

ABSTRAK

Dinamika kehidupan urban di Kota Semarang memicu tingginya tingkat stres akibat gaya hidup *hustle culture*, kelelahan mental (*burnout*), serta kesesakan spasial (*spatial overcrowding*). Kondisi ini diperparah oleh fenomena *Urban Heat Island* yang menurunkan kenyamanan termal dan stabilitas emosi masyarakat. Meskipun kesadaran mandiri untuk mencari ruang pelarian (*escapism*) meningkat sejalan dengan tren *wellness tourism*, fasilitas kesehatan mental yang tersedia saat ini cenderung bersifat medikalis sehingga menciptakan stigma. Kawasan dataran tinggi seperti Kopeng memiliki potensi ekologis dan mikroklimat ideal sebagai destinasi terapeutik. Namun, pengembangan wisatanya masih didominasi oleh objek rekreasional buatan yang memicu kebisingan dan dinilai kontraproduktif terhadap esensi penyembuhan. Merespons isu tersebut, perancangan “*Javanese Healing Hub*” di Kopeng digagas sebagai fasilitas *wellness* holistik non-klinis yang bersifat preventif dan restoratif. Perancangan ini mengintegrasikan pendekatan psikoterapi, potensi alam, dan kearifan lokal untuk mencapai keseimbangan jiwa dan raga. Pendekatan desain menggunakan Arsitektur Neo-Vernakular Jawa yang mentransformasikan elemen-elemen arsitektur tradisional Jawa ke dalam fasilitas penyembuhan modern. Konsep spasial perancangan ini bertumpu pada dua poros filosofis utama. Pertama, Olah Rasa yang difokuskan pada pemulihan batin melalui stimulasi sensoris berbasis rempah dan herbal. Kedua, Olah Karsa sebagai penyempurna dari proses pemulihan melalui ekspresi diri dan interaksi sosial untuk memulihkan semangat hidup. Melalui penerapan tata ruang holistik berbasis kearifan lokal, perancangan ini diharapkan mampu memberikan pengalaman restoratif yang mendalam bagi masyarakat urban sekaligus melestarikan nilai budaya Jawa dan ekologi tapak yang berkelanjutan.

Kata Kunci: Kesehatan Mental, *Wellness Tourism*, Olah Rasa, Olah Karsa, Arsitektur Neo-Vernakular Jawa.