

LAPORAN SKRIPSI

**PUSAT KEBUGARAN DENGAN *RENTAL OFFICE* DI
JAKARTA**



SWASTRIA PRAMESTI PUTRI

21.A1.0035

PROGRAM STUDI ARSITEKTUR

FAKULTAS ARSITEKTUR DAN DESAIN

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2025

ABSTRAK

Pusat Kebugaran dengan *Rental Office* di Jakarta dirancang sebagai solusi atas tingginya tingkat stres masyarakat urban akibat tekanan hidup dan kerja di kota besar. Pendekatan *healing environment* dipilih untuk merancang fasilitas ini, yang tidak hanya berfungsi sebagai tempat kebugaran, tetapi juga memberikan pengalaman terapeutik dengan mengintegrasikan elemen alam, pencahayaan alami, vegetasi tropis, serta sirkulasi udara yang optimal. Metode deskriptif-kualitatif digunakan untuk menganalisis data dari studi literatur, studi preseden, dan kondisi tapak. Hasil penulisan menunjukkan bahwa penggabungan fungsi kebugaran dan ruang kerja fleksibel yang ditunjukkan dengan *rental office* dalam satu bangunan multifungsi di tengah kota mampu meningkatkan keseimbangan hidup, kenyamanan emosional, dan produktivitas pengguna. Desain ini juga menjadi model arsitektur hijau yang efisien dan berkelanjutan di kawasan padat seperti Sudirman, Jakarta.

Kata kunci:

Pusat Kebugaran, *Rental Office*, *Healing Environment*, Jakarta, Stres Urban