

# PERANCANGAN FITNESS CENTER GU. COLLECTIVE DENGAN PENDEKATAN *DESIGN BEHAVIOR* OLEH KONSULTAN ARSITEKTUR INTERIOR ALLAN PROJECT

Tristan Allan Santosa Pangestu<sup>a</sup>, Freddy H. Istanto<sup>b</sup>

<sup>a/b</sup>Departemen Arsitektur, Fakultas Industri Kreatif, Universitas Ciputra UC Town, Citraland, Surabaya, Indonesia

Alamat email untuk surat menyurat : fred.hands@ciputra.ac.id<sup>b</sup>

## ABSTRACT

*Allan Project Interior Architecture Consultant used an approach to design behavior when designing this project. It contains a design of an interior architecture consultant business model with an approach to design behavior and specialization in working on projects in the sports sector. CrossFit Center is designed to meet the needs of a market that wants fitness center that uses functional movement or supportive movements in daily activities. Creating an environment that encourages guests to lead active and healthy lives is the goal of utilizing a behavioral design approach when designing a fitness center. This design will incorporate components that encourage workout participation and consistency by considering user behavior. CrossFit centers are generally wider with open fields. The method used in this design is qualitative. To carry out the investigation, participants in the CrossFit fitness area watched while performing actions specific to CrossFit exercises. Approach design behavior will be useful because all room functions are built based on activities carried out in the facility and provide comfort for users of the room facilities, also supporting community aspects between members and staff of the facility fitness center. In addition, there is value in the architectural and furniture photography services provided by the Allan Project consulting company, which can be helpful for portfolio building and meeting client marketing objectives. As a way to make the room look attractive and draw clients to the CrossFit gym, the use of photographs also helps to shape the area aesthetically.*

**Keywords:** Architecture, CrossFit Center, Design Behavior, Interior, Photography, Sports

## ABSTRAK

Proyek ini dirancang dengan pendekatan *design behavior* oleh Konsultan Arsitektur Interior Allan Project. Berisi tentang sebuah rancangan model bisnis konsultan arsitektur interior dengan pendekatan *design behavior* dan spesialisasi dalam pengerjaan proyek dibidang olah raga. CrossFit Center ini dirancang untuk memenuhi kebutuhan pasar yang menginginkan fasilitas *fitness center* yang menggunakan *functional movement* atau gerakan yang mendukung sesuai dengan kegiatan sehari-hari. Perancangan *Fitness Center* dengan pendekatan *design behavior* bertujuan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung gaya hidup sehat dan aktif bagi pengunjungnya. Dengan memahami perilaku pengguna, desain ini akan mengintegrasikan elemen-elemen yang menunjang partisipasi dan konsistensi dalam berolahraga. CrossFit center ini pada umumnya tempatnya lebih luas dengan lapangan terbuka. Metode yang digunakan dalam perancangan ini adalah metode kualitatif. Penelitian dilakukan dengan cara mengamati aktivitas di area CrossFit fitness dan melakukan praktik gerakan-gerakan yang sesuai dengan kegiatan CrossFit. Pendekatan *design behavior* akan berguna karena semua fungsi ruangan yang dibangun berdasarkan kegiatan yang dilakukan didalam fasilitas tersebut serta memberikan kenyamanan bagi pengguna fasilitas ruangan, juga mendukung aspek komunitas antar anggota maupun staf dari fasilitas *fitness center*. Selain itu terdapat juga *value* yang ditawarkan dalam bisnis konsultan Allan Project yaitu fotografi dibidang arsitektur dan fotografi dalam bentuk produk furnitur yang memberikan jasa untuk kepentingan portofolio serta kebutuhan marketing klien. Penerapan secara fotografi juga berperan dalam membentuk ruang dari segi estetika sehingga ruangan yang didesain terlihat fotogenik dan dapat menarik perhatian pelanggan fasilitas CrossFit fitness.

**Kata Kunci:** Arsitektur, Crossfit Center, Design Behavior, Fotografi, Interior

## PENDAHULUAN

### Latar Belakang

Pandemi COVID-19 menjadi salah satu faktor terbesar kehidupaan saat ini. Pada masa pandemi banyak masyarakat yang memiliki waktu di rumah sehingga muncul tren kegiatan *Workout From Home*, yaitu adalah kegiatan olahraga di rumah yang biasa berorientasi pada kegiatan Yoga maupun kegiatan *workout* dinamis seperti senam lantai, aerobic, dsb. Munculnya tren olah raga *outdoor* seperti *Triathlon* (renang, sepeda, dan lari) membantu meningkatkan akan pentingnya kesehatan tubuh agar terhindar dari virus COVID-19 dan untuk menjaga daya tahan tubuh dengan baik.

Proyek *CrossFit Center* ini dirancang untuk memenuhi kebutuhan pasar yang menginginkan fasilitas *fitness* yang menggunakan *functional movement* atau gerakan yang mendukung sesuai dengan kegiatan sehari-hari. Demi memaksimalkan aksesibilitas dan *functional movement* dibutuhkan pendekatan secara *design & behaviour* yaitu dengan menganalisis kegiatan sehari-hari seperti misalnya hubungan postur mengangkat galon air dengan *squat* menggunakan *kettlebar* serta kegiatan latihan yang terdapat didalam ruang *CrossFit Center* lainnya, bisa berupa kelas, *weightlifting*, *strength training*, dan seterusnya.

*CrossFit Fitness Center* dimaksudkan untuk menarik tidak hanya penggemar kebugaran saja tetapi juga mereka yang lingkungan yang berbeda

dan menyatukan mereka sebagai sebuah kolektif, membuat mereka merasa seolah-olah menjadi bagian dari sebuah komunitas. Warna utama kami yaitu hijau neon dipilih karena melambangkan fokus dan tekad untuk mencapai tujuan seseorang, oleh karena itu mengapa warna ini didekorasi di seluruh *gym* kami untuk secara tidak sadar dan psikologis memotivasi anggota kami untuk berusaha menjadi versi yang lebih baik dari diri mereka sendiri.

## LITERATUR/STUDI PUSTAKA

### Definisi *CrossFit*

*Crossfit* adalah program latihan dengan menggunakan kegiatan sehari-hari (fungsional) yang dilakukan dalam waktu singkat serta intensitas yang tinggi (Prawira, 2014). Menurut Pambudi dalam Prawira, 2014 menyatakan bahwa *Crossfit* berbeda dengan *fitness* (*gym* atau *conventional gym*). Dalam olahraga ini, gerakan yang digunakan lebih fungsional, sedangkan di *gym* gerakannya lebih kepada pembentukan tubuh, perut, dan juga kaki. *CrossFit* berasal dari negara Paman Sam, Amerika Serikat, sejak tahun 2000-an. Berbeda dengan di Asia, terutama di Indonesia yang masih tergolong sangat baru, di sana olahraga *Crossfit* ini sudah sangat menjamur. *Crossfit* box-nya ada di tiap 200 sampai 300 meter.

*CrossFit* yang slogannya ‘menempa kebugaran’ bertujuan untuk menghasilkan dan meningkatkan kekuatan dan kebugaran jasmani manusia dengan menguasai sepuluh keterampilan berikut:

daya tahan kardiovaskular dan pernapasan, stamina, kekuatan, fleksibilitas, power, kecepatan, koordinasi, kelincahan, keseimbangan, dan akurasi (Glassman dalam Kusuma, L. S. W., & Jamaludin, J., 2022).

Kusuma, L. S. W., & Jamaludin, J. (2022) juga menyatakan bahwa bentuk latihan *crossfit* yang sering digunakan, baik yang menggunakan alat ataupun menggunakan beban tubuh, diantara adalah (1) gerakan *barpee*, (2) lempar bola *medicine*, (3) *squat*, (4) *box jump*, (5) *jump rope*, (6) *pull-up*, (7) *barbell squat*. Gerakan-gerakan tersebut bisa dilakukan satu *round* dimulai dengan 7-10.

Latihan *Crossfit* bisa menggunakan peralatan yang berbeda-beda untuk mencapai *goal* para pesertanya, termasuk *kettlebells*, *rowers*, *bikes*, *speed rope (skipping rope)*, dan alat-alat lainnya. Umumnya latihan *Crossfit* digunakan pula oleh beberapa instansi seperti organisasi militer, pemadam kebakaran, dan telah digunakan pula oleh ribuan *gym* di seluruh dunia.

### ***Fitness Center***

Pusat-pusat kebugaran (*fitness center*) merupakan salah satu tempat yang paling cocok digunakan untuk berolahraga. Orang-orang datang ke pusat kebugaran bertujuan untuk memperoleh badan yang sehat agar terhindar dari berbagai macam penyakit, melalui peningkatan imunitas tubuh dan menginginkan untuk memiliki tubuh yang ideal, melatih kebugaran, terapi

rehabilitasi atau masih banyak lainnya. Hal tersebut menunjukkan bahwa kesadaran untuk hidup sehat sudah tertanam dan mengerti akan pentingnya Kesehatan. Kondisi tersebut menjadi suatu daya tarik bagi seseorang atau lembaga pusat kebugaran untuk mendirikan pusat kebugaran yang memiliki mutu dan berkualitas sehingga dapat menarik konsumen sebanyak-banyaknya (Nugraha, 2021).

Menurut Koloay, K., Sompie, S. R., & Paturusi, S. D. (2020) *Fitness* adalah aktivitas yang mampu membuat orang menjadi lebih bugar dengan olahraga latihan angkat beban (*weight lifting*), aerobik (*aerobics*) dan pemenuhan nutrisi (*nutrition*). *Fitness* saat ini telah menjadi salah satu gaya hidup masyarakat urban di dunia. Untuk pembagian zona/ruangan di area *fitness center* disebutkan oleh Ongko, C., Honggowidjaja, S.P., Mulyono, H. (2017) *Fitness center* biasanya terdiri atas beberapa zona seperti pemanasan, olahraga jantung, olahraga ketahanan, dan area barbel. Selain itu, juga terdapat fasilitas pendukung seperti tempat penyimpanan peralatan olahraga atau semacam loker, toilet, *cleaning service* dan lain sebagainya seperti bangunan publik lain pada umumnya.

### **Perbedaan *CrossFit* dengan *Fitness Konvensional***

Perbedaan pada *CrossFit* dengan *fitness konvensional* memiliki perbedaan pada jenis gerakan yang dilakukan. Dalam *CrossFit* gerakan yang digunakan adalah gerakan fungsional tubuh,

sedangkan untuk *fitness* konvensional gerakan yang dilakukan adalah gerakan pembentukan tubuh. *CrossFit* memiliki latihan yang sudah terprogram dan gerakan yang dilakukan memiliki intensitas yang tinggi. Program *CrossFit* sudah termasuk dengan kelas training sedangkan untuk *fitness* konvensional hanya sekedar sistem sewa pada peralatan yang digunakan atau penjualan member.

Pada *CrossFit* alat yang digunakan lebih sedikit untuk mendukung pergerakan secara fungsional yang bertujuan untuk menambah kekuatan tubuh dalam sistem latihan sirkuit dibandingkan dengan *fitness* konvensional dengan alat yang lebih berfokus pada pembentukan tubuh. Sistem program latihan *CrossFit* cenderung mirip dengan latihan militer.

#### **Sistem Pelayanan Fitness Center**

Sistem pelayanan pada *Fitness Center* berbasis *CrossFit* adalah diantaranya

- Tipe Dingin : sistem pelayanan dengan personil yang tidak terorganisir secara teratur, pelayanan *customer* yang kurang baik, kurang bertanggung jawab terhadap tugas, kurang menghargai, dan peduli terhadap pelayanan.
- Tipe Standard : Melayani *customer* secara baik, saling meghormati, efisien , konsisten pada tugas yang diberikan, bertanggung jawab terhadap tugas dan masalah..
- *Private Training* : pelatihan secara professional, meminimalisir hubungan kontak terhadap klien kecuali membutuhkan bantuan, bershababat

tetapi tidak terlalu intim, tepat waktu, memenuhi standar penampilan (sebagai contoh terhadap klien), kebersihan badan dijaga.

- *Classroom* : pelatihan secara profesional, meminimalisir hubungan kontak terhadap klien, antusias, program dijalankan sesuai perencanaan, tepat waktu, demonstrasi gerakan secara optimal, standar penampilan secara baik.

#### **Elemen Interior Area Fitness**

Elemen interior berperan penting dalam sebuah perancangan interior tempat *fitness* karena dapat menciptakan suasana yang diinginkan. Berikut elemen interior dalam ruang *fitness*

##### 1. Lantai

###### - Area *Fitness*

Pada area *fitness* tidak memerlukan pemakaian material yang elastis (*sprung*), tetapi pada ruang aerobik memerlukan penggunaan material yang elastis; karena gerakan-gerakan dalam aerobik seperti *low impact*, *high impact*, *martial art*, dan lain-lain menuntut pemakaian material yang elastis yang mendukung gerakan dan mengurangi adanya cedera pada persendian. Selain itu, penggunaan material yang elastis juga memberi pengaruh positif pada sisi akustik ruang. Contoh material elastis adalah parket, solid *rubber interlocking tiles* dengan ketebalan 1,2 cm, dan lain sebagainya. Untuk meningkatkan aspek peredaman suara, sebaiknya mengaplikasikan

lapisan *waterproof membrane* kemudian *polymeric flooring* setelah struktur beton lantai, dan kemudian barulah diberi lapisan dengan material elastis yang diinginkan (Ongko, C., Honggowidjaja, S.P., Mulyono, H., 2017).

- Area Yoga

Pada ruang yoga juga diperlukan material lantai dengan tingkat akustik tinggi, seperti karpet atau parket, karena aktivitas yoga bertujuan untuk keseimbangan jasmani dan rohani yang didalamnya terdiri dari kegiatan meditasi yang membutuhkan konsentrasi tinggi (Ongko, C., Honggowidjaja, S.P., Mulyono, H., 2017).

- Area Aerobik

Lantai aerobik sebaiknya menggunakan material yang elastis dan mendukung aspek akustik untuk menghindari terjadinya cedera pada peserta aerobik (Ongko, C., Honggowidjaja, S.P., Mulyono, H., 2017).

2. Dinding

Material pembentuk dinding harus tahan lama dan mudah dalam pembersihan dan perawatan. Pemakaian warna dalam dinding harus bisa menciptakan lingkungan atau atmosfer menarik dan mengundang (Ongko, C., Honggowidjaja, S.P., Mulyono, H., 2017).

3. Mekanikal Elektrikal

Rencana mekanikal elektrikal harus memenuhi standar keselamatan dan kesehatan

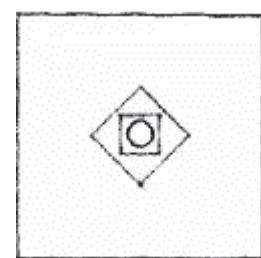
pengguna. Sebaiknya menyediakan jalur listrik untuk menghindari bahaya arus pendek dan memudahkan dalam perawatan dan perbaikan. Jalur listrik untuk peralatan *fitness* dan jalur listrik pada audio visual harus dipisahkan (Ongko, C., Honggowidjaja, S.P., Mulyono, H., 2017).

### Tata Letak dan Organisasi Ruang

Penataan ruang dalam suatu wilayah atau dalam suatu bangunan sendiri memiliki beberapa metode organisasi, diantaranya

1. Organisasi Terpusat

Suatu ruang sentral dan dominan yang dikelilingi oleh sejumlah ruang sekunder yang dikelompokkan. Pola sirkulasi dan pergerakan di dalam sebuah organisasi terpusat berbentuk radial, bolak-balik atau spiral. Namun, hampir pada setiap kasus, pola tersebut akan menghilang di dalam atau di sekeliling ruang terpusatnya (Ching, 2008).

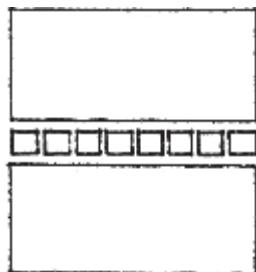


Gambar 1. Organisasi Terpusat  
Sumber: Ching, 2008

2. Organisasi Linier

Sebuah sekuen linier ruang-ruang yang berulang. Pada sebuah organisasi linier pada hakikatnya terdiri dari serangkaian ruang.

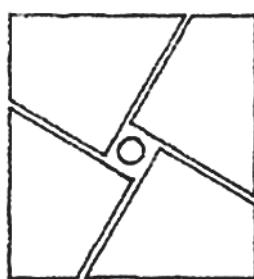
Ruang-ruang ini dapat secara langsung terkait secara satu sama lain atau dihubungkan melalui sebuah ruang linier yang terpisah dan jauh (Ching, 2008).



**Gambar 2.** Organisasi Linier  
Sumber: Ching, 2008

### 3. Organisasi Radial

Sebuah organisasi ruang berbentuk radial mengkombinasikan elemen-elemen organisasi linier maupun terpusat. Organisasi ini terdiri dari sebuah ruang pusat yang dominan yang darinya menjulurlah sejumlah organisasi linear secara radial (Ching, 2008).

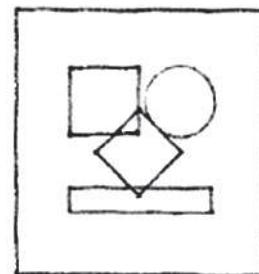


**Gambar 3.** Organisasi Radial  
Sumber: Ching, 2008

### 4. Organisasi Terklaster

Sebuah organisasi yang terklaster bergantung pada kedekatan fisik untuk menghubungkan ruang-ruangnya satu sama lain. Ruang-ruang terklaster dapat diatur mengelilingi sebuah titik

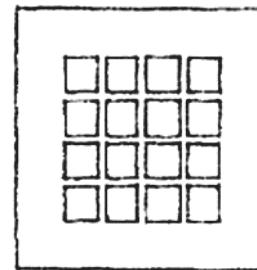
akses masuk ke dalam sebuah bangunan ataupun di sepanjang jalur pergerakan yang melaluiinya (Ching, 2008).



**Gambar 4.** Organisasi Terklaster  
Sumber: Ching, 2008

### 5. Organisasi Grid

Terdiri dari bentuk dan ruang yang posisi-posisinya di dalam ruang serta hubungannya satu sama lain diatur oleh sebuah pola atau area grid berbentuk tiga dimensi. Dalam arsitektur, sebuah grid umumnya dihasilkan oleh suatu sistem struktur rangka kolom dan balok (Ching, 2008).



**Gambar 5.** Organisasi Terklaster  
Sumber: Ching, 2008

### Konsep Modern Industrial

Industrial merupakan gaya interior yang terinspirasi dari pabrik industri abad ke-19. Sejarah konsep industrial sendiri memang diambil dari pengalaman orang Eropa yang

seringkali menggunakan bangunan bekas pabrik terbengkalai. Mereka akan membiarkan tampilan bangunannya tanpa dipoles atau diubah sedikitpun. Sehingga desain ini seolah menonjolkan sifat alamiah berbagai elemen yang menyusun bangunannya (Chairunisa, 2022).

Ciri-ciri dasar desain interior bergaya industrial menurut Voire (2018) adalah sebagai berikut:

1. Dominasi warna gelap dipadukan dengan warna netral lainnya.  
Tipe gaya industrial biasanya menggunakan warna-warna gelap, warna abu ataupun warna netral lainnya diantaranya warna favorit untuk gaya ini yaitu cokelat kayu, merah bata, dan warna hitam.
2. Menggunakan dinding bata  
Dinding bata adalah karakteristik yang dimiliki desain rumah gaya industrial. ciri khas yang melekat menampilkan visualisasi yang sangat atraktif.
3. Tampilan dinding yang tidak diselesaikan  
Bangunan dinding memang sengaja dibiarkan apa adanya tanpa polesan cat atau tanpa plesteran. Bukan hanya dinding bata yang terkesan estetik namun dinding dengan berwarna abu-abu ciri khas setelah disemipun menampilkan suasana interior yang terkesan adem dan sejuk.
4. Menerapkan lantai kayu atau beton  
Karakteristik lantai pada desain rumah gaya industrial yaitu menggunakan kayu atau beton. Dengan tampak kasar, ketidak sempurnaan dan tambalan menjadikan seni keindahan

yang dimiliki gaya ini.

5. Atap yang terbuka dengan langit-langit struktural seperti pipa.  
Kerangka ini merupakan ciri khas desain interior arsitektur industrial. Elemen struktural dan mekanik yang terbuka, dimana pipa-pipa, kerangka balok dilangit-langit tampak jelas yang pada gaya interior lain selalu disembunyikan, menjadi satu langkah paling berani.
6. Perpaduan unik antara kayu, metal, warna gelap dan elemen lainnya  
Tekstur kayu dengan permukaan kasar dan metal atau logam berkilau, sedikit berwarna hitam, warna emas atau tembaga merupakan ciri lain desain interior industrial.
7. Ruangan dengan pencahayaan yang baik karena menggunakan jendela yang berukuran besar  
Tipe desain interior industrial memiliki pencahayaan yang baik ketika siang hari, karena adanya jendela-jendela yang berukuran besar.
8. Perabotan dengan keseimbangan visual yang kontras dan menarik  
Untuk meja dan kursi biasanya berbentuk sederhana dengan bahan dasar kayu dipadukan dengan bahan metal.
9. Letak dekorasi dengan perabotan khas gaya industrial  
Dalam tata letak dekorasi desain interior industrial biasanya di tata agar perabotan khas gaya industrial terlihat hidup diantara dinding ruangan dengan kesan kaku dan dingin.

10. Memanfaatkan Barang-barang hasil Daur Ulang

Konstruksi yang kuat dari material ini sangat cocok digunakan untuk menjadi furnitur kreatif dan unik.

Desain interior industrial modern memiliki karakteristik yang sangat berbeda dari kebanyakan gaya interior lainnya. Gaya interior ini mengkombinasikan *raw material* /material mentah dengan yang halus, ramping, *vintage*, atau bahkan klasik. Furnitur dan aksesoris yang biasanya digunakan biasanya memiliki permukaan yang kasar, berbahan metal, kayu alami atau bahkan dengan bahan daur ulang. Untuk mendapatkan *style* interior bergaya industrial modern, yaitu dengan memadukan antara elemen lama dan baru. Namun bukan berarti hanya menyandingkan dan memadukan sekehendak hati. Kita mesti memahami betul kekhasan yang menjadi ciri khas *style* masing-masing.

Berikut ini merupakan contoh penerapan desain *CrossFit* dengan *style* industrial modern. Konsep interior dengan memadukan elemen lama dan mengkombinasikan elemen baru sesuai dengan fungsinya.



**Gambar 6.** Crossfit Dengan Konsep Industrial Modern  
Sumber: Archdaily, 2018

**Konsep *Design Behaviour***

Pendekatan desain yang berorientasi pada perilaku manusia adalah suatu pendekatan yang menjadikan perilaku sebagai faktor penting untuk dipertimbangkan dalam perencanaan interior secara spesifik berkait dengan subjek rancangan. Pendekatan tersebut diperlukan untuk mencapai kesesuaian antara produk/ interior dengan pengguna, kerana derajat kesesuaian antara produk dengan pengguna adalah indikator keberhasilan desain, baik dari sisi jenis ruang maupun bentuk ruang (Sunarmi, S., 2013).

Di dalam merancang suatu bangunan, seorang arsitek tentunya tidak mendasar pada imajinasinya sendiri. Hasil kreasi seorang arsitek membentuk suatu kesatuan yang harmonis dalam berbagai dimensi, terutama dimensi kenyamanan dan keamanan. Ketika merancang, seorang arsitek diandaikan membuat asumsi – asumsi tentang kebutuhan manusia, memperkirakan bagaimana manusia berperilaku, bergerak dalam lingkungannya, lalu memutuskan bagaimana bangunan tersebut dapat menjadi lingkungan yang sehat bagi manusia pemakainya. Berdasarkan hal itulah dapat disimpulkan bahwa antara arsitektur dan perilaku terdapat hubungan yang erat, hal ini dapat dilihat dari aspek – aspek pembentuk perilaku manusia akibat lingkungan atau bentuk arsitektur dan sebaliknya (Tandali, A. N., & Egam, P. P., 2011).

Tandali, A. N., & Egam, P. P. (2011) juga menyatakan bahwa terdapat hal-hal yang

perlu kita ketahui juga terkait perancangan fisik ruang yang mempunyai variabel- variabel yang berpengaruh terhadap perilaku penggunanya, yaitu

- Ukuran dengan bentuk ruang yang tidak tepat akan mempengaruhi psikologis dan tingkah laku penggunanya.
- Perabot dan penataannya. Perabot di buat untuk memenuhi tujuan fungsional dan penataannya mempengaruhi perilaku penggunanya.
- Warna memiliki peranan penting dalam penciptaan suasana ruang dan mendukung perilaku – perilaku tertentu. Warna berpengaruh terhadap tanggapan psikologis dan berpengaruh terhadap kualitas ruang.
- Suara, temperatur dan pencahayaan. Unsur-unsur ini mempunyai andil dalam mempengaruhi kondisi ruang dan penggunanya.

## METODE

Metode penelitian yang digunakan untuk pembahasan ini menggunakan kualitatif studi kasus. Penelitian dilakukan dengan cara mengamati aktivitas di area lokasi *CrossFit fitness* dan melakukan praktik gerakan-gerakan yang sesuai dengan kegiatan *CrossFit* itu sendiri.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Konsep Aplikasi Bentuk dan Bahan pada Pelingkup

Proyek yang dikerjakan merupakan rancangan arsitektur interior pada bangunan *CrossFit fitness center* yang berlokasi di area Kerobokan,

Bali. Luasan tanah yang akan dibangun untuk proyek *Fitness Center* Gu. Collective adalah 3400m<sup>2</sup>. *Fitness Center* ini didesain dengan tampilan industrial yang dipadukan dengan gaya *hypebeast* modern untuk menciptakan *CrossFit Fitness Center* modern eksklusif di Bali. Suasana untuk mendukung intensitas olahraga dan menarik pelanggan dari semua kalangan di Bali.

Aplikasi bentuk bangunan yang diterapkan pada *Fitness Center* Gu. Collective adalah bentukan secara geometri sebagai penyusun dasar dari bangunan ini mengikuti dari bentukan denah yang sudah dirancang. Bentukan ini terinspirasi dari bentuk *warehouse* atau disebut dengan gudang yang memiliki ruangan besar utama yang dapat difungsikan sebagai area kelas dan area *CrossFit*. Bahan pelingkup sekeliling eksterior menggunakan material dari container yaitu dinding yang di *finish* dengan galvalum yang memiliki tekstur bergelombang. Bentukan ini sesuai dengan nama yang digunakan pada bangunan *CrossFit* yaitu “*CrossFit Box*” dengan ada nya kata “*Box*” yang memiliki arti kotak sebagai bentuk utama.



**Gambar 7.** Eksterior Bangunan  
Sumber: Data Olahan Pribadi, 2021

### **Pola Sirkulasi Ruang**

Pola sirkulasi ruangan yang bertujuan untuk memudahkan akses kepentingan dari hubungan antar ruang, sehingga membuat ruangan yang fleksibel dan memudahkan untuk kelancaran kegiatan didalamnya. Berikut adalah data pola sirkulasi ruangan di area *Fitness Center Gu. Collective*:

- *Customer* :

Datang – *Lobby* – *Loker room* – *CrossFit Box* / *Obstacle/ GFC/ Pool Area* – *Loker room* – pulang

- *CEO* :

Datang – *Office* – *CrossFit Box* – *Office* – Pulang

- *Coach dan PT* :

Datang – *Locker Room* – *Office* – *CrossFit Box* / *GFC/Pool Area* – *Locker room* – *Office* – Pulang

- *Staff CS, Sales, Marketing* :

Datang – *Lobby* – *Office* – *CrossFit Box* – *Lobby* – Pulang

- *Sanitasi* :

Datang – *Lobby* – *janitor* – *CrossFit Box/Pool Area/ GFC* – *Janitor* - Pulang

### **Pengelompokan Ruangan**

Pengelompokan ruangan pada bangunan *Fitness Center Gu. Collective* dibagi menjadi 2 ruangan yaitu areal publik dan area privat. Berikut adalah pembagian ruangan :

*Publik & Fitness room* :

Jalur sirkulasi yang dilewati pengunjung maupun staf didalam bangunan

- *CrossFit Box*
- *Pool Area*

- *Strong man area*

- *Free weight area*

- *Group fitness class*

- *Lobby*

- *Locker room*

### **Privat Area :**

Jalur sirkulasi yang hanya dapat digunakan oleh staff maupun orang yang memiliki kepentingan bisnis tertentu

- *Office*

- *Receptionist*

- *Janitor*

- *Storage*

- *Locker Room*

### **Besaran Ruang**

Berikut adalah besaran ruangan yang dibutuhkan pada bangunan “Gu. Collective” *CrossFit Center* adalah :

- *CrossFit Boxes* : ± 150-300 m<sup>2</sup>

- *Lobby* : ± 70m<sup>2</sup>

- *Office lantai 1* : ± 80m<sup>2</sup>

- *Office Lantai 2* : ± 60 m<sup>2</sup>

- *Pool area* : ± 100m<sup>2</sup>

- *Obstacle Course* : ± 100 - 200m<sup>2</sup>

- *GFC (Group Fitness Class)* : ± 50-90 m<sup>2</sup>

- *Locker room* : ± 80-100m<sup>2</sup>

- *FreeWeight* : ± 100 m<sup>2</sup>

### **Analisis Ruang**

Hasil dan analisis yang telah dilakukan terkait perancangan desain *Fitness Center* dengan tema *CrossFit* yang masih termasuk jenis olahraga

baru di Indonesia. Ruangan yang dibutuhkan untuk membuat *CrossFit Fitness* adalah:

- **Ruang Crossfit Utama**  
Area tanpa Batasan ruang yang luas untuk mendukung Gerakan aktivitas *CrossFit* serta kelas *CrossFit* di dalam nya serta beberapa alat seperti *rig*, *Barbell*, *rope*, dsb.
- **Ruang Loker**  
Tempat penyimpanan, toilet serta *shower area* untuk pengguna fasilitas *fitness center*.
- **Weight room** : Ruangan yang berfungsi untuk kebutuhan angkat beban ringan hingga *deadlift*.
- **Pool Area** : Kolam renang untuk relaksasi maupun olah raga air.
- **Yoga & Aerobic Room** : Ruangan kosong dengan dinding kaca untuk mendukung sesi kelas didalamnya.
- **Lobby** : Area administrasi untuk pengguna
- **Lapangan** : Area latihan outdoor

Berikut ini merupakan pembagian ruang dari *Crossfit Fitness*.



**Gambar 8.** Pembagian Ruang *CrossFit Center*  
Sumber: Data Olahan Pribadi, 2021

### Konsep Aktivitas Ruang

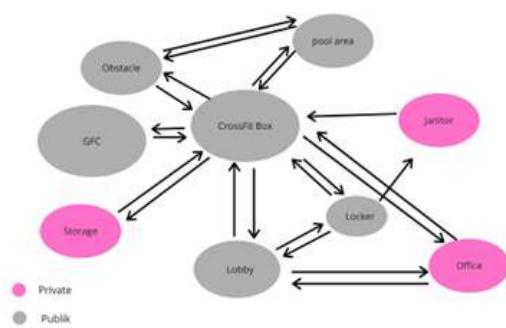
Konsep *fitness* yang digunakan adalah *Community-Based Fitness* yang merupakan suatu konsep dimana komunitas memberikan *support*, *sense of belonging* (diterima dalam suatu kelompok), *place to share common interest and goals with other interest* ( wadah berdiskusi untuk mencapai tujuan bersama).

- **Sense of Belonging**  
Sebuah pemikiran dimana anggota merasa diterima didalam sebuah kegiatan *fitness* biasa berupa bentuk dukungan.
- **Social Support**  
Seperti pada fungsinya “*Support*” yaitu saling memberikan dukungan terhadap sesama anggota kelompok didalamnya yang menyebabkan terbentuknya sebuah tim.
- **Common Interest and Goals**  
Sebuah tim dirancang karena memiliki tujuan, visi, dan misi yang sama. Sama seperti pada *CrossFit* dimana tujuan yang dimiliki sama yaitu bekerja keras, *healthy lifestyle*, dan *body goals*.

### Organisasi Ruangan

Organisasi ruangan yang digunakan pada *CrossFit GU. Collective* menggunakan konsep organisasi radial dimana segala ruangan terhubung dengan ruangan dengan aktivitas vital yang berada di tengah ruangan yang bernama *CrossFit Box*. *CrossFit Box* merupakan ruangan utama *fitness* yang berisi peralatan dan dapat berfungsi sebagai aula untuk kegiatan pengajaran kelas yang nantinya akan bercabang menuju

ke area-area ruangan sesuai dengan jenis dan fungsi kelas yang ditawarkan (yoga, *weightlifting*, *water training*, dll).



**Gambar 9.** Organisasi Ruang CrossFit Fitness  
Sumber: Data Olahan Pribadi, 2021

### Aplikasi Furnitur

Dalam pembangunan *fitness* terdapat alat-alat perabot standar yang harus dipenuhi agar sesuai dengan kelengkapan yang mendukung kegiatan didalam *CrossFit* seperti *equipment standard* dan beberapa peralatan *custom furniture* didalamnya. Berikut adalah jenis-jenis peralatan pada interior *CrossFit* :

- *Olympic Weightlifting Barbells* (20kg)
- *Bumper Plates* (bebani *barbell*)
- *CrossFit Rig* (gerakan *pull ups*, *muscle up*, *toast to bar*, dsb)
- *Concept 2 Rower* (untuk gerakan menarik)
- *GHD* (untuk *Pull Ups*)
- *Kettlebells* (bebani untuk *squat*)
- *Medicine Balls* (bola berisi pasir)
- *Assault Bike* (untuk melatih otot paha)
- *Rope Climb* (untuk melatih otot perut serta tangan)

- *Speed Rope/ Skipping rope* (untuk melatih koordinasi tubuh )
- *Tyre* (Putar balik roda truk)
- *Sled* (alat untuk mendorong beban)
- *Battle rope* (untuk melatih otot tangan)
- *Dumbell*
- *Olympic ring* ( untuk melatih otot tangan dan perut)
- *TRX Rope* ( untuk push ups, pull ups)
- *Plyo Box* (untuk melatih kekuatan kaki)
- *Yoke Bar* (untuk melatih otot kaki serta perut)

### Konsep Aplikasi *Finishing*

#### 1. Dinding

Aplikasi *finishing* yang digunakan pada interior dinding yaitu penggunaan *finishing* cat sesuai dengan warna logo dari Gu.Collective yaitu warna abu-abu serta neon green. Tujuan menggunakan dua warna tersebut untuk menunjukkan identitas brand dari logo Gu.Collective serta menciptakan warna yang kontras pada bagian interior. Dinding juga menggunakan material *finishing* dengan berbagai macam bentuk mural seperti garis-garis barcode maupun kata-kata motivasi yang digunakan sesuai dengan target pasar yang dituju yaitu *Fitness Enthusiast* dan golongan-golongan muda.



**Gambar 10.** Area Lobby Fitness Center Gu. Collective  
Sumber: Data Olahan Pribadi, 2021

Terdapat juga *finishing* dinding beton pada satu area tertentu menggunakan *concrete tile*. *Finishing* dinding keramik *glossy* digunakan pada area dengan tingkat kelembapan yang tinggi seperti ruang loker dan toilet agar tidak terjadi kerusakan akibat terkena air secara terus menerus.



**Gambar 11.** *Finishing Dinding CrossFit Area (Sprint Track)*  
Sumber: Data Olahan Pribadi, 2021



**Gambar 12.** *Finishing Dinding OfficeArea*  
Sumber: Data Olahan Pribadi, 2021

## 2. Lantai

Aplikasi *Finishing* pada lantai yang digunakan sesuai dengan standar *fitness* pada umumnya yaitu menggunakan parket karet pada bagian ruang utama *fitness*, dengan tujuan agar tidak menimbulkan kerusakan terhadap lantai maupun kecelakaan pengguna ruangan di dalam. Tekstur yang kasar serta memiliki busa yang cukup tebal dapat meredam suara dan *impact* yang dihasilkan dari kegiatan seperti menjatuhkan beban, lompat, lari, dan untuk menghindari terjadinya tergelincir. Untuk bagian area kelas yoga (GFC),

kantor menggunakan *vinyl* kayu terang agar memperlihatkan suasana yang cerah, tidak licin, dan tidak menciptakan kebisingan yang keras. Untuk area loker dan toilet menggunakan bahan lantai dengan keramik kasar ataupun plaster beton kasar untuk menghindari lantai yang licin akibat terkena air. Bagian dak kolam renang menggunakan kayu besi karena memiliki tekstur yang kasar serta tahan dalam kondisi *outdoor*.



**Gambar 13.** *Finishing Lantai Parket Karet di Ruang Utama Fitness*  
Sumber: Data Olahan Pribadi, 2021



**Gambar 14.** *Finishing Lantai Vinyl Kayu di Area Kelas Yoga*  
Sumber: Data Olahan Pribadi, 2021



**Gambar 15.** *Finishing Lantai Vinyl Kayu di Area Office*  
Sumber: Data Olahan Pribadi, 2021



**Gambar 16.** Finishing Lantai Area Loker  
Sumber: Data Olahan Pribadi, 2021



**Gambar 17.** Finishing Lantai Area Dak Kolam Renang  
Sumber: Data Olahan Pribadi, 2021

### Konsep Aplikasi Karakter Gaya dan Suasana Ruang

Gaya atau disebut *style* pada ruangan merupakan salah satu faktor yang menentukan suasana *ambience* di dalam ruangan. *CrossFit Box* ini menggunakan gaya yaitu modern industrial pada interior ruangannya. Penggunaan gaya industrial digunakan sebagai salah satu standar *ambience* pada *CrossFit*.

Bagian-bagian pelingkup pada interior dibuat seperti bangunan gudang dan diberikan sentuhan modern seperti permainan LED *lights* serta ornamen-ornamen industrial pendukung (plafond ekspos, jalur ME ekspos, jaring-jaring plafond, rangka baja, dan *finishing* natural). Penggunaan

*style* ini bertujuan agar dapat mendukung suasana “*Workout*” serta memberikan kesan *energetic* pada serta memberikan semangat untuk pelanggan *fitness* yang sedang melakukan kegiatan olahraga.



**Gambar 18.** Crossfit Style Modern Industrial  
Sumber: Data Olahan Pribadi, 2021



**Gambar 19.** Weight Area  
Sumber: Data Olahan Pribadi, 2021



**Gambar 20.** Area Lapangan Outdoor  
Sumber: Data Olahan Pribadi, 2021

### KESIMPULAN

Konsep yang digunakan yaitu “*Community Based Gym*”. Dimana *fitness center* yang

dibangun bertujuan untuk kepentingan bersama. *Fitness* yang dibangun masuk kedalam kategori “*CrossFit*” yaitu olahraga yang melatih kekuatan tubuh manusia yang dilakukan dengan gerakan fungsional (gerakan dalam kehidupan sehari-hari). Kebutuhan ruangan di dalam bangunan *fitness* ini meliputi *crossfit box* sebagai area aula utama, *weight area* sebagai area untuk olahraga angkat beban, *GFC* sebagai ruangan yoga atau ruang kaca, *sprint track* untuk olahraga kaki, *Field training* untuk latihan fungsional *outdoor*, *swimming pool* untuk latihan pernafasan serta pendinginan tubuh, *locker room* untuk ruang ganti meliputi *shower*, *toilet*, *loker*, kantor untuk tempat kerja staf dan karyawan, serta *lobby* untuk menerima anggota baru maupun lama.

Adanya saran bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti tentang bisnis *sport architecture* selanjutnya adalah:

- a. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan survei lebih detail dengan wawancara dengan narasumber yang ahli dibidang nya maupun melakukan survei kegiatan yang berada di lokasi.
- b. Peniliti selanjutnya diharapkan memiliki pengetahuan dibidang *sports* yang baik serta mengkaji lebih banyak sumber tentang berita, tren, maupun praktik olahraga agar saat merancang pembangunan dapat mengetahui fungsi-fungsi ruangan yang dapat membantu kegiatan olahraga tersebut baik secara furnitur yang diperlukan maupun suasana ruangan tersebut.

## REFERENSI

- Archdaily. (2018). *SuperForce CrossFit / Grupo Nuvem Arquitetura*. <https://www.archdaily.com/907035/superforce-crossfit-grupo-nuvem-arquitetura>. (Diakses 3 Mei 2021).
- Chairunisa. (2022). *Gaya Industrial, Konsep Arsitektur Modern yang Sederhana Namun Penuh Estetika*. <https://dailysocial.id/post/gaya-industrial>.
- Ching, D.K., (2008). *Arsitektur: Bentuk, Ruang, dan Tatanan*. Edisi Ketiga. Erlangga. Jakarta.
- Koloay, K., Sompie, S. R., & Paturusi, S. D. (2020). Rancang Bangun Aplikasi Fitness Berbasis Android (Studi Kasus: Popeye Gym Suwaan).
- Kusuma, L. S. W., & Jamaludin, J. (2022). Metode Latihan Sirkuit Dan Crossfit Sebagai Program Pembinaan Fisik Bulutangkis. *JUPE: Jurnal Pendidikan Mandala*, 7(3).
- Nugraha, Faizal Eka. (2021). Pengaruh Latihan Beban Melalui Metode Circuit Training Dan Super Set Terhadap Penurunan Berat Badan Dan Presentase Lemak Pada Member Eka Gym Sport Center. *Jurnal Indonesia*, Vol. 6 No. 9 Hal. 16-28. Rumah Guru Konsultan Pendidikan Yayasan Global Bakti Asih Bandar Lampung, Bandar Lampung.
- Ongko, C., Honggowidjaja, S.P., Mulyono, H. (2017). Perancangan Interior One Stop Fitness di Surabaya. *Intra*, 5(2), 790-797.

- Prawira, Aditya Eka. (2014, 18 Februari). 'Crossfit', *Lebih dari Sekadar Fitness Biasa*. <https://www.liputan6.com/health/read/830026/crossfit-lebih-dari-sekadar-fitness-biasa>. (Diakses 16 Juni 2021).
- Sunarmi, S. (2013). Pendekatan Pemecahan Desain Interior Rumah Tinggal. *Ornamen*, 10(1).
- Tandali, A. N., & Egam, P. P. (2011). Arsitektur berwawasan perilaku (behaviorisme). *Media Matrasain*, 8(1).
- Voire Project. (2018). *10 Ciri Desain Interior Industrial Dan Konsepnya*. <https://www.vioreproject.com/artikel/post/ciri-desain-interior-industrial/>. ( Diakses 4 Mei 2021).