

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Indonesia merupakan negara dengan jumlah penduduk terpadat ke-4 di dunia, keadaan ini pun secara tidak langsung menempatkan Indonesia tidak jauh dengan segala jenis penyakit yang di derita masyarakat baik penyakit fisik maupun penyakit mental apalagi dengan pola hidup orang Indonesia yang tidak sehat. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2020 menunjukkan proporsi penduduk Indonesia usia lebih dari 10 tahun yang kurang melakukan aktivitas fisik jumlahnya meningkat dari 26,1% pada 2013 menjadi 33,5% pada 2020. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (2018), lebih dari 95 persen remaja Indonesia kurang konsumsi sayur dan buah. Sejalan dengan itu, hasil penelitian awal dengan Kantar yang berjudul Understanding Health and Nutrition Among Adolescents (2021) menemukan bahwa hanya 57 persen remaja yang mengonsumsi setengah sampai satu porsi buah dan hanya 65 persen remaja yang mengonsumsi setengah sampai satu porsi sayur. Sementara anjuran dari Kementerian Kesehatan dan WHO adalah lima porsi per hari.

Penyakit fisik di Indonesia didominasi oleh Penyakit Tidak Menular (PTM) yang berkaitan dengan metabolisme tubuh pada manusia, seperti hipertensi (tekanan darah tinggi), stroke, dan gagal jantung, bahkan angka kematian tertinggi di Indonesia disebabkan oleh penyakit jantung. Direktur Kesehatan Kerja dan Olahraga drg. Kartini Rustandi, M.Kes mengatakan perlunya aktivitas fisik untuk meningkatkan kebugaran jantung, paru, kekuatan dan daya tahan otot, serta menurunkan risiko Penyakit Tidak Menular.

Penyakit mental di Indonesia sendiri dapat dikatakan cukup memprihatinkan sebagai sebuah tantangan bagi masyarakat maupun Kementerian Kesehatan. Saat ini Indonesia memiliki prevalensi orang dengan gangguan jiwa per 4 penduduk, dapat dikatakan bahwa terdapat sekitar 20 juta jiwa di Indonesia yang memiliki potensi dalam mengalami masalah



gangguan jiwa. Penduduk dengan usia 19-36 memiliki kerentanan yang tinggi menghadapi penyakit mental dikarenakan stres berkepanjangan akibat tuntutan pekerjaan dan hal lainnya. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar 2020, lebih dari 19 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, dan lebih dari 12 juta penduduk berusia di atas 15 tahun mengalami depresi, survei dari UNICEF juga menunjukkan bahwa hampir satu dari tiga anak muda di Indonesia (29 persen) dilaporkan sering merasa tertekan atau memiliki minat kurang dalam melakukan suatu kegiatan. Stigma dan perlakuan buruk menjadi hambatan terbesar penduduk untuk mencapai kesehatan dari penyakit mental yang di derita.

Data realita diatas menunjukkan bahwa sudah sewajarnya kita melakukan pencegahan maupun pengobatan terhadap penyakit-penyakit tersebut, salah satunya dengan cara penyembuhan holistik. Setiap manusia terdiri dari bagian yang saling berkaitan dan jika ada bagian yang rusak maka bagian lain juga ikut terpengaruh. Ketidakseimbangan secara fisik, mental, dan spiritual dapat berdampak negatif pada kesehatan tubuh manusia. Penyembuhan holistik sendiri merupakan gabungan antara pengobatan alternatif dan kedokteran yang dimana tidak hanya melakukan metode penyembuhan fisik tetapi juga mental dan spiritual. Pakar kesehatan mental biasanya menambahkan terapi holistik pada penanganan seperti terapi perilaku kognitif dan terapi psikologi dinamis. Biasanya, praktik terapi holistik digunakan untuk membantu seseorang menghadapi ketegangan dan stres. Berbeda dengan jenis terapi lain, terapi yang satu ini sudah menggunakan pendekatan ke seluruh tubuh. Semua efektif menargetkan kesehatan mental, fisik, dan juga spiritual. Dengan melakukan terapi, maka seorang individu bisa melihat lebih jernih koneksi berbagai aspek dalam hidupnya. Tentu saja, ini berkaitan erat dengan kesehatan dan kualitas hidupnya. Bahkan, teknik ini bisa diterapkan di luar sesi terapi bersama psikolog



Orang yang sudah paham betul tentang terapi ini dapat
ya sendiri kapan saja ketika menghadapi situasi yang memicu
ebih, atau berdampak signifikan pada mood. Umumnya, terapi
1 sebagai cara pencegahan atau tambahan dari penanganan.
gangguan kesehatan mental benar-benar muncul, terapi ini
munculnya masalah yang membahayakan sisi emosional, fisik,

sosial, atau spiritual seseorang.

Resor Penyembuhan Holistik, bertujuan untuk melaksanakan hal tersebut, dimana beberapa metode yang dapat dilakukan yaitu seperti program retreat, meditasi, yoga, akupuntur, dan lainnya. Manfaat dari metode penyembuhan yang dilaksanakan yaitu mencegah dan meringankan stres, depresi, dan kecemasan, mengatur emosi dan melatih pikiran positif, mengurangi rasa nyeri, mencegah tekanan darah tinggi dan menjaga tekanan darah tetap normal.

Di Indonesia sendiri menurut data dari Badan Pusat Statistik (bps) pada 2021 tenaga kesehatan yang dapat mendukung program penyembuhan holistik ini cukup banyak yaitu jumlah tenaga kesehatan tradisional sebanyak 13.485 orang, tenaga gizi sebanyak 27.917 orang. Sedangkan, Tenaga keterampilan fisik dan psikologi klinis masing-masing sejumlah 11.475 orang dan 1.155 orang.

Terciptanya kualitas kesehatan yang lebih baik di Indonesia menjadi tujuan utama perencanaan resor ini. Penyembuhan holistik ini dibangun dengan konsep resor dimana pengguna akan menjalankan program retreat dan penyembuhan secara terintegrasi dalam satu manajemen, dan dapat menciptakan suasana liburan seperti dirumah ketika melakukan rutinitas pagi seperti biasa, pola ini secara tidak langsung melatih pengguna untuk melakukan pola hidup sehat sesuai dengan program pelatihan yang dilaksanakan.

1.2. Rumusan Masalah

Non Arsitektural

Ada beberapa masalah non-arsitektural yang dihadapi dalam proses perancangan Resor Penyembuhan Holistik, yaitu:

- a. Tidak adanya sebuah bangunan yang menjadi wadah pengobatan (holistik) secara lengkap.



tempat untuk melakukan kegiatan retreat penyembuhan dan editasi.

Arsitektural

- c. Bagaimana merencanakan sebuah wadah Penyembuhan Holistik yang mampu mewadahi aktifitas yang ada di dalamnya?
- d. Bagaimana menentukan lokasi strategis untuk Resor Penyembuhan Holistik?
- e. Bagaimana pengaturan tata ruang untuk bangunan resor yang sesuai dengan penggunaan penyembuhan holistik?
- f. Bagaimana penataan lansekap, sirkulasi dan fasilitas penunjang bangunan lainnya agar nyaman, amandan teratur?

1.3. Tujuan dan Sasaran Pembahasan

Tujuan Pembahasan

Tujuan penyusunan Landasan Perancangan Arsitektur ini adalah sebagai dasar pedoman dalam perencanaan dan perancangan Resor Penyembuhan Holistik.

Sasaran Pembahasan

Sasaran pembahasan diuraikan lebih lanjut yang meliputi aspek:

- a. Non-Arsitektural
 - 1) Mengidentifikasi jenis kegiatan dan kebutuhan ruang yang akan dilaksanakan pada Resor Penyembuhan Holistik
- b. Arsitektural
 - 1) Mengadakan studi tentang tata fisik makro meliputi:
 - a) Analisis tapak dan alternatif lokasi
 - b) Pola tata massa bangunan resor
 - 2) Mengadakan studi tentang tata fisik mikro meliputi:
 - a) Analisis bentuk
 - b) Mengadakan studi tentang tata fisik mikro meliputi:
 - 1) Karakteristik kegiatan dan objek



- b) Kebutuhan dan Pola ruang
- c) Sistem struktur dan utilitas

1.4. Batasan Masalah dan Lingkup Pembahasan

Batasan masalah

Pembahasan pada perancangan ini dibatasi pada konsep yang berkorelasi dengan fungsi Resor Penyembuhan Holistik untuk mempersempit ruang masalah yang diperoleh dari proses analisa.

1. Lingkup Pembahasan

- a. Dalam hal arsitektural, pembahasan akan mengarah pada konsep arsitektural, program ruang, analisis lokasi, alternatif rancangan, sistem struktur serta bangunan penunjang. Persamasalahan non arsitektural bersifat melatarbelakangi konsep rancangan.
- b. Kegiatan penyembuhan holistik yang akan berlangsung dalam resor ini menjadi latar belakang kebutuhan yang akan disesuaikan dalam proses perencanaan Resor Penyembuhan Holistik
- c. Penduduk yang ingin melakukan pencegahan terhadap penyakit ataupun pasca pengobatan menjadi sasaran utama dalam perancangan Resor Penyembuhan Holistik

1.5. Tinjauan Umum Resor

Pengertian Resor

Resor merupakan salah satu kawasan yang di dalamnya terdapat akomodasi dan sarana hiburan sebagai penunjang kegiatan wisata.



Definisi resor oleh beberapa sumber yaitu, Pertama menurut Millor merupakan tempat dimana orang pergi untuk rekreasi.

Millor (1895:95) mengungkapkan bahwa resor yang banyak dijumpai adalah daerah tujuan yang tidak lagi diperuntukan bagi orang-orang yang tinggal di sana untuk sementara. Resor didesain untuk para wisatawan

yang berekreasi. Resor ini dapat berupa resor yang sederhana dan sampai resor mewah, dan dapat mengakomodir berbagai kebutuhan mulai dari keluarga bahkan sampai kebutuhan bisnis. Resor biasanya berada pada tempat-tempat yang dilatarbelakangi oleh keadaan alam pantai, atau di lokasi dimana fasilitas seperti lapangan golf dan lapangan tenis disediakan.

Ketiga pengertian resor menurut Pendit (1999) resor adalah tempat menginap dimana terdapat fasilitas khusus untuk bersantai dan berolahraga seperti tenis, golf, spa, tracking, dan jogging. Bagian concierge berpengalaman dan mengetahui betul lingkungan resor, bila ada tamu yang hitch-hiking berkeliling sambil menikmati keindahan alam resor ini.

Keempat menurut Dirjen Pariwisata (1988:13) adalah suatu perubahan tempat tinggal untuk seseorang diluar tempat tinggalnya dengan tujuan antara lain untuk mendapati kesegaran jiwa dan raga serta hasrat ingin mengetahui sesuatu. Dapat juga dikaitkan dengan kegiatan yang berkaitan dengan olahraga, kesehatan, konvensi, keagamaan serta keperluan usaha lainnya. Resor juga dapat diartikan sebagai sebuah jasa pariwisata yang setidaknya di dalamnya terdapat lima jenis pelayanan yaitu akomodasi, pelayanan makanan dan minuman, hiburan, outlet penjualan, dan fasilitas rekreasi (O'Shannessy et al., 2001:5). Adapun pasar dari usaha resor yaitu pasangan (couples), keluarga (families), pasangan yang berbulan madu (honeymoon couples), dan individu (single) (O'Shannessy et al., 2001:7). Beberapa resor yang dikemukakan para ahli memiliki kesamaan maksud dan arti, bahwa resor merupakan suatu tempat yang memiliki keindahan alam yang digunakan untuk rekreasi dan di dalamnya terdapat fasilitas penunjang kegiatan rekreasi tersebut.

Karakteristik resor yang memiliki kesamaan dari beberapa sumber yang dikemukakan antara lain:



Resor berlokasi di tempat-tempat ber pemandangan indah, tenang, tepi pantai dan sebagainya, yang tidak dirusak oleh pembangunan kota, lalu lintas yang padat dan bising, "hutan beton" dan

polusi perkotaan. Pada resor, kedekatan dengan atraksi utama dan berhubungan dengan kegiatan rekreasi merupakan tuntutan utama terhadap pasar dan berpengaruh terhadap harganya.

2. Motivasi pengunjung untuk bersenang-senang dan mengisi waktu luang menuntut ketersediaan fasilitas pokok adalah rang tidur sebagai area privasi. Fasilitas rekreasi outdoor, meliputi kolam renang, lapangan tennis, dan penataan lansekap.
3. Wisatawan yang berkunjung cenderung mencari akomodasi arsitektur dan suasana yang khusus dan berbeda dengan resor lainya. Wisatawan pengguna resor cenderung memilih suasana yang nyaman dengan arsitektur yang mendukung tingkat kenyamanan dengan tidak meninggalkan citra yang bernuansa etnik.
4. Sasaran yang ingin dicapai adalah wisatawan yang akan berkunjung, berlibur, bersenang-senang, menikmati pemandangan alam, pantai, gunung dan tempat tempat lainya yang memiliki panorama indah.

Fungsi Resor

Fungsi Resor menurut Mill (2002) dan Coltman (2002) adalah sebagai berikut :

- a. Fungsi resor bagi pengguna, adalah untuk kenyamanan berwisata, kenyamanan menginap atau menikmati fasilitas untuk berekreasi.
- b. Fungsi Resor bagi pemerintah, adalah meningkatnya pendapatan daerah dan negara
- c. Fungsi Resor membantu menciptakan sekaligus menambah lapangan kerja, termasuk jasa resor, angkutan, industry sandang pangan, pertanian, hiburan, cendramata dll.
- d. Fungsi Resor membantu perkembangan industry – industry kecil objek wisata, restoren, tempat hiburan, dan objek – objek lainnya. resor menimbulkan rasa saling mengenal serta agar gairah antar bangsa, sehingga dapat mempererat hubungan antar



Jenis Resor

Berdasarkan letak dan fasilitasnya (Lowson, 1995), resor dapat diklasifikasikan sebagai berikut:

a. Mountain Resor Hotel Resor

hotel ini terletak di daerah pegunungan. Pemandangan khas daerah pegunungan yang indah menjadi komoditi utama yang di jadikan sebagai daya tarik. Fasilitas yang disediakan lebih ditekankan pada hal-hal yang berkaitan dengan lingkungan alam pegunungan dan rekreasi yang bersifat kultural dan natural seperti mendaki gunung, hiking, dan aktifitas lainnya yang berhubungan dengan aktifitas wisata yang ada digunung. Resor hotel ini dibangun di daerah pegunungan dan memanfaatkan pemandangan dan iklim sejuk pegunungan sebagai daya tarik utamanya. Untuk menambah daya tarik pengunjung, biasanya resor semacam ini dilengkapi dengan fasilitas kolam renang di luar ruangan agar pengunjung dapat sekaligus menikmati pemandangan alam yang ada disekitar sambil berenang.

b. Health Resor and Spas

Resor jenis ini biasanya dibangun pada daerah yang memiliki potensi alam yang dapat dimanfaatkan sebagai sarana penyehatan, misalnya melalui aktifitas spa. Rancangan bangunan resor semacam ini harus dilengkapi dengan fasilitas untuk pemulihan kesegaran, baik jasmani (fisik) maupun rohani (batin) dengan kegiatan yang berhubungan dengan kebugaran dan pemandangan yang juga mendukung dalam proses relaksasi. Contoh resor jenis ini adalah Kamalaya Koh Samui Spa and Resor. Resor ini berada di Negara Thailand. Hotel ini menarik penunjang dengan fasilitas spa, yoga, dan meditasi budha sebagai sarana dalam mencapai kesegaran jasmani dan kesegaran rohani.

c. Beach Resor Hotel



Resor jenis ini terletak di daerah pantai, mengutamakan potensi alam dan pemandangan khas pantai dan laut sebagai daya tarik utamanya. Rancangan bangunan lepas menuju ke arah lautan, keindahan pantai, dan fasilitas olah raga air yang lengkap dan terbaru, seringkali dijadikan sebagai pertimbangan utama perancangan bangunan. Beach Resor Hotel adalah The 19 Seminyak Beach Resor,

Bali.

d. Marina Resor Hotel

Resor hotel jenis ini terletak dikawasan marina (pelabuhan laut). Karena terletak di kawasan marina, rancangan resor ini memanfaatkan potensi utama kawasan tersebut sebagai kawasan perairan. Biasanya respon dari rancangan resor semacam ini di wujudkan dengan melengkapi fasilitas berupa dermaga serta mengutamakan penyediaan fasilitas yang berhubungan dengan kegiatan air, pemandangan tepi pantai dan fasilitas untuk menikmati sinar matahari yang berlimpah. Contoh resor ini adalah Maritim Resor and Spa Mauritius.

e. Rural Resor and Country Hotels

Trend pergeseran pariwisata saat ini yang mengarah kepada aktifitas wisata yang dilakukan di daerah-daerah yang masih alami dengan potensi alam yang menarik membuka peluang dibangunnya resor berjenis ini. Rural resort and country hotels adalah resor hotel yang dibangun di daerah pedesaan jauh dari area bisnis dan keramaian. Daya tarik utama dari resor ini adalah lokasinya yang masih alami, diperkuat dengan fasilitas olahraga dan rekreasi yang jarang ada dikota kota seperti berburu, bermain golf, tenis, berkuda, panjat tebing, memanah, atau aktifitas khusus lainnya. Contoh resor jenis ini adalah castello banfi il borgo, Italia.

Klasifikasi Resor

Berdasarkan keputusan dirjen pariwisata No.14/U/11/88 tentang pelaksanaan ketentuan usaha dan penggolongan resor. Dapat dijelaskan pada klasifikasi standar di bawah ini:

a. Resor bintang satu : minimal 20 kamar

b. Resor bintang dua : minimal 20 kamar

Resor bintang tiga : minimal 30 kamar

Resor bintang empat : minimal 50 kamar

Resor bintang lima : minimal 100 kamar

Resor bintang lima + diamond. Resor dengan kualitas lebih baik dari

Resor bintang lima.



1.6. Tinjauan Umum Penyembuhan Holistik

Pengertian Penyembuhan Holistik

Kata holistik atau “holistik” berasal dari kata “whole” yang bermakna menyeluruh. Dalam konteks penyembuhan maka manusia dianggap sebagai suatu sistem yang lengkap, tidak hanya sekedar tubuh fisik, tetapi juga ada eksistensi entitas lainnya, mulai dari mental, emosional, bahkan spiritual, tergantung dari sistem pemodelan yang dianut.

Pemahaman holistik dalam konteks penyembuhan atau kesehatan, bermakna bahwa seluruh entitas yang menyusun eksistensi manusia akan saling mempengaruhi antara satu dan lainnya. Dalam contoh yang paling sederhana, ketika seseorang mengalami tekanan psikologis, maka tidak jarang beberapa saat kemudian akan memunculkan penyakit fisik, atau dikenal sebagai penyakit psikosomatis. Artinya dalam tataran yang paling sederhana, terdapat relasi antara psikologis dan fisik.

Terapi holistik atau yang biasa disebut dengan *holistic psychotherapy* adalah jenis terapi integratif. Artinya, ada perpaduan Ketika seorang pakar menerapkan terapi holistik, tentu ada lebih dari satu teknik yang diterapkan. Tujuan utamanya adalah membantu individu mengenali gejala yang mereka alami.

Selain itu, strategi semacam ini juga didesain untuk membuat seseorang kian sadar akan dirinya sendiri. Dengan demikian, koneksi antara tubuh dan pikiran bisa dipahami dalam perannya terhadap kesehatan mental.

Teknik-teknik dalam terapi holistik biasanya berakar pada pola pikir *mindful* dan gerakan tubuh pula. Biasanya, klien akan dibuat rileks sehingga bisa lebih mencerna bagaimana relasi antara jiwa dan raga.



Contoh dari terapi holistik seperti:

1. Yogi

2. Pernapasan

3. Imajinasi terarah (*guided imagery*)
4. Hipnosis
5. Pemberian pijatan
6. Meditasi
7. Reiki
8. Tai chi
9. Yoga
10. Mindfulness
11. Biofeedback (mengendalikan respons tubuh)

Selain beberapa teknik di atas, terapis juga mungkin memasukkan pendekatan terapi psikologis seperti terapi perilaku kognitif, psikoanalisis, dan terapi yang fokus pada individu atau *person-centered therapy*.

Jenis Penyembuhan Holistik

Psikoterapi holistik adalah istilah yang memayungi beberapa jenis penanganan berbeda. Lebih jauh lagi, macamnya bisa berupa:

a. Integratif atau eklektik

Sesuai namanya, eklektik berarti memilih yang terbaik dari beberapa opsi. Artinya, pendekatan ini berdasar pada beberapa tradisi dan teknik demi memenuhi mana yang paling diperlukan klien.

b. Terapi tubuh dan pikiran



Memanfaatkan teknik terapi yang fokus dalam mengoptimalkan fungsi lain itu, ada pula terapi pikiran berupa relaksasi. Tujuannya ini membuat kesehatan kian optimal.

natik

an yang berpusat pada tubuh dengan memanfaatkan strategi

seperti teknik pernapasan, menari, meditasi, dan sebagainya. Fungsinya untuk meredakan stres hingga menyembuhkan trauma. Ini juga bisa menjadi media untuk menangani masalah kesehatan mental lainnya.

d. Terapi spiritual

Pendekatan yang satu ini memasukkan sistem kepercayaan dan keyakinan seseorang. Lewat parameter ini, dicari tahu lebih jauh apa akar masalah yang tengah dihadapi.

1.7. Studi Banding

Kamalaya Koh Samui, Thailand



Gambar 1 Kamalaya Koh Samui

Sumber: <https://travelandleisureasia.com/> diakses tanggal 2 Oktober 2022



Arsitek : John Stewart

ian : Resor

: Na-Muang, Koh Samui, Suratthani, Thailand

tektur keseluruhan Kamalaya adalah cerminan dari konsep ra: bahwa hubungan dengan alam adalah elemen penting lihara yang integral dengan kesehatan dan kesejahteraan

seseorang secara keseluruhan. Keindahan alam sekitarnya dengan batu-batu kuno, vegetasi subur dan garis pantai yang masih asli, terintegrasi ke dalam keanggunan sederhana arsitektur dan desain Kamalaya. 76 pilihan akomodasi yang unik berkisar dari Kamar Hillside yang nyaman hingga Suite dengan pemandangan laut, Vila yang luas, dan Suite Penthouse, termasuk beberapa dengan kolam renang pribadi.

Mengintegrasikan keindahan lingkungan sekitar ke dalam desainnya, Wellness Sanctuary memiliki ruang perawatan terbuka serta suite ber-AC yang mewah. Ada lebih dari 50 profesional kesehatan bersertifikat di Kamalaya, termasuk naturopaths, dokter pengobatan Cina, dokter medis barat, perawat terdaftar, ahli gizi, ahli transformasi kehidupan, terapis Ayurveda dan Thailand, spesialis kebugaran dan guru yoga, meditasi dan pranayama.

Kamalaya menawarkan 16 program kesehatan yang terbagi dalam lima kategori berbeda termasuk Healthy Lifestyle, Detox & Reset, Stress & Burnout, Cultivating Heart, Body & Spirit, dan program Taste of Kamalaya yang dapat dinikmati hanya dalam tiga hari; menjadikan Kamalaya salah satu resor detoks dan pembersihan pertama di Thailand. Sejak dibuka pada tahun 2005, program retreat telah diakui di seluruh dunia sebagai salah satu tujuan kesehatan terkemuka dan telah memenangkan banyak penghargaan sekaligus menarik pengunjung dari Eropa, Australia, AS, Timur Tengah dan Asia. Bagi banyak orang, dunia kita yang modern dan serba cepat telah memutuskan hubungan mereka dari sumber potensi penyembuhan mereka yang kuat. Di Kamalaya, terhubung kembali ke sumber itu bisa menjadi pengalaman transformasional yang mendalam.

The Farm at San Benito, Filipina





Gambar 2 The Farm

Sumber: <https://www.thefarmatsanbenito.com/> diakses 2 Oktober 2022

Arsitek : Raymond Hernandez

Luas Bangunan : 520.000 m²

Lokasi : Batangas, Filipina

The Farm at San Benito adalah resor kesehatan holistik yang terletak di Lipa City, Batangas, Filipina. Resor ini terkenal dengan pendekatan integratifnya yang menggabungkan pengobatan ilmiah modern dengan terapi alami yang efektif.

Fitur Utama:

1. **Lokasi dan Lingkungan:** Terletak di lahan seluas 52 hektar yang subur, The Farm menawarkan pemandangan pegunungan Malarayat yang menakjubkan, udara segar, dan energi yang menyegarkan. Lingkungan alami ini menciptakan suasana yang tenang dan mendukung penyembuhan.

2. **Program Kesehatan Holistik:** The Farm menawarkan berbagai program kesehatan yang dipersonalisasi, seperti detoksifikasi, manajemen berat badan, pencegahan diabetes, kesehatan jantung, perawatan kanker holistik. Program-program ini dirancang oleh medis integratif yang terlatih secara internasional.



fasilitas Mewah: Resor ini memiliki 60 suite dan vila eksklusif yang dirancang dengan bahan alami dan pemandangan yang

menakutkan. Setiap akomodasi menawarkan kenyamanan dan privasi maksimal, dengan pilihan seperti vila dengan kolam renang pribadi dan suite dengan pemandangan taman atau hutan.

4. **Aktivitas Mindful:** The Farm menyediakan berbagai aktivitas seperti sesi yoga, meditasi, jalan-jalan di alam, pelatihan fungsional, dan healing movements. Aktivitas ini dirancang untuk meningkatkan kesejahteraan fisik dan mental tamu.
5. **Kuliner Kesehatan:** Restoran di The Farm menyajikan masakan vegan, vegetarian, dan pescetarian yang berbasis pada konsep makanan penyembuhan. Makanan ini dibuat dari bahan-bahan lokal yang ditanam secara organik dan disajikan dengan filosofi farm-to-table.



Gambar 3 Layout One Taste Holistik

[s://www.thefarmatsanbenito.com](http://www.thefarmatsanbenito.com) diakses 2 Oktober 2022

ia di balik desain The Farm at San Benito adalah Raymond seorang arsitek Filipina yang terkenal dengan pendekatan berkelanjutan dan harmonis dengan alam¹. Hernandez



bekerja sama dengan tim desain untuk menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan dan kesejahteraan, menggunakan bahan-bahan lokal dan ramah lingkungan dalam konstruksinya.

SHA Wellness Clinic, Spanyol



Gambar 4 SHA Wellness Clinic

Sumber: <https://www.shawellness.com/> diakses tanggal 2 Oktober 2022

Arsitek : Carlos Giraldi, Elvira Blanco Montenegro
 Luas Bangunan : 13.780 m²
 Lokasi : Spanyol

SHA Wellness Clinic adalah destinasi kesehatan holistik yang terletak di Albir, Spanyol, di tepi Laut Mediterania. Klinik ini terkenal dengan pendekatan integratifnya yang menggabungkan pengobatan ilmiah modern dengan terapi alami yang efektif.



SHA: SHA mengintegrasikan teknik medis paling canggih pendekatan pencegahan dan terapi alami. Fokus utamanya pada nutrisi terapeutik, pencegahan, genetika, dan anti-

n.


2. Program Kesehatan: SHA menawarkan berbagai program kesehatan yang dipersonalisasi, seperti detoksifikasi, manajemen berat badan, anti-stres, dan perawatan anti-penuaan. Setiap program disesuaikan dengan kebutuhan individu setelah evaluasi medis dan terapeutik.
3. Fasilitas Mewah: Resor ini memiliki fasilitas mewah termasuk suite dan residensial yang dirancang dengan bahan alami, ruang terbuka yang luas, dan pemandangan yang menakjubkan. SHA juga memiliki restoran SHAmadi yang menyajikan makanan sehat dan lezat.
4. Aktivitas dan Pembelajaran: SHA menawarkan berbagai aktivitas seperti kelas memasak sehat, sesi mind-body, dan ceramah kesehatan. Ini dirancang untuk memberikan alat dan pengetahuan untuk kesejahteraan jangka panjang.
5. Lokasi yang Indah: Terletak di tengah Taman Alam Sierra Helada, SHA menawarkan iklim yang menyenangkan dengan 330 hari sinar matahari per tahun, menciptakan lingkungan yang ideal untuk relaksasi dan pemulihan.


SHA Wellness Clinic didesain oleh arsitek terkenal Carlos Gilardi dan interior desainer Elvira Blanco Montenegro. Mereka bekerja sama untuk menciptakan lingkungan yang menggabungkan kemewahan dengan prinsip-prinsip kesehatan holistik. Desain mereka memanfaatkan bahan-bahan alami dan ramah lingkungan, serta mengintegrasikan elemen-elemen alam untuk menciptakan suasana yang tenang dan mendukung kesejahteraan.



Aspek Komparasi

Tabel 1 Kesimpulan studi banding

No.	Studi Banding	Lokasi	Luas	Fungsi	Fasilitas Unggulan dan Pendukung	Elemen yang di dapat
1.	<p data-bbox="376 534 639 561"><i>Kamalaya Koh Samui</i></p>   <p data-bbox="182 1126 382 1200">Optimized using trial version www.balesio.com</p>	Koh Samui, Thailand	26.200 m ²	<i>Wellness Sanctuary and Holistik Spa</i>	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Lobby</i> - <i>Wellness Sanctuary</i> - <i>Restaurant and cuisine</i> - <i>Monk's Cafe</i> - <i>Beach and pool</i> - <i>Hillside Room</i> - <i>Sea View Suite</i> - <i>Beach Front villa</i> 	<p data-bbox="1652 538 1829 743">Elemen arsitektur alam yang menjadi konsep utama resor</p> <p data-bbox="1652 790 1867 1186">Zonasi ala resor yang membuat setiap akomodasi yang ada memiliki privasi dan hubungan langsung pengguna terhadap alam</p>

2	<p style="text-align: center;"><i>SHA Wellness Clinic</i></p> 	Albir, Spanyol	13.780 m2	<i>Wellness Hotel</i>	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Lobby</i> - <i>Ruang Meditasi</i> - <i>Ruang Yoga</i> - <i>Courtyard</i> - <i>Sauna</i> 	<p>SHA Wellness Clinic di Albir, Spanyol, mencakup area yang luas dengan berbagai fasilitas kesehatan dan kebugaran. Klinik ini terdiri dari tujuh lantai yang dirancang untuk menciptakan suasana yang tenang dan mendukung kesehatan.</p> <p>Selain itu, SHA Wellness Clinic juga memiliki</p>
---	---	-------------------	--------------	---------------------------	--	--



						berbagai suite dan residensial yang dirancang dengan bahan alami dan pemandangan yang menakjubkan.
3.	<p><i>The Farm at San Benito</i></p> 	Batangas, Filipina	172.000 m2	<i>Wellness Resort</i>	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Lobby</i> - <i>Secret Garden</i> - <i>Amphiteater</i> - <i>Wellness Restaurant</i> - <i>Serving S</i> 	<p>The Farm at San Benito adalah resor kesehatan holistik yang terkenal dengan arsitektur yang harmonis dengan alam sekitarnya.</p> <p>Banyak ruang di The Farm yang</p>



						<p>dirancang untuk mengundang alam masuk, dengan jendela besar, teras terbuka, dan pemandangan yang menakjubkan. Lanskap yang dirancang dengan baik membantu menciptakan aliran energi yang baik dan suasana yang menyegarkan.</p>
--	--	--	--	--	--	--



BAB II

METODE PERANCANGAN

2.1. Jenis Pembahasan

Metode pembahasan yang digunakan yaitu metode kualitatif deskriptif, metode yang menggambarkan data arsitektural dan non-arsitektural dari studi kasus berupa wadah penunjang resor penyembuhan holistik yang didalamnya ada pengguna penyembuhan holistik, kebutuhan ruang penyembuhan holistik, dan hal-hal yang menunjang proses perancangan dari judul yang telah ditetapkan.

Dalam proses perancangan terdapat beberapa tahapan ataupun komponen pembentuk yang saling berkait. Data-data yang dikumpul sebelumnya, dilakukan analisa agar tercipta penggambaran yang lengkap mengenai karakteristik yang ada, sehingga dapat dengan mudah menyusun landasan perencanaan dan perancangan Resor Penyembuhan Holistik.

2.2. Waktu Pengumpulan

Observasi dan analisis data terkait proses perancangan dilaksanakan mulai pada bulan September 2022 hingga waktu yang belum ditentukan sesuai kebutuhan.

2.3. Pengumpulan Data

2.3.1. Studi Pustaka

Metode pengumpulan data dengan cara mencari data mengenai resor penyembuhan holistik melalui buku, karya ilmiah, internet, dan jurnal terdahulu yang berkaitan dengan rancangan, berupa:

- a. Data lingkup resor berupa batasan, fungsi, jenis, dan klasifikasi.
- b. Data lingkup penyembuhan holistik berupa pengertian, fungsi, jenis, manfaat



lingkup arsitektural mengenai studi literatur sejenis, dan standar menjadi acuan perancangan

lingkup non-arsitektural mengenai fungsi bangunan, jenis karakteristik lokasi, dan peraturan pemerintah yang berlaku.

2.3.2. Studi Komparatif

Bentuk penelitian yang membandingkan variable-variable berhubungan dengan mengemukakan perbedaan ataupun persamaan yang di tarik dalam konklusi baru dan selanjutnya menggunakan hasil pertimbangan tersebut diterapkan pada perancangan.

- a. Pola tata ruang
- b. Kebutuhan ruang
- c. Pola tata massa bangunan
- d. Hubungan dan dimensi ruang
- e. Pola organisasi ruang
- f. Sistem struktur
- g. Sistem utilitas.

2.4. Teknik Analisis Data

Analisis merupakan hal yang sangat penting dalam proses perancangan. Analisis yang digunakan dalam Resor Penyembuhan Holistik diantaranya :

1. Analisis aktivitas dan pengguna
2. Analisis bentuk
3. Analisis fungsi
4. Analisis tapak



2.5. Pendekatan Konsep Perancangan

Rekap analisis yang berkaitan dengan semua hasil analisis, nantinya dari proses ini akan muncul konsep yang nantinya menjadi pedoman dalam menyusun konsep rancangan.

2.6. Sistematika Pembahasan

1. BAB I PENDAHULUAN

Bab ini berisi penjelasan mengenai latar belakang, rumusan masalah, tujuan, lingkup pembahasan, dan sistematika penulisan. Merumuskan permasalahan dan tujuan serta sasaran dari perancangan Resor Penyembuhan Holistik.

2. BAB II TINJAUAN PUSTAKA

Berisi penjelasan tentang Resor Penyembuhan Holistik melalui studi pustaka data-data terkait dari buku, karya ilmiah, dan internet. Penjelasan terbatas pada lingkup Resor Penyembuhan Holistik, serta kegiatan dan fasilitas yang diperlukan, dan melakukan perbandingan sebagai pedoman perancangan.

3. BAB III METODE PEMBAHASAN

Berisi penjelasan mengenai metode perancangan yang akan digunakan, seperti jenis pembahasan, waktu pengumpulan, teknik pengumpulan data, studi literatur, dan analisis data serta sistematika pembahasan.

4. BAB IV RESOR PENYEMBUHAN HOLISTIK

Berisi penjelasan tentang hal terkait Resor Penyembuhan Holistik yang mencakup analisis aktivitas dan pengguna, analisis site, analisis bentuk, analisis sistem utilitas, dan analisis fisika bangunan.

5. BAB V KONSEP DASAR RESOR PENYEMBUHAN HOLISTIK

Berisi konsep dasar rancangan yang meliputi data makro berupa analisis tapak, iklim, arah bangunan, serta data mikro berupa analisis kebutuhan ruang, fungsi ruang, sifat ruang, dan lain-lain sebagai proses dalam

Resor Penyembuhan Holistik

