

ABSTRAK

Nama :El Shadday Simanungkalit

Program Studi : Arsitektur

Judul : PERANCANGAN PUSAT KEBUGARAN DENGAN
PENDEKATAN ARSITEKTUR BIOKLIMATIK.

(Email: elshadday@podomorouniversity.ac.id)

Kemajuan kota-kota di Indonesia menjadikan Kota Tangerang Selatan sebagai salah satu kota yang modern dengan kemudahan akses untuk mendapatkan apa yang dibutuhkan, seperti kemudahan dalam transportasi online, memesan makanan secara online, dan juga memesan pembersihan secara online. Dengan perkembangan tersebut masyarakat menjadi males beraktifitas fisik seperti olahraga, kegiatan ditempat kerja yang banyak duduk dan juga beban pikiran atau stress. Kecenderungan ini berdampak negative pada Kesehatan masyarakat, sedikit demi sedikit terjadi sumber penyakit dari penumpukan lemak seperti kelebihan berat badan, obesitas, dan juga diabetes. Kesadaran akan kesehatan mulai meningkat sejak Pandemi Covid 2019, terjadi peningkatan sebesar 42% akan pentingnya berolahraga. Namun, nyatanya timbul rasa tidak nyaman saat berada di pusat kebugaran, dikarenakan ruang yang sempit, penataan yang kurang baik, dan juga penghawaan dan pencahayaan yang kurang sehat. Penghawaan dan pencahayaan yang kurang baik juga dipengaruhi oleh desain bangunan yang tidak merespon iklim dan lingkungan. Penggunaan Air Conditioner (AC) pada pusat kebugaran banyak diterapkan, namun penggunaan AC sangat tidak baik pencemaran lingkungan seperti pemanasan global. Pemanasan Global disebabkan salah satunya gas CFC yang digunakan AC dan juga karbon dioksida (CO₂) yang dikeluarkan dari hasil pembakaran fosil seperti Pembangkit Listrik Tenaga Uap (PLTU). Pusat kebugaran seharusnya bertujuan untuk menyehatkan manusia secara jangka panjang dan berkelanjutan dari generasi ke generasi. Dengan perancangan ini diharapkan dapat menghasilkan desain pusat kebugaran yang baik bagi semua kalangan terutama bagi masyarakat yang mengalami kelebihan berat badan, obesitas, dan juga diabetes. Pusat kebugaran ini dilengkapi dengan program ruang pendukung yang membantu masyarakat program program latihan yang terstruktur dari program ruang.

(Kata Kunci : pusat kebugaran, kesehatan, iklim)

ABSTRACT

Name : El Shadday Simanungkalit

Study Program : Architecture

Title : *DESIGNING A FITNESS CENTER WITH A BIOCLIMATIC
ARCHITECTURE APPROACH*

Email : elshadday@podomorouniversity.ac.id

The progress of cities in Indonesia has made Tangerang Selatan one of the modern cities with easy access to various needs, such as online transportation, online food delivery, and online cleaning services. However, this development has led to a decline in physical activities among the population, with sedentary work routines, increased stress levels, and a lack of interest in exercise. These tendencies have negatively impacted public health, leading to issues like weight gain, obesity, and diabetes due to fat accumulation. The awareness of health has increased since the COVID-19 pandemic, with a 42% rise in the importance of exercising. However, many people feel uncomfortable in fitness centers due to cramped spaces, poor layouts, and inadequate ventilation and lighting. Insufficient ventilation and lighting are often caused by building designs that do not respond to the climate and environment. The widespread use of air conditioners (AC) in fitness centers contributes to environmental pollution and global warming. AC usage leads to the emission of greenhouse gases such as CFCs and carbon dioxide (CO₂) from fossil fuel burning, such as in coal-fired power plants. Fitness centers should aim to promote long-term and sustainable health for individuals and future generations. With this design approach, the goal is to create a fitness center that caters to all individuals, especially those who struggle with weight issues, obesity, and diabetes. The fitness center will be equipped with supporting spaces that assist people in structured exercise programs tailored to their needs.

(Keyword : fitness center, healthy, climate)