

## Urban yoga sebagai upaya tubuh manusia menemukan ergonomi pada ruang kota = The urban yoga as a way for human body to find ergonomics in urban space

Ni Putu Dani Ekayanti, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20411850&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

#### <b>ABSTRAK</b>

<p>Ruang kota merupakan ruang yang fungsinya telah direncanakan. Ini menunjukkan bahwa aktivitas yang ada di ruang kota telah ditentukan oleh ruang tersebut. Ketika elemen-elemen kota tidak dimanfaatkan sesuai fungsinya, manusia dianggap melewati batas. Namun, pemanfaatan elemen-elemen kota sebagai elemen pendukung olahraga merupakan salah satu cara manusia mengeksplorasi ruang tersebut. Gerakan-gerakan tubuh manusia pada olahraga disesuaikan dengan karakteristik elemen kota. Berdasarkan pengamatan tersebut, ruang kota jelas dipersepsikan berbeda dengan olahraga hingga manusia memperoleh ergonomi. Melalui Urban Yoga, terlihat bahwa untuk melakukan hal tersebut, tubuh manusia sangat bergantung pada keseimbangan. Hal ini bersesuaian dengan prinsip ergonomi yang mengutamakan keamanan dan kenyamanan manusia.</p>

<hr>

#### <b>ABSTRACT</b>

<p>Urban space is a kind of space with planned uses. It means, activities in urban space are already determined by the space. When urban space elements are not used as how they are supposed to, human is considered transgressing. However, the use of urban space elements as supporting elements for sports is one of many ways how human explores that space. Human's body movements adjust the characteristics of urban space elements through sports. Based on this observation, urban space is obviously perceived differently by doing sports thus human attains ergonomics. The Urban Yoga shows that in doing so, human body depends on balance. It is similar to ergonomics' principle, safety and comfort for human.</p>