

LAMPIRAN

LAMPIRAN A

Lampiran 1. Formulir Pengajuan Skripsi

 Universitas Pembangunan Jaya	FORMULIR PENGAJUAN SKRIPSI/TA	SPT-I/03/SOP-28/F-01
		No. Rekaman

Nama Mahasiswa : Sahirah Lavita
NIM/ Prodi : 2017101029/ Arsitektur
Judul Skripsi/ TA yang diajukan : Kajian Adaptasi Pusat Kebugaran di saat Pandemi Covid-19
(disusun dalam kalimat singkat, padat, jelas dan menarik minat pembaca)

Telah memenuhi syarat pengajuan Skripsi/TA: (mohon beri tanda V untuk syarat yang relevan)


No	Syarat	Ya	Tidak
1	Jumlah sks lulus (sesuai ketentuan Prodi)	V	
2	Mata kuliah prasyarat (sesuai ketentuan Prodi)	V	
3	IPK minimal 2,00	V	
4	Tidak sedang terkena sanksi akademik/sanksi lainnya	V	
5	Poin JSDP (sesuai ketentuan Prodi)	V	
6	Mengumpulkan Proposal Skripsi (sesuai ketentuan Prodi)	V	
7	MK Skripsi/TA tercantum di BRS semester berjalan	V	

Tangerang Selatan, 4 Juni 2021

Mengajukan,	Menyetujui,	Mengetahui,
 Sahirah Lavita	 Ratna Safitri, S.T., M.Ars.	 Ratna Safitri, S.T., M.Ars.
Mahasiswa	Dosen PA	Kaprodi

Formulir dibuat rangkap 2 (dua): Asli : untuk prodi, Copy : untuk mahasiswa

Lampiran 2. Formulir Persetujuan Penulisan Skripsi

 Universitas Pembangunan Jaya	FORMULIR PERSETUJUAN PENULISAN SKRIPSI/TA	SPT-I/03/SOP-28/F-02
		No. Rekaman

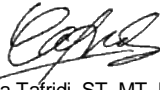


Nama Mahasiswa : Sahirah Lavita
 Prodi/NIM : Arsitektur/ 2017101029
 Judul Skripsi/TA yang diajukan : Adaptasi fitness center disaat pandemi covid-19

Telah **disetujui untuk menulis Skripsi/TA**.

Dosen Pembimbing Skripsi/TA yang ditugaskan Prodi adalah:

No	Nama	NIDN	JAD
1	Surya G. Tarigan, S.T., M.A., PhD.	-	-
2			

Tangerang Selatan, 9 Februari 2021

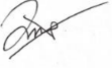

Menugaskan,	Menyetujui,	Menerima,	
 Issa Tafriji, ST, MT, MSc	 Ratri Safitri, S.T., M.Ars.	 Surya G. Tarigan, S.T., M.A., PhD.	
Koordinator Skripsi/TA	Kaprodi	Dosen Pembimbing 1	Dosen Pembimbing 2

Lampiran 3. Formulir Pembimbingan Skripsi

	FORMULIR PEMBIMBINGAN SKRIPSI/TA	SPT-I/03/SOP-28/F-03
		No. Rekaman

Nama Mahasiswa : Sahirah Lavita
 NIM/ Prodi : 2017101029/ Arsitektur
 Judul Skripsi/ TA : Kajian Adaptasi Pusat Kebugaran di saat Pandemi Covid-19

No	Tanggal	Materi Pembimbingan	Paraf Mhs	Paraf Dosen Pembimbing
1	10 Februari 2021	Pembahasan Topik Penelitian		
2	15 Februari 2021	Pembahasan Revisi Topik Penelitian		
3	16 Februari 2021	Pembahasan BAB 1		
4	24 Februari 2021	Pembahasan Revisi BAB I		
5	03 Maret 2021	Pembahasan BAB I dan BAB II		
6	10 Maret 2021	Pembahasan Revisi BAB II		
7	17 Maret 2021	Pembahasan BAB III		
8	24 Maret 2021	Pengecekan BAB I – BAB III Sebelum Sidang Proposal		
9	21 April 2021	Progress Pengumpulan Data		
10	04 Mei 2021	Persentasi Hasil Pendataan		
11	18 Mei 2021	Pembahasan BAB IV		
12	04 Juni 2021	Saran dan masukan dalam membuat PPT dan Menghadapi Sidang Akhir		

	
Sahirah Lavita Mahasiswa	Surya Gunanta Tarigan, S.T., M.A., Phd Dosen Pembimbing 1

Lampiran 4. Formulir Pengajuan Sidang Skripsi

	FORMULIR PENGAJUAN SIDANG SKRIPSI/TA	SPT-I/04/SOP-06/F-01
		No. Rekaman

Nama Mahasiswa : Sahirah Lavita

Prodi/NIM : Arsitektur / 2017101029

Judul Skripsi/TA : Kajian Adaptasi Pusat Kebugaran di saat Pandemi Covid-19

Dosen Pembimbing : 1. Surya Gunanta Tarigan,
S.T., M.A., Phd
2.

Dosen Penguji : 1. Issa Tafriidj, S.T., M.T., M.Sc JAD :
2. Shofia Islamia Ishar, S.T., M.T. JAD :
3. JAD :

Jadwal Sidang : Tempat : Zoom (Online) Hari/Tanggal: Selasa, 15 Juni 2021

Telah memenuhi syarat Sidang Skripsi/TA: (mohon beri tanda V untuk syarat yang relevan)

No	Syarat	Ya	Tidak
1	IPK minimal 2.00	V	
2	Tidak ada nilai D untuk mata kuliah mayor/inti Prodi	V	
3	MK Skripsi/TA tercantum di BRS semester berjalan	V	
4	Lulus minimal 1 mata kuliah KOTA untuk tiap rumpun	V	
5	SPT-I/03/SOP-28/F-03 Formulir Pembimbingan Skripsi (minimal 8 x)	V	
6	Poin JSDP (minimal 75% persen dari syarat kelulusan)	V	
7	Mengumpulkan dokumen Skripsi/TA (sesuai ketentuan Prodi)	V	

Tangerang Selatan, 4 Juni 2021

Mengajukan	Mengetahui	Memeriksa	Menyetujui
 Sahirah Lavita Mahasiswa	 Surya Gunanta Tarigan, S.T., M.A., Phd Dosen Pembimbing	 Issa Tafriidj, S.T., M.T., M.Sc Koordinator Skripsi/TA	 Ratna Safitri, S.T., M.Ars. Kaprodi

LAMPIRAN B

Lampiran 5. Daftar Kategori dan Pertanyaan Wawancara

Pengelola

KATEGORI	PERTANYAAN
Latar Belakang	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nama? 2. Jabatan?
Desain Sebelum Pandemi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kelebihan Golds Gym The Breeze? 2. Konsep desain Golds Gym The Breeze adalah Eco Green Gym, alasan penggunaan konsep itu bagaimana? 3. Adakah perubahan layout Golds Gym The Breeze? 4. Ruang yang paling sering digunakan? 5. Pemeliharaan Ac dalam Golds Gym The Breeze setiap berapa lama?
Adaptasi Selama Pandemi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Permasalahan apa saja yang di hadapi Gold's Gym selama pandemic Covid-19 2. Penanggulangan Golds Gym di saat Pandemi Covid-19? 3. Apakah pengunjung dapat mengikuti kebijakan Golds Gym saat pandemi? 4. Bagaimana cara mengatasi pengunjung yang tidak mengikuti kebijakan atau protokol kesehatan?
Arah Desain Sport Center atau Gym post-pandemi	<ol style="list-style-type: none"> 1. (penjelasan <i>sick building syndrome</i>) Apakah ibu sendiri pernah mengalami keluhan SBS saat berada di Golds Gym The Breeze? 2. Kira kira bagaimana masa depan Golds Gym atau pusat kebugaran kedepanya karena dampak pandemi ini? (desain/pengguna)

Pengunjung

Kategori	Pertanyaan
Latar Belakang	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nama? 2. Pekerjaan?
Desain Sebelum Pandemi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana menurut anda desain Golds Gym The Breeze, apakah nyaman atau menarik? 2. Ruang yang paling sering kalian digunakan itu apa atau latihan apa yang sering dilakukan ketika berolahraga di golds gym? 3. Lebih suka berolahraga di ruangan ber AC atau di ruangan yang terbuka? 4. Apa sering latihan di bagian outdoor golds gym the breeze?
Adaptasi Selama Pandemi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Penanggulangan diri sendiri saat pandemi covid-19? (vitamin, vaksin, cek covid,3M)

	<ol style="list-style-type: none"> 2. Mengapa memilih tetap berolahraga di pusat kebugaraan walaupun sedang pandemi seperti ini? 3. Pendapat kalian mengenai kebijakan atau protocol kesehatan dari pihak Golds Gym? sudah memenuhi sistem protocol di Indonesia belum? 4. Saat pandemic seperti ini apakah mengurangi motivasi kalian untuk berolahraga?
Adaptasi Perilaku Pengguna	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jam berapa anda biasanya mengunjungi gym? 2. Pernah gym di tempat lain sebelum di golds gym? Bagaimana dengan perbedaan gym sebelum dan Gold's Gym 3. (penjelasan <i>Sick Building Syndrome</i>), Pernahkah mengalami keluhan SBS saat berada di Golds Gym The Breeze?

Pekerja

Kategori	Pertanyaan
Latar Belakang	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nama? 2. Pekerjaan? 3. Ruangan untuk bekerjanya di bagian mananya? 4. Jam kerja?
Desain Sebelum Pandemi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saat pandemi ada perubahan layout golds gym tidak? Seperti perubahan peletakan alat? 2. Ruangan yang paling sering digunakan pengunjung atau paling tinggi perputaran manusianya? 3. Apakah kualitas udaranya sudah mendukung aktivitas kalian?
Adaptasi Selama Pandemi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Penanggulangan Golds Gym di saat Pandemi Covid-19? 2. Lebih ramai di saat sebelum pandemic atau di saat pandemic? Apakah terjadi penambahan atau pengurangan member? 3. Apakah pengunjung dapat mengikuti kebijakan Golds Gym saat pandemic? 4. Bagaimana cara mengatasi pengunjung yang tidak mengikuti kebijakan atau protokol kesehatan?
Olahraga dan Kesehatan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Penanggulangan diri sendiri saat pandemic covid-19? 2. Bagaimana cara mengajarkan cara berolahraga ke pengunjung di saat pandemi seperti ini? (khusus personal trainer) 3. (penjelasan <i>Sick Building Syndrome</i>), Pernahkah mengalami keluhan SBS saat berada di Golds Gym The Breeze?

Lampiran 6. Hasil Wawancara Pengelola

KATEGORI	PERTANYAAN
Responden 1 (Mas Adi) – Pengelola Lapangan Gold’s Gym The Breeze	
Latar Belakang	<p>Lavita: “Siang Mas kalau boleh tahu namanya siapa?”</p> <p>Mas Adi: “Adi”</p> <p>Lavita: “Mas Adi disini sebagai apa ya?”</p> <p>Mas Adi: “saya yang mengelola di lapangan langsung mba”</p>
Desain Sebelum Pandemi	<p>Lavita: “Kelebihan Golds Gym The Breeze dibanding cabang lainnya apa ya?”</p> <p>Mas Adi: “kita lebih ke fasilitasnya mba, disini kan ada lapangan basket juga”</p> <p>Lavita: “Konsep desain Golds Gym The Breeze kan Eco Green Gym, alasan gunain konsep itu bagaimana”</p> <p>Mas Adi: “kita karena ngikutin lingkungan sih mba di The Breeze soalnya kan”</p> <p>Lavita: “Adakah perubahan layout Golds Gym The Breeze?”</p> <p>Mas Adi: “belum ada sih mba sejauh ini”</p> <p>Lavita: “Ruangan yang paling sering digunakan?”</p> <p>Mas Adi: “bagian free weight”</p> <p>Lavita: “Pemeliharaan Ac dalam Golds Gym The Breeze setiap berapa lama?”</p>
Adaptasi Selama Pandemi	<p>Lavita: “Permasalahan apa saja yang di hadapi Gold’s Gym selama pandemic Covid-19?”</p> <p>Mas Adi: “paling keliatan masalah member mba, sebelum pandemi tuh kita bisa sampai 400 member, terus pas baru-baru buka selesai lockdown sekitar bulan juni member kita turun drastis malah kurang dari 100 orang. baru baru sekarang ini member mulai naik jadi 200 orang”</p> <p>Lavita: “Penanggulangan Golds Gym di saat Pandemi Covid-19? ”</p> <p>Mas Adi: ”prokes yang wajib sih 3M, terus ada waktu satu jam dari jam 2 sampai jam 3</p>

	<p>untuk pembersihan keseluruhan jadi gymnya tutup sebentar, member kita kasih disinfektan untuk bersihin alat-alatnya abis dipakai, sama satu lagi sekarang kalo gym maksimal dua jam saja. Kelas juga kan sekarang harus booking dan paling maksimal isinya 12 orang aja”</p> <p>Lavita: ”Apakah pengunjung dapat mengikuti kebijakan Golds Gym saat pandemi?”</p> <p>Mas Adi: ” pada ngikutin aja sih”</p> <p>Lavita: ”Bagaimana cara mengatasi pengunjung yang tidak mengikuti kebijakan atau protokol kesehatan?”</p> <p>Mas Adi: ” biasanya kita tegur untuk mengingatkan, staff-staff juga suka keliling”</p>
<p>Arah Desain Sport Center atau Gym post-pandemi</p>	<p>Lavita : ” Sebelumnya saya ingin menjelaskan mengenai Sick Building Syndrome atau SBS, SBS itu keluhan sakit kayak pusing, mata merah, sakit pernapasan, pilek tapi hanya saat di dalam bangunan kalau keluar bangunan rasanya langsung kayak sembuh lagi, kalau mas sendiri apakah pernah mengalami keluhan SBS saat berada di Golds Gym The Breeze?”</p> <p>Mas Adi : ” Belum pernah sih mba”</p> <p>Lavita : ” Kira kira pendapat mas bagaimana masa depan Golds Gym atau pusat kebugaran kedepannya karena dampak pandemi ini? Dari segi desain ataupun manusianya mas”</p> <p>Mas Adi : ” kalau gym sendiri sih bakal tetep jalan terus soalnya emang banyak org yg anggep gym udah kayak bagian dari pola hidup mereka juga malah di masa depan bisa makin populer di Indonesia gym, kalau perubahan desain mungkin tidak terlalu banyak bahkan tidak berubah karena susah juga kan kalau rubah desain lagi apalagi pandemi juga masih setaun jadi yang penting penerapan prokesnya aja”</p>

KATEGORI	PERTANYAAN
<p>Responden 2 (Ibu Rini Murniasih) – Manager Gold’s Gym The Breeze</p>	
<p>Desain Sebelum Pandemi</p>	<p>Lavita: “Kelebihan Golds Gym The Breeze?”</p> <p>Ibu Rini: “kita pasti sama aja sih ya, tapi dari segi fasilitas paling kayak golds gym lain tidak ada yang punya lapangan basket ataupun lapangan outdoor kita ada, Cuma bedanya di fasilitas itu tapi kalau fasilitas alat dan lainnya sama”</p>

	<p>Lavita: “Konsep desain Golds Gym The Breeze kan Eco Green Gym, alasan gunain konsep itu bagaimana?”</p> <p>Ibu Rini: “ karena kita ngikutin dari desain mall nya itu sendiri, karena mallnya itu kan ambil tema mall without walls kan dimana kita standingnya standing alone, kalau mall mall lain kan pasti dalam satu gedung sementara kita satu bangunan sendiri untuk gym, jadi ngeliatnya dari lingkungan saja pastinya”</p> <p>Lavita: “Adakah perubahan layout Golds Gym The Breeze?”</p> <p>Ibu Rini: “ sejauh ini belum karena semuanya juga sudah di atur dari pusat kan untuk fasilitas dan semuanya”</p> <p>Lavita: ”Ruangan yang paling sering digunakan?”</p> <p>Ibu Rini: “ Free Weight, kalua pakai PT sering juga di bagian Functional itu”</p> <p>Lavita: “Pemeliharaan Ac dalam Golds Gym The Breeze setiap berapa lama? “</p> <p>Ibu Rini: “ setiap 3 Bulan”</p>
Adaptasi Selama Pandemi	<p>Lavita: “Permasalahan apa saja yang di hadapi Gold’s Gym selama pandemic Covid-19?”</p> <p>Ibu Rini: “ yang pasti itu dari, yang paling efek terbesar itu dari pengunjung karena regulernya kita bisa berapa ratus orang Cuma untuk saat ini kita hanya menerapkan 50% dari kapasitas 100% dan member kita juga ga semua aktif banyak yang memutuskan untuk cuti dulu”</p> <p>Lavita: “Penanggulangan Golds Gym di saat Pandemi Covid-19? ”</p> <p>Ibu Rini: ” kita sama aja sih sama kayak tempat lain standarnya prokes ya, tapi kita dari golds gym itu ada waktu untuk sterilisasi area dimana pada jam itu kita gabole ada member atau staff melakukan aktivitas apapun di dalam”</p> <p>Lavita: ” dari staffnya ada pengecekan khusus kah”</p> <p>Ibu Rini: ”kayak rapid gitu ga rutin suh Cuma beberapa kali kita pasti cek rapid juga untuk staff staff kita, tapi kita selalu menyarankan kalau ada staff yang merasa sakit harus libur dahulu”</p>

<p>Arah Desain Sport Center atau Gym post-pandemi</p>	<p>Lavita : “ Sebelumnya saya ingin menjelaskan mengenai Sick Building Syndrome atau SBS, SBS itu keluhan sakit kayak pusing, mata merah, sakit pernapasan, pilek tapi hanya saat di dalam bangunan kalau keluar bangunan rasanya langsung kayak sembuh lagi, Apakah ibu sendiri pernah mengalami keluhan SBS saat berada di Golds Gym The Breeze? “</p> <p>Ibu Rini: ” belum pernah sih mba dan tidak pernah ada keluhan seperti itu juga dari staff atau member sejauh ini”</p> <p>Lavita : “Kira kira bagaimana masa depan Golds Gym atau pusat kebugaran kedepannya karena dampak pandemi ini? (desain/pengguna) “</p> <p>Ibu Rini: ” sebelumnya gym itu bukan tempat untuk penyebaran covid ya karena kita sama sama tau orang yang datang kesini pengen sehat untuk mengatut imunitas kita sendiri kan dari segi pola makan dan lainnya”</p> <p>Lavita: : ” kira kira kedepannya bisa ada pengembangan proses?”</p> <p>Ibu Rini: ” untuk proses sih sebetulnya akan sama saja umma balik lagi ke kita nya aja konsisten atau tidak”</p>
---	---

Lampiran 7. Hasil Wawancara Pengunjung

Kategori	Pertanyaan
Responden 3 (Mas Marsha) – Member Gold’s Gym The Breeze	
Desain Sebelum Pandemi	<p>Lavita: “Bagaimana menurut anda desain Golds Gym The Breeze, apakah nyaman atau menarik?”</p> <p>Mas Marsha: “ Bagus sih desainnya kalau buat foto juga jadi keren badanya hahaha”</p> <p>Lavita: :Ruangan yang paling sering digunakan itu apa atau latihan apa yang sering dilakukan ketika berolahraga di golds gym?</p> <p>Mas Marsha: “ lapangan basketnysa sama bagain beban di gym sih”</p> <p>Lavita: “Lebih suka berolahraga di ruangan ber AC atau di ruangan yang terbuka?”</p> <p>Mas Marsha: : “di Ac, enak adem”</p> <p>Lavita:” Apa sering latihan di bagian outdoor golds gym the breeze?”</p>

	<p>Mas Marsha: “ jarang banget seringan basketnya soalnya”</p>
<p>Adaptasi Selama Pandemi</p>	<p>Lavita: “Selama pandemi ini ada Penanggulangan diri sendiri saat pandemi covid-19, kaya sekarang kalau gym jadi lebih hati- hati atau bagaimana?”</p> <p>Mas Marsha: “Sekarang ini pasti saya jadi lebih hati-hati sih tapi kalau lagi nge gym, kayak sekarang saya lebih sering cuci tangan jadinya, gapernah lupa bawa dan make masker juga, ohya saya sekarang tuh kalau abis pakai alat jadi harus bersihin alatnya lagi pake disinfektan. Padahal mah dulu kalau mau gym ga mikirin itu semua langsung jalan aja”</p> <p>Lavita: “Mengapa memilih tetap berolahraga di pusat kebugaraan walaupun sedang pandemi seperti ini? Apa tidak ada ke khawatiran?”</p> <p>Mas Marsha: “ gym sih pasti karena emang ngebanu buat fisik saya main basket sih. khawatir iya sih tapi kan tetep hati-hati, tapi karena saya emang masih muda juga dan aktif olahraga jadi ga terlalu takut Cuma tetep hati-hati”</p> <p>Lavita:”Pendapat kalian mengenai kebijakan atau protocol kesehatan dari pihak Golds Gym? sudah memenuhi sistem protocol di Indonesia belum?”</p> <p>Mas Marsha: “prokesnya udah bagus sih cukup”</p> <p>Lavita: “Saat pandemi seperti ini apakah mengurangi motivasi kalian untuk berolahraga?”</p> <p>Mas Marsha: “ dulu sempet sih pas awal-awal lockdown, apalagi harus berhenti semua kegiatan diluar termasuk ngegym sama main basket barengnya jadi sempet jadi males aja”</p>
<p>Adaptasi Perilaku Pengguna</p>	<p>Lavita: “Jam berapa biasanya mengunjungi gym?”</p> <p>Mas Marsha: “ antara sore ke malem”</p> <p>Lavita: “Pernah gym di tempat lain sebelum di golds gym? Bagaimana dengan perbedaan gym sebelum dan Gold’s Gym?”</p> <p>Mas Marsha: : “belum pernah karena biasa main basketnya juga disini jadi sekalian deh gym di sebelahnya kan”</p> <p>Lavita : “Sebelumnya saya ingin menjelaskan mengenai Sick Building Syndrome atau SBS,</p>

	<p>SBS itu keluhan sakit kayak pusing, mata merah, sakit pernapasan, pilek tapi hanya saat di dalam bangunan kalau keluar bangunan rasanya langsung kayak sembuh lagi, Pernahkah mengalami keluhan SBS saat berada di Golds Gym The Breeze?”</p> <p>Mas Marsha: “belum pernah”</p>
--	--

Kategori	Pertanyaan
Responden 4 (Mas Kevin) – Member Gold’s Gym The Breeze	
Latar Belakang	<p>Lavita: “Namanya siapa mas?”</p> <p>Mas Kevin: “Kevin”</p> <p>Lavita: “bekerja di mana kalau boleh tau mas?”</p> <p>Mas Kevin: ”ada mba kantor dekat sini”</p>
Desain Sebelum Pandemi	<p>Lavita: “Bagaimana menurut anda desain Golds Gym The Breeze, apakah nyaman atau menarik?”</p> <p>Mas Kevin: : “menarik”</p> <p>Lavita: “ Ruangan yang paling sering digunakan itu apa atau latihan apa yang sering dilakukan ketika berolahraga di golds gym?”</p> <p>Mas Kevin: “ ruang yang beban sih mba“</p> <p>Lavita: “Lebih suka berolahraga di ruangan ber AC atau di ruangan yang terbuka?”</p> <p>Mas Kevin: “ AC, soalnya recovery badan jadi cepat”</p> <p>Lavita: “Apa sering latihan di bagian outdoor golds gym the breeze?”</p> <p>Mas Kevin: “kadang aja sih mba kalau lagi pengen ngelatih endurance”</p>
Adaptasi Selama Pandemi	<p>Lavita: “Penanggulangan diri sendiri saat pandemi covid-19?”</p> <p>Mas Kevin: ” lebih hati hati aja sih sekarang kayak menjaga jarak antar personal, selalu mengikuti seluruh protokol kesehatan, sama sekarang lebih sering gym sendirian”</p> <p>Lavita: ”Mengapa memilih tetap berolahraga di pusat kebugaraan walaupun sedang pandemi seperti ini? Apa tidak ada kekhawatiran?”</p> <p>Mas Kevin: ” gym udah kewajiban banget buat saya, pas ga gym lama badan hancur banget, Lagi pula saya udah merasa lebih aman aja karena udah vaksin juga”</p>

	<p>Lavita: "Pendapat kalian mengenai kebijakan atau protocol kesehatan dari pihak Golds Gym? sudah memenuhi sistem protocol di Indonesia belum?"</p> <p>Mas Kevin: " sudah cukup bagus sih"</p> <p>Lavita: :Saat pandemi seperti ini apakah mengurangi motivasi kalian untuk berolahraga?"</p> <p>Mas Kevin: "iya soalnya saya jadi berhenti lama, tapi Pas gym udah buka lagi waktu itu saya langsung member lagi biar bisa balik kayak dulu lagi, soalnya pas pandemi badan saya bener-bener hancur makanya mau buru-buru gym lagi deh"</p>
Adaptasi Perilaku Pengguna	<p>Lavita: "Jam berapa anda biasanya mengunjungi gym?"</p> <p>Mas Kevin: "jam pulang kantor sekitar jam 6 sore ke malam lah"</p> <p>Lavita: "Pernah gym di tempat lain sebelum di golds gym?"</p> <p>Mas Kevin: "belum paling beda cabang iya"</p> <p>Lavita: "Sebelumnya saya ingin menjelaskan mengenai Sick Building Syndrome atau SBS, SBS itu keluhan sakit kayak pusing, mata merah, sakit pernapasan, pilek tapi hanya saat di dalam bangunan kalau keluar bangunan rasanya langsung kayak sembuh lagi, Pernahkah mengalami keluhan SBS saat berada di Golds Gym The Breeze?"</p> <p>Mas Kevin: "Belum pernah kalau kayak gitu"</p>

Kategori	Pertanyaan
Responden 5 (Ibu Kimmy) – Member Gold's Gym The Breeze	
Latar Belakang	<p>Lavita: " sebelumnya dengan ibu siapa?"</p> <p>Ibu Kimmy: "kimmy"</p> <p>Lavita: "Kesehariannya apa seperti pekerjaannya?"</p> <p>Ibu Kimmy: " ibu rumah tangga"</p>
Desain Sebelum Pandemi	<p>Lavita: "Bagaimana menurut anda desain Golds Gym The Breeze, apakah nyaman atau menarik?"</p> <p>Ibu Kimmy: "bagus, nyaman juga"</p>

	<p>Lavita: “Ruangan yang paling sering kalian digunakan itu apa atau latihan apa yang sering dilakukan ketika berolahraga di golds gym?”</p> <p>Ibu Kimmy: “ saya sih seringnya kardio, kalistenik, sama ikut-ikut kelas”</p> <p>Lavita: ”Lebih suka berolahraga di ruangan ber AC atau di ruangan yang terbuka?”</p> <p>Ibu Kimmy: ”ga terlalu masalahin sih sebenarnya karena latiannya ya tergantung fasilitasnya ada dimana”</p> <p>Lavita: ”Apa sering latihan di bagian outdoor golds gym the breeze?”</p> <p>Ibu Kimmy: ”sering biasanya buat pemanasan atau kalistenik sama yoga”</p>
Adaptasi Selama Pandemi	<p>Lavita: ”Penanggulangan diri sendiri saat pandemi covid-19?”</p> <p>Ibu Kimmy: “ sekarang saya selalu bawa hand sanitizer dan disinfektan untuk bersihin alat msama tempat yang habis saya gunakan”</p> <p>Lavita: “Mengapa memilih tetap berolahraga di pusat kebugaraan walaupun sedang pandemi seperti ini? Apa ttidak takut?”</p> <p>Ibu Kimmy: ” saya tuh pas gym baru buka lagi ga langsung latian karena masi takut setelah 3 bulan baru deh akhirnya saya latian lagi biar maksimal olahraganya lagi”</p> <p>Lavita: ”Pendapat kalian mengenai kebijakan atau protocol kesehatan dari pihak Golds Gym? sudah memenuhi sistem protocol di Indonesia belum?”</p> <p>Ibu Kimmy: ”bagus sih dan bener bener dijalanin prokesnya”</p> <p>Lavita: ”Saat pandemic seperti ini apakah mengurangi motivasi kalian untuk berolahraga?”</p> <p>Ibu Kimmy: ”engga dong soalnya olahraga udah bagian dari hidup saya, jadi pas lockdown saya tetap olahraga terus kayak lari sekitar lingkungan rumah saya”</p>
Adaptasi Perilaku Pengguna	<p>Lavuta: “Jam berapa anda biasanya mengunjungi gym?”</p> <p>Ibu Kimmy: “pagi paling sering saya”</p>

	<p>Lavita: “Pernah gym di tempat lain sebelum di golds gym? Bagaimana dengan perbedaan gym sebelum dan Gold’s Gym?”</p> <p>Ibu Kimmy: “saya tuh udah nge gym lumayan lama kan sekitar 7 tahun, jadi saya udah ngerasain macem-macem gym dan bagi saya paling enak tuh di Gold’s Gym sekarang ini soalnya fasilitasnya lengkap, Susana enak, sama sekarang meskipun pandemi protokol tetep jalan jadi saya merasa aman juga”</p> <p>Lavita: “Sebelumnya saya ingin menjelaskan mengenai Sick Building Syndrome atau SBS, SBS itu keluhan sakit kayak pusing, mata merah, sakit pernapasan, pilek tapi hanya saat di dalam bangunan kalau keluar bangunan rasanya langsung kayak sembuh lagi, Pernahkah mengalami keluhan SBS saat berada di Golds Gym The Breeze?”</p> <p>Ibu Kimmy: “belum pernah”</p>
--	--

Lampiran 8. Hasil Wawancara Staff

Kategori	Pertanyaan
Responden 6 (Mba Ara) – Staff Gold’s Gym The Breeze	
Latar Belakang	<p>Lavita: “Namanya siapa mba?”</p> <p>Mba Ara: “Ara”</p> <p>Lavita: “disini bekerja sebagai apa?”</p> <p>Mba Ara: ”Resepsionis”</p> <p>Lavita: “Jam kerja dari kapan sampai kapan?”</p> <p>Mba Ara: ” biasanya saya shift pagi ke sore”</p>
Desain Sebelum Pandemi	<p>Lavita: ”Saat pandemi ada perubahan layout golds gym tidak? Seperti perubahan peletakan alat?”</p> <p>Mba ara: “tidak ada mba”</p> <p>Lavita: “Ruangan yang paling sering digunakan pengunjung atau paling tinggi perputaran manusianya?”</p> <p>Mba Ara: “ Di lantai dua si mba semua bagian dipakai tapi sepertinya paling sering di bagian angkat beban”</p> <p>Lavita: “Apakah kualitas udaranya sudah mendukung aktivitas kalian?”</p> <p>Mba Ara: “cukup sih tidak kedinginan juga saya”</p>

	<p>Lavita: "mba dan staff lainnya merasa sudah terpenuhi belum untuk fasilitas yang diberikan Gold's Gym untuk karyawanya?"</p> <p>Mba Ara: "sudah cukup sih mba, kita juga udah dapat ruang karyawan atau ruang-ruang kayak kantornya sampai buat persentasi"</p>
Adaptasi Selama Pandemi	<p>Lavita: "Penanggulangan Golds Gym di saat Pandemi Covid-19?"</p> <p>Mba Ara: " protocol kesehatan 3M dan ada waktu pembersihan seluruh ruangan gym dan setiap member maksimal olahraga hanya 2 jam"</p> <p>Lavita: "Lebih ramai di saat sebelum pandemic atau di saat pandemic? Apakah terjadi penambahan atau pengurangan member?"</p> <p>Mba Ara: "pengurangan jauh si mba sekarang aja masi setengahnya dari banyak member sebelum pandemi"</p> <p>Lavita: "Apakah pengunjung dapat mengikuti kebijakan Golds Gym saat pandemi?"</p> <p>Mba Ara: "sejauh ini nurut semua"</p> <p>Lavita: "Bagaimana cara mengatasi pengunjung yang tidak mengikuti kebijakan atau protokol kesehatan?"</p> <p>Mba Ara: "biasaya saya tegur mba untuk sekedar ngingetin aja"</p>
Olahraga dan Kesehatan	<p>Lavita: "Perbedaan kerja saat pandemic dan sebelum bagaimana sih mba?"</p> <p>Mba Ara: "sekarang kita staff harus bisa menanganin member masalah prokes dan kita harus patuh dengan prokes agar menunjukkan contoh ke customer juga jadi hati-hati banget"</p> <p>Lavita: "Sebelumnya saya ingin menjelaskan mengenai Sick Building Syndrome atau SBS, SBS itu keluhan sakit kayak pusing, mata merah, sakit pernapasan, pilek tapi hanya saat di dalam bangunan kalau keluar bangunan rasanya langsung kayak sembuh lagi, Pernahkah mengalami keluhan SBS saat berada di Golds Gym The Breeze?"</p> <p>Mba Ara: "belum pernah mba"</p>

LAMPIRAN C

Lampiran 9. Cek Plagiarism



Plagiarism Checker X Originality Report

Similarity Found: 3%

Date: Tuesday, June 08, 2021

Statistics: 337 words Plagiarized / 11396 Total words

Remarks: Low Plagiarism Detected - Your Document needs Optional Improvement.

1.1 Latar Belakang Olahraga fisik sudah ada sejak dahulu kala dan dulu lebih dikenal dan berawal dari gymnastic exercise dan pada abad ke-20 mulailah muncul industri olahraga fisik yang lebih modern yaitu "Gym", tetapi pada saat itu gym lebih dikenal sebagai olahraga mahal dan untuk atlet binaragawan (Corre, 2020). Seiringnya perkembangan zaman Gym sekarang tidak hanya soal badan berotot besar dan hanya olahraga khusus binaragawan dan binaragawati, tetapi persepsi masyarakat telah berubah mengenai gym, bahwa olahraga gym adalah olahraga yang dijadikan gaya hidup sehat. Di Indonesia sendiri perkembangan gym menjadi sebuah lifestyle bisa dilihat dari dengan mulai banyaknya brand-brand besar pusat kebugaran yang tersebar di seluruh Indonesia.

Gaya hidup atau tren ke gym ini juga disebabkan karena perkembangan arus informasi yang cepat, karena peran media berperan besar dalam mempopulerkannya atau banyak juga karena melihat artis-artis Hollywood yang rutin ke gym dan memiliki tubuh yang proposional dengan hidup sehatnya. Sekarang pusat kebugaran selalu penuh setiap jam pulang kerja baik hanya sekedar gaya, ataupun memang serius dalam membentuk tubuh, bisnis atau faktor lainnya (Aderai, 2007). Untuk pasar Pusat kebugaran di Indonesia bisa dibidang masih tergolong rendah dikarenakan menurut Francis Wanandi, CEO Gold's Gym Indonesia (Anonim, 2015). "industri gym di Indonesia agak salah arah.

Konsumen saat ini sebagian besar hanya mengikuti tren, belum ke arah kesadaran penuh dari diri sendiri. Buruknya, retention industri ini jelek. Artinya, disiplin pelanggan rendah dan cepat bosan. Sehingga, industri ini harus mampu membuat promosi dan tawaran menarik agar mereka tetap loyal" Namun seiringnya waktu tentu orang mulai sadar pentingnya berolahraga dan menjaga kesehatan tubuh, karena hal itu pun orang-orang di Indonesia pun mulai mengenal gym kependekan dari gymnasium yang berarti pusat

Lampiran 10. Formulir Revisi Skripsi


 Universitas Pembangunan Jaya	FORMULIR REVISI SKRIPSI / TA	SPT-I/04/SOP-06/F-05
		No. Rekaman

Nama Mahasiswa : Sahirah Lavita
Prodi/NIM : Arsitektur / 2017101029
Judul Skripsi/TA : Kajian Adaptasi Pusat Kebugaran Selama Masa Pandemi Covid-19
Dosen Pembimbing : 1. Surya Gunanta Tarigan, S.T., M.A., PhD
Dosen Penguji : 1. Issa Samichat Ismail Tafridj, S.T., M.T., M.Sc.
2. Dadang Hartabela, S.T., M.T.
Jadwal Sidang : Tempat: Zoom (*Online*) Hari/Tanggal: Selasa, 15 Juni 2021

Revisi yang dilakukan :

- Penambahan dan memperbanyak bahasan mengenai teori arsitektur adaptif pada BAB 2
- Penambahan Sub-bab arsitektur adaptif pada BAB 4
- Perbaikan dan penambahan Kesimpulan

Tangerang Selatan, 22 Juni 2021

Dosen Penguji 1

Issa Samichat Ismail Tafridj, S.T., M.T., M.Sc.