

## PERANCANGAN SARANA KEBUGARAN DALAM MENGHADAPI PASCA PANDEMI DI PORIS

Daniel<sup>1)</sup>, Mieke Choandi<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>Program Studi S1 Arsitektur, Fakultas Teknik, Universitas Tarumanagara, dimanuel75@gmail.com

<sup>2)</sup> Program Studi S1 Arsitektur, Fakultas Teknik, Universitas Tarumanagara, miekec@ft.untar.ac.id

Masuk: 23-01-2022, revisi: 27-02-2022, diterima untuk diterbitkan: 26-03-2022

### Abstrak

Munculnya pandemi virus corona membuat banyak sektor yang terkena dampaknya, salah satunya sarana kebugaran dan rekreasi yang harus ditutup sejauh ini karena diindikasikan sebagai titik penyebaran virus corona. Oleh karena itu sarana kebugaran dan rekreasi harus dapat beradaptasi dan menyesuaikan dengan keadaan ini dan yang akan datang, agar mampu bertahan dan memberikan sarana yang seharusnya di masa pandemi. Metode yang digunakan metode kualitatif, metode desain perancangan menggunakan metode desain tipologi dengan menerapkan konsep bukaan yang maksimal dan transisi pengudaraan yang tinggi. Konsep ini hasil pengkajian tipologi dari sebuah sarana kebugaran serta tren olahraga yang berkembang saat ini dan kemudian digabungkan. Dengan menggunakan konsep tersebut, orang dapat beraktivitas didalam gedung dengan tingkat penularan virus corona yang lebih sedikit, karena memiliki bukaan dan transisi udara yang baik. Karena virus corona dapat cepat punah jika langsung terpapar sinar matahari, dengan transisi udara yang baik diharapkan dapat membawa virus corona keluar dari ruangan. Kiranya konsep ini dapat menjadi solusi untuk sarana kebugaran dan rekreasi pasca pandemi, dapat memberikan pengalaman berolahraga yang berbeda dan baru bagi kita yang beraktivitas dan berolahraga didalamnya. Diharapkan sarana kebugaran dan rekreasi yang dirancang mampu bertahan, beradaptasi, serta memberikan hal yang seharusnya di kala pandemi maupun dalam kondisi normal.

**Kata kunci: Tipologi; Sarana Kebugaran dan Rekreasi; Transisi Udara; Penghijauan**

### Abstract

*The emergence of the corona virus pandemic has affected many sectors, one of which is fitness and recreational facilities which have had to be closed so far because they are indicated as points of spread of the corona virus. Therefore, fitness and recreation facilities must be able to adapt and adapt to these and future conditions, in order to be able to survive and provide the necessary facilities during the pandemic. The method used is a qualitative method, the design method uses a typology design method by applying the concept of maximum openings and high aeration transitions. This concept is the result of an assessment of the typology of a fitness facility as well as sports trends that are currently developing and then combined. By using this concept, people can move in the building with a lower level of corona virus transmission, because it has good air openings and transitions. Because the corona virus can quickly become extinct if it is directly exposed to sunlight, with a good air transition it is hoped that it can carry the corona virus out of the room. Hopefully this concept can be a solution for post-pandemic fitness and recreation facilities, can provide a different and new exercise experience for those of us who are active and exercise in it. It is hoped that the designed fitness and recreation facilities can survive, adapt, and provide what they should during a pandemic or under normal conditions.*

**Keywords: Typology; Fitness and Recreation Facilities; Air Transition; Greening**

## 1. PENDAHULUAN

### Latar Belakang

Saat ini manusia sedang menghadapi pandemi virus corona, banyak sektor-sektor yang terkena dampak dari perubahan yang begitu cepat, serta harus menyesuaikan dengan kebijakan pencegahan penularan virus corona. Salah satunya sektor sarana kebugaran dan rekreasi. Tidak hanya dibatasi, namun banyak yang akhirnya harus ditutup karena memiliki indikasi menjadi tempat berkumpul orang-orang dan menjadi salah satu tempat penyebaran virus corona.

WHO mengatakan salah satu cara untuk meningkatkan daya tahan tubuh yaitu dengan berolahraga, dan jauhkan pikiran dari stres. Sedangkan sarana yang mewadahnya seperti sarana kebugaran dan rekreasi menjadi hal yang dibatasi, bahkan ditutup saat ini. WHO juga mengatakan bahwa kemungkinan besar virus corona tidak akan pernah hilang dan berakhir seperti layaknya HIV, namun vaksin dan menjaga tubuh untuk tetap bugar, sehat, dan menjauhkan diri dari stres membuat manusia menjadi lebih kuat apabila terpapar virus ini, tentunya harus tetap menjaga protokol kesehatan yang ada. Dengan pernyataan ini, sangat memungkinkan sarana olahraga dan tempat rekreasi dapat dibuka seperti sebelumnya dan berjalan normal seperti sebelumnya. Namun apakah secara tipologinya akan sama seperti sebelumnya? Atau adakah perkembangan suatu hal yang baru?

Terlepas dari kenyataan saat ini, virus corona dapat dengan mudah terpapar ke orang-orang, perlu adanya suatu proses berpikir ulang kembali tipologi dari sarana kebugaran, sehingga kita dapat membuat suatu perkembangan tipologi baru dari sarana kebugaran saat ini, untuk menjawab tantangan dan kebutuhan saat ini serta waktu yang akan datang. Hal inilah secara urgensi yang mendorong untuk melakukan *re-thinking typology* sarana pusat kebugaran untuk menjawab dan memenuhi kebutuhan di masa ini, serta masa yang akan datang.

Di masa pandemi, sangat memungkinkan adanya perkembangan tipologi dari sarana kebugaran. Di Indonesia saat ini, kebanyakan sarana kebugaran berupa ruang tertutup dan didalam suatu bangunan, saat ini hendaknya mulai menggagas tipologi sarana kebugaran yang *outdoor* untuk menyesuaikan keadaan pandemi dan tren olahraga yang berkembang saat ini. Yang tentunya perlu dipikirkan bagaimana manusia atau pengguna beraktifitas di sarana kebugaran yang mendapatkan kata "sehat" itu sendiri, baik itu beraktifitas di dalam ruangan maupun diluar ruangan, sehingga definisi "sehat" dapat tercipta baik.

Sarana kebugaran bukan hanya menjadi tempat untuk meningkatkan kebugaran fisik bagi kesehatan untuk kesehatan mental, namun sebagai sarana tempat bersosialisasi antar masyarakat, dan menunjang tren yang berkembang saat ini dalam dunia olahraga serta rekreasi di masa pandemi dan pasca pandemi.

### Rumusan Permasalahan

Dari uraian latar belakang dan masalah yang ada, dapat dirumuskan beberapa pertanyaan yaitu:

- a. Apa itu tipologi?
- b. Bagaimana sejarah awal tipologi dari sarana kebugaran dan rekreasi hingga saat ini?
- c. Bagaimana tipologi sarana kebugaran dan rekreasi dapat menyesuaikan dengan keadaan pandemi dan pasca pandemi?

### Tujuan

Tujuan proyek rancangan untuk mencapai:

- a. Mengetahui dan memahami apa itu tipologi dan perkembangan dari tipologi sarana kebugaran dari sejarah awal hingga yang berkembang saat ini.
- b. Berpikir ulang tipologi sarana kebugaran yang berkembang saat ini dan dapat menjawab tantangan saat ini dan yang akan datang.
- c. Mengetahui tren olahraga yang sedang berkembang sehingga dapat tercapai tipologi sarana kebugaran baru untuk saat ini dan masa yang akan datang.

## 2. KAJIAN LITERATUR

### Tipologi

Tipologi dalam arsitektur, tidak lepas dari kata “tipe”, yang merupakan konsep abstrak dengan makna yang samar dan kabur. Yang memiliki kesamaan dari suatu kelompok, berasal dari hasil klasifikasi tertentu yang diterapkan pada bangunan. Ahli teori Q.D.Quincy pernah menjelaskan dalam ensiklopedia arsitektur, “tipe” tidak berarti salinan dari gambar atau kesempurnaan imitasi, tetapi lebih kepada faktor konsep yang dengan sendirinya merupakan hukum pembentukan model. Deskripsinya bahwa penampilan “tipe” bertujuan untuk mengekstrak perasaan dan semangat yang sama dalam pengakuan tentang bangunan bersejarah dari manusia, maka model arsitektur tertentu dapat dibentuk menjadi pedoman (Q.D.Quincy, 1832).

### Sejarah Perkembangan Tipologi Sarana Kebugaran

Awal munculnya cikal bakal sarana kebugaran adalah dimulai di masa Yunani kuno, yang sekarang dikenal sebagai klub kesehatan modern atau *gym* yang dinamakan *gymnasium*. *Gymnasium* juga berasal dari Yunani kuno, memiliki arti “*gymnos*” yaitu telanjang. Masa Yunani kuno, *gymnasium* memiliki fungsi sedikit berbeda dengan perkembangan *gym* saat ini, yakni *gym* digunakan untuk berlatih dalam pertandingan terbuka, sedangkan kebugaran dan perawatan tubuh adalah bagian dari filosofi Yunani kuno.

Tahun 1844 di London, Inggris, The YMCA akhirnya memimpin jalan untuk kebugaran bagi banyak pria, menciptakan istilah “pembentukan tubuh” dan mengembangkan kelas olahraga, yang merupakan cikal bakal klub kesehatan saat ini, YMCA muncul di garis depan model klub kesehatan yang akan tumbuh hingga abad ke-20.

Tahun 80-an memicu adrenalin memunculkan peningkatan jumlah rantai *gym* termasuk 24 Hour Fitness (1983) dan LA Fitness (1984), spa kesehatan eropa Jack LaLanne menduduki lebih dari 200, sebelum melisensikannya ke perusahaan Bally. Sepanjang tahun 1990-an dan 2000-an klub kesehatan muncul dalam skala yang lebih kecil, pelatihan pribadi, dan studio bersama dengan Cross-Fit dan fasilitas olahraga khusus lainnya yang lebih memberikan sentuhan pribadi (Tharrett, S, 2021).

### Corona Virus

Virus corona atau *severe acute respiratory syndrome coronavirus 2* (SARS-CoV-2) merupakan virus yang menyerang system pernapasan. Penyakit infeksi virus ini disebut Covid-19, pertama kali ditemukan di kota Wuhan, Cina pada akhir Desember 2019. Virus corona bisa menyebabkan gangguan pada system pernapasan, infeksi paru-paru yang berat, hingga kematian. Virus ini menyebar hampir ke seluruh negara, maka disebut pandemi Covid-19. Bisa menyerang siapa saja dan segala usia tanpa kecuali. Virus dapat mengganggu imunitas atau kekebalan tubuh, bagi yang sudah memiliki penyakit penyerta, atau penyakit bawaan seperti; penyakit ginjal, diabetes, darah tinggi, akibatnya dapat menjadi fatal.

Penyebaran virus corona dapat dengan mudah menular pada ruangan yang tertutup, disebabkan udara di dalam ruangan tidak berputar atau tidak berganti dengan udara segar

seperti di luar ruangan. Oleh karena itu, apabila ada yang terkena virus corona, maka transisi udara dalam ruangan cepat menyebar ke setiap manusianya. Berolahraga merupakan salah satu aktivitas yang dapat meningkatkan imunitas tubuh manusia sebagai daya tahan tubuh terhadap virus corona, namun harus memperhatikan dalam berolahraga untuk tidak berada di area tertutup atau minim transisi udara (WHO, 2020).

### **Kesehatan dan Kebugaran**

Kebugaran merupakan bagaimana tubuh dapat menyesuaikan terhadap efek dari beban fisik yang dihasilkan dan diterima melalui kegiatan setiap hari. Kebugaran sendiri harus terpenuhi oleh manusia untuk dapat menjalankan aktivitas seperti biasanya tanpa terkena gangguan kelelahan dan kesehatan yang berlebihan (Nugroho, Faozan, T., 2020). Kesehatan diartikan sebagai kondisi yang tidak hanya terhindar dari penyakit, dan kelemahan, namun juga sejahtera secara sosial, mental, dan fisik (WHO, 2020).

### **Olahraga**

Olahraga adalah gerakan fisik atau badan dalam menguatkan serta membuat sehat tubuh, contohnya adalah *badminton*, berenang, basket. Selain itu, olahraga merupakan kegiatan aktivitas dengan melibatkan keterampilan fisik, individu, tim, dan dikerjakan untuk hiburan (KBBI, 2021).

### **Rekreasi**

Rekreasi merupakan kegiatan yang memulihkan dan menyegarkan ulang baik badan maupun pikiran. Rekreasi sendiri dilakukan orang-orang secara sengaja untuk kesenangan dan kepuasan dalam waktu senggang (KBBI, 2021).

### **Sarana Pusat Kebugaran**

Pusat kebugaran merupakan fasilitas yang terdiri dari kesehatan, rekreasi dan sosial yang difokuskan untuk aktivitas olahraga, dan aktivitas fisik. Umumnya dijadikan sebagai komersil untuk mencari keuntungan dan laba, namun tak jarang juga adanya dukungan dari komunitas ataupun institusi di dalamnya. Pada dasarnya, pusat kebugaran mampu menyediakan pengalaman berolahraga bagi atlet, maupun pengguna rekreasi umum.

Komponen sekundernya merupakan komponen sosial yang penting bagi pusat kebugaran karena tidak hanya mendukung secara elemen olahraga, namun juga mendorong adanya interaksi sosial didalamnya. Oleh karena itu, adanya fasilitas penunjang seperti tempat duduk penonton olahraga, sauna, bar, dan *hot tub* (Whole Building Design Guide, 2017).

### **Tren Olahraga**

Mengutip dari jurnal yang dibuat oleh *ACSM's Health & Fitness Journal*, membuat survey untuk menemukan tren olahraga di tahun 2021 dan kuisioner diisi oleh 75.383 orang (Thompson, 2021).

Tabel 1. ACSM's Health &amp; Fitness Journal survey Worldwide Fitness Trends for 2021

TABLE 2 - Top 20 Worldwide Fitness Trends for 2021	
Rank	Top 20 Worldwide Fitness Trends for 2021
1	Online training
2	Wearable technology
3	Body weight training
4	Outdoor activities
5	HIIT
6	Virtual training
7	Exercise is Medicine
8	Strength training with free weights
9	Fitness programs for older adults
10	Personal training
11	Health/wellness coaching
12	Mobile exercise apps
13	Employing certified fitness professionals
14	Functional fitness training
15	Yoga
16	Exercise for weight loss
17	Group training
18	Lifestyle medicine
19	Licensure for fitness professionals
20	Outcome measurements

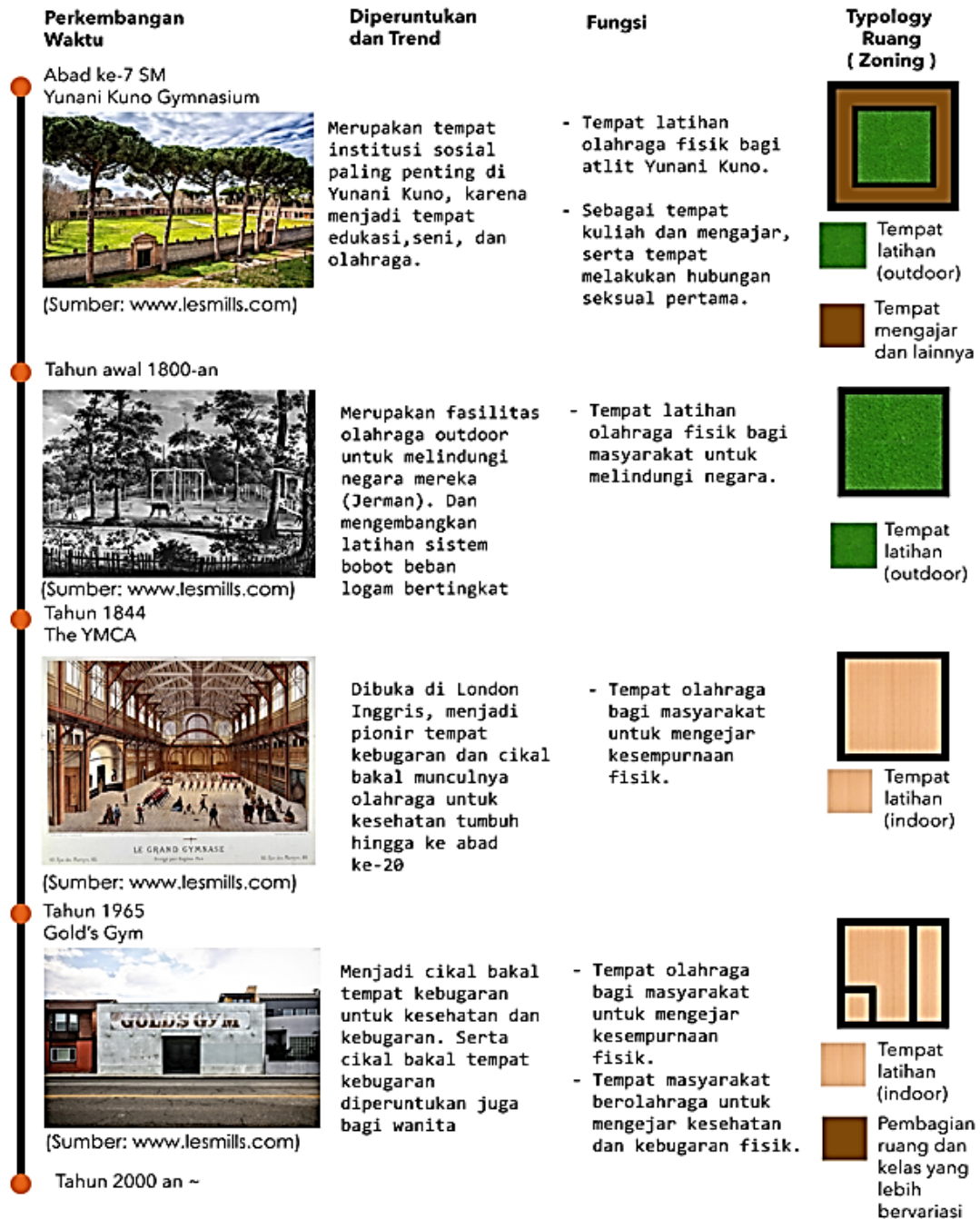
Sumber: [www.journals.lww.com/acsm-healthfitness](http://www.journals.lww.com/acsm-healthfitness), 2021

Berdasarkan hasil survey dan data diatas, latihan secara *online* menjadi hal yang dipakai dan menjadi tren di tahun 2021, dikarenakan adanya virus Covid-19 membuat sarana kebugaran ditutup, diikuti peringkat kedua penggunaan teknologi kesehatan seperti jam tangan pintar, alat pengukur detak jantung, dll. Peringkat ke tiga merupakan latihan dengan beban tubuh dikarenakan banyak berolahraga di rumah dengan alat seadanya. Keempat, kegiatan diluar ruangan menjadi tren, dikarenakan virus Covid-19 membuat orang banyak melakukan kegiatan dan berolahraga diluar ruangan dan terbuka.

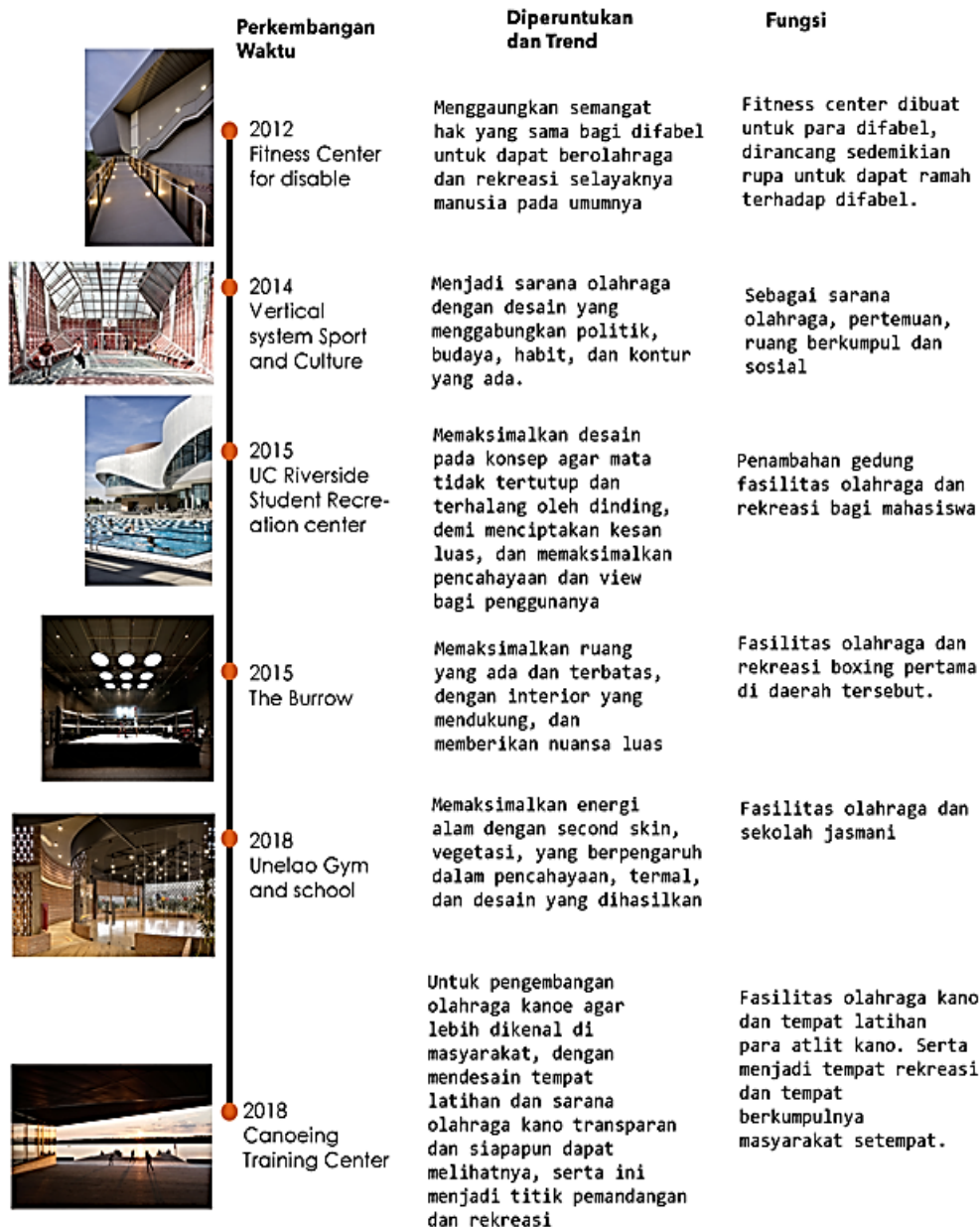
Bagi tipologi yang berkembang dalam tren dan sarana kegiatan olahraga, desain konsep yang digagas menciptakan ruang terbuka, *outdoor activity*, dan ruang-ruang untuk interaksi sosial seperti pada fasilitas pusat kebugaran umumnya seperti *fitness space*, *gymnasium*, kolam renang, kelas-kelas kebugaran, dan fasilitas pendukung lainnya, disamping itu menggunakan dan mengaitkan teknologi yang berkembang.

### 3. METODE

Metode yang digunakan untuk data dengan metode kualitatif historis, sedangkan metode desain/perancangan menggunakan metode desain tipologi. Metode desain tipologi ini dilakukan dengan menjabarkan sejarah awal terciptanya sarana kebugaran, tren yang berkembang dari awal adanya sarana kebugaran hingga saat ini, isu yang berkembang dari sarana kebugaran serta urgensi saat ini.



Gambar 2. Gambar Rantai Tipologi Urutan Sejarah Sarana Kebugaran  
Sumber: Pribadi, 2021



Gambar 3. Gambar Rantai Tipologi Urutan Sejarah Sarana Kebugaran  
Sumber: Pribadi, 2021

### Penggabungan Tipologi, Tren, dan Isu

Dalam perkembangan tipologi sebuah sarana kebugaran, selalu memiliki perubahan-perubahan baik dari fungsi, esensi, tren, isu dan kebutuhan pada zamannya masing-masing. Oleh karena itu, untuk menghasilkan sarana kebugaran yang relevan di pasca dan masa pandemi ini, menggunakan konsep transisi udara yang tinggi dengan memberi bukaan yang banyak.

## 4. DISKUSI DAN HASIL

### Tapak

Tapak pada proyek ini berada di Jalan Benter Betawi, Kelurahan Poris Jaya, Kecamatan Batu Ceper, Kota Tangerang, Banten. Profil dari lokasi tapak, memiliki luas tapak sebesar 8.000 m<sup>2</sup> diperuntukan untuk lahan perdagangan dan jasa dengan KDB 40, KLB 3, KDH 20, KB 3.



Gambar 4. Gambar Tapak Terpilih  
Sumber: Pribadi, 2021



Gambar 5. Gambar Tapak Terpilih  
Sumber: Pribadi, 2021

A



B



Gambar 6. Gambar *Point of View* A & B  
Sumber: Pribadi, 2021

C



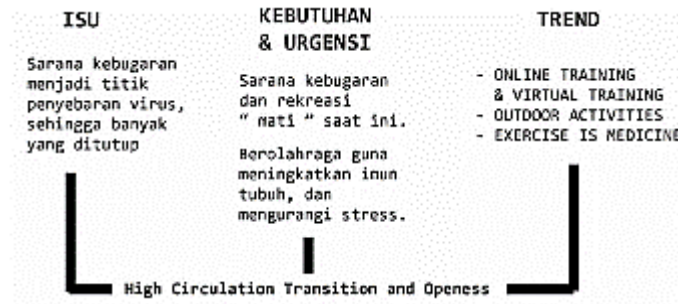
D



Gambar 7. Gambar *Point of View* C & D  
Sumber: Pribadi, 2021

## Konsep

Dasar konsep rancangan menggunakan penggabungan antara Tipologi, tren, dan isu yang saat ini berkembang, terciptalah konsep “ *High Circulation Transition and Openess* ”.



Gambar 8. Gambar Konsep Mindmap

Sumber: Pribadi, 2021

Konsep *High Circulation Transition and Openness* menjadi konsep yang digunakan dan hadir dari penggabungan antara tren olahraga yang berkembang, dengan solusi dari permasalahan sarana kebugaran saat ini.

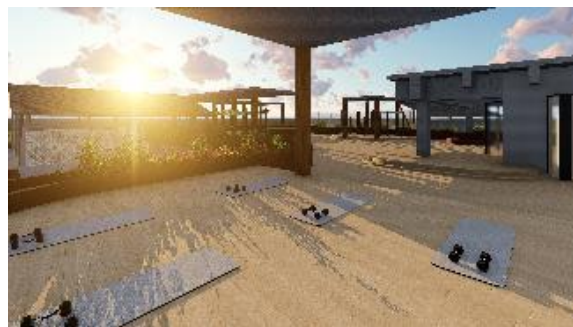
Dalam ruangan: Memfokuskan bagaimana kegiatan di dalam ruangan dapat diminimalisir dalam penyebaran virus Covid-19 dengan memberikan bukaan yang banyak, sehingga memberikan transisi udara yang cepat di dalam ruangan.



Gambar 9. Gambar Prespektif Interior

Sumber: Pribadi, 2021

Luar ruangan: Memberikan pengalaman berolahraga dan *gym* di ruangan terbuka/*outdoor* dengan menikmati udara segar dan *view* yang lebih terbuka dan menyatu dengan alam. Tren olahraga yang berkembang saat ini dan pasca pandemi membuat orang lebih menikmati udara segar terbuka selama berolahraga.

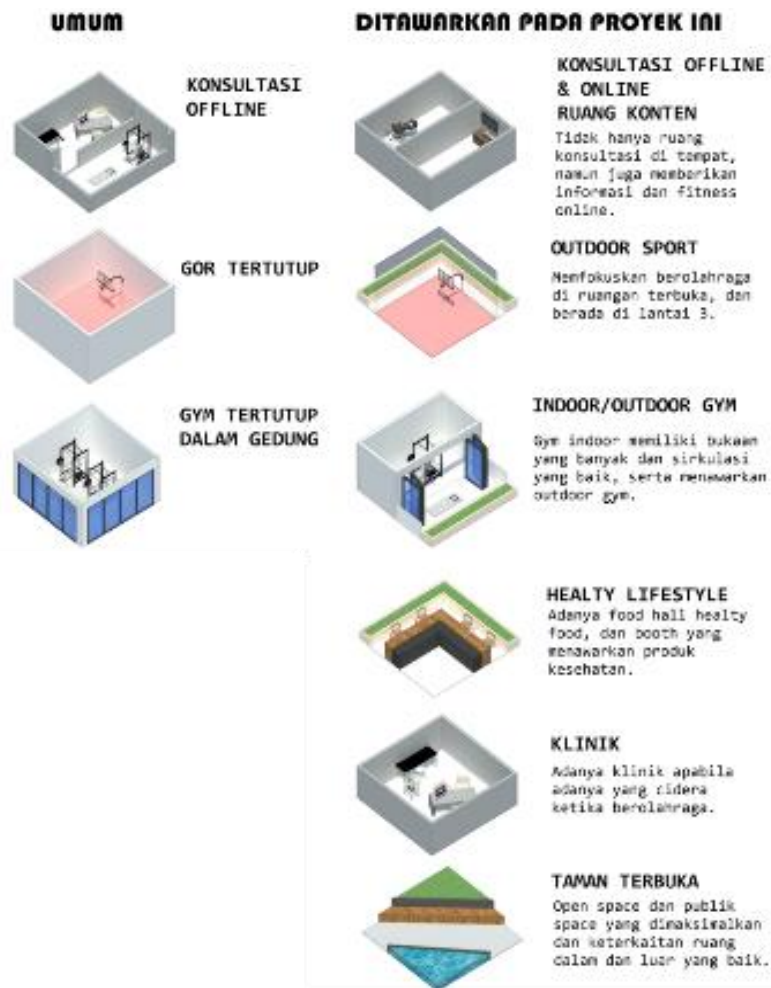


Gambar 10. Gambar Perspektif Interior

Sumber: Pribadi, 2021

### Fasilitas olahraga:

Memberikan pengalaman berolahraga yang lebih menyatu dengan ruang luar dan udara terbuka. Proyek ini tidak hanya berfokus pada bagaimana berolahraga di dalam dan di luar ruangan dengan aman, dan nyaman. Namun juga mendorong masyarakat memiliki *lifestyle* hidup yang lebih sehat dan dapat menarik kembali masyarakat dalam menjaga kesehatan pasca pandemi.



Gambar 11. Gambar Fasilitas  
Sumber: Pribadi, 2021

### Program Ruang

Program ruang pada proyek ini adalah untuk olahraga, dan pendukungnya seperti penunjang dari olahraganya itu sendiri dan *healty lifestyle*:

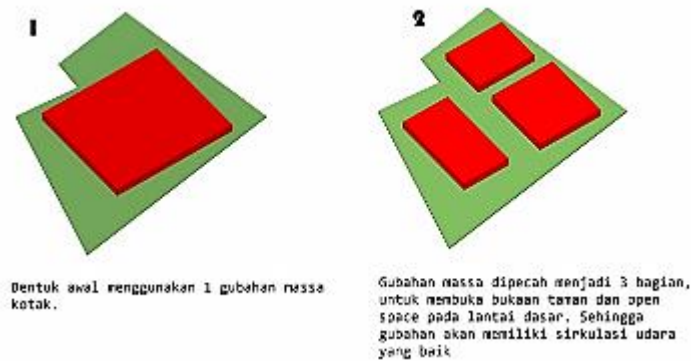
Utama (70% dari 100% total luasan bangunan):

Kolam renang, Lapangan Futsal, Lapangan Basket, Gym Indoor & Outdoor, Climbing Wall, Ruang Konsultasi, Loker Room Gym, Loker Room Lapangan Basket & Futsal, Gym Class, Skatepark.

Pendukung: (30% dari 100% total luasan bangunan):

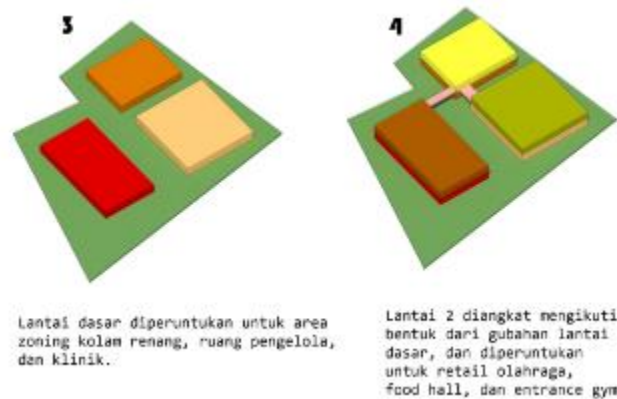
Klinik, Food Hall, Fastfood & Minimarket, Ruang Konten & Editing, Ruang Pengelola & R. Rapat, Taman, Taman Bermain Anak, Booth Produk Kebugaran & Kesehatan, Retail Olahraga, Cafe, ATM.

## Pembentukan Massa Bangunan



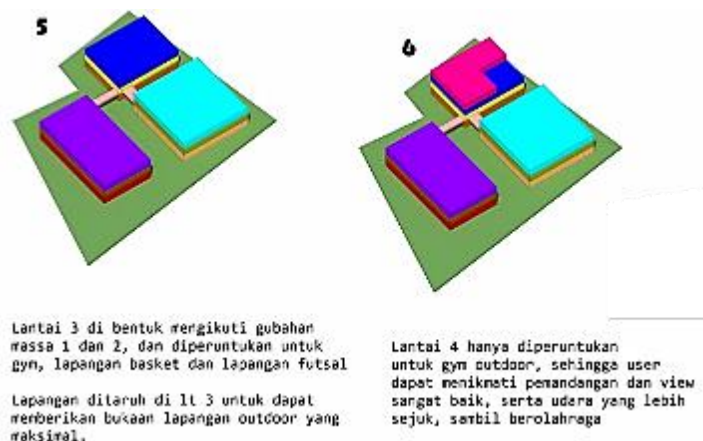
Gambar 12. Proses Gubahan Massa  
Sumber: Pribadi, 2021

Pembentukan gubahan massa dengan menyebarkan beberapa massa bangunan guna memberikan sirkulasi udara dan akses yang baik nantinya pada tapak, dan disesuaikan dengan *zoning* ruangan yang cocok pada lantai 1 dan penempatannya.



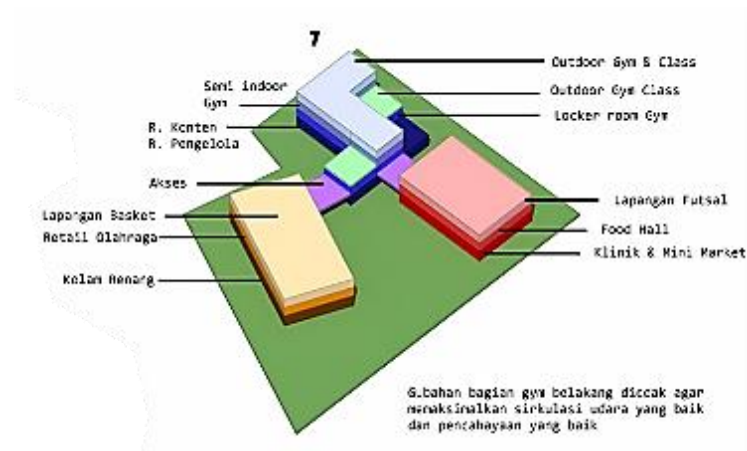
Gambar 13. Proses Gubahan Massa  
Sumber: Pribadi, 2021

Kemudian dinaikan massanya ke lantai 2 dengan penghubung jembatan guna memberikan akses ke semua massa.



Gambar 14. Proses Gubahan Massa  
Sumber: Pribadi, 2021

Dinaikan ke lantai 3 massanya dan ke lantai 4 hanya dibagian belakang tapak saja. Lalu di coak guna memberikan pencahayaan dan pengudaraan pada bagian belakang massa guna memaksimalkan pengudaraan dan pencahayaan yang baik di massa bangunan belakang.



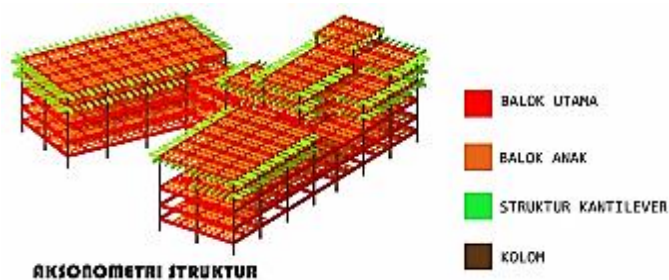
Gambar 15. Proses Gubahan Massa  
Sumber: Pribadi, 2021

Dan terbentuklah dan pen-zoning-an akhirnya seperti gambar di atas.

### Struktur & Penghijauan di Bangunan

Struktur pada bangunan ini menggunakan sistem bentang lebar dengan antar kolom berjarak 12 M, dengan ukuran kolom 50 x 50 cm persegi. Penggunaan sistem bentang lebar guna menghasilkan ruangan yang lebih lebar tanpa adanya penghalang kolom, serta cocok dengan kegiatan berolahraga yang membutuhkan jarak antar manusia yang lebih jauh.

Untuk balok, karena menggunakan sistem bentang lebar, maka perlunya menggunakan sistem *grid* pada balok guna memperkuat strukturnya, dan *grind* balok memberikan kesan tektonik yang sangat kuat dan di-expose tanpa ditutup *ceiling*, sehingga juga dapat memberikan kesan arsitektur yang berbeda pada *ceiling*-nya. Untuk mendukung adanya sistem penghijauan pada pinggir bangunan dengan tanaman rambat, serta memberikan perluasan lantai, maka digunakan sistem kantilever.



Gambar 16. Aksonometri Struktur 3D  
Sumber: Pribadi, 2021

Penggunaan tumbuhan tanaman rambat juga guna memberikan efek bayangan yang lebih baik dan mencegah sinar matahari langsung masuk ke dalam bangunan, serta memberikan kesan hijau dan menyatu dengan alam yang lebih kuat.



Gambar 17. Gambar Prespektif Bangunan  
Sumber: Pribadi, 2021

### Desain Bangunan

Desain dari proyek bangunan sarana kebugaran di poris ini tentu tercipta berdasarkan berpikir ulang tipologi dari sarana kebugaran itu sendiri, bagaimana sarana kebugaran dapat bertahan dan dapat memberikan manfaat bagi masyarakat selama pandemi dan pasca pandemi di poris. Dengan memberikan sistem berolahraga yang jauh lebih diminimalisir dari segi penyebaran virus corona, juga memberikan tren olahraga yang berkembang yaitu adanya keterhubungan ruang luar dan ruang dalam selama berolahraga dan melakukan kegiatan dan aktivitas lainnya. Konsep yang dihasilkanpun menggunakan metode tipologi yang menggabungkan isu saat ini, tren, serta kebutuhan dan urgensi dari masa kini dan yang akan datang, sehingga desain dan perencanaan bagaimana orang dapat berolahragapun sudah terpikirkan dengan matang demi menjawab kebutuhan berolahraga dan rekreasi di masa pandemi ini dan pasca pandemi.

Dalam program ruang yang dihadirkan bukan hanya tentang berolahraga, namun adapun pendukung dari olahraganya itu sendiri, bagaimana masyarakat mau kembali untuk berolahraga tidak hanya di rumah, namun mau kembali ke sarana kebugaran yang tentunya memberikan fasilitas dan program ruang yang lebih beragam dan menjawab kebutuhan pandemi ini dan pasca pandemi. Seperti adanya *healty lifestyle* dengan memberikan *food hall* yang berisikan makanan-makanan yang sehat, retail olahraga, *booth* yang menjual produk kesehatan, taman bermain bagi anak, *climbing wall*, *skateboard*, dll.



Gambar 18. Gambar Perspektif Eksterior Bangunan  
Sumber: Pribadi, 2021

Ditambah struktur yang digunakan merupakan struktur bentang lebar dan *grid* balok guna menghasilkan ruangan yang terkesan lebih lebar, dan kuat. Selain itu, *grid* balok memberikan kesan tektonik yang begitu kuat karena diekspose dengan materialnya juga, dan memberikan kesan arsitektur pada *ceiling* yang di-expose.

### Protokol Kesehatan

Dalam penerapan protokol kesehatan, telah disediakan alat pengukuran suhu, *hand sanitizer*, serta tempat skrining aplikasi PeduliLindungi guna membatasi kapasitas pengunjung di dalam gedung olahraga. Dan penggunaan masker menjadi hal yang wajib dipakai bagi para pengunjung.

### 5. KESIMPULAN DAN SARAN

Sarana kebugaran dapat beradaptasi dan dapat memberikan manfaat yang lebih dibutuhkan masyarakat selama pandemi dan pasca pandemi, dengan memperbaharui dari desain sarana kebugaran dan rekreasi itu sendiri yang lebih terbuka dengan area luar dan transisi udara dalam ruangan yang maksimal, serta bagaimana sarana kebugaran dan rekreasi dapat mengajak masyarakat dapat kembali berolahraga dan rekreasi adalah dengan memberikan fasilitas-fasilitas yang menjawab kebutuhan dari masyarakat itu sendiri saat pandemi dan pasca pandemi, dan bagaimana sarana kebugaran mampu beradaptasi dan mau berkembang dari segi desain dan sistem berolahraganya itu sendiri. Diharapkan melalui studi yang panjang dan masih jauh dari kata sempurna, namun dapat diberikan studi lanjutan untuk dapat menghasilkan studi dan desain yang lebih baik dan dapat diimplementasikan secara nyata.

### REFERENSI

- Agustinus, S., (2020). Peta Metode Desain. Jakarta: Jurusan Arsitektur Universitas Tarumanagara
- Anthony, V. (1977). “ *The Third Typology* “. Brussels: Editions des archives d’ architecture moderne.
- James S, C., Quatremere, D.Q. (1962). *A Dictionary of Architecture and Landscape Architecture*.
- World Health Organization. (2020). *Constitution of the world health organization*
- World Health Organization. (2020). *Coronavirus*
- Atmoko, E, Y, T,. (2021). Olahraga: Pengertian, Manfaat, Jenis, dan Tujuannya. [www.kompas.com/sports/read/2021/07/22/23000018/olahraga--pengertian-manfaat-jenis-dan-tujuannya?page=all](http://www.kompas.com/sports/read/2021/07/22/23000018/olahraga--pengertian-manfaat-jenis-dan-tujuannya?page=all) (diakses tanggal 29 Desember 2021)
- Mion, E, G,. (2017). *Fitness Centers*. [www.wbdg.org/building-types/community-services/fitness-centers](http://www.wbdg.org/building-types/community-services/fitness-centers) (diakses tanggal 29 Desember 2021)
- Nugroho, F,T,. (2020). Pengertian Kebugaran Jasmani, Ketahui Manfaatnya bagi Tubuh. [www.bola.com/ragam/read/4269324/pengertian-kebugaran-jasmani-ketahui-manfaatnya-bagi-tubuh](http://www.bola.com/ragam/read/4269324/pengertian-kebugaran-jasmani-ketahui-manfaatnya-bagi-tubuh) (diakses tanggal 29 Desember 2021)
- Tharrett, S. (2021). History of health clubs: How gyms have evolved through the ages. <https://www.lesmills.com/clubs-and-facilities/research-insights/fitness-trends/history-of-health-clubs-how-gyms-have-evolved-through-the-ages/> (diakses tanggal 29 Desember 2021)
- Walter, T. R. Ph.D.,FACSM. (2021). Worldwide Survey of Fitness Trends for 2021. [https://journals.lww.com/acsm-healthfitness/fulltext/2021/01000/worldwide\\_survey\\_of\\_fitness\\_trends\\_for\\_2021.6.aspx](https://journals.lww.com/acsm-healthfitness/fulltext/2021/01000/worldwide_survey_of_fitness_trends_for_2021.6.aspx) (diakses tanggal 29 Desember 2021)