

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan mental merupakan hal yang sangat penting dalam menjalani hidup, karena dapat mempengaruhi banyak aspek dalam kehidupan bermasyarakat. Permasalahan ekonomi, gejala lingkungan, masalah keluarga, dan permasalahan hidup lainnya dapat menimbulkan depresi yang tidak jarang akan menjadi gangguan jiwa ringan. Menurut jatengprov.go.id pada tahun 2019 sebanyak 25% warga Jawa Tengah mengalami gangguan jiwa ringan, merupakan angka yang tergolong tinggi untuk masyarakat di tingkat provinsi. Menurut riset kesehatan, penanganan gangguan jiwa menggunakan anggaran sampai triliunan Rupiah, jauh lebih tinggi dari penggunaan anggaran bagi penderita penyakit lain seperti jantung, paru-paru, dan anggota tubuh lain yang hanya mencapai miliaran rupiah. Selain itu kesehatan mental juga mempengaruhi produktivitas masyarakat yang berimbas pada perekonomian.

Saat depresi. Manusia memerlukan waktu untuk menenangkan pikirannya, meditasi dapat menjadi solusi tersebut, salah satu teknik meditasi yang dapat digunakan adalah meditasi *vipassana*, teknik meditasi kuno yang berasal dari India untuk memurnikan pikiran dan mencapai kualitas hidup yang lebih baik dengan cara meditasi duduk, berdiri dan berjalan sambil memperhatikan pernafasan. Sudah ribuan orang yang sudah merasakan manfaatnya, merupakan *mental treatment* yang tidak membutuhkan obat-obatan karena berfokus pada pernafasan, mengamati sifat jasmani dan batin. Meditasi ini bersifat universal yakni dapat dipraktikkan oleh setiap orang tanpa konflik dengan ras, suku dan agama. Selain dapat mengatasi depresi, meditasi *vipassana* yang praktiknya tanpa obat-obatan dan alat khusus dapat menekan anggaran yang dikeluarkan pemerintah dibidang kejiwaan sehingga anggaran dapat dialokasikan pada sektor lain yang lebih membutuhkan.

Seperti yang sudah dijelaskan di atas maka dibutuhkan pusat pelatihan meditasi *vipassana* yang dapat menjadi *healing environment* bagi masyarakat untuk mendapatkan *mental treatment* sehingga produktivitas masyarakat dan kualitas hidup yang lebih baik dapat dicapai.

Pelatihan meditasi *vipassana* yang dibawah oleh Vihara Tanah Putih Semarang dengan dukungan pemerintah, merupakan sebuah kompleks bangunan yang bergerak dalam bidang pelayanan kesehatan mental dengan bangunan meditasi sebagai massa induk dari kompleks tersebut yang akan dijadikan *point of interest* dan massa penunjang seperti vihara, hunian, tempat makan, massa penerima, dan servis. Pada perancangannya memanfaatkan iklim yang terdapat pada lokasi tapak tepatnya di Bandungan, Semarang, Jawa Tengah yang memiliki potensi iklim yang baik, seperti suhu udara yang sejuk, selain itu memiliki kondisi lingkungan yang masih asri dan tidak terlalu ramai, kondisi daerah yang berkontur memiliki potensi *view* yang dapat dimanfaatkan sebagai penunjang dalam perancangan tempat meditasi yang nyaman secara *thermal* dan suasana.

Indonesia merupakan negara yang memiliki berbagai macam jenis suku, ras, dan agama, dengan pluralitas tersebut akan timbul kesenjangan jika melakukan aktivitas yang memiliki basis kepercayaan lain, berhubungan dengan tempat meditasi yang identik dengan agama Buddha dan vihara, maka diperlukan pendekatan arsitektural yang dapat mematahkan pemikiran tersebut sehingga bangunan pusat pelatihan meditasi *vipassana* dapat diterima sebagai suatu tempat yang universal tanpa terhadang oleh perasaan senjang. Langgam yang dipilih adalah *neo-vernakular* agar citra bangunan dapat selaras dengan kultur masyarakat Indonesia dan citra bangunan dapat menggambarkan sebuah bangunan yang tidak asing bagi masyarakat Indonesia yang mayoritas memiliki kepercayaan diluar agama Buddha dengan menggabungkan unsur lokal baik itu budaya sekitar atau penggunaan material lokal dipadukan dengan modernitas dan unsur-unsur yang merupakan akar meditasi *vipassana* sendiri yaitu Buddhisme. Diharapkan terjadi kesinambungan dan rasa familiar pada pengunjung terhadap bangunan.

1.2 Rumusan Masalah Desain

Meditasi *vipassana* adalah kegiatan meditasi yang dilakukan dengan berdiri, berjalan, duduk, dan berbaring, dengan aktivitas tersebut maka harus memperhatikan aspek-aspek tersebut agar bangunan menjadi ideal untuk digunakan, seperti :

1. Bagaimana memanfaatkan iklim untuk kenyamanan dalam melakukan aktivitas pada bangunan?

2. Bagaimana Pusat Pelatihan Meditasi *Vipassana* di Bandungan dapat memberikan suasana yang nyaman untuk meditasi?
3. Bagaimana langgam *neo-vernakular* pada pusat pelatihan meditasi *vipassana* bisa menciptakan citra bangunan yang lebih familiar dengan masyarakat bukan beragama Buddha?

1.3 Ruang Lingkup Projek

Target pengunjung adalah setiap masyarakat Jawa Tengah yang ingin mencari ketenangan, menjernihkan dan mengembangkan pikiran melalui teknik meditasi *vipassana*, akan tetapi tidak menutup kemungkinan untuk masyarakat diluar Jawa Tengah untuk mengikutinya, tidak ada batasan umur untuk mengikuti kegiatan ini.

Pengunjung bangunan merupakan praktisi meditasi yang beragama Buddha dan non-Buddha yang berdomisili di Jawa Tengah dan sekitarnya. Praktisi non-Buddhist dapat mengikuti kegiatan meditasi *vipassana* melalui inisiatif pribadi, melalui ajakan sesama pelaku ajaran Buddha maupun bukan pelaku penganut ajaran Buddha yang sudah pernah melakukan kegiatan meditasi ini.

1.4 Tujuan

Pengadaan pusat pelatihan meditasi *vipassana* di Bandungan bertujuan untuk :

1. Perancangan bangunan dapat mendukung kesehatan mental dan mempertahankan kebahagiaan penggunanya sehingga saat memasuki dan melakukan kegiatan meditasi di pusat pelatihan meditasi *vipassana* dapat memberikan efek yang positif pada kehidupan penggunanya.
2. Menyediakan wadah untuk menjernihkan dan mengembangkan pikiran praktisi meditasi *vipassana*.

1.5 Originalitas

Tabel 1.1. Tabel Originalitas

No	Judul Proyek	Topik / Pendekatan Yang Diangkat	Nama Penulis

1	Pusat Pelatihan Meditasi Yoga di Surabaya Merupakan Wujud Intepretasi Dan Kontemplasi	Tema Kontemplasi dengan pendekatan <i>intangible metaphor</i> diikuti kaidah-kaidah arsitektural	Anggara Afianto dan Andy Mappajaya
2	Fasilitas Meditasi di Surabaya	Pendekatan Simbolik, Dengan Menggunakan <i>Channel Intangible Metaphor</i>	Devi Oktavia Purnomo dan Dr. Ir. Maria I. Hidayatun, M.A.
Proyek Penulis			
1	Pusat Pelatihan Meditasi <i>Vipassana</i> Dengan Pendekatan Bioklimatik di Bandungan	Pendekatan Bioklimatik Dengan Tema Desain <i>Neo-vernakular</i>	Hendra Suryawinata Thendy

1.6 Novelty

Memiliki latar belakang yang sejenis dalam pembahasannya yaitu untuk meningkatkan kesehatan mental guna mengembangkan kehidupan yang lebih baik dan mengurangi tingkat stress pada masyarakat.

Kebaharuan dapat dilihat dari jenis aktivitas dan pendekatan arsitektur dan tema desain yang digunakan, menggunakan teknik meditasi *vipassana*, yang dilakukan dengan meditasi dan kesadaran diri seperti meditasi duduk, berdiri dan berjalan, berbeda seperti meditasi pada umumnya yang praktiknya hanya dilakukan dengan duduk.

Pendekatan arsitektur yang digunakan adalah pendekatan arsitektur bioklimatik yaitu perancangan bangunan dengan memanipulasi alam terhadap bangunan dengan memfungsikan potensi alam disekitar bangunan, daripada melawan alam itu sendiri untuk menciptakan kenyamanan fisik manusia yang optimal. (Almusaed, Amjad. 2011)

Mempertimbangkan kondisi iklim bandungan yang memiliki suhu rata-rata 24-31 °C yang cukup dingin dan curah hujan yang dapat dimanfaatkan untuk penghematan penggunaan energi seperti pengolahan air hujan, penghawaan dan pencahayaan alami pada bangunan yang sesuai dengan pendekatan arsitektur bioklimatik.

Langgam menggunakan *neo-vernakular* seperti yang tecantum di latar belakang, tentang permasalahan bangunan meditasi yang identik dengan agama Buddha dan bangunan vihara, yang sebenarnya merupakan bangunan yang dapat dimasuki siapa saja tanpa terhalang suku, ras dan agama, akan tetapi terjadi kesenggangan karena hal tersebut. Dengan langgam *neo-vernakular* akan dikembangkan bangunan yang menggabungkan unsur lokal, modernitas, dan unsur-unsur Buddhisme, yang disimbolkan sebagai penggabungan kultur lokal dan Buddhisme.

