

TUGAS AKHIR
DASAR PROGRAM PERENCANAAN DAN
PERANCANGAN ARSITEKTUR (DP3A)

BALAI KESEHATAN DAN OLAHRAGA UNTUK
LANJUT USIA DI SOLO



Diajukan sebagai Pelengkap dan Syarat
Guna Mencapai Gelar Sarjana Teknik Arsitektur
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Disusun Oleh :

ANANG SARGUNAWAN

NIM : D 300 090 031

PROGRAM STUDI ARSITEKTUR FAKULTAS TEKNIK
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2014

**LEMBAR PERSETUJUAN TUGAS AKHIR
DASAR PROGRAM PERENCANAAN DAN PERANCANGAN
ARSITEKTUR(DP3A)**

**Program Studi Arsitektur Fakultas Teknik
Universitas Muhammadiyah Surakarta**

Judul	: Balai Kesehatan Dan Olahraga Untuk Lanjut Usia Di Solo.
Penyusun	: Anang Sargunawan
NIM	: D 300 090 031

Disetujui untuk Disampaikan Dihadapan
Dewan Penguji Tugas Akhir Jurusan Arsitektur Fakultas Teknik
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Surakarta, 27-9-2013

Pembimbing I



Dr. Ir. Arya Ronald.

Surakarta, 1-10-2013

Pembimbing II



Ronim Azizah, ST, MT.

LEMBAR PENILAIAN
DASAR PROGRAM PERENCANAAN DAN PERANCANGAN
ARSITEKTUR(DP3A)

Program Studi Arsitektur Fakultas Teknik
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Judul : **Balai Kesehatan Dan Olahraga Untuk Lanjut Usia Di Solo.**
Penyusun : Anang Sargunawan
NIM : D 300 090 031

Setelah melalui tahap pengujian
dihadapan Dewan Penguji pada tanggal4...11...2013....
dinyatakan ~~lulus~~..... dengan nilai ~~80~~.....

Surakarta, 2013

Penguji I : Dr. Ir. Arya Ronald.
Penguji II : Ronim Azizah, ST, MT.
Penguji III : Nur Rahmawati S , ST, MT.


(.....)

(.....)


(.....)

LEMBAR PENGESAHAN
PERENCANAAN DAN PERANCANGAN ARSITEKTUR(PPA)

Program Studi Arsitektur Fakultas Teknik
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Judul : **Balai Kesehatan Dan Olahraga Untuk Lanjut Usia Di Solo.**
Penyusun : **Anang Sargunawan**
NIM : **D 300 090 031**

Setelah melalui tahap pengujian di
hadapan Dewan Penguji pada tanggal 7 Januari 2014

dinyatakan *LULUS* dengan nilai *AB (74,2)* 

Surakarta,.....23.....1.....2014

Pembimbing I : Dr. Ir. Arya Ronald.
Peembimbing II : Ronim Azizah, ST, MT.
Penguji I : Ir. Widyastuti Nurjayanti, MT.
Penguji I : Rini Hidayati, ST, MT.


(.....)

(.....)

(.....)

Mengetahui:

Dekan
Fakultas Teknik
Universitas Muhammadiyah Surakarta


(Ir. Agus Riyanto, MT.)

Ketua Jurusan Arsitektur
Fakultas Teknik
Universitas Muhammadiyah Surakarta

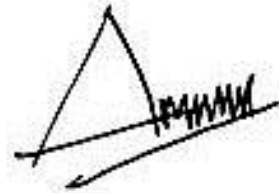

(Dr. Ir. Dhani Mutiari, MT.)

PERNYATAAN ORIGINALITAS

Dengan ini, Saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan Saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila ternyata kelak dikemudian hari terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan Saya diatas, maka Saya akan bertanggung jawab sepenuhnya.

Surakarta, 7 Januari 2014

A handwritten signature in black ink, consisting of a stylized triangle followed by a series of vertical lines and a horizontal stroke.

Anang Sargunawan

D 300 090 031

MOTTO

Selalu berpikir positif, berusaha, restu orang tua, ikhtiar, dan berdoa

(penulis)

Pengalaman adalah guru terbaik

(penulis)

Janganlah kau hilangkan kasih sayang dalam upayamu mencapai keberhasilan

(mario teguh)

PERSEMBAHAN

Allhamdulillah saya sangat bersyukur karena telah diberi kelancaran ALLAH SWT sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir ini sesuai waktu yang telah ditentukan..

Karya sederhanaku ini akan ku persembahkan kepada orangtuaku, almarhum bapakku Sunar, yang selalu memotivasi saya disaat saya putus asa, beliau yang sedang menderita penyakit kira-kira hampir 5 tahun lebih dan selalu membuat saya bersemangat dalam meraih mimpi-mimpiku sehingga selesailah tugas saya ini. Ibuku Sarmi yang selalu mengajarkanku tentang menghadapi segala permasalahan. Terimakasih bapak dan ibu, aku akan selalu berbakti, membanggakan, dan berusaha membahagiakan kalian.. Insya Allah...

Untuk adikku Fery , Belajarlah dan raih mimpi-mimpimu.....

Untuk saudara-saudaraku , keluarga besar bapak dan ibu terimakasih buat bantuannya.....

Untuk teman-temanku Ricky,Danang,Septian,Sindhu dan Fiean dan teman-teman angkatan 2009, yang memberikan semangat kepadaku disaat aku mulai putus asa, membantuku disaat aku ada kesulitan.

Terima Kasih Semua...

KATA PENGANTAR

السلامة علىكم ورحمة الله وبركاته

Puji syukur kehadirat Allah SWT karena atas limpahan rahmat dan karunia-Nya laporan Dasar-dasar Program Perencanaan dan Perancangan Arsitektur (DP3A) Tugas Akhir yang berjudul **BALAI KESEHATAN DAN OLAHRAGA UNTUK LANJUT USIA DI SOLO** ini dapat terselesaikan dengan baik, sehingga dapat menjadi pedoman dalam penyusunan desain pada Studio Tugas Akhir nantinya.

Penulis menyadari bahwa dalam pelaksanaan penelitian ini, mulai dari pencarian data, perizinan, hingga penyusunan laporan ini tidak bisa terlepas dari berbagai pihak yang turut serta membantu terselenggaranya penelitian ini dengan baik. Oleh karena itu melalui kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima

kasih kepada :

1. Dr. Ir. Dhani Mutiari, MT Ketua Program Studi Arsitektur UMS sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan memuaskan.
2. Ronim Azizah, ST. MT selaku PKJ Tugas Akhir Jurusan Teknik Arsitektur UMS dan selaku dosen pembimbing II yang sudah banyak membantu dan membimbing saya pada saat penulisan DP3A.
3. Dr. Ir. Arya Ronald Selaku dosen pembimbing I yang sudah membantu dan memberi semangat dalam menyelesaikan DP3A.
4. Perpustakaan Pusat Universitas Muhammadiyah Surakarta
5. Perpustakaan Jurusan Teknik Arsitektur Universitas Muhammadiyah Surakarta
6. Bpk.Sunar, Ibu Sarmi, selaku orang tua dan adik saya yang telah memberi semangat dan inspirasi sepenuhnya kepada saya.
7. Teman-teman seperjuangan : Danang, Septian, Fiean dan Ricky dan seluruh teman – teman satu angkatan tahun 2009 serta angkatan lain dan alumni Program studi Arsitektur.
8. Serta teman-teman lain yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, terima kasih telah mendukung dan membantu baik langsung maupun tidak langsung selama ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan laporan ini masih jauh dari sempurna. Akhir kata, semoga laporan Dasar Program Perencanaan dan Perancangan Arsitektur ini dapat memberikan manfaat bagi Penulis pribadi dan semua, Amin amin amin.

والد سلامعاي كمورحمة الله

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENILAIAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN ORIGINALITAS	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xix
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Pengertian Judul.....	1
1.2 Berdasarkan Pengertian Judul.....	2
1.3 LatarBelakang	2
1.3.1 Solo sebagai kota kreatif berbasis pemberdayaan masyarakat lansia	2
1.3.2 Belum lengkapnya pemberdayaan masyarakat lansia di kota Solo	5
1.4 Rumusan Masalah.....	6
1.5 Batasan Masalah	6
1.6 Manfaat	6
1.7 Tujuan	6
1.8 Sasaran	7
1.9 Lingkup Perancangan.....	7
2.0 Metodologi Pencarian Data.....	7

BAB II	TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1	Lanjut Usia.....	9
2.1.1	Pengertian Lanjut Usia.....	9
2.1.2	Penggolongan Dan Kondisi Lansia.....	10
2.1.3	Karakteristik Lansia.....	12
2.1.4	Perubahan-Perubahan Pada Lansia.....	13
2.1.5	Pembatasan Kecacatan.....	15
2.1.6	Sarana Dan Prasarana Yang Dipergunakan.....	16
2.1.7	Jenis Pelayanan Kesehatan Pada Lansia.....	17
2.2	Posyandu Lansia.....	19
2.2.1	Pengertian Posyandu.....	19
2.2.2	Sasaran.....	20
2.2.3	Tujuan Pembentukan.....	21
2.2.4	Tujuan Penyelenggaraan Posyandu Lansia.....	21
2.2.5	Kegiatan Posyandu Lansia.....	22
2.2.6	Peran Posyandu Lansia.....	24
2.3	Teori Aksesibilitas Untuk Lansia.....	25
2.3.1	Pengertian Aksesibilitas.....	25
2.3.2	Asas Fasilitas dan Aksesibilitas.....	25
2.3.3	Berbagai Sarana dan Prasarana Umum Yang Dapat Diakses Oleh lansia.....	26
2.3.4	Pelayanan Umum Untuk Mendapatkan Kemudahan Dalam Penggunaan Fasilitas sarana dan prasarana Umum.....	34
2.4	Olahraga Lansia.....	41
2.4.1	Manfaat Olahraga Bagi Lansia.....	41
2.4.2	Pembinaan Fisik Bagi Lansia.....	42
2.4.3	Macam-Macam Olahraga atau Latihan Fisik Bagi Lansia.....	45
2.4.4	Manfaat Aktivitas Fisik Bagi Lansia.....	51
2.4.5	Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Lansia.....	53
2.4.6	Hal Yang Perlu Diperhatikan Saat Melakukan Latihan Fisik.....	53

2.4.7 Pengaruh Fisik Dalam Mengiringi Latihan Fisik.....	54
2.7 Studi Kasus Pusat Kesehatan dan Olahraga	
di Luar Negeri Untuk Lansia	55
2.7.1 Pusat Kesehatan dan Olahraga di Luar Negeri.....	55
2.7.2 Pusat Kesehatan dan Olahraga Di Dalam Negeri	68
BAB III TINJAUAN LOKASI	72
3.1 Tinjauan Fisik Kota Surakarta	72
3.1.1 Kondisi geografis	74
3.1.2 Kondisi topografi	74
3.1.3 Kondisi klimatologi	75
3.1.4 Jaringan transportasi	75
3.1.5 Kependudukan	77
3.1.6 Kesehatan	78
3.1.7 Olahraga	83
3.1.8 Tata guna lahan dan potensi pengembangan wilayah	85
BAB IV ANALISIS DAN KONSEP PERANCANGAN	88
4.1 Gagasan Perancangan	88
4.1.1 Fungsi dan peranan Pusat Kesehatan dan Olahraga	
Untuk Lansia Di Solo	88
4.1.2 Sasaran dan lingkup pelayanan Pusat Kesehatan dan Olahraga	
Untuk Lansia Di Solo.....	89
4.1.3 Struktur organisasi Pusat Kesehatan dan Olahraga	
Untuk Lansia Di Solo	89
4.1.4 Pelaku kegiatan di Pusat Kesehatan dan Olahraga	
Untuk Lansia Di Solo	90
4.2 Alternatif Lokasi Perancangan.....	90
4.2.1 Kriteria dan analisa pemilihan site	90
4.2.2 Lokasi perancangan terpilih	96
4.3 Analisis dan Konsep Ruang	98

4.3.1 Analisis jumlah pengguna bangunan	98
4.3.2 Analisis macam kegiatan dan kebutuhan ruang	99
4.3.3 Konsep kebutuhan dan besaran ruang	106
4.3.4 Rekapitulasi besaran ruang	115
4.3.5 Konsep pola hubungan ruang	116
4.3.6 Konsep pola organisasi ruang	118
4.4 Analisis Tapak dan Konsep Lingkungan	118
4.5 Analisis dan Konsep Bangunan	128
4.5.1 Layout massa, gubahan bentuk dan wajah bangunan.....	128
4.5.2 Analisis dan konsep struktur bangunan.....	130

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Gangguan Pendengaran Pada Lansia	14
Gambar 2.2. Jaminan Pemeliharaan Kesehatan Masyarakat	16
Gambar 2.3. Panti Sosial Tresna Wreda Budi Mulia 2	16
Gambar 2.4. Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Dr.Moerwardi Di Solo	17
Gambar2.5.Pelaksanaan Senam Lansia Di Posyandu Yang Dibina Oleh Puskesmas	20
Gambar 2.6. Kepala Puskesmas Sukosari Bersama Tim Penggerak PKK	22
Gambar 2.7. Pemberian Makanan Tambahan Untuk Lansia	24
Gambar 2.8. Pemeriksaan Kesehatan Di Posyandu Lansia	24
Gambar 2.9. Kegiatan Posyandu Lansia	25
Gambar 2.10. Pelayanan Kesehatan Lansia	27
Gambar 2.11. Jenis-Jenis Rambu dan Marka	28
Gambar 2.12. Perabot Ruang Tidur Untuk Lansia.....	29
Gambar 2.13. Pelayanan Periksa Untuk Lansia	30
Gambar 2.14. Potongan A dan Potongan B untuk Kamar Tidur Lansia	31
Gambar 2.15. Tempat Tidur Ganda dan Tunggal Untuk Lansia	32
Gambar 2.16. Loket Terpisah Untuk Lansia	33
Gambar 2.17. Pembinaan Lansia	33
Gambar 2.18. Pelayanan Lansia	34
Gambar 2.19. Tinggi Meja Counter Untuk Lansia	35
Gambar 2.20 Perletakkan Alat Penunjang Untuk Lansia	35
Gambar 2.21 Perletakkan Peralatan Toilet Lansia	36
Gambar 2.22 Perletakkan Pintu dan Jendela	36
Gambar 2.23 Perletakkan Alat dan Listrik	37
Gambar 2.24 Perletakkan Gagang Telepon Di Atas	37
Gambar 2.25 Perletakkan Telepon Pada Dinding	38
Gambar 2.26 Ruang Bebas Wastafel	38
Gambar 2.27 Toilet,dan Kamar Mandi Lansia	39

Gambar 2.28. Ketinggian Wastafel Perletakkan Kran dan Tipikal Pemasangan Wastafel	39
Gambar 2.29. Ukuran Bebas Kursi Roda.....	40
Gambar 2.30. Gedung ITS Surabaya Tempat Duduk dan Bak Penampung, Bilik Pancuran Tanpa Tempat Duduk.....	41
Gambar 2.31. Olahraga Untuk Lansia	42
Gambar 2.32. Pemeriksaan Berkala Bagi Lansia.....	45
Gambar 2.33. Jalan-Jalan Lansia	46
Gambar 2.34. Olahraga Jalan Cepat Untuk Lansia.....	47
Gambar 2.35. Olahraga Renang Untuk Lansia	48
Gambar 2.36. Olahraga Bersepeda Untuk Lansia.....	50
Gambar 2.37. Gerakkan Senam Untuk Lansia.....	51
Gambar 2.38. Balai Kesehatan Dengan Nama <i>Residencias Assistidas</i> Yang Berada Di <i>Alcacer do sal</i> , Portugal	56
Gambar 2.39. Tampak Depan Balai Kesehatan Dengan Nama <i>Residencias Assistidas</i> Yang Berada Di <i>Alcacer do sal</i> , Portugal.....	57
Gambar 2.40. Denah Balai Kesehatan Dengan Nama <i>Residencias Assistidas</i> Yang Berada Di <i>Alcacer do sal</i> , Portugal.....	58
Gambar 2.41. Konsep Balai Kesehatan Dengan Nama <i>Residencias Assistidas</i> Yang Berada Di <i>Alcacer do sal</i> , Portugal.....	59
Gambar 2.42. Fasade Balai Kesehatan Dengan Nama <i>Residencias Assistidas</i> Yang Berada Di <i>Alcacer do sal</i> , Portugal.....	59
Gambar 2.43. Interior Balai Kesehatan Dengan Nama <i>Residencias Assistidas</i> Yang Berada Di <i>Alcacer do sal</i> , Portugal.....	60
Gambar 2.44. Pencahayaan Alami Balai Kesehatan Dengan Nama <i>Residencias Assistidas</i> Yang Berada Di <i>Alcacer do sal</i> , Portugal.....	61
Gambar 2.45. Interior Bangunan Balai Kesehatan Dengan Nama <i>Residencias Assistidas</i> Yang Berada Di <i>Alcacer do sal</i> , Portugal.....	62

Gambar 2.46.Interior Bangunan Balai Kesehatan Dengan Nama <i>Residencias Assistidas</i> Yang Berada Di <i>Alcacer do sal</i> , Portugal.....	62
Gambar 2.47.Eksterior Bangunan Balai Kesehatan Dengan Nama <i>Residencias Assistidas</i> Yang Berada Di <i>Alcacer do sal</i> , Portugal.....	63
Gambar 2.48.Interior Bangunan Balai Kesehatan Dengan Nama <i>Residencias Assistidas</i> Yang Berada Di <i>Alcacer do sal</i> , Portugal.....	64
Gambar 2.49.Eksterior Bangunan Balai Kesehatan Dengan Nama <i>Health Centre and Houses For Eldery People</i> Yang Berada Di <i>Montemurlo Province Of Prato,Italy</i>	65
Gambar 2.50.Perspektif Bangunan Balai Kesehatan Dengan Nama <i>Health Centre and Houses For Eldery People</i> Yang Berada Di <i>Montemurlo Province Of Prato,Italy</i>	66
Gambar 2.51.Fasade Bangunan Balai Kesehatan Dengan Nama <i>Health Centre and Houses For Eldery People</i> Yang Berada Di <i>Montemurlo Province Of Prato,Italy</i>	67
Gambar 2.52.Tampak Belakang Bangunan Balai Kesehatan Dengan Nama <i>Health Centre and Houses For Eldery People</i> Yang Berada Di <i>Montemurlo Province Of Prato,Italy</i>	68
Gambar 2.53.Eksterior Balai Kesehatan Dengan Griya Sehat Lansia Di Yogyakarta.....	69
Gambar 2.54.Pelayanan Balai Kesehatan Dengan Griya Sehat Lansia Di Yogyakarta.....	70
Gambar 2.55.Olahraga Senam Lansia Balai Kesehatan Dengan Griya Sehat Lansia Di Yogyakarta	70
Gambar 2.56.Pemeriksaan Kesehatan Di Balai Kesehatan Dengan Griya Sehat Lansia Di Yogyakarta	71
Gambar 3.1.Peta Wilayah Kota Surakarta	73
Gambar 3.2.Rumah Sakit Dr Oen Surakarta.....	79
Gambar 3.3.Rumah Sakit Dr Moewardi	79
Gambar 3.4.Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Surakarta	80

Gambar 3.5.Rumah Sakit Yarsis Surakarta	80
Gambar 3.6.Rumah Sakit Kustati Surakarta	81
Gambar 3.7.Rumah Sakit PKU Kasih Ibu Surakarta	81
Gambar 3.8.Rumah Sakit Panti Waluyo Surakarta.....	82
Gambar 3.9.Rumah Sakit PKU Kasih Ibu Surakarta	81
Gambar 3.10.Rumah Sakit Panti Waluyo Surakarta.....	82
Gambar 3.11.Rumah Sakit Brayat Minulya Surakarta	82
Gambar 3.12.Rumah Sakit Ortopedi Dr.Soeharso Surakarta.....	83
Gambar 3.13.Gedung Sasana Krida Kusuma Surakarta	84
Gambar3.14.Gedung Sasana Krida Kusuma Surakarta Untuk Senam Lansia Surakarta	84
Gambar 3.15.Meja Pelatih Senam Lansia	85
Gambar 3.16.Peta Rencana Stuktur Ruang Kota Surakarta	87
Gambar 4.1.Struktur Organisasi Balai Kesehatan dan Olahraga Untuk Lanjut Usia Di Solo	89
Gambar 4.2. Lokasi Alternatif Site 1	92
Gambar 4.3. Lokasi Alternatif Site 2	94
Gambar 4.4. Lokasi Site Terpilih	97
Gambar 4.5. Gambar Site Terpilih	98
Gambar 4.6. Analisa ME dan SE	117
Gambar 4.7. Analisa Jalur Pedestrian	117
Gambar 4.8. Analisa Kebisingan	118
Gambar 4.9.Barrier VegetasiSebagaiSistemAkustikLingkunganAlami	119
Gambar 4.10.Analisa Penzoningan.....	120
Gambar 4.11. Analisa View dan Orientasi	121
Gambar 4.12. Konsep Hardscape	121
Gambar 4.13.Konsep Tanaman Pengarah.....	122
Gambar 4.14. Konsep Tanaman Hias	122
Gambar 4.15. Konsep Tanaman Peneduh	123
Gambar 4.16. Konsep Adaptasi Bangunan Terhadap Matahari	124
Gambar 4.17. Konsep Adaptasi Bangunan Terhadap Angin	125

Gambar 4.18. Konsep Penataan Layout Bangunan.....	126
Gambar 4.19. Proses Terbentuknya Massa Bangunan Utama	126
Gambar 4.20. Sketsa Perspektif Massa Bangunan Utama	127
Gambar 4.21. Konsep Bangunan Pelayanan Lansia	127
Gambar 4.22. Detail Struktur <i>Waffle Slab</i>	128
Gambar 4.23. Gambar Pondasi Tiang Pancang	129
Gambar 4.24. Gambar Pondasi Sumuran.....	129
Gambar 4.25. Foto Pembuatan Pondasi Bore Pile	130
Gambar 4.26. Konsep Super Struktur	131

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Lansia.....	11
Tabel 2.2 Menu Untuk Manula Dalam Sehari	43
Tabel 2.3 Angka Kecukupan Energi Unyuk Tingkat Aktivitas Fisik Untuk Laki-laki dan Perempuan	52
Tabel 3.1 Pembagian Wilayah Administrasi Surakarta	73
Tabel 3.2 Ketinggian dan Kemiringan Tanah Tiap Kecamatan di Kota Surakarta ..	74
Tabel 3.3 Sebaran dan Kepadatan Penduduk Kota Surakarta	77
Tabel 3.5 Data Penduduk Kota Surakarta Berdasarkan Kelompok Umur.....	78
Tabel 3.6 Data Jumlah Siswa Sekolah Berdasar Jenjang Pendidikan.....	83
Tabel 3.7 Peta Rencana Struktur Ruang Kota Surakarta	87
Tabel 4.1 Tabel Analisa dan Penilaian Lokasi Alternatif Site 1	93
Tabel 4.2 Tabel Analisa dan Penilaian Lokasi Alternatif Site 2.....	95
Tabel 4.3 Rekapitulasi Penilaian Alternatif Site	96
Tabel 4.4 Jumlah Pengguna Kelompok Pengelola.....	98
Tabel 4.5 Macam Kegiatan dan Kebutuhan Ruang	100
Tabel 4.6 Konsep Kebutuhan dan Besaran Ruang Fasilitas Penerima	104
Tabel 4.7 Konsep Kebutuhan dan Besaran Fasilitas Pengelola.....	104
Tabel 4.8 Konsep Kebutuhan dan Besaran Fasilitas Pengelola Kepala Pusat	105
Tabel 4.9 Konsep Kebutuhan dan Besaran Fasilitas Pengelola Kabag TU	106
Tabel 4.10 Konsep Kebutuhan dan Besaran Fasilitas Pelayanan Dokter Umum	106
Tabel 4.11 Konsep Kebutuhan dan Besaran Fasilitas Pelayanan Dokter Spesialis ..	107
Tabel 4.12 Konsep Kebutuhan dan Besaran Ruang Fasilitas Pelayanan Dokter Gizi	108
Tabel 4.13 Konsep Kebutuhan dan Besaran Fasilitas Pelayanan Dokter Mata	109
Tabel 4.14 Konsep Kebutuhan dan Besaran Fasilitas Pelayanan Dokter Tulang	110
Tabel 4.15 Konsep Kebutuhan dan Besaran Fasilitas Pelayanan Dokter Geriatri ..	111
Tabel 4.16 Konsep Kebutuhan dan Besaran Fasilitas Pelayanan Perawat dan Pelatih Senam.....	111
Tabel 4.17 Konsep Kebutuhan dan Besaran Ruang Fasilitas Penunjang	112

Tabel 4.18 Konsep Kebutuhan dan Besaran Ruang Fasilitas Parkir.....	115
Tabel 4.19 Rekapitulasi Besaran Ruang	115

DAFTAR LAMPIRAN

Transformasi Desain

Transformasi Desain Analisis Fisik, Analisis Non Fisik

Transformasi Desain Besaran Ruang, Sketsa Ide

Siteplan

Situasi

Denah Lantai I , Denah Lantai II

Semi Basement, Denah Atap

Tampak Utara dan Tampak Selatan

Tampak Timur dan Tampak Barat

Potongan A-A dan Potongan B-B

Tampak Utara Keseluruhan dan Tampak Selatan Keseluruhan

Tampak Timur Keseluruhan dan Tampak Barat Keseluruhan

Denah Masjid

Tampak Selatan dan Tampak Utara Masjid

Tampak Timur Masjid dan Tampak Barat Masjid

Potongan A-A dan Potongan B-B Masjid

Rencana Utilitas Bangunan

Rencana Utilitas Lingkungan

Detail Kawasan

Detail Struktur

Perspektif

ABSTRAKSI

Balai Kesehatan dan Olahraga Untuk Lanjut Usia Di Solo.

Di Indonesia meningkatnya sosial ekonomi masyarakat dan semakin meningkatnya pengetahuan masyarakat yang bermuara dengan meningkatnya kesejahteraan rakyat akan meningkatkan usia harapan hidup sehingga menyebabkan jumlah penduduk lanjut usia dari tahun ke tahun semakin meningkat.

Balai Kesehatan dan Olahraga Untuk Lanjut Usia Di Solo adalah suatu wadah sebagai gedung kesehatan dan olahraga bagi lanjut usia di kota Solo yang menyelenggarakan kesehatan dan olahraga mengenai melatih daya tahan tubuh, antara lain: Fasilitas kesehatan dan fasilitas olahraga. Olahraga yang cocok untuk lansia adalah senam, yang dikenal adalah senam lansia. Pengertian senam lansia sendiri adalah serangkaian gerak nada yang teratur dan terarah serta terencana yang diikuti oleh orang lanjut usia yang dilakukan dengan maksud meningkatkan kemampuan fungsional raga. Senam lansia ini dirancang secara khusus untuk melatih bagian-bagian tubuh serta pinggang, kaki serta tangan agar mendapatkan peregangan bagi para lansia, namun dengan gerakan yang tidak berlebihan. Jika diperhatikan, senam lansia tidak membuat pesertanya banyak bergerak seperti olah raga erobik, tujuannya adalah agar stamina dan energi para lansia tidak terkuras habis.

Tujuan perencanaan dan perancangan ini adalah Menciptakan sebuah konsep perancangan desain arsitektur yang mampu mewadahi masyarakat lansia untuk ikut hidup sehat, menjaga stamina daya tahan tubuh dalam membangun minat dan gairah hidup untuk masyarakat lansia Di Solo.

Kata Kunci : Lanjut Usia; Senam Lansia; Balai Kesehatan dan Olahraga.