

TA 162

ADOLESCENT WELLNESS CENTER: INTERVENSI LINGKUNGAN OBESOGENIK MELALUI PENDEKATAN ACTIVE DESIGN

LATAR BELAKANG

Permasalahan

Tingginya prevalensi obesitas di perkotaan Indonesia, khususnya pada kalangan remaja, sangat dipengaruhi oleh eksistensi lingkungan binaan yang bersifat obesogenik. Desain arsitektur dan minimnya fasilitas publik saat ini cenderung terlalu mengutamakan kemudahan teknologi, sehingga membatasi pergerakan fisik, memicu gaya hidup sedentari, dan pada akhirnya memperparah epidemi obesitas di masyarakat.

Solusi

Merancang *Adolescent Wellness Center*. Sebuah pusat kesehatan preventif dan edukatif yang mengintervensi komponen lingkungan binaan obesogenik sebagai instrumen pengubah perilaku remaja urban. Mengubah persepsi fasilitas kesehatan yang biasanya kaku, steril, dan bersifat kuratif (pengobatan) menjadi ruang yang rekreatif, adaptif, dan atraktif bagi remaja.

PENDEKATAN DESAIN

Active Design bukan hanya tentang menyediakan ruang olahraga statis seperti gym konvensional, melainkan menjadikan seluruh bangunan sebagai alat olahraga. Standar dunia yang diciptakan oleh Departemen Desain dan Konstruksi New York (NYC) untuk menciptakan gedung yang sehat sebagai berikut:



Aesthetics (Estetika)

Membuat jalur pedestrian atau koridor di dalam gedung yang terang, berudara segar, dan tidak membosankan.

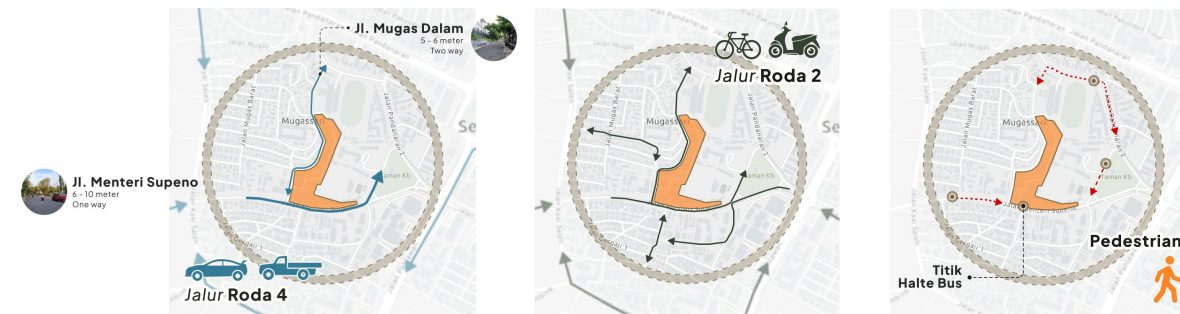
Visibility (Kenampakan)

Tangga harus langsung terlihat begitu orang masuk gedung, sedangkan lift diletakkan agak tersembunyi.

Proximity (Kedekatan)

Meletakkan fungsi-fungsi penting pada jarak yang tepat untuk ditempuh dengan jalan kaki.

ANALISIS TAPAK

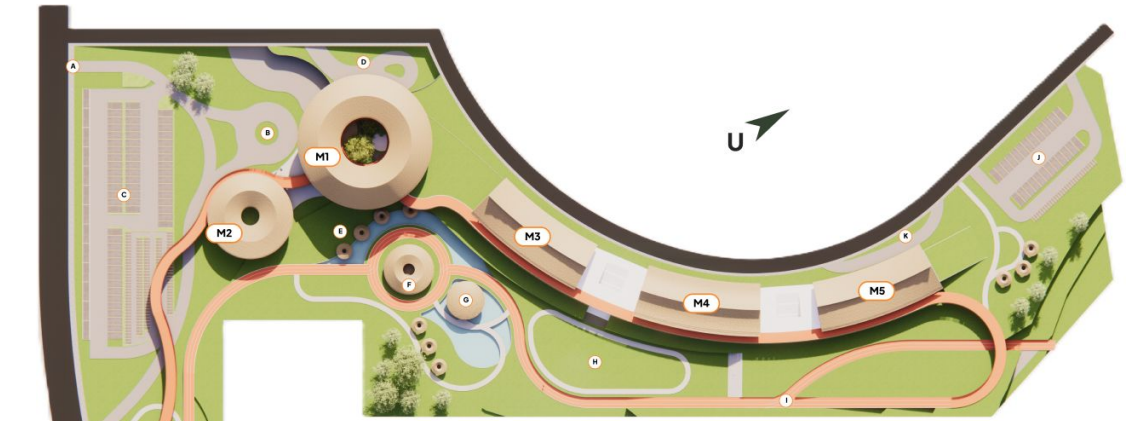


AKSESIBILITAS - Roda 4, roda 2, pedestrian



ARAH MATAHARI ARAH ANGIN VIEW

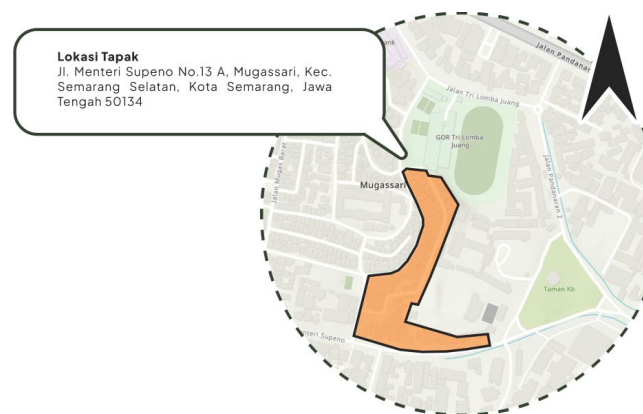
SITE PLAN



LEGENDA

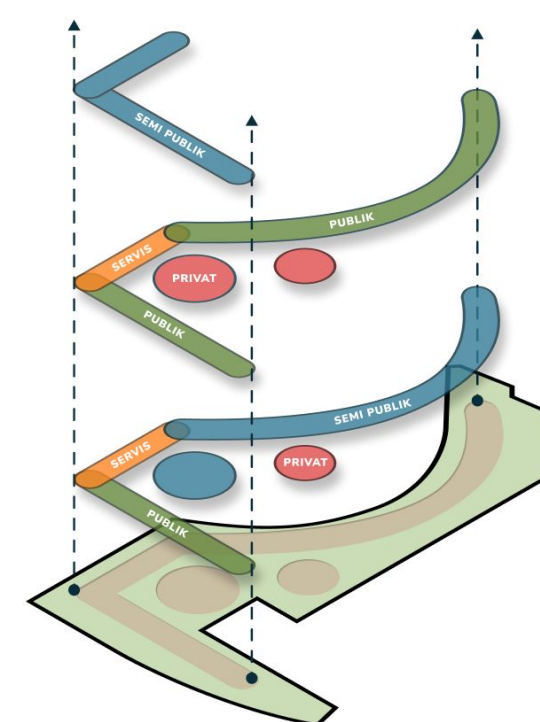
- A. Main Entrance
- B. Area Drop Off
- C. Area Parkir Utama
- D. Area Loading Dock
- E. Pergola Konsultasi Mental
- F. Pendopo Taman
- G. Mushollah
- H. Active Plaza
- I. Jogging Track
- J. Area Parkir Healthy Resto
- K. Area Pick Up Sampah
- L. Main Exit
- M1. Massa 1
 - Lobi Pengunjung
 - Ruang Konsultasi Gizi
 - Parent Hub
 - Cooking Lab
- M2. Massa 2
 - Healthy Bar
 - Massa 2
 - Lobi Pengelola
 - Kantor Komunal Pengelola
- M3. Massa 3
 - Gym
 - Calisthenic Park
 - Sauna
- M4. Massa 4
 - Studio Yoga
 - Studio Pilates
 - Multipurpose Hall
- M5. Massa 5
 - Healthy Resto

RENDER



- KDB** Koefisien Dasar Bangunan
KDB dalam RTRW = 50%
Bangunan Pelayanan Umum/Sosial (termasuk fasilitas kesehatan, olahraga, pendidikan)
- KDH** Koefisien Dasar Hijau
KDH dalam RTRW Kota Semarang = Minimum 20 - 30%
- KLB** Koefisien Lantai Bangunan
KLB dalam Perda No. 8 Tahun 2004 BWK III = 1,5 - 1,8
- GSB** Garis Sempadan Bangunan
GSB dalam Perda No. 6 Tahun 2004 BWK I dan Perda No. 12 Tahun 2000 = Jalan Kolektor = 23 meter dari as jalan (Jl. Menteri Supeno) Jalan Lokal = 17 meter dari as jalan (Jl. Mugas Dalam)
- TB** Tinggi Bangunan
TB dalam RTRW Kota Semarang = 3 - 4 Lantai Maksimum tinggi lantai = 8 meter

ZONING SUPERIMPOSITION

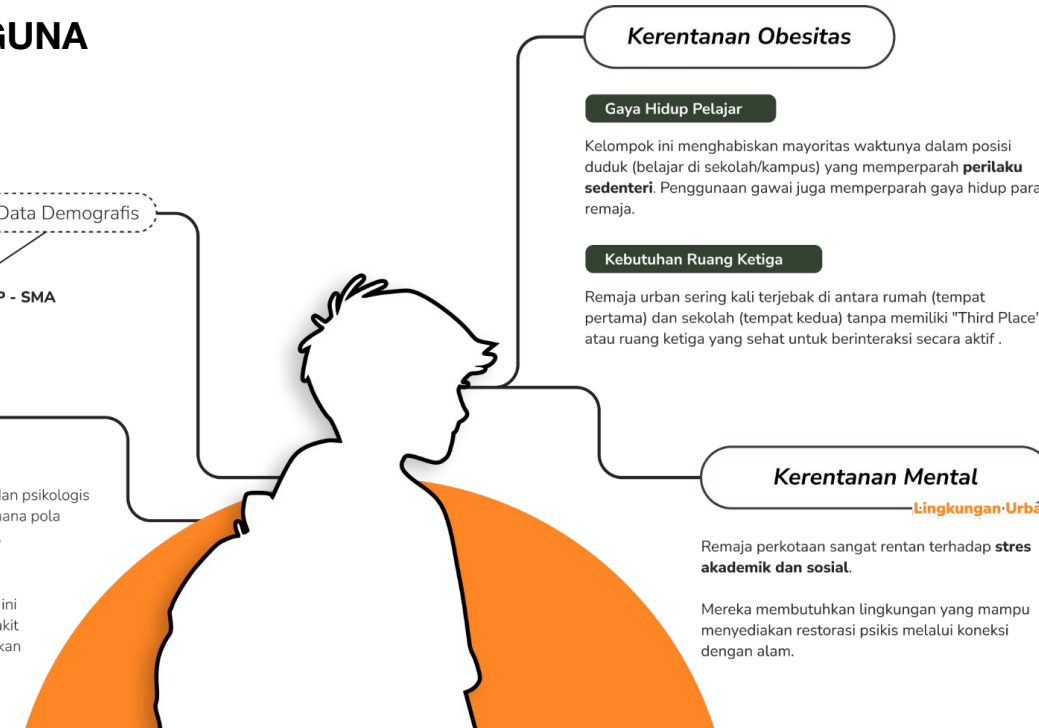


Sistem distribusi zonasi dirancang berdasarkan urutan hierarki spasial dan kebutuhan fungsional penggunaannya, dengan skema berikut:

- Zona Publik**
Fokus pada aksesibilitas optimal, memadai fasilitas pendukung dan hardscape.
- Zona Servis**
Menunjang loading dock dan pick up sampah lokal.
- Zona Semi Privat**
Memadahi aktivitas fisik dan konsultasi, sekaligus berfungsi sebagai buffer pemisah antar zona. Atau dapat menjadi taman luas penghubung antar massa.
- Zona Privat**
Didedikasikan bagi pengelola untuk menjaga ketenangan kerja dan efisiensi operasional.

TARGET PENGGUNA REMAJA MUDA

- Usia**
 - Remaja (12 - 18) tahun
 - Dewasa Muda (19 - 22) tahun
- Status**
 - Pelajar SMP - SMA
 - Mahasiswa
- Biologis Psikologis**
- Fase Krusial Habit**
- Masa Transisi**
Remaja berada dalam fase transisi biologis dan psikologis yang kompleks. Ini adalah periode emas di mana pola perilaku dan gaya hidup seseorang dibentuk.
- Investasi Kesehatan Jangka Panjang**
Mengintervensi perilaku sedentari pada usia ini jauh lebih efektif untuk menekan risiko penyakit tidak menular kronis saat dewasa dibandingkan melakukan intervensi pada usia tua.



Kerentanan Obesitas

- Gaya Hidup Pelajar**
Kelompok ini menghabiskan mayoritas waktunya dalam posisi duduk (belajar di sekolah/kampus) yang memperparah perilaku sedentari. Penggunaan gawai juga memperparah gaya hidup para remaja.
- Kebutuhan Ruang Ketiga**
Remaja urban sering kali terjebak di antara rumah (tempat pertama) dan sekolah (tempat kedua) tanpa memiliki "Third Place" atau ruang ketiga yang sehat untuk berinteraksi secara aktif.

Kerentanan Mental

- Remaja perkotaan sangat rentan terhadap stres akademik dan sosial.
- Mereka membutuhkan lingkungan yang mampu menyediakan restorasi psikis melalui koneksi dengan alam.