STUDIO TUGAS AKHIR ARSITEKTUR

PERANCANGAN *YOGA CENTER* KHUSUS WANITA UNTUK KECANTIKAN DI YOGYAKARTA DENGAN PENDEKATAN PSIKOLOGI LINGKUNGAN

DISUSUN OLEH:

NATALIA SAFIRA

(220119321)

PROGRAM STUDI SARJANA ARSITEKTUR
DEPARTEMEN ARSITEKTUR
FAKUTAS TEKNIK
UNIVERSITAS ATMA JAYA YOGYAKARTA

2025

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN
STUDIO TUGAS AKHIR ARSITEKTUR

PERANCANGAN *YOGA CENTER* KHUSUS WANITA DI YOGYAKARTA DENGAN PENDEKATAN PSIKOLOGI LINGKUNGAN

Dipersiapkan dan disusun oleh :

NATALIA SAFIRA PRIMADANI
220119321

Telah diperiksa, dievaluasi dan dinyatakan lulus dalam
Penyusunan Studio Tugas Akhir Arsitektur
Pada Program Studi Arsitektur – Departemen Arsitektur
Fakultas Teknik – Universitas Atma Jaya Yogyakarta

Yogyakarta, 06 Juli 2026
Pembimbing,

Ir. Soesilo Budi Leksono, MT.

Mengetahui,
Ketua Departemen Arsitektur

Dr. Ir. Anna Pudianti, M.Sc.

SURAT PERNYATAAN

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Tugas Akhir dengan judul:

PERANCANGAN *YOGA CENTER* KHUSUS WANITA DI YOGYAKARTA DENGAN PENDEKATAN PSIKOLOGI LINGKUNGAN

benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan hasil plagiasi dari karya orang lain. Ide, data hasil penelitian maupun kutipan baik langsung maupun tidak langsung yang bersumber dari tulisan atau ide orang lain dinyatakan secara tertulis dalam Tugas Akhir ini. Apabila terbukti kemudian hari bahwa Tugas Akhir ini merupakan hasil plagiasi, maka ijazah yang saya peroleh dinyatakan batal dan akan saya kembalikan kepada Rektor Universitas Atma Jaya Yogyakarta.

Yogyakarta, 7 Juli 2026

Yang membuat Pernyataan



Natalia Safira Primadani

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Kepada Tuhan Yang Maha Esa, Atas berkat dan karunia-Nya, Sehingga pada kesempatan kali ini Penulis dapat menyelesaikan Proposal Tugas Akhir Arsitektur yang berjudul “Perancangan Yoga Center Khusus Wanita di Yogyakarta dengan Pendekatan Psikologi Lingkungan.” Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar besarnya kepada segenap pihak yang telah membantu dan memberikan dukungan, baik secara langsung maupun tidak langsung, dalam penyelesaian Tugas Akhir ini. Terima kasih kepada:

1. Diri sendiri, yang sudah sanggup *survive* di perkuliahan ini hingga akhir.
2. Bapak Dr. Augustinus Madyana Putra, S.T., M.Sc. kepala Program Studi Sarjana Arsitektur.
3. Bapak Ir. Soesilo Boedi Leksono, M.T. selaku dosen pembimbing yang sudah memberikan segala bentuk semangat, bimbingan dan pengalaman yang berharga.
4. Mama dan adik-adik sebagai keluarga yang selalu mendukung.
5. Sahabat-sahabat terdekat, Rachel Dinda, Clarissa, Adelia Anggraini yang selalu memberikan motivasi sekaligus teman berjuang selama proses perkuliahan.
6. Semua teman dan pihak yang turut mendukung dan membantu penulis dalam penulisan Proposal Tugas Akhir.

Akhir kata, penulis berharap agar Proposal Tugas Akhir Arsitektur ini dapat bermanfaat bagi segenap pihak yang membutuhkan dan berdampak baik bagi masyarakat. Penulis juga memohon maaf apabila terjadi kesalahan baik dari tutur kata maupun perbuatan yang merugikan orang lain dalam proses penulisan Proposal Tugas Akhir Arsitektur ini. Terima kasih.

Yogyakarta, 03 Oktober 2025

Natalia Safira

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN ..... **ii**
SURAT PERNYATAAN ..... **iii**
KATA PENGANTAR ..... **iv**
DAFTAR ISI ..... **v**
DAFTAR GAMBAR ..... **ix**
DAFTAR TABEL ..... **xi**
BAB I PENDAHULUAN **12**
1.1 Judul 12
1.2 Latar Belakang 12
1.2.1 Latar Belakang Pengadaan Proyek 12
1.2.2 Latar Belakang Permasalahan 17
1.3 Rumusan Masalah 19
1.4 Tujuan Perancangan 19
1.5 Sasaran Perancangan 19
1.6 Lingkup Perancangan 20
1.6.1 Lingkup Spasial 20
1.6.2 Lingkup Substansial 20
1.6.3 Lingkup Temporal 20
1.7 Sistematika Pembahasan 20
BAB II KAJIAN TEORI **22**
2.1 Kerangka Teoritis 22
2.2 Definisi dan Deskripsi 22
2.2.1 Yoga & Manfaat Yoga 22
2.2.2 Macam-Macam Yoga Untuk Kecantikan 23
2.2.2.1 *Face Yoga* 24
2.2.2.2 *Hatha Yoga* 25
2.2.2.3 *Pranayama Yoga* 25
2.2.2.4 *Nidra Yoga* 26
2.2.2.5 *Kundalini Yoga* 27
2.3 Kriteria Kebutuhan Ruang 27
2.3.1 Pembagian Sesi Yoga 31

2.3.2 Psikologi Lingkungan *(Environmental Psychology)* 33
2.3.3 Desain Emosional (*Emotional Design*) 36
2.3.4 Perilaku Manusia Merupakan Fungsi Interaksi antara Individu dengan Lingkungannya 37
2.3.5 Perilaku Manusia Sebagai Hasil dari Kebutuhan Individu dan Harapannya terhadap Lingkungan 39
2.3.6 Penyesuaian Diri Manusia 41
2.3.7 Hubungan Lingkungan Hidup dengan Psikologi Lingkungan 42
2.3.8 Berbagai Seting dan Pengaruhnya terhadap Perilaku 43
2.3.8.1 Ruang 43
2.3.8.2 Warna Ruang 44
2.3.8.3 Ukuran dan Bentuk 46
2.3.8.4 Perabot dan Penataannya 46
2.3.8.5 Suara, Temperatur, Pencahayaan 47
2.4 Hasil Survey 48
2.5 Studi Preseden 49
2.5.1 Tru3 Yoga Studio 49
2.5.2 *Original Feelings Yoga Studio* 51
2.5.3 Flow Yoga and Movement Studio 53
BAB III METODE 56
3.1 Metode Pengumpulan Data 56
3.2 Metode Analisis Data 56
3.3 Metode Analisis Programatik 56
3.4 Metode Analisis Tapak 56
3.5 Metode Analisis Pendekatan dan Penekanan 56
BAB IV ANALISIS 57
4.1 Analisis Pemilihan Tapak 57
4.1.1 Kondisi Administratif 57
4.1.2 Kondisi Geografis 58
4.1.3 Kondisi Eksisting Tapak 59
4.1.4 Regulasi Tapak 59
4.2 Analisis Tapak 60
4.2.1 Tinjauan Tapak Proyek 60
4.2.2 Pengenalan Awal Tapak 62

4.2.3 Analisis Tapak 62
4.2.3.1 Analisis Aksesbilitas 62
4.2.3.2 Analisis Pencahayaan 63
4.2.3.3 Analisis Penghawaan 63
4.2.3.4 Analisis Kebisingan 64
4.2.3.5 Analisis *View* 65
4.2.3.6 Analisis Drainase 65
4.2.3.7 Sintesis Tapak 66
4.3 Analisis Fungsi, Pengguna, dan Kegiatan 66
4.3.1 Analisis Pelaku dan Aktivitas 66
4.3.2 Analisis Aktivitas, Kebutuhan Ruang & Pengelompokan Fasilitas 70
4.3.3 Analisis Kedekatan Zona dan Hubungan Ruang 71
4.3.4 Analisis Besaran Ruang 72
4.4 Analisis Penekanan Desain 72
4.4.1 Ukuran dan Bentuk 72
4.4.2 Perabot dan Penataannya 73
4.4.3 Suara, Temperatur, Pencahayaan 74
4.4.3.1 Suara 74
4.4.3.2 Temperatur 75
4.4.3.3 Pencahayaan 76
4.4.4 Penekanan Aroma 77
4.4.5 Penekanan Warna 77
BAB V PEMBAHASAN 78
5.1 Konsep Dasar Perancangan 78
5.2 Konsep Penataan Tapak 78
5.3 Konsep Bangunan 79
5.4 Konsep Utilitas 79
5.4.1 Konsep Jaringan Air Bersih 79
5.4.2 Konsep Jaringan Air Kotor 79
5.4.3 Konsep Jaringan Drainase 80
5.4.4 Konsep Jaringan Sampah 80
5.4.5 Konsep Jaringan Listrik 80
5.4.6 Konsep Struktur 81
BAB VI KESIMPULAN 82

6.1 Massa Bangunan 82
6.2 Situasi 82
6.3 *Siteplan* 83
6.3 Denah 83
6.3.1 Denah Massa 1 Lantai 1 83
6.3.2 Denah Massa 1 Lantai 2 84
6.3.3 Denah Massa 1 Lantai 3 84
6.3.4 Denah Massa 2,4,5 Lantai 1 85
6.3.5 Denah Massa 3 Lantai 1 85
6.4 Potongan 86
6.4.1 Potongan Keseluruhan A-A 86
6.4.2 Potongan Keseluruhan B-B 86
6.5 Tampak 86
6.5.1 Tampak Selatan 86
6.5.2 Tampak Timur 87
6.5.3 Tampak Utara 87
6.5.4 Tampak Barat 87
6.6 Perspektif 88
6.6.1 Perspektif Eksterior 88
6.6.2 Perspektif Interior 88
BAB VII DAFTAR PUSTAKA 89

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Indonesia *Yoga Tourism Market* 15
Gambar 1.2 *Yoga Tourism Market Data Book Summary* 16
Gambar 2.1 Kerangka Teoritis 22
Gambar 2.2 *Face Yoga* 24
Gambar 2.3 *Hatha Yoga* 25
Gambar 2.4 *Pranayama Yoga* 25
Gambar 2.5 *Nidra Yoga* 26
Gambar 2.6 *Kundalini Yoga* 27
Gambar 2.7 Spektrum Warna 44
Gambar 2.8 Fasad Studio Yoga Dua Belas *Space* 48
Gambar 2.9 Ruang Dalam Studio Yoga Dua Belas *Space* 48
Gambar 2.10 Ruang Dalam Studio Yoga Dua Belas *Space* 48
Gambar 2.11 Taman Samping Studio Yoga Dua Belas *Space* 49
Gambar 2.12 Tru3 Yoga *Studio Room* 49
Gambar 2.13 Tru3 Yoga *Studio Risipsionist* 50
Gambar 2.14 Tru3 Yoga *Studio Tea Room* 50
Gambar 2.15 Tru3 Yoga *Studio Lounge* 51
Gambar 2.16 Tru3 Yoga *Studio Room* 2 51
Gambar 2.17 *Original Feelings Yoga Studio Lounge* 52
Gambar 2.18 *Original Feelings Yoga Studio* Ruang Dalam 52
Gambar 2.19 *Original Feelings Yoga Studio Lounge* dan Ruang Yoga 52
Gambar 2.20 *Original Feelings Yoga Studio* Ruang Yoga dan Loker Room 53
Gambar 2.21 *Flow Yoga and Movement Studio Lounge* 53
Gambar 2.22 *Flow Yoga and Movement Studio* Ruang Yoga 54
Gambar 2.23 *Flow Yoga and Movement Studio* Ruang Dalam dan Toilet 54
Gambar 2.24 *Flow Yoga and Movement Studio* Kaca Ruang Dalam dan *Lounge* ... 55
Gambar 4.1 Peta Administratif Kelurahan Muja Muju 57
Gambar 4.2 Luas Tapak 62
Gambar 4.3 *View to Site* 62
Gambar 4.4 Analisis Aksesbilitas 62
Gambar 4.5 Analisis Pencahayaan 63

Gambar 4.6 Analisis Penghawaan 63
Gambar 4.7 Analisis Kebisingan 64
Gambar 4.8 Analisis *View* 65
Gambar 4.9 Analisis Drainase 65
Gambar 4.10 Sintesis Tapak 66
Gambar 4.11 Hubungan Ruang 71
Gambar 4.12 Analisis Besaran Ruang 72
Gambar 4.13 Massa Bangunan Dinamis 73
Gambar 4.14 Lanskap Dinamis 73
Gambar 4.15 Furnitur untuk Perabot Yoga 74
Gambar 4.16 Air Terjun Buatan 74
Gambar 4.17 Pohon Bambu Jepang 75
Gambar 4.18 *Yoga Outdoor* dan *Concealed AC* 75
Gambar 4.19 *Warm to Neutral Lighting* 76
Gambar 4.20 Tanaman Melati 77
Gambar 4.21 Warna *Soft* 77
Gambar 5.1 Zonasi *Site* 78
Gambar 6.1 Massa Bangunan 82
Gambar 6.2 Situasi 82
Gambar 6.3 *Siteplan* 83
Gambar 6.4 Denah Massa 1 Lantai 1 83
Gambar 6.5 Denah Massa 1 Lantai 2 84
Gambar 6.6 Denah Massa 1 Lantai 3 84
Gambar 6.7 Denah Massa 2,4,5 Lantai 1 85
Gambar 6.8 Denah Massa 3 Lantai 1 85
Gambar 6.9 Potongan Keseluruhan A-A 86
Gambar 6.10 Potongan Keseluruhan B-B 86
Gambar 6.11 Tampak Selatan 86
Gambar 6.12 Tampak Timur 87
Gambar 6.13 Tampak Utara 87
Gambar 6.14 Tampak Barat 87
Gambar 6.15 Perspektif Eksterior 88
Gambar 6.16 Perspektif Interior 88

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kriteria Kebutuhan Ruang 27
Tabel 2.2 Pembagian Sesi Yoga 32
Tabel 4.1 Kriteria Penilaian Tapak 60
Tabel 4.2 Penilaian Tapak..... 61
Tabel 4.3 Analisis Pelaku dan Aktivitas..... 66
Tabel 4.4 Analisis Aktivitas, Kebutuhan Ruang & Pengelompokan Fasilitas..... 70