

## Abstrak

Olahraga bola basket merupakan salah satu olahraga yang cukup terkenal dan digemari anak muda di tingkat sekolah menengah hingga mahasiswa. Pada saat ini, prestasi olahraga bola basket Indonesia di tingkat dunia belum cukup baik. Fasilitas yang tersedia pun belum cukup memenuhi kebutuhan para atlet serta memikirkan faktor kenyamanan pengguna. Dalam bidang olahraga, terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi performa atlet dalam pertandingan yaitu berlatih melalui sarana dan fasilitas yang layak dan latihan keterampilan mental. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa faktor mental memiliki pengaruh sama besarnya dengan kemampuan fisik dan keahlian yang dimiliki.

Oleh sebab itu, dibutuhkan suatu wadah pelatihan yang memiliki fasilitas lengkap berupa *Basketball Training Camp and Clinic* yaitu, sebuah pusat pelatihan sebagai sarana pengembangan kemampuan dan keahlian olahraga bola basket yang terjadwal secara teratur dan tepat, dikarantina dalam suatu tempat tertentu dan dalam jangka waktu tertentu. Fasilitas ini juga dilengkapi dengan fasilitas-fasilitas pendukung seperti arena atau lapangan, *gym*, asrama, ruang terapi, ruang pijat, dan lain-lain. Tidak hanya itu, latihan keterampilan mental juga perlu diwujudkan dalam elemen bangunan sehingga perancangan fasilitas dapat turut serta meningkatkan performa atlet. Beberapa faktor latihan mental seperti motivasi, kesadaran diri, *goal-setting*, kepercayaan diri, latihan *imagery*, latihan relaksasi otot secara progresif, *self-talk*, perhatian dan konsentrasi dapat diwujudkan dalam elemen bangunan melalui beberapa teori psikologi arsitektur.

Ide desain dalam perancangan *Basketball Training Camp and Clinic* ini menggunakan psikologi arsitektur sebagai dasar dan pertimbangan pada penerapan desain terutama untuk mewujudkan latihan peningkatan keterampilan mental pada elemen bangunan. Hal ini dikarenakan psikologi arsitektur merupakan teori yang membahas hubungan antara manusia dengan lingkungannya. Dalam hal ini beberapa faktor yang dapat digunakan dalam peningkatan ketrampilan mental adalah teori mengenai penggunaan warna ruang, pengaturan suhu ruang, akses ke alam, pemandangan dan sinar matahari, variasi dalam ruang, kontrol suara, kesesakan, privasi, dan kualitas udara dalam ruang. Sehingga diharapkan konsep perencanaan dan perancangan *Basketball Training Camp and Clinic* ini dapat turut serta membantu meningkatkan performa atlet dalam pertandingan.

Kata kunci: *bola basket, training camp and clinic, ketrampilan mental*

## **Abstract**

Basketball is one of the most popular sports among adolescents. At this time, the achievements of Indonesian basketball at world level is not good enough. The availability of training facilities are not enough to supply the need of athletes. In the sport sector, there are several factors that can affect the performance of athletes in the game that is practiced through appropriate facilities and mental skills training. Several studies have shown that mental factors have an effect as great as physical skills.

Therefore, training center, such as Basketball Training Camp and Clinic, was needed to prepare athletes for coming competition. The facility is also equipped with supporting facilities such as basketball arena, gym, dormitory, therapy room, massage room, etc. Not only that, the practice of mental skills also needs to implement to the building element so that the design of the facility can improve overall performance of athletes. Some mental training factors such as motivation, self-awareness, goal-setting, self-confidence, imagery exercises, prolonged muscle relaxation exercises, self-talk, attention and concentration can be manifested in building elements through several theories of architectural psychology.

The design idea of Basketball Training Camp and Clinic uses architectural psychology as the basis and consideration especially to the implementation of mental skill in building elements. This is because the psychology of architecture is a theory that discusses the relationship between humans and their environment. In this case some factors that can be used in improving mental skills are theories about the use of color space, setting the temperature of the room, access to nature, view and daylight, variations in space, voice control, tightness, privacy, and air quality in space. So hopefully the concept and design planning of Basketball Training Camp and Clinic can also improve the performance of athletes in the game.

Kata kunci: *basketball, training camp and clinic, mental skill*