

BAB II



BAB II

TINJAUAN UMUM ASRAMA ATLET DAN ASRAMA ATLET DI KAWASAN GOR BUMI SRIWIJAYA

2.1 TINJAUAN ASRAMA ATLET SEBAGAI FASILITAS PEMBINAAN

2.1.1 Tinjauan Non Fisik

2.1.1.1 Pengertian Asrama Atlet

Asrama yang dikenal dengan istilah *Dormitory*, berasal dari kata *dormotorius* (latin) yang berarti *a sleeping place*, dengan pengertian bahwa *dormitory* merupakan keseluruhan bangunan yang terbagi atas kamar untuk tidur dan belajar.¹ Asrama (pondok, pawiyatan, bahasa Jawa) merupakan rumah pengajaran dan pendidikan, yaitu rumah pendidik yang dipakai untuk pengajaran dan pendidikan. Berdasarkan uraian diatas yang dimaksud dengan pengertian asrama atlet adalah sebuah atau sekelompok bangunan yang disediakan untuk menampung sejumlah atlet secara kontinu atau periodik. Bangunan ini dilengkapi dengan fasilitas-fasilitas yang dibutuhkan atlet sesuai dengan fungsi dan tujuan daripada asrama atlet.

Pengertian asrama atlet disini merupakan sekelompok fasilitas sarana dan prasarana olahraga dengan lingkup teritorial sendiri didalam pembinaan dan pengelolaannya. Asrama atlet ini difungsikan untuk pemusatan dari kegiatan pembinaan dan pelatihan atlet yang terdiri dari latihan teknik, dan teori, termasuk aktifitas tempat tinggal/kehidupan atlet berlangsung didalamnya. Pelatihan teknik disini hanya diperuntukkan bagi atlet pada cabang olahraga atlet tenis meja, senam, pencak silat, karate, judo, tinju, gulat, wushu dan anggar. Sedangkan atlet untuk cabang olahraga lain seperti atlet bola volley, bulutangkis, tenis lapangan, bola basket, sepakbola, renang, loncat indah, polo air, softball, base ball, dan menembak pelatihan tekniknya dilaksanakan pada fasilitas olahraga yang terdapat di sekitar kawasan seperti di Stadion Bumi Sriwijaya, GOR, Kolam Renang Lumban Tirta, Lapangan Tenis Indoor dan Lapangan Tembak Sriwijaya. Sedangkan untuk pelatihan teorinya disediakan pada asrama atlet ini.

Dalam pembahasan ini yang dimaksud atlet adalah mereka yang sedang melakukan pemusatan latihan dan mereka yang sedang mengikuti event-event kejuaraan

¹ The Encyclopedia Americana, hlm 276

tertentu. Asrama atlet sebagai fasilitas akomodasi mempunyai pengertian suatu penginapan yang diperuntukkan bagi atlet yang sedang mengikuti pemusatan latihan atau yang sedang mengikuti suatu event tertentu disuatu kota/daerah tertentu dan pada saat kosong direkomendasikan untuk tamu pada umumnya.

2.1.1.2 Fungsi Asrama Atlet

Asrama atlet harus dimungkinkan untuk berfungsi secara efektif sebagai sebuah tempat mondok atau shelter disamping turut memberikan kontribusinya terhadap tujuan dan sasaran lembaga keolahragaan secara luas. Untuk itu sebuah asrama atlet setidaknya harus berfungsi sebagai lingkungan tempat tinggal (living environment), lingkungan belajar (learning environment), lingkungan sosial (social environment), pelayanan makan (food service) dan tempat rekreasi.

1. Asrama Atlet sebagai Lingkungan Tempat Tinggal

Sebagai lingkungan tempat tinggal asrama atlet harus menyediakan fasilitas berupa hall, kamar, ruang service dan dilengkapi dengan elemen-elemen fisik seperti pencahayaan, penghawaan dan dekorasi yang bertujuan menciptakan lingkungan tempat tinggal yang nyaman dan menyenangkan

2. Asrama Atlet sebagai Lingkungan Belajar (Binaan)

Adapun fasilitas-fasilitas pembinaan yang dapat disediakan dalam asrama atlet antara lain :

- a. Ruang latihan olahraga
- b. Ruang pertemuan/seminar/diskusi/konferensi
- c. Ruang kesehatan
- d. Ruang belajar pribadi (dalam kamar atlet)

3. Asrama Atlet sebagai Lingkungan Sosial

Fasilitas sosial yang dapat disediakan oleh asrama atlet antara lain :

- a. Lobby dan ruang duduk atau ruang tamu
- b. Ruang-ruang sosial untuk berbagai kegiatan (ruang serba guna)
- c. Ruang ibadah

4. Asrama Atlet sebagai Pelayanan Makan

Adapun fasilitas pelayanan makan didalam asrama dapat berupa :

- a. Dapur dan perabotnya, yang dilengkapi dengan gudang, ruang cuci piring, pembuangan sampah, ruang pengelola dan ruang pelayan

- b. Ruang makan dan perabotnya ditentukan oleh sistem pergiliran waktu makan, jumlah atlet yang dilayani, jenis dan kecepatan sistem pelayanan

5. *Asrama Atlet sebagai Tempat Rekreasi*

Disamping sebagai tempat tinggal dimana para atlet bisa leluasa berbuat seperti dirumah sendiri, selain itu juga dapat berekreasi untuk melepaskan ketegangan fisik dan psikis, sehingga dicapai hasil yang optimal.

2.1.1.3 Type Asrama Atlet

Type asrama atlet dapat dibedakan berdasarkan :

- a. Type hunian, didasarkan berdasarkan atas pengelompokkan.
Misalnya : atlet putra, atlet putri, pelatih putra dan pelatih putri
- b. Type berdasarkan status kepemilikannya
 - 1. Pemerintah daerah
 - 2. Yayasan atau lembaga
 - 3. Non yayasan/Non lembaga
- c. Berdasarkan sistem pengelolaannya
 - 1. Komersial : dikelola oleh organisasi yang berorientasi pada laba
 - 2. Bersubsidi : dikelola oleh suatu lembaga atau badan usaha kelangsungan hidup atau operasionalnya ditunjang oleh subsidi secara :
 - Sebagian : Anggaran pengelolanya sebagian dibiayai oleh pemilik yang diperoleh dari penarikan sewa sebagian lagi merupakan subsidi dari pemerintah atau swasta atau lembaga tertentu
 - Seluruhnya : Anggaran pengelolanya ditanggung seluruhnya oleh pemerintah/lembaga/instansi tertentu, penghuni tidak dikenakan biaya atau sewa apapun

2.1.1.4 Sifat-Sifat Asrama Atlet

Asrama atlet berbeda dengan wisma meskipun sifatnya sama, yaitu sebagai tempat penginapan/akomodasi. Asrama atlet merupakan penginapan kolektif artinya didalam satu kamar tidur akan terdapat : dua, tiga, empat atau lebih tempat tidur. Diruang makan biasanya tamu-tamu melayani dirinya sendiri (self service). Disamping itu juga terdapat ruang keluarga bersama berguna untuk bercakap-cakap, mengadakan permainan bersama, diskusi dan sebagainya. Dan pada umumnya untuk rumah atau

wisma terdapat house parents atau induk semang yang bertugas mendengarkan masalah-masalah dan kesulitan para atlet. Jadi sifat-sifat penginapan atlet adalah :

- Sebagai fasilitas akomodasi yang bersifat semi komersial karena selain dipergunakan bagi atlet yang sedang mengikuti pemusatan latihan dan sedang mengikuti kejuaraan tertentu juga disewakan untuk umum mengingat intensitas kegiatan tersebut tidak rutin
- Sebagai fasilitas akomodasi yang bersifat edukatif untuk melatih disiplin diri menumbuhkan rasa tanggung jawab, toleransi hidup bermasyarakat
- Rekreasi yang menjadi kebutuhan pelengkap mereka (atlet) yang tinggal untuk melepaskan ketegangan

2.1.1.5 Macam Kegiatan

1. Kegiatan Pokok / Primer (kegiatan atlet)

a. Kegiatan individu

Kegiatan yang dilakukan antara lain :

- Mandi
- Makan
- Tidur
- Beribadah
- Simpan barang
- Rekreasi

b. Kegiatan Sosial

➤ **Aktivitas keluar**

- Hubungan penghuni (atlet) dengan penghuni lain (atlet lain) dari luar asrama atlet
- Hubungan penghuni dengan masyarakat sekitar

➤ **Aktivitas kedalam**

- Hubungan antar penghuni didalam penginapan
- Hubungan penghuni dengan pembina

c. Kegiatan Pengelola dan Servis

Kegiatan ini bertujuan untuk menunjang kelangsungan kegiatan lainnya didalam penginapan. Kegiatannya antara lain :

- Administrasi/Pengelola

- Kegiatan dapur umum
- Perawatan kebersihan
- Mekanikal dan elektrikal

2. Kegiatan Sekunder (kegiatan non atlet)

Yang dimaksud dari kegiatan sekunder ialah kegiatan diluar kegiatan atlet yang sifatnya umum dan komersial dengan menggunakan fasilitas yang ada di asrama. Misalnya asrama atlet digunakan oleh kelompok-kelompok studi yang bermalam di asrama tersebut. Atau penggunaan salah satu fasilitas asrama misalnya Ruang Aula yang digunakan untuk upacara pernikahan atau pementasan sendra tari.

Kegiatan sekunder ini dapat dibedakan atas :

- a. Waktu kegiatan : malam hari, siang hari, pagi hari
- b. Lama kegiatan : jam, hari, minggu
- c. Pola kegiatan : masal, kelompok, perorangan
- d. Jenis kegiatan :
 - Aktif : kegiatan yang membutuhkan gerak fisik
 - Pasif : kegiatan yang sedikit membutuhkan gerak

2.1.2 Tinjauan Fisik

2.1.2.1 Tinjauan Teoritis Tata Ruang

1. Persyaratan Ruang

Persyaratan ruang yang dimaksud disini adalah persyaratan untuk mengkondisikan suatu ruangan agar nyaman untuk dihuni karena telah terpenuhinya syarat – syarat seperti pencahayaan, penghawaan maupun pengatasan kebisingan

2. Standar Ruang

Sistem standar ruang untuk asrama atlet adalah :

- a. Standar utama adalah standar untuk unit aktivitas yang tidak spesifik dan merupakan standar umum. Misalnya standar tempat tidur, meja kursi yang dipakai untuk bangunan apapun
- b. Standar ruang untuk aktivitas tertentu, yaitu standar ruang dibatasi oleh persyaratan-persyaratan tertentu oleh kondisi iklim, teknis, hubungan fungsional

2.1.2.2 Tata Ruang Dalam

1. Pengolahan Sirkulasi

Ruang pada dasarnya adalah wadah atau tempat dari suatu kegiatan, menurut Aristoteles dalam Van Der Ven, 1991, ruang adalah elemen terbatas dalam suatu dunia yang terbatas pula. Elemen terbentuknya ruang dipengaruhi oleh sistem sirkulasi.

Sirkulasi menurut pelaku kegiatannya dapat dibedakan menjadi dua yaitu :

- a. Sirkulasi manusia
- b. Sirkulasi kendaraan

Jenis sirkulasi terdiri dari :

- a. Sirkulasi terbuka : santai, dinamis, leluasa
- b. Sirkulasi tertutup : akrab, dinamis, komunikatif

2. Bentuk Ruang

Sebagai unsur tiga dimensi didalam perancangan arsitektur, suatu ruang dapat berbentuk padat dimana ruang dipindahkan oleh massa atau ruang kosong dimana ruang berada didalam atau dibatasi bidang. Tata ruang dalam melingkupi dimensi dan pembatas ruang (Hanif Budiman, 1994).

2.1.2.3 Tata Ruang Luar

Pengolahan tata ruang luar ditentukan oleh beberapa faktor antara lain : bentuk dan luasan site, pembatas site, sirkulasi, organisasi ruang dan tata letak massa.

1. Pengolahan Sirkulasi

Alur sirkulasi dapat diartikan sebagai “tali” yang mengikat ruang-ruang suatu bangunan atau suatu deretan ruang-ruang dalam maupun luar, menjadi saling berhubungan. Sistem sirkulasi dapat mempengaruhi kita tentang bentuk dan ruang bangunan. Unsur sirkulasi berupa pencapaian bangunan, konfigurasi alur gerak, hubungan jalan dengan ruang, dan bentuk ruang sirkulasi.

2 Pola Gubahan Massa

Pola gubahan massa merupakan cara dalam mewujudkan organisasi kelompok ruang. Pola gubahan massa ini tidak terlepas dari tuntutan kegiatan yang ditampung. Tuntutan keleluasaan dan kemudahan gerak pengguna serta tuntutan fungsi menentukan pola gubahan massa yang akan diterapkan.

Perlu diperhatikan juga dalam perancangan tata ruang luar adalah jumlah massa. Untuk menentukan jumlah massa maka perlu diperhatikan hal-hal sebagai berikut :

- a. Jenis kegiatan yang diwadahi
- b. Sesuai dengan kegiatan yang berlangsung didalam asrama atlet
- c. Sesuai dengan tuntutan asrama atlet sebagai penyedia sarana dan prasarana

Dalam menentukan jumlah massa, ada dua alternatif yang bisa dipilih yaitu :

- Massa tunggal : semua kegiatan yang ada ditampung didalam satu massa
- Massa Jamak : tiap kelompok kegiatan yang ada ditampung dalam beberapa massa yang terpisah-pisah

2.1.3 Pengertian Pembinaan Olahraga

Arti harfiah pembinaan yaitu merupakan suatu usaha atau tindakan dan kegiatan yang dilakukan secara berdaya guna dan berhasil guna untuk memperoleh hasil yang lebih baik. Untuk meningkatkan prestasi lebih optimal diperlukan suatu usaha pembinaan atlet sedini mungkin.

Pembinaan olahraga dapat berlangsung apabila terdapat unsur-unsur pembina, pelatih dan atlet.²

Sebagai individu yang akan dibina, atlet mempunyai faktor-faktor yang menentukan dalam pembinaan yaitu :

1. Fisik, berkaitan dengan kondisi fisik seperti struktur, postur serta daya tahan. Faktor yang sulit untuk dibina yaitu tinggi dan berat badan
2. Teknik, faktor keterampilan khusus yang berhubungan dengan bakat dan latar belakang konstitusional. Faktor yang sulit dibina adalah keturunan
3. Mental dan kepribadian, berfungsi sebagai penggerak atau pengarah pada penampilan atlet, terungkap dari ucapan-ucapan seperti adu akal, taktik, motivasi, determinasi atau yang menghambat seperti kecemasan, ketegangan dan tidak percaya diri.³

Menurut Soekarman, 1987, dalam buku Dasar Olahraga untuk pembina, pelatih dan atlet disebutkan bahwa untuk dapat menjangkau sasaran yang ingin diraih, perlu pengertian dan motivasi bagi para atlet untuk terus berlatih.

² Soekarman, 1987 dalam Wiyatiningsih 1994, hal 23

³ Singih D. Gunarsa, 1980, hal 17

Dalam mempersiapkan dan melatih para atlet perlu disusun strategi dan rencana latihan yang baik, kerjasama dari berbagai pihak, perencanaan yang matang serta pelaksanaan yang intensif (FPOK IKIP Yogya dalam Wiyatiningsih, 1994).

2.1.4 Fungsi Asrama Atlet Sebagai Wadah Pembinaan Atlet

Dari penjabaran pengertian diatas didapat kesimpulan bahwa fungsi dari asrama atlet yaitu mendukung kegiatan pembinaan olahraga dengan menyediakan fasilitas sarana, prasarana dan pendukung untuk membina atlet yang berprestasi dengan memberikan pelatihan yang terbaik, fasilitas yang memadai untuk melatih kemampuan teknik, fisik dan teori disertai aktifitas yang menyenangkan agar dicapai prestasi yang maksimal. Pelatihanan teknik pada asrama atlet ini ditujukan pada atlet-atlet cabang olahraga tenis meja, senam, pencak silat, karate, judo, tinju, gulat, wushu dan anggar. Sedangkan untuk atlet-atlet pada cabang olahraga atletik, bola volley, bulutangkis, tenis lapangan, bola basket, sepakbola, renang, loncat indah, polo air, softball, base ball, dan menembak pelatihan tekniknya dilaksanakan pada fasilitas olahraga yang terdapat di sekitar kawasan seperti di Stadion Bumi Sriwijaya, GOR, Kolam Renang Lumban Tirta, Lapangan Tenis Indoor dan Lapangan Tembak Sriwijaya. Sedangkan untuk pelatihan teorinya disediakan pada asrama atlet ini.

2.1.5 Pemakai dan Kegiatan dalam Asrama Atlet

Pemakai dalam lingkup asrama atlet ini adalah atlet itu sendiri yang mempunyai kemampuan untuk dikembangkan baik prestasi maupun dari segi usia. Selain atlet adanya pelatih, pengamat dan pembina akan mendukung proses pembinaan. Juga bisa digunakan untuk tamu/pengunjung publik yang menyewa asrama ini baik secara perorangan maupun kelompok, yang disesuaikan dengan jadwal atlet. Kegiatan dalam lingkup asrama atlet ini meliputi :

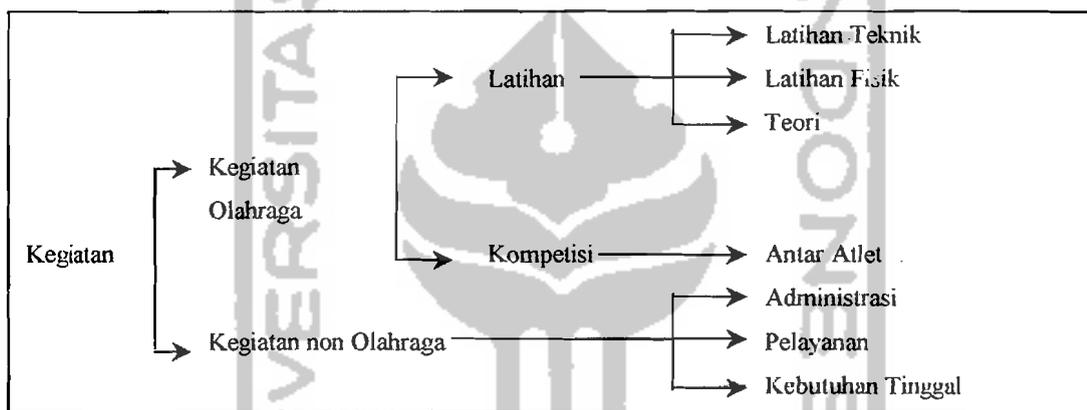
1. Wadah untuk kegiatan latihan teknik, termasuk disini yaitu sarana dan prasarana olahraga yang memenuhi standar
2. Wadah untuk latihan fisik (fasilitas penunjang untuk peningkatan daya tahan tubuh)
3. Wadah untuk pengajaran teori (fasilitas penunjang untuk meningkatkan daya kemampuan selain fisik)
4. Asrama sebagai fasilitas finansial selama pembinaan, termasuk kebutuhan manusiawi lainnya yaitu aspek kebutuhan sosial, rohaniah dan psikologi

5. Sistem manajemen yang profesional, hal ini dituntut untuk meningkatkan prestasi olahraga

Ditarik kesimpulan bahwa pembinaan atlet tidak hanya faktor manusianya dalam meningkatkan kesehatan, kebugaran jasmani untuk mencapai kebugaran rohani dan prestasi yang diperhatikan tetapi sarana dan prasarana dan fasilitas penunjang adalah mutlak sebagai faktor penentunya.

2.1.6 Identifikasi Kegiatan

Kegiatan utama didalam pembinaan terdiri dari kegiatan olahraga dan non olahraga. Program pembinaan tidak akan berjalan, bila tidak ada kerjasama antar unsur-unsur pendukung dalam satu kesatuan dilingkup asrama atlet. Untuk lebih jelasnya terlihat pada skema berikut :



Masing-masing kategori memiliki kepentingan sendiri yang saling terkait, yaitu :

1. Kategori kegiatan olahraga, yang terbagi menjadi dua yaitu berupa latihan/pelatihan dan kompetisi. Adapun bentuk pelatihan terdiri dari teknik, fisik dan teori. Diharapkan dengan pembekalan pelatihan tersebut para atlet akan siap mengikuti kompetisi atau event-event guna mengukur kemampuan yang akan dicapai sekaligus sebagai tolak ukur prestasi
2. Kategori kegiatan non olahraga merupakan fasilitas penunjang atau pendukung yang sangat mendukung didalam proses pembinaan dalam lingkup asrama atlet, mencakup kegiatan administrasi, pelayanan yang terdiri dari pelayanan (kesehatan, konsumsi dan perlengkapan) dan kegiatan tinggal

Dari skema dan penjabaran tersebut diatas menjadi lebih jelas kegiatan apa yang akan diwadahi, yaitu :

1. Kegiatan pelatihan

Kegiatan pelatihan diperuntukkan bagi pengguna yang terdiri dari seluruh cabang olahraga.

Adapun kegiatan pelatihan bagi atlet dibedakan menjadi :

A. Pelatihan Teknik

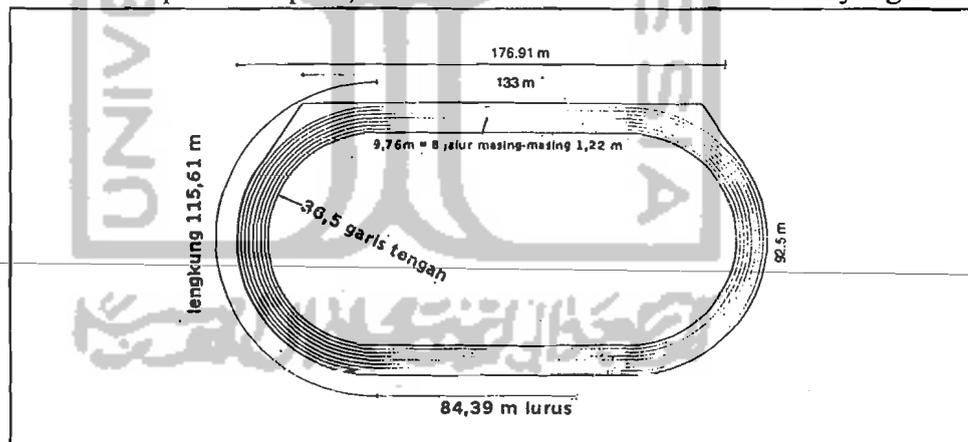
Secara umum pelatihan teknik ini merupakan bentuk praktek dari masing-masing cabang olahraga, dimaksudkan untuk melatih kecakapan dalam menerapkan metode-metode yang digunakan. Adapun pelatihan teknik masing-masing cabang olahraga itu antara lain :

a. Pelatihan teknik atletik

Adapun sistem yang dipakai mengacu pada sistem yang dipakai dalam International Amateur Athletic Federation (IAAF), dimana memakai satu sistem tingkat dunia yaitu pengkhususan bidang atau spesialisasi.

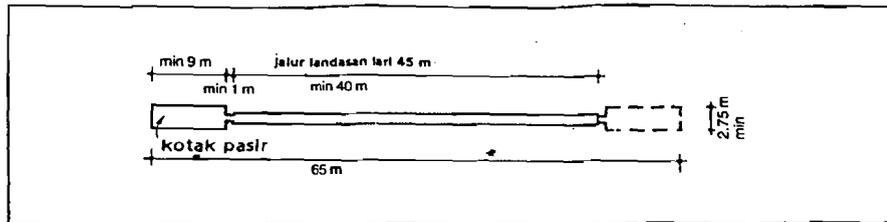
Dibedakan lagi menjadi sub kelas yang diperlombakan yaitu :

- Lari, untuk pelatihan teknik lari dilakukan di lapangan terbuka berupa lintasan jalur lari dengan jarak spint yang berbeda-beda yaitu 100m, 200m, 400m, 800m, estafet, lari gawang dan jalan cepat. Pelatihan lari meliputi cara sprint, kondisi badan saat finish dan cara lari yang benar



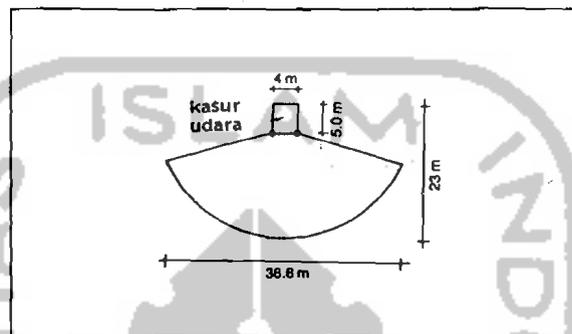
Gambar 2.1 Standar Jalur Lari 400 m
Sumber Data Arsitek Jilid II

- Lompat jauh, untuk pelatihan lompat jauh ini dilakukan di lapangan terbuka pada bak pasir dengan ukuran 3m x 15m, meliputi pelatihan cara tolakan awal dan pendaratan serta start yang benar



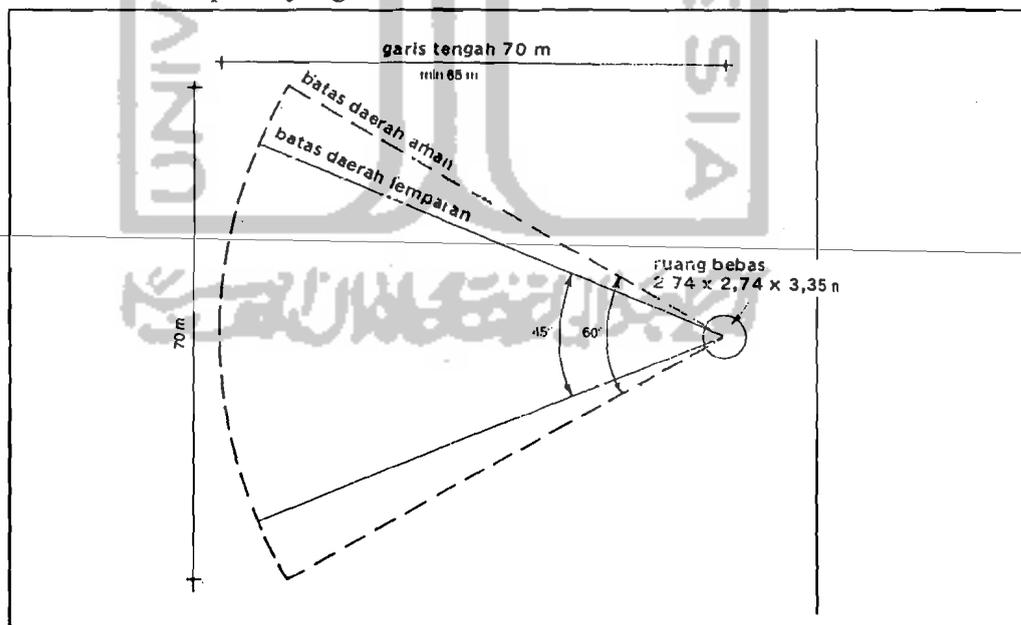
Gambar 2.2 Standar Lompat Jauh
Sumber Data Arsitek Jilid II

- Lompat tinggi, untuk pelatihan lompat tinggi ini dapat dilakukan pada lapangan terbuka atau tertutup, hanya dibutuhkan matras dengan ukuran 3m x 3m, meliputi pelatihan awalan dan pendaratan yang benar



Gambar 2.3 Standar Lompat Tinggi
Sumber Data Arsitek Jilid II

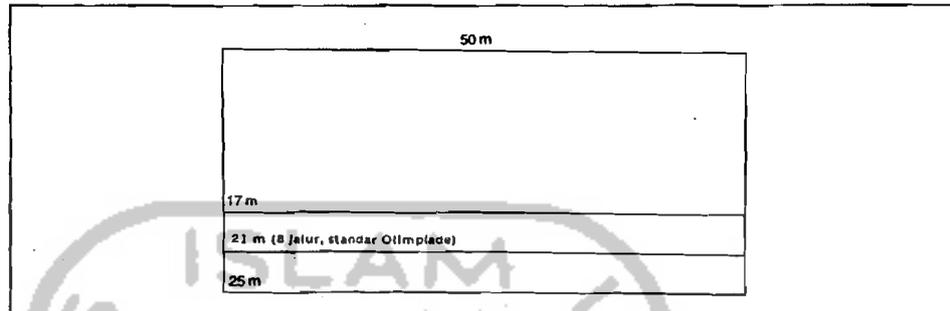
- Lempar cakram, lempar lembing dan tolak peluru, masing-masing pelatihan dilakukan di lapangan terbuka, meliputi cara tolakan dan lemparan yang benar



Gambar 2.4 Standar Lempar Cakram, Lempar Lembing dan Tolak Peluru
Sumber Data Arsitek Jilid II

b. Pelatihan teknik renang

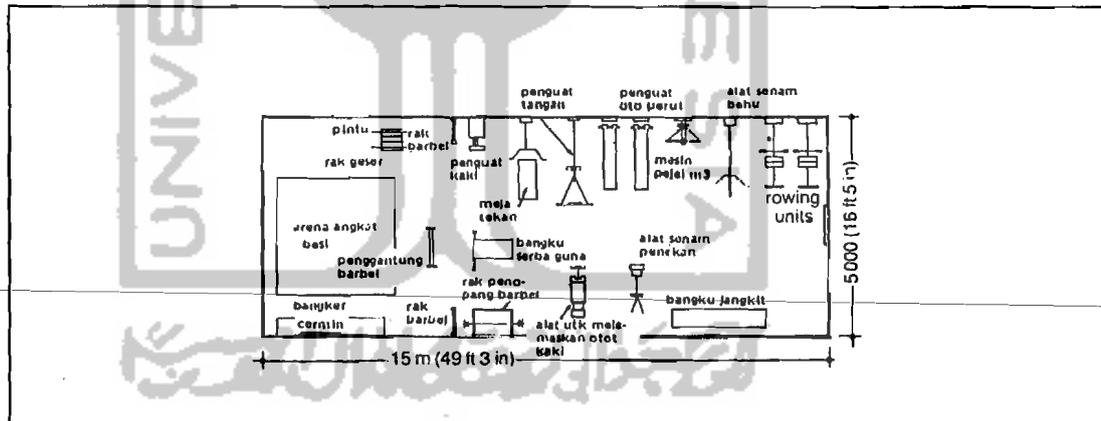
Untuk pelatihan teknik renang pengguna sarana pelatihan yaitu kolam renang, meliputi latihan pemapasan, cara sprint dan gerakan renang yang benar. Adapun kelas yang diperlombakan yaitu kelas gaya bebas, katak, punggung dan dada dengan jarak 100m, 200m, 400m, estafet dan 1000m.



Gambar 2.5 Ukuran Kolam Utama
Sumber Data Arsitek Jilid II

c. Pelatihan teknik angkat besi, berat dan binaraga

Pelatihan teknik meliputi kemampuan mengangkat beban, pembentukan bodi dan kelenturan. Bentuk pelatihan teknik olahraga ini yaitu lebih pada pembentukan fisik, sehingga pelatihan teknik banyak dilakukan dipusat kebugaran.

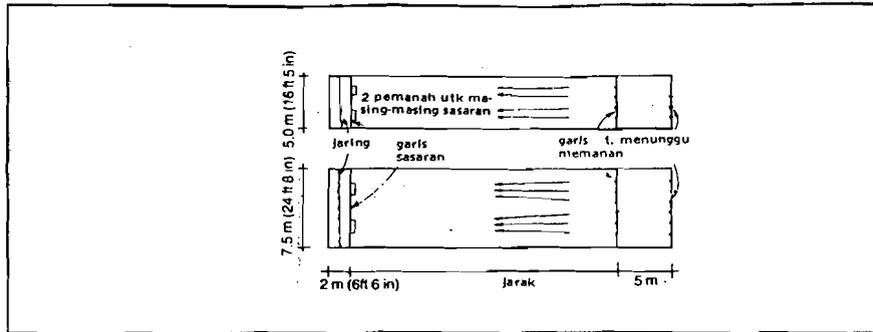


Gambar 2.6 Ruang Latihan Kesegaran Jasmani di Inggris
Sumber Data Arsitek Jilid II

d. Pelatihan teknik panahan

Dilakukan pada lapangan terbuka, meliputi pelatihan cara membidik dan menentukan arah angin.

Pelatihan teknik ini merupakan kegiatan utama yang diwadahi dalam pembinaan atlet sebagai praktek dari pelatihan fisik dan teori.



Gambar 2.7 Standar Pelatihan Panahan
Sumber Data Arsitek Jilid II

B. Pelatihan Fisik

Pada dasarnya pelatihan fisik pada berbagai cabang olahraga memiliki persamaan yaitu sebagai upaya untuk meningkatkan daya tahan tubuh atau kemampuan fisik. Latihan fisik ini dibagi menjadi :

- Latihan fisik umum adalah meningkatkan kesegaran fisik pada umumnya tanpa menuntut gerakan yang memerlukan koordinasi secara khusus
- Latihan fisik khusus adalah untuk meningkatkan kesegaran fisik yang diperlukan oleh suatu cabang olahraga tertentu

Latihan fisik dapat dilakukan dilapangan terbuka, di indoor training, pusat kebugaran dan kolam renang, untuk kesegaran tubuh dan stamina.

Tabel 2.1 Identifikasi Kegiatan Latihan Fisik

Kegiatan Latihan Fisik	Unsur Pelaku Kegiatan	Kebutuhan Ruang
Stamina	Atlet	Lap. Terbuka
Lat. Fisik/Kebugaran	Pelatih/Ass. Pelatih	Lap. Tertutup
		Fasilitas kebugaran
		Ruang loker
		Ruang ganti
		Ruang lavatori

Sumber Wawancara dan Pemikiran

C. Pelatihan Teori

Pelatihan teori dimaksudkan untuk meningkatkan daya kemampuan individu juga memberikan peluang bagi atlet untuk mempelajari kegiatan-kegiatan atau olahraga yang bersangkutan sebagai masukan dan studi pembandingan.

Latihan teori dapat dilakukan di :

- Ruang kelas dengan peralatan semacam board magnet

2.1.7 Fasilitas Yang di Wadahi di Asrama Atlet

Penjabaran mengenai peruangan dan persyaratan terhadap fasilitasnya, sesuai dengan kegiatan dan cabang olahraga yang diwadahi. Beberapa fasilitas dalam asrama atlet antara lain :

1. Lapangan Terbuka

Pembuatan dan kelengkapan fasilitas lapangan disini disediakan hanya untuk latihan saja bukan untuk pertandingan, karena apabila diadakan pertandingan bisa dilaksanakan di Stadion Bumi Sriwijaya yang terletak didepan asrama atlet ini.

Kebutuhan ruang minimal bukan hanya untuk luas lapangan permainan saja, melainkan juga termasuk ruang :

- Penyclamatan, sebagai tempat pertolongan pertama
- Tempat bangku pemain dan pelatih (dibuat sejajar dengan garis batas arena)
- Gudang

2. Fasilitas Olahraga Tertutup

Disini termasuk fasilitas indoor training dan fasilitas kebugaran, yaitu berupa Fitness Centre dan aula. Sebagai fasilitas olahraga tertutup mempunyai persyaratan yang lebih rumit dibandingkan dengan persyaratan pada lapangan terbuka menyangkut

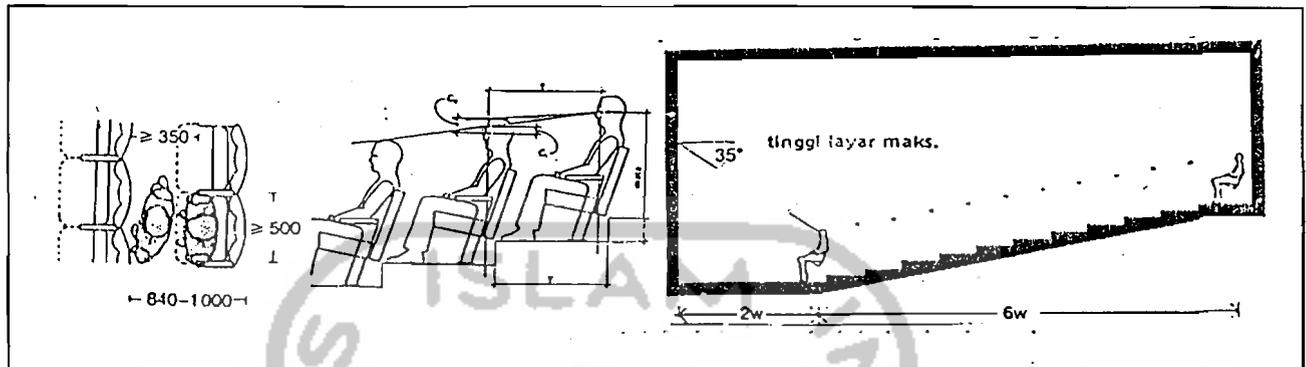
- Bentuk fisik bangunan yang bebas kolom, diselesaikan dengan penggunaan struktur rangka ataupun konstruksi rangka baja
- Masalah penghawaan, memerlukan suhu yang konstan sehingga diperlukannya alat pengatur suhu
- Masalah pencahayaan, penerangan alami kurang bermanfaat yaitu mengakibatkan silau yang akan mengganggu konsentrasi, sehingga diperlukannya bahan sebagai pelindung terhadap cahaya
- Persyaratan akustik, diperlukannya konsentrasi yang tinggi untuk melakukan kegiatan olahraga, sehingga diperlukannya bahan bangunan kedap suara
- Penggunaan lantai tidak licin

3. Ruang Teori

Ruang teori/ruang kelas yang konvensional mengakibatkan cepat untuk merasa bosan, akibatnya proses penyampaian ilmu menjadi tidak efektif. Melihat dan mendengar pengajar dengan baik dan bila digunakannya papan tulis dan layar

maka diperlukannya rencana pengaturan tempat duduk yang memenuhi persyaratan kenyamanan pandangan. Ruang teori ini direncanakan berkapasitas 50 orang.

Berikut persyaratan penggunaan modul tempat duduk dan jarak pandang pada ruang kelas dan audio visual :



Gambar 2.8 Penggunaan Modul, Jenis Tempat Duduk dan Jarak Pandang
Sumber Data Arsitek Jilid II

2.2 TINJAUAN KEJENUHAN

2.2.1 Pengertian Kejenuhan

Kejenuhan adalah suatu keadaan yang melampaui batas optimum karena perlakuan yang terus-menerus dan tidak menyenangkan (bosan, jenuh, muak)

Seseorang bila dalam waktu cukup lama terus-menerus mengerjakan tugas pekerjaan, maka akan timbul gejala kejenuhan atau lebih sering disebut sebagai kelelahan. Oleh kelelahan kemudian timbul ketegangan-ketegangan dan pekerjaan harus dihentikan, lalu diganti dengan kegiatan lainnya atau individu yang bersangkutan harus beristirahat.

Psikolog Amerika Thorndike mengatakan, bahwa olah kerja yang berkepanjangan akan muncul gejala-gejala :

- Substraksi atau berkurangnya energi, sehingga timbul gejala kelelahan
- Gejala additie/penambahan kecenderungan-kecenderungan penghambat, sehingga mengakibatkan menurunnya kurva kepuasan. Dengan kata lain, muncullah keengganan untuk melanjutkan pekerjaan

Disamping kelelahan fisik terdapat juga apa yang disebut kelelahan psikis. Pada kelelahan psikis sering muncul gejala lemas bagaikan habis terkuras tenaga dan muncul gangguan dalam fungsi-fungsi psikis, misalnya berkurangnya daya konsentrasi dan

minat, hilangnya daya ingatan, cepat lupa dan lainnya. Kelelahan otot tidak ada, akan tetapi lebih banyak muncul gejala nervous dan sakit kepala. Untuk memulihkannya diperlukan istirahat dan tidur yang cukup.

2.2.2 Kejuanan Atlet

Aktivitas yang dilakukan atlet yang sedang mengikuti Pelatda / event kejuaraan adalah latihan terus-menerus untuk mempersiapkan diri secara fisik dan psikis. Aktivitas yang dilakukan secara terus-menerus akan menimbulkan kejuanan, menimbulkan kelelahan fisik dan psikis. Sehingga diperlukan usaha-usaha untuk mengembalikan kondisi seperti semula, yaitu kesegaran jasmani dan rohaninya. Sehingga untuk pertandingan selanjutnya kondisi atlet benar-benar fit, total fitness (fisik, mental, sosial, dll). Karena atlet yang memiliki kondisi yang baik, menimbulkan kepercayaan diri yang besar dan sebaliknya, atlet yang memiliki kondisi fisik kurang jelas cepat merasa letih dan jenuh.

Dalam bukunya yang berjudul "Olahraga Teknik dan Program Latihan" oleh Engkos Kosasih memberikan batasan pengertian kesegaran jasmani sebagai berikut :

"Kemampuan fungsional dari seseorang dalam menghadapi pekerjaan, jadi orang yang fit akan mampu melaksanakan pekerjaannya berulang kali tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti dan memiliki kapasitas cadangan untuk mengatasi yang tidak terduga sebelumnya"

Atau dengan kata lain, seseorang dikatakan dalam kondisi fit (memiliki kesegaran jasmani) adalah :

"Orang yang mempunyai kekuatan (strength), kemampuan (ability), kesanggupan, daya kreasi dan daya tahan untuk melakukan pekerjaan dengan efisien tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti"

Sedang menurut Sadosa Samusardjono dalam bukunya "Pengetahuan Praktis Kesehatan dan Olahraga", mengatakan :

"Kesegaran jasmani adalah kemampuan seseorang untuk menunaikan tugasnya sehari-hari dengan gampang, tanpa merasa lelah yang berlebihan dan masih mempunyai cadangan atau sisa tenaga untuk menikmati waktu senggangnya dan keperluan-keperluan mendadak. Kesegaran jasmani merupakan kemampuan untuk menunaikan tugas dengan baik walaupun keadaan sukar, dimana orang yang kesegaran jasmaninya kurang tidak akan dapat melakukannya"

Oleh sebab itu dalam latihan harus diusahakan dan dijaga agar tidak terjadi “over training” yaitu keadaan dimana karena kelelahan seseorang tidak dapat melakukan aktivitas yang biasa ia lakukan.⁴

Namun pada hakekatnya para atlet yang sedang mengikuti Pelatda semakin mendekati hari H, maka latihan yang dilakukan semakin intensif. Sedangkan asrama tersebut belum mempunyai fasilitas penunjang.

2.3 PEMANFAATAN ASRAMA ATLET UNTUK FASILITAS PENGINAPAN UNTUK UMUM

2.3.1 Fungsi Sebagai Asrama Atlet

Beberapa hal yang perlu dipertimbangkan dalam asrama atlet adalah :

1. Sifat aktivitas atlet : dinamis, akrab, bergerombol, cenderung ramai
2. Tuntutan ruang atlet : luas dan nyaman
3. Pemisahan yang jelas antara tempat tinggal atlet putra dan atlet putri
4. Kejelasan kontrol terhadap tamu dari luar dan jalur sirkulasi atlet putra dan putri khususnya pada saat menuju ruang sirkulasi
5. Tingkat ketenangan yang cukup menjamin privacy para atlet khususnya pada saat istirahat (pada area tempat tinggal) termasuk juga keamanan dan kenyamanan

2.3.2 Fungsi Sebagai Fasilitas Penginapan Untuk Umum

Yang perlu dipertimbangkan dalam fungsi sebagai fasilitas penginapan untuk umum adalah :

1. Sifat aktivitas tamu : tenang, perseorangan atau kelompok
2. Tuntutan ruang bagi tamu adalah kenyamanan
3. Tersedianya fasilitas-fasilitas penunjang misalnya : Coffe Shops, Ruang Seminar, Restaurant dan sebagainya

2.4 TINJAUAN CITRA BANGUNAN YANG MENCIRIKAN SPORTIVITAS

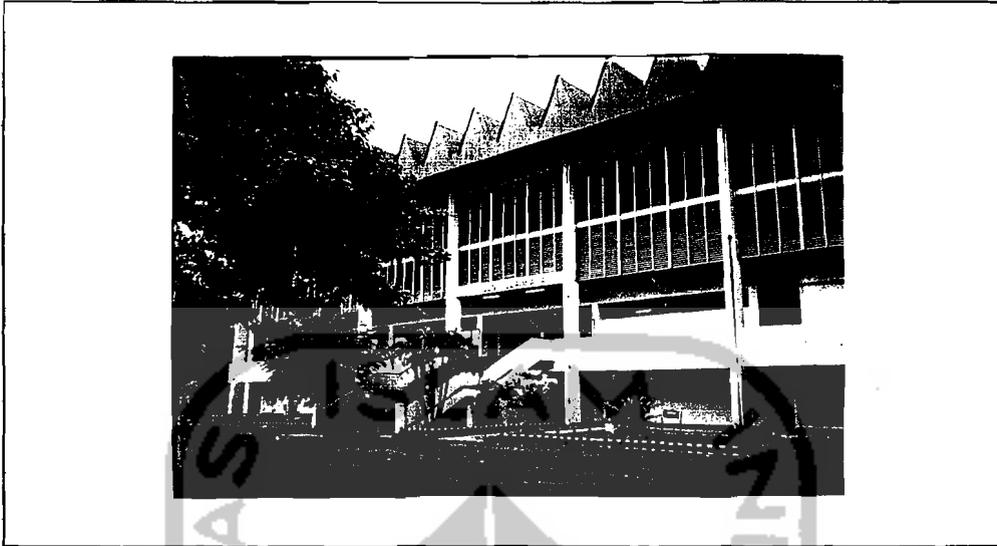
2.4.1 Peran Citra dalam Arsitektur

a. Citra sebagai karakteristik atau ciri

Citra sebagai karakteristik memiliki arti sebagai ungkapan yang dapat dijadikan sebagai ciri atau karakter bagi sebuah bentuk bangunan. Seperti terlihat pada gambar dibawah ini fasade Gedung Olahraga di Palembang yang sesuai

⁴ Prof. T. Karimoeddin, Ikhtisar Kesehatan Olahraga (Sport Medicine):Kursus Dasar Kesehatan Olahraga

dengan ciri bangunan olahraga yang mengesankan dinamis. Seperti bentuk atapnya, tangga yang diekspos, dinding yang transparan dan kolom yang diekspos.



Gambar 2.9 Gedung Olahraga Palembang

b. Citra sebagai simbol

Simbol merupakan bahasa yang menandakan sesuatu yang merupakan bentuk bahasa untuk berkomunikasi yang bisa ditangkap oleh panca indera yang diwujudkan dalam sebuah bangunan atau tata atur bangunan itu sendiri. Seperti terlihat pada gambar dibawah ini Stadion Bumi Siwijaya dimana dibagian tribunanya sistem strukturnya menggunakan struktur baja yang diekspos. Bentuk atapnya mempunyai simbol bangunan tribune yang terlihat dinamis.

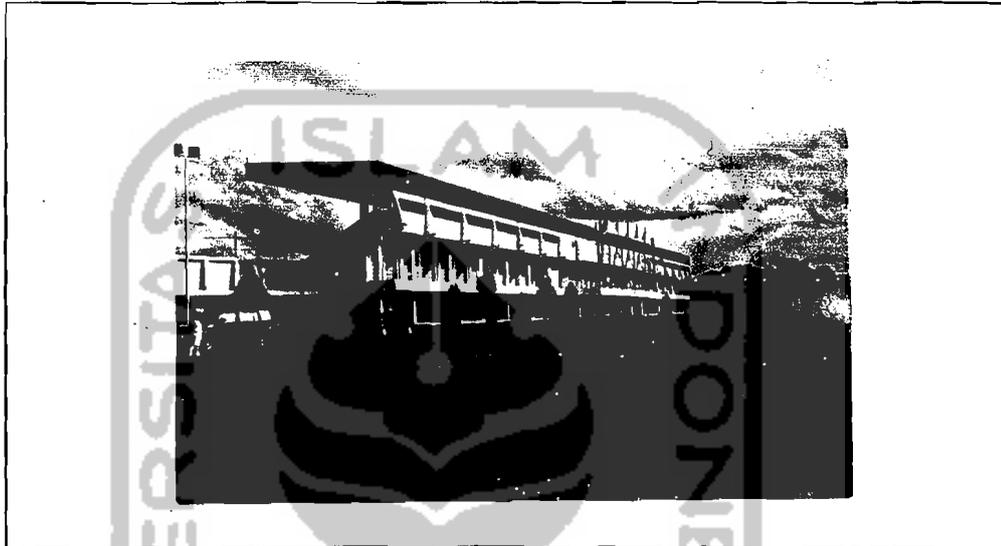


Gambar 2.10 Stadion Bumi Sriwijaya Palembang

c. Citra sebagai ekspresi/ungkapan jiwa

Citra dapat merupakan simbol ekspresi dari jiwa yang lebih memberi muatan makna pada perwujudannya. Seperti tubuh yang dalam arti adalah ruang mengekspresikan diri. (Y.B. Mangunwijaya, Wastu Citra)

Dalam hal ini dimana Stadion Bumi Sriwijaya citra yang dapat ditangkap adalah berkesan sportif terlihat pada fasadenya.



Gambar 2.11 Stadion Bumi Sriwijaya Palembang

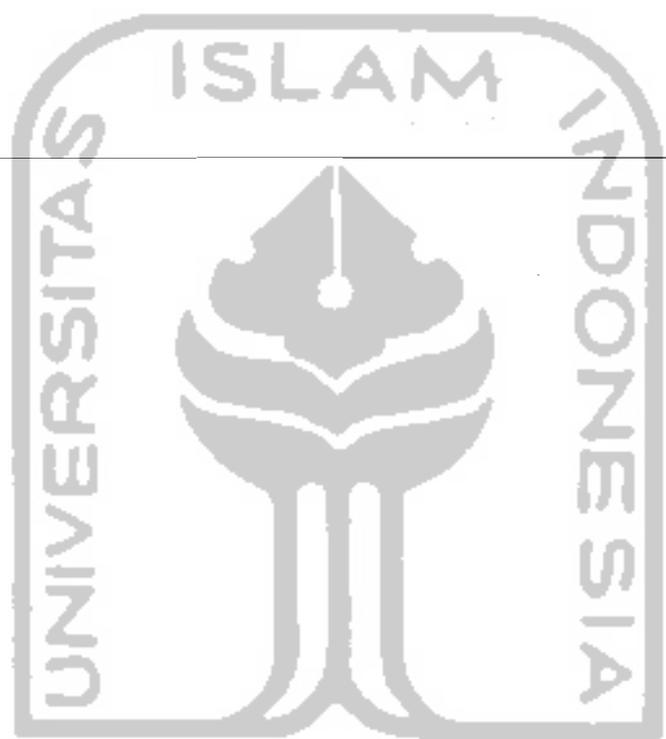
2.4.2 Citra Bangunan yang Mencirikan Sportivitas

Citra sebetulnya hanya menunjuk suatu gambaran (*image*), suatu kesan penghayatan yang menangkap arti bagi seseorang. Arsitektur yang baik tidak harus mengikuti mode mutakhir, gaya yang sedang laku dan sebagainya, melainkan melalui bahasa kejujuran dan kewajarannya.⁵

Sifat olahraga dapat terlihat dari semboyan-semboyan atau slogan olahraga seperti tertingi, tercepat, terkuat atau datang bertanding untuk menang dan menjunjung tinggi sportifitas. Jadi dalam olahraga dituntut untuk dapat meraih prestasi optimal. Hal ini didapat dengan latihan yang keras, disiplin dan menjunjung tinggi sportivitas. Jadi dalam meraih prestasi perlu sebuah proses yang terus-menerus sehingga ungkapan yang dapat ditangkap adalah ungkapan dinamis, selalu bergerak dan tidak diam.

Arti harfiah dinamis itu sendiri yang berarti penuh semangat dan tenaga sehingga cepat bergerak dan mudah menyesuaikan dengan keadaan dijadikan acuan

⁵ Y. B. Mangunwijaya, Wastu citra



جامعة الإسلام في إندونيسيا

sebagai dasar penampilan bangunan yang dinamis. Penampilan dinamis dipengaruhi oleh elemen-elemen pembentuk ruang melalui pengolahan susunan dan komposisi, skala, warna dan bahan. Sehingga dinamis itu sendiri diperoleh dengan mengolah elemen-elemen tersebut.

Adapun penjabaran pengertian diatas adalah sebagai berikut :

1. Susunan dan komposisi yang dinamis

Susunan dan komposisi merupakan dasar penting untuk memperoleh bentuk yang baik, tanpa susunan dan komposisi sesuatu tidak akan terbentuk. Diperlukan kesatuan bagian-bagian ruang dan adanya bentuk yang jelas dan tidak meragukan. Diperoleh dengan memanfaatkan prinsip-prinsip penyusunan komposisi dalam arsitektur. Yang dapat diterapkan dalam pengolahan fasade, gubahan massa dan pengolahan komposisi ruang. Kesan bergerak, tidak statis dapat dimunculkan dengan memanfaatkan prinsip-prinsip penyusunan komposisi dalam arsitektur yaitu hirarki, irama dan datum.

2. Skala

Suatu ruang yang diperbandingkan terhadap materi baik manusia maupun perabot, dari pengolahan skala akan dapat menimbulkan kesan berbeda-beda, disesuaikan dengan kesan yang ingin ditimbulkan dan fungsi yang diwadahi.

3. Warna

Adalah pancaran yang dapat menimbulkan kesan tertentu yang dapat ditangkap oleh mata, hubungannya dengan psikologis manusia ketika melakukan suatu aktifitas tertentu. Permainan komposisi warna disesuaikan dengan kesan yang ingin ditimbulkan. Permainan warna-warna terang akan menimbulkan kesan dinamis sehingga mencirikan bangunan itu sportif.

4. Struktur dan Bahan

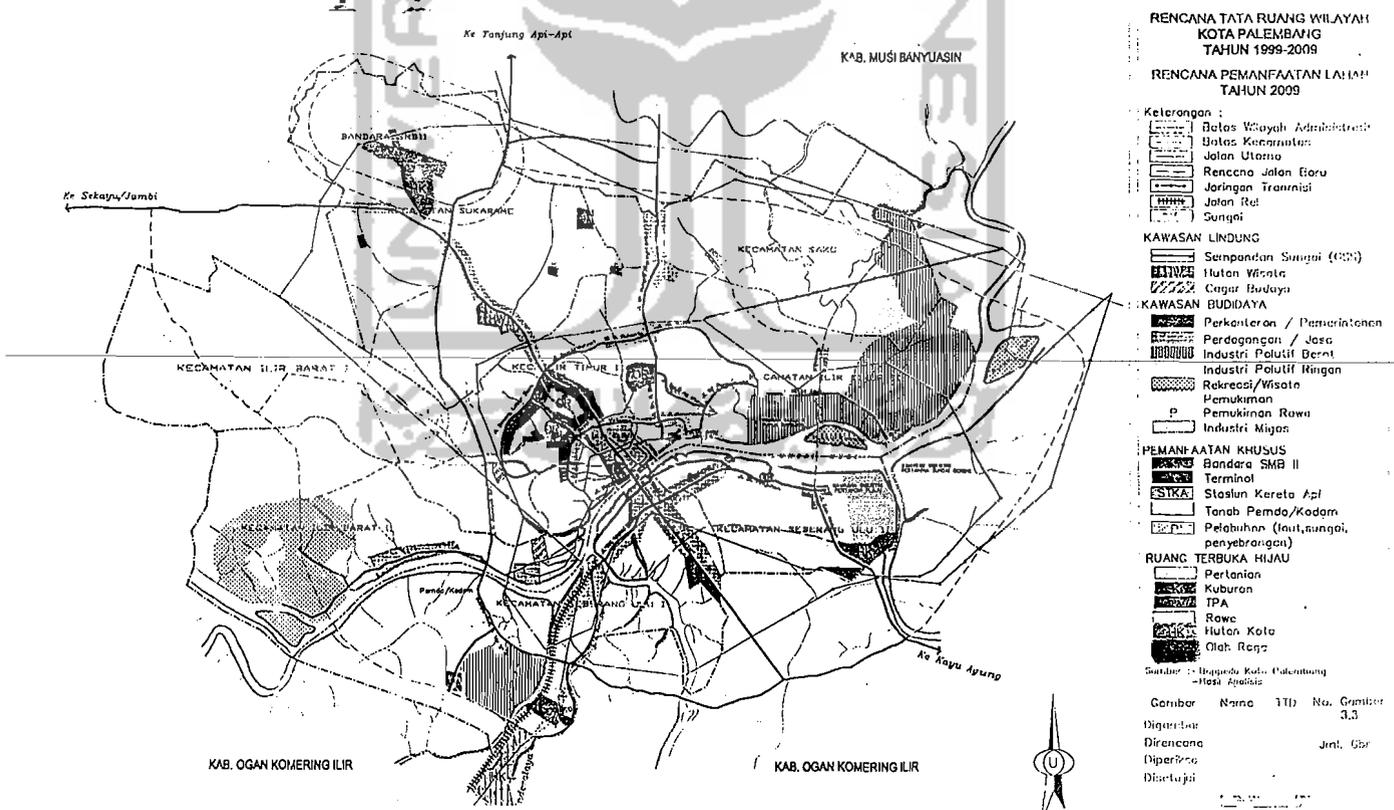
Pemilihan dan penggunaan bahan harus memperhatikan sifat dan karakter bahan termasuk penggunaan dalam bangunan yang dimaksud. Penggunaan bahan dengan kesan sportif dilakukan dengan jujur tidak menipu bahan , misalnya untuk bangunan dengan bentang lebar digunakan bahan baja.

2.5 TINJAUAN EKSISTING ASRAMA ATLET PALEMBANG

2.5.1 Kondisi Kota Palembang

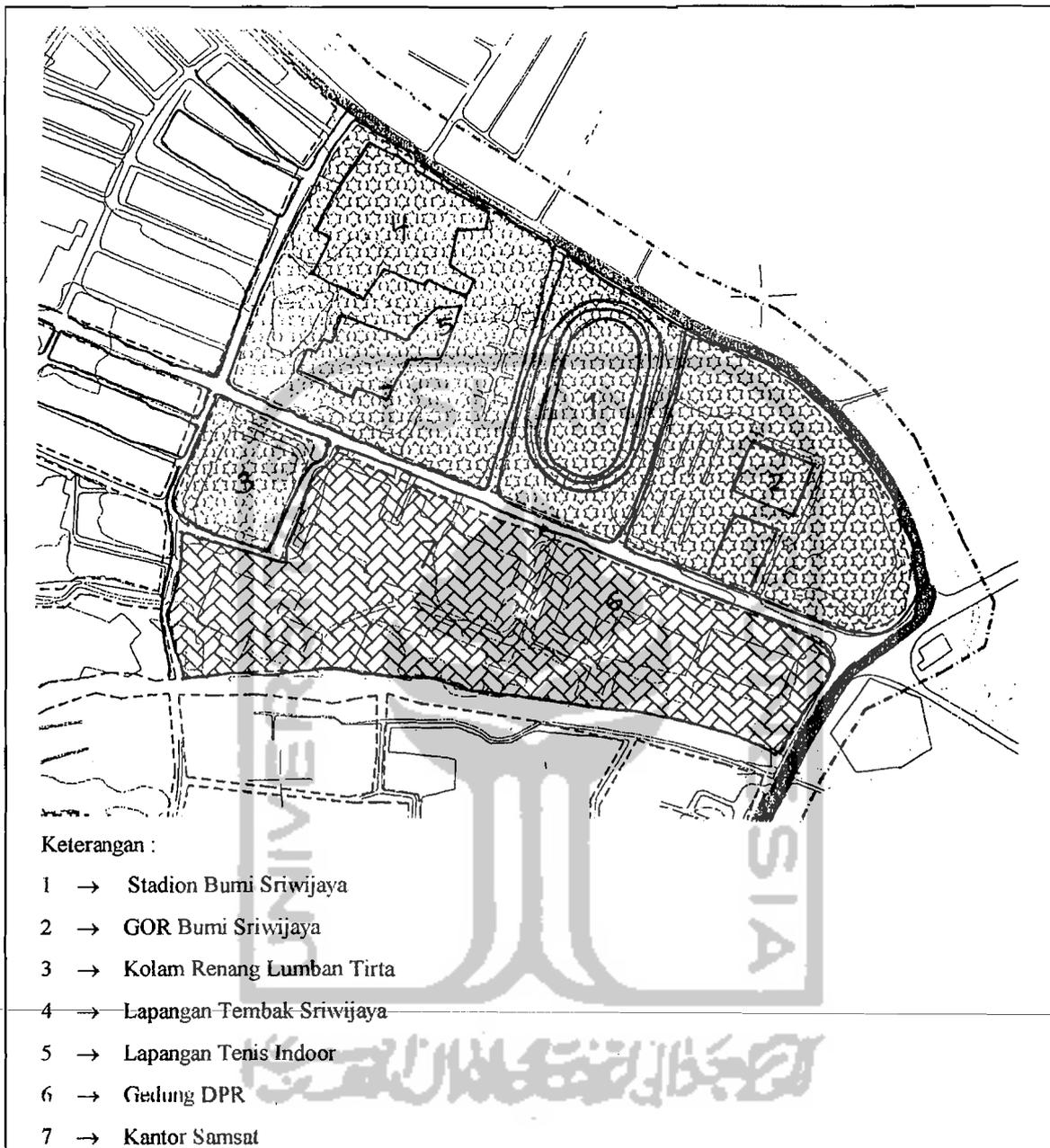
Kota Palembang merupakan ibukota dari Propinsi Sumatera Selatan. Sesuai dengan RTRW Nasional, Kota Palembang ditetapkan sebagai Pusat Kegiatan Nasional yang diidentifikasi sebagai pusat jasa, pusat pengolahan, simpul transportasi, dan pusat olahraga untuk wilayah Sumatera. Apalagi dengan akan di selenggarakannya PON ke XVI tahun 2004 di Palembang berarti Palembang merupakan satu-satunya tempat penyelenggaraan PON diluar Pulau Jawa. Penyelenggaraan PON XVI tahun 2004 di Palembang merupakan peluang besar dalam pengembangan ekonomi kota dan peningkatan pendapatan masyarakat. Menurut RTRW propinsi Sumatera Selatan, kota Palembang menjadi pintu gerbang utama perekonomian Sumatera Bagian Selatan.

Adapun salah satu dari misi kota Palembang adalah mengembangkan fasilitas olahraga. Pemerintah Kota Palembang telah menyediakan suatu kawasan pusat pengembangan olahraga di jalan POM IX, Kawasan Kampus. Dengan penyediaan fasilitas pelayanan yang sejenis yang memusat pada satu kawasan memberikan manfaat yang lebih dari aspek pelayanan, koordinasi dan optimalisasi pemanfaatan ruang.



Gambar 2.12 Lokasi eksisting Kota Palembang
 Sumber BAPPEDA Kota Palembang

2.5.2 Kondisi Eksisting Kawasan GOR Bumi Sriwijaya



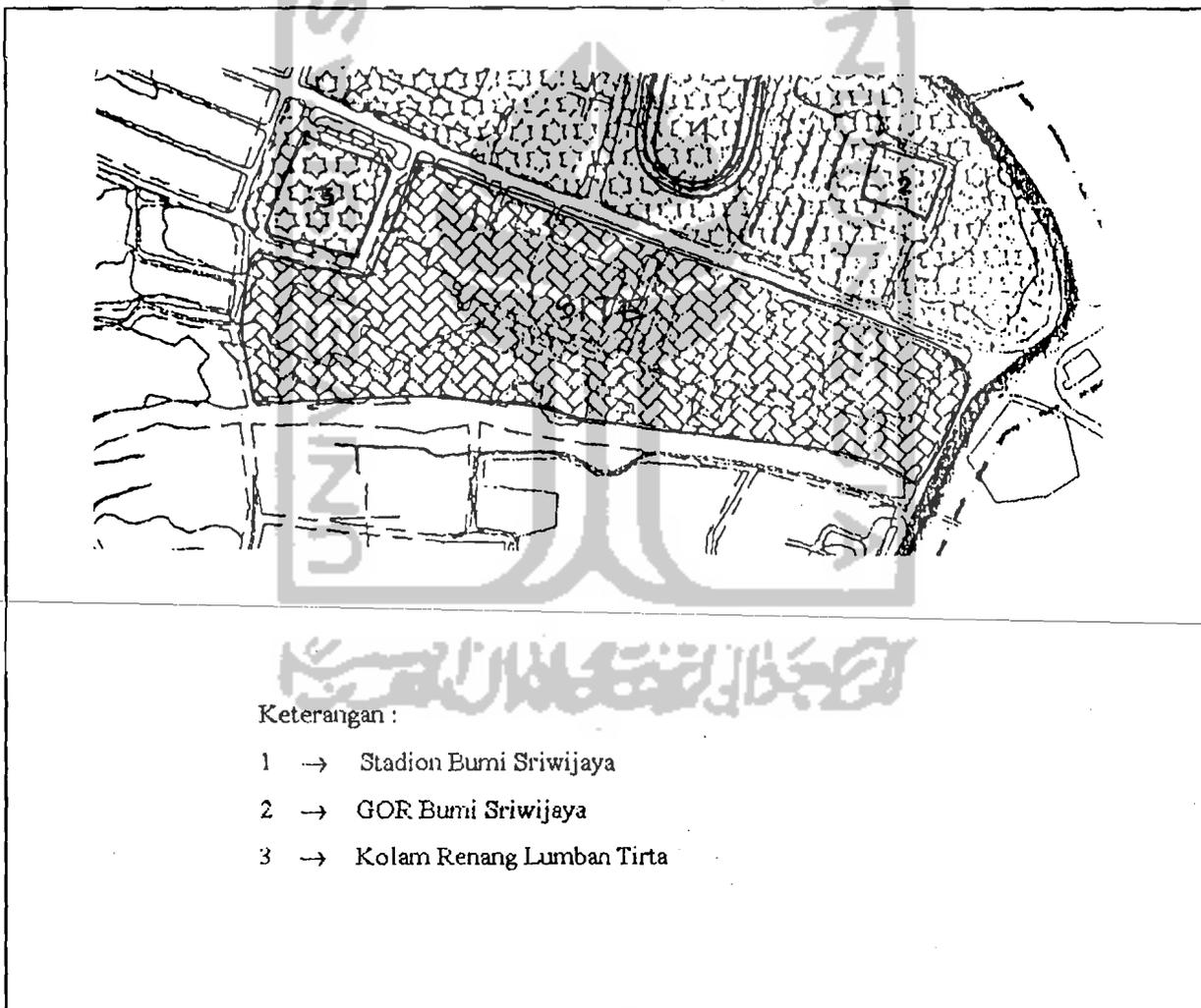
Gambar 2.13 Peta eksisting Kawasan GOR Bumi Sriwijaya
Sumber BAPPEDA Kota Palembang

Menyambut diselenggarakannya PON ke XVI di Palembang sekaligus berfungsi sebagai fasilitas sarana dan prasarana berupa penginapan bagi atlet yang sedang berjuang, maka di kawasan GOR Bumi Sriwijaya ini akan dibangun sebuah asrama atlet dimana asrama ini dapat digunakan untuk melepaskan kelelahan. Baik itu kelelahan fisik juga kelelahan psikis dan juga dapat mengurangi kejenuhan bagi penghuninya

sehingga dapat mengembalikan kebugaran untuk menghadapi pertandingan selanjutnya. Rencana pembangunan asrama atlet ini guna melengkapi kesempurnaan fasilitas sarana dan prasarana olahraga yang terdapat dikawasan ini seperti GOR, Stadion, Kolam Renang, Lapangan Tenis dan Lapangan Tembak. Tujuan yang ingin dicapai adalah agar pola pembinaan atlet dapat lebih terpusat dan intensif.

2.5.3 Kondisi Eksisting Site

Rencana pembangunan asrama atlet ini dapat ditempatkan pada lahan yang saat ini digunakan sebagai kantor Samsat dan Gedung DPR berhadapan dengan GOR Bumi Sriwijaya atau Sport Hall dan Stadion Bumi Sriwijaya. Sedangkan kantor Samsat dan Gedung DPR dapat dipindahkan keluar kawasan ini mengingat kawasan pemerintahan/Perkantoran diperuntukkan pada Kecamatan Ilir Timur I.



Gambar 2.14 Peta Eksisting Site
Sumber BAPPEDA Kota Palembang

2.5.4 Asrama Atlet Palembang

2.5.4.1 Umum

Asrama atlet Palembang ini mempunyai pengertian suatu wadah pembinaan bagi atlet yang sedang mengikuti pemusatan latihan daerah dan yang sedang mengikuti kejuaraan tertentu di Palembang dan sekitarnya baik yang bertaraf regional, nasional maupun internasional. Dan pada saat tidak terisi penuh atau kosong direkomendasikan untuk umum.

Jadwal penggunaan asrama selama pembinaan sampai pertandingan, jumlah atlet dan pelatih yang menempati asrama bisa dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 2.8
Jadwal Pertandingan Atlet Sumatera Selatan Pada Tahun 2000

No.	Cabang Olahraga	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Agt	Sept	Okt	Nov	Des
1.	Atletik							10	10	10	10		
2.	Balap Sepeda						8	8	8	8			
3.	Basket	15	15	15	15								
4.	Bulutangkis	17									17	17	17
5.	Bola Volley								20	20	20	20	
6.	Golf			6	6	6	6						
7.	Judo	12									12	12	12
8.	Karate				15	15	15	15					
9.	Panahan	10	10	10	10								
10.	Pencak Silat						15	15	15	15			
11.	Persiapan PON	152	152	152	152	152	152						
12.	Sepak bola						26	26	26	26			
13.	Taekwondo	12	12								12	12	12
14.	Tenis Lapangan					14	14	14	14				
15.	Tenis Meja	14									14	14	14
	Jumlah	232	189	183	183	182	236	88	93	93	85	85	55

Dari tabel diatas didapatkan data bahwa jumlah pengguna asrama terbanyak selama tahun 2000 adalah dari bulan Januari – Juni dimana pada bulan Juni mencapai jumlah tertinggi yaitu 236 orang. Hal ini disebabkan karena penyelenggaraan PON ke-XV di Jawa Timur, sehingga seluruh atlet diasramakan. Sedangkan periode pada bulan Juli – Desember jumlah terbanyak pada bulan Agustus dan September dengan jumlah 93 orang. Sehingga untuk periode bulan Juli – Desember ini asrama atlet ini bisa direkomendasikan untuk umum.

2.5.4.2 Khusus

a. Pelaku Aktifitas

1. Atlet

Sesuai dengan fungsinya sebagai fasilitas akomodasi bagi atlet, maka pelaku utama dalam asrama atlet ini adalah atlet itu sendiri. Selain itu juga ada official/manager, pelatih, tim medis.

2. Pengunjung/tamu publik

Yang dimaksud disini adalah mereka yang menyewa/ mempergunakan asrama ini selain atlet

3. Pengelola

Yaitu pengelola dari yang mempunyai jabatan Direktur sampai Cleaning Service

b. Fungsi Asrama Atlet

Asrama Atlet Palembang ini berfungsi sebagai lingkungan tempat tinggal (living environment), lingkungan belajar (leaving invironment), lingkungan sosial (social environment), pelayanan makan (food service) dan tempat rekreasi.

c. Type Asrama Atlet

- Berdasarkan hunian dikelompokkan berdasarkan atlet putra, atlet putri, pelatih putra dan pelatih putri
- Berdasarkan kepemilikannya yaitu pemerintah daerah
- Berdasarkan sistem pengelolaannya dikelola oleh suatu lembaga/instansi tertentu dan penghuni tidak dikenakan biaya

d. Sifat Asrama Atlet

Asrama atlet Palembang ini merupakan penginapan kolektif dimana didalam satu kamar tidur terdapat dua, tiga dan empat tempat tidur, dan melayani dirinya sendiri (self service).

e. *Sifat Kegiatan*

Sebagai fasilitas penginapan/akomodasi bagi atlet yang sedang mengikuti pelatda, maka sifat kegiatan yang diinginkan adalah kegiatan istirahat, rekreasi dan olahraga.

f. *Sifat Ruang*

Sesuai dengan lokasi, macam tamu, serta sifat aktifitas pada asrama atlet, maka sifat ruang yang ditampilkan lebih bersuasana informal, akrab, santai, kekeluargaan, menyenangkan, kreatif, selaras dengan kondisi lingkungan, tuntutan dan kebutuhan atlet

2.6 TINJAUAN TERHADAP BANGUNAN OLAHRAGA

Fasilitas olahraga berdasarkan pada kegiatan yang diwadahi terbagi dalam dua kelompok yaitu:⁶

1. Kegiatan diluar bangunan, yaitu kegiatan keolahragaan yang dilakukan diudara terbuka
2. Kegiatan didalam bangunan, yaitu kegiatan keolahragaan yang sangat membutuhkan ruangan tertutup yang terpisah atau ruangan tertutup khusus

Kegiatan olahraga yang berada dalam satu area dengan penyediaan peralatan fasilitas pendukung didalamnya. Suatu pusat olahraga dapat terdiri dari beberapa cabang olahraga sesuai dengan kondisi lingkungan setempat juga sesuai dengan trend yang diminati.⁷

Terdapat bermacam-macam jenis fasilitas olahraga dengan spesifikasi yang berbeda. Dari jenis fasilitas yang ada, diambil alternatif yang memungkinkan untuk Asrama Atlet yang direncanakan.

a. *Olympic Village Housing*

Merupakan kawasan perkampungan atlet dengan berbagai macam fasilitas dan kegiatan, diluar kegiatan pertandingan selama berlangsungnya kejuaraan olimpiade di Seoul. Tidak difungsikan sebagai pusat pembinaan sehingga atidak dilengkapi dengan fasilitas olahraga.

Penampilan bangunan menunjukkan ekspresi dinamis dan rekreatif terlihat pada tampak bangunan yang selalu nampak bergerak dan adanya landscape

⁶ Data Arsitek Jilid 2



membentuk strip memanjang yang berfungsi sebagai akses (sirkulasi jelas tanpa hambatan) dan area rekreasional yang dikelilingi oleh taman dan sungai menuju point utama (Shaped Public Plaza dan galeri yang biasanya digunakan untuk hall sebagai ruang makan atlet). Pola pergerakan menggunakan pola radial. Seperti terlihat pada gambar berikut :

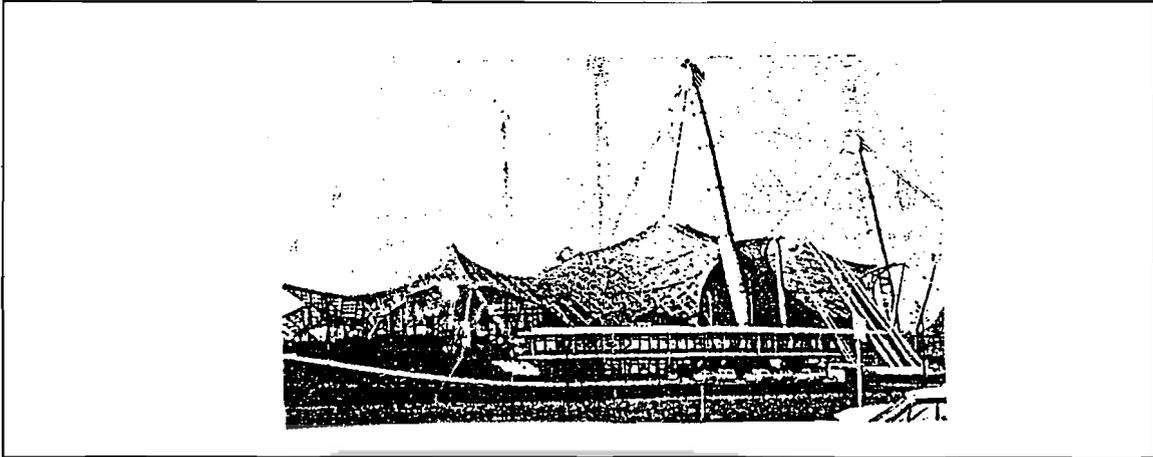


Gambar 2.15 Olympic Village Housing 1988, Seoul
Sumber Contemporary Architects, Taschen

b. Technical Training Center's Dome

Bangunan tidak hanya difungsikan untuk atlet, tetapi juga bagi pelaku olahraga lainnya. Merupakan tempat informasi dan seluk beluk yang berhubungan dengan olahraga. Termasuk difungsikan sebagai area eksibisi berbagai cabang olahraga yang menempati area hall. Fasilitas tersebut dilengkapi dengan ruang audio visual, perpustakaan, juga mewadahi kegiatan seminar olahraga, pameran olahraga, pertemuan dan perjamuan. Kegiatan-kegiatan tersebut penggunaan ruangnya diselesaikan dengan menggunakan fleksibilitas ruang dan kegiatan. Yaitu menggunakan area hall dengan struktur bentang lebar sehingga tidak mengganggu kegiatan didalamnya. Begitu juga dengan asrama atlet ini.

⁷ Perrin, Design for Sport



Gambar 2.16 Technical Training Center's Dome
Sumber Design for Sport

