

Fasilitas Kebugaran dan Sosialisasi bagi Komunitas Werda di Surabaya

Silvia Wijaya dan Lilianny S Arifin
 Program Studi Teknik Arsitektur, Universitas Kristen Petra
 Jl. Siwalankerto 121-131, Surabaya
 E-mail: s1lvia_w@hotmail.com ; lili@petra.ac.id

Abstrak—Fasilitas Kebugaran dan Sosialisasi bagi Komunitas Werda di Surabaya merupakan fasilitas khusus untuk para lanjut usia (lansia) dimana mereka dapat beraktivitas serta bersosialisasi dengan sesamanya sehingga mereka bisa tetap sehat dan tidak merasa kesepian. Fasilitas ini terdiri dari fasilitas member dan non member. Fasilitas member terdiri dari fasilitas olahraga, hobi, relaksasi, kumpul dan fasilitas istirahat. Fasilitas nonmember terdiri dari klinik, restaurant, mini market, ruang serbaguna, dan ruang pertunjukan. Dalam merancang fasilitas ini, digunakan pendekatan perilaku dimana lansia senang bersosialisasi dan mereka pun butuh untuk bersosialisasi. Sosialisasi ini ditunjukkan dengan bentuk bangunan serta pengaturan interior yang mendukung agar terwujud sosialisasi yang baik dengan sesama dan alam. Pendalaman karakter ruang dipilih untuk menghasilkan sebuah interior yang disesuaikan dengan kebutuhan lansia, mulai dari material, warna material, kesan material terhadap fungsi ruang, dan perabot yang digunakan.

Kata Kunci—Kebugaran dan sosialisasi, lansia, pendalaman karakter ruang, pendekatan perilaku, werda.

I. PENDAHULUAN

Dengan bertambahnya usia seseorang, maka kondisi fisik juga akan mengalami penurunan antara lain tubuh yang semakin melemah, metabolisme tubuh yang semakin lambat, dan kemampuan pancaindra yang semakin menurun.



Gambar. 1. Lansia yang mengalami rasa kesepian.

Sumber: <http://longtermcareleader.blogspot.com/2012/07/senior-loneliness-consequences-and.html> (kiri)

<http://andrewgwynne.co.uk/2012/12/07/loneliness-poses-risk-to-elderly-indenton-and-reddish-gwynne/> (kanan)

Selain penurunan kondisi fisik, terjadi pula penurunan kondisi psikologis dan sosial meliputi rasa kesepian yang timbul karena di usia yang telah senja, teman-teman yang sebaya semakin berkurang dikarenakan kematian dan jarang nya kontak, lingkungan sekitar yang

kurang mendukung, dan bagi lansia yang sudah tidak bekerja dan tinggal bersama dengan anak dan cucunya, kemungkinan besar anak dan cucunya sibuk bekerja dan bersekolah sehingga sebagian besar waktu mereka hanya menganggur di rumah sendirian, dan bagi lansia yang tinggal sendiri dan telah kehilangan pasangannya, mereka akan mengalami kesepian yang mendalam.

Karena hal inilah, maka timbul pemikiran untuk merancang suatu fasilitas khusus bagi lansia dimana mereka dapat beraktivitas dan bersosialisasi sehingga kebutuhan fisik, psikologis dan sosial lansia diharapkan dapat terpenuhi sehingga mereka dapat menjadi lansia yang sehat, aktif, mandiri serta produktif.



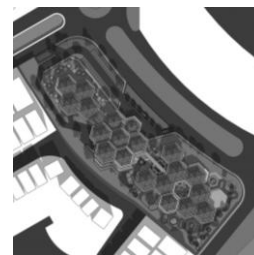
Gambar. 2. Lansia yang melakukan aktivitas bersama dengan teman sebayanya.

Sumber: <http://www.seniorclubindonesia.com/photo.htm>

Sasaran dari fasilitas ini adalah mereka yang berusia 60 tahun ke atas dengan kondisi sehat dan aktif, maupun memiliki cacat fisik (menggunakan tongkat, walkers, kursi roda). Dalam merancang fasilitas ini kebutuhan dan keterbatasan lanjut usia perlu diperhatikan agar mereka dapat merasa nyaman dalam beraktivitas.

Fasilitas ini terletak di jl. Kejawan Putih Mutiara, Pakuwon City, Kelurahan Kejawan Putih Tambak, Kecamatan Mulyorejo, Surabaya Timur.

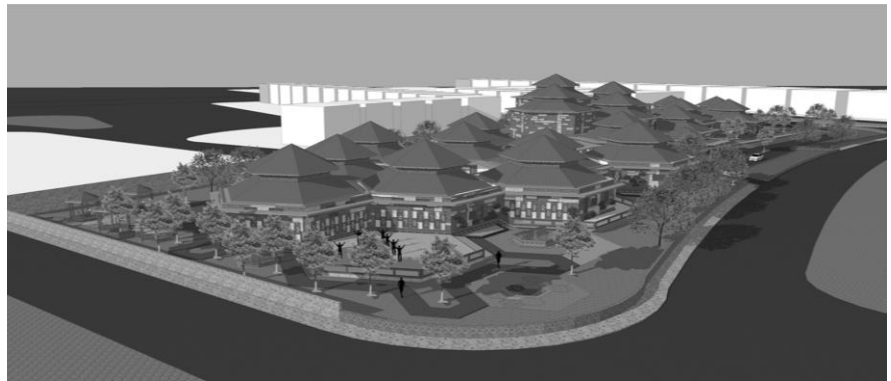
II. DESKRIPSI PROYEK



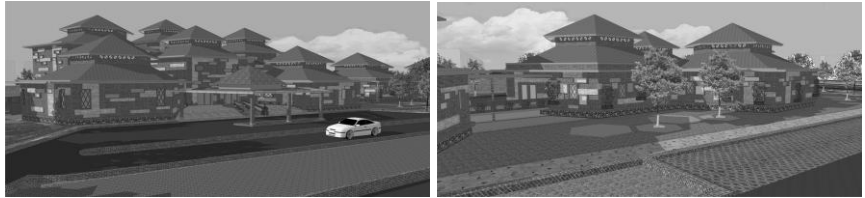
Gambar. 3. Site Plan

Fasilitas terdiri dari fasilitas untuk member dan non member. Fasilitas Member antara lain olahraga (yoga, senam taichi, berkebun, jogging track), relaksasi (salon kecantikan, spa, massage, sauna), hobi (memasak/membuat kue, komputer, prakarya, lukis, dansa dan - musik, karaoke-mini theatre), kumpul (sharing, rapat, dsb), istirahat santai (tidur siang, duduk santai sambil refleksi kaki).

Fasilitas Non Member antara lain klinik (laboratorium klinik (check up) dan klinik), restaurant (dengan ruang VIP untuk arisan, reuni,dsb), minimarket, apotek, r.serbaguna, r.pertunjukan.



Gambar 4. Fasilitas Member



Gambar. 5. Fasilitas Non Member

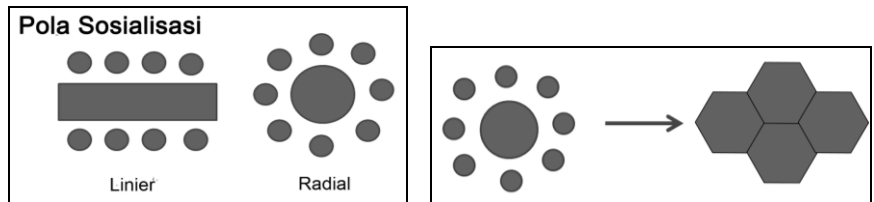
III. KONSEP PERANCANGAN

Menurut I. Rosow (1967), interaksi sosial yang terbaik dan kebahagiaan yang terbesar pada lanjut usia adalah ketika mereka tinggal dan bersosialisasi bersama lanjut usia lainnya.

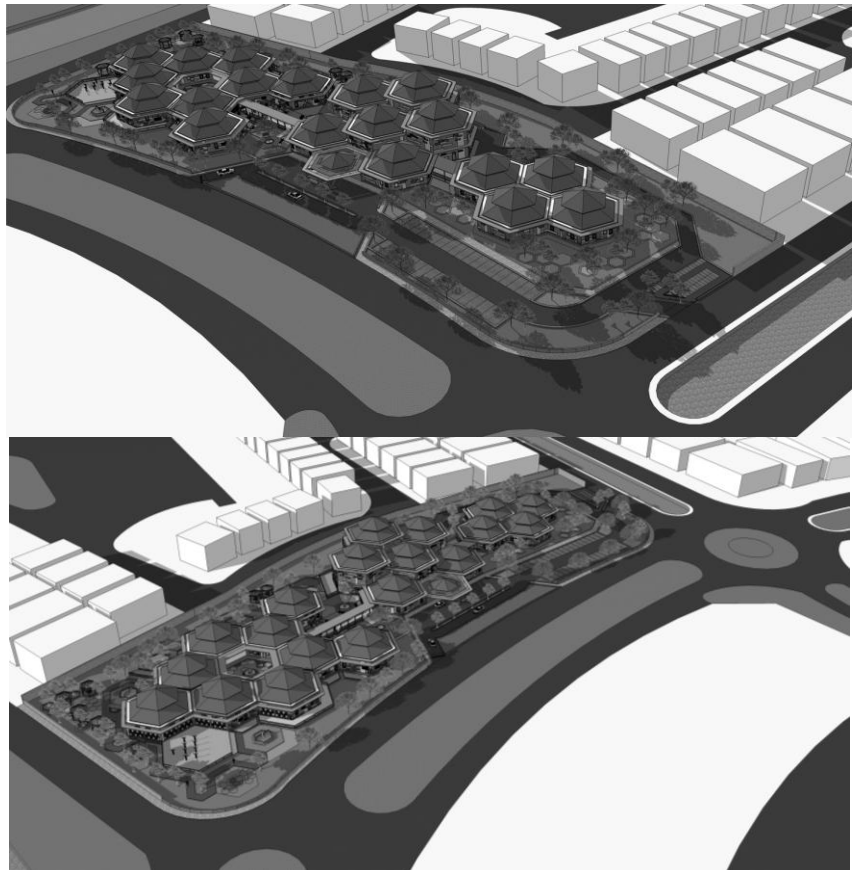
Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan perilaku dimana pola sosialisasi radial lebih nyaman saat orang berkomunikasi/berdialog karena tatanannya yang mengelompok.

Konsep desain yang digunakan yaitu "Sosialisasi" yang dijabarkan sebagai pengaturan yang berkelompok, adanya ruang bersama, dan sosialisasi dengan alam.

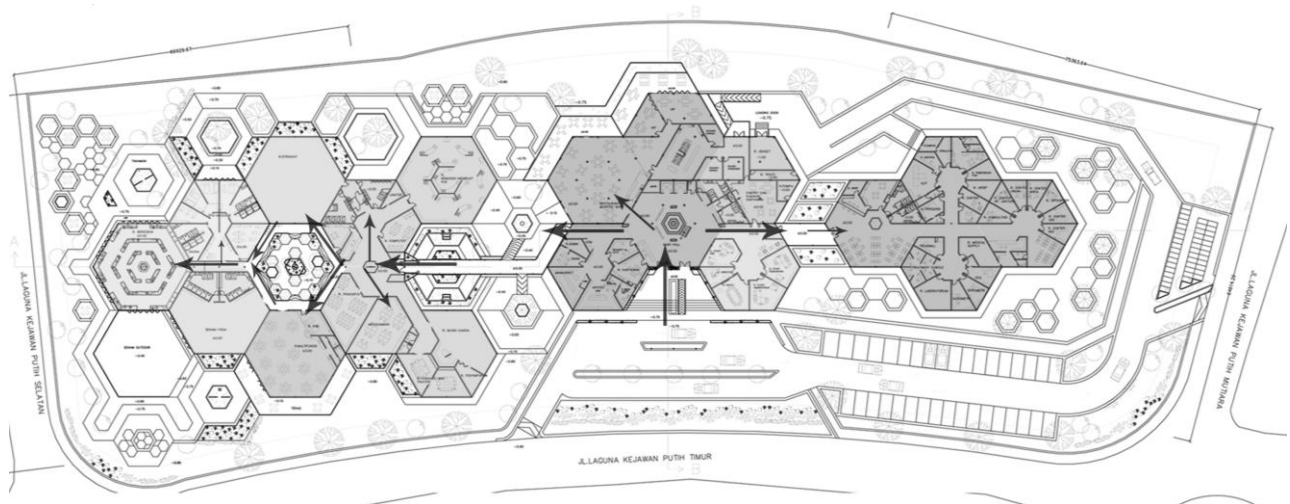
Dari pola radial kemudian diubah menjadi bentuk segienam karena karakternya yang mirip dengan lingkaran, yaitu memiliki orientasi terpusat/radial. Selain itu dengan menggabungkan bentuk segienam, tercipta sebuah massa yang berkelompok dan kompak serta saling mengisi satu sama lain seperti pada sebuah sosialisasi.



Gambar. 6. Pola radial (kiri). Pola radial diubah menjadi bentuk segienam (kanan).



Gambar. 7. Aplikasi bentuk ke dalam desain.



Gambar. 8. Zoning dan Sirkulasi. Zoning dibagi menjadi zoning member dan non member. Sirkulasi yang digunakan adalah radial.

Adanya perubahan kemampuan motorik pada lansia yaitu menurunnya kekuatan dan tenaga sehingga sirkulasi yang digunakan adalah sirkulasi radial dimana sirkulasi ini akan menghasilkan jarak capai yang lebih pendek dibandingkan jika menggunakan sirkulasi linier.

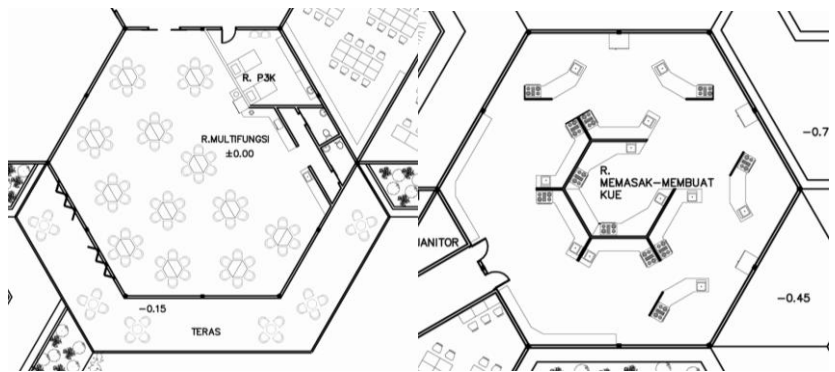
Entrance ditegaskan dengan adanya kanopi. Pengunjung disambut dengan kolam serta tanaman yang memberikan kesan natural dan menyambut.

Façade terdiri dari material bata, batu alam, kayu serta tanaman yang memberikan suasana hangat, akrab dan natural.

Pengaturan perabot yang sociopetal mempermudah komunikasi sehingga akan meningkatkan interaksi antara seseorang dengan orang lain (Osmond, Humprey. 1957).



Gambar. 9. Entrance.



Gambar. 10. Ruang kumpul (kiri) dan Ruang memasak (kanan).



Tampak Timur Laut

Gambar. 11. Façade keseluruhan.



Tampak Bangunan Member

Gambar. 12. Façade Fasilitas Member.

Lorong penghubung antar massa memiliki warna warm bright yang secara psikologi dapat membuat orang melaluinya lebih cepat (Baucom, Alfred H., 1996), selain itu dipercaya bahwa memberikan akses terhadap pencahayaan alami dan pemandangan ke alam akan memperpendek waktu perjalanan yang dirasakan lansia (Hodgson, Dorsky dan Yue, Parrish). Di sepanjang lorong terdapat railing yang berguna saat lansia membutuhkan pegangan agar tidak mudah jatuh dan membantu bagi difabel.

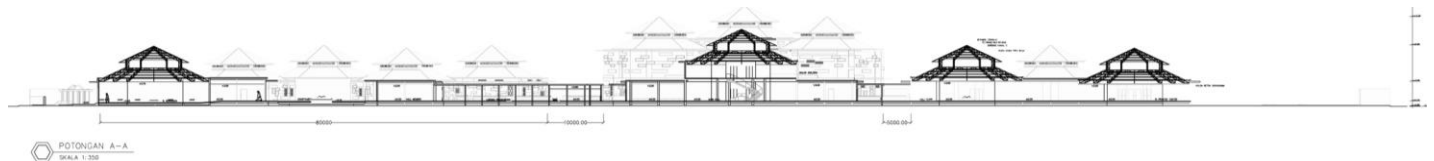
Lansia mengalami kemunduran kondisi fisik, sehingga keseimbangan tubuh berkurang dan bisa jatuh, selain itu daya akomodasi dari ruang terang ke gelap dan sebaliknya berkurang. Lantai memiliki perbedaan ketinggian level yang kecil, cenderung rata sehingga tidak membahayakan lansia yang penglihatannya semakin berkurang dan tidak membuat orang mudah tersandung. Material lantai memiliki finishing matte agar tidak membuat glare pada penglihatan selain itu material lantai merupakan material antislip/tidak licin agar lansia tidak mudah terpeleset.



Gambar. 13. Lorong penghubung.



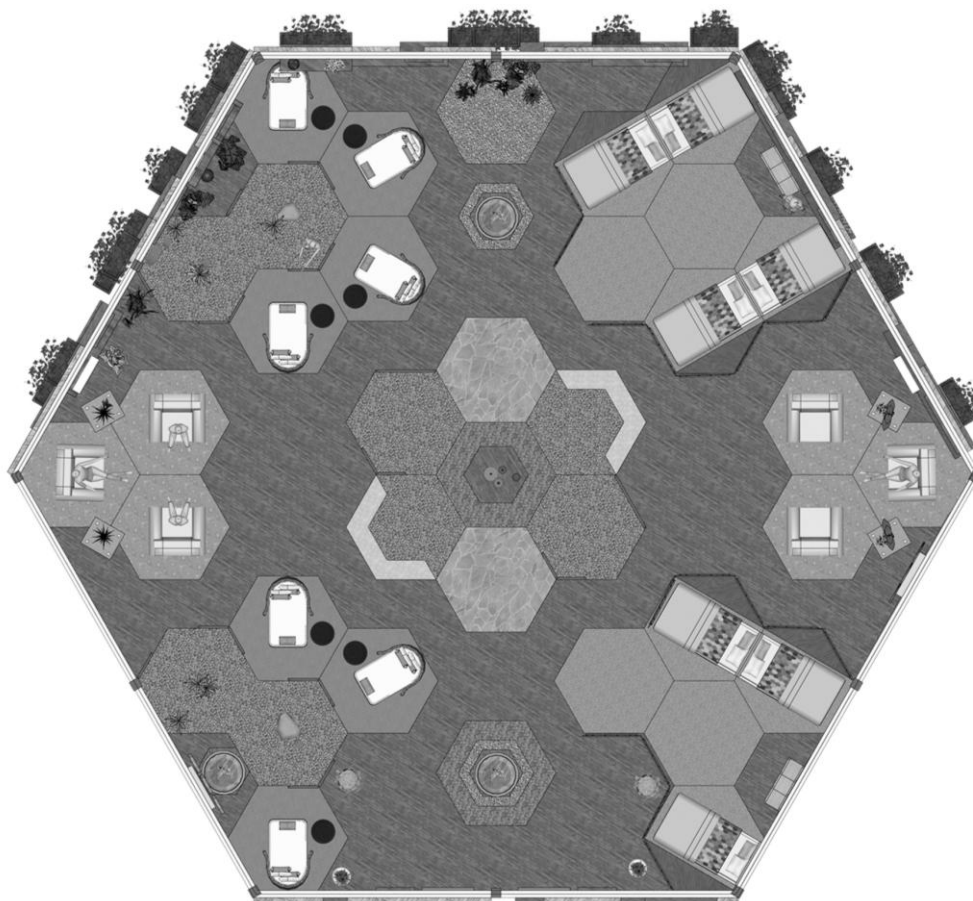
Gambar. 14. Taman (kiri) dan lorong penghubung ke klinik (kanan).



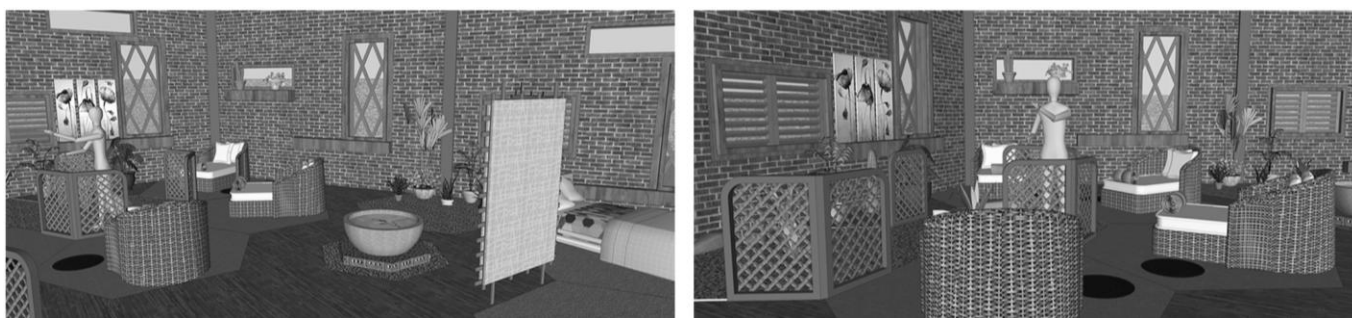
Gambar. 14. Potongan Site.

IV. PENDALAMAN KARAKTER RUANG: RUANG ISTIRAHAT SANTAI

Lansia memiliki keterbatasan fisik sehingga lebih mudah merasa lelah. Dengan melakukan berbagai kegiatan selama di fasilitas ini tentu lansia membutuhkan ruang yang dapat digunakan untuk beristirahat, baik tidur siang, duduk santai, dan melakukan refleksi kaki. Konsep yang ingin diterapkan yaitu *Natural* yang menghadirkan suasana alami sehingga lansia dapat merasa rileks.



Gambar. 15. Denah Pendalaman Ruang Istirahat Santai



Gambar. 16. Interior Ruang Istirahat Santai

Terdapat elemen air dan tanaman > natural, rileks.

Material lantai:

- Parket kayu > natural, hangat.
- Karpet (hijau, biru, cokelat) > nyaman, rileks.

Penggunaan warna oranye dapat meningkatkan indera perasa, penciuman dan pendengaran dan meningkatkan gerakan tubuh (Baucom, A.H., 1996).

Terdapat handrail (810-900 mm), serta kursi berelangan > disesuaikan dengan kebutuhan lansia.



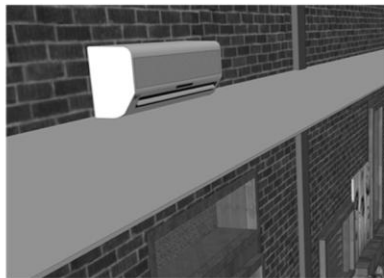
Gambar. 17. Interior Ruang Istirahat Santai

Penggunaan warna dingin (cool colors) sebaiknya digunakan pada ruang yang digunakan dalam waktu cukup lama (Baucom, A.H., 1996).

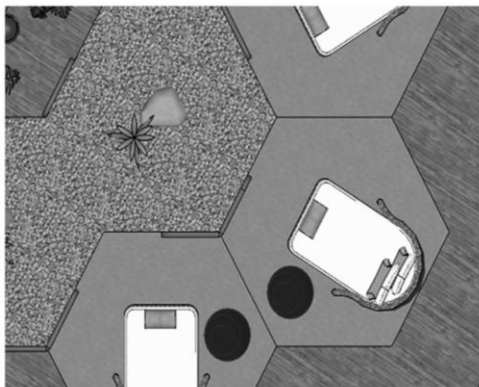
Warna antara dinding dan perabot terhadap lantai kontras> agar perabot mudah terlihat dalam penglihatan lansia.



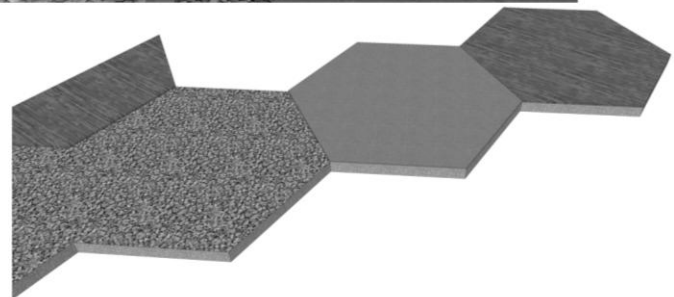
Gambar. 18. Potongan Interior



AC diletakkan di atas *plafond* (diberi sekat *horizontal*) sehingga angin yang keluar tidak mengenai badan secara langsung.



Lantai terdiri dari beberapa jenis yaitu parket, karpet, dan batu-batuan. Karpet dan parket letaknya satu level sehingga tidak membuat orang tersandung.



Gambar. 19. Letak AC dan material lantai.

DAFTAR PUSTAKA

Rujukan

- Agustin, S. "Perbedaan Subjective Well-Being Pada Lansia Ditinjau dari Kepribadian dan Tempat Tinggal." Tugas akhir, tidak dipublikasikan, Program Studi Psikologi, Universitas Surabaya, Surabaya, 2009.
- Baucom, Alfred H. *Hospitality Design for The Graying Generation*. Canada: John Wiley & Sons, Inc, 1996.
- Canfield, Jack, et al. *Chicken Soup for the Golden Soul*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2000
- Sorensen, Robert James. *Design for Accesibility*. USA: McGraw-Hill Book Company, 1979.
- The American Institute of Architects. *Design for Aging Review 9*. Australia: The Images Publishing Group Pty Ltd, 2008.

Publikasi

- "Facebook dan youtube membantu otak lansia tetap aktif." *Dailymail*. 13 April 2012. 13 Juli 2012. <<http://www.forumbebas.com/thread-161829.html>>.
- Howard, Jeff. "Sociofugal vs Sociopetal Space." *Design for service*. Februari 2008. 7 September 2012. <<http://designforservice.wordpress.com/2008/02/09/sociofugal-and-sociopetal-space/>>.
- "Lansia." *Referensi Kesehatan*. 15 April 2008. 13 Juli 2012. <<http://creasoft.wordpress.com/2008/04/15/lansia/>>.
- "Lansia bisa tetap cerdas dengan olahraga dan gaul." *Republika Online*. 10 Juni 2009. 8 Juli 2012. <<http://www.republika.co.id/berita/trendtek/sains/09/06/10/555-51-lansia-bisa-tetap-cerdas-dengan-olahraga-dan-gaul>>.
- Lawang, Radjiman Wediodiningrat. "Menjaga Otak Tetap Sehat dan Aktif." *PKRS RS Jiwa Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang*. 16 Maret 2012. 13 Juli 2012. <<http://pkMrs.blogspot.com/2012/03/menjaga-otak-tetap-sehat-dan-aktif.html>>.
- Maller, Cecily, et al. "Healthy nature healthy people: 'contact with nature' as an upstream health promotion intervention for populations." *Oxford Journals: Health Promotion International* (Desember 2005). 30 Agustus 2012. <<http://heapro.oxfordjournals.org/content/21/1/145.full>>.
- "Pandangan Etnik Terhadap Lansia dan Kedudukan Lansia dalam Masyarakat." *WordPress.com weblog*. 8 Juli 2009. 13 Juli 2012. <<http://niandre7lovely.wordpress.com/2009/07/08/pandangan-etnik-terhadap-lansia-dan-kedudukan-lansia-dalam-masyarakat/>>.
- Tenggara, JB. "Elderly Exercise: Latihan Sesuai Kondisi Medis Tertentu, Bagian 2." *Duniafitness.com*. 30 November 2009. 13 Juli 2012. <<http://duniafitnes.com/health/elderly-exercise-latihan-sesuai-kondisi-medis-tertentu-bagian-ii.html>>.
- Vineet, S. "Effects of Nature On Our Mental Health." *Ezine@rticles*. Desember 2007. 30 Agustus 2012. <<http://ezinearticles.com/?Effects-of-Nature-On-Our-Mental-Health&id=888202>>.