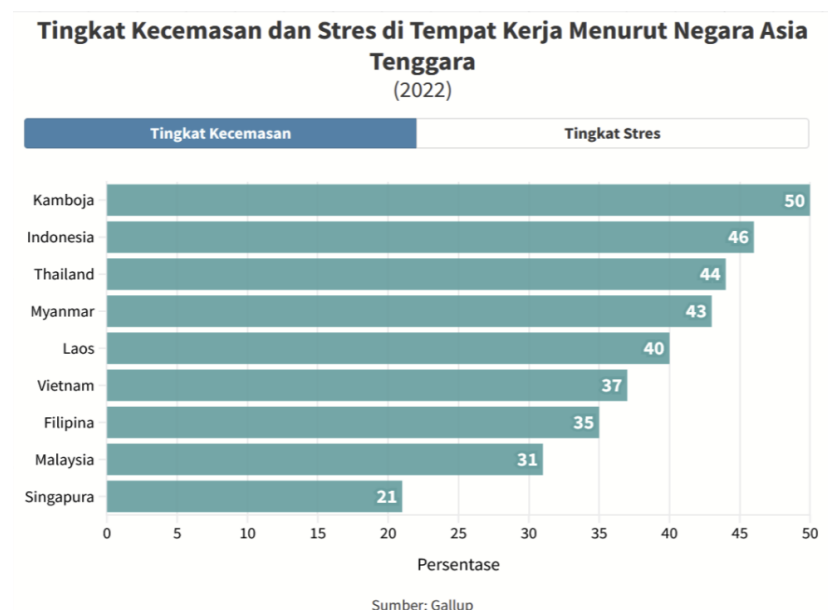


BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang (What, Why)

Kesehatan mental telah menjadi topik yang krusial dalam beberapa tahun terakhir, terutama pada kalangan profesional muda. Para profesional muda umumnya berada pada usia 20 sampai 40 tahun (Gen Z dan Milenial), kini menghadapi tantangan yang kompleks dalam kehidupan sehari-hari.

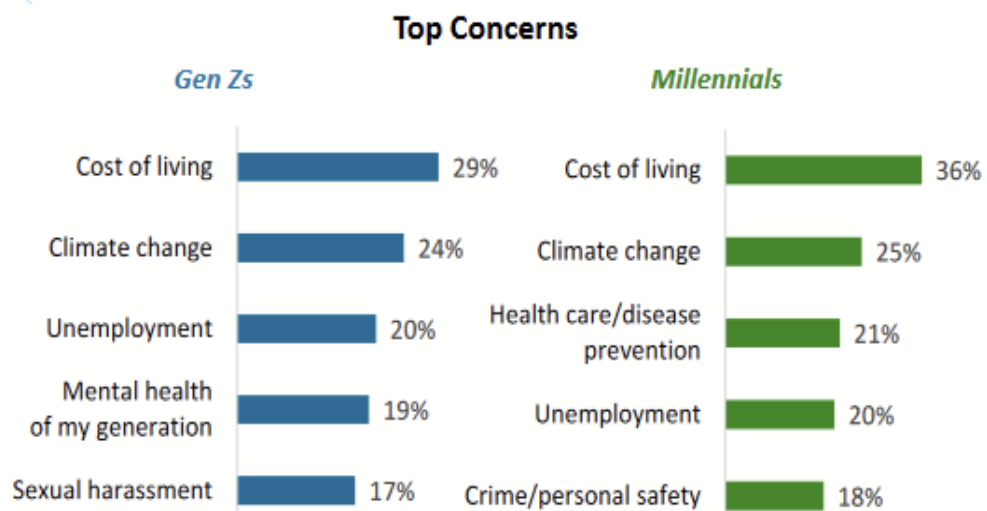


Gambar 1.1 Data Statistik Tingkat Kecemasan dan Stres di Tempat Kerja

(Sumber : *Gallup*)

Di Indonesia, sebuah survei yang dilakukan oleh Gallup pada tahun 2023, mendapati 46% profesional muda merasa cemas ketika berada di tempat kerja (Gallup, 2023). Hal itu menempatkan Indonesia di posisi kedua tertinggi pada tingkat kecemasan profesional muda di Asia Tenggara. Angka ini menunjukkan adanya kebutuhan mendesak untuk menangani isu kesehatan mental di kalangan generasi ini.

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Deloitte, bahwa 25% kaum profesional muda dilaporkan telah berhenti dari pekerjaan karena stres (Deloitte, 2022). Sekitar 46% Gen Z (19-24 tahun) dan 45% milenial (25-39 tahun) yang disurvei mengatakan mereka merasa lelah karena lingkungan kerja. Berikut merupakan alasan utama timbulnya kecemasan berdasarkan data survey yang dilakukan :



Gambar 1.2 Data Statistik Alasan Utama Timbulnya Kecemasan di Tempat Kerja

(Sumber : Data Survei Deloitte tahun 2022)

Berdasarkan diagram tersebut, alasan kecemasan pada Gen Z adalah biaya hidup, perubahan iklim, pengangguran, kesehatan mental, pelecehan seksual. Untuk generasi milenial didapati biaya hidup, perubahan iklim, perawatan kesehatan, pengangguran dan keselamatan pribadi. Mereka tidak hanya harus memenuhi ekspektasi yang tinggi di tempat kerja, mereka juga menghadapi tekanan sosial yang signifikan, meningkatnya tuntutan finansial, dan ketidakpastian ekonomi. Situasi ini diperparah dengan gaya hidup modern yang terburu-buru dan kemajuan teknologi yang berdampak besar pada kesejahteraan dan gaya hidup mereka.

Meskipun tingkat stres dan kecemasan ini dapat dinilai tinggi, banyak dari mereka yang enggan mencari bantuan karena adanya stigma sosial yang melekat

pada isu kesehatan mental. Mereka sering kali merasa malu atau takut akan penilaian negatif dari lingkungan sosial dan profesional jika diketahui mengalami masalah kesehatan mental (Seribu Tujuan, 2023; UGM, 2022). Akibatnya, banyak dari mereka yang memilih untuk menahan beban ini sendirian, yang akhirnya dapat memperburuk kondisi mental mereka.

Dalam konteks inilah muncul kebutuhan akan tempat yang dapat memberikan perlindungan dan pemulihan bagi profesional muda yang mengalami gangguan kesehatan mental. Dengan demikian, Holistik Resort hadir sebagai jawaban untuk kebutuhan tersebut, dengan menawarkan fasilitas yang dirancang khusus untuk mendukung proses penyembuhan melalui pendekatan yang holistik dan arsitektur hijau.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan pada bagian latar belakang yang diuraikan, pembahasan pada LP3A Tugas Akhir ini berfokus pada perancangan Holistik Resort yang menggunakan pendekatan holistik dan arsitektur hijau dapat menyelesaikan isu tentang kecemasan profesional muda di lingkungan kerja dan dapat bermanfaat bagi masyarakat.

1.3. Tujuan

Dapat mengetahui perancangan Holistik Resort dengan pendekatan arsitektur holistik dan arsitektur hijau dapat membantu mengurangi tingkat kecemasan dan memberi manfaat bagi profesional muda. Sehingga gagasan tersebut dapat dibuktikan dan dilanjutkan dengan melakukan perancangan desain Resort Bintang 5 dengan Pendekatan Holistik dan Arsitektur Hijau di Pesisir Pantai Gunung Kidul

1.4. Manfaat

1.4.1 Manfaat Subjektif

Sebagai dasar untuk LP3A Laporan Program Perencanaan dan Perancangan

Arsitektur (LP3A), yang akan dilanjutkan sebagai salah satu persyaratan dalam proses mendesain dan mengikuti mata kuliah Laporan Program Perencanaan dan Perancangan Arsitektur (LP3A) di Semester 7, Departemen Arsitektur Fakultas Teknik Universitas Diponegoro.

1.4.2 Manfaat Objektif

Diharapkan dapat bermanfaat sebagai tambahan pengetahuan dan wawasan, baik bagi mahasiswa bersangkutan maupun mahasiswa lain dan masyarakat umum. Serta dapat sedikit pertimbangan desain bagi pemilik resort di Kabupaten Gunung Kidul.

1.5. Ruang Lingkup

1.5.1 Lingkup Substansial

Lingkup substansial mencakup pembahasan mengenai pendekatan kontekstual, holistik dan arsitektur hijau pada perancangan resort dengan tema kesehatan mental.

1.5.2 Lingkup Spasial

Lingkup spasial penelitian ini adalah perancangan *resort* yang berlokasi di Gunung Kidul, Yogyakarta.

1.6 Metode

Metode yang digunakan dalam pembahasan ini adalah metode deskriptif dan analisis data untuk menghasilkan pendekatan program perencanaan dan perancangan. Setelah mendapatkan data, kumpulan data tersebut dianalisis untuk memperoleh tipologi dan pendekatan untuk perencanaan dan perancangan arsitektur yang selanjutnya dapat dilakukan penyusunan Landasan Program Perencanaan dan Perancangan Arsitektur.

1.7 Sistematika Pembahasan

BAB I Pendahuluan

Membahas tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan, manfaat, metode, sistematika pembahasan, dan alur berpikir.

BAB II Tinjauan Pustaka

Memuat studi literatur tentang pengertian bangunan resort, pengertian holistik, pengertian bangunan hijau, pengertian kesehatan mental, dan studi preseden.

BAB III Tinjauan Lokasi

Dalam bab ini penulis membahas tentang tinjauan lokasi Kabupaten Gunung Kidul.

BAB IV Pendekatan Program Perencanaan dan Perancangan Arsitektur

Dalam bab ini penulis membahas tentang pendekatan aspek fungsi, pendekatan pelaku kegiatan, pendekatan aktivitas dan fasilitas, pendekatan user dan fasilitas, pendekatan

BAB V Program Perencanaan dan Perancangan Arsitektur

Dalam bab ini penulis membahas tentang program ruang resort.

1.8 Alur Berpikir

Alur Pikir

Latar Belakang

1. Aktualita

Menurut data dari Gallup (2022), sebanyak 46 persen para profesional muda atau yang bisa dikatakan generasi z dan milenial (20-40tahun) merasa cemas dan stres di tempat kerja. Berdasarkan data tersebut, Indonesia menduduki posisi kedua se-Asia Tenggara. Data tersebut menunjukkan bahwa kesehatan mental para profesional muda seharusnya ditangani dengan baik.

Sejauh ini, para profesional muda menginginkan liburan sebagai pemulihan mental mereka sampai kembali bekerja. Namun, tidak diketahui hal itu hanya bersifat sementara dan saat mereka kembali bekerja, kecemasan dan stres kembali terjadi.

2. Urgensi

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Deloit (2022), 25 persen dari profesional muda memilih untuk mengundurkan diri dari pekerjaannya. Hal ini disebabkan oleh ekspektasi yang tinggi di tempat kerja, mereka juga menghadapi tekanan sosial yang signifikan, meningkatnya tuntutan finansial, dan ketidakpastian ekonomi. Situasi ini diperparah dengan gaya hidup modern yang terburu-buru dan kemajuan teknologi yang berdampak besar pada kesejahteraan dan gaya hidup mereka. Ditambah dengan stigma tentang masalah kesehatan mental di masyarakat yang dapat memperburuk para penderita.

3. Originalitas

Oleh karena itu, pada perancangan Resort Holistik ini Saya mencoba untuk merancang resort yang tidak hanya memberikan kenyamanan akomodasi saja tetapi juga mementingkan kesehatan mental bagi pengguna resort itu sendiri. Hal ini diperkuat juga dengan pendekatan arsitektur hijau yang dapat memberi kenyamanan bukan hanya untuk bangunan dan sekitarnya, tetapi juga kesehatan mental bagi pengguna. Bangunan resort ini juga bisa memecahkan stigma buruk akan masalah kesehatan mental di masyarakat.

Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan pada bagian latar belakang yang diuraikan, pembahasan pada Proposal Tugas Akhir ini berfokus pada perancangan Holistik Resort yang menggunakan pendekatan holistik dan arsitektur hijau dapat menyelesaikan isu tentang kecemasan profesional muda di lingkungan kerja dan dapat bermanfaat bagi masyarakat.

Tujuan

Dapat mengetahui perancangan Holistik Resort dengan pendekatan arsitektur holistik dan arsitektur hijau dapat membantu mengurangi tingkat kecemasan dan memberi manfaat bagi profesional muda. Sehingga gagasan tersebut dapat dibuktikan dan dilanjutkan dengan melakukan perancangan desain Holistic Resort for Mental Wellness.

Studi

Studi Literatur

Tinjauan Tipologi Bangunan.
Tinjauan Pendekatan Holistik.
Tinjauan Arsitektur Hijau.
Tinjauan Kesehatan Mental.

Studi Preseden

- Kamalaya Koh Samui, Thailand.
- Amanjiwo Resort, Magelang.

Studi Analisis

Tinjauan Lokasi
Bangunan Resort
Holistik.