

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

1.1.1 Kebutuhan spa sebagai sarana relaksasi

Seiring dengan berkembangnya jaman pola hidup manusia pun juga berkembang mengikuti perubahan jaman. Pola hidup perkotaan masa kini cenderung lebih modern, serba cepat, serba instan, sistematis dan mekanis. Bersamaan dengan meningkatnya kebutuhan masyarakat dan mulai bergesernya nilai-nilai gaya hidup masyarakat, bekerja adalah suatu kewajiban bagi hampir setiap golongan masyarakat, agar dapat memenuhi kebutuhan hidupnya. Tidak hanya kaum pria, namun kaum wanita juga banya yang menjadi wanita karir. Dengan pekerjaan rutin setiap hari, suasana di tempat kerja pun tidak selalu menyenangkan, kadang kala muncul permasalahan di lingkungan kerja, bosan dengan rutinitas yang monoton, bahkan permasalahan di lingkungan keluarga.

Hidup di lingkungan perkotaan dengan berbagai keruwetan dan problema metropolitan memicu ketegangan psikis maupun fisik orang-orang yang tinggal di dalamnya. Hal ini sangat berdampak pada faktor kesehatan manusia, makin banyak manusia yang tidak peduli akan kesehatannya. Malas, kelebihan berat badan, kurang bergairah, kondisi kesehatan yang kurang baik, stress, dan yang lainnya adalah dampak yang ada. Lingkungan perkotaan yang semakin padat dan banyaknya aktifitas yang dilakukan di dalam ruangan secara terus menerus memicu kepenatan dan kejenuhan.

Berelaksasi atau sekedar mengendurkan syaraf-syaraf, dipercaya dapat menyeimbangkan kembali fisik dan mental. Dan sejalan dengan perkembangan relaksasi di Indonesia, relaksasi dengan cara alami semakin diminati. Salah satunya adalah Spa, yang sekarang sudah semakin banyak berkembang di Indonesia, dan Spa tidak hanya berkembang di kota-kota besar.

Pengertian SPA adalah singkatan dari bahasa latin yaitu *Solus Per Aqua*. Solus mempunyai makna pengobatan atau perawatan, per memiliki arti dengan, dan aqua adalah air. Maka dapat ditarik kesimpulan makna dari kata SPA adalah sebuah terapi pengobatan atau perawatan yang memanfaatkan air sebagai medianya atau dalam bahasa Inggris disebut *Hydrotherapy*. Jadi dapat

disimpulkan pengertian dari spa adalah suatu cara atau penerapan untuk meningkatkan kesehatan tubuh manusia, dengan menggunakan media air dalam berbagai bentuk untuk mencapai manfaat kesehatan serta kebugaran tubuh manusia. (Menelusuri Asal Usul Spa, 2012, www.conectique.com, 11 Maret 2012).

Spa merupakan tempat paling banyak digemari untuk memulihkan tubuh yang lelah dan juga untuk merlaksisi pikiran serta menjaga tubuh tetap bugar (*fit, fresh, and beauty*). Spa bukan hanya tempat untuk relaksasi saja karena berdasarkan dari sejarah Spa terdahulu, Spa pada awalnya digunakan untuk metode perawatan pengobatan.

Menurut seorang ahli kecantikan, bahwa spa sebagai pusat perawatan kecantikan pada tahun 1995 hanya terdapat 50 tempat spa di seluruh Indonesia, saat ini jumlah keseluruhannya sudah mencapai 900 (Baskoro,2005). Spa semakin bergairah pada tahun 2000-2001, dimana saat itu spa menjadi tren masyarakat kota ditengah-tengah kesibukan mereka sejalan dengan kebutuhan masyarakat untuk menjaga kesehatan. Spa memberikan perawatan kesehatan badan melalui pendekatan jiwa, raga dan pikiran, sehingga tercipta keseimbangan antara jiwa, raga dan pikiran dengan suasana santai dan nyaman yang dapat menumbuhkan kembali fitalitas serta mengembalikan keceriaan.

Dalam perkembangan fasilitas spa muncul beragam jenis terapi yang ditawarkan untuk mencapai kesegaran tubuh, serta kesehatan tubuh. siring dengan kemajuan teknnologi spa pun semakin berkembag, tidak hanya sekedar berendam didalam air panas, atau sekedar terapy pijat. Namun spa sekarang juga dikembangkan menjadi terapi yang dapat mencakup terapi fisik, serta terapi holistic dengan tujuan untuk mencapai keseimbangan tubuh, pikiran serta emosi pada diri manusia. Untuk menyelaraskan tubuh, pikiran serta emosi manusia dapat melalui enam indera manusia. Enam indera manusia yang dimaksud antara lain sebagai berikut

1. Indera Penglihatan atau Indera mata, melalui visual manusia menangkap warna, keindahan ruang sert gelap terang ruang. Ata bisa juga di sebut atmosfer terapi.

2. Indera Penciuman atau Indera hidung, melalui indera penciuman bebauan masuk ke tubuh manusia. Dengan terapi aroma atau aroma essensial yang khas dapat menimbulkan efek tenang dan menyenangkan ke dalam tubuh manusia.

3. Indera Pendengaran atau telinga, suara yang diterima telinga akan disalurkan ke dalam otak. Terapi menggunakan suara atau music dapat memberikan efek tenang.

4. Indera Pengecap atau lidah, melalui makanan dan minuman yang sehat dan bergizi dapat memanjakan lidah tamu spa untuk menunjang perawatan spa.

5. Indra Peraba atau kulit, melalui pijatan lembut yang dilakukan oleh terapis akan meningkatkan kesegaran tubuh serta menciptakan perasaan yang nyaman.

6. Indra otot, melalui tekanan pada bagian-bagian tubuh tertentu akan di capai efek rileks. (Benge and Tara, 2004)

Dari ke enam indera tersebut yang mungkin diterapkan pada desain arsitektur ada empat indera yaitu pengelihatatan, penciuman, peraba, dan pendengaran.

Sekarang ini sudah berkembang berbagai macam fasilitas spa yang tersedia. Indonesia memiliki sejarah spa yang cukup panjang. Dimulai sejak 1000 tahun lalu, masyarakat Indonesia telah mengenal spa. Kini spa berkembang menjadi industri yang memiliki potensi yang bagus di dalam dunia pariwisata. Di Asia, negara yang memiliki perkembangan spa yang menarik ada tiga, yaitu Indonesia, cina,dan India. Di Indonesia pertumbuhan industri spa meningkat 7% pada tahun 2010.(<http://m.detik.com/news>, 2011)

Meningkatnya industri spa di Indonesia, memunculkan berbagai macam konsep spa. Dari konsep tradisional, klasik hingga modern. Di kota Malang juga berkembang industri spa seperti kota-kota besar lainnya. Industri spa di kota Malang berkembang seiring perkembangan jaman dan kebutuhan manusia. Spa yang ada di malang ada yang dikhususkan untuk wanita saja ada pula yang diperuntukan bagi laki-laki dan perempuan. Beberapa contoh spa yang ada di kota Malang antara lain Martha Tilaar spa, Alura spa, Tinara spa, Ida salon dan spa dan masih banyak lagi. Dari berbagai tempat spa tersebut, menawarkan berbagai

jenis treatment baik treatment dengan ramuan tradisional atau dengan ramuan racikan pabrian.

Spa memiliki kebutuhan dan fasilitas khusus, karena suasana ruang pada fisik bangunan dan ruang-ruang di dalamnya akan sangat berpengaruh pada kepuasan konsumen. Suasana dalam spa menjadi faktor penting yang perlu diperhatikan untuk tercapainya kenyamanan serta menciptakan suasana yang dapat merelaksasi, dan menenangkan pikiran.

1.1.2 Relaksasi melalui Indera Manusia

Chaplin (1975) memberi pengertian relaksasi sebagai kembalinya otot ke keadaan istirahat setelah kontraksi. Atau relaksasi adalah suatu keadaan tegang yang rendah dengan tanpa adanya emosi yang kuat. Tubuh manusia menerima rangsang melalui indera, rangsang yang diterima indera manusia dapat memengaruhi tubuh. Seperti contoh ketika indera pendengaran menerima rangsang suara yang terlalu bising maka tubuh kita akan merasa terganggu atau tidak nyaman. Indera manusia mempunyai batas-batas tertentu agar tubuh terasa nyaman.

Rangsang yang masuk melalui indera manusia dapat diarahkan sedemikian rupa agar tubuh mencapai keadaan relaks, yaitu dengan memperhatikan batas-batas kenyamanan setiap indera.

1.1.3 Alam Luar untuk Relaksasi

Penelitian telah menunjukkan bahwa berada di alam, lingkungan luar adalah salah satu hal terbaik yang dapat dilakukan untuk kesehatan. Tingkat *serotonin*, yaitu suatu *neurotransmitter* yang membantu mengatur suasana hati kita, naik ketika kita berada di ruang luar. Satu studi menemukan bahwa pelari yang biasa berlari di ruang luar mengalami rasa cemas dan depresi lebih sedikit daripada orang yang berlari di atas treadmill di dalam ruangan.

Paparan alam mengurangi rasa sakit dan penyakit dan mempercepat waktu pemulihan. Sebuah studi pasien pasca-operasi, orang-orang yang memiliki kamar dengan pemandangan alam sekitarnya membutuhkan obat nyeri lebih sedikit dan menghabiskan lebih sedikit hari di rumah sakit dibandingkan

mereka yang menghadapi dinding bata. Penelitian oleh Dr David Lewis, orang yang menciptakan istilah "*road rage*" menemukan bahwa aroma rumput memiliki efek menenangkan yang signifikan pada pengendara yang tidak terkendali. (<http://oregonlakesandrivers.com/content/power-great-outdoors>)

Dari paparan diatas membuktikan bahwa ruang luar atau alam bebas mempunyai peran positif dalam tubuh manusia. Sekarang ini mulai berkembang juga taman relaksasi. Taman Relaksasi merupakan sebuah taman dengan keindahan didalamnya juga terdapat elemen yang menenangkan, sehingga membuat penghuni didalamnya merasa santai dan tenang. (Badudu, 2003)

Taman adalah bentuk lain atau tiruan alam. Taman sering dianggap surga yang menawarkan peristirahatan dari terik matahari. Taman menjadi salah satu bagian penting dalam kehidupan manusia dari segala umur, baik tua maupun muda. (Cooper dan Barnes, 1999).

Herrington (1980) menjelaskan bahwa tanaman akan dapat menyeimbangkan efek dari temperatu matahari serta radiasi infra merah, sehingga akan meningkatkan level kenyamanan. Faktor psikologi keinginan terhadap kondisi lingkungan alam yang sejuk serta asri memberikan pengaruh yang lebih baik dalam meningkatkan kenyamanan, dibandingkan dengan kenyamanan temperatur yang terbentuk secara buatan. (Simson dan Martha, 1998).

Taman juga dapat secara emosional memberikan kesembuhan seperti halnya penyembuhan fisik. Sebuah penelitian membuktikan bahwa seseorang yang bekerja di taman atau berada di sekitar taman memiliki tubuh atau jasmani yang lebih sehat. Sebagai contoh : studi dari Roger Ulrich menunjukkan secara sederhana bahwa pasien yang melihat taman dari jendela atau pemandangan alami lain dapat sembuh lebih cepat dari pada dengan cara operasi (Cooper dan Barnes, 1996).

Alam yang dikemas dalam suatu taman relaksasi dan digabungkan dengan fasilitas spa, diharapkan dapat menjadi suatu konsep yang menarik dan dapat dijadikan fasilitas alternatif untuk menghilangkan stress dan ketengangan tubuh. Dari semu paparan diatas maka muncul sebuah konsep desain bangunan

spa dengan judul “Perancangan Bangunan Spa di Malang dengan Pendekatan Relaksasi Indera Manusia”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, didapatkan beberapa hal yang menjadi permasalahan:

1. Adanya perkembangan yang semakin pesat, menuntut seseorang untuk melakukan begitu banyak kegiatan dalam hiruk pikuknya perkotaan.
2. Kegiatan sehari-hari di perkotaan sering kali dilakukan di dalam ruang yang cenderung tertutup, waktu bekerja yang cukup lama dan jauh dari lingkungan hijau, sehingga dapat memicu kejenuhan dan stres.
3. Orang-orang yang tinggal di perkotaan akan lebih mudah jenuh dan stress sehingga dibutuhkan fasilitas yang menawarkan relaksasi tubuh dan pikiran seperti fasilitas spa.
4. Kebanyakan fasilitas spa yang ada di kota Malang menawarkan fasilitas spa dengan berbagai macam treatment. Kebanyakan spa yang ada di Malang lebih mengarah pada spa tradisional atau mengarah pada spa kecantikan. Sedangkan fungsi utama spa adalah untuk relaksasi dan detoksifikasi racun dalam tubuh. Maka spa dengan konsep merelaksasi indera manusia dapat melengkapi alternatif spa di kota Malang.

1.3 Rumusan Masalah

Dari uraian yang telah dipaparkan, maka didapat satu rumusan masalah untuk diselesaikan, yaitu:

Bagaimana desain bangunan fasilitas spa relaksasi indera dengan elemen perancangan arsitektural dan pemanfaatan unsur alam yang dapat merelaksasi indera manusia?

1.4 Batasan Masalah

Batasan masalah dalam perancangan garden spa ini adalah sebagai berikut:

1. Lokasi spa berada pada daerah tengah kota sehingga mudah dijangkau.
2. Objek yang dirancang adalah bangunan dengan fungsi utama sebagai fasilitas spa.

3. Perancangan difokuskan pada elemen-elemen yang dapat memaksimalkan relaksasi pada indera manusia. Terutama indera yang dapat di aplikasikan dalam bidang arsitektural yaitu indera peraba, penglihatan, pendengaran, dan penciuman.
4. Unsur alam yang digunakan untuk kajian studi ini adalah unsur alam berupa elemen *landscape (hardscape dan softscape)* atau elemen taman yang dapat dimanfaatkan untuk relaksasi indera manusia.

1.5 Tujuan

Tujuan dari kajian perancangan ini adalah:

Mendapatkan alternatif desain bangunan spa dengan pendekatan rancangan melalui elemen arsitektural dan pemanfaatan unsur alam yang dapat merelaksasi indera manusia, sehingga dapat merelaksasi dan menenangkan pengunjung spa. Dengan konsep relaksasi spa yang menyatu dengan alam diharapkan fasilitas spa ini dapat melengkapi fasilitas yang ada di kota Malang.

1.6 Manfaat

Manfaat yang diharapkan dapat diberikan dari kajian perancangan ini adalah:

1. Akademis

Sebagai alternatif desain perancangan bangunan tempat spa yang menggunakan elemen arsitektur untuk merelaksasi indera manusia.

2. Teoritik

Sebagai teori tentang analisa elemen arsitektural yang dapat diterapkan terapkan pada spa untuk merelaksasi indera manusia.

3. Umum

Penelitian ini berguna bagi peningkatan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang Pelayanan Jasa khususnya pusat kecantikan dan perawatan tubuh.