

OPTIMALISASI PENGGUNAAN RUANG TERBATAS DENGAN STRATEGI DESAIN YANG EFISIEN DAN FUNGSIONAL

Marvellyn Della Irawan¹ & Mariana²

¹Program Studi Desain Interior, Universitas Tarumanagara, Jakarta
Email: marvellyn.615220013@stu.untar.ac.id

²Fakultas Seni Rupa dan Desain, Universitas Tarumanagara, Jakarta
Email: mariana@fsrd.untar.ac.id

ABSTRACT

Jakarta is a dense city with high activity, so many people need a place to relax to relieve stress and fatigue. Spa and massage are one of the popular solutions because they can provide physical and mental peace. ZEN Family Spa & Reflexology is here as a pioneer of family massage services that promote a healthy lifestyle since 2009. Although it has many branches in various cities, ZEN still has challenges in terms of interior design, especially in small practice rooms. Narrow spaces require special attention in choosing furniture so as not to interfere with the comfort of visitors and workers. The comfort of the space is highly dependent on interior design that pays attention to movement circulation and the use of appropriate design elements. The use of multifunctional furniture is a solution because it can save space while increasing functionality. In addition, efficiency and ergonomics also need to be applied so that small spaces still feel spacious and support activities optimally. This study focuses on how to design furniture that is suitable for limited spaces in ZEN so that it remains functional and comfortable. The method used is descriptive qualitative because it is able to describe design conditions in depth through observation and interpretation. Data were obtained from various literature, visual documentation, and analysis of interior design of practice rooms at ZEN. The analysis was conducted using a case study approach, with the aim of understanding the context and problems as a whole in a certain scope. This case study provides an overview of the importance of adaptive design strategies to space limitations. With good interior design, ZEN can improve service quality and customer satisfaction. The results of the study are expected to be a reference in optimizing limited space in other spa and massage services.

Keywords: *efficient, functional, furniture, multifunction, optimization*

ABSTRAK

Jakarta merupakan kota yang padat dengan aktivitas tinggi, sehingga banyak masyarakat membutuhkan tempat relaksasi untuk meredakan stres dan kelelahan. Spa dan pijat menjadi salah satu solusi populer karena mampu memberikan ketenangan fisik maupun mental. ZEN Family Spa & Reflexology hadir sebagai pelopor layanan pijat keluarga yang mengusung gaya hidup sehat sejak tahun 2009. Meskipun telah memiliki banyak cabang di berbagai kota, ZEN masih memiliki tantangan dalam hal desain interior, khususnya pada ruang praktik yang kecil. Ruang yang sempit membutuhkan perhatian khusus dalam pemilihan furnitur agar tidak mengganggu kenyamanan pengunjung dan pekerja. Kenyamanan ruang sangat bergantung pada penataan interior yang memperhatikan sirkulasi gerak dan penggunaan elemen desain yang tepat. Penggunaan furnitur multifungsi menjadi solusi karena dapat menghemat ruang sekaligus meningkatkan fungsionalitas. Selain itu, efisiensi dan ergonomi juga perlu diterapkan agar ruang yang kecil tetap terasa lega dan mendukung aktivitas secara optimal. Penelitian ini difokuskan pada bagaimana merancang furnitur yang sesuai untuk ruang terbatas di ZEN agar tetap fungsional dan nyaman. Metode yang digunakan adalah kualitatif deskriptif karena mampu menggambarkan kondisi desain secara mendalam melalui observasi dan interpretasi. Data diperoleh dari berbagai literatur, dokumentasi visual, serta analisis desain interior ruang praktik di ZEN. Analisis dilakukan dengan pendekatan studi kasus, dengan tujuan untuk memahami konteks dan permasalahan secara menyeluruh dalam ruang lingkup tertentu. Studi kasus ini memberikan gambaran tentang pentingnya strategi desain yang adaptif terhadap keterbatasan ruang. Dengan perancangan interior yang baik, ZEN dapat meningkatkan kualitas layanan dan kepuasan pelanggan. Hasil dari penelitian diharapkan dapat menjadi acuan dalam optimalisasi ruang terbatas di layanan spa dan pijat lainnya.

Kata Kunci: efisien, fungsional, furnitur, multifungsi, optimalisasi

1. PENDAHULUAN

Jakarta merupakan salah satu kota yang ramai, di mana banyak orang-orang membutuhkan fasilitas yang dapat membuat mereka menjadi lebih tenang dari ramainya kota. Ada beberapa orang yang memilih melakukan terapi baik spa maupun pijat. Spa seringkali diasosiasikan

dengan pijat, karena sejak masa Romawi dan Yunani kuno, pijat telah dianggap sebagai elemen penting dalam proses penyembuhan serta meredakan rasa sakit oleh para dokter pada masa itu. Sentuhan tangan memiliki keajaiban tersendiri karena dapat merangsang saraf agar kembali seperti semula. Pijat relaksasi memiliki banyak manfaat bagi tubuh, seperti relaksasi, pemulihan dari kepenatan, pencegahan penyakit, meredakan rasa sakit, mempercepat pemulihan dari perubahan lingkungan yang tiba-tiba, serta memberikan kenyamanan" (Ega, 2011; Handoyo, 2008).

Spa dan pijat dapat membuat beberapa orang menjadi relax menghilangkan rasa pegal-pegal serta stress dalam tubuh. Selain itu spa dan pijat pun dapat membuat tubuh menjadi lebih nyaman terlebih lagi bagi orang-orang yang melakukan suka aktivitas padat, spa dan pijat dapat menjadi solusi.

Selain pelayanan spa dan pijat yang baik, tempat spa dan pijat yang nyaman juga dapat memengaruhi kenyamanan dan ketenangan pengunjung maupun pekerja. Beberapa tempat spa dan pijat di Jakarta banyak yang sudah sangat layak, tetapi tidak banyak juga yang masih kurang memadai baik dari segi desain maupun interiornya. Banyak tempat-tempat spa dan pijat yang masih membutuhkan desain yang lebih baik lagi, baik dari segi pemilihan furnitur serta bagaimana desain pada ruang spa dan pijat yang memberikan efek nyaman dan tenang. Pemilihan desain yang tepat dapat memberikan pengaruh kepada pengunjung sehingga pengunjung dapat merasakan perasaan yang santai dan juga senang setelah mendapatkan pelayanan tersebut.

ZEN Family Spa dan Reflexology merupakan salah satu tempat spa dan pijat yang dapat menjadi salah satu solusi bagi pengunjung yang membutuhkan pelayanan spa dan pijat. *ZEN Family Spa & Reflexology* merupakan pelopor layanan Pijat Bali dan Spa Keluarga, yang sejak 2009 mempromosikan gaya hidup sehat melalui pijat profesional dan terjangkau. Dengan komunikasi yang berkelanjutan dengan tamu, ZEN kini telah berkembang menjadi 10 gerai di berbagai kota di Indonesia. Meski sudah memiliki banyak cabang *ZEN Family Spa & Reflexology* tetap memiliki beberapa kekurangan dari segi desain, dimana setiap ruangan praktek memiliki luasan ruangan yang kecil, sehingga penggunaan furnitur ruangan harus lebih diperhatikan agar tidak membuat ruangan menjadi terlalu sempit dan tidak nyaman untuk para pengunjung maupun pekerja.

Kenyamanan pada suatu ruang merupakan salah satu elemen yang penting pada sebuah desain terutama pada desain interior, jika penggunaan furniture yang tepat pada sebuah ruangan yang kecil maka pengunjung serta pekerja pun akan merasa nyaman. Menurut Prasasto Satwiko (2009), kenyamanan serta perasaan nyaman merupakan penilaian komprehensif seseorang terhadap lingkungannya, yang dijelaskan dari sudut pandang arsitektur dan fisika bangunan. Tetapi Menurut Efendy (2019), nyaman merupakan sebuah keadaan di mana kebutuhan dasar manusia yang memiliki sifat individual telah terpenuhi akibat pengaruh beberapa faktor kondisi lingkungan.

Penelitian ini dilakukan pada ruangan-ruangan yang ada di *ZEN Family Spa & Reflexology*. Strategi desain yang efisien dan fungsional pada penggunaan ruang yang terbatas sangat diperlukan karena kenyamanan ruang harus diutamakan. Walaupun ruangan kecil tetapi ketika pemanfaatan ruang yang baik diterapkan serta penggunaan furnitur yang efisien serta multifungsi akan membuat ruangan tersebut menjadi nyaman dan juga tidak terlalu sempit. Ruang-ruang terapi yang berukuran kecil menggunakan warna-warna berintensitas gelap sehingga menambah

kesan ruangan menjadi bertambah sempit. Selain penggunaan furnitur yang multifungsi, alur sirkulasi gerak pun perlu diperhitungkan sehingga pengunjung maupun pekerja dapat leluasa bergerak.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), Efisien adalah kemampuan mengerjakan sesuatu dengan tepat tanpa membuang waktu, tenaga, atau biaya. Sedangkan multifungsi merupakan sesuatu yang memiliki banyak tugas atau fungsi (KBBI). Maka furniture multifungsi dapat diartikan sebagai furniture yang memiliki lebih dari 1 fungsi atau kegunaan dalam satu furniture. Penggunaan furnitur multifungsi dapat membuat ruangan sempit menjadi lebih luas, dengan begitu sirkulasi gerak menjadi lebih leluasa.. Dengan begitu furnitur yang efisien merupakan furnitur yang dirancang secara fungsionalitas untuk memaksimalkan penggunaan ruang.

Selain itu faktor ergonomi pun diperlukan agar ruangan memiliki sirkulasi gerak yang baik, Istilah ergonomi berasal dari bahasa Yunani, yaitu “ergon” yang berarti kerja serta “nomos” yang berarti aturan. Menurut Panero (2003) ergonomi merupakan teknologi perancangan kerja yang didasarkan pada ilmu biologi manusia, fisiologi, psikologi, dan anatomi.

Dalam penelitian ini, penulis ingin menemukan solusi atas permasalahan yang ditemukan yaitu bagaimana cara mengoptimalkan penggunaan ruang yang terbatas serta bagaimana merancang furnitur yang fungsional untuk diterapkan pada ruangan praktek di *ZEN Family Spa & Reflexology*?

Solusi yang diberikan diharapkan dapat menjadi acuan bagi para perancang maupun pemilik fasilitas serupa agar dapat menghasilkan desain interior yang nyaman bagi pengguna ruang baik pengelola maupun pengunjung fasilitas *Spa dan Reflexology*.

2. METODE PENELITIAN

Metode penelitian kali ini menggunakan metode kualitatif deskriptif, dengan tujuan untuk mengidentifikasi dan memahami pengoptimalisasi dalam penggunaan furnitur yang efisien dan multifungsi pada ruang yang terbatas dalam desain interior, khususnya pada *ZEN Family Spa & Reflexology*. Metode ini dipilih karena mampu menggambarkan fenomena desain secara mendalam berdasarkan observasi dan interpretasi terhadap data visual, tekstual, maupun kontekstual.

Pengumpulan data dilakukan melalui jurnal ilmiah, buku, artikel desain, serta referensi interior tentang pengoptimalisasian penggunaan ruang yang terbatas yang telah dipublikasi. Selain itu ada analisis visual terhadap dokumentasi berupa blueprint dan 3D desain interior untuk mengidentifikasi terkait penggunaan furnitur yang tepat pada ruangan-ruangan praktek agar ruangan lebih optimal.

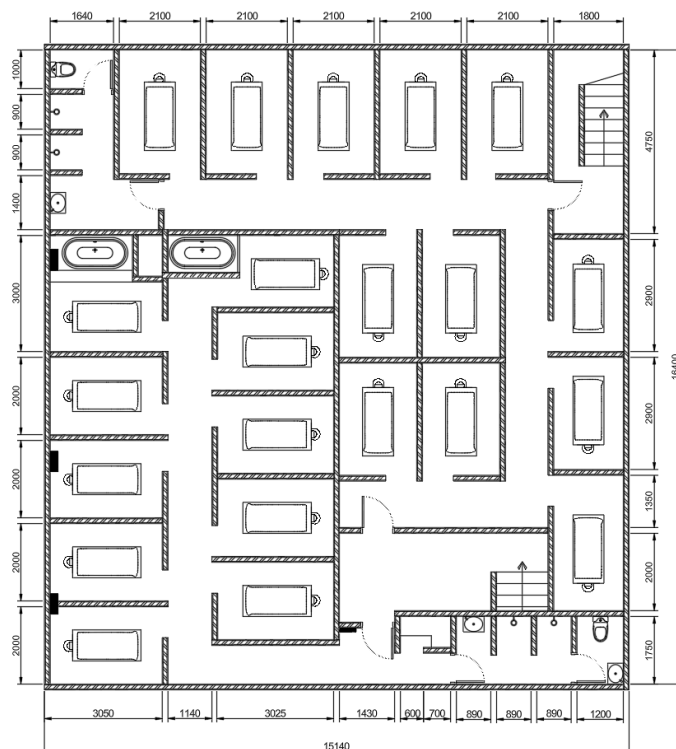
Data yang diperoleh dianalisis menggunakan metode analisis evaluasi, yaitu dengan berfokus pada analisis yang mendalam terhadap sebuah kasus. Tujuan utamanya adalah untuk memahami secara mendalam proses, konteks, dan makna dari suatu program, kebijakan, atau intervensi, bukan sekadar menilai hasil atau angka kuantitatif. Studi kasus merupakan salah satu rancangan penelitian yang banyak digunakan di berbagai bidang, khususnya dalam evaluasi. Dalam pendekatan ini, peneliti melakukan analisis mendalam terhadap suatu kasus yang bisa berupa program, kegiatan, aktivitas, proses, atau individu, baik satu maupun lebih. Kasus yang dikaji memiliki batasan waktu dan aktivitas tertentu, dan peneliti mengumpulkan data secara rinci melalui berbagai metode pengumpulan informasi selama kurun waktu yang berkelanjutan (Stake, 1995; Yin, 2009, 2012, 2014).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada ruangan-ruangan praktek *ZEN Family Spa & Reflexology* masih dibutuhkan beberapa perubahan agar ruangan menjadi lebih luas, karena ruangan-ruangan tersebut memiliki besaran yang kecil dan tetapi pekerja harus bisa leluasa bergerak ketika praktek. Hal ini membuat kita sebagai desainer harus memperhatikan bagaimana cara agar ruangan tersebut menjadi optimal tetapi tidak mempengaruhi fungsi dari ruangan tersebut serta tidak mengurangi kenyamanan dari ruangan tersebut.

Gambar 1

Layout Denah Furnitur *ZEN Family Spa & Reflexology*



Seperti pada gambar, ruangan-ruangan terapi ini memiliki besaran yang kecil, tetapi kebutuhan di setiap ruangan standar itu diharuskan ada sebuah kasur spa atau pijat, sebuah meja kecil untuk menyimpan kebutuhan pekerja untuk melaksanakan spa dan pijat serta sebuah kursi kecil atau stool untuk pekerja (terapis) bekerja. Sedangkan pada ruangan VIP dibutuhkan sebuah kasur spa atau pijat, meja kecil, kursi atau stool serta dibutuhkannya bathtub untuk pelanggan untuk membersihkan badan setelah melakukan pelayanan. Menurut Julius Panero dalam buku *Human Dimensions and Interior Space*, persentase ruang sirkulasi disesuaikan dengan tuntutan kebutuhan sebagai berikut: (a) 10% – untuk memenuhi standar minimum pergerakan (flow gerak minimum); (b) 20% – untuk memberikan keleluasaan dalam sirkulasi; (c) 30% – untuk menunjang kenyamanan fisik; (d) 40% – untuk menciptakan kenyamanan psikologis; (e) 50% – untuk memenuhi kebutuhan spesifik suatu aktivitas; dan (f) 70%–100% – untuk ruang yang memiliki keterkaitan dengan banyak kegiatan. (Panero & Zelnik, 1979) yang dimana terlihat pada denah sirkulasi ruang masih sangat kurang.

Penggunaan furniture yang multifungsi diperlukan untuk ruangan-ruangan terapi selain dapat menghemat tempat penggunaan furnitur multifungsi juga dapat membuat sirkulasi gerak pun menjadi leluasa.

Gambar 2
Kursi Stool Multifungsi



Gambar 3
Kursi Multifungsi



Penggunaan *stool* yang memiliki *storage* atau penyimpanan seperti ini dapat menjadi sebuah pemilihan *furniture* yang multifungsi di setiap ruangan terapi, selain dapat menjadi kursi untuk duduk di bagian bawah dudukan terdapat *storage* yang dapat menyimpan barang.

Gambar 4
Kasur Multifungsi



Gambar 5
Kasur multifungsi



Adapun kasur spa atau pijat yang memiliki penyimpanan di bawah kasur yang dapat menjadi opsi lain, selain itu terdapat tempat untuk menyimpan *stool* setelah digunakan agar menghemat tempat, sehingga dalam ruangan tidak dibutuhkan meja lagi untuk penyimpanan dan kursi juga dapat diletakkan agar jalur sirkulasi menjadi lebih lega.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian dan pembahasan pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa salah satu cara untuk mengoptimalkan ruangan terbatas dapat menggunakan furnitur multifungsi yang dapat menghemat penggunaan tempat serta dapat memperluas sirkulasi gerak untuk manusia. Penggunaan furnitur multifungsi pun dapat memberikan kesan ruangan yang modern sehingga cocok digunakan untuk ruangan-ruangan yang memiliki luasan kecil. Terlebih desain pada *ZEN Family Spa & Reflexology* memiliki desain yang *old fashion* atau masih menggunakan desain yang tidak modern, dengan penggunaan pada aksesoris furnitur multifungsi dapat membantu agar desain pada ruangan tidak terlalu membosankan dan juga modern. Dengan begitu para pekerja pun dapat melakukan pekerjaannya dengan nyaman dan juga pengunjung dapat menikmati pelayanan dengan nyaman.

Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Universitas Tarumanagara, ARCHID Design & Build sebagai tempat saya melaksanakan magang; serta *ZEN Family Spa & Reflexology* yang telah memberikan dukungan dan bantuan selama proses penelitian ini. Penulis menyadari bahwa masih terdapat kekurangan dalam penulisan penelitian ini. Oleh karena itu, penulis mengharapkan adanya kritik dan saran yang membangun guna menyempurnakan penelitian ini di masa mendatang. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak yang membaca dan membutuhkannya.

REFERENSI

- Creswell, J. D., & Creswell, J. W. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). (J. D. Creswell, Ed.) *SAGE Publications*.
- Efendy, I. (2019). Analisa faktor kenyamanan fisik interior terhadap pola kerja karyawan di kantor PT. XYZ. *Jurnal Sains dan Riset Rancang*, 6(2), 45–53.
- Ega. (2011, Oktober 16). *Spa dan pijat dalam sejarah pengobatan*. Suara Merdeka. <http://www.suaramerdeka.com>
- Handoyo, S. (2008). Manfaat pijat relaksasi bagi kesehatan tubuh.
- Indonesia, B. P. (2025, May 16). *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)*. Retrieved from Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI).: <https://kbbi.kemdikbud.go.id>
- Panero, J., & Zelnik, M. (1979). Human dimensions and interior space: A source book of design reference standards. *Whitney Library of Design*.
- Panero, J., & Zelnik, M. (2003). *Dimensi manusia dan ruang interior*.
- Reflexology., Z. F. (2025, May 17). *Zen Family Spa & Reflexology*. Retrieved from <https://www.zenfamilyspa.com/#/>
- Satwiko, P. (2009). *Fisika bangunan*. C.V.