

## BAB I PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

#### 1.1.1 Peran kesehatan dalam kehidupan sehari-hari

UU No.23,1992 tentang Kesehatan menyatakan bahwa: *Kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa dan sosial yang memungkinkan hidup produktif secara sosial dan ekonomi.* Dalam pengertian ini maka kesehatan harus dilihat sebagai satu kesatuan yang utuh terdiri dari unsur-unsur fisik, mental dan sosial dan di dalamnya kesehatan jiwa merupakan bagian integral kesehatan.

Menurut R. Hapsara, H.R. pada *Wordpress.com* (1999) pemerintah mencanangkan program menuju 'Indonesia Sehat 2010' dimana lingkungan yang diharapkan adalah yang kondusif bagi terwujudnya keadaan sehat, yaitu lingkungan yang bebas dari polusi, tersedianya air bersih, sanitasi lingkungan yang memadai, perumahan dan pemukiman yang sehat, perencanaan kawasan yang berwawasan kesehatan, serta terwujudnya kehidupan masyarakat yang saling tolong menolong dengan memelihara nilai-nilai budaya bangsa.

Dengan perilaku masyarakat 'Indonesia Sehat 2010' yang diharapkan adalah yang bersifat proaktif untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan, mencegah resiko terjadinya penyakit serta berpartisipasi aktif dalam gerakan kesehatan masyarakat. Diharapkan dengan terwujudnya lingkungan dan perilaku hidup sehat serta meningkatnya kemampuan masyarakat tersebut di atas, derajat kesehatan perorangan, keluarga dan masyarakat dapat ditingkatkan secara optimal.

Berdasarkan Dinas Kesehatan Kabupaten Malang, pemerintah kota Malang pun ikut mendukung dengan melakukan koalisi untuk Malang Sehat 2010, yaitu sebuah koalisi yang terdiri dari kalangan profesional, akademisi, usahawan, dokter dan kalangan lainnya (*stakeholders*) untuk bersama-sama melakukan deseminasi kepada masyarakat pentingnya meningkatkan pola hidup sehat dalam keluarga sampai ke lingkungan wilayah kota sehingga tercipta lingkungan yang bersih dan sehat menuju kehidupan yang nyaman dan sejahtera di kota Malang.

Masalah yang dihadapi untuk mewujudkan 'Indonesia Sehat 2010' tidak sejalan dengan perkembangan zaman dan teknologi yang membuat hidup kita semakin maju, dimana semua hal dapat dilakukan dengan cara cepat dan instan mulai dari hal-hal yang berkaitan dengan pekerjaan maupun kegiatan sehari-hari. Cara hidup yang serba cepat dan instan ini tidak selalu berdampak baik pada kesehatan, mulai dari pola makan yang tidak sehat dan tidak teratur hingga berkurangnya aktifitas masyarakat untuk bergerak dan berolah raga.

Maka dari itu kesehatan merupakan salah satu hal terpenting dalam kehidupan, dimana dengan tubuh yang sehat maka kita akan dapat menikmati hidup dengan lebih baik dan dapat terhindar dari berbagai macam penyakit.

### **1.1.2 Apresiasi masyarakat terhadap kesehatan**

Tubuh yang sehat dapat dicapai dengan berbagai macam cara, yaitu dengan cara menerapkan pola makan yang sehat, rutin berolah raga ataupun dengan menjalankan pola hidup yang sehat ataupun sekedar selalu berfikir positif. Namun kesibukan dalam bekerja atau masalah-masalah lainnya yang dihadapi sehari-hari menyebabkan masyarakat malas untuk berolah raga, dikarenakan kesibukan dari bekerja yang akhirnya masyarakat menjalani pola hidup yang dijalani pun jauh dari kata sehat.

Masyarakat mengerti tentang arti kata sehat dan bagaimana untuk sehat, namun kesadaran diri untuk dapat melakukannya yang dirasa sangat kurang sehingga diperlukan suatu motivasi yang dapat mengajak masyarakat untuk bergerak menjalani pola hidup yang sehat.

Salah satu hal membantu masyarakat untuk meningkatkan apresiasi terhadap kesehatan adalah informasi. Dimana informasi yang dapat digunakan untuk menuju pola hidup yang sehat dapat diperoleh dari media-media elektronik maupun media cetak yang sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat sehari-hari. Mudahnaya mendapatkan informasi tentang kesehatan ini pun didukung dengan keberadaan pusat kebugaran yang mulai menjamur dimana-mana.

### 1.1.3 Fasilitas kesehatan di kota Malang

Pusat kebugaran memang terkesan diperuntukkan untuk masyarakat menengah keatas, namun untuk berolah raga tidak harus selalu bergantung pada fasilitas-fasilitas seperti pusat kebugaran. Karena untuk berolah raga dapat dilakukan dengan biaya yang sangat murah, seperti halnya berlari (*jogging*). Tersedia fasilitas-fasilitas umum di Malang yang dapat digunakan untuk berolah raga, seperti pada lapangan Rampal yang tersedia jogging track, lapangan basket, lapangan tennis dan lapangan sepakbola, atau pun pada kawasan sekitar *Mall Olympic Garden (MOG)* dimana juga tersedia fasilitas olah raga seperti lapangan sepakbola, lapangan basket dan lapangan volly. Selain itu juga pada perumahan-perumahan seperti pada perumahan Sawojajar terdapat kawasan velodrom yang dapat digunakan untuk jogging track dan juga terdapat pusat kebugaran dengan kapasitas yang lebih kecil, ditambah dengan pada hari tertentu terdapat pasar kaget yang dapat menarik minat orang untuk datang berolah raga atau sekedar berkumpul.

Seperti halnya kota-kota besar di Indonesia, keberadaan pusat kebugaran di Malang juga sudah mulai menyebar, mulai dari pusat kebugaran yang menggunakan peralatan yang sederhana dengan target kelas menengah hingga pusat-pusat kebugaran yang terdapat pada *club house* pada perumahan-perumahan kelas atas dengan peralatan-peralatan yang lebih modern.

Ketersediaan pusat kebugaran di Malang, memang dapat menunjang masyarakat untuk berolah raga namun kurang menarik motivasi masyarakat untuk berolah raga. Karena selain kurangnya motivasi masyarakat untuk menjalani pola hidup sehat tingkat stress dan tekanan dari pekerjaan ataupun rutinitas sehari-hari membutuhkan suatu penyaluran tersendiri sehingga masyarakat lebih memilih untuk datang ke tempat-tempat hiburan dari pada mendatangi pusat-pusat kebugaran.

Selain itu dilihat dari segi bangunan beberapa fitness center yang berada di Malang belum memenuhi bangunan sehat, dimana beberapa bangunan yang ditempati merupakan bangunan ruko yang lebih tertuju untuk bangunan dengan

fungsi bisnis/perdagangan. Baik dari segi penghawaan atau pun pencahayaan yang kurang diperhatikan sehingga bangunan dirasa kurang nyaman dan sehat.

#### 1.1.4 Graha sehat di kota Malang

Keberadaan pusat-pusat kebugaran di Malang memang ditujukan untuk menyediakan fasilitas kesehatan untuk masyarakat di Malang. Namun ketersediaannya tidak didukung oleh besarnya kesadaran masyarakat untuk menjalani pola hidup sehat. Banyak masyarakat yang lebih memilih untuk pergi ke tempat-tempat hiburan seperti jalan-jalan ke mall ataupun tempat-tempat seperti kafe dan restoran untuk sekedar berkumpul dengan kerabat, daripada pergi ke pusat-pusat kebugaran ataupun tempat-tempat berolahraga untuk sekedar berjalan dan mengeluarkan keringat.

Prinsip-prinsip menggabungkan tempat-tempat untuk berolah raga dengan tempat-tempat hiburan dapat dilihat pada area dan kawasan tertentu seperti pada area velodrom di perumahan Sawojajar ataupun pada kawasan di lapangan rampal, dimana pada hari tertentu kawasan berolahraga untuk umum ini didatangi oleh pedagang-pedagang kaki lima yang menawarkan jajanan kecil, makanan hingga benda-benda keperluan sehari-hari. Namun prinsip menggabungkan kawasan dengan fungsi olah raga dan fungsi hiburan dapat saling mendukung, dimana untuk fungsi hiburan dapat memberikan motivasi masyarakat untuk mendatangi kawasan berolahraga.

Untuk itu graha sehat di Malang ditujukan untuk memberikan fasilitas untuk berolahraga sehingga masyarakat memiliki tempat yang tetap, selain itu juga agar masyarakat lebih mudah untuk mendapatkan informasi tentang cara-cara yang benar untuk menerapkan pola hidup sehat. Cara penyampaian informasi tentang kesehatan ini juga digunakan cara-cara yang menyenangkan/menghibur, dimana diantaranya digunakan media informasi yang dapat dilakukan dengan menikmati hiburan.

Disamping pusat kebugaran, didukung juga fungsi hiburan berupa kafe yang menyediakan makanan-makanan dan minuman ringan yang sehat. Keberadaan fungsi kafe ini juga berfungsi sebagai pusat hiburan seperti

pertunjukan musik yang ditujukan untuk menarik masyarakat untuk datang ke tempat pusat kebugaran.

Pada graha sehat ini selain dari segi pola hidup sehat yang harus diperhatikan adalah segi bangunannya, dimana untuk menunjang fungsi kesehatan bangunan yang menaunginya pun juga harus memiliki standar-standar kesehatan. Beberapa hal yang perlu diperhatikan untuk merancang bangunan sehat meliputi dua faktor yaitu faktor luar dan faktor dalam. Dari faktor luar diantaranya adalah iklim yang mencakup temperatur, kelembaban dan jenis tanah, selain itu juga lingkungan disekitar bangunan seperti jumlah vegetasi, dan lain-lain. Sedangkan untuk faktor dari dalam bangunan diantaranya tata ruang yang mencakup penghawaan, pencahayaan dan pemilihan material.

Untuk menunjang fungsi kafe sehat maka disediakan suatu lahan disekitar bangunan yang digunakan sebagai taman yang dapat digunakan sebagai area relaksasi untuk sekedar berjalan-jalan disekitarnya. Sehingga graha sehat ini menjadi suatu bangunan sehat ditinjau dari segala aspek, yaitu sehat secara fisik yang didukung oleh penerapan pola hidup sehat dan ditambah lagi dengan bangunan yang menaunginya. Keberadaan lingkungan atau ruang luar pada graha sehat ini sangat dirasakan penting, dimana dengan adanya lingkungan luar hijau yang baik maka produksi oksigen di udara pun akan meningkat. Dengan meningkatnya oksigen maka akan mempengaruhi kerja otak manusia untuk menjadi lebih baik. Selain itu dengan adanya ruang luar yang menunjang maka dapat digunakan sebagai nilai tambah dengan menonjolkan view yang dapat menenangkan dan menyegarkan di luar kehidupan kota yang semakin menurun tingkat kesehatannya.

#### **1.1.5 Peran interior untuk graha sehat di Malang**

Ruang-ruang pada graha sehat meliputi ruang utama berupa pusat kebugaran dan dukung oleh cafe yang menampung fungsi olahraga yang didukung fungsi hiburan. Desain interior yang sesuai dengan fungsi yang akan ditampilkan memberikan pengaruh besar dalam menarik minat pengunjung ataupun memberikan dorongan psikologis kepada pengunjung. Selain itu ruang adalah

wadah atau media pengalaman, dimana dengan penataan ruang yang berbeda pada suatu ruangan akan memberikan kesan dan pengalaman yang berbeda pada pengguna ruangan.

Penerapan interior untuk *fitness center* dikarenakan kondisi penggunaan alat yang diharuskan penggunaannya yang berada di dalam ruangan, sehingga bagaimana sebuah ruangan dapat menarik agar pengguna dapat tetap berada di dalam ruangan. Sedangkan untuk interior kafe lebih ditekankan pada bangunan sehat dimana interior kafe tidak hanya terbatas pada dalam ruangan tetapi juga harus memiliki kesatuan dengan ruang luarnya, sehingga membawa kesan ruang luar ke dalam atau pun ruang dalam ke luar. Hal ini berhubungan dengan penerapan penghawaan dan pencahayaan yang bersifat alami dengan kesehatan.

Tema interior disesuaikan dengan fungsi ruangan yang diwadahnya. Untuk ruangan kafe dipilih tema interior yang dapat memberikan ruangan yang sehat dan alami. Untuk mendukung kondisi psikologis dari para pengunjung agar dapat merasakan suasana yang alami dan juga tenang.

## 1.2. Identifikasi Masalah

Masalah yang ingin diselesaikan dititikberatkan pada penataan ruang dalam untuk kafe dan pusat kebugaran diantaranya :

- A. Masih terbatasnya ketersediaan fasilitas kebugaran yang ditunjang oleh kafe dan supermarket yang menyediakan makanan yang menunjang pola hidup sehat.
- B. Belum adanya suatu bangunan yang menyediakan hiburan untuk fasilitas kebugaran sebagai penarik minat masyarakat untuk berolahraga
- C. Beberapa sarana fasilitas kebugaran yang ada belum memenuhi syarat bangunan yang sehat dan nyaman di Malang.

### 1.3. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang akan diselesaikan dalam kajian ini adalah:

Bagaimana mengolah integrasi antara ruang dalam (interior) dengan ruang luar dalam satu kesatuan wadah.

### 1.4. Batasan Masalah

Ruang lingkup permasalahan yang akan ditekankan dalam kajian disini adalah:

- A. Perancangan integrasi ruang luar yang menyatu dengan ruang dalam untuk menunjang fungsi bangunan dengan nuansa yang alami.
- B. Perancangan interior bangunan utama yang mencakup ruang pusat kebugaran dan ruang kafe dibatasi dengan mengoptimalkan kondisi yang alami.

### 1.5. Tujuan dan Kontribusi Kajian

#### 1.5.1. Tujuan kajian

Tujuan yang diharapkan dari kajian skripsi ini adalah :

Memberikan rancangan pengolahan ruang luar dan ruang dalam pusat kebugaran dan kafe dalam satu kesatuan wadah.

#### 1.5.2. Kontribusi kajian

Kontribusi yang dapat diperoleh dari kajian ini adalah :

##### A. Bagi akademis

Memberikan referensi tentang pengolahan integrasi ruang luar dan ruang dalam pada pusat kebugaran dan kafe yang mengesankan ruang yang alami dan sehat.

##### B. Bagi Pengelola Pusat Kebugaran dan Cafe

Dapat digunakan sebagai referensi dalam membangun fasilitas pusat kebugaran dan Cafe yang bernuansa alami dan juga sehat, dengan mengintegrasikan ruang luar dan ruang dalam.

C. Bagi masyarakat:

Memberikan wadah pada masyarakat untuk menyadari pentingnya pola hidup sehat dan memberikan informasi tentang pola hidup sehat.

D. Bagi Lingkungan

Dengan adanya konsep bangunan alami dengan mengintegrasikan ruang dalam dan ruang luar minimal dapat mengurangi pengaruh negatif bangunan kepada lingkungan yang ada disekitarnya, sehingga lingkungan sekitar bangunan dapat terus terjaga dengan baik.

### 1.6. Sistematika Penulisan

Langkah-langkah penulisan kajian tentang “Graha Sehat di Malang” secara garis besar dapat dijelaskan dalam sistematika penulisan berikut ini :

A. BAB I PENDAHULUAN

Berisi tentang latar belakang masalah yang mendasari pemilihan judul kajian, dimulai dengan identifikasi masalah yang ada kemudian merumuskan masalah apa saja yang timbul dan membatasi pembahasan masalah tersebut. Untuk kemudian ditentukan tujuan dan manfaat dari kajian dan bagaimana sistematika penulisan kajian.

B. BAB II TINJAUAN PUSTAKA

Berisi mengenai pengertian dan tinjauan teori sebagai dasar untuk memecahkan masalah yang telah dirumuskan pada bab sebelumnya. Teori yang dijabarkan dapat berupa studi literatur, studi komparasi objek ataupun hasil penelitian yang berhubungan dengan kajian.

C. BAB III METODE KAJIAN

Berisi tentang gambaran umum metode kajian, metode pengumpulan data (data primer dan sekunder), metode pengolahan data berupa klasifikasi dan interpretasi data serta metode desain yang digunakan.

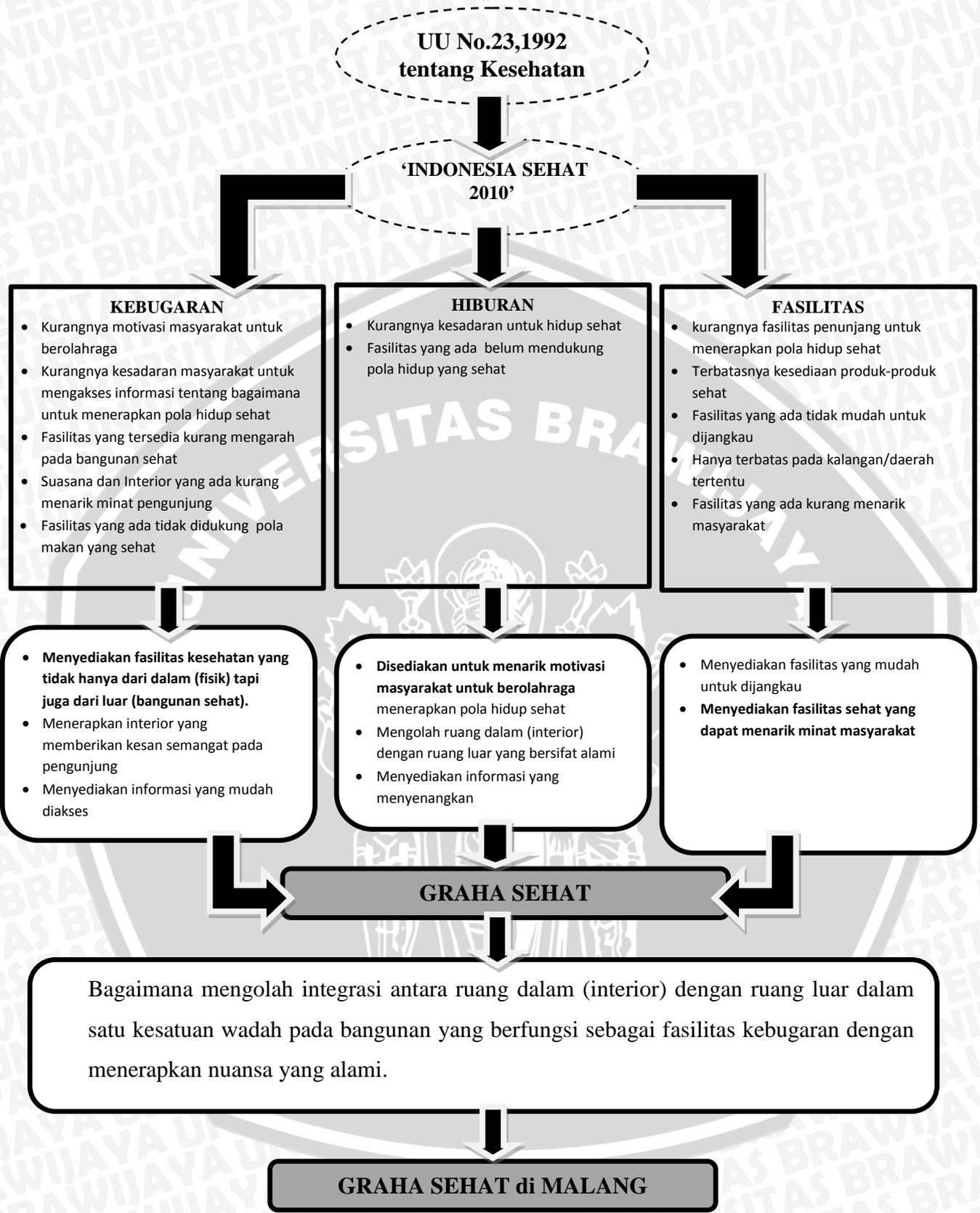
#### D. BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

Berisi tentang lokasi pelaksanaan, konsep perencanaan dan perancangan yang meliputi konsep dasar analisa pelaku dan aktivitas, analisa kualitatif dan kuantitatif ruang, analisa persyaratan dan hubungan antar ruang, analisa ruang, analisa bentuk dan tampilan bangunan, analisa tata ruang luar dan massa dan analisa integrasi ruang. Yang kemudian dilanjutkan pada tahap konsep, desain dan pembahasan hasil/desain.

#### E. BAB V PENUTUP

Berisi tentang kesimpulan dan saran dari apa yang telah dihasilkan pada kajian.





Gambar 1.1 Kerangka pemikiran