

ABSTRAK

Perubahan pola hidup dan bekerja generasi muda di kawasan perkotaan menunjukkan kecenderungan aktivitas yang semakin padat dan fleksibel. Perkembangan teknologi digital serta sistem kerja yang tidak lagi terikat pada ruang dan waktu tertentu membuat batas antara ruang kerja dan kehidupan personal menjadi semakin kabur. Di kawasan pusat bisnis dengan intensitas aktivitas yang tinggi, ritme kehidupan sehari-hari sering berlangsung cepat dan berulang tanpa adanya jeda yang jelas. Kondisi ini berpotensi memicu kelelahan mental dan stres kerja pada kelompok usia produktif.

Lingkungan binaan umumnya masih dirancang dengan pendekatan efisiensi ruang dan kepadatan fungsi, sehingga ruang transisi dan ruang jeda jarang diposisikan sebagai bagian penting dari sistem bangunan. Padahal, pengolahan sekuens ruang, perubahan atmosfer, serta kehadiran ruang transisi dapat membantu menghadirkan momen jeda dalam alur aktivitas harian pengguna.

Landasan Program Perencanaan dan Perancangan Arsitektur ini mengusulkan perancangan Hybrid Living Centre sebagai tipologi bangunan yang mengintegrasikan fungsi hunian, ruang kerja, dan fasilitas pendukung dalam satu sistem bangunan vertikal. Pendekatan perancangan berfokus pada pengolahan spatial sequence serta pengembangan pause space sebagai ruang transisi yang terdistribusi dalam bangunan. Pause space dirancang tidak hanya sebagai area sirkulasi, tetapi sebagai ruang yang mampu menghadirkan perubahan atmosfer dan membantu menurunkan intensitas aktivitas secara bertahap.

Melalui pendekatan tersebut, bangunan diharapkan mampu mendukung aktivitas produktif sekaligus menyediakan momen jeda yang membantu pengguna menyesuaikan ritme aktivitas harian di lingkungan perkotaan. Dengan demikian, arsitektur tidak hanya berfungsi sebagai wadah aktivitas, tetapi juga sebagai medium yang mempengaruhi pengalaman hidup dan bekerja penggunanya.

Kata kunci: Hybrid Living Centre, spatial sequence, pause space, stres kerja, ritme aktif