

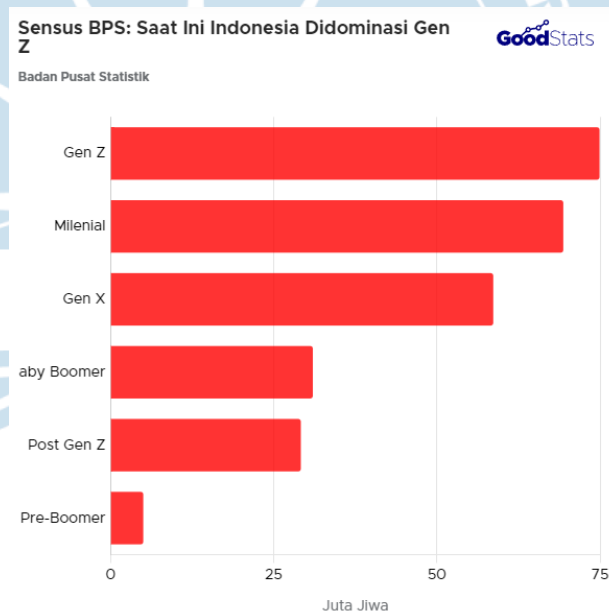
BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

1.1.1 Latar Belakang Proyek

Generasi Z termasuk dalam rentang usia suatu kelompok generasi yang lahir antara tahun 1997 hingga 2012. Berdasarkan data sensus BPS tahun 2023, gen Z merupakan kelompok mayoritas populasi di Indonesia (74,93%). Dalam evolusi berkembangnya zaman, keterbukaan gen z terhadap teknologi dan internet dapat memfasilitasi akses informasi dengan lebih mudah. Meskipun begitu, dampaknya dapat berpotensi meningkatkan kerentanan terhadap masalah kesehatan mental.



Gambar 1.1.1. 1 Angka Penduduk di Indonesia berdasarkan Generasi

Sumber: Badan Pusat Statistika

Saat ini semakin banyak individu yang menyadari pentingnya kesehatan mental. Isu-isu yang terkait dengan kesehatan mental sering kali berhubungan dengan krisis identitas baru “*quarter life crisis*”. Krisis identitas dapat terjadi selama masa transisi dari remaja menuju dewasa, terutama ketika individu belum siap menghadapi perubahan tersebut. Gangguan kesehatan mental adalah suatu kondisi yang dapat mempengaruhi pemikiran, perasaan, perilaku, suasana

hati, atau kombinasi di antara elemen-elemen ini. Kondisi ini bisa bersifat sementara atau berlangsung dalam jangka panjang (kronis). Suatu kondisi diklasifikasikan sebagai gangguan jiwa ketika mulai mengganggu aktivitas sehari-hari seseorang. Gangguan tersebut, yang melibatkan ketidakseimbangan fungsi otak, juga dianggap sebagai gangguan ketika mempengaruhi cara berpikir dan emosional seseorang sehingga menghambat hidupnya. Tingkat keparahan gangguan ini dapat bervariasi, mulai dari ringan hingga berat, dan berdampak pada kemampuan individu dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

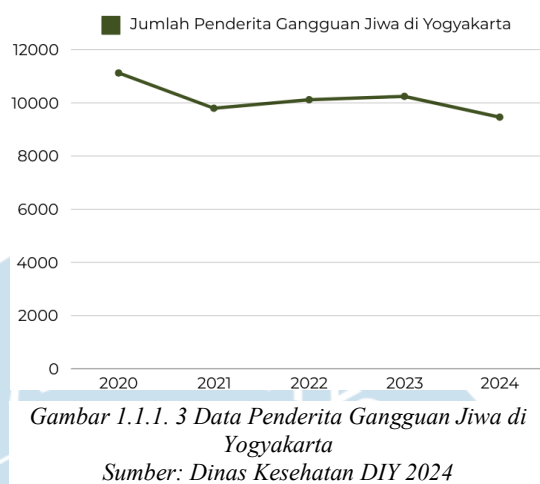
Gejala gangguan mental emosional dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan mahasiswa, termasuk fungsi sosial, akademik, dan fisik. Individu yang mengalami gangguan mental emosional yang berkepanjangan cenderung mengalami kesulitan dalam menjalani hubungan sosial dan rentan terhadap penyakit fisik. Selain itu, mahasiswa dengan gangguan mental emosional sering kali menunjukkan penurunan prestasi akademik, yang berkontribusi terhadap tingginya angka putus sekolah di kalangan mahasiswa.

Salah satu faktor yang berkontribusi pada masalah gangguan mental emosional mahasiswa yaitu kesepian (*loneliness*) yang dialami mahasiswa pada masa transisi (Kesyha, 2024). Kesepian merupakan perasaan emosional yang tidak menyenangkan, di mana individu merasa hubungan sosial yang diinginkan tidak terwujud. Perasaan ini sering kali disebabkan oleh isolasi sosial dan dapat berkaitan dengan depresi. Ketika seseorang merasa kesepian, ia cenderung lebih fokus pada aspek negatif, yang pada akhirnya dapat memicu stres atau depresi.

Kesehatan mental pada mahasiswa dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya yaitu faktor genetika, keluarga, pertemanan, gaya hidup, sosial, dan berbagai faktor lainnya (Rochimah, 2020). Individu yang menghadapi peristiwa hidup ekstrem akan berisiko lebih tinggi mengalami gangguan kesehatan mental. Pengalaman ekstrem, seperti kehilangan, stres berat, dan trauma psikologis, merupakan pemicu utama yang dapat menyebabkan masalah kesehatan mental.

Berdasarkan hasil survei I-NAMHS (Indonesia National Adolescent Mental Health Survey) pada 2022 menyebutkan bahwa satu dari tiga remaja Indonesia memiliki masalah kesehatan mental, sementara satu dari dua puluh remaja Indonesia memiliki gangguan mental dalam 12 bulan terakhir tahun 2022. Sedangkan menurut hasil perhitungan statistika Dinas Kesehatan Daerah

Istimewa Yogyakarta terbaru 2024, angka penderita gangguan jiwa pada tahun 2024 mencapai 9.464 jiwa dan berjumlah konstan dalam 5 tahun terakhir (2020-2024).



Salah satu metode penelitian di Indonesia yang menunjukkan cara mahasiswa untuk menanggulangi stres dan depresi terhadap suatu masalah yaitu coping stres yang memiliki 2 segmen:

a. *Problem Focused Coping*

Dalam segmen ini, subjek akan mengusahakan untuk mengatasi masalah yang sedang dihadapinya (dengan menentukan prioritas tugas, melakukan pengaturan, mengecilkan permasalahan, mengisi waktu luang, fokus pada satu tugas, menjalankan dua peran sekaligus, dan melakukan negoisasi serta mendelegasikan tugas) (Rachmah, 2013).

b. *Emotional Focused Coping*

Subjek akan memiliki statement bahwa suatu keadaan akan lebih baik dengan menilai bahwa dirinya tidak dapat menyelesaikan masalah secara langsung (tidak memikirkan masalah, tidak melakukan apapun, berpikiran positif, memaksakan diri, mengontrol emosi, religius coping, mengorbankan sesuatu, serta membiarkan muncul perasaan sedih dan tidak kuat saat tidak mampu menghadapi masalah (Rachmah, 2013).

Mahasiswa Forensik dan Medikolegal dihadapkan pada tantangan akademis dan psikologis yang berbeda-beda. Selain menuntut untuk selalu berinteraksi dengan persoalan tindakan kriminal, subjek juga terpapar secara konsisten pada aspek-aspek negatif dari perilaku manusia. Paparan ini berpotensi meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental dan emosional di

kalangan subjek. Dalam konteks akademis, tekanan untuk mencapai prestasi, beradaptasi dengan lingkungan sosial yang baru, serta memahami dimensi kognitif, emosional, dan sosial dari kejahatan seringkali memicu peningkatan stres dan ketidakstabilan emosional.

Wellness center merupakan tipologi bangunan baru yang berkaitan dengan kesehatan yang mengakomodir kegiatan-kegiatan yang menyehatkan jiwa dan raga (Andreas, 2015). Kegiatan yang akan dilaksanakan mencakup: konseling psikologis, terapi relaksasi, dan program kebugaran fisik, yang semuanya dirancang untuk mendukung keseimbangan hidup penggunanya.

Sebagai tanggapan terhadap meningkatnya prevalensi masalah kesehatan mental di kalangan mahasiswa, terutama di lingkungan pendidikan tinggi, diperlukan pendekatan arsitektural yang mendukung kesejahteraan psikologis. Salah satu pendekatan yang relevan dan cocok untuk menangani permasalahan ini adalah penerepan desain biomimikri, yang mengintegrasikan elemen alam dalam desain arsitektur untuk mendukung kenyamanan emosional dan mental. Proyek ini dirancang untuk mengkaji bagaimana penerapan desain biomimikri di *wellness college center* dapat meningkatkan kesejahteraan emosional dan psikologis mahasiswa program studi forensik dan medikolegal di Yogyakarta.

1.1.2 Latar Belakang Masalah

Masa perkuliahan merupakan fase transisi yang penuh tekanan, terutama bagi mahasiswa baru yang harus beradaptasi dengan lingkungan akademis dan sosial baru. Mahasiswa forensik dan medikolegal menghadapi tantangan tambahan karena mereka harus mempelajari aspek psikologis dan sosial dari kejahatan, yang dapat berdampak negatif pada kesejahteraan mental mereka. Tingginya tingkat depresi dan gangguan mental di kalangan mahasiswa, termasuk risiko bunuh diri, semakin memperparah kondisi ini. Untuk mengatasi masalah tersebut, penerapan desain biomimikri menjadi pendekatan yang relevan, karena elemen alami dapat mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan mahasiswa forensik dan medikolegal, dengan harapan menciptakan lingkungan kampus yang mendukung kesehatan mental mereka.

Desain biomimikri merupakan konsep yang digunakan sebagai upaya untuk memenuhi kebutuhan kontak dengan sistem dan proses alam dalam

lingkungan buatan modern, serta meningkatkan kesehatan fisik dan mental, produktivitas, dan kesejahteraan manusia (Kellert, 2008). Tidak hanya berfokus pada pengurangan dampak sektor bangunan terhadap lingkungan, desain biomimikri juga mementingkan adanya interaksi dengan alam.

Konsep desain biomimikri didasarkan pada, tetapi tidak terbatas pada teori biofilia. Berbagai teori dalam psikologi lingkungan menunjukkan bahwa kebutuhan manusia akan ‘alam’ disebabkan oleh perasaan naluriah terhadap elemen-elemen alami. Teori-teori ini menjelaskan mekanisme bagaimana fungsi fisik dan mental manusia dihasilkan dari kontak dengan alam (Joye, 2007; Petters dan D’Penna, 2020; Ryan et al., 2014; Soderlund dan Newman, 2015). Teori-teori tersebut menjadi dasar teoritis bagi pengembangan desain biomimikri.

Emosi dan suasana hati, baik positif maupun negatif, memainkan peran penting dalam kinerja mahasiswa, di mana emosi negatif seperti takut dan khawatir dapat mengganggu fokus di kelas (Niedenthal & Ric, 2017; Al-Ayash et al., 2016). Mahasiswa yang merasa memiliki kendali atas tindakan dan hasil yang bermakna bagi mereka cenderung mengalami emosi pencapaian yang positif, yang dapat meningkatkan kinerja akademik mereka (Kooker et al., 2021). Lingkungan belajar yang nyaman dan alami, seperti area belajar pribadi dan warna ruangan yang menyenangkan, juga dapat mengurangi kecemasan dan meningkatkan konsentrasi mahasiswa (Al-ayash et al., 2016; Amicone et al., 2018). Selain itu, paparan lingkungan hijau alami terbukti mampu meningkatkan kinerja kognitif, termasuk produktivitas dan pengambilan keputusan yang lebih baik (Kweon et al., 2017; Malberg Dyg & Wistoft, 2018).

1.2 RUMUSAN MASALAH

Bagaimana wujud dari perancangan *College Wellness Center* di Yogyakarta bagi mahasiswa forensik dan medikolegal yang efektif untuk meningkatkan kestabilan emosi dan kesejahteraan psikologis?

1.3 TUJUAN DAN SASARAN

1.3.1 Tujuan

Mewujudkan perancangan *College Wellness Center* bagi mahasiswa forensik dan medikolegal di Yogyakarta dengan menerapkan pendekatan arsitektur biomimikri untuk meningkatkan kestabilan emosi dan kesejahteraan psikologi.

1.3.2 Sasaran

Tujuan perancangan akan dicapai dengan sasaran berikut ini:

- a. Mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental dan emosional mahasiswa forensik dan medikolegal, terutama yang berkaitan dengan depresi, stres, dan gangguan psikologis lainnya.
- b. Menganalisis bagaimana desain biomimikri pada *College Wellness Center* dapat membantu mahasiswa dalam mengelola emosi dan menjaga kesehatan psikologi.
- c. Menerapkan efektivitas elemen-elemen biomimikri dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung kerja sama, kreativitas, serta ketenangan batin.
- d. Menyediakan rekomendasi berbasis bukti yang dapat digunakan dalam perancangan fasilitas kesejahteraan untuk mahasiswa forensik dan medikolegal, guna meningkatkan stabilitas emosi dan kesejahteraan psikologis subjek.

1.4 LINGKUP PEMBAHASAN

1.4.1 Lingkup Spasial

Perancangan ini dilakukan di Yogyakarta, dengan fokus kepada mahasiswa forensik dan medikolegal. Objek kajian utamanya adalah desain *College Wellness Center* yang memadukan pendekatan arsitektur biomimikri pada lingkungan kampus.

1.4.2 Lingkup Substansial

Perancangan ini mengeksplorasi tentang pengaruh pendekatan desain biomimikri terhadap kesejahteraan psikologis dan kestabilan emosi mahasiswa. Fokus utamanya adalah pengintegrasian lingkungan alam sekitar manusia dan

hubungannya dengan manusia dalam lingkup arsitektur dan bagaimana hal tersebut dapat berkontribusi pada kesehatan mental dan manajemen stres terkhusus mahasiswa forensik dan medikolegal.

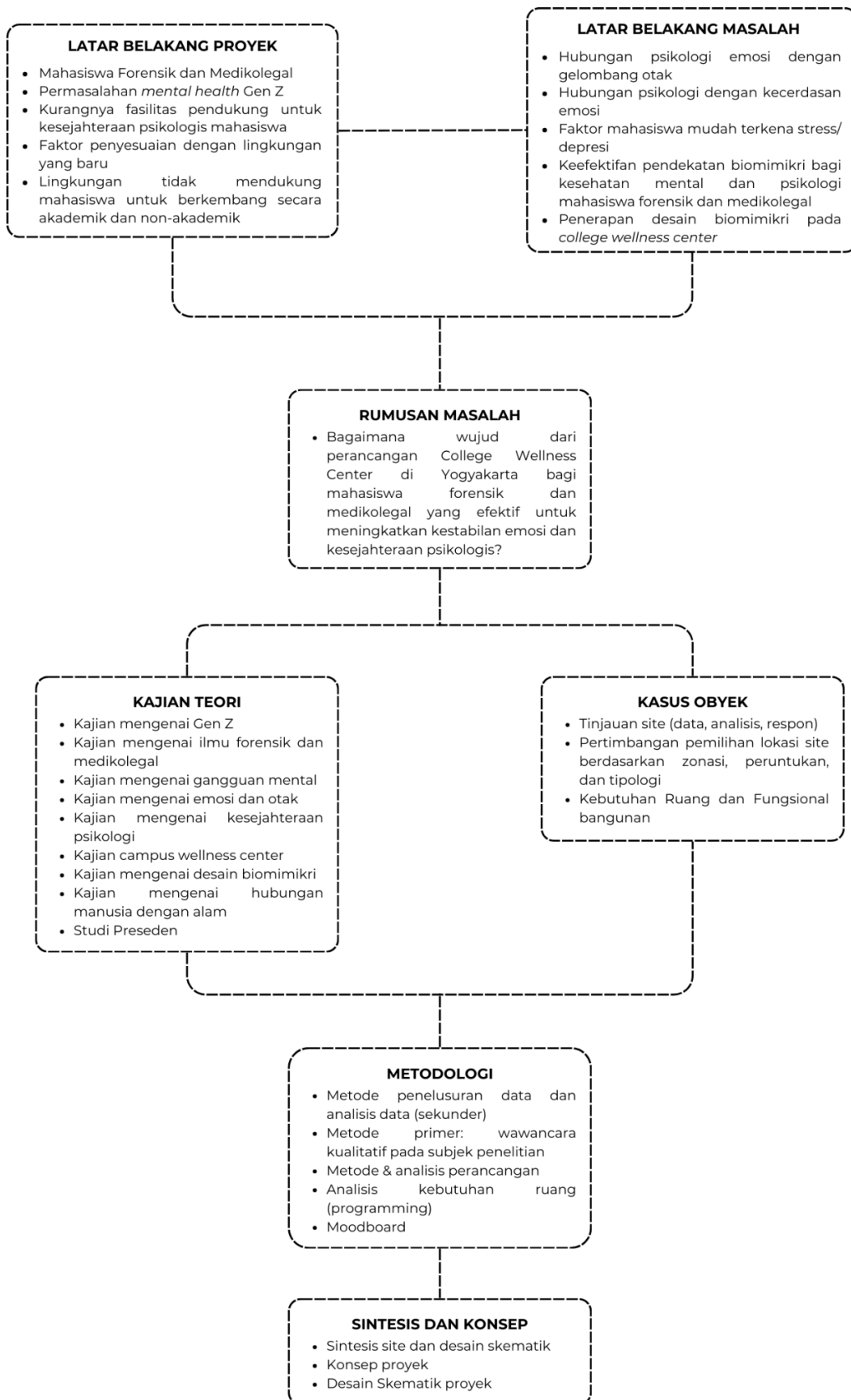
1.4.3 Lingkup Temporal

Lingkup perancangan ini mencakup rentang waktu selama periode studi mahasiswa, dengan fokus pada fase transisi awal mahasiswa di perguruan tinggi dan pengaruh lingkungan baru terhadap kesejahteraan psikologi mereka.

1.5 PENDEKATAN STUDI

Pendekatan studi yang diterapkan adalah arsitektur biomimikri untuk menciptakan ruang bagi mahasiswa untuk melakukan konsultasi kesehatan mental, fasilitas kebugaran fisik, dan terapi relaksasi dalam satu unit yang disebut College Wellness Center dengan menekankan dan mengutamakan kesejahteraan psikologis dan kestabilan emosi bagi penggunanya.

1.6 KERANGKA BERPIKIR



Gambar 1.6. 1 Kerangka Berpikir
Sumber: Analisis Pribadi

1.7 SISTEMATIKA PENULISAN

BAB I: PENDAHULUAN

Membahas latar belakang proyek, latar belakang permasalahan, perumusan masalah, tujuan dan sasaran, ruang lingkup studi, pendekatan yang digunakan, serta sistematika penulisan

BAB II: KAJIAN TEORI

Berisi penjelasan mengenai teori-teori yang mendasari perancangan proyek serta pembahasan tentang studi preseden dan perbandingannya.

BAB III: KASUS OBYEK

Memuat deskripsi tentang usulan proyek, tinjauan lokasi, kriteria dan pemilihan obyek, serta justifikasi pemilihan obyek tersebut.

BAB IV: METODOLOGI DAN ANALISIS

Menguraikan metode yang digunakan dalam pengumpulan data, teknik penelusuran data, serta metode dan analisis yang diterapkan dalam perancangan.

BAB V: SINTESIS DAN KONSEP

Berisi tentang uraian mengenai pembahasan yang akan dijadikan design guideline dalam melakukan perancangan *College Wellness Center*