

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perkembangan kota yang pesat telah mengubah pola hidup masyarakat secara signifikan. Urbanisasi, pertumbuhan ekonomi, serta kemajuan teknologi menjadikan kota sebagai pusat aktivitas dengan intensitas tinggi. Aktivitas seperti pekerjaan, pendidikan, dan mobilitas harian berlangsung secara terus-menerus dan menuntut produktivitas yang konsisten, sehingga lingkungan perkotaan menjadi ruang hidup yang sarat dengan rangsangan visual, auditori, maupun sosial.

Menurut laporan World Health Organization (WHO, 2021), lebih dari 55% populasi dunia saat ini tinggal di kawasan perkotaan dan diproyeksikan meningkat hingga 68% pada tahun 2050. Kondisi ini menunjukkan dominasi kehidupan urban yang tidak hanya membawa peluang ekonomi dan sosial, tetapi juga tekanan psikologis yang semakin kompleks. Kepadatan penduduk, kemacetan, tuntutan kerja, serta paparan informasi yang berkelanjutan berkontribusi terhadap meningkatnya stres dan kelelahan mental.



Gambar 1. Diagram Spektrum Kesehatan Mental antara Gangguan Mental dan Kesejahteraan Psikologis

Penelitian yang dilakukan oleh Gruebner Daniel dan rekan-rekannya dalam jurnal "Cities and Mental Health" , menunjukkan bahwa masyarakat perkotaan memiliki risiko gangguan kesehatan mental yang lebih tinggi dibandingkan masyarakat di wilayah rural. Hal ini dipengaruhi oleh tekanan sosial, kepadatan lingkungan binaan, serta keterbatasan akses terhadap ruang alami.

Selain itu, lingkungan kota yang penuh stimulus memicu kondisi overstimulasi, di mana individu terus-menerus menerima rangsangan seperti kebisingan, kepadatan

visual, dan interaksi sosial intens. Dalam jangka panjang, kondisi ini dapat menyebabkan *mental fatigue*, yaitu kelelahan pada kapasitas perhatian manusia. Perkembangan teknologi digital semakin memperkuat kondisi ini melalui fenomena *cognitive overload*, di mana arus informasi yang berlebihan melampaui kapasitas pemrosesan individu.

Di sisi lain, berbagai penelitian menunjukkan bahwa interaksi dengan lingkungan alami memiliki peran penting dalam proses pemulihan mental. Kehadiran elemen alam seperti vegetasi, air, dan lanskap terbuka mampu memberikan stimulus yang lebih lembut, sehingga membantu menurunkan tingkat stres dan meningkatkan kualitas konsentrasi. Studi oleh Roger Ulrich (1984) juga menunjukkan bahwa akses visual terhadap alam dapat mempercepat proses pemulihan kondisi psikologis.



Gambar 2. Digital Overload yang Sering Dialami Masyarakat Sekarang



Gambar 3. Pengaruh Pemandangan Alam terhadap Proses Pemulihan Pasien Rumah Sakit oleh Roger Ulrich

Temuan tersebut menegaskan bahwa lingkungan fisik, termasuk arsitektur, memiliki peran penting dalam membentuk kondisi mental manusia. Arsitektur tidak hanya berfungsi sebagai wadah aktivitas, tetapi juga sebagai medium yang membentuk pengalaman ruang. Melalui pengolahan elemen seperti pencahayaan alami, material, vegetasi, serta kualitas suasana ruang, arsitektur dapat menghadirkan lingkungan yang mendukung kesejahteraan psikologis.

Dalam perkembangannya, pendekatan seperti *healing architecture*, *biophilic design*, dan lingkungan restoratif mulai diterapkan untuk merespon kebutuhan tersebut. Pendekatan ini menekankan integrasi elemen alam serta penciptaan suasana ruang yang tenang dan minim distraksi sebagai upaya mendukung pemulihan mental.

Seiring meningkatnya kebutuhan akan ruang jeda dari kehidupan urban, muncul kebutuhan akan fasilitas yang tidak hanya bersifat rekreatif, tetapi juga mampu memberikan pengalaman pemulihan yang lebih mendalam. Dalam konteks ini, *resort* berkembang sebagai tipologi arsitektur yang memiliki potensi untuk mengakomodasi fungsi tersebut. Berbeda dengan fasilitas rekreasi biasa, resort memungkinkan pengalaman tinggal sementara (*retreat*) yang terintegrasi dengan lingkungan alami, sehingga mendukung proses relaksasi, refleksi, dan pemulihan mental secara lebih komprehensif.

Kawasan Bali, khususnya wilayah dengan karakter lanskap alami yang kuat, memiliki potensi besar untuk mendukung pengembangan resort berbasis wellbeing. Keberadaan alam, budaya, serta suasana yang relatif lebih tenang dibandingkan kota besar menjadikan Bali sebagai lokasi yang ideal untuk menghadirkan ruang pemulihan mental.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan suatu pendekatan perancangan arsitektur yang mampu mengintegrasikan tipologi resort dengan konsep wellbeing sebagai strategi pemulihan mental. Perancangan resort dengan pendekatan wellbeing diharapkan dapat menjadi respons terhadap tekanan kehidupan urban dengan menghadirkan lingkungan yang mendukung relaksasi, interaksi dengan alam, serta pengalaman ruang yang menenangkan dan reflektif.

1.2 Isu Perancangan

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, dinamika kehidupan perkotaan yang semakin kompleks memunculkan tekanan psikologis bagi masyarakat urban. Lingkungan kota yang padat, tingginya mobilitas, serta paparan rangsangan yang berlangsung secara terus-menerus menyebabkan individu mengalami kelelahan mental dan membutuhkan ruang yang mampu memberikan pengalaman pemulihan secara menyeluruh.

Dalam konteks arsitektur, kondisi ini menimbulkan kebutuhan akan perancangan ruang yang tidak hanya berfungsi secara fisik, tetapi juga mampu mendukung kesejahteraan psikologis pengguna melalui kualitas lingkungan dan pengalaman ruang

yang restoratif. Namun, keterbatasan akses terhadap lingkungan alami di kawasan perkotaan menjadikan kebutuhan tersebut belum terpenuhi secara optimal.

Di sisi lain, tipologi resort memiliki potensi untuk menjadi wadah pemulihan mental melalui pengalaman tinggal sementara yang terintegrasi dengan lingkungan alami. Dengan pendekatan *wellbeing*, resort tidak hanya berfungsi sebagai fasilitas rekreasi, tetapi juga sebagai ruang pemulihan yang mampu menghadirkan suasana tenang, reflektif, dan mendukung keseimbangan mental pengguna.

Berdasarkan kondisi tersebut, maka rumusan masalah dalam perancangan ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana merancang resort dengan pendekatan *wellbeing* yang mampu mendukung proses pemulihan mental bagi masyarakat urban melalui kualitas lingkungan yang restoratif.
2. Bagaimana mengintegrasikan elemen alam ke dalam perancangan resort sehingga tercipta pengalaman ruang yang menenangkan dan mendukung kesejahteraan psikologis pengguna.
3. Bagaimana merancang pengalaman spasial dan organisasi ruang dalam resort yang mampu menjadi transisi dari tekanan kehidupan urban menuju suasana yang tenang, reflektis, dan menyembuhkan.

1.3 Tujuan dan Sasaran

1.3.1 Tujuan

Tujuan dari perancangan ini adalah merumuskan konsep dan program perencanaan arsitektur untuk sebuah resort dengan pendekatan *wellbeing* yang berfungsi sebagai ruang pemulihan mental bagi masyarakat perkotaan. Perancangan ini bertujuan menghadirkan lingkungan yang mampu mendukung proses pemulihan psikologis melalui pengalaman ruang yang menenangkan serta integrasi elemen alam dalam arsitektur.

Selain itu, perancangan ini juga bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana pendekatan arsitektur, khususnya melalui prinsip lingkungan restoratif dan integrasi elemen alami, dapat diterapkan dalam tipologi resort untuk mereduksi tekanan mental akibat dinamika kehidupan urban. Dengan demikian, rancangan diharapkan mampu memberikan pengalaman ruang yang lebih reflektif, menenangkan, dan mendukung kesejahteraan mental penggunanya.

1.3.2 Sasaran

Sasaran yang ingin dicapai dalam penyusunan Landasan Program Perencanaan dan Perancangan Arsitektur (LP3A) ini adalah sebagai berikut:

1. Mengidentifikasi kebutuhan ruang dan aktivitas yang berkaitan dengan fasilitas pemulihan mental dalam tipologi resort bagi masyarakat perkotaan.
2. Mengkaji konsep dan prinsip perancangan yang berkaitan dengan pendekatan *healing architecture* serta lingkungan restoratif sebagai dasar dalam perancangan *resort*.
3. Menyusun program ruang dan kebutuhan fasilitas yang mampu mendukung aktivitas pemulihan mental, refleksi, serta interaksi dengan lingkungan alami.
4. Mengkaji potensi lokasi dan tapak yang sesuai untuk mendukung terciptanya lingkungan yang tenang dan mendukung proses pemulihan mental.
5. Merumuskan landasan program perencanaan dan perancangan arsitektur yang dapat menjadi pedoman dalam tahap eksplorasi desain selanjutnya.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penyusunan Landasan Program Perencanaan dan Perancangan Arsitektur ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian arsitektur yang berkaitan dengan hubungan antara lingkungan binaan dan kesejahteraan mental manusia. Kajian ini diharapkan dapat memperkaya pemahaman mengenai bagaimana kualitas ruang, pengalaman lingkungan, serta integrasi elemen alam dalam arsitektur dapat berperan dalam mendukung proses pemulihan mental.

Selain itu, pembahasan mengenai konsep lingkungan restoratif, *healing architecture*, serta integrasi elemen alam dalam perancangan diharapkan dapat menjadi referensi dalam pengembangan pendekatan desain yang lebih memperhatikan aspek psikologis dan kesejahteraan pengguna dalam perancangan ruang.

1.4.2 Manfaat Praktis

Secara praktis, perancangan *resort* dengan pendekatan *wellbeing* ini diharapkan dapat memberikan alternatif fasilitas yang mendukung pemulihan mental bagi masyarakat perkotaan. Kehadiran fasilitas tersebut diharapkan

mampu menjadi ruang jeda dari intensitas kehidupan urban melalui pengalaman tinggal yang terintegrasi dengan lingkungan alami.

Selain itu, hasil penyusunan LP3A ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam pengembangan perancangan fasilitas serupa yang berfokus pada kesehatan mental dan kesejahteraan masyarakat melalui pendekatan arsitektur yang memperhatikan kualitas lingkungan dan pengalaman ruang.

1.5 Ruang Lingkup

Ruang lingkup dalam penyusunan LP3A ini berfokus pada perancangan *resort* sebagai fasilitas yang mendukung pemulihan mental masyarakat perkotaan melalui pendekatan arsitektur yang memperhatikan kualitas lingkungan dan pengalaman ruang. Pembahasan dalam LP3A ini mencakup identifikasi kebutuhan pengguna, analisis aktivitas, penyusunan program ruang, serta pendekatan perancangan yang mendukung terciptanya lingkungan yang menenangkan dan restoratif.

Kajian dalam LP3A ini dibatasi pada aspek perencanaan dan perancangan arsitektur yang berkaitan dengan hubungan antara ruang, lingkungan, dan kesejahteraan mental pengguna. Pembahasan tidak mencakup kajian medis atau psikologis secara mendalam, melainkan hanya digunakan sebagai landasan untuk memahami kebutuhan ruang yang dapat mendukung proses pemulihan mental.

Dalam konteks spasial, kajian diarahkan pada kawasan sub-urban yang memiliki karakter sebagai ruang transisi antara lingkungan perkotaan yang padat dengan lingkungan yang lebih alami. Kawasan ini dipilih karena memiliki potensi untuk menghadirkan suasana yang lebih tenang serta mendukung aktivitas yang berkaitan dengan pemulihan mental. Oleh karena itu, lokasi kajian dalam perancangan ini diarahkan pada kawasan sub-urban di Kabupaten Gianyar, Bali, yang memiliki karakter lanskap alami dan kualitas lingkungan yang mendukung perancangan fasilitas *wellbeing space*.

1.6 Metode

Metode pembahasan yang digunakan dalam penyusunan Landasan Program Perencanaan dan Perancangan Arsitektur ini bertujuan untuk memperoleh data dan informasi yang relevan sebagai dasar dalam penyusunan program perencanaan dan perancangan arsitektur. Metode yang digunakan dalam proses penyusunan LP3A ini meliputi beberapa tahapan sebagai berikut.

1.6.1 Metode Deskriptif

Metode deskriptif dilakukan dengan cara mengumpulkan serta mengkaji berbagai data dan informasi yang berkaitan dengan objek perancangan. Data tersebut diperoleh melalui studi literatur dari buku, jurnal ilmiah, artikel, serta berbagai sumber referensi lain yang berkaitan dengan konsep *wellbeing space*, lingkungan restoratif, serta pendekatan healing architecture. Melalui metode ini diperoleh landasan teoritis yang digunakan untuk memahami karakter objek perancangan serta kebutuhan ruang yang berkaitan dengan aktivitas pemulihan mental.

1.6.2 Metode Dokumentatif

Metode dokumentatif dilakukan melalui pengumpulan data visual yang berkaitan dengan objek kajian. Dokumentasi ini meliputi pengumpulan foto, gambar, peta, serta berbagai informasi visual mengenai kondisi lingkungan, karakter kawasan, dan potensi tapak yang berkaitan dengan perancangan. Data dokumentasi tersebut digunakan untuk membantu memahami kondisi kontekstual yang dapat mempengaruhi proses perencanaan dan perancangan arsitektur.

1.6.3 Metode Komparatif

Metode komparatif dilakukan dengan cara mempelajari dan membandingkan beberapa proyek yang memiliki fungsi atau pendekatan serupa dengan objek perancangan. Studi preseden tersebut bertujuan untuk memahami pola organisasi ruang, pendekatan desain, serta strategi perancangan yang diterapkan pada proyek-proyek sejenis. Hasil dari studi komparatif ini kemudian digunakan sebagai referensi dalam penyusunan program perencanaan dan perancangan arsitektur.

1.7 Sistematika

Penyusunan Landasan Program Perencanaan dan Perancangan Arsitektur (LP3A) ini disusun dalam lima bab utama dengan sistematika sebagai berikut:

Bab I Pendahuluan

Berisi latar belakang, isu perancangan, tujuan dan sasaran, manfaat, ruang lingkup, metode pembahasan, serta sistematika penulisan yang menjadi dasar

pemikiran dalam perancangan *resort* dengan pendekatan *wellbeing* sebagai ruang pemulihan mental.

Bab II Tinjauan Pustaka

Membahas landasan teoritis yang mendukung perancangan, meliputi kajian mengenai kesehatan mental masyarakat perkotaan, konsep healing architecture, biophilic design, serta prinsip perancangan ruang pemulihan non-medis. Bab ini menjadi dasar konseptual dalam merumuskan pendekatan desain.

Bab III Tinjauan Objek dan Lokasi

Menguraikan gambaran umum objek perancangan serta analisis lokasi, meliputi kondisi geografis, topografi, klimatologi, kebijakan tata ruang, serta potensi dan kendala tapak di kawasan sub-urban. Analisis ini menjadi dasar dalam pengembangan konsep perancangan.

Bab IV Pendekatan Program Perencanaan dan Perancangan

Berisi hasil analisis yang diterjemahkan ke dalam pendekatan perancangan, meliputi pendekatan fungsional, kontekstual, teknis, dan arsitektural sebagai landasan penyusunan program ruang.

Bab V Program Perencanaan dan Perancangan

Merumuskan kebutuhan ruang, kapasitas, besaran ruang, hubungan antar ruang, serta konsep dasar perancangan yang akan menjadi acuan dalam tahap desain arsitektural selanjutnya.