

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

#### 1.1.1. Latar Belakang Pengadaan Proyek

#### Tingginya Tingkat Stress Remaja

Yogyakarta dikenal sebagai kota pendidikan, yang setiap tahunnya menarik ribuan mahasiswa dari penjuru negeri ini untuk melanjutkan studi mereka di berbagai universitas ternama di Kota Yogyakarta ini. Karena kota ini bereputasi sebagai tempat yang ramah dan mendukung kegiatan akademik yang baik serta pengembangan diri mahasiswa. Di balik semua kehidupan akademiknya yang gemerlap dan budaya sejarah yang kaya, ada permasalahan serius yang kerap terjadi di kalangan remaja maupun mahasiswa, yaitu tingkat stress yang tinggi. Adanya korelasi antara stress akademik yang tinggi dan kesejahteraan mental yang buruk di kalangan mahasiswa di Yogyakarta. Terdapat studi yang dilakukan pada mahasiswa di Amerika Serikat, ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang melaporkan tingkat stress akademik yang lebih tinggi juga mengalami kesejahteraan mental yang lebih buruk, terlepas dari usia, jenis kelamin, ras/etnis, atau tahun studi mereka (Barbayannis et al. 2022). Tingkat stress yang tinggi di kalangan mahasiswa di Yogyakarta adalah suatu perhatian yang serius. Mahasiswa sering menghadapi tekanan akademik, sosial, dan pribadi, yang dapat memengaruhi kesehatan mental mereka. Tingkat stress mahasiswa dapat meningkat karena beban tugas kuliah yang berat, masalah keuangan, tertekan atau kesepian. Dengan demikian, efek dari tingkat stress yang tinggi pada remaja tidak boleh diremehkan, Dalam banyak kasus, gejala seperti kecemasan, depresi, gangguan tidur, dan penurunan konsentrasi marak terjadi. Jika tidak teratasi dengan baik, stress pada remaja dapat menyebabkan konsekuensi jangka panjang yang serius. Untuk itu, penting untuk menemukan cara yang efisien untuk mengatasi masalah ini, dengan memberikan lingkungan yang lebih mendukung dan mengurangi tekanan pada remaja. Dukungan dari instansi pendidikan, keluarga, dan komunitas juga sangat diperlukan agar nantinya remaja diharapkan dapat berkembang secara optimal dan mencapai kesejahteraan mental yang lebih baik.

## **Minimnya Fasilitas Kesehatan Mental**

Salah satu tantangan besar bagi masyarakat Yogyakarta adalah kekurangan fasilitas kesehatan mental. Keterbatasan ini disebabkan oleh banyak faktor yang saling terkait. Pertama, pengembangan pusat kesehatan mental menjadi tantangan karena anggaran kesehatan yang terbatas. Kedua, masalah kesehatan mental distigmakan oleh orang-orang, membuat orang kurang menyadari pentingnya perawatan mental. Selain itu, keadaan menjadi lebih buruk karena kekurangan profesional kesehatan mental dan tenaga ahli. Akibatnya, banyak orang dengan masalah kesehatan mental menghadapi kesulitan untuk mendapatkan dukungan dan perawatan yang mereka butuhkan. Demikian pula, akses yang terbatas ke fasilitas kesehatan mental seringkali ditemukan di wilayah terpencil atau sulit dijangkau di sekitar Yogyakarta. Akibatnya, tindakan mendesak diperlukan. Ini termasuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang kesehatan mental, memberikan dana yang cukup, dan meningkatkan kesadaran publik tentang masalah ini.

Penanganan stress mahasiswa dengan menyediakan fasilitas yang dapat digunakan remaja untuk melepaskan stress dan mengeluarkan emosi adalah hal yang sangat penting dan sangat mungkin untuk dilakukan. Tempat meluapkan emosi dapat menjadi tempat yang aman dan nyaman bagi remaja untuk bersantai, mengungkapkan perasaan mereka, dan mencari dukungan dari sesama remaja lainnya. Dengan catatan bahwa fasilitas ini harus disesuaikan dengan kebutuhan remaja yang memiliki kondisi dan tingkat emosional yang berbeda-beda setiap individunya.

### **1.1.2. Latar Belakang Masalah**

#### **Mental Health**

Kesehatan mental, atau kesehatan mental, mengacu pada keadaan kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial seseorang. Ini mencakup kemampuan seseorang untuk menangani stres, beradaptasi dengan kehidupan sehari-hari, menjaga hubungan yang sehat, dan membuat keputusan yang baik. Kesehatan mental juga memengaruhi perilaku, pikiran, dan emosi seseorang.

#### **Mental Health Sanctuary**

Mental Health Sanctuary merupakan tempat yang menenangkan untuk memberikan ruang istirahat dari pikiran, perasaan, dan stress yang dialami oleh banyak orang setiap harinya. Tempat ini dapat berupa personal space yang indoor maupun outdoor di alam, ruangan, atau bahkan ruangan dalam ruangan. Tempat ini dapat berupa

juga tempat yang berarti bagi seseorang atau se-simpel tempat yang menawarkan ketenangan bagi penggunanya. Tidak ada persyaratan khusus untuk memasuki ruangan ini, konsep utama dari mental health sanctuary merupakan tempat untuk lari sejenak dari masalah dan menemukan ketenangan didalam pribadinya.

## **1.2. Masalah**

1. Bagaimana merancang tempat yang dapat membantu pengguna untuk mencapai tujuan mereka dalam meditasi atau refleksi, seperti meningkatkan konsentrasi, menenangkan pikiran, atau meningkatkan kesadaran diri?
2. Bagaimana cara tempat tersebut dapat membantu pengguna merasa lebih baik kedepannya?

## **1.3. Tujuan dan Sasaran**

### **1.3.1. Tujuan**

Perancangan Emotional Outlet Space sebagai *emotional recovery* bagi Remaja di Kota Yogyakarta yang mampu membantu mahasiswa dalam menyalurkan emosinya dengan cara yang lebih terorganisir

### **1.3.2. Sasaran**

1. Memberikan fasilitas untuk mengelola dan meluapkan emosi remaja dengan baik dan teratur sehingga pelajar dapat lebih tenang dan terjaga emosinya.
2. Menekan tingkat stress remaja di Kota Yogyakarta

## **1.4. Sistematika Pembahasan**

Sistematika penulisan pada Studio Tugas Akhir Arsitektur ini adalah sebagai berikut :

### **BAB I – PENDAHULUAN**

Menentukan latar belakang masalah, potensi, permasalahan yang terjadi di lapangan, dilanjutkan dengan perumusan masalah dan rencana desain. Diakhiri dengan identifikasi tujuan dan sasaran perancangan.

## **BAB II – TINJAUAN PUSTAKA**

Tinjauan pustaka adalah bagian yang berisi informasi tentang objek studio. Setelah itu, preseden kasus digunakan untuk menganalisis berbagai jenis tipologi arsitektur. Kemudian, teori pendekatan desain yang digunakan dijelaskan. Untuk mendapatkan pedoman perancangan, semua data yang dibahas di bagian ini disatukan dalam satu kesimpulan.

## **BAB III – TINJAUAN TAPAK DAN OBJEK RISET**

Tinjauan tapak dan objek riset diperuntukkan sebagai fokus ke lingkup makro dan mezo sebagai identifikasi latar belakang *site* perancangan, dan juga pengumpulan data tapak pada lapangan. Hasil dari identifikasi tapak ini menjadi landasan dalam merancang *Emotional Outlet Space* sehingga hasil rancangan sesuai dengan yang dibutuhkan di lapangan.

## **BAB IV – METODE DAN ANALISIS**

Penggunaan metode dalam mengumpulkan, mengolah data dan menganalisis data untuk membantu proses perancangan.

## **BAB V – KONSEP DASAR**

Diakhiri dengan pembahasan pendekatan dan konsep design dari bangunan, disesuaikan dengan aspek yang telah dianalisis. Dan juga gambaran design yang mencakup penyelesaian masalah menggunakan strategi design.