

BAB V

Program Dasar Perencanaan dan Perancangan Klub Kebugaran

5.1. Program Dasar Perencanaan

Program dasar perencanaan Klub Kebugaran Wanita ini berisi mengenai hasil perhitungan program ruang yang telah dianalisa sebelumnya serta pembahasan mengenai tapak perancangan.

5.1.1. Program Ruang

Kebutuhan Ruang		Luas
Area Publik	Parkir	1228 m ²
	Lobby dan Receptionist	91,8 m ²
	Marketing Desk	13,6 m ²
	Customer Service Desk	13,6 m ²
	Lavatory Pengunjung	17 m ²
	Ruang Tunggu	161,52 m ²
	Ruang Penitipan Anak	43,79 m ²
	Ruang Ganti	136,5 m ²
	Restoran	59 m ²
	Ruang P3K	11,48 m ²
	Ruang Konsultasi	7,76 m ²
	Ruang Gym	254,13 m ²
	Ruang Main Studio 1	234 m ²
	Ruang Main Studio 2	234 m ²
	Ruang Studio Spinning	90,52 m ²
Kolam Renang	650 m ²	
Total		3246,7 m ²
Sirkulasi 30 %		964,794 m ²
Total		4180,774 m²
Area Servis	Gudang	24 m ²
	Ruang Panel Listrik dan Genset	9 m ²
	Ruang Filter dan Pompa Air	9 m ²
	Ruang Loker Pegawai	8,2 m ²
	Pos Security	7,8 m ²
Total		58 m ²
Sirkulasi 30 %		17,4 m ²
Total		75,4 m²
Area Pengelola	Ruang General Manager	37 m ²
	Ruang Staff	122,5 m ²
	Ruang Loker Staff	2,625
	Ruang Meeting	39,57 m ²
	Lavatory Pengelola	17 m ²
	Pantry	23 m ²

	Musholla	14,5 m ²
	Total	256,2 m ²
	Sirkulasi 30 %	76,86 m ²
	Total	333,06 m²

5.1.2. Tapak Terpilih

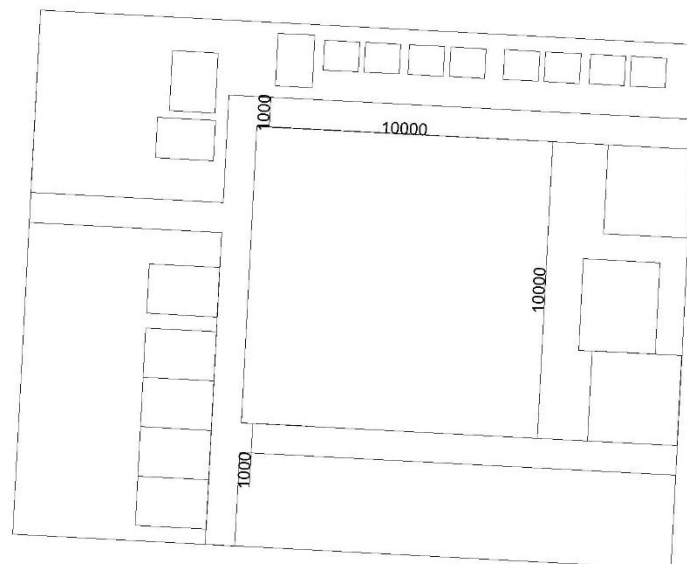
Dari Tabel perhitungan diatas, didapatkan kebutuhan luas ruang bangunan Klub Kebugaran Wanita, yaitu :

No.	Kelompok Kegiatan	Luas
1.	Area Publik	± 4200 m ²
2.	Area Pengelola	± 340 m ²
3.	Area Servis	± 80 m ²
	Total	± 4620 m²

Tabel 5.1 Total Program Ruang
Sumber : Analisa Pribadi

5.1.3. Tapak Terpilih

Lokasi Klub Kebugaran terletak di Kompleks Admiralty Residence, Jl. Rumah Sakit Fatmawati No.1, RT.1/RW.1, Pd. Labu, Cilandak, Jakarta Selatan. Penetapan lokasi berdasarkan analisa penyusun berdasarkan kriteria pemilihan lokasi yang dikeluarkan oleh *Sport England* edisi "*Fitness and Exercise Space*" (2008:3).



Gambar Tapak Admiralty Residence
Sumber : Analisa Pribadi

Lokasi Klub Kebugaran terletak di Kompleks Admiralty Residence, Jl. Rumah Sakit Fatmawati No.1, RT.1/RW.1, Pd. Labu, Cilandak, Jakarta Selatan.

Lokasi Kompleks Admiralty Residence, Jl. Rumah Sakit Fatmawati No.1, RT.1/RW.1, Pd. Labu, Cilandak, Jakarta Selatan

Luas	10000 m ²
Kontur	Relatif Datar
Akses	Jalan lingkungan
KDB	30 %
GSB	10 m

Ketinggian Bangunan 3

Batas lahan

Utara	Jalan lingkungan perumahan, dapat akses langsung dari pintu masuk perumahan
Timur	Jalan lingkungan perumahan, dapat diakses oleh penghuni perumahan dengan jalan kaki maupun kendaraan
Selatan	Lahan hijau, penghuni tidak dapat mengakses dari arah selatan lahan
Barat	Jalan lingkungan perumahan, dapat diakses oleh penghuni perumahan dengan jalan kaki maupun kendaraan

Perhitungan Luas Lantai yang boleh dibangun

$$\text{KDB} = \frac{\text{Total luas lantai dasar}}{\text{Luas Tapak}}$$

$$0.3 = \frac{\text{Luas Lantai Dasar}}{10.000}$$

$$\text{Luas lantai dasar yang boleh dibangun} = 3000 \text{ m}^2$$

$$\begin{aligned} \text{Luas total lantai yang boleh terbangun} &= \text{KLB} \times \text{Luas Lahan} \\ &= 0,9 \times 10000 = 9000 \text{ m}^2 \end{aligned}$$

Ketinggian yang diperbolehkan = 3 lantai

5.2. Program Dasar Aspek Kinerja

- **Sistem Pencahayaan**

- **Pencahayaan Alami**

Penggunaan pencahayaan alami untuk mengurangi penggunaan daya dan ruang-ruang dalam di siang hari sehingga akan terdapat banyak bukaan yang sehat di sebelah timur yang berfungsi sebagai masuknya cahaya matahari yang tetap tersaring oleh pembayangan di fasad bangunan

- **Pencahayaan Buatan**

Pencahayaan buatan digunakan pada ruang-ruang yang kekurangan pencahayaan alami dengan menggunakan lampu hemat energi yaitu LED (Light-emitting Diode). Menurut Sport England tahun 2008, pencahayaan buatan pada ruangan dianjurkan sebesar 200-300 lux.

- **Sistem Penghawaan**

- **Penghawaan Alami**

Sistem ini diterapkan dengan maksud efisiensi pengkondisian udara sehingga tidak sepenuhnya menerapkan pengkondisian udara secara buatan. Sistem yang digunakan yaitu sistem silang (cross ventilation)

- **Penghawaan Buatan**

Sistem ini diterapkan pada ruangan yang tidak memungkinkan mendapatkan penghawaan secara alami dan ruangan yang membutuhkan kenyamanan tinggi dalam melakukan kegiatan. Pengkondisian udara menggunakan sistem AC Split duct.

- **Sistem Pencegahan Kebakaran**

Pada pencegahan aktif dibutuhkan beberapa alat diantaranya fire detection dan fire suppression. Fire detection berfungsi untuk mendeteksi timbulnya api sedini mungkin yang terhubung dengan sistem keamanan berupa alarm dan pemadaman otomatis melalui sprinkle. Fire suppression berfungsi untuk memadamkan api ketika api masih kecil dengan menggunakan hose reels dan portable fire extinguisher.

Sedangkan pada pencegahan pasif pencegahan dilakukan secara tidak langsung pada bangunan. Sistem ini bekerja dengan meningkatkan kinerja bahan bangunan, struktur bangunan, pengontrolan dan penyediaan fasilitas pendukung penyelamatan terhadap bahaya kebakaran salah satunya adalah emergency door.

- **Sistem Penyediaan dan Distribusi Air Bersih**

Air bersih yang digunakan diperoleh dari PAM dan sumur artesis / deep well. Adapun sistem pendistribusiannya menggunakan Up Feed Distribution dengan cara ditampung dalam ground reservoir. Alternatif sistem untuk Klub Kebugaran Wanita menggunakan Down Feed Distribution.

- **Sistem Pengolahan Air Buangan**

- **Sistem Pembuangan Air Limbah**

Air limbah adalah air bekas buangan yang bercampur kotoran atau air yang berasal dari lavatory. Saluran air limbah di tanah atau di dasar bangunan dialirkan pada jarak sependek mungkin dan tidak diperbolehkan membuat belokan-belokan tegak lurus, dialirkan dengan kemiringan 0,5 – 1 % ke dalam septictank.

- **Sistem Keamanan**

- **Emergency Door**

- Melakukan pengaturan untuk akses keluar langsung yang mudah dilalui anak seperti saat kebakaran maupun keadaan bahaya lainnya. Dilengkapi dengan peletakan signage yang mudah ditemukan oleh pengunjung.

- **CCTV**

- Terdiri dari kamera, monitor, switcher, video recorder, control processor) dan panel control yang dapat dipantau pada ruang pos security dan resepsionis.

- **Security**

- Berjaga selama 24 jam dengan sistem kerja shift. Pada pos security juga dilengkapi dengan sistem cctv, mesin kontrol parkir, dan automatic barrier gate.

- **Lobby**

- Dilengkapi dengan flap barrier dengan cara scan kartu agar pengunjung dapat masuk ke area olahraga. Flap barrier ini untuk mengontrol akses pengunjung masuk dan keluar dengan mudah.

- **Ruang Staff dan Ruang Pegawai**

- Dilengkapi dengan mesin absen fingerprint untuk mengontrol absen hadir dari pengelola dan setiap pintu yang diakses pengelola atau pegawai menggunakan pintu dengan *card lock system*. *Card lock system* menggunakan scan melalui id card.

- **Sistem Transportasi dalam Bangunan**

- Bangunan ini dilengkapi dengan transportasi vertikal dan transportasi horizontal karena bangunan restoran ini merupakan bangunan bermassa tunggal yang bertingkat. Sistem transportasi vertikal berupa lift, dibutuhkan untuk transportasi alat dari lantai atas ke lantai bawah. Sedangkan transportasi horizontal berupa selasar atau koridor.

- **Sistem Penyediaan dan Distribusi Listrik**

- Distribusi utama berasal dari PLN.

- Distribusi alternatif berasal dari Solar Panel untuk menghemat energi dan ramah lingkungan dengan cara mengubah energi panas menjadi listrik. Sekaligus berfungsi sebagai UPS (Uninterruptible Power Supply) yang dapat memback-up kebutuhan utama seperti semua lampu penerangan didalam Klub Kebugaran, sistem komputerisasi, dan keamanan. Sehingga dapat menghemat energi hingga 10%.

- **Sistem Penangkal Petir**

Sistem penangkal petir yang digunakan adalah sistem Faraday. Sistem penangkal petir Faraday lebih efektif untuk bangunan berbentuk lebar dan karena memiliki jangkauan pengamanan yang besar.