

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

1.1.1. Latar Belakang Permasalahan

Di era modern saat ini, kehidupan manusia semakin dipenuhi dengan dinamika yang serba cepat. Kemajuan teknologi, perkembangan informasi yang tidak terbatas, serta tuntutan untuk selalu produktif sering kali menimbulkan tekanan yang berlebihan. Kondisi tersebut dapat berpengaruh pada kesehatan mental individu, di mana stres, kecemasan, dan rasa tertekan menjadi masalah yang semakin sering dialami, terutama di kalangan generasi muda. Jika tidak ditangani dengan baik, tekanan ini dapat memicu gangguan psikologis yang berdampak serius pada kualitas hidup seseorang. Fenomena ini banyak terjadi di kalangan generasi muda sampai dewasa yang sedang dalam usia produktif. Pada era modern saat ini, individu dalam usia produktif seperti pelajar dan pekerja kerap menghadapi tekanan tinggi dari aktivitas sehari-hari. Tuntutan akademik maupun pekerjaan yang padat, ditambah dengan gaya hidup serba cepat, membuat mereka rentan mengalami stres. Kondisi ini seringkali berdampak pada kesehatan mental maupun fisik, sehingga muncul kebutuhan untuk mencari cara melepaskan penat dan menemukan kembali keseimbangan hidup.

Sebagai upaya mengurangi stres, banyak orang kemudian memilih aktivitas healing dengan mendekatkan diri pada alam, seperti berkunjung ke pantai, pegunungan, atau sekadar berjalan di ruang terbuka hijau. Namun, kegiatan tersebut seringkali hanya sebatas perjalanan singkat tanpa adanya penanganan khusus yang benar-benar membantu pemulihan pikiran dan tubuh. Padahal, metode healing yang lebih terarah seperti yoga, spa, meditasi, atau perawatan relaksasi lainnya mampu memberikan manfaat lebih mendalam dalam menenangkan diri, mengurangi beban psikologis, sekaligus memulihkan energi secara menyeluruh.

Daerah Istimewa Yogyakarta merupakan salah satu provinsi dengan kepadatan penduduk tinggi berjumlah 3,78 juta jiwa dan kepadatan rata-rata 1.193 jiwa/km². Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2024), angka ini menempatkan DIY menjadi provinsi keempat dengan kepadatan tertinggi di Pulau Jawa, setelah DKI Jakarta (1.341 jiwa/km²), Jawa Barat (1.370 jiwa/km²), dan Banten (1.341 jiwa/km²). Selain

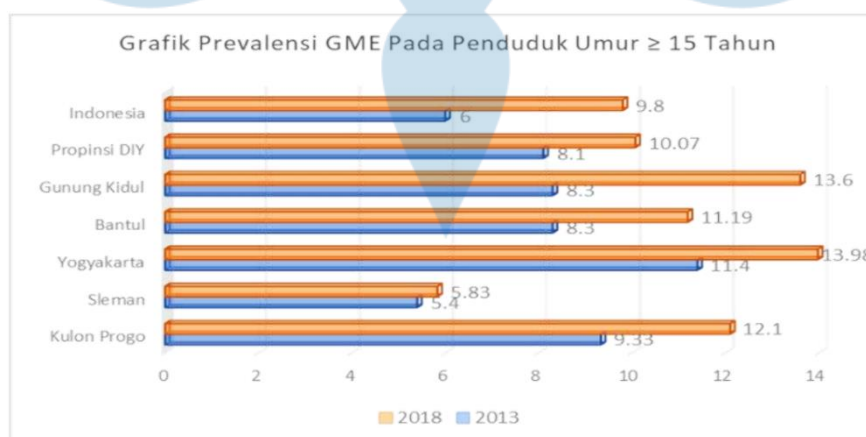
itu DIY menyumbang sekitar 1,33% populasi nasional, menempati urutan ke-21 di Indonesia.

Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, 2% dari jumlah masyarakat di Indonesia yang berusia 15 tahun ke atas mengalami masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan bahkan sampai skizofrenia. Dampak dari masalah kesehatan mental itu menyebabkan angka kasus narkoba, menyakiti diri sendiri dan bunuh diri semakin meningkat di Indonesia. Usia 15 tahun ke atas merupakan usia yang masuk dalam rentang usia produktif karena yang termasuk dalam rentang tersebut adalah yang berusia 15-64 tahun.

Kelompok Umur	Proyeksi Penduduk menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin di D.I. Yogyakarta (Jiwa)				
	Tahun				
	2021	2022	2023	2024	2025
15 - 19	279.337	278.125	276.741	275.521	274.253
20 - 24	320.763	321.808	322.202	321.708	320.406
25 - 29	325.554	332.680	338.453	342.855	346.652
30 - 34	300.526	303.417	308.034	314.434	322.241
35 - 39	300.068	301.544	302.505	303.152	303.637
40 - 44	285.251	288.409	291.710	295.134	298.009
45 - 49	271.831	274.237	276.247	278.202	280.680
50 - 54	250.508	254.548	258.769	262.495	265.907
55 - 59	226.373	229.775	233.161	236.842	240.362
60 - 64	194.693	200.301	205.492	210.372	214.638

Gambar 1 Tabel Jumlah Penduduk Sesuai Rentang Usia di Yogyakarta

Berdasarkan tabel diatas, angka jumlah penduduk usia produktif terutama di Provinsi D.I. Yogyakarta selalu bertambah di setiap tahun pada 5 tahun terakhir (2021-2025). Di tahun 2025 rentang umur 25-29 menjadi jumlah penduduk terbanyak yaitu 346.652 jiwa.



Gambar 2 Grafik Perbandingan Prevalensi GME di Indonesia dan D.I. Yogyakarta

Sumber : <https://globalwellnessinstitute.org/>

Berdasarkan gambar grafik hasil Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) tahun 2018, prevalensi gangguan jiwa berat pada penduduk Indonesia 7 permil (7 kasus setiap 1.000 penduduk). Prevalensi gangguan jiwa berat tertinggi adalah DIY sebesar 10,36 permil. Sedangkan prevalensi gangguan mental emosional pada penduduk Indonesia 9,8% dan untuk prevalensi gangguan mental emosional di DIY sebesar 10,07%. Angka tersebut merupakan hasil riset sebelum pandemi covid 19, angka diperkirakan masih bertambah saat pandemi dan setelah pandemi. Prevalensi gangguan mental emosional DIY hasil Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa Kota Yogyakarta menduduki rangking pertama yaitu 13,98% kemudian Kabupaten Gunungkidul sebesar 13,6%, Kabupaten Kulon Progo sebesar 12,1%, Kabupaten Bantul 11,19% dan terakhir Kabupaten Sleman sebesar 5,83%. Dari angka-angka tersebut dapat terlihat bahwa Yogyakarta membutuhkan perhatian khusus dalam menangani permasalahan *mental health*. Di Yogyakarta terdapat beberapa *wellness treatment* yang berupa klinik yang menawarkan beberapa aktivitas seperti meditasi dan yoga. Namun tempat *wellness treatment* ini berlokasi di tengah kota yang masih di lingkungan padat penduduk. Melalui pengadaan proyek wellness resort ini penulis berharap proyek ini dapat berdampak bagi seluruh masyarakat di Yogyakarta dan menambah tujuan pariwisata bagi wisatawan yang berkunjung ke Yogyakarta.

1.1.2. Latar Belakang Pengadaan Proyek

Pada masa kini, kebutuhan manusia terhadap kualitas hidup tidak lagi terbatas pada aspek material semata, melainkan juga mencakup kesejahteraan fisik, mental, dan spiritual. Pariwisata kebugaran atau *wellness tourism* mampu menyesuaikan diri dengan kondisi sosial serta lingkungan di suatu daerah. Saat ini, wisata yang berfokus pada kesehatan dan kesejahteraan telah berkembang menjadi bagian dari gaya hidup, khususnya bagi masyarakat perkotaan di Indonesia. Aktivitas ini menitikberatkan pada upaya menjaga kebugaran dan kesehatan sebagai bentuk pencegahan penyakit. Sementara itu, *health tourism* merujuk pada perjalanan yang dilatarbelakangi oleh tujuan medis, seperti pemeriksaan kesehatan, perawatan, pengobatan, hingga pemulihan melalui berbagai aktivitas seperti mandi uap, mandi lumpur, pemandian air panas, pijat refleksi, dan spa yang kini semakin digemari di Indonesia. (Gusti, 2022).

Yogyakarta sebagai kota pelajar dan tujuan wisata budaya serta alam memiliki modal kuat yaitu kekayaan budaya, lanskap hijau, komunitas kreatif, serta reputasi sebagai pusat pembelajaran dan spiritualitas. Meskipun banyak akomodasi, vila, dan penginapan yang menawarkan fasilitas spa atau paket relaksasi, belum ada fasilitas yang benar-benar dirancang sebagai *wellness resort* komprehensif yaitu sebuah destinasi yang menjadikan wellness (kesejahteraan holistik) sebagai fokus inti dan menyediakan program terstruktur, tenaga profesional, fasilitas khusus, dan lingkungan yang mendukung proses pemulihan serta transformasi gaya hidup.

1.1.3. Latar Belakang Pendekatan

Pendekatan yang dipakai dalam proyek ini adalah *wellness tourism*. Sesuai yang diprediksi pada outlook pariwisata 2024-2025, 56,41 persen ahli menyatakan bahwa health and wellness tourism atau wisata kebugaran akan menjadi tren. Wisatawan mulai melirik kesehatan, relaksasi, dan kesejahteraan pribadi sebagai bagian dari aktivitas. *Wellness tourism* ini dipilih karena sedang banyak diminati oleh dapat memadukan antara pengobatan dan pariwisata sehingga bagi para pengunjung yang tidak berani mengunjungi klinik kesehatan mental bisa tetap mendapat penanganan untuk proses *healing* yang dibutuhkan. Pada tahun 2013, Global Wellness Institute (GWI) meluncurkan edisi perdana laporan Ekonomi Pariwisata Kesehatan Global, mendefinisikan parameter dan karakteristik sektor pariwisata kesehatan yang tengah berkembang, memperkirakan ukuran global, dan menyoroti dampak ekonominya yang luas.

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana perancangan *wellness resort* di Kecamatan Ngemplak yang berorientasi pada *healing treatment* yang menerapkan arsitektur kontekstual serta menerapkan pendekatan *wellness architecture*?

1.3. Tujuan dan Sasaran

1.3.1. Tujuan

Menghadirkan rancangan resort dengan konsep *wellness tourism* pertama di Yogyakarta yang terintegrasi langsung dengan alam dan mengoptimalkan fasilitas yang mendukung program wellness treatment serta didukung dengan arsitektur berkelanjutan (*Sustainable Development*) yang mampu mengintegrasikan potensi

alam dan budaya lokal Yogyakarta sehingga tidak hanya mampu memberikan pengalaman pariwisata tetapi juga pengalaman kesejahteraan holistik yang berkesan.

1.3.2. Sasaran

Menciptakan resort dengan konsep *wellness tourism* di Yogyakarta yang tidak hanya menawarkan rekreasi, tetapi juga pengalaman penyembuhan dan keseimbangan hidup dengan memberikan fasilitas yang mengakomodasi rangkaian proses pemulihan kesejahteraan holistik.

1.4. Manfaat

Perancangan ini diharapkan mampu menghadirkan fasilitas baru yang berfungsi sebagai tempat bagi masyarakat untuk mencari alternatif pengobatan tradisional dan relaksasi alami. Tujuannya adalah membantu proses pemulihan serta menjaga keseimbangan kesehatan fisik dan mental melalui pengembangan bentuk pariwisata baru yang juga dapat meningkatkan daya tarik wisata di Indonesia.

1.5. Ruang Lingkup Perencanaan

1.5.1. Lingkup Spasial

Lingkup spasial pada objek perancangan ini berlokasi di Widodomartani, Kecamatan Ngemplak, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Lokasi perancangan berada pada Zona Perumahan yang berupa tanah pertanian, berada disisi sebelah Utara Kantor Kapanewon Ngemplak. Objek perancangan berupa perancangan resort yang memiliki pendekatan *Wellness Tourism* sebagai pengembangan dari wisata di Kecamatan Ngemplak, Kabupaten Sleman.

1.5.2. Lingkup Temporal

Lingkup temporal adalah batasan waktu perencanaan dan perancangan selama satu semester (tahun akademik 2025/2026) dengan lama proyeksi perancangan untuk kebutuhan jangka menengah–panjang (10–20 tahun ke depan).

1.5.3. Lingkup Substansial

Lingkup substansial adalah lingkup yang bersangkutan dengan batasan pengerjaan, lingkup substansial perancangan ini adalah merancang resort dengan fasilitas yang dapat mewadahi aktivitas pengunjung yang hendak mencari rangkaian *wellness treatment* yang tepat untuk waktu yang singkat maupun waktu yang cukup

lama sehingga selain menyediakan fasilitas *wellness* yang lengkap juga memperhatikan kenyamanan dari hunian yang ditawarkan kepada pengunjung.

1.6. Metode

1.6.1. Metode Pengumpulan Data

Data Primer

Dilakukan pengamatan dan observasi secara langsung di Widodomartani, Kecamatan Ngemplak, Kabupaten Sleman, serta wawancara langsung dengan warga di sekitar site yang ditentukan, untuk mengumpulkan data primer untuk mengetahui kondisi tapak dan lingkungannya

Data Sekunder

Pengumpulan data sekunder ini dilakukan melalui studi literatur yang mengacu pada berbagai sumber terpercaya seperti buku, jurnal, artikel, berita, dan situs web resmi untuk memperoleh data sekunder. Selain itu, pengumpulan data sekunder juga dilakukan dengan menganalisis tapak lokasi menggunakan *Google Earth* dan *Google Maps*, serta menelaah data dari penelitian terdahulu dan studi preseden yang relevan dengan perancangan.

1.6.2. Metode Analisis Data

Proses pengumpulan data dilakukan untuk memperoleh informasi yang akan dijadikan acuan dalam tahap perencanaan. Analisis terhadap data dilakukan secara kualitatif dan deskriptif guna membentuk kerangka kerja perancangan sebagai dasar pengembangan konsep desain. Data yang telah dikumpulkan kemudian diolah menjadi analisis area programatik yang mengintegrasikan hubungan antara kegiatan wisata, aktivitas pengguna, kebutuhan serta luasan ruang, dan tata organisasi ruang. Hasil dari analisis tersebut menjadi acuan normatif dalam perancangan. Selanjutnya, analisis kriteria desain digunakan untuk menetapkan indikator dan pedoman perancangan resort dengan konsep *Wellness Tourism* sebagai indikator utama.

1.7. Alur Pikir

