

Bandung Retreat and Leisure dengan Pendekatan Biophilic Design

Rizki Agung Syah Putra Siregar¹, Hapsari Wahyuningsih²

¹ Mahasiswa Program Studi Arsitektur, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

² Dosen Program Studi Arsitektur, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Email: rizkisiregar96@gmail.com

Abstrak

Tingginya kesadaran masyarakat dalam menjaga kesehatan dan keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan jiwa membuat gaya hidup sehat menjadi perhatian. Kementerian Pariwisata dan Ekonomi Kreatif mulai berfokus mengembangkan wisata kebugaran di Indonesia. Sebagai salah satu kota destinasi wisata di Indonesia, Bandung berpotensi dalam pengembangan sektor pariwisata kebugaran. Di Bandung sendiri sudah terdapat beberapa destinasi kebugaran yang kian diminati namun hanya berfokus pada salah satu segmen seperti spa, gym, dan studio yoga. Dalam merespon permasalahan tersebut maka dibutuhkan sebuah destinasi wisata kebugaran terpadu dengan tujuan restoratif dan rekreatif yakni Bandung Retreat and Leisure. Mengusung konsep *healing through nature* dengan menerapkan empat dari empat belas pola *biophilic design* yang berperan dalam menciptakan keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan jiwa. Keempat pola tersebut diantaranya *visual connection with nature, non-visual connection with nature, thermal and airflow variability, dan presence of water*. Sehingga perancangan ini dapat menambah sektor pariwisata baru di Kota Bandung yakni pada sektor wisata kebugaran dengan memanfaatkan nuansa alam dalam mendukung terwujudnya keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan jiwa.

Kata Kunci: wisata kebugaran, restoratif dan rekreatif, desain biofilik

Abstract

The high level of public awareness in maintaining health and balance between body, mind and soul has made a healthy lifestyle a concern. The Ministry of Tourism and Creative Economy has begun to focus on developing wellness tourism in Indonesia. As one of the tourism destination cities in Indonesia, Bandung has the potential to develop the wellness tourism sector. Bandung already has several wellness tourism destinations but only focuses on one segment such as spas, gyms, and yoga studios. Responding this problem, an integrated wellness tourism destination with restorative and recreational purposes is needed, which is Bandung Retreat and Leisure. Bringing the concept of healing through nature by applying four of the fourteen biophilic design patterns that play a role in creating a balance between body, mind, and soul. Those four patterns are visual connection with nature, non-visual connection with nature, thermal and airflow variability, and presence of water. So that this design can increase the new tourism sector in the city of Bandung, which is the wellness tourism by utilizing natural nuances in order to support the realization of a balance between body, mind, and soul.

Keywords: *wellness tourism, retreat and leisure, biophilic design*

Article history:

Received 5 Feb 2023;

Revised 15 Feb 2023;

Accepted 20 Mar 2023;

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Tingginya kesadaran masyarakat dalam menjaga kesehatan dan keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan jiwa membuat gaya hidup sehat menjadi perhatian. Selain dapat menjaga keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan jiwa, gaya hidup sehat memiliki peran terhadap penurunan kadar stres. Menurut Bishop dalam bukunya yang berjudul *Health Psychology: Integrating Mind and Body* (1994;174), terdapat beberapa cara yang dapat dilakukan dalam mengurangi tingkat stres antara lain relaksasi, meditasi, *biofeedback*, aktivitas fisik dan *Stress Inoculation Training* (SIT). Dalam mengatasi hal tersebut, wisata kebugaran menjadi salah satu segmen pariwisata yang dikembangkan oleh Kementerian Pariwisata dan Ekonomi Kreatif. Menurut Global Wellness Institute pada tahun 2020 Indonesia berada pada urutan sembilan belas dengan tujuan destinasi *Wellness Tourism*. Motivasi utama melakukan wisata kebugaran adalah untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan untuk mencapai keseimbangan antara *body-mind-spirit* (Smith & Puckzo, 2009).

Bandung merupakan salah satu kota yang memiliki keunggulan pada sektor pariwisata alam. Hal ini dipengaruhi oleh kondisi topografinya yang berada pada dataran tinggi. Aktivitas wisata alam menjadi salah satu pilihan rekreasi yang paling diminati. Bahkan berdasarkan penelitian ditemukan bahwa dengan berinteraksi langsung dengan alam terbuka mampu meningkatkan kesejahteraan serta kesehatan mental manusia (Zijlema, et.all, 2018). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik kota Bandung jumlah kunjungan wisatawan mancanegara dan wisatawan domestik terus mengalami peningkatan setiap tahunnya. Pada tahun 2019 diperkirakan jumlah kunjungan wisatawan mencapai 8.428.063 orang (BPS, 2021). Di Bandung telah terdapat beberapa destinasi kebugaran yang kian diminati namun hanya berfokus pada salah satu segmen seperti spa, gym, dan studio yoga. Melihat akan hal ini, Bandung berpotensi terhadap pengembangan wisata kebugaran terpadu dengan memanfaatkan nuansa alamnya terlebih sektor pariwisata ini mulai diminati dan menjadi perhatian.

Sebagai respon dari permasalahan tersebut maka dibutuhkan sebuah destinasi wisata kebugaran terpadu dengan tujuan restoratif dan rekreatif. Bandung *Retreat and Leisure* hadir untuk menjawab permasalahan dari potensi yang dimiliki

andung. Sebagai wilayah yang memiliki lahan cukup luas yang dapat dikembangkan sebagai sarana produktif, Kecamatan Cibiru dipilih menjadi lokasi perancangan. Kurangnya ruang terbuka yang mampu menjadi wadah kegiatan produktif seperti kebugaran di kawasan tersebut juga menjadi alasan mengapa Bandung *Retreat and Leisure* berada di Kecamatan Cibiru Kota Bandung. Selain itu, dengan adanya sarana restoratif dan rekreatif dapat menjadi penunjang dan memperkaya destinasi wisata di daerah tersebut yang sudah lebih dulu ada. Untuk mewujudkan sarana restoratif dan rekreatif dengan memanfaatkan elemen alam, pendekatan *biophilic design* dapat menjadi solusi. Sebab *biophilic design* memiliki kaitan yang erat dengan alam, kesehatan, dan produktivitas. Diketahui bahwa manusia memiliki kecenderungan dengan alam yang dikenal dengan *biophilia*. Interaksi dengan alam dapat membantu menciptakan keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan jiwa. Penulis berharap, Bandung *Retreat and Leisure* dapat menjadi solusi dalam menurunkan tingkat stres dan menambah daya tarik kunjungan wisatawan ke daerah tersebut. Terlebih Kecamatan Cibiru menjadi pintu masuk Bandung timur.

Tujuan Perancangan

Menciptakan sarana restoratif dan rekrearif dengan menghadirkan nuansa alam yang berperan dalam mewujudkan keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan jiwa melalui pendekatan *biophilic design*.

TINJAUAN PUSTAKA

a. *Retreat and Leisure*

Menurut Putri, dkk (2019), *retreat* merupakan sebuah aktivitas pribadi atau kelompok dengan tujuan untuk mendapatkan ketenangan dengan menarik diri dari kegiatan yang tidak sehat dan tidak teratur. *Retreat* pada perancangan ini terdiri dari tiga bentuk aktivitas yang bertujuan untuk menciptakan keseimbangan antara *body*, *mind*, dan *soul*. Untuk mencapai keseimbangan tersebut, maka kondisi tubuh secara keseluruhan berada pada kondisi yang sehat. Menurut WHO (1950) kondisi sehat meliputi aspek fisik, mental, dan sosial bukan hanya terbebas dari segala bentuk penyakit. Undang-Undang nomor 36 tahun 2009 tentang Kesehatan menyatakan bahwa kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spritual maupun

sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Dalam konsep *Mandala of Health* (1985), tubuh, pikiran, dan jiwa adalah lingkaran terkecil yang dipengaruhi oleh lingkungan alam yang lebih besar. Oleh karena itu keseimbangan antara *body, mind, and soul* tidak dapat diukur menggunakan parameter tertentu karena sifatnya dinamis. Untuk mencapai tujuan tersebut diperlukan sebuah usaha yang berkelanjutan. Sehingga dengan adanya Bandung *Retreat and Leisure* dapat membantu dalam mencapai kondisi keseimbangan yang diharapkan dengan beragam aktivitas yang ditawarkan di dalamnya. *Leisure* memiliki arti waktu luang dari kewajiban apapun termasuk beban pekerjaan. Pada perancangan ini *leisure* ditunjang oleh beberapa sarana rekreasi dan ruang-ruang komunal. Sehingga dalam perancangan Bandung *Retreat and Leisure* bertujuan untuk memberikan ruang restoratif dan rekreatif secara fisik, mental, dan sosial untuk mencapai keseimbangan tubuh, jiwa, dan pikiran. Terdapat beberapa sarana *retreat* yang menjadi rujukan desain pada perancangan ini seperti Naman Retreat dan Shreyas Retreat. Keduanya menghadirkan nuansa alam dalam desain bangunan, namun yang menjadi perbedaan dengan Bandung *Retreat and Leisure* terletak pada lokasi, Naman Retreat dan Shreyas Retreat terletak jauh dari kebisingan kota sedangkan Bandung *Retreat and Leisure* terletak di tengah suasana kota. Secara fungsi dan tujuan memiliki kesamaan.



Gambar 1. Naman Retreat Pure Spa
Sumber: Archdaily, 2022
(*Naman Retreat Pure Spa / MIA Design Studio | ArchDaily*)



Gambar 2. Shreyas Retreat
Sumber: Archdaily, 2022
(*Shreyas Retreat / The Purple Ink Studio | ArchDaily*)

b. *Biophilia* dan *Biophilic Design*

Menurut Kellert (2005) seorang ahli dalam bidang ekologi sosial, mendefinisikan *biophilia* sebagai sebuah intuisi kecenderungan dan keterikatan manusia dengan alam dan lingkungannya. Terdapat tiga kategori dengan empat belas pola pada prinsip desain biofilik, yakni *Nature in The Space*, *Natural Analogues*, dan *Nature of The Space*. Menurut buku *14 Patterns of Biophilic Design*, 2014 menyatakan bahwa desain biofilik mampu mengurangi stres, meningkatkan fungsi kognitif, kreatifitas, kesejahteraan, dan kesehatan mental. Sehingga banyak sarana *retreat* yang mengusung tema kedekatan dengan alam untuk menciptakan kesejahteraan penggunanya. Naman Retreat menggunakan delapan pola *biophilic design*, sedangkan Shreyas Retreat menggunakan tujuh pola. Hal ini terbukti signifikan bagi kepuasan dan nyaman pengguna dalam menciptakan ketenangan dan meningkatkan kesejahteraan. Suara alam yang damai dan sejuk sangat terasa pada desain Naman Retreat. Peletakan dan konfigurasi ruang disesuaikan untuk mendapatkan sirkulasi udara yang optimal. Demikian juga dengan Shreyas Retreat, meski nuansa alam tidak terlalu banyak dihadirkan kedalam bangunan, namun suasana tenang dan damai dapat tercipta.



Gambar 3. Naman Retreat Pure Spa
Sumber: Archdaily, 2022
([Naman Retreat Pure Spa / MIA Design Studio | ArchDaily](#))



Gambar 4. Shreyas Retreat
Sumber: Archdaily, 2022
([Shreyas Retreat / The Purple Ink Studio | ArchDaily](#))

Pada perancangan Bandung *Retreat and Leisure* menerapkan empat pola yang disesuaikan dengan kondisi site dan tujuan perancangan yakni sebagai sarana restoratif. Pola yang digunakan diantaranya *visual connection with nature*, *non-visual connection with nature*, *thermal and airflow variability*, dan *presence of water*. Pola-pola tersebut diambil dari kategori *Nature in The Space* yang

bertujuan untuk menciptakan nuansa alam dengan tujuan restoratif.

PROSES RANCANG DAN EKSPLORASI

Lokasi Perancangan

Lokasi tapak berada di Jl. A.H. Nasution, Kelurahan Cisurupan, Kecamatan Cibiru, Kota Bandung. Dengan luas total kurang lebih 6.772 meter persegi.



Gambar 5. Lokasi Perancangan
Sumber: google earth, 2022

Berdasarkan Perda Kota Bandung No. 10 Tahun 2015 tentang Rencana Detail Tata Ruang (RDTR) Dan Peraturan Zonasi Kota Bandung Tahun 2015-2035, lokasi tapak memiliki regulasi berupa KDB 70%, KDH 20%, KLB 2.1, dan merupakan zona perdagangan dan jasa. Lokasi tapak dipilih karena memiliki potensi untuk dikembangkan menjadi sektor pariwisata kebugaran dan berlokasi di tepi jalan nasional sehingga memudahkan aksesibilitas. Selain itu pada daerah ini belum terdapat ruang terbuka yang dapat dimanfaatkan sebagai ruang produktif seperti aktivitas kebugaran. Dengan adanya Bandung *Retreat and Leisure* dapat menjadi penunjang dan memperkaya destinasi wisata khususnya pada sektor pariwisata kebugaran di kawasan timur Kota Bandung.

Pengguna

Target pengguna adalah masyarakat usia produktif yang memiliki kemampuan untuk melakukan aktivitas fisik dan ketertarikan terhadap wisata kebugaran. Secara kelas ekonomi, masyarakat

dengan kelas menengah atas menjadi target pasar Bandung *Retreat and Leisure*.

Konsep Perancangan

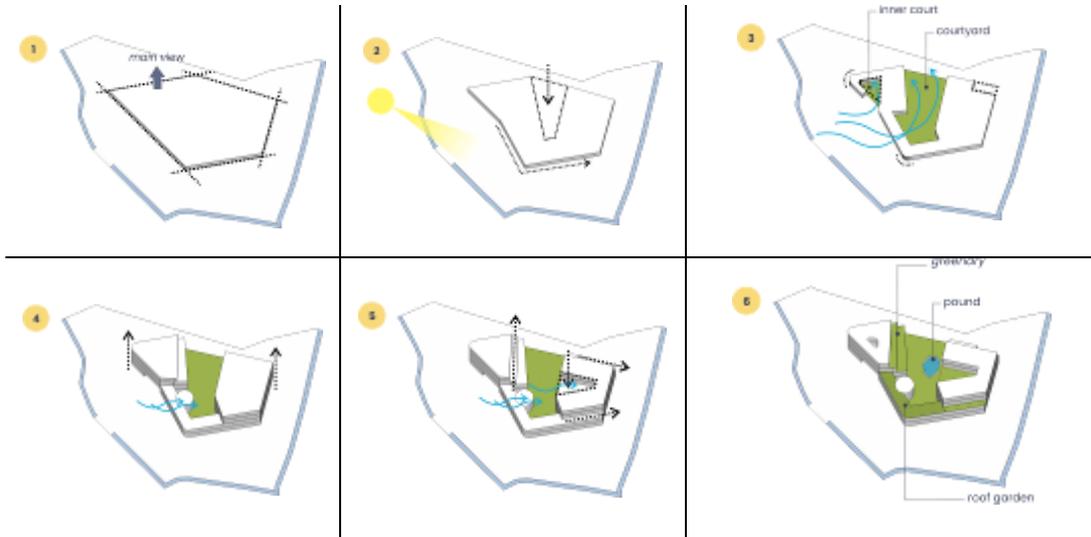


Diagram 1. Konsep Perancangan
Sumber: penulis, 2022

Konsep perancangan Bandung *Retreat and Leisure* adalah *Healing Through Nature* yang memiliki makna penyembuhan dengan elemen alam. Konsep ini mengkolaborasikan antara pengguna, alam, biophilia, dan Bandung *Retreat and Leisure* sebagai sarana restoratif dan rekreatif dengan memanfaatkan elemen alam. Tujuannya adalah untuk merestorasi tubuh, pikiran, dan jiwa kembali pada keadaan yang seimbang sehingga dapat tercipta kesejahteraan. Untuk mencapai tujuan tersebut, rancangan bangunan ini menggunakan pendekatan desain biofilik. Terdapat empat dari empat belas pola desain biofilik akan diterapkan pada bangunan yang berperan dalam mengurangi stres, meningkatkan performa kognitif, dan berpengaruh pada suasana hati pengguna sehingga dapat tercapai keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan jiwa. Empat pola tersebut diantaranya *visual connection with nature*, *non-visual connection with nature*, *thermal and airflow variability*, dan *presence of water*.

Konsep Gubahan Massa

Bentuk gubahan massa (gambar 6) diperoleh berdasarkan respon analisis site dan penerapan empat pola *biophilic design* yakni *visual connection with nature*, *non-visual connection with nature*, *thermal and airflow variability*, dan *presence of water*.



Gambar 6. Konsep Gubahan Massa
Sumber: analisis penulis, 2022

Zonasi Tapak

Tapak dirancang untuk memudahkan aksesibilitas bagi kendaraan maupun pejalan kaki serta memaksimalkan ruang hijau.



Gambar 7. Zonasi Tapak
Sumber: analisis penulis, 2022

Fungsi Bangunan

Fungsi bangunan dikelompokkan kedalam tiga bagian yakni primer, sekunder, dan penunjang (diagram 2). Fungsi primer dan sekunder yang berkaitan dengan tujuan restoratif dibagi kedalam

zona *body* (tubuh), *mind* (pikiran), dan *soul* (jiwa) sesuai dengan fungsi ruang-ruang di dalamnya. Kemudian terdapat tiga zona penunjang yang berkaitan dengan operasional bangunan yakni pengelola, servis, dan perawatan.

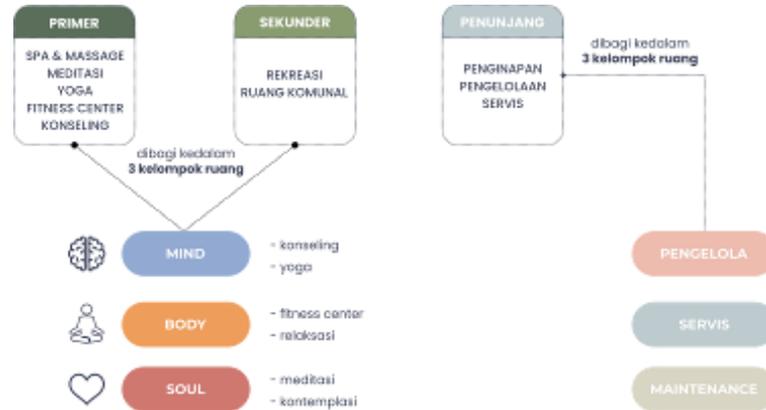


Diagram 2. Fungsi Bangunan
Sumber: analisis penulis, 2022

Sifat Ruang

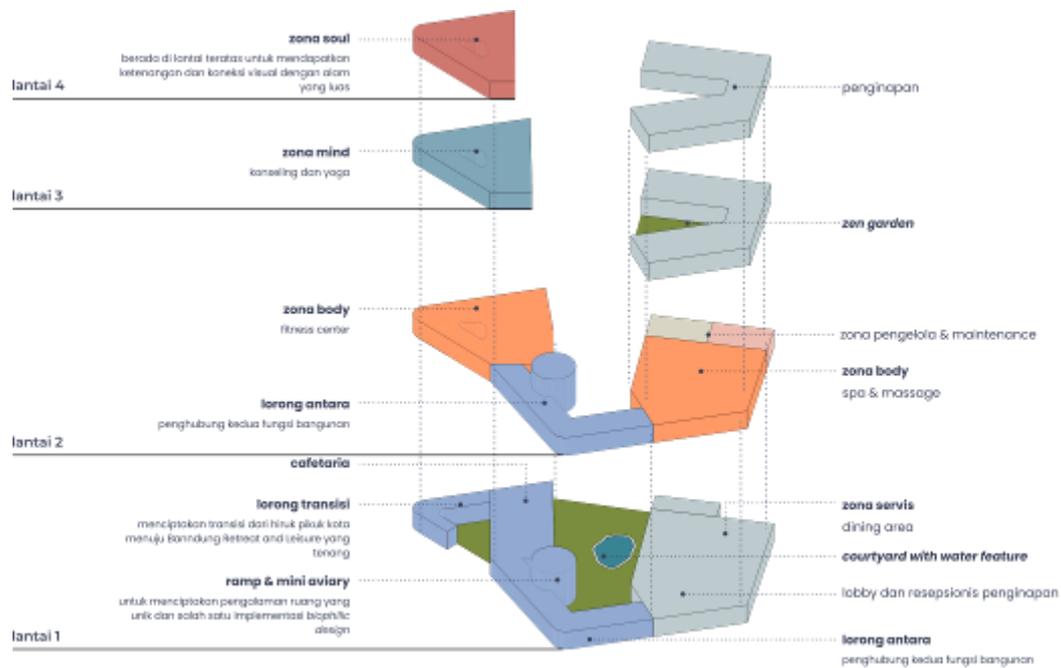
Sifat ruang dibagi kedalam tiga jenis, yakni publik, semi privat, dan privat seperti pada diagram 3.



Diagram 3. Sifat Ruang
Sumber: analisis penulis, 2022

Zonasi Gubahan Massa

Pemanfaatan ruang dan zonasi fungsi ruang pada masa bangunan dibagi kedalam empat lantai. Lantai pertama diperuntukan sebagai ruang servis dan penunjang, lantai kedua merupakan zona *body*, lantai ketiga zona *mind*, dan lantai keempat zona *soul*.



Gambar 8. Zonasi Gubahan Massa
Sumber: analisis penulis, 2022

Hasil Rancangan

Desain Bandung *Retreat and Leisure* dirancang untuk mencapai tujuan restoratif bagi tubuh, pikiran, dan jiwa. Hal ini didukung dengan kehadiran elemen alam yang dapat berperan dalam meningkatkan kesejahteraan serta kesehatan mental manusia. Bandung *Retreat and Leisure* diharapkan mampu menjadi daya tarik baru dan fasilitas penunjang pariwisata yang sudah ada di sekitar Kecamatan Cibiru Kota Bandung. Selain itu Bandung *Retreat and Leisure* dapat menjadi sarana *escape* dari kehidupan perkotaan dan menjadi ruang restoratif untuk menciptakan keseimbangan tubuh, pikiran, dan jiwa. Terlebih belum terdapat ruang yang mampu mewadahi kegiatan tersebut sekaligus menjadi area rekreasi. Hasil rancangan dari Bandung *Retreat and Leisure* dapat dilihat pada gambar 9. Massa pada sisi utara adalah fungsi utama dari bangunan berupa kegiatan yang dapat membantu mencapai tujuan restoratif. Sedangkan massa pada sisi selatan merupakan fungsi penunjang berupa area akomodasi dan servis.



Gambar 9. Situasi
Sumber: rancangan penulis, 2023

Untuk menciptakan transisi antara ruang luar dengan area Bandung *Retreat and Leisure* dibuat lorong transisi dengan elemen vegetasi dan air untuk memberikan kesan tenang. Kemudian terdapat lorong antara untuk menghubungkan antara bangunan utama dengan penunjang. Hal ini merupakan implementasi pola *visual-connection with nature* dan *presence of water* pada *biophilic design*.



Gambar 10. Suasana Lorong Transisi
Sumber: rancangan penulis, 2023



Gambar 11. Suasana Lorong Antara
Sumber: rancangan penulis, 2023

Pada ruang luar juga terdapat implementasi konsep dengan penerapan empat pola *biophilic design* yakni *visual connection with nature*, *non-visual connection with nature*, *thermal and airflow variability*, dan *presence of water* (gambar 12).



Gambar 12. Penerapan Empat Pola *Biophilic Design* pada Bandung Retreat and Leisure

Sumber: rancangan penulis, 2023

Visual connection with nature diperoleh dengan bukaan lebar yang mengarah langsung ke ruang luar. Hal ini dimaksudkan untuk menciptakan kesan menyatu antara ruang luar dan ruang dalam. *Non-visual connection with nature* dirasakan dengan adanya suara kicauan burung dari aviary (*auditory*), penggunaan material bata ekspos dan kayu (*sensory*), serta gemerisik daun dan gemercik air (*ambience*) dari kolam maupun lorong transisi. Pola *thermal and airflow variability* didapat melalui pemanfaatan sirkulasi arah angin yang melewati bangunan Bandung *Retreat and Leisure* yakni dengan adanya ruang terbuka pada area tengah bangunan (*courtyard*). Kemudian penggunaan *sun shading* pada sisi timur dan barat sebagai respon kenyamanan termal dari sinar matahari. Pola terakhir yakni *presence of water* diterapkan pada area komunal seperti lorong transisi, lorong antara, dan ruang terbuka pada area tengah bangunan (gambar 13).



Gambar 13. Suasana Ruang Terbuka
Sumber: rancangan penulis, 2023

Penerapan pola *biophilic design* pada perancangan ini dapat membantu mewujudkan nuansa alam yang ingin dicapai di tengah suasana perkotaan dengan tujuan restoratif dan rekreatif. Sehingga dapat membantu mewujudkan keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan jiwa.

SIMPULAN

Tingginya kesadaran masyarakat terhadap kesehatan membuat sarana kebugaran menjadi salah satu kebutuhan. Kementerian Pariwisata dan Ekonomi Kreatif juga mendukung akan pengembangan wisata kebugaran di Indonesia. Sebagai salah satu kota destinasi wisata di Indonesia, Bandung berpotensi dalam pengembangan sektor pariwisata kebugaran. Keindahan alam yang dimiliki Bandung dapat mendukung dalam terwujudnya keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan jiwa. Bandung *Retreat and Leisure* merupakan sarana restoratif dan rekreatif dan menjadi destinasi wisata kebugaran di Kota Bandung. Penerapan *biophilic design* pada perancangan Bandung *Retreat and Leisure* dapat menciptakan tujuan restoratif dan rekreatif. Karena diketahui *biophilic design* memiliki kaitan yang erat dengan alam, kesehatan, dan produktivitas. Sehingga perancangan ini dapat menambah sektor pariwisata baru di Kota Bandung yakni berupa wisata kebugaran dengan memanfaatkan nuansa alam dalam mendukung terwujudnya keseimbangan anatara tubuh, pikiran, dan jiwa.

DAFTAR RUJUKAN

- Badan Pusat Statistik (BPS). 2021. Jumlah Wisatawan Menurut Jenis (Jiwa) 2018-2020. BPS Bandung.
- Bishop, G. D. (1994). *Health Psychology: Integrating mind and body*. Allyn & Bacon.

- Coutts, C., Forkink, A., & Weiner, J. (2014). The portrayal of natural environment in the evolution of the ecological public health paradigm. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 11(1), 1005-1019.
- Global Wellness Institute. (2023). *The Global Wellness Economy: Indonesia*. Florida.
- Green, T.B. (2014). *14 Patterns of Biophilic Design*. New York.
- Kellert, S. R., Heerwagen, J., & Mador, M. (2011). *Biophilic design: the theory, science and practice of bringing buildings to life*. John Wiley & Sons.
- Kellert, S., & Calabrese, E. (2015). The practice of biophilic design. *London: Terrapin Bright LLC*, 3, 21.
- Kota Bandung. 2015. *Perda No. 10 Tahun 2015 tentang Rencana Detail Tata Ruang (RDTR) Dan Peraturan Zonasi Kota Bandung Tahun 2015–2035*. Pemerintah Daerah Kota Bandung. Bandung.
- Presiden RI. 2009. *Undang-Undang RI Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan*, Jakarta.
- Putri, D. A. P. R. P., Mahadipta, N. G. D., & Suyoga, I. P. G. (2019). Health Retreat Bernuansa Slow Living Eco-Tropical Solusi Untuk Kaum Urban. *Jurnal Patra*, 1(1), 41-49.
- Smith, M., & Puczko, L. (2014). *Health, tourism and hospitality: Spas, wellness and medical travel*. Routledge.
- Zijlema WL, et.all. 2018. Active commuting through natural environments is associated with better mental health: Results from the PHENOTYPE project. *Environ Int*. 2018 Dec;121(Pt 1):721-727. doi: 10.1016/j.envint.2018.10.002.