

# **BAB I LATAR BELAKANG**

## **1.1 LATAR BELAKANG**

### **1.1.1 LATAR BELAKANG PENGADAAN PROYEK**

Kesehatan mental menjadi isu penting yang semakin disadari oleh banyak kalangan. Kesehatan mental di Indonesia sedang marak digaungkan sebagai topik pembicaraan beberapa tahun belakang ini. Saat kesehatan mental pada seseorang mulai merasa tertekan serta mengalami stres berat maka akan berdampak negatif seperti memiliki pemikiran untuk mengakhiri hidup atau bunuh diri (Fatmawati, 2019). Seseorang yang mengalami tekanan dari keluarga, akademik, ataupun pekerjaan akan berdampak pada gangguan suasana perasaan atau dalam psikopatologi disebut despresi, akan berdampak untuk kehidupan individu tersebut seperti terganggunya kesehatan fisik maupun emosional, motivasi yang hancur, hambatan menuju sukses di pendidikan, hingga rusaknya hubungan pribadi penderita. Gangguan kecemasan tersebut dipulihkan melalui konseling psikologis serta didukung dengan aktivitas fisik positif.

Penelitian menganjurkan aktivitas fisik (olahraga) untuk kesehatan mental (Abd El-Kader and Al-Jiffri, 2016). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa aktivitas fisik memberikan pengaruh perubahan fisiologis seperti peningkatan suasana hati, menurunkan stres, dan kecemasan. Melalui aktivitas fisik mencakup peningkatan kadar endorfin (senyawa kimia di dalam otak untuk peningkat suasana hati) (Harber and Sutton, 1984), temperature tubuh, produksi neurotransmitter meliputi serotonin dan dopamine guna regulasi mood serta membantu mengurangi gejala depresi (Lopresti, Hood, dan Drummond 2013), dan pelemahan respon tubuh terhadap stres (Lopresti et al. 2013).

Terhitung hingga tahun 2022 di Daerah Istimewa Yogyakarta khususnya Kabupaten Sleman sudah terdapat 25 puskesmas dengan layanan konseling kesehatan mental yang tersebar, namun belum ada bangunan tipologi pusat kebugaran dimana seseorang dapat berkonsultasi terlebih dahulu untuk melakukan kegiatan pemulihan kebugaran yang

direkomendasikan sesuai dengan kebutuhan. Tak hanya kebutuhan untuk berkonsultasi dengan ahli kesehatan mental, kegiatan pemulihan kebugaran sangat disarankan untuk mengembalikan dan meningkatkan kualitas hidup khususnya bagi penderita stres. Wellness Center menjadi pilihan yang tepat untuk seseorang yang membutuhkan konseling kesehatan mental dan sarana aktivitas pemulihan kebugaran.

### **1.1.2 LATAR BELAKANG PERMASALAHAN**

Badan Pusat Statistik (BPS) melaporkan bahwa tanah air sedang berjuang untuk menangani persoalan kesehatan mental, tercatat 5.787 kasus bunuh diri terjadi (termasuk percobaan bunuh diri) pada tahun 2020. Laporan data Kepolisian Republik Indonesia mengenai tindakan bunuh diri di tahun 2020 mencapai 671 orang dan terjadi di usia 15-29 tahun. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Valentina & Helmi pada 2016, tercatat kejadian bunuh diri di Indonesia oleh usia rentan 15-29 tahun akibat masalah kesehatan mental menjadi penyebab kematian nomor dua dengan rata-rata 1 (satu) individu meninggal bunuh diri setiap 1 (satu) jam. Percobaan dan ide untuk bunuh diri didominasi oleh populasi remaja yang berstatus mahasiswa perguruan tinggi (Valentina dan Helmi 2016). Masa transisi perkuliahan memberikan dampak tekanan pada masalah kesehatan mental. Kegiatan perguruan tinggi dianggap oleh banyak pandangan jika seolah tidak relevan dengan aspek aktivitas akademik. Muncul banyak persoalan mahasiswa yang diperhatikan selama masa merintis karir, maka penanganan perlu diperhatikan dengan melibatkan pihak yang berhubungan dengan kesejahteraan psikologis.

Maka kebutuhan psikologis mahasiswa berada di empiris gangguan kesehatan mental antara 18-24 tahun, bertepatan dengan usia rata-rata mahasiswa perguruan tinggi. Hal ini menjadi semakin serius saat tingkat kasus bunuh diri usia remaja menjadi meningkat dengan sebab kematian di kelompok usia tersebut. Kelompok usia 18-24 tahun dan mereka yang memiliki status sebagai mahasiswa perguruan tinggi di abad ke-21 ini masuk ke dalam kelompok Generasi Milenial dan Generasi Z. Hidup

berkembang di abad ke-21 memiliki *point* menyenangkan namun juga memiliki tantangan yang sudah pasti berbeda dengan generasi sebelumnya. Sayangnya, penelitian oleh Ahmad & Omar (2017) menyatakan jika generasi milenial dan generasi z ternyata dominan tidak memperdulikan kesehatan mental dirinya sendiri. Generasi milenial dianggap beruntung karena hidup di zaman dengan perkembangan informasi dan teknologi, namun hal ini menyebabkan dampak negatif yakni memicu *self comparison* melalui sosial media yang berakhir kecemasan lalu mendorong pemikiran untuk bunuh diri.

Melihat permasalahan tersebut pada rentang usia 18-24 tahun dengan status sebagai pelajar perguruan tinggi, Daerah Istimewa Yogyakarta sedang dilanda laporan bunuh diri sejumlah 28 kasus untuk 6 bulan terakhir tahun 2023 ini. Korban atas kasus yang disoroti merupakan mahasiswa perguruan tinggi. Provinsi tersebut menyandang status sebagai kota pelajar di Indonesia memiliki 389.699 pada 2021 pelajar perguruan tinggi. Kabupaten Sleman menjadi daerah dengan jumlah penduduk berstatus mahasiswa tertinggi di Daerah Istimewa Yogyakarta berjumlah 221.283 per tahun 2021 dengan jumlah perguruan tinggi di Daerah Istimewa Yogyakarta yakni berjumlah 34 per tahun 2021.

Tabel 1. 1 Jumlah Mahasiswa di Daerah Istimewa Yogyakarta Untuk Setiap Kabupaten/Kota

Kabupaten/Kota	Mahasiswa					
	Negeri		Swasta		Jumlah	
	2020	2021	2020	2021	2020	2021
Kulon Progo	-	-	529	699	529	699
Bantul	5 695	5 855	66 337	73 092	72 032	78 947
Gunung Kidul	-	-	1 141	1 151	1 141	1 151
Sleman	96 323	104 856	113 954	116 427	210 277	221 283
Kota Yogyakarta	-	-	85 852	87 619	85 852	87 619
<b>DI Yogyakarta</b>	<b>102 018</b>	<b>110 711</b>	<b>267 813</b>	<b>278 988</b>	<b>369 831</b>	<b>389 699</b>

sumber : Daerah Istimewa Yogyakarta Dalam Angka Tahun 2022

Situasi seperti ini pelayanan fasilitas kesehatan mental harus lebih mudah diakses oleh mereka yang membutuhkan (Kustiningsih, 2023).. Maka *wellness center* hadir menjadi sebuah tipologi sarana kesehatan mental yang dibutuhkan. Wellness center merupakan wadah fasilitas untuk mereka yang membutuhkan kondisi relaksasi saat kesehatan mental mulai

membutuhkan penanganan. Untuk menciptakan kesegaran fisik dan psikis perlu adanya perhatian khusus untuk fisik dan mental.

Dalam memfasilitasi sarana kesehatan mental membutuhkan perhatian khusus kepada lingkungan tata ruang luar, ruang dalam, dan kebutuhan pengguna. Sehingga dalam implementasi bidang arsitektur akan cocok diaplikasikan pendekatan arsitektur perilaku. Arsitektur perilaku memberikan penerapan atas pertimbangan perilaku dalam perancangannya dimana arsitektur membahas bagaimana hubungan antara tingkah laku manusia dengan lingkungannya (Wicaksono, 2019). Dengan memperhatikan variabel ruang, ukuran-bentuk, penataan perabot, warna, suara, temperatur, dan pencahayaan akan memberikan jamuan di dalam *wellness center* yang nyaman.

## **1.2 RUMUSAN MASALAH**

Bagaimana desain dengan pendekatan arsitektur perilaku menjadikan *wellness center* sebagai sarana pusat kebugaran yang terpadu untuk fisik serta psikis melalui tata ruang luar dan ruang dalam pada individu remaja akhir usia 18-24 tahun?

## **1.3 TUJUAN DAN SASARAN**

### **1.3.1 TUJUAN**

Perencanaan dan perancangan *Wellness Center* menggunakan pendekatan arsitektur perilaku manusia di Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, dapat memberikan kebutuhan sarana pusat kebugaran dengan suasana relaksasi dalam meringankan stres pada masyarakat usia 18-24 tahun.

### **1.3.2 SASARAN**

Untuk mencapai tujuan tersebut maka sasaran yang perlu dicapai adalah :

- a. Merancang *Wellness Center* Kabupaten Sleman yang dapat mewadahi pusat kebugaran terpadu.

- b. Merancang wellness center yang memberikan kesan rekreatif sehingga pengguna tidak merasa terlalu formal seperti rumah sakit atau pusat konseling.
- c. Merancang wellness center dengan mengolah tata ruang dalam dan tata ruang luar menggunakan pendekatan arsitektur perilaku dan konsep healing environment.
- d. Mengelompokkan kebutuhan ruang sesuai dengan tipe pemulihan stres.

## **1.4 LINGKUP PERANCANGAN**

### **1.4.1 SPASIAL DAN SUBSTANSIAL**

#### **a. Lingkup Spasial**

Lingkup spasial pada perencanaan dan perancangan wellness center ini berlokasi di Jalan Perumnas Tempel, Caturtunggal, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta memiliki lahan seluas keseluruhan 6.424 m<sup>2</sup>.

#### **b. Lingkup Substantial**

Lingkup substantial pada perencanaan dan perancangan wellness center fokus pada batasan aspek rancangan tata ruang dalam dan tata ruang luar dengan menggunakan metode pendekatan arsitektur perilaku.

### **1.4.2 PENDEKATAN ARSITEKTUR**

Arsitektur perilaku menurut Y. B. Mangun Wijaya pada buku *Wastu Citra*, arsitektur perilaku merupakan implementasi yang mempertimbangkan keikutsertaan perilaku manusia di dalam sebuah perancangan dan arsitektur yang manusiawi, serta menjadi wadah dalam memahami perilaku manusia dari segala macam perilaku, baik perilaku dari pencipta, pengamat, pemakai, hingga perilaku alam sekitar. Variabel yang mempengaruhi perilaku manusia meliputi ruang, ukuran, bentuk, perabot, *layout*, warna, suara, temperatur, dan pencahayaan. Prinsip dari arsitektur perilaku yang perlu diimplementasikan guna suatu desain bangunan akan mempengaruhi pola perilaku manusia seperti komunikasi antara manusia dengan lingkungan, pemwadahan kegiatan pengguna, pemenuhan nilai estetika, nilai komposisi, dan estetika bentuk.

## **1.5 SISTEMATIKA PEMBAHASAN**

### **BAB I. PENDAHULUAN**

Bab I menguraikan mengenai latar belakang pengadaan proyek, latar belakang permasalahan, rumusan masalah, tujuan dan sasaran, lingkup perancangan, sistematika pembahasan, diagram tata langkah (kerangka berpikir), metoda perancangan, dan sistematika pembahasan yang menjadi dasar dalam perancangan objek studi.

### **BAB II. KAJIAN OBJEK**

Bab II menguraikan mengenai tinjauan pustaka yang digunakan untuk tipologi *wellness center* mengenai fungsi, karakteristik, fasilitas, studi ruang, dan studi preseden.

### **BAB III. KAJIAN TEORI**

Bab III menguraikan mengenai tinjauan teori yang digunakan untuk target tipologi yakni remaja akhir (18-24 tahun), stres pada remaja akhir, serta pustaka terkait pendekatan yang digunakan untuk tipologi *wellness center*.

### **BAB IV. METODOLOGI**

Bab IV menguraikan mengenai metode yang digunakan dalam proses menganalisis dan menghasilkan pembahasan. Menjabarkan metode penelusuran data dengan sumber valid dan dapat dipertanggung jawabkan.

## BAB V. KASUS STUDI ATAU OBJEK

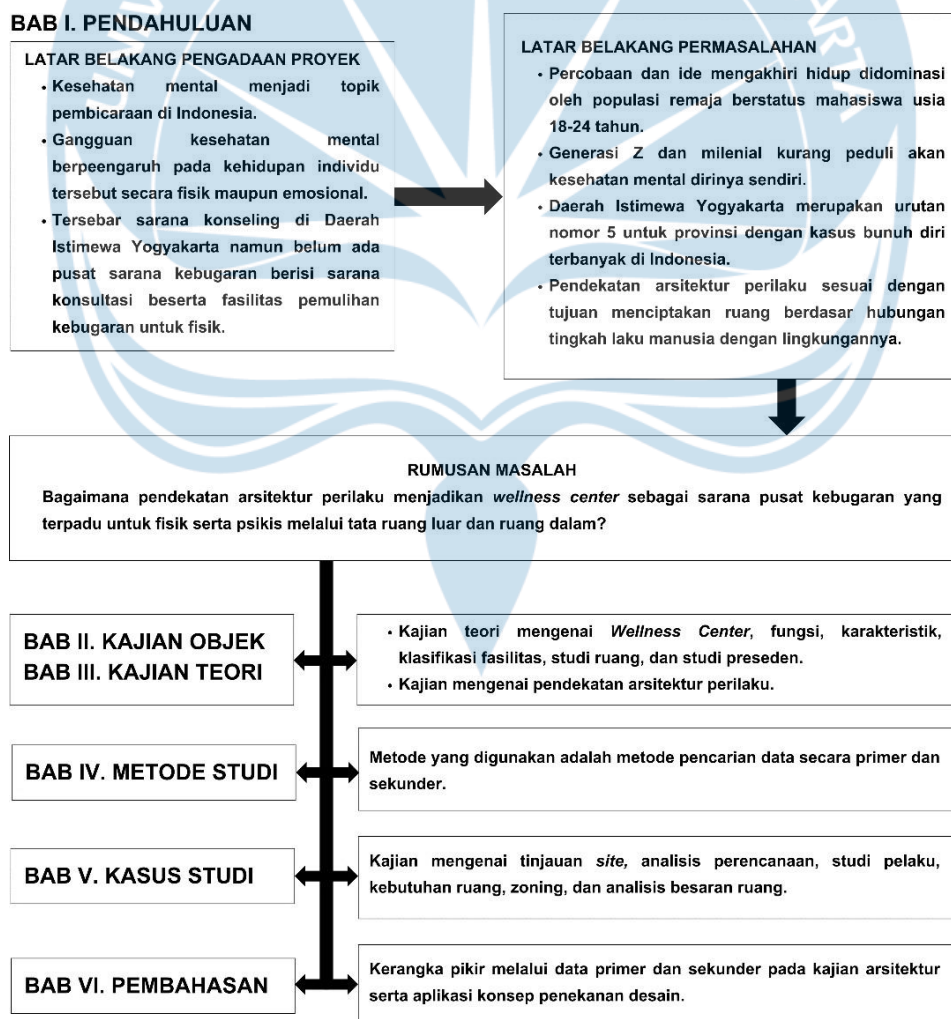
Bab V menguraikan mengenai gambaran objek usulan yang akan dijelaskan terkait identifikasi kebutuhan fungsional pengguna, standar kriteria kebutuhan aktivitas pengguna, serta kebutuhan ruang termasuk besaran setiap ruang sehingga mendapatkan pembahasan untuk dibawa ke perancangan konsep.

## BAB VI. PEMBAHASAN

Bab VI menguraikan mengenai sistematika penulisan dan alur kerangka berpikir sebagai bahan dalam melakukan perancangan.

### 1.6 DIAGRAM TATA LANGKAH

Tabel 1. 2 Kerangka Pikir



sumber : Dokumentasi pribadi penulis