,2 m <sup>2</sup>
Ruang arsip		4	1	12 m <sup>2</sup>	AS	30%	15,6 m <sup>2</sup>
Ruang staff		10	1	5,5 m <sup>2</sup> /orang	DA	30%	71,5 m <sup>2</sup>
Ruang administrasi		3	1	12 m <sup>2</sup>	AS	30%	15,6 m <sup>2</sup>
Front office		2	1	2,75 m <sup>2</sup> /orang	DA	30%	7,15 m <sup>2</sup>
Pantry		5	1	10 m <sup>2</sup>	DA	30%	13,3 m <sup>2</sup>

Loker		10	1	12 m <sup>2</sup>	AS	30%	15,6 m <sup>2</sup>
Lavatory	Pria	2	1	1,6 m <sup>2</sup> /unit (wastafel)	DA	30%	13,26 m <sup>2</sup>
		2		0,6 m <sup>2</sup> /unit (urinoir)			
		3		1,8 m <sup>2</sup> /unit (kloset)			
	Wanita	2	1	1,6 m <sup>2</sup> /unit (wastafel)	DA	30%	11,18 m <sup>2</sup>
		3		1,8 m <sup>2</sup> /unit (kloset)			
<b>Total besaran ruang</b>							<b>254,19 m<sup>2</sup></b>
<b>Restaurant Healthy Food</b>							
Kasir		2	1	2,75 m <sup>2</sup> /orang	DA	30%	7,15 m <sup>2</sup>
Area makan		50	2	2,75 m <sup>2</sup> /orang	DA	40%	385 m <sup>2</sup>
Dapur		6	2	15 m <sup>2</sup>	AS	30%	39 m <sup>2</sup>
Ruang penyimpanan		4	2	20 m <sup>2</sup>	AS	40%	56 m <sup>2</sup>
Gudang peralatan		4	1	4 m <sup>2</sup> /orang	DA	20%	20,8 m <sup>2</sup>
Janitor		1	1	2 m <sup>2</sup>	AS	20%	2,4 m <sup>2</sup>
Lavatory	Pria	2	1	1,6 m <sup>2</sup> /unit (wastafel)	DA	30%	13,26 m <sup>2</sup>
		2		0,6 m <sup>2</sup> /unit (urinoir)			
		3		1,8 m <sup>2</sup> /unit (kloset)			
	Wanita	2	1	1,6 m <sup>2</sup> /unit (wastafel)	DA	30%	11,18 m <sup>2</sup>
		3		1,8 m <sup>2</sup> /unit (kloset)			
<b>Total besaran ruang</b>							<b>534,79 m<sup>2</sup></b>
<b>Area Servis</b>							
Ruang cctv		2	1	20 m <sup>2</sup>	AS	20%	24 m <sup>2</sup>
Gudang		4	1	4 m <sup>2</sup> /orang	DA	20%	20,8 m <sup>2</sup>
Ruang teknisi		3	1	5,5 m <sup>2</sup> /orang	DA	20%	19,8 m <sup>2</sup>
Ruang genset		1	1	9 m <sup>2</sup>	AS	20%	10,8 m <sup>2</sup>
Ruang panel		5	1	4 m <sup>2</sup> /orang	DA	20%	24 m <sup>2</sup>

Janitor	1	1	2 m <sup>2</sup>	AS	20%	2,4 m <sup>2</sup>
<b>Total besaran ruang</b>						<b>101,8 m<sup>2</sup></b>
<b>TOTAL</b>						<b>8.454,58 m<sup>2</sup></b>

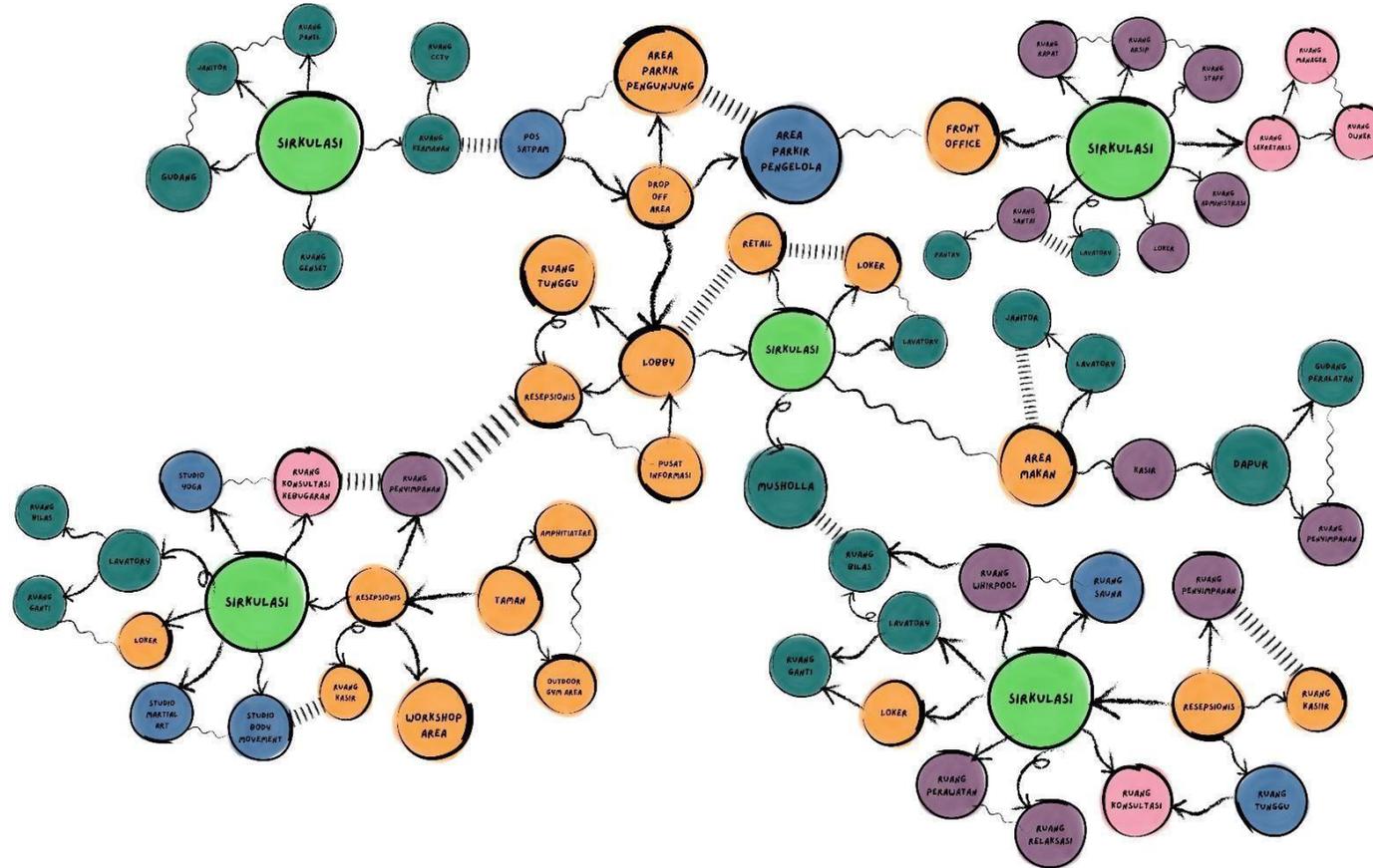
Sumber : Analisis Penulis (2023)

Tabel 4. 9 Total Besaran Kebutuhan Ruang

<b>Area</b>	<b>Luast Total (m<sup>2</sup>)</b>
Parkir	2.939,4 m <sup>2</sup>
Entrance	516,38 m <sup>2</sup>
Area perawatan	614,62 m <sup>2</sup>
Area Excercise	3.132,4 m <sup>2</sup>
Area Pengelola	254,19 m <sup>2</sup>
Restaurant Healthy Food	534,79 m <sup>2</sup>
Area Service	101,8 m <sup>2</sup>
<b>Total</b>	<b>8.123,58 m<sup>2</sup></b>

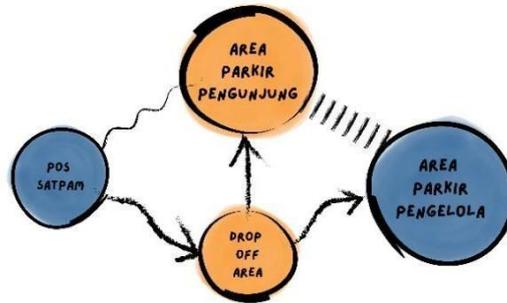
Sumber : Analisis Penulis (2023)

### 4.2.6 Bubble Diagram



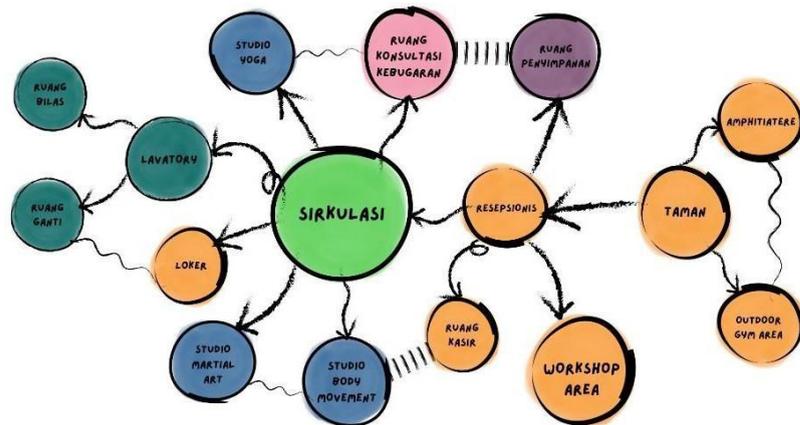
Gambar 4. 22 Bubble Diagram  
Sumber : Olah Data Penulis (2023)

**e. Area Parkir**



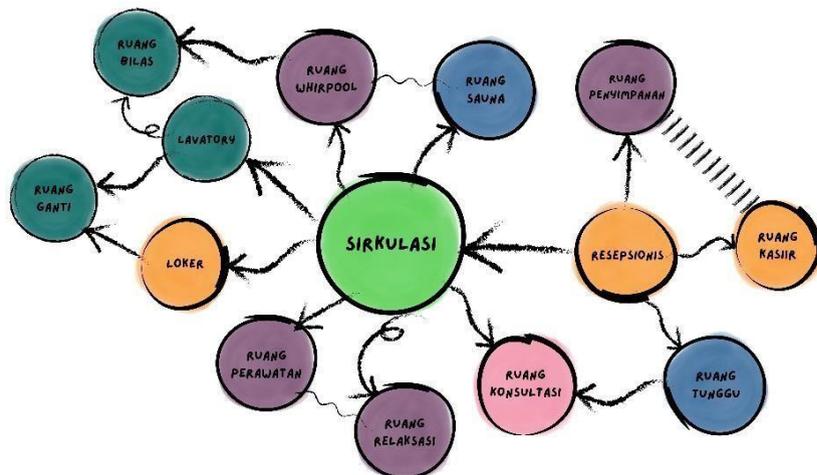
Gambar 4. 23 Bubble Diagram Area Parkir  
 Sumber : Olah Data Penulis (2023)

**f. Area Excercise**



Gambar 4. 24 Bubble Diagram Area Excercise  
 Sumber : Olah Data Penulis (2023)

**g. Area Perawatan**



Gambar 4. 25 Bubble Diagram Area Perawatan  
 Sumber : Olah Data Penulis (2023)

## BAB VI PENUTUP

### 6.1. Kesimpulan

Kesimpulan yang didapat dari laporan tugas akhir dengan judul “Perancangan *Wellness Center* dengan pendekatan *Salutogenic Architecture*” adalah sebagai berikut :

1. Perancangan *Wellness Center* di Kabupaten Bogor bertujuan untuk menciptakan pusat kesehatan yang menyembuhkan dari segi jiwa, raga dan pikiran agar dapat terhindar dari stress, sehingga dapat mencegah gangguan jiwa dan mental, mengurangi efek negative dari stressnya perkotaan, meningkatkan produktivitas dan menjaga kesehatan.
2. Perancangan *Wellness Center* menggunakan pendekatan *Salutogenic Architecture*. Pendekatan ini merupakan konsep desain dengan menerapkan prinsip-prinsip yang dapat mendorong kesehatan mental dan kesejahteraan orang di dalamnya, sehingga dapat mengurangi stress pengguna bangunan.
3. Prinsip desain *Salutogenic Architecture* yang diterapkan pada bangunan

*Wellness Center* ini ada 22 prinsip yang terbagi menjadi tiga bagian yaitu:

Elemen SOC	Faktor Desain
<i>Comprehensibility</i>	<i>Way-finding/Colours/Nature/Perception/landmark/Pleasure</i>
<i>Manageability</i>	<i>Aesthetic Elements/Natural Light/Green Environments/Stimuli/Interior Design/Restoration/Ergonomic design</i>
<i>Meaningfulness</i>	<i>Social support/music/art/ gym (autonomy/freedom)/pets/views/comfort /positive distractions</i>

4. Bangunan *Wellness Center* ini direncanakan berlokasi di kecamatan Babakan Madang, Kabupaten Bogor. Lokasi ini dipilih dikarenakan

lokasi yang tidak jauh dan mudah diakses dari Kota Jakarta serta memilikipemandangan alam yang sangat bagus.

5. Bangunan *Wellness Center* ini memiliki fungsi komersial dan rekreasi yang memiliki beberapa program dan aktivitas kesehatan didalamnya.
6. Bangunan *Wellness Center* ini direncanakan memiliki 4 masa bangunan yang terpisah disesuaikan dengan area dan fungsi bangunan dengan memaksimalkan area terbuka dan taman diarea tapak.

## 6.2. Saran

Saran yang dapat diberikan oleh penulis dari laporan tugas akhir dengan judul “Perancangan *Wellness Center* dengan pendekatan *SalutogenicArchitecture*” adalah sebagai berikut :

1. Konsep bangunan *Salutogenic Architecture* dapat lebih dipahami jika bangunan dapat dikunjungi langsung preseden *Salutogenic Architecture*, sayangnya hal tersebut belum bisa dilakukan dikarenakan preseden bangunan *Salutogenic Architecture* belum ada di Indonesia.
2. Pengembangan lebih lanjut dan lebih mendalam mengenai konsepperancangan serta desain yang dapat dilakukan dengan analisa berlanjut di kemudian hari dan skripsi ini dapat menjadi salah satu referensi untuk acuan maupun contoh yang dapat diperbaiki lagi kedepannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Antonovsky, A. 1996. *The Salutogenic Model As A Theory To Guide Health Promotion. Health Promotion International.*
- Dilani, A. 2009. *Psychosocially Supportive Design : A Salutogenic Approach to the Design of the Physical Environment. First International Conference on Sustainable Buidling*
- Ziegler, E. 2014. *Application of a Salutogenic Design Model to the Architecture of Low-Income Housing. The University of British Columbia*
- Sari, 2018. *Gambaran Coping Stress pada Pendatang Baru yang tinggal di Lingkungan Padat dan Bising di Jakarta. Universitas Tarumanegara Jakarta*
- Koay, W.I. & Dillon, D. 2020. *Community gardening: stress, well-being, and resilience potentials. International Journal of Environmental Research and Public Health.*
- Mazuch, R. 2017. *Salutogenic and Biophilic Design as Therapeutic Approaches to Sustainable Architecture*
- Jati, R.M.B. 2018. *Ruang Interaktif dalam Fasilitas Kesehatan Anak, Universitas Merdeka Malang*
- Haryani, N.A. & Setyawan, W. 2017. *Healing Architecturre pada Ruang Publik sebagai Pereda Stress Masyarakat Jakarta. Jurnal Sains dan Seni Pomits. Institut Teknologi Sepuluh November.*
- Tim Riskesdas. 2018. *Laporan Provinsi DKI Jakarta RISKESDAS 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.*
- Sijabat, S.G. 2022. *Urgensi Kebijakan Kesehatan Jiwa menuju Indonesia Tangguh. Konferensi Nasional Ilmu Kesehatan.*
- Halim, M. & Setiadi, P. 2019. *Pusat Penyembuhan Orang Stres di Cikini. Jurnal STUPA, Universitas Tarumanegara.*

- Steiner, F & Butler, K. 2017. *Planning and Urban Design Standards*.
- Adler, D . 1999. *Metric Handbook Planning and Design Data*.  
Peraturan Daerah Kabupaten Bogor Nomor 11 tahun 2016. Renacana Tata Ruang Wilayah Kabupaten Bogor 2016-2036
- Neufert, E. 2003. Data Arsitek Jilid 2  
Neufert, E. 1996. Data Arsitek Jilid 1
- Zumthor, P. 2006. *Atmospheres : Architectural Environments. Surrounding Objects*
- Pickard, Q. 2002. *The Architect' Handbook*.
- Chiara, J.D. & Callender. J. 1980. *Time-Saver Standards for Building Types 2<sup>nd</sup> Edition*.
- Widyaningrum, R. 2015. Pengaruh Terapi Murotal. Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Golembiewski, Jan A. *Salutogenic Design: The Neurological Basis for Healthcare Design. World Health Design Journal*.
- Kusmaryati, R. E. 2001. Fungsi Psikologis Taman Kota. Buletin Psikologis.
- Pangestu, M. D. 2019. Pencahayaan Alami dalam Bangunan. Unpar press.
- Dewi & Patmadiwiria, A. A. 2022. Pengembangan Wellness Tourism di Taman Wisata Alam Gunung Pancar Sentul Kabupaten Bogor
- Wijaya, I. I. 2017. K153 - Teknik Optimasi Pencahayaan Alami dalam Interior Rumah Tinggal. Simposium Nasional RAPI XVI.
- Nurnovita, C. 2011. Evaluasi Fungsi Ekologis Pohon pada RTH Lanskap Permukiman Sentul City, Bogor.
- Prameswari, I.G. & Indrawan, I, A. 2021. Translasi Positive Distraction pada Arsitektur: Eksplorasi Ruang melalui Suasana Nostalgia akan Memori Rumah Pohon

- Rokom. 2022. Kemenkes Perkuat Jaringan Layanan Kesehatan Jiwa di Seluruh Fanyakes. Kemkes.go.id. Diakses melalui <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20221010/4041246/kemen-kes-kembangkan-jejaring-pelayanan-kesehatan-jiwa-di-seluruh-fasyankes/>
- Munawar, S. & Budi, H. 2015. Sentul City : Kota Satelit yang Cerdas. Diakses melalui <https://www.kompasiana.com/fifinfiqih/55611a4e0023bd1705ad239d/sentul-city-kota-satelit-yang-cerdas?page=all>
- Sudarsono, R, P. 2019. Pengolahan Sampah Sentul City jadi Percontohan. Diakses Melalui <https://www.kompas.id/baca/utama/2019/05/17/pengolahan-sampah-sentul-city-jadi-percontohan>
- Nurul, N. 2019. Elemen Dasar Desain Interior dan Cara Mengaplikasikannya. Intriordesign.id. Diakses melalui <https://interiordesign.id/elemen-dasar-desain-interior/>
- Rembulan, S. Amphitheater. Pinhome.id. Diakses melalui <https://www.pinhome.id/kamus-istilah-properti/amphitheater/>
- Leung, P, Versluis, S. & Tina. *Wayfinding as a Design Tool*. Diakses melalui [https://www.unstudio.com.translate.goog/en/page/9462/wayfinding-as-a-design-tool?\\_x\\_tr\\_sl=en&\\_x\\_tr\\_tl=id&\\_x\\_tr\\_hl=id&\\_x\\_tr\\_pto=sc](https://www.unstudio.com.translate.goog/en/page/9462/wayfinding-as-a-design-tool?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=sc)
- Admin. Pentingnya Kenyamanan Termal Ruangan dalam Bangunan GreenBuilding Design. Altainterga.com. Diakses Melalui <https://altaintegra.com/pentingnya-kenyamanan-termal-ruangan-dalam-bangunan-green-building-design/>
- Widiarini, A. & Sahputri, D, L. 2017. Studi: Melihat Pemandangan Alam Bisa Turunkan Stres. Viva.co.id. Diakses melalui <https://www.viva.co.id/gaya-hidup/kesehatan-intim/895815-studi-melihat-pemandangan-alam-bisa-turunkan-stres>

- Admin. 2022. 5 Hewan Peliharaan Ini Dipercaya Ampuh Atasi Stres. *Harianhaluan.com*. Diakses melalui <https://riau.harianhaluan.com/kesehatan/pr-114120078/5-hewan-peliharaan-ini-dipercaya-ampuh-atasi-stres>
- Admin. 2013. View Arsitektur. *tutirahayu-knowledge.blogspot.com*. Diakses melalui <http://tutirahayu-knowledge.blogspot.com/2013/05/view-arsitektur.html>
- Admin. 2015. New Lady Cilento Children's Hospital. *Archdaily.com*. Diakses melalui [https://www.archdaily.com/595827/new-lady-cilento-children-s-hospital-lyons-conrad-gargett?ad\\_source=search&ad\\_medium=projects\\_tab](https://www.archdaily.com/595827/new-lady-cilento-children-s-hospital-lyons-conrad-gargett?ad_source=search&ad_medium=projects_tab)
- Admin. 2017. Caboolture GP Super Clinic. *Archdaily.com*. Diakses melalui [https://www.archdaily.com/805631/caboolture-gp-super-clinic-wilson-architects?ad\\_source=search&ad\\_medium=projects\\_tab](https://www.archdaily.com/805631/caboolture-gp-super-clinic-wilson-architects?ad_source=search&ad_medium=projects_tab)
- Admin. 2017. *The Perception Of Color In Architecture*. *Tmd.studio*. Diakses melalui <https://www.tmd.studio/blog/2017/8/21/the-perception-of-color-in-architecture>
- Mahdi, M. I. 2022. Jakarta Masuk Daftar Kota Paling Stres di Dunia pada 2021. *Dataindonesia.id*. Diakses melalui <https://dataindonesia.id/varia/detail/jakarta-masuk-daftar-kota-paling-stres-di-dunia-pada-2021>
- Admin. Salutogenic Approach to Wellness. *Physio-pedia.com*. Diakses melalui [https://www.physiopeedia.com/Salutogenic\\_Approach\\_to\\_Wellness#cite\\_note-5](https://www.physiopeedia.com/Salutogenic_Approach_to_Wellness#cite_note-5)
- Admin. 2022. Kemenkes Perkuat Jaringan Layanan Kesehatan Jiwa di Seluruh Fasyankes. *Kemkes.go.id*. Diakses melalui <https://www.kemkes.go.id/article/view/22101200002/kemenkes-perkuat-jaringan-layanan-kesehatan-jiwa-di-seluruh-fasyankes.html>