

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Tingkat stres yang tinggi di perkotaan telah menjadi masalah yang semakin mendalam di banyak kota besar di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Pola hidup yang serba cepat dan kompetitif, tekanan pekerjaan yang konstan, dan kondisi lingkungan yang kurang ideal adalah beberapa faktor utama yang memicu tingginya tingkat stres di perkotaan. Di wilayah perkotaan, risiko terjadinya masalah kesehatan mental sering kali lebih tinggi daripada di pedesaan (Gruebner et al., 2017). Stres ini umumnya dipicu oleh lingkungan perkotaan yang kurang ideal, termasuk kepadatan penduduk, polusi udara, permasalahan sosial, serta kemacetan dan kebisingan yang tinggi. Kemacetan tersebut menyebabkan tingkat stres yang tinggi pada mereka yang menggunakan jalan, meningkatkan tingkat polusi udara di dalam kota, dan mengganggu aktivitas bisnis (Mahfudhi & Handoyo, 2014). Secara prinsip, stres adalah bentuk ketegangan, baik secara fisik maupun mental yang bisa mengakibatkan penurunan produktivitas.

Tidak bisa disangkal bahwa kota Surabaya sebagai pusat bisnis, perdagangan, industri, dan pendidikan di Jawa Timur, memiliki berbagai masalah yang harus dihadapi, salah satunya adalah tingginya tingkat kemacetan lalu lintas yang menjadi penyebab utama tingkat stres di kalangan penduduknya. Peningkatan kondisi emosional saat menghadapi kemacetan dapat memiliki dampak negatif pada kesehatan pribadi, mengganggu hubungan sosial, dan mengurangi produktivitas kerja (Tondok, 2009). Tingginya jumlah penduduk juga mengakibatkan peningkatan jumlah kendaraan pribadi, yang menyebabkan tingkat kepadatan lalu lintas yang cukup tinggi di kota Surabaya. Survei *Standard Castrol Magnatec Stop-Start Index* menempatkan Surabaya sebagai kota dengan kemacetan terburuk di dunia urutan keempat berada di bawah Jakarta, Istanbul, dan Mexico City, kemacetan ini disebabkan oleh penggunaan kendaraan bermotor yang banyak di

kota ini (Listyanti, 2015). Rata-rata kendaraan bermotor di Surabaya harus berhenti dan berjalan (*stop-start*) kembali sebanyak 29.880 kali dalam kurun waktu setahun.

Masalah tingkat stres yang tinggi di Surabaya merupakan tantangan yang perlu diatasi agar tidak mengganggu kinerja masyarakat. Berbagai metode dapat digunakan untuk mengurangi stres, termasuk menjaga pola makan yang sehat, merawat kesehatan fisik, melakukan relaksasi, mengejar kegiatan yang menghibur, menjalin hubungan yang harmonis, menjadwalkan aktivitas harian dengan teratur, merawat tanaman dan hewan peliharaan, serta mengalokasikan waktu untuk diri sendiri atau keluarga, dan menghindari isolasi diri (Sukadiyanto, 2010). Selain itu, memiliki tingkat kebugaran fisik yang baik membantu individu mengatasi stres karena ambang rangsang psikis mereka lebih tinggi. Fondasi penting bagi kesejahteraan psikologis individu termasuk pola makan yang sehat, istirahat yang cukup, dan tingkat kebugaran fisik yang optimal (Loehr, 1993). Dengan demikian, melakukan aktivitas fisik yang terprogram, terukur, teratur, dan rutin seperti jogging, berjalan, berenang, atau bersepeda dapat mengurangi potensi dampak stres dan menjaga tingkat kebugaran fisik individu.

Dalam hal ini, arsitektur berkelanjutan berperan sangat penting dalam menekan tingkat stres masyarakat, terutama di lingkungan perkotaan yang sering kali penuh dengan tekanan. Pendekatan ini berfokus pada menciptakan bangunan yang ramah lingkungan dan juga mendukung kesejahteraan penghuninya. Pembangunan berkelanjutan memiliki empat prinsip inti yang harus diikuti (Johnston et al., 2004). Pertama, prinsip keanekaragaman hayati menekankan perlindungan dan pemulihan keanekaragaman ekologi, kesehatan, dan fungsionalitas. Kedua, prinsip sumber daya mendorong penggunaan yang optimal, terutama sumber daya tak terbarukan. Ketiga, prinsip polusi menitikberatkan pada upaya meminimalkan polusi tanah, udara, dan air. Terakhir, prinsip kualitas hidup berfokus pada peningkatan kesehatan, keselamatan, dan kenyamanan bagi penghuni bangunan.

Meskipun kota Surabaya sudah memiliki prasarana olahraga, namun kualitas ruangan, fasilitas, dan aksesibilitas yang disediakan belum memadai untuk

memberikan dorongan yang efektif dalam mengurangi stres. Hal ini dikarenakan, persebaran prasarana olahraga di kota Surabaya belum merata karena keterbatasan lahan kosong di beberapa wilayah kota (Pemkot Surabaya, 2021), dapat dilihat pada Tabel 1.1. yang menunjukkan perbandingan antara jumlah lapangan olahraga dengan jumlah penduduk di Surabaya. Hal ini tentunya dapat menghambat dan mempengaruhi kemampuan masyarakat untuk meredakan stres dengan menjalani gaya hidup aktif dan sehat.

Tabel 1. 1 Lapangan Olahraga Milik Pemerintah Kota Surabaya Tahun 2016-2020

No	Uraian (Satuan)	2016	2017	2018	2019	2020
1	Jumlah Lapangan Olahraga (Lapangan)	428	393	479	630	665
2	Jumlah Penduduk (Jiwa)	3.307.300	3.342.627	3.094.732	3.159.481	2.970.730
3	Rasio Lapangan Olahraga (Rasio)	1:7.727	1:8.505	1:6.461	1:5.015	1:4.467

Sumber: Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil; Dinas Kepemudaan dan Olahraga, 2020

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa berolahraga memiliki potensi untuk meredakan sekaligus mengurangi stres terutama di kota Surabaya. Oleh karena itu, diperlukan perancangan pusat olahraga rekreasi yang lebih komprehensif dan lengkap. Bangunan semacam ini tidak hanya berfokus pada aspek olahraga, melainkan juga sebagai tempat hiburan dan rekreasi. Penerapan pendekatan arsitektur berkelanjutan juga dapat menjadi solusi dalam mengurangi stres dengan menciptakan lingkungan fisik yang nyaman dan menenangkan. Dengan demikian, adanya pusat olahraga rekreasi di Surabaya yang memprioritaskan kenyamanan penggunaannya memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan kesejahteraan mental, dan mendorong gaya hidup aktif dan sehat di tengah masyarakat.

1.2. Tujuan dan Sasaran Perancangan

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam perancangan pusat olahraga rekreasi ini yaitu:

- Mendorong gaya hidup sehat, meningkatkan kesejahteraan mental dan kualitas hidup masyarakat Surabaya melalui beragam kegiatan olahraga rekreasi yang menarik dan bervariasi.
- Meningkatkan kenyamanan berolahraga dan rekreasi masyarakat dengan adanya fasilitas yang lengkap dan fungsional.

Sedangkan sasaran yang ingin dicapai dengan dirancangnya pusat olahraga rekreasi ini yaitu:

- Menghadirkan pusat olahraga rekreasi yang mendorong gaya hidup sehat masyarakat Surabaya dalam mengurangi tingkat stres yang tinggi.
- Memberikan fasilitas olahraga rekreasi yang menekankan pada pendekatan arsitektur berkelanjutan dengan tujuan untuk meningkatkan kenyamanan berolahraga.

1.3. Batasan dan Asumsi

Batasan dari proyek pusat olahraga rekreasi, yaitu:

- Aktivitas pusat olahraga rekreasi, akan beroperasi setiap hari mulai pukul 09.00 WIB hingga pukul 21.00 WIB.
- Lingkup pengguna pusat olahraga rekreasi yaitu skala nasional.
- Tidak ada batasan usia terhadap pengguna pusat olahraga rekreasi, kecuali larangan anak kecil pada area olahraga berat seperti *fitness center*.

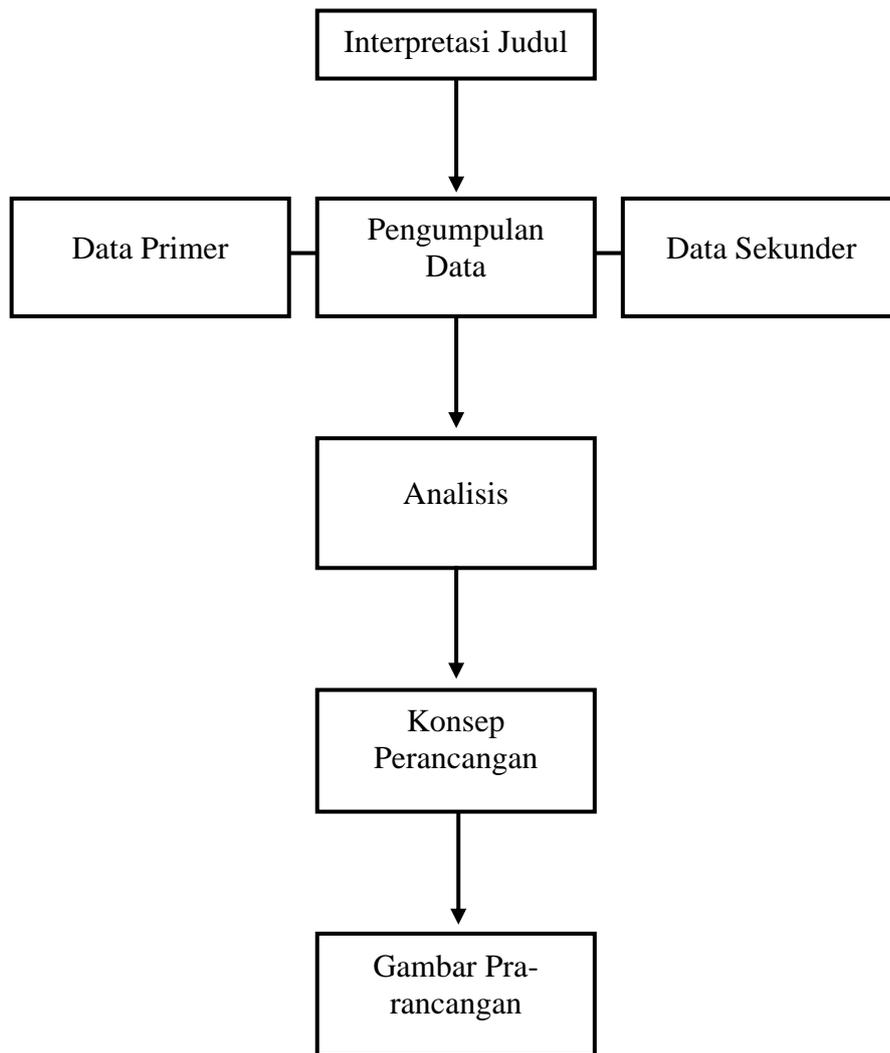
Asumsi dari proyek pusat olahraga rekreasi, yaitu:

- Pusat olahraga rekreasi dapat dikunjungi setiap waktu, karena selain dapat berolahraga juga dapat menikmati fasilitas hiburan untuk menunjang aspek rekreasi.
- Kepemilikan pusat olahraga rekreasi adalah swasta.
- Daya tampung bangunan yaitu kurang lebih 1000 orang.

1.4. Tahapan Perancangan

Pada tahapan perancangan, menjelaskan secara skematik tentang urutan susunan laporan, mulai dari tahap pemilihan judul sampai dengan laporan.

- Interpretasi Judul: Dimulai dari interpretasi judul perancangan untuk menjelaskan secara singkat terkait judul yang telah dipilih.
- Pengumpulan Data: Pengumpulan data dan informasi yang berkaitan dengan obyek perancangan. Pengumpulan data dibagi menjadi dua, yaitu data primer yang berupa hasil observasi lapangan langsung. Selain itu, terdapat data sekunder yang mencakup informasi dari internet.
- Analisis: Data yang terkumpul dianalisis lebih lanjut dengan melibatkan tinjauan literatur, referensi preseden, hingga pertimbangan lokasi (tapak), untuk merumuskan serangkaian kriteria yang akan menjadi pedoman utama dalam proses perancangan.
- Konsep Perancangan: Menata gagasan utama menjadi satu kesatuan untuk mempermudah pengembangan proses perancangan berdasarkan tema dan pendekatan agar tetap sejalan dan sesuai dengan jalur yang telah dipilih.
- Gambar Pra-rancangan: Menciptakan desain pra-rancang berisi gambar *site plan*, *layout plan*, denah, tampak, potongan, perspektif, utilitas, dan lain-lain.



Gambar 1. 1 Bagan Tahapan Perancangan Pusat Olahraga Rekreasi

Sumber: Analisis Penulis, 2023

1.5. Sistematika Laporan

Kerangka bahasan laporan perencanaan dan perancangan pusat olahraga rekreasi adalah sebagai berikut:

- Bab I Pendahuluan, berisi tentang tahapan mulai dari latar belakang pemilihan judul pusat olahraga rekreasi, tujuan dan sasaran perancangan, batasan dan asumsi perancangan, dan tahapan perancangan beserta uraian penjelasan dari tiap tahapannya yang menjelaskan secara rinci isinya.

- Bab II Tinjauan Obyek Perancangan, berisi tentang tinjauan terhadap obyek perancangan yang mirip/sama seperti judul tugas akhir pusat olahraga rekreasi, yang meliputi tinjauan umum dan tinjauan khusus. Tinjauan umum membahas tentang pengertian judul pusat olahraga rekreasi, studi literatur yang membahas tentang persyaratan area lapangan, penetapan ruang hijau, dan lain-lain. Sedangkan tinjauan khusus membahas tentang penekanan perancangan, lingkup pelayanan, hingga menentukan perhitungan luasan ruang yang akan diterapkan pada perancangan.
- Bab III Tinjauan Lokasi, berisi tentang tinjauan lokasi perancangan yang menyangkut latar belakang pemilihan lokasi, penetapan lokasi, dan fisik lokasi yang meliputi aksesibilitas, hingga potensi bangunan sekitar.
- Bab IV Analisis Perancangan, berisi tentang analisis *site*, analisis ruang, hingga analisis bentuk dan tampilan yang akan diterapkan pada perancangan pusat olahraga rekreasi.
- Bab V Konsep Perancangan, berisi tentang dasar dan metode yang dipakai sebagai acuan perancangan, serta konsep yang dipakai sebagai dasar perancangan pusat olahraga rekreasi mulai dari konsep tema rancangan, konsep tapak, bentuk, utilitas, serta struktur.