

PENGARUH RUANG TERHADAP POTENSI ATLET SEPEDA BALAP LINTASAN

Rifki Fauzian*, Asri Budiarto*, Wiyoga Triharto*

*Arsitektur, Universitas Indraprasta PGRI

INFO ARTIKEL

Kata kunci:

Tata Ruang
Sekolah Balap
Perilaku
Velodrom

ABSTRAK

Abstrak: Sebelum bisa terjun ke dunia balap sepeda, para atlet tentunya dilatih dan dibimbing di sekolah-sekolah khusus. Di Indonesia, terdapat dua jalur untuk menjadi atlet balap sepeda profesional, yaitu sekolah balap dan klub balap sepeda. Penulis menganalisa pola latihan dan porsi untuk atlet di klub balap tidak maksimal jika dibanding dengan sekolah balap. Mengambil studi preseden pada sekolah balap sepeda Fatahillah Abdullah di Yogyakarta dan Sekolah balap Keirin di Jepang, terlihat jelas beberapa perbedaan porsi dan latihan para atlet tersebut. Berdasarkan dari pola aktivitas, maka akan tercipta komposisi dan kebutuhan ruang yang berbeda. Untuk menganalisa studi kasus, penulis menggunakan metode pendekatan deduktif kualitatif dengan metode penelitian pengembangan. Metode penelitian pengembangan adalah metodologis riset yang memiliki tujuan untuk menghasilkan dan mengembangkan prototipe, desain, materi pembelajaran, media, strategi, atau alat evaluasi pendidikan dalam pembelajaran.

Alamat Korespondensi:

Rifki Fauzian,
Arsitektur, Fakultas Teknik dan Ilmu Komputer
Universitas Indraprasta PGRI
fauzianrifki@gmail.com

PENDAHULUAN

Sebelum bisa terjun ke dunia balap sepeda, para atlet tentunya dilatih dan dibimbing di sekolah-sekolah khusus. Di Indonesia, terdapat dua jalur untuk menjadi atlet balap sepeda profesional, yaitu sekolah balap dan klub balap sepeda. Keduanya sama-sama bekerja sama dengan Ikatan Sport Sepeda Indonesia (ISSI). Beberapa atlet yang berprestasi di Indonesia adalah jebolan dari klub balap sepeda. Namun bagaimana jika calon-calon atlet tersebut dilatih di sekolah balap sepeda? Karna tentunya semua hal mengenai porsi, metode, dan teknik dalam melatih calon atlet akan berbeda dengan klub sepeda.

Jepang memiliki metode pelatihan atlet yang terbilang cukup efektif, dengan sekolah balapnya yaitu Keirin. Keirin ini sendiri adalah jenis dari disiplin pertandingan dari cabang olahraga balap sepeda lintasan, yang memang berasal dari Jepang. Pelatihan pada sekolah balap ini sangatlah ketat dan mengedepankan kedisiplinan, calon atlet harus berlatih selama 15 jam per-hari, dan berlangsung selama enam hari dalam seminggu, biasanya calon atlet meraih pelatihan tersebut selama hampir setahun. Pemantauan asupan gizi pun dilakukan untuk para calon atlet. Selain latihan fisik, latihan teori pun juga dilaksanakan pada sekolah balap sepeda ini. Berdasarkan studi preseden atau studi kasus tersebut, maka penulis mengamati bahwa dibutuhkan ruang-ruang yang dapat mendukung kegiatan sekolah balap sepeda.

Menurut Salura (2001), definisi ruang adalah dimana akhirnya ruang arsitektur akan mempunyai bentuk atau wujud nyata, yang bagian dalamnya harus dapat memwadahi aktivitas tertentu dengan comfort, sedangkan bagian luarnya harus dapat melindungi pemakai dari gangguan luar. Sedangkan menurut Haryadi dan Setiawan (1995), bahwa cara hidup dan sistem kegiatan akan menentukan macam dan wadah bagi kegiatan tersebut. Wadah tersebut adalah ruang-ruang yang saling berhubungan dalam suatu sistem tata ruang dan berfungsi sebagai tempat berlangsungnya kegiatan tersebut.

Susunan ruang-ruang dalam bangunan atau lingkungan sangat berpengaruh terhadap zoning-zoning seperti ruang privat, semi privat, dan publik. Pola ruang juga bisa sangat terpengaruh terhadap faktor

perilaku penggunaannya. Ruang dalam pendekatan ini mempunyai arti dan nilai yang plural dan berbeda, tergantung tingkat apresiasi dan kognisi individu-individu yang menggunakan ruang tersebut. Dengan kata lain, pendekatan ini melihat bahwa aspek-aspek norma, kultur, psikologi yang berbeda akan menghasilkan konsep dan wujud ruang yang berbeda (Rapoport, 1977).

Pengertian Sekolah Balap

Sekolah balap adalah sebuah bangunan atau tempat yang berfungsi untuk memberikan pendidikan non formal dan pelatihan kepada atlet untuk melatih keterampilan tentang balap sepeda, etika sebagai atlet profesional, dengan ditunjang fasilitas-fasilitas yang mendukung.

Konsep teritori juga mempengaruhi akan terciptanya ruang, seorang pakar masalah perilaku yaitu Altman adalah seseorang yang menggagas konsep ini. Altman mengembangkan konsep teritori ini berbasis pada teori *Behaviour Constraint* atau hambatan perilaku. Hambatan perilaku adalah individu atau kelompok yang kehilangan kendali terhadap terjadinya situasi tertentu yang berdampak pada desain lingkungan atau sebaliknya. Kawasan teritorial adalah mekanisme perilaku untuk mencapai privasi tertentu yaitu terlihat jelas pada kawasan yang menjadi pembatas antara seorang individu dengan individu yang lainnya. Batas-batas ini sifatnya nyata dan terkait atas kepemilikan atau hak seseorang maupun kelompok terhadap lokus.

Menurut Suptandar (1999), zonasi ruang akan mempengaruhi aktivitas penghuni dan perabot di zona ruang tersebut. Zonasi ruang untuk sekolah balap terbagi menjadi empat, diantaranya adalah :

1. Zona ruang publik, ruang yang boleh diakses oleh semua pengguna, seperti ruang berlatih, ruang kelas, dan lobby;
2. Zona ruang semi publik, ruang yang hanya boleh diakses oleh beberapa orang yang berkepentingan, seperti ruang ganti bersama, kantor pengelola, dan ruang pelatih;
3. Zona privat, ruang yang memiliki privasi tinggi, seperti kamar mandi, toilet, dan ruang tidur;
4. Area servis, ruang ini adalah fasilitas yang harus dihadirkan untuk mendukung aktivitas pada suatu bangunan, seperti dapur, binatu, dan ruang penyimpanan.

Suptandar (1999) berpendapat bahwa sirkulasi ruang adalah pengarah akses-akses yang terjadi di dalam ruang, sirkulasi-sirkulasi yang terorganisir dengan baik dapat mempengaruhi kesan langsung terhadap ruang. Akses masuk dan keluar dari ruang satu ke ruang yang lainnya merupakan hal yang sangat penting dalam perencanaan tata ruang. Ching (1996) pun menyatakan bahwa sirkulasi yang benar sangat menentukan efisiensi pemakaian bangunan.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deduktif kualitatif dengan metode penelitian pengembangan. Metode penelitian pengembangan adalah metodologis riset yang memiliki tujuan untuk menghasilkan dan mengembangkan prototipe, desain, materi pembelajaran, media, strategi, atau alat evaluasi pendidikan dalam pembelajaran. Penulis memilih dua sekolah balap sepeda terbaik yang berada di dalam negeri dan luar negeri, yaitu Fatahillah *Bikeschool* yang berada di D.I Yogyakarta dan sekolah balap sepeda Keirin yang berada di Jepang.

Dalam kondisi pandemik Covid-19 saat ini, survei sekolah balap Fatahillah Abdullah dirasa tidak memungkinkan. Oleh sebab itu, data awal penulis dapatkan melalui kanal yutub Cerita Sepeda Indonesia dan Fatahillah *Bikeschool* yang mendokumentasikan seluruh kegiatan berlatih di sekolah balap tersebut. Dan data kedua penulis dapatkan melalui media daring olahraga juara.net yang menjelaskan tentang pola serta porsi atlet dalam berlatih, dan data-data pendukung lainnya yang didapatkan melalui daring. Data-

data yang penulis peroleh kemudian dijadikan preseden untuk dianalisa kelebihan dan kekurangannya, sehingga hasilnya nanti diharapkan bisa menjadi referensi untuk rancangan sekolah balap sepeda yang mampu memaksimalkan potensi para atletnya. Berikut adalah analisa dari sekolah balap Keirin;

1. Kedisiplinan Atlet

Di sekolah balap Keirin, calon atlet harus bangun pukul 6:30 pagi untuk menyiapkan sepeda mereka sebelum latihan. Kemudian mereka memiliki waktu 15 menit untuk bersiap-siap sebelum absen dan melakukan pemanasan. Metode pelatihannya sama seperti militer, tidak ada ponsel yang diizinkan selama pelatihan.

2. Jenis latihan

Pada sekolah balap Keirin, terdapat jenis latihan diantaranya adalah,

a. Latihan Hill

Ini adalah metode latihan yang paling terkenal pada sekolah balap ini, calon atlit harus mendaki dan menuruni bukit untuk memperkuat kaki mereka.

b. Pembelajaran teori di kelas

Selain latihan fisik, pembelajaran teori juga diberikan.

c. Latihan keseimbangan

Latihan keseimbangan ini menggunakan stasioner yang bertujuan untuk melatih keseimbangan atlet.

d. Latihan Interval

Latihan interval ini dilakukan untuk mengukur dan menganalisis efisiensi kayuhan mereka.

e. Latihan kecepatan

Latihan kecepatan atau *speed* ini dilakukan di trek lintasan yang berada di halaman sekolah tersebut, bertujuan untuk mengukur kecepatan yang bisa diperoleh oleh masing-masing atlet.

3. Porsi latihan

Latihan berlangsung selama enam hari dalam seminggu, dengan durasi 15 jam setiap harinya dan dilakukan selama hampir satu tahun untuk menjadi atlet profesional.

4. Asupan gizi atlet

Asupan gizi atlet sangat dipantau di sekolah balap ini, atlet harus mengonsumsi 1.300 kalori pada sarapan dan 4.500 kalori untuk makan malam. Dengan total setidaknya 5.800 kalori per-hari.



Gambar 1. Pola latihan sekolah balap Keirin

Sedangkan untuk Fatahillah *Bikeschool*;

1. Jenis latihan

Pada sekolah balap Keirin, terdapat jenis latihan diantaranya adalah,

a. Latihan *Outdoor*

Latihan *outdoor* bertujuan untuk melatih *endurance* atau daya tahan atlet yang dilakukan dengan cara bersepeda sejauh 100-150 km.

b. Latihan *Indoor*

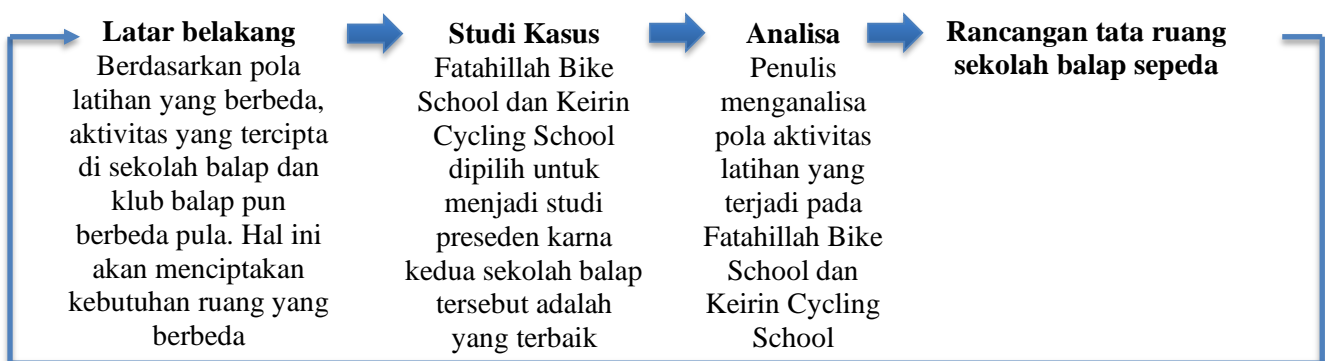
Atlet akan dilatih untuk mencari kecepatan dan interval dari efisiensi kayuhan sepeda mereka menggunakan stasioner.

2. Porsi latihan
Pada Fatahillah *Bikeschool*, porsi latihan 3-5 kali dalam seminggu. Latihan *outdoor* dilakukan pada hari sabtu dan minggu, sedangkan latihan *indoor* rabu dan kamis.
3. Asupan gizi atlet
Asupan gizi atlet di sekolah balap ini tidak terlalu dipantau.



Gambar 2. Pola Latihan Fatahillah *Bike School*

A. Kerangka Berpikir



Gambar 3. Kerangka Berpikir

HASIL

Berdasarkan data-data, maka penulis membuat rencana tata ruang yang akan mengefisiensikan sekolah balap sepeda sebagai berikut,

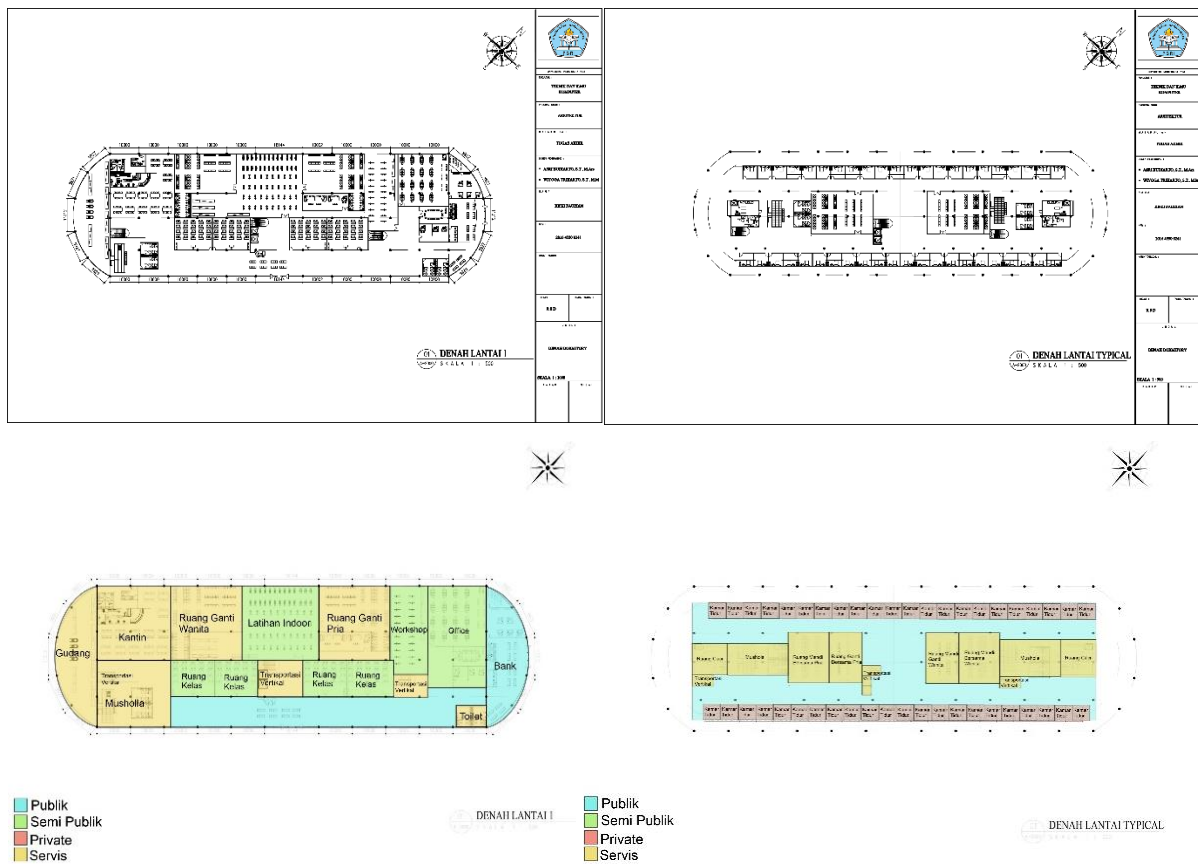
Aktifitas

Penulis membuat brain storming tentang aktifitas apa saja yang dilakukan pada sekolah balap sepeda berdasarkan studi preseden dari kedua sekolah balap sepeda tersebut, sebagai berikut :



Gambar 4. Aktivitas sekolah balap sepeda

Denah dan Zoning



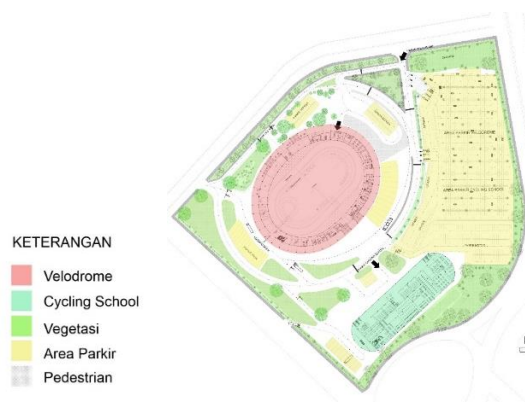
Gambar 5. Denah dan Zoning sekolah balap

Berbasis dari pendahuluan, maka sekolah balap ini terbagi menjadi 4 zona yang diantaranya adalah ;

1. Zona publik : Lobby dan koridor
2. Zona semi publik : Ruang Kelas, ruang latihan indoor, workshop, dan kantor
3. Zona private : Kamar tidur atlet
4. Area servis : Gudang, kantin, mushola, ruang ganti, kamar mandi, toilet, dan ruang cuci

Ruang-ruang tidur atlet berada dilantai 2-4, lantai 2 dan 3 untuk senior, dan lantai 4 untuk atlet junior. Akses lift tidak diberikan untuk atlet, hanya untuk pelatih atau petugas dan pengelola saja, ini bertujuan agar secara tidak langsung mereka melatih otot-otot kaki mereka dengan cara menaiki dan menuruni tangga setiap hari. Kemudian perbandingan antara jumlah kamar tidur dengan jumlah shower yang berada di kamar mandi bersama, akan dibuat tidak seimbang. Jika tiap satu lantai terdapat 42 kamar tidur, maka shower hanya akan disediakan sebanyak 38-40 buah saja. Ini bertujuan agar tercipta kedisiplinan di dalam diri atlet, karena siapapun yang terlambat untuk latihan akan diberikan sanksi. Fungsi pendukung lain pun ditambahkan seperti gudang dan loading dock sebagai media penyimpanan barang pada sekolah balap ini, dan juga Bank yang bertujuan untuk memudahkan atlet melakukan administrasi pembayaran yang akan digunakan sebagai biaya maintenance gedung.

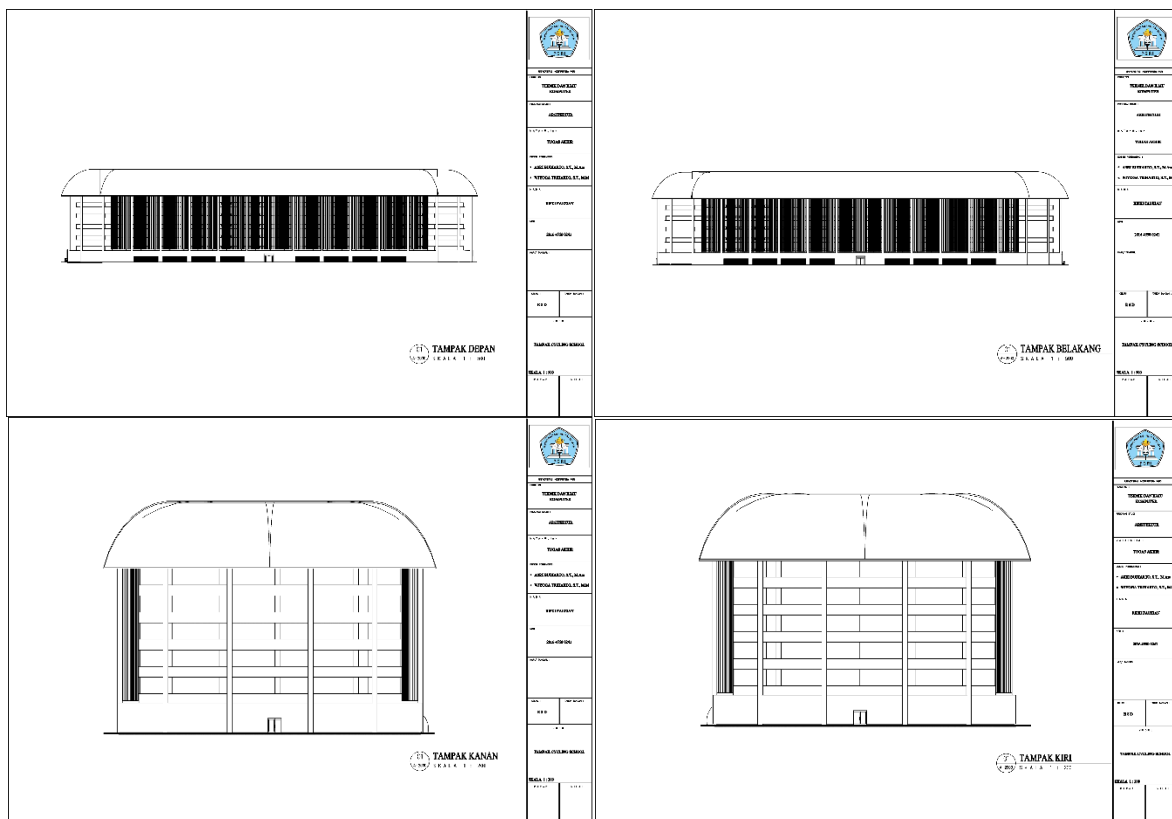
Blok Plan



Gambar 6. Blok Plan

Pada Blok Plan, penulis akan menampilkan fungsi bangunan velodrome sebagai wadah terselenggaranya olimpiade-olimpiade balap sepeda lintasan dari skala Nasional hingga Internasional yang bertujuan untuk menjadi pencambuk semangat para atlet. Karena dengan adanya velodrome di lingkungan sekolah balap, secara tidak langsung para atlet tersebut akan merasakan bahwa ada tujuan yang ingin dicapai, yaitu menjadi pembalap berprestasi. Kemudian jarak dan posisi antara sekolah balap sepeda, sengaja dibuat untuk mudah diakses oleh atlet.

Tampak



Gambar 7. Tampak Sekolah Balap

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Meskipun sistem pelatihan atlet sepeda balap Indonesia cukup baik, namun sekolah balap sepeda tersebut cukup banyak melahirkan atlet sepeda yang berprestasi. Penulis berpendapat bahwa, seandainya diciptakan sekolah balap sepeda yang memiliki sistem pelatihan terfokus pada kedisiplinan dan peningkatan jumlah latihan yang dilakukan para calon atlet, maka diharapkan bisa lebih banyak melahirkan calon atlet berprestasi, yang mampu mempertahankan performanya disetiap pertandingan. Penelitian akan pengaruh ruang terhadap potensi sekolah balap ini, selain untuk menjadi wadah event olahraga balap sepeda, namun juga sebagai tempat untuk berlatih calon atlet. Disisipkannya dormitory bertujuan agar memberikan efek disiplin bagi para calon atlet, dan juga menjaga konsistensi latihan para atlet.

Saran

Berorientasi pada analisis dan simpulan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka penulis mengajukan saran, yaitu:

Sekolah balap sepeda sebaiknya dilengkapi dengan wisma atau tempat untuk menginap calon atlet untuk meningkatkan kualitas latihan mereka. Kemudian disandingkan juga dengan velodrome sebagai acuan para calon atlet untuk meraih juara. Dengan adanya velodrome tersebut, maka secara tidak langsung sisi psikologis mereka akan menjadi semangat berlatih karena ada tujuan yang ingin dicapai.

DAFTAR RUJUKAN

- Ching, Francis, D.K. 1996. *Form, Space, and order*. Jakarta: Erlangga
- Ching, Francis, D.K. 1996. *Ilustrasi Desain Interior*. Jakarta : Erlangga
- Dyan, Anggriani, Djuni. "Pengaruh Ruang terhadap Perilaku Penghuni pada Perumahan Type 21 m²". Seminar Nasional Teknologi Terapan Berbasis Kearifan Lokal (SNT2BKL). ISSN : 978-602-71928-1-2. (15/18/20)
- Fitria, Tika Ainunnisa. 2018. "Pengaruh Seting Ruang Terhadap Perilaku Pengguna Dengan Pendekatan *Behaviorial Mapping*". *Jurnal Arsitektur dan Perencanaan* Vol 1, No 2. (15/18/20)
- Rapoport, Amos. 1977. *Human Aspects of Urban Form: Towards A Man-Enviromental Approach to Urban Form And Design*, Pergamon Press, New York.
- Salura, Purnama. 2001. *ber-arsitektur, architecture and communication*.
- Schmidt III, R., Deamer, J., dan Austin,S. 2011. *Understanding Adaptability Through Layer Dependencies*. International Conference on Engineering Design, ICED11. Technical University of Denmark.
- Schmidt III, R., Eguchi, T., Austin, S., dan Gibb, Alistair. 2010. *What is The Meaning of Adaptability in The Building Industry?*. Loughborough University. United Kingdom.
- Setiawan, B dan Haryadi. 2010. *Arsitektur Lingkungan dan Perilaku*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Suptandar, J. Pamudji. 1999. *Pengantar Merencana Interior untuk Mahasiswa Disain dan Arsitektur*. Jakarta: Djambatan