

Penerapan Konsep Pendekatan Arsitektur Biophilik pada Pusat Kebugaran dan Kesehatan di Kota Makassar

*Adam Satya Agung¹, Muhammad Awaluddin Hamdy², Syahril Idris²

¹ Mahasiswa Program Sarjana Arsitektur, Fakultas Teknik, Universitas Bosowa, Makassar

² Program Studi Arsitektur, Fakultas Teknik, Universitas Bosowa, Makassar
Jalan Urip Sumoharjo Km.4 Makassar – Sulawesi Selatan - Indonesia 90231

*Korespondensi: Adamsatya209@gmail.com,

Diterima: 07 Maret 2025

Direvisi: 01 April 2025

Disetujui: 07 Mei 2025

ABSTRAK

Kesehatan dan gaya hidup yang sehat semakin diakui sebagai aspek yang tidak dapat dipisahkan dalam pembangunan kota modern. Pusat kebugaran dan kesehatan, sebagai tempat untuk meningkatkan kesehatan fisik dan mental, dapat memberikan kontribusi nyata dalam mendorong gaya hidup sehat di kalangan masyarakat. Tujuan perancangan yaitu membahas penerapan konsep biophilik dalam desain pusat kebugaran dan kesehatan untuk meningkatkan kesejahteraan fisik dan mental pengguna. Kesadaran akan dampak lingkungan dari aktivitas manusia semakin meningkat di tengah kepedulian terhadap perubahan iklim dan pelestarian sumber daya alam. Dalam perancangan pusat kebugaran dan kesehatan dengan konsep pendekatan biophilic, penerapan prinsip-prinsip ramah lingkungan. Perancangan pusat kebugaran dengan konsep pendekatan biophilic dapat menjadi sarana untuk mendidik dan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya lingkungan berkelanjutan. Metode perancangan menggunakan metode penelitian kualitatif, yang dimana metode ini menganalisa dengan menyesuaikan data-data yang didapatkan, baik secara primer, sekunder, dan literatur. Konsep biophilic mengintegrasikan elemen-elemen alam ke dalam lingkungan binaan, menciptakan suasana yang mendukung kesehatan dan kesejahteraan. Penelitian ini mengeksplorasi manfaat pendekatan biophilic, termasuk peningkatan kualitas udara, penurunan stres, dan perbaikan suasana hati. Melalui studi kasus dan analisis literatur, artikel ini menunjukkan bagaimana penerapan prinsip-prinsip biophilic dalam desain pusat kebugaran dapat memberikan dampak positif bagi pengguna dan lingkungan sekitarnya.

Kata kunci: Pusat kebugaran, kesehatan, lingkungan, pendekatan, biophilik

ABSTRACT

Health and a healthy lifestyle are increasingly recognized as inseparable aspects of modern urban development. Fitness and health centers, as places to improve physical and mental health, can make a real contribution in encouraging a healthy lifestyle among the public. The design objective is to discuss the application of the biophilic concept in the design of fitness and health centers to improve the physical and mental well-being of users. Awareness of the environmental impact of human activities is increasing amid concern for climate change and preservation of natural resources. In designing a fitness and health center with the concept of a biophilic approach, the application of environmentally friendly principles. Designing a fitness center with the concept of a biophilic approach can be a means of educating and raising public awareness about the importance of a sustainable environment. This research method uses a qualitative research method, which this method analyzes by adjusting the data obtained, both primary, secondary, and literature. The biophilic concept integrates natural elements into the built environment, creating an atmosphere that supports health and well-being. This research explores the benefits of the

biophilic approach, including improved air quality, reduced stress, and improved mood. Through case studies and literature analysis, this article shows how the application of biophilic principles in fitness center design can have a positive impact on users and the surrounding environment.

Keywords: Fitness center, health, environment, approach, biophilic

1. PENDAHULUAN

Kesehatan dan kebugaran telah menjadi prioritas utama dalam kehidupan modern, terutama di tengah tantangan urbanisasi yang semakin pesat. Kota-kota besar seperti Makassar menghadapi berbagai isu lingkungan yang mempengaruhi kualitas hidup, termasuk peningkatan polusi udara, penurunan kualitas lingkungan perkotaan, dan gaya hidup yang semakin sibuk dan melupakan pentingnya berolahraga. Kondisi ini menyebabkan meningkatnya kebutuhan masyarakat akan fasilitas yang tidak hanya membantu menjaga kesehatan fisik, tetapi juga kesejahteraan mental.

Pusat kebugaran dan kesehatan telah menjadi salah satu solusi populer bagi masyarakat urban yang berusaha menyeimbangkan rutinitas sehari-hari dengan aktivitas fisik yang mendukung kesehatan. Namun, banyak pusat kebugaran yang dirancang hanya untuk memenuhi fungsi dasar sebagai tempat berolahraga, tanpa memperhatikan aspek desain yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis dan emosional pengguna. Desain interior yang monoton dan minimnya interaksi dengan elemen alam dapat menyebabkan pengalaman yang kurang memuaskan dan tidak memberikan manfaat optimal bagi penggunanya.

Pendekatan biophilik berupaya menciptakan lingkungan fisik yang memungkinkan manusia untuk merasa lebih terhubung dengan alam dan memberikan berbagai manfaat, termasuk peningkatan kesejahteraan, produktivitas, dan kualitas hidup (Apipah, A.N dan Wirasmoyo, W. 2021). Beberapa prinsip utama dari pendekatan biophilic yaitu penggunaan material alami, desain menggunakan material alami seperti kayu, batu, dan tanaman untuk menciptakan suasana yang lebih dekat.

Di sinilah konsep biophilik hadir sebagai pendekatan inovatif dalam desain arsitektur dan interior pusat kebugaran dan kesehatan. Konsep biophilic, yang didasarkan pada teori biophilia, mengakui adanya hubungan bawaan manusia dengan alam dan pentingnya menghadirkan elemen- elemen alami dalam lingkungan binaan (Kellert, S.R., dkk, 2008). Pendekatan ini tidak hanya berfokus pada estetika, tetapi juga pada penciptaan lingkungan yang mendukung kesehatan holistik pengguna. Melalui integrasi elemen seperti cahaya alami, vegetasi, dan material organik, desain biophilic dapat menciptakan ruang yang lebih menyenangkan, menyegarkan, dan secara signifikan meningkatkan kualitas pengalaman di pusat kebugaran (Justice, R. 2021; Havidz, I., & Ashadi, A. 2020). Dengan mempertimbangkan pertumbuhan kota, tantangan lingkungan, dan aspirasi masyarakat yang semakin sadar akan kesehatan dan lingkungan, perancangan pusat kebugaran dan kesehatan dengan konsep pendekatan Biophilic di Kota Makassar bukan hanya tentang menciptakan bangunan fisik, tetapi juga tentang menciptakan dampak positif jangka panjang bagi kota dan masyarakatnya.

Penerapan konsep biophilic design dalam pusat kebugaran dan kesehatan di Kota Makassar dapat menciptakan lingkungan yang lebih sehat, nyaman, dan meningkatkan kualitas hidup pengunjung. Konsep biophilic mengintegrasikan unsur-unsur alam seperti tanaman, cahaya alami, dan aliran udara untuk mengurangi stres dan meningkatkan suasana hati. Di Makassar, konsep ini dapat diaplikasikan melalui desain bangunan yang memprioritaskan pencahayaan alami, ventilasi, dan penggunaan material ramah lingkungan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana penerapan konsep biophilik

dalam desain pusat kebugaran dan kesehatan dapat memberikan dampak positif terhadap kesejahteraan fisik dan mental pengguna, serta bagaimana pendekatan ini dapat menjadi standar baru dalam desain fasilitas kebugaran di era modern yang semakin kompleks.

2. LANDASAN TEORI

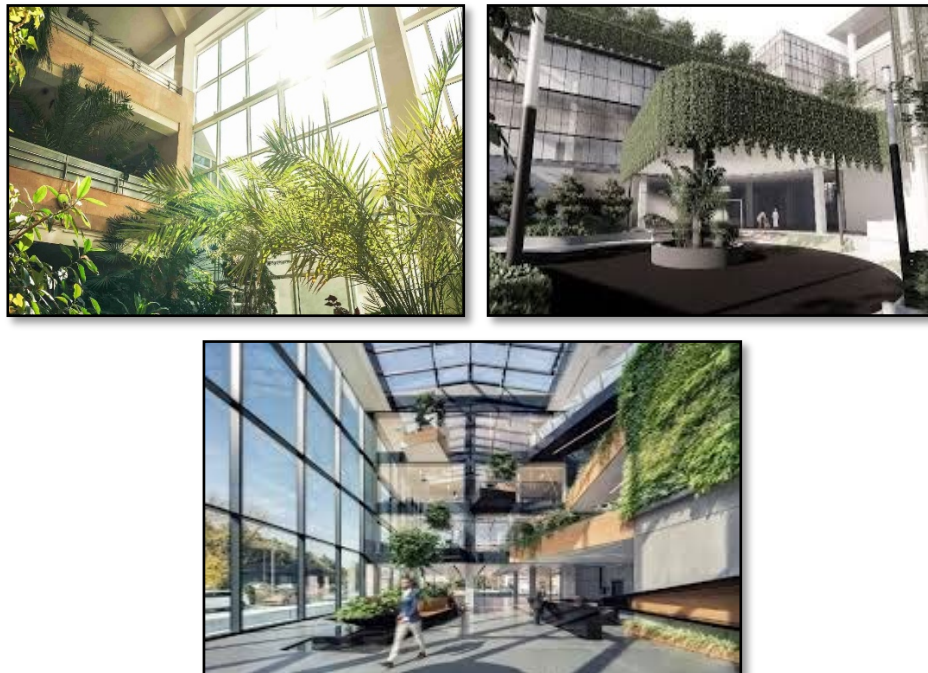
Arsitektur Biophilik

Konsep biophilic adalah pendekatan desain yang bertujuan untuk menghubungkan manusia dengan alam di dalam lingkungan binaan. Pendekatan ini berakar pada teori biophilia, yang dikemukakan oleh Edward O. Wilson pada tahun 1984, menyatakan bahwa manusia memiliki afinitas alami terhadap alam. Prinsip-prinsip utama dari desain biophilic meliputi penggunaan material alami, pencahayaan alami, akses terhadap pemandangan alam, dan integrasi tanaman dalam ruang. Arsitektur biofilik adalah konsep arsitektur yang berfokus pada menciptakan hubungan yang kuat antara manusia dan alam, dengan memasukkan unsur-unsur alam ke dalam desain bangunan. Konsep ini bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup penghuni dengan menciptakan lingkungan yang menenangkan dan memberikan sensasi keterhubungan dengan alam.

Arsitektur biophilic bisa ditemukan di rumah, apartemen, sampai ruang publik seperti kantor dan mal. Dan penerapannya dapat dilakukan pada bagian interior maupun eksterior bangunan. Karena saat ini memang sudah banyak developer perumahan yang mementingkan konsep bangunan berkelanjutan (*sustainable building*).

Sehingga pendekatan biophilic diterapkan untuk menjawab berbagai isu kontemporer yang berkembang dalam komunitas arsitektur. Misalnya dengan menghadirkan tekstur kayu yang kuat untuk memberikan kesan nyaman bagi psikis, pemilihan warna seperti cokelat atau abu abu yang menunjukkan suasana alam, hingga bukaan tambahan untuk mengoptimalkan sirkulasi udara dan cahaya.

Konsep biophilic yang mampu memberikan dampak positif pada fisik manusia, mental dan perilaku, membuatnya semakin banyak digemari oleh masyarakat. Dimana konsepnya mampu ditemukan di dalam rumah, apartemen, hingga ruang publik.



Gambar 1. Konsep Arsitektur Biophilik

<https://www.google.com/search?q=konsep%20arsitektur%20biophilic&udm>

Penerapan Konsep Biophilic Pada Pusat Kebugaran Dan Kesehatan

Penerapan konsep biophilic pada pusat kebugaran dan kesehatan dapat diwujudkan melalui beberapa cara: (Wilson, E.O. 1984).

- a. **Penggunaan Material Alami** : Material seperti kayu, batu, dan tanaman hidup memainkan peran penting dalam menciptakan suasana yang hangat dan ramah bagi pengguna. Material alami ini tidak hanya menambah estetika ruangan tetapi juga memberikan manfaat psikologis dengan menciptakan lingkungan yang lebih organik dan dekat dengan alam. Kayu, misalnya, memiliki efek menenangkan, sementara batu dapat memberikan kesan kokoh dan stabil. Penggunaan tanaman hidup di dalam ruangan juga berfungsi sebagai elemen dekoratif sekaligus alat pembersih udara alami, membantu menyaring polutan dan meningkatkan kualitas udara.
- b. **Pencahayaan Alami** : Pencahayaan alami adalah salah satu komponen kunci dalam desain biophilic. Desain yang memungkinkan masuknya cahaya matahari secara optimal, baik melalui jendela besar, skylight, atau dinding kaca, dapat meningkatkan kenyamanan visual, mengurangi ketergantungan pada pencahayaan buatan, dan mendukung ritme sirkadian pengguna. Cahaya matahari yang melimpah juga dapat meningkatkan produksi vitamin D, memperbaiki suasana hati, dan mengurangi stres. Selain itu, pencahayaan alami membantu mengurangi konsumsi energi, mendukung upaya keberlanjutan lingkungan.
- c. **Integrasi Vegetasi** : Vegetasi, baik dalam bentuk tanaman hias, taman vertikal, maupun area hijau di sekitar bangunan, memainkan peran penting dalam menciptakan lingkungan yang sehat dan menyegarkan. Tanaman di dalam ruangan tidak hanya meningkatkan estetika ruang tetapi juga berfungsi sebagai penyaring udara alami, membantu mengurangi kandungan CO₂ dan meningkatkan kualitas udara. Selain itu, kehadiran tanaman dapat memberikan efek relaksasi, menurunkan tekanan darah, dan meningkatkan fokus serta produktivitas. Vegetasi di sekitar bangunan juga dapat membantu mengurangi efek pulau panas perkotaan, menciptakan iklim mikro yang lebih sejuk dan nyaman.
Vegetasi dapat menurunkan suhu udara tergantung pada jenis vegetasi dan penerapannya (Koerniawan dkk, 2016). Adityo (2016) dalam penelitiannya di Yogyakarta dengan menggunakan simulasi Envi-Met mengatakan bahwa vegetasi pepohonan lebih efektif dalam menurunkan suhu kawasan dibandingkan vegetasi penutup tanah. Pohon mempunyai tajuk yang dapat menutupi area di bawahnya dan juga efektif dalam memantulkan radiasi matahari, menyerap radiasi matahari serta membantu memecah dan mengarahkan angin. Selain elemen arsitektur, elemen lanskap seperti pepohonan dan vegetasi juga dapat digunakan sebagai pelindung terhadap radiasi matahari. Kehadiran pepohonan secara langsung/tidak langsung akan menurunkan suhu udara sekitar karena radiasi matahari akan diserap oleh daun untuk fotosintesis dan penguapan (Hamdy, M. A., dkk. 2023). Efek bayangan oleh vegetasi akan menghalangi pemanasan permukaan bangunan dan tanah di bawahnya (Syarifah, H.N, 2021).
- d. **Desain Ruang Terbuka** : Ruang terbuka yang luas di dalam pusat kebugaran memberikan ruang bagi pengguna untuk berinteraksi dengan alam secara langsung. Area terbuka ini bisa berupa teras, taman, atau halaman yang memungkinkan pengguna untuk berolahraga di luar ruangan atau sekadar bersantai setelah beraktivitas. Ruang terbuka yang dirancang dengan baik dapat memberikan kesempatan bagi pengguna untuk berjemur, menikmati udara segar, dan merasakan ketenangan dari hiruk-pikuk kehidupan kota. Interaksi dengan elemen-elemen alam ini membantu mengurangi stres, meningkatkan mood, dan memberikan pengalaman kebugaran yang lebih holistik.



Gambar 2. Comntoh model arsitektur biophilik pada pusat kebugaran dan kesehatan

Sumber: Adam Satya A, 2024

Manfaat Arsitektur Biophilik

Adapun manfaat di terapkannya arsitektur biophilik pada desain rancangan menurut Justice. R, 2021 yaitu:

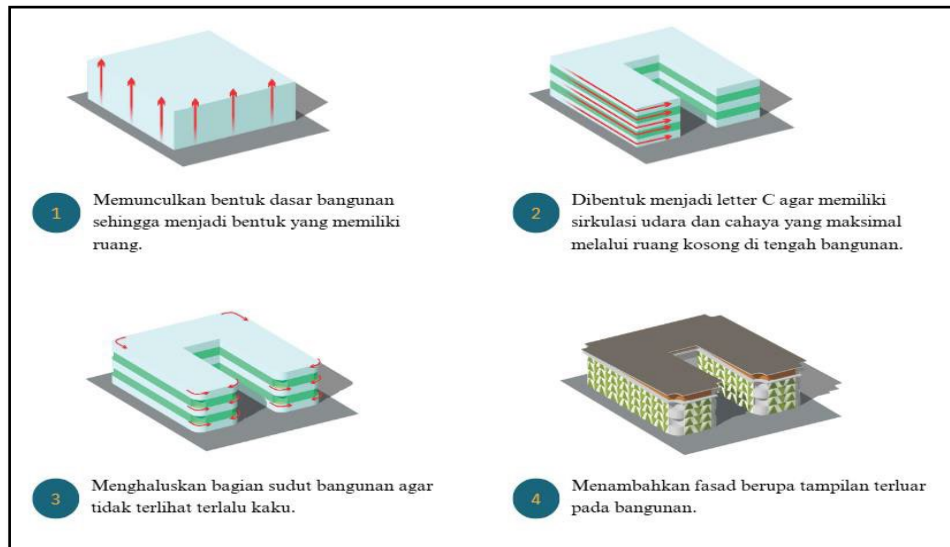
- a. Peningkatan Kesejahteraan Psikologis: Dengan menciptakan lingkungan yang nyaman dan menyenangkan, arsitektur biophilik dapat membantu mengurangi stres, meningkatkan suasana hati, dan menciptakan perasaan yang lebih bahagia.
- b. Peningkatan Kesehatan Fisik: Dengan menciptakan lingkungan yang sehat dan bersih, arsitektur biophilik dapat membantu meningkatkan sistem kekebalan tubuh, mempercepat penyembuhan, dan mengurangi risiko penyakit.
- c. Peningkatan Kualitas Hidup: Arsitektur biophilik dapat membantu meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan dengan menciptakan lingkungan yang lebih harmonis, nyaman, dan produktif.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian mengenai penerapan konsep pendekatan Biophilik pada pusat kebugaran dan kesehatan ini berlokasi di Kota Makassar. Metode pengolahan data yang digunakan adalah data primer dan sekunder. Data yang didapatkan diperoleh dari hasil survei lapangan, dan studi literatur. Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif, yang dimana metode ini menganalisa dengan menyesuaikan data-data yang didapatkan, baik secara primer, sekunder, dan literatur.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penerapan Konsep Pendekatan Biophilik pada pusat kebugaran dan kesehatan di Kota Makassar yang diambil berdasarkan tolak ukur penerapan arsitektur Biophilik terhadap sebuah bangunan. Bentuk bangunan terinspirasi dari sebuah bentuk magnet yang berbentuk letter C. Gambar 1 memperlihatkan filosofi magnet yang dapat menarik semua jenis besi dan aluminium, begitu pula maksud dari inspirasi bangunan ini yang mengharapkan dapat menarik masyarakat atau orang-orang sekitar untuk berolahraga dan menjaga kesehatannya dengan memanfaatkan fasilitas yang tersedia dipusat kebugaran dan kesehatan ini.



Gambar 3. Bentuk Bangunan
Sumber : Adam Satya A, 2024

Tampilan Bangunan

Memberikan sentuhan tanaman yang ditempel pada fasad bangunan agar terlihat lebih sejuk dan dapat menarik perhatian bagi masyarakat untuk berolahraga di sini, dan menonjolkan dari konsep pendekatan biophilik itu sendiri. Melalui konsep pendekatan biophilik yang bersifat mendekatkan manusia dengan alam, menjadi daya tarik masyarakat untuk berolahraga di dalam pusat kebugaran dan kesehatan ini.



Gambar 4. Penerapan biophilik pada bangunan
Sumber : Adam Satya A, 2024

Adapun yang diterapkan pada bangunan diantaranya sebagai berikut :
Pencahayaan Alami

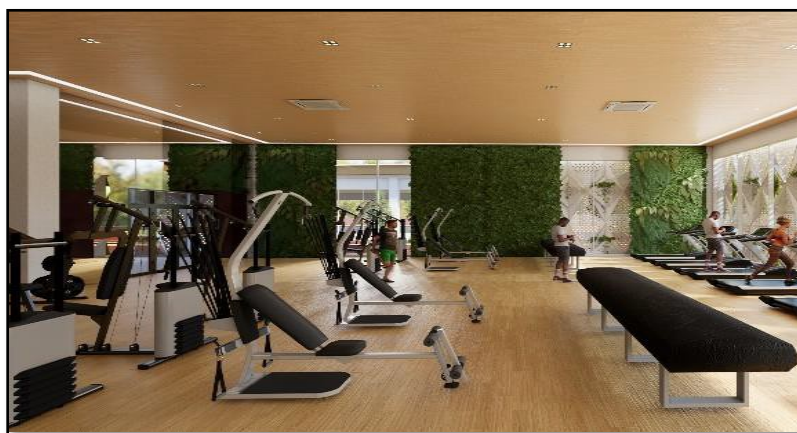


Gambar 5. Interior Gym
Sumber : Adam Satya A, 2024

Pada bangunan, terutama pada ruang gym, penggunaan pencahayaan alami diaplikasikan melalui kaca besar, dan dinding kaca yang dilapisi oleh fasad dengan motif berlubang, yang berfungsi sebagai penahan terik panas matahari namun tetap dapat cahaya alami.

Integrasi Vegetasi

Di samping elemen arsitektur, elemen lansekap seperti pohon dan vegetasi juga dapat digunakan sebagai pelindung terhadap radiasi matahari. Keberadaan pohon secara langsung/tidak langsung akan menurunkan suhu udara di sekitarnya, karena radiasi matahari akan diserap oleh daun untuk proses fotosintesa dan penguapan. Efek bayangan oleh vegetasi akan menghalangi pemanasan permukaan bangunan dan tanah di bawahnya.



Gambar 6. Interior Gym Kebugaran
Sumber : Adam Satya A, 2024



Gambar 7. Exterior Pusat Kebugaran
Sumber : Adam Satya A, 2024

Integrasi vegetasi pada bangunan di aplikasikan pada area *indoor* dan *outdoor*, pada bagian *indoor* pengaplikasian berupa tanaman rambat yang di tempelkan pada dinding bangunan, dan pada area *outdoor* pengaliksaan terletak pada fasad bangunan yang menggunakan tanaman rambat, dan pada area site yang ditanami banyak pepohonan.

5. KESIMPULAN

Melalui penerapan konsep pendekatan biophilic pada bangunan pusat kebugaran dan kesehatan, bukan hanya dapat memberikan kesehatan bagi fisik, namun juga dapat memberikan efek bagi kesehatan psikologis, yang dimana kesehatan psikologis juga sangat penting namun sangat jarang diperhatikan oleh orang-orang, dan dampak psikologis yang dapat dirasakan melalui konsep pendekatan biophilic ini adalah salah satunya sebuah ketenangan, dan rasa nyaman pada saat melakukan kegiatan olahraga. Dengan mengintegrasikan elemen alam ke dalam desain, arsitektur biophilic dapat menciptakan ruang yang lebih sehat dan menyenangkan bagi penggunaanya.

REFERENSI

- Adityo., A. (2016). Peningkatan Kenyamanan Termal Koridor Jalan Melalui Desain Vegetasi Berbasis Simulasi, Studi Kasus: Jalan Supadi, Kotabaru, YOGYAKARTA. *Jurnal Arsitektur Komposisi*, vol. 11, no.3, hal.159-168.
- Anggun Nur Apipah dan Wiliarto Wirasmoyo. 2021. "Penerapan Biophilic Pada Rancangan Sport Center Di Cipondoh Kota Tangerang," *Jurnal Arsitektur ZONASI* 4(2):295-306. DOI:10.17509/jaz.v4i2.31851
- Azkiawati, D., dan Lissimia, F. 2020. "Kajian konsep biophilic pada bangunan hunian vertikal," *Jurnal Arsitektur Zonasi*, 3(2), 202–210.
- C. E. F. and K. S. R, "The Practice of Biophilic Design," *Phys. Today*, vol. 01, no. 6, pp. 6–19, 2012.
- Edward O. Wilson, *Biophilia: The human bond with other species*. Cambridge: Harvard University Press, 1984.
- Hamdy, M. A., et al. (2023). "The effect of water and vegetation elements as microclimate modifiers in buildings in hot and humid tropical climates." *ARTEKS: Jurnal Teknik Arsitektur* 8(2): 255-270.
- Havidz, I., & Ashadi, A. 2020. "Kajian Arsitektur Simbolik Pada Bangunan Olahraga Jakarta International Velodrome," *Jurnal Arsitektur ZONASI*, 3(3), 265–271.

<https://doi.org/10.17509/jaz.v3i3.24964>.

- Hamdy, M. A. 2022. "Pengkondisian Ruang dan Bangunan: Sistem dan Model Pencahayaan Pada Bangunan". ISBN : 9786026928986. BUKU AJAR. 89 Halaman. CV. Sah Media, Makassar
- Justice, R. (2021). Konsep Biophilic Dalam Perancangan Arsitektur. *Jurnal Arsitektur ARCADE*, 5(1), 110-119.
- Koerniawan, MD, Gao, W. (2015). Investigasi dan evaluasi kenyamanan termal dan kenyamanan berjalan kaki pada iklim panas-lembab Studi kasus: Ruang terbuka Mega Kuningan-Superblock di Jakarta. *Jurnal Internasional Teknologi Bangunan, Perkotaan, Interior dan Lansekap (BUILT)*, vol. 6, hal.53-72, <https://ph02.tcithaijo.org/index.php/BUILT/article/view/169293> .
- Kellert, S.R., Heerwagen, J.H., & Mador, M.L. (2008). *Biophilic Design: The Theory, Science and Practice of Bringing Buildings to Life*. Wiley.
- Maulida, A. A., & Kustianingrum, D. 2022. "Penerapan Tema Biophilik Pada Perancangan Nature Thrive Apartment Di Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, ". *FAD*, 2(2).
- Neufert, Ernst. 2000. *Architect's Data*, Third Edition. Blackwell Scien
- Syarifah, HN (2021). Fungsi vegetasi terhadap pengendalian kenyamanan termal dalam pengembangan desain lansekap kawasan Waduk Ria Rio. Jakarta Timur.
- Viola, Jeane Gabriela, Hamdy, M. A, Syahril Idris. 2024. "Penerapan Material yang Ramah Lingkungan pada Bangunan Pusat Perbelanjaan di Kota Makassar," *Jurnal Arsitektur Sulapa (JaS)*, Vol. 6, No.1, Mei 2024, Hal. 01-16, p-ISSN: 1412-9752 (Online), Indonesia.
- Wilson, E.O. (1984). *Biophilia*. Harvard University Press.
- W. Browning, C. Ryan, and J. Clancy, "14 Patterns of Biophilic Design: Improving Health & Well-Being in the Built Environment," Terrapin Bright Green, LLC, pp. 1–60, 2014, doi: 10.1016/j.yebh.2008.04.024.
- <https://aseranishi.com/mengenal-konsep-arsitektur-biophilic-yang-ramah-lingkungan-dan-penerapannya/>