

## BAB I PENDAHULUAN

### 1.1. LATAR BELAKANG

Kesegaran jasmani dengan berolahraga secara fisik diakui merupakan cara bergerak badan yang paling sempurna, paling mudah dan yang paling menarik dilakukan oleh semua orang. Karenanya dianggap paling cocok sebagai *intermezzo* bagi mereka yang sehari-hari bekerja dengan menggunakan otak, terutama bagi pelaku bisnis yang setiap harinya disibukkan dengan kegiatan dan jadwal pekerjaan.

Survey Perrier pada tahun 1978 mengenai Kesegaran Jasmani di Amerika yang dipimpin Louis Harris dan pembantu-pembantunya menunjukkan bahwa pria dan wanita modern yakin betul dengan konsep bangsa Yunani, "pikiran yang sehat dalam tubuh yang sehat". Menunjukkan bahwa orang yang melakukan pergerakan badan merasa lebih tenang, kurang mengalami kelelahan, lebih berdisiplin, memiliki pandangan yang cerah, memiliki keyakinan diri yang tinggi, produktivitas dalam pekerjaan meningkat, dan pada umumnya memiliki kebersamaan dengan orang lain. Sejalan dengan pernyataan mantan presiden Amerika Serikat, John F. Kennedy yang mengatakan, "kesegaran jasmani tidak saja merupakan kunci penting untuk kesehatan tubuh, ia juga merupakan dasar kegiatan intelek yang dinamis dan kreatif, intelegensi dan keterampilan hanya bisa berfungsi pada puncak kemampuannya bila tubuh itu kuat"<sup>1</sup>.

Masyarakat Jogjakarta merupakan masyarakat heterogen dan majemuk dimana masyarakat asli dan pendatang berbaur dalam satu lingkungan masyarakat, ini dapat dilihat dari data jumlah penduduk propinsi DIY pada tahun 1999 sebesar 25.834.420 orang<sup>2</sup>. Semakin tinggi kepadatan penduduk di Jogjakarta maka akan menimbulkan kesibukan dan keruwetan yang langsung maupun tidak langsung akan mempengaruhi kondisi kesehatan dan kebugaran manusianya.

Jika dilihat dari data statistik mengenai perkembangan jumlah fasilitas untuk olahraga di Jogjakarta tahun 1999<sup>3</sup>, maka sektor olahraga masih relatif sedikit

---

<sup>1</sup> David C. Nieman, Januari 1986, *Gerak Badan Dapat Meningkatkan Kemampuan Mental*, Majalah Rumah Tangga dan Kesehatan, No.1, Tahun ke-73, Yayasan Publishing House, Jakarta, hal.19- menyadur dari TA: Najha Wardani, UII, 2002

<sup>2</sup> data BPS, Kantor Statistik Propinsi DIY 1999

<sup>3</sup> data Sensus ekonomi, BPS, Kantor statistik DIY 1999

yaitu sebanyak 9 buah gelanggang renang, 17 buah tempat fitness dan mandi uap serta 11 buah fasilitas olahraga lainnya. Oleh karena itu sangat perlu diperhatikan adanya penambahan fasilitas olahraga bagi masyarakat Jogjakarta, mengingat olahraga juga dapat dipandang sebagai kegiatan rekreasi yang represif dan sangat besar perannya dalam menetralsir kondisi kebugaran jasmani.

Melihat kecenderungan perkembangan tersebut diatas, maka perlu dipertimbangkan alternatif untuk memenuhi kebutuhan masyarakat akan fasilitas olahraga di Jogjakarta. Pada dasarnya olahraga dibagidalam dua kelompok, yaitu olahraga prestasi dan olahraga rekreasi. Fasilitas tersebut akan berfungsi sebagai sarana rekreasi, latihan, dan untuk kesehatan. Sebagai sarana rekreasi, bentuk rekreasi olahraga dibagi menjadi dua, yaitu<sup>4</sup> :

1. *Big Sport Event*, yaitu peristiwa olahraga besar seperti Olympic Games, Piala Dunia dan lain-lain.
2. *Sport Tourism of Practitioner*, yaitu peristiwa olahraga bagi mereka yang ingin berlatih dan mempraktekkannya sendiri seperti jogging, ski air, berkuda dan lain-lain.

#### **1.1.1. Rekreasi dan Olahraga sebagai kesatuan fungsi yang diwadahi**

Rekreasi dirasakan sebagai suatu bentuk pengalaman, bentuk yang khas sebagai salah satu sikap atau pendapat yang dianut terhadap suatu cara hidup yang khas, rekreasi adalah spirit hidup dan karena itu dianggap sebagai suatu pernyataan jiwa (bersifat psikis).

Rekreasi sudah menjadi kebutuhan yang cukup mendasar bagi warga kota yang selalu disibukan oleh kegiatan-kegiatan rutinnnya, sebagai upaya penyegaran fisik dan mental setelah bekerja dan berpikir.

Rekreasi itu sendiri dibagi menjadi dua, yaitu aktif dan pasif. Rekreasi aktif merupakan suatu bentuk dari kegiatan yang melibatkan langsung gerak anggota tubuh, sedangkan rekreasi pasif lebih pada kejiwaan (psikis).

Suatu kegiatan rekreasi olahraga menjadi alternatif baru sebagai keinginan untuk memenuhi kebutuhan olahraga sekaligus berrekreasi, baik itu dengan permainan-permainan yang disuguhkan maupun tempat-tempat santai dan panorama/lingkungan yang indah. Ruang untuk berolahraga ini dilakukan baik di dalam ruang tertutup maupun di alam terbuka.

---

<sup>4</sup> Karyono, A. Hari, *Kepaiwisataaan*, Gramedia

Dengan fasilitas olahraga yang bersifat rekreasi tersebut diharapkan masyarakat dapat memanfaatkannya sebagai sarana kegiatan latihan, rekreasi, perkumpulan dan sarana untuk mengembalikan kesegaran fisik dan mental.

### **1.1.2. Karakteristik Gerak Olahraga**

Dalam melakukan kegiatan olahraga, kita selalu melakukan gerakan-gerakan fisik yang teratur dan dinamis, dimana anggota tubuh sebagai bagian fisik manusia semuanya melakukan gerakan.

Adapun ciri-ciri olahraga yaitu :

a. Ciri Anatomis

Ciri anatomis kegiatan olahraga rekreasi merupakan kegiatan yang melibatkan seluruh tubuh manusia mulai dari kaki sampai ke kepala bahkan sampai pada jiwa dan raga pelaku kegiatan.

b. Ciri Kinesiologis

Didalam gerakan olahraga terdapat suatu beban gerakan yang dikenakan pada jasmani dan rohani kita. Beban gerakan ini disebut *loading* yaitu suatu bentuk gerak latihan jasmani yang menjadi tuntutan jasmani dan rohani. Beban gerakan ini contohnya *Rythm* (sifat yang berhubungan dengan irama latihan, mengenai tinggi rendahnya tempo gerakan dan berat ringannya latihan).

c. Ciri Fisiologis

Berdasarkan kajian fisiologisnya yaitu berdasarkan kerja dari organ-organ tubuh pada waktu melakukan suatu gerakan. Gerakan-gerakan dalam olahraga dapat memberikan pengaruh yang baik pada tubuh kita jika gerakan tersebut dilakukan secara teratur.

Pengaruh tersebut dapat terjadi pada pertumbuhan ataupun dalam perkembangan serta membawa efisiensi kerja terhadap alat-alat tubuh. Karena olahraga dapat merangsang tubuh, bukan hanya otot yang dirangsangnya, tetapi peredaran darah, dan pernafasan dapat berjalan dengan baik.

## **1.2. PERMASALAHAN**

### **1.2.1 Permasalahan Umum**

Bagaimana menghadirkan suatu alternatif fasilitas olahraga, yang dapat mewadahi kegiatan berolahraga dan berrekreasi.

### **1.2.2. Permasalahan Khusus**

Bagaimana menghadirkan suatu kompleks olahraga yang berkonsep rekreatif melalui kajian ciri fisiologis manusia berdasarkan kerja dari organ-organ tubuh pada waktu melakukan suatu gerakan.

## **1.3. TUJUAN dan SASARAN**

### **1.3.1. TUJUAN**

Membuat suatu desain Fasilitas Olahraga di Jogjakarta sebagai wadah fisik yang dapat mewadahi kegiatan olahraga yang rekreatif sehingga menjadi alternatif baru bagi masyarakat Jogjakarta.

### **1.3.2. SASARAN**

Membuat satu landasan konseptual rancangan Fasilitas Olahraga dengan penganalogian ciri fisiologis manusia.

## **1.4. LINGKUP PEMBAHASAN**

Pembahasan dibatasi pada masalah dalam lingkup disiplin ilmu arsitektur dengan penekanan aspek fisik/visual dan filosofis bangunan yang dapat menghasilkan arahan baru dalam konsep perencanaan dan perancangan.

Pembahasan meliputi :

- a. Mengidentifikasi kebutuhan akan fasilitas olahraga di Jogjakarta.
- b. Mengidentifikasi lokasi dan kondisi site yang mendukung keberadaan Fasilitas Olahraga yang rekreatif.
- c. Mengungkapkan/ menelaah lebih lanjut ciri fisiologis manusia ketika sedang melakukan aktivitas dalam hal ini berolahraga.

## **1.5. METODE PENGUMPULAN DATA DAN PEMBAHASAN**

Secara keseluruhan merupakan cara memperoleh data untuk mendukung pembahsan dan metode yang digunakan dalam menganalisa dan membahas permasalahan untuk mendapatkan pemecahannya.

### **1.5.1. Metode Pengumpulan Data**

1. Studi Lapangan/Pengamatan

Pengamatan terhadap obyek yang terkait dengan sarana olahraga baik itu Gelanggang Mahasiswa, Sport Hall secara langsung maupun studi banding dengan kasus-kasus.

2. Studi Literatur

Mempelajari hal-hal yang berhubungan dengan olahraga, rekreasi, penampilan bangunan, aspek dinamis dan rekreatif, serta penataan tata ruang luar.

3. Wawancara

*Interview* dengan pihak-pihak yang terkait .

### **1.5.2. Metode Pembahasan**

Metode yang digunakan yaitu metode deduksi dengan menguraikan permasalahan ke arah pembahasan yang lebih mendalam yaitu dengan tahapan sebagai berikut :

1. Tahap Identifikasi Masalah

Dalam tahapan ini digunakan metode diskriptif untuk memberikan gambaran secara jelas mengenai latar belakang permasalahan serta mengungkapkan permasalahan tersebut, antara lain yaitu :

- a. Mengidentifikasi keberadaan sebuah Fasilitas Olahraga serta kebutuhan (issue) Fasilitas Olahraga tersebut.
- b. Mengidentifikasi kebutuhan akan sarana rekreasi sekaligus sarana olahraga.

2. Tahap Identifikasi dan Spesifikasi Data

Metode deduktif dilakukan dalam identifikasi data dan spesifikasi data-data teoritikal maupun data-data factual sehingga diperoleh data yang relevan untuk pemecahan masalah, yaitu dengan langkah :

- a. Menelaah lebih lanjut mengenai dasar keberadaan Fasilitas Olahraga melalui pengertian dan terminologinya, dan dasar pelayanannya.
- b. Membahas tentang aspek-aspek yang berperan dalam penampilan bangunan dan penataan tata ruang luar.
- c. Membahas tentang kebutuhan akan fasilitas olahraga di Jogjakarta dan animo masyarakat akan sarana tersebut.

- d. Meninjau lebih lanjut lokasi dan kondisi site yang mendukung keberadaan bangunan Fasilitas Olahraga tersebut.

### 3. Tahap Analisis dan Sintesis

Pada tahap ini metode analisis dipakai untuk mendapatkan pendekatan-pendekatan konsep perencanaan dan perancangan. Dengan pendekatan-pendekatan ini diperoleh sintesis permasalahan berupa konsep perencanaan dan perancangan. Adapun tahapannya antara lain :

- a. Menganalisa lebih lanjut tentang perencanaan Fasilitas Olahraga serta tinjauannya pada keberadaan Fasilitas Olahraga terhadap kebutuhan dan animo masyarakat, program kegiatan, kebutuhan ruang, sirkulasi dan pencapaian.
- b. Menganalisa kondisi fisik dan keterkaitan masyarakat terhadap lokasi dalam hubungannya dengan arus pengunjung, persepsi dan macam pengunjung.
- c. Menganalisa karakteristik gerak olahraga, pada cirri fisiologis manusia.
- d. Melakukan pendekatan-pendekatan konsep perencanaan dan perancangan dari hasil analisa yang dilakukan.
- e. Merumuskan konsep perencanaan dan perancangan dari hasil pendekatan konsep yang dilakukan.

## 1.6. KEASLIAN PENULISAN

Skripsi pembandingan :

1. Judul : **Fasilitas Olah Raga dan Komunikasi Kebugaran di Yogyakarta**  
Oleh : Bayu Wargo, TGA UGM 1993  
Masalah : Bagaimana menciptakan ruang-ruang yang dapat memberikan suasana nyaman dan relaksasi sehingga kebugaran dapat tercapai
2. Judul : **Taman Rekreasi Olahraga Ekspresi Alam Pada Bangunan**  
Oleh : Fakhtur Rohman W, 95340041 / TGA UII  
Masalah : Bagaimana menciptakan penampilan bangunan berekspresi alam pada fasilitas pendukung kegiatan olahraga dan rekreasi melalui penampilan bentuk, warna dan bahan

Untuk menjaga keaslian penulisan ini, maka judul dan permasalahan skripsi ini adalah :

**JUDUL** : **Fasilitas Olah Raga Rekreasi di Jogjakarta**

**PERMASALAHAN** : Bagaimana menghadirkan Fasilitas Olahraga melalui kajian ciri fisiologis tubuh manusia.

## **1.7.SISTEMATIKA PENULISAN**

### **BAB I : PENDAHULUAN**

Merupakan bab pendahuluan yang berisikan tentang latar belakang, permasalahan, tujuan dan sasaran, metode pengumpulan data dan pembahasan, sistematika penulisan, keaslian penulisan serta kerangka pola pikir.

### **BAB II : TINJAUAN FASILITAS OLAHRAGA REKREASI**

Berisikan tinjauan fasilitas olahraga, tinjauan karakter fisiologis tubuh manusia.

### **BAB III : ANALISA PERENCANAAN DAN PERANCANGAN**

Berisikan analisa pemilihan site, kebutuhan ruang, program fungsi, bentuk massa bangunan dengan pendekatan ciri fisiologis tubuh manusia.

### **BAB IV : KONSEP DASAR PERANCANGAN FASILITAS OLAHRAGA**

Menyusun konsep perencanaan dan perancangan fasilitas olahraga yang mencakup hal-hal yang telah dianalisis untuk dijadikan landasan dalam mengungkapkan ide-ide gagasan dan desain.

1.8. KERANGKA POLA PIKIR

