

BAB 2

GAMBARAN UMUM

2.1. Gambaran Umum Fungsi

2.1.1 Terminologi Proyek

Pusat pencegahan dan pemulihan depresi remaja merupakan sebuah tempat dengan yang bertujuan untuk menurunkan tingkat depresi bagi para remaja. Memberi fasilitas bagi para remaja pengidap depresi untuk menerima diagnosis, perawatan, dan perawatan yang tepat. Pemulihan merupakan kegiatan mengembalikan kondisi sesuatu yang membutuhkan dukungan lingkungan yang dapat memulihkan apa yang ada pada individu sebelumnya, baik secara ilmu biologi, ilmu psikologi serta sosial, sehingga dapat disimpulkan, jika lingkungan memiliki peran untuk memulihkan seseorang yang sedang mengalami stres. (Muammal,2021). Lebih lanjut Muammal mengatakan bahwasannya sebuah lingkungan dikatakan menjadi memulihkan tergantung pada dua aspek makro yaitu:

1. Lingkungan

Ruang yang akan didesain dapat menghadirkan suasana yang riil dan dapat membantu seseorang untuk tenang, dimana ruangan ini akan berfokus pada elemen pergerakan sirkulasi udara, elemen penghijauan, serta intensitas cahaya.

2. Kesehatan

Dengan memberikan pemulihan keadaan mental pada seseorang secara personal. Dimana pada ruangan yang akan didesain menerapkan karakter untuk dapat mengatur perilaku pengguna dengan mendistorsikan sosial sementara serta mengadakan rasa percaya diri.

2.1.2 Gambaran Umum Fungsi Bangunan

Pada gambaran umum fungsi bangunan ini akan dijelaskan gambaran umum tentang fungsi bangunan, pelaku, kegiatan, dan persyaratan fungsi bangunan.

1. Pusat pencegahan dan pemulihan

Pusat pencegahan dan pemulihan merupakan klasifikasi jenis bangunan baru yang berkaitan dengan kegiatan kesehatan yang menyehatkan jiwa dan raga serta gaya hidup sehat (Victor & Labdo, 2015). Pusat pencegahan dan pemulihan depresi remaja merupakan sebuah tempat dengan yang bertujuan untuk menurunkan tingkat depresi bagi para remaja. Memberi fasilitas bagi

para remaja pengidap depresi untuk menerima diagnosis, perawatan, dan perawatan yang tepat.

2. Remaja

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa dan mencakup semua perkembangan yang dialami dalam persiapan memasuki masa dewasa. Perubahan perkembangan tersebut meliputi aspek fisik, psikis, dan psikososial. Pubertas merupakan masa perkembangan manusia. Masa remaja merupakan masa perubahan atau peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, disertai dengan perubahan biologis, psikologis, dan sosial (Sofia & Adiyanti, 2013).

Masa remaja merupakan perkembangan yang merepresentasikan transisi dari anak-anak menuju dewasa. Periode ini dimulai sekitar usia 12 tahun dan berakhir antara usia 18 dan 21 tahun. Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa, dan masa remaja mencerminkan pemikiran remaja dan masih dalam koridor pemikiran konkret. Kondisi ini disebabkan oleh proses pematangan masa remaja pada masa ini.

Remaja membutuhkan teman pada tahap ini. Ketika banyak teman mengakuinya, remaja akan senang. Mereka cenderung mencintai diri sendiri dengan menyukai teman yang sama seperti dirinya, dan memilih yang mana, sensitif atau acuh tak acuh, sempit atau sendiri, optimis atau pesimis, idealis atau materialistis, dan seterusnya, dia bingung.

Remaja ini sebagai target subjek pada bangunan ini yang lebih difokuskan. Remaja memiliki arti peralihan masa kanak-kanak menuju kedewasaan yang perkembangannya terjadi dari aspek segi fisik, segi psikis serta segi psikososial. Masa tersebut berlangsung dari usia 12-21 tahun (Sofia & Adiyanti, 2013). Menurut Soetjiningsih (2010), perkembangan memiliki beberapa tahap dari awal hingga dewasa seperti berikut :

- Masa remaja awal yaitu pada umur 12-15 tahun.

Tahapan awal pada remaja yang terjadinya perubahan secara hormon dan fisik serta tumbuhnya pemikiran lebih baru, secara umum umur 12-15 tahun berada di tingkatan pendidikan SMP.

- Masa remaja pertengahan yaitu pada umur 15-18 tahun.

Tahap dimana membutuhkan banyak teman hingga merasa bahagia akan banyaknya teman yang dapat mengakui pribadinya, secara umum umur 15-18 tahun berada pada tingkatan pendidikan SMA.

- Masa remaja terakhir yaitu pada umur 18-23 tahun.

Pada tahap ini memiliki beberapa ciri yang signifikan dalam menuju kedewasaan, secara umum umur 18-23 tahun berada pada tingkatan pendidikan tinggi atau sudah bekerja.

Pada perancangan ini berfokus pada golongan remaja yang depresi karena kasus isu permasalahan hingga urgensi yang diangkat tentang remaja yang mulai mengalami penurunan kesehatan mental terutama penderita depresi.

3. Kesehatan Mental dan Depresi

Kesehatan mental merupakan kesehatan yang berfokus pada keadaan mental seseorang yang dipengaruhi oleh beberapa peristiwa yang terjadi dalam hidup individu itu sendiri yang mengakibatkan dampak besar pada kondisi mental, kepribadian serta perilaku individu itu sendiri. Bila kesehatan mental ini terganggu maka dapat menjadi gangguan mental maupun penyakit mental yang mana gangguan mental ini salah satunya adalah depresi seperti pada isu yang diangkat pada perancangan ini.

Depresi merupakan salah satu gangguan dari gangguan mental lainnya yang bersangkutan dengan kondisi kontrol emosional yang menurun sehingga merasa sedih. Depresi pada remaja merupakan salah satu permasalahan yang serius karena dapat didapat tidak hanya pada diri remaja tersebut namun juga lingkungan sosial sekitar (Ayu dan Artika, 2020).

Hampir setiap orang mengalami depresi. Hal ini ditandai dengan kesedihan, kesedihan, dan ketidakpedulian terhadap kegiatan yang menyenangkan. Depresi adalah reaksi terhadap stresor kehidupan. Situasi yang sering menyebabkan depresi termasuk kegagalan di sekolah dan di tempat kerja, dan kehilangan orang yang dicintai dan orang yang dicintai. Depresi dianggap abnormal hanya jika berlangsung lama (Atkinson, 1993). Depresi merupakan gangguan mood atau emosi karena gangguan emosi merupakan ciri khas pasien depresi.

Menurut Masera dkk. (Meiwati, 1994), depresi merupakan gangguan umum yang dapat menyerang semua orang, namun gejalanya berbeda-beda tergantung pada orang yang terkena. Gangguan depresi dapat dimulai dengan munculnya emosi yang sangat negatif. Kesedihan, keputusasaan, kekecewaan yang berulang kali dialami seseorang. Namun, depresi berbeda dengan kesedihan, kekecewaan, atau keputusasaan biasa. Perbedaananya terletak pada intensitas dan durasi peristiwa negatif tersebut. Seseorang dapat diklasifikasikan sebagai depresi ketika menyebabkan kesedihan, kekecewaan, keputusasaan, dan gejala tambahan yang mengganggu fungsi psikologis dan fisiologis (Witting & Williams dalam Meiwati, 1994).

Dari penjelasan di atas dapat kita simpulkan bahwa depresi merupakan gangguan umum yang dapat menyerang siapa saja, namun karena gambaran yang menonjol dari seseorang yang mengalami depresi adalah kekacauan emosi dan suasana hati, maka depresi adalah suatu masalah. Kondisi fisiologis individu. Terdapat faktor-faktor yang dapat menyebabkan remaja mengalami depresi antara lain:

a. Lingkungan keluarga

Dari lingkungan keluarga dapat berpengaruh juga bila memiliki permasalahan antar anggota dan menimbulkan kedepresian seperti tekanan. Selain itu Ketika salah seorang / kedua orang tua mengalami depresi maka dapat menyebabkan anak memiliki resiko yang sama seperti gejala depresi. Hal ini menyebabkan kesulitan orangtua untuk mengasuh anak dan dapat menimbulkan ungkapan kurang baik dalam berbicara.

b. Lingkungan sekolah

Interaksi antar teman dan guru juga dapat menimbulkan gejala depresi bila interaksi tersebut berupa interaksi negatif

c. Ekonomi keluarga

Akibat orang tua yang depresi akan keadaan ekonominya berpengaruh pada anak karena tinggal dalam lingkungan depresif yang akan menimbulkan perilaku depresif.

d. Waktu tidur

Kualitas waktu tidur memiliki pengaruh yang cukup besar sehingga menyebabkan emosi anak tidak stabil dan kinerja akademik anak terganggu.

e. Kecerdasan emosional

Setiap individu yang memiliki kecerdasan emosional sehingga mulai dapat berpikir secara logis dengan cara mengatur emosi dan mengendalikannya.

Terdapat tingkatan depresi dengan beberapa gejala sesuai tingkatannya, yaitu :

a. Depresi ringan

Tingkatan yang mudah untuk disembuhkan dengan beberapa ciri gejala seperti :

- Merasa diri sendiri tidak memiliki harga lagi hingga putus asa dan selalu rendah diri.

- Selalu merasa apa yang dilakukan adalah sebuah kesalahan dengan kecemasan yang berlebih
- Perasaan selalu merasa buruk dan sedih yang berlarut larut
- Tidak dapat mengontrol emosi amarah dan selalu sensitif atas segala hal
- Kurang fokus atau konsentrasi dalam berpikir dan mengambil keputusan sehingga selalu merasa lelah
- Tidak tertarik akan segala motivasi yang ada
- Terjadinya perubahan secara hormonal siklus menstruasi wanita
- Kecepatan komunikasi berkurang dari biasanya
- Memiliki gangguan jam tidur dan nafsu makan

b. Depresi sedang

Gejala yang sama seperti gejala ringan ditambah dengan merasa gelisah berlebihan, khawatir berlebihan, rendah diri hingga merasa dirinya tidak berharga, produktivitas berkurang dan kurangnya kepekaan dari segi emosi maupun situasi kondisi lingkungan yang mana sudah mulai mengganggu kehidupan sehari-hari.

c. Depresi berat

Untuk gejala depresi berat ini sudah mencapai delusi / halusinasi hingga munculnya pemikiran untuk melakukan sesuatu untuk menyakiti diri hingga membunuh diri sendiri

Terdapat perbedaan penderita depresi berdasarkan umur yang dijelaskan sebagai berikut :

a. Depresi Anak

Memiliki ciri merasa cemas, sedih, hingga ingin menempel dengan orang lain yang dapat mengakibatkan anak-anak menjadi malas mengikuti kegiatan pembelajaran terutama di sekolah, tidak nafsu makan hingga membuat berat badan menurun.

b. Depresi Remaja

Memiliki ciri emosional yang tidak stabil, lebih sensitif, suka menjauh dari teman sebaya atau sosial sekitarnya, perubahan akan nafsu makan, suka menyakiti diri sendiri, hingga rawan akan terjerumus dengan hal-hal berbau adiktif seperti obat-an, alkohol, narkoba dan lain-lain hingga tidak dapat mengendalikan dirinya sendiri.

c. Depresi Dewasa dan Lansia (lanjut usia)

Depresi di usia ini sulit dideteksi hingga sulit untuk diobati, dimana ciri-cirinya kurang lebih sama dengan dewasa lainnya tetapi beberapa gejala

lain muncul seperti mudah lelah, nafsu makan hilang, jam tidur terganggu, mulai pikun / mudah lupa, menolak untuk bersosialisasi hingga malas keluar rumah, serta muncul pikiran ingin menyudahi hidupnya

Sedangkan yang akan difokuskan pada perancangan ini adalah depresi ringan - sedang yang terbatas pada penanganan mendiagnosis dan pemulihan. Diagnosis depresi biasanya dilakukan dengan wawancara oleh para ahlinya, pemeriksaan fisik penderita, pemeriksaan psikologis penderita, serta bila diperlukan pemeriksaan darah. Ada beberapa sistem pemeriksaan untuk mendiagnosis depresi berdasarkan dari artikel halodoc yaitu :

a. Pemeriksaan secara fisik

Pemeriksaan ini memeriksa keadaan penderita secara fisik serta menanyakan beberapa pertanyaan yang berhubungan dengan kesehatan.

b. Tes laboratorium

Tes ini untuk memastikan salah satu pemicu depresi seperti gangguan kelenjar tiroid dengan cara menghitung darah lengkap.

c. Pemeriksaan mental

Dengan memberikan beberapa pertanyaan dari psikologinya untuk mengetahui gejala apa saja yang ada pada depresan

Berdasarkan beberapa cara mendiagnosisnya pusat terapi ini berfokus pada pemeriksaan mental sebagai dasar dari cara diagnosis sehingga membutuhkan ruang khusus untuk penyediaan pemeriksaan mental. Jika depresi tergolong ringan maka perawatan diri sendiri ada kemungkinan dapat membantu, tetapi jika lebih dari itu maka perawatan diri sendiri tidak efektif lagi dan perlunya konseling psikiater maupun obat yang akan diresepkan dokter, berikut beberapa pengobatan depresi menurut artikel halodoc :

a. Perawatan diri

b. Psikoterapi (wawancara konsultasi personal)

c. Obat-obatan

d. Terapi stimulasi otak

4. Kriteria Pengunjung

Facilities pelayanan kesehatan mental yang akan disediakan pada bangunan ini akan ditentukan menggunakan dasar kriteria pengunjung yang mana pengunjung utama pada bangunan ini adalah remaja. Remaja tersebut dibagi menjadi 2 golongan yaitu

a. Remaja Perorangan

Memiliki masalah mental depresi secara personal yang bisa datang dengan walinya maupun sendiri serta kegiatannya berfokus pada konsultasi dan terapi personal

b. Remaja Kelompok

Memiliki tujuan untuk melatih diri agar mental lebih kuat yang mana kegiatannya ada seminar, maupun outbound.

Jumlah pengunjung maupun remaja yang berkunjung dihitung dengan cara menghitung jumlah pengunjung remaja yang datang untuk mendapatkan pelayanan kesehatan mental terutama depresi dan juga yang datang untuk mendapatkan pembangun semangat hidup. Berikut merupakan dasar kriteria pengguna untuk menentukan fasilitas pelayanan kesehatan mental, seperti :

Perseorangan	Kelompok
Tidak menginap	Dapat menginap
Tidak memiliki kegiatan tertentu	Ada kegiatan tertentu
Bersifat pribadi	Bersifat umum
Fasilitas	
Psikoterapi	Seminar
Hipnoterapi	
Terapi Hortikultura	
Terapi Meditasi	Outbond
Terapi Tangki Isolasi	
Terapi Mandi Suara	

Tabel 2. Kriteria Pengunjung
Sumber : Data Pribadi

5. Gambaran Umum Terapi Pemulihan Depresi

Pada terapi-terapi ini dapat dibedakan dari terapi perorangan dan terapi berkelompok dimana disesuaikan dari tingkat depresi individu remaja yang mengalami. Hal ini berdasarkan dari kriteria pengguna didapat beberapa terapi yang dapat membantu para pengunjung remaja perorangan maupun kelompok. Berikut terapi yang dimaksud :

a. Terapi perorangan

- Psikoterapi

Terapi ini merupakan tahap awal dengan konseling atau melakukan wawancara secara personal untuk mengukur atau mendiagnosa depresi yang dialami depresan yang dijelaskan dari situs alodokter.com..

- Hipnoterapi

Terapi ini berfokus pada membuka kembali alam bawah sadar atau pemikiran agar dapat mengobati diri dengan dirinya sendiri sehingga tetapi ini lebih membantu atau mendorong diri sendiri yang dijelaskan dari situs alodokter.com..

- Terapi hortikultura

Dengan terapi ini merupakan program terapi individu yang menggunakan media tanaman dengan beraktivitas berebut dan mendekatkan diri pada alam. Dengan terapi ini memanfaatkan kemampuan perilaku secara motorik dan meningkatkan kemampuan sosial, meningkatkan kreativitas serta meningkatkan komitmen, emosi dan tanggung jawab Aris, Monty, Widya (2017). Terdapat ciri-ciri tanaman yang digunakan untuk membantu fungsi-fungsi diatas, yaitu :

- o Tanaman yang bertekstur dan memiliki warna

Yang dimaksudkan sebagai media peningkat stimulasi indra peraba dan visual sebagai bagian dari pengalaman para pengguna.

- o Tanaman memiliki bau wangi dan berwarna

Yang dimaksudkan sebagai media peningkat stimulasi indera penciuman dan visual sebagai menarik ketertarikan depresan untuk menuju area tersebut.

- Terapi Meditasi / Yoga

Terapi ini dapat dilakukan individu semi kelompok yang fungsi untuk meringankan beban pikiran atau stres, depresi , serta kecemasan. Dengan meditasi ini berfokus untuk mengatur emosi dan melatih pikiran agar lebih positif yang akan berdampak pada kesehatan fisik lainnya yang menjadi lebih sehat yang dijelaskan dari situs alodokter.com.

- Terapi Ruang Tangki Isolasi

Tangki ini bukan tangki biasa tetapi tangki yang kedap suara dan gelap dengan disini air garam tinggi khusus setinggi satu kaki yang dirancang oleh dokter ahli saraf yaitu John C Lilly yang menjelaskan bahwa berada di dalam tangki isolasi ini dapat meningkatkan intuisi, imajinasi serta orisinalitas yang dapat mempengaruhi kreativitas seseorang

selain itu dapat membantu orang tersebut menjadi lebih tenang, menurunkan tingkat stress , menjadi lebih fokus, meningkatkan kesadaran, mengatasi kecemasan, relaksasi otot, hingga meningkatkan kualitas tidur .

- Terapi Mandi Suara

Terapi mandi suara ini merupakan sebuah terapi membutuhkan gelombang suara khusus dari alat musik tradisional yang membunyikan gelombang suara tertentu untuk menenangkan diri, mengatasi stress, kelelahan serta depresi yang mana mandi suara ini lebih memfokuskan ke pencegahan risiko tingkat awal atau tingkat rendah

- b. Terapi Kelompok

- Seminar

Pelatihan peningkatan kualitas mental dalam ruangan yang di ikut sekelompok orang untuk membahas maupun mencari solusi pada suatu masalah terutama masalah mental untuk para remaja .

- Outbond

Kegiatan pelatihan peningkatan kualitas mental diluar ruangan secara bersama / kelompok dari berbagai lembaga .

6. Gambaran Umum Perilaku Kegiatan Pengguna

Menentukan kebutuhan ruang, fasilitas serta sirkulasi pada bangunan didasari atas kebutuhan penggunaanya.

- a. Kegiatan Psikolog

Mereka secara garis besar melakukan kegiatan pengecekan secara medis seperti wawancara untuk mendiagnosa gejala apa yang terjadi pada remaja depresi ini sehingga dapat diteruskan ke para terapis yang bersangkutan.

- b. Kegiatan Terapis

Seorang profesional yang menerapi para remaja yang membutuhkan dan terdapat berbagai macam terapi yang dapat dilakukan secara personal maupun kelompok.

- c. Kegiatan Pengelola/ staff

Para pengelola maupun staff melakukan kegiatan administrasi seperti pendataan, perencanaan beberapa program untuk kedepannya dan lain-lain.

- d. Kegiatan Remaja Depresi (perorang)

Perilaku kegiatan pada remaja depresi sangat berpengaruh pada persyaratan ruang yang akan dirancang yang mana perilaku tersebut seperti berikut :

- Perasaan ingin menyendiri karena tidak tenang
- Merasa cemas berlebihan
- Emosi tidak stabil

Terdapatnya perbedaan perilaku pada pengguna menyebabkan aktivitas dan kebutuhan ruang yang berbeda.

- Remaja depresi ringan
Akan difokuskan sebagian kegiatan konseling
- Remaja depresi sedang
Akan difokuskan sebagian kegiatan konseling khusus, dan kegiatan terapi sesuai gejala.

Remaja yang mengalami depresi memiliki sifat yang cenderung mengurung dirinya sendiri di tempat yang intensitas cahayanya kurang dan lembab sehingga perlu menerapkan sirkulasi pada terbuka antar ruang luar dan ruang dalam sehingga penderita tetap mendapat cahaya cukup dan udara segar.

e. Kegiatan Remaja (kelompok)

Remaja yang melakukan kegiatan bersama untuk meningkatkan kesehatan mental setiap individunya yang diselenggarakan oleh lembaga-lembaga yang bersangkutan

f. Kegiatan Pendamping

Sebagai wali remaja atau pendamping remaja yang akan membantu remaja ini dalam pelaksanaan pemeriksaan hingga terapis.

g. Kegiatan Tamu

Para tamu yang datang dengan kebutuhan selain konsultasi atau terapi, seperti tamu dari pengelola staff atau tamu dari pihak remaja.

h. Kegiatan Keamanan

Para petugas keamanan yang berjaga untuk mensejahterakan kondisi lingkungan baik dalam bangunan dan luar bangunan bila terjadi sesuatu yang tidak diinginkan. Karena depresi berat cenderung merasa lebih baik bila menyakiti diri sendiri maka kegiatan keamanan lebih ketat.

i. Kegiatan Kebersihan

Para petugas kebersihan yang menjaga kebersihan dan kenyamanan bangunan hingga seluruh pengguna yang ikut membantu menjaga kebersihan dalam bangunan.

7. Gambaran Umum Ruang dan Fasilitas

Menentukan kebutuhan ruang, fasilitas serta sirkulasi pada bangunan didasari atas kebutuhan penggunaannya. Dari fungsi - fungsi tersebut terbentuk nya fasilitas yang akan diterapkan di bangunan ini, yaitu :

1. Fasilitas utama

a. Ruang Terapi Perorangan

Pada ruangan terapi perorangan hanya untuk pemulihan masalah perorangan atau kumpulan individu yang dapat disatukan dalam satu sesi terapi.

– Ruang Hipnoterapi

Ruang hipnoterapi ini membutuhkan ketenangan dan kenyamanan, sirkulasi udara yang lancar, pencahayaan yang nyaman atau cukup serta ukuran ruang yang cukup dan nyaman. Serta penyediaan perabot pendukung seperti kursi sandar untuk depresan.



Gambar 1. Ruang Hipnoterapi

Sumber : www.wahanabahagia.com

- Ruang Terapi Hortikultura

Pada ruang terapi hortikultura tentu saja diletakkan pada area luar yang mana menjadi tempat aktivitas terapi hortikultura sekaligus bersosialisasi. Pada ruang ini diperlukan ketersediaan rak bertingkat sebagai wadah pot dengan diameter 20 cm sebagai media tanam hortikultura dengan

penggunaan pot ini sebagai alasan dari agar tidak mengganggu pertumbuhan tanaman lainnya dan juga penataan tanaman jadi terlihat lebih tertata.



Gambar 2. Hortikultura
Sumber : lifestyle.kompas.com

- Ruang Terapi Meditasi / Yoga

Ruang terapi meditasi / yoga sebagai ruang untuk para pengguna melakukan terapi meditasi untuk mendapatkan ketenangan dan jauh dari keramaian. Selain itu sirkulasi udara yang lancar, pencahayaan yang nyaman atau cukup serta ukuran ruang yang cukup dan nyaman.



Gambar 3. Ruang Meditasi
Sumber : healthy.kompas.com

- Ruang Terapi Tangki Isolasi

Para ruangan terapi tangki isolasi ini memerlukan material lantai yang kasar agar tidak mudah tergelincir, karena tangki ini memiliki kandungan air garam tinggi yang khusus sehingga penggunaanya perlu membilas tubuh setelah melakukan terapi sehingga membutuhkan kamar mandi maupun ruang shower hingga tempat ganti pakaian, kebisingan pada ruang harus

rendah agar tidak mengganggu proses terapi, sirkulasi udara yang lancar dan menggunakan wewangian untuk menambah stimulasi relaksasi pengguna , pencahayaan yang nyaman atau cukup serta ukuran ruang yang cukup dan nyaman (Ontario,2019).



Gambar 4. Ruang Tangki Isolasi

Sumber : www.medicalexpo.com

- Ruang Terapi Mandi Suara

Pada ruang terapi membutuhkan ketenangan dan kenyamanan, sirkulasi udara yang lancar, pencahayaan yang nyaman atau cukup serta ukuran ruang yang cukup dan nyaman dengan penyediaan beberapa fasilitas untuk media mandi suara



Gambar 5. Ruang Tangki Isolasi

Sumber : www.theeditors-club.com

b. Ruang Terapi Kelompok

Pada terapi kelompok terdiri dari terapi para remaja kelompok yang memang sudah disepakati menjalani acara pemulihan bersama satu lembaga.

- Ruang Seminar

Pada ruangan ini berfungsi sebagai fasilitas kegiatan seminar, training, workshop maupun kegiatan lainnya peningkatan kualitas mental di dalam ruangan secara bersama / kelompok dari berbagai lembaga yang mana dapat menampung hingga 100 orang dengan fasilitas dalam ruang seperti proyektor (LCD), speaker, papan tulis, meja serta kursi dilansir dari its.ac.id.



Gambar 6. Ruang Seminar

Sumber : www.sayyesido.com

- Ruang Penginapan

Ruang penginapan ini sebagai ruang untuk para remaja pelajar yang beristirahat dan saling menjalin hubungan serta komunikasi antar individu. Pada ruangan ini membutuhkan beberapa perabot seperti tempat tidur dan perlu memperhatikan kenyamanan, sirkulasi udara yang lancar, pencahayaan yang nyaman atau cukup serta ukuran ruang yang cukup dan nyaman.

- Area Outbond

Area outdoor yang digunakan untuk menjalani kegiatan pemulihan bersama untuk para remaja pelajar. Fasilitas yang tersedia lapangan dan beberapa zona area bermain bagi para remaja yang mengikuti kegiatan. Yang perlu diperhatikan perlunya penyediaan area teduh untuk meneduh seperti pepohonan dan kolam kecil bagian dari fasilitas acara.

- Ruang Pengelola Acara

Ruang yang digunakan untuk para pengelola acara untuk merencanakan acara kegiatan pemulihan bersama bagi para remaja pelajar yang mengikuti kegiatan sehingga acara berjalan lancar dan tertata dari 3 fungsi ruang ini dilansir dari situs www.jalanjalankenai.com



Gambar 7. Area Kegiatan Terapi Kelompok Outdoor

Sumber : www.jalanjalankenai.com

c. Ruang Konsultasi / Psikoterapi

Ruang Konsultasi ini memiliki tata penempatan perabot serta kebutuhan perabot sesuai perilaku dari remaja yang konseling. Dari ringan dan sedangnya tingkatan depresi ini mereka memiliki sifat kenyamanan sendiri ada yang nyaman untuk konsultasi sendiri maupun bersama walinya. Selain itu ruang konseling sendiri juga perlu diperhatikan beberapa hal seperti ruang yang tenang, sirkulasi udara yang lancar, pencahayaan yang nyaman atau cukup serta ukuran ruang yang cukup dan nyaman. Hal -hal ini disampaikan sendiri dari narasumber psikolog bernama Calista Clara, S.Psi., M.Psi.



Gambar 8. Ruang Konseling

Sumber : www.wahanabahagia.com

2. Fasilitas pendukung

Meliputi ruang pengelola serta staff staff, tempat makan seperti food court dengan kondisi yang nyaman tidak ramai, ruang diskusi, ruang untuk bersantai, ruang tunggu, dan taman aktif.

- Hall / ruang serbaguna

Fasilitas yang berguna untuk penyediaan wadah bagi kegiatan pengguna yang membutuhkan untuk melakukan sesuatu kegiatan dalam ruang (prihome id).



Gambar 9. Hall

Sumber : www.sayyesido.com

- Ruang tunggu dan diskusi

Ruang tunggu pada perencanaan ini perlu memperhatikan kenyamanan untuk menunggu antrian konsultasi , terapi, maupun kegiatan lainnya. Ruang tunggu ini juga disertai ruang diskusi bila ada tamu yang ingin mendiskusikan suatu hal selain remaja depresan dan walinya



Gambar 10. Ruang Tunggu

Sumber : www.arsindociptakarya.com

- Ruang pengelola dan staff

Ruang pengelola dan staff ini terdapat beberapa kegiatan didalamnya, maka kenyamanan pada ruangan ini perlu diperhatikan. Selain kenyamanan intensitas cahaya alami dan buatan perlu diperhatikan serta sirkulasi udara agar tidak timbul kesesakan.

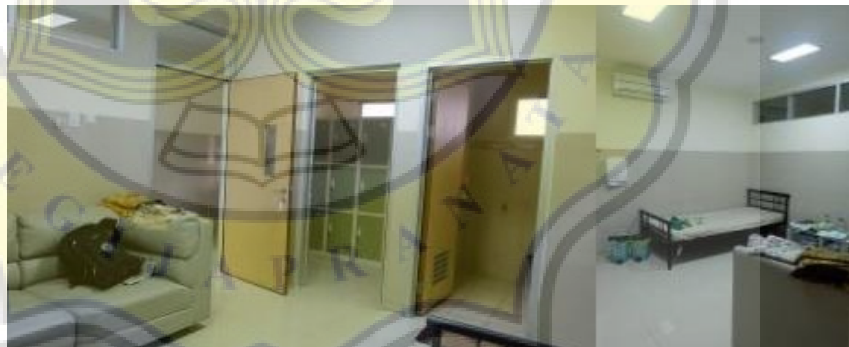


Gambar 11. Ruang Pengelola dan Administrasi

Sumber : <https://its.unram.ac.id/ruang-pengelola-dan-administrasi/>

- Ruang istirahat

Ruang ini diperlukan agar para psikolog dan staff pengelola lainnya dapat beristirahat dan bersantai, maka disediakan beberapa kebutuhan seperti pantry untuk penyediaan sumber energi para petugas, tempat tidur dan sofa , toilet dengan wastafel serta tempat diskusi antar petugas.



Gambar 12. Ruang Istirahat RS PKU Muhammadiyah

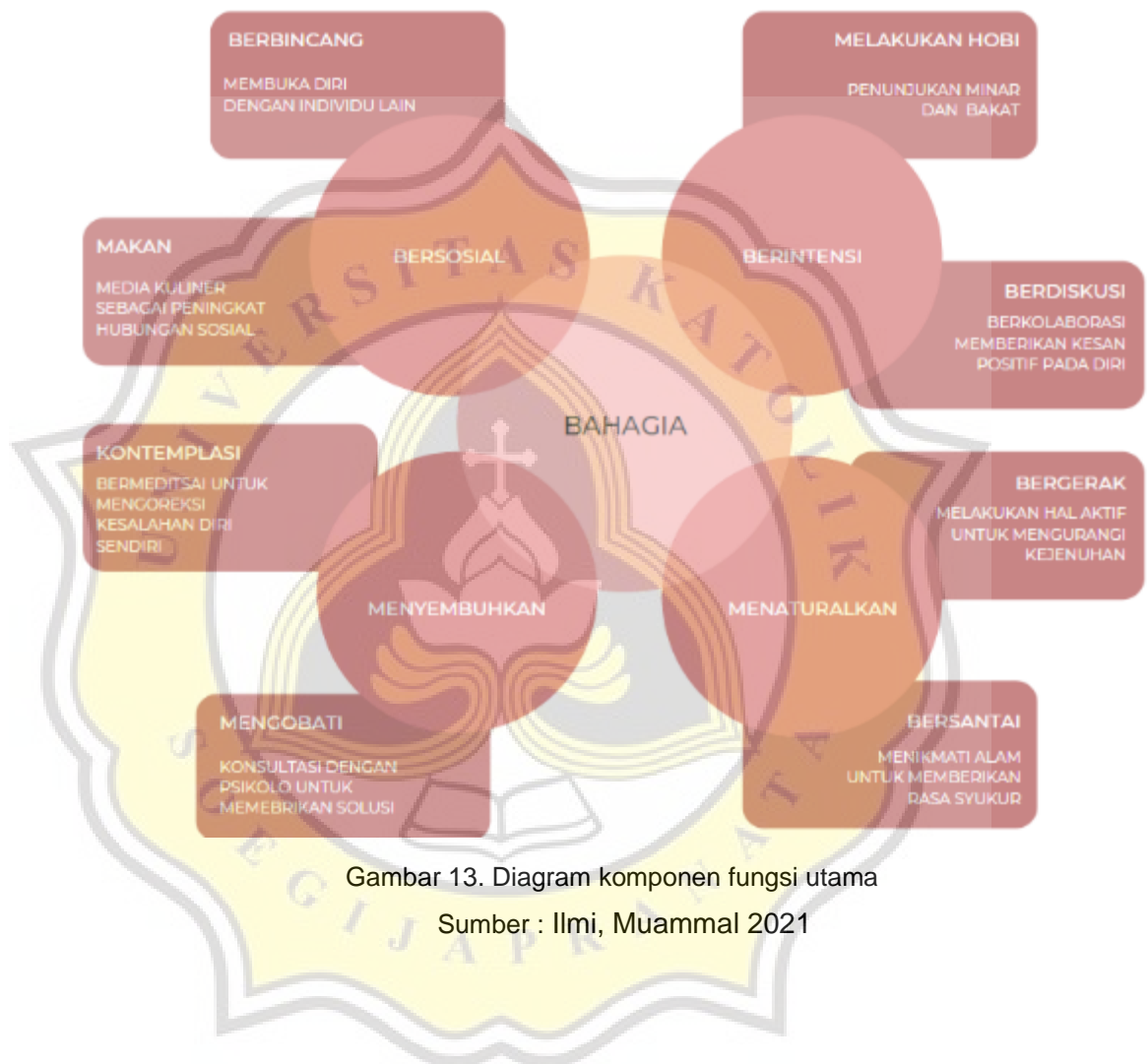
Sumber : <http://repository.umy.ac.id>

3. Servis

Kamar mandi, dapur serta pantry, ruang cleaning service, ruang penyimpanan barang seperti gudang, ruang MEE, ruang keamanan, ruang kebersihan dan ruang servis lainnya.

8. Keterkaitan Pemulihan pada Bangunan

Fungsi pemulihan bagi para remaja yang depresi penerapan komponen berupa bersosial, berintensi, proses penyembuhan dan proses penetralan dengan adanya lingkungan. Dengan begitu dapat mendukung fungsi-fungsi pada area sekunder serta primer yang saling dihubungkan ke fungsi tersier sebagai peristirahatan, perkumpulan maupun hanya datang sementara.



Gambar 13. Diagram komponen fungsi utama

Sumber : Ilmi, Muammal 2021

2.2. Gambaran Umum Lokasi

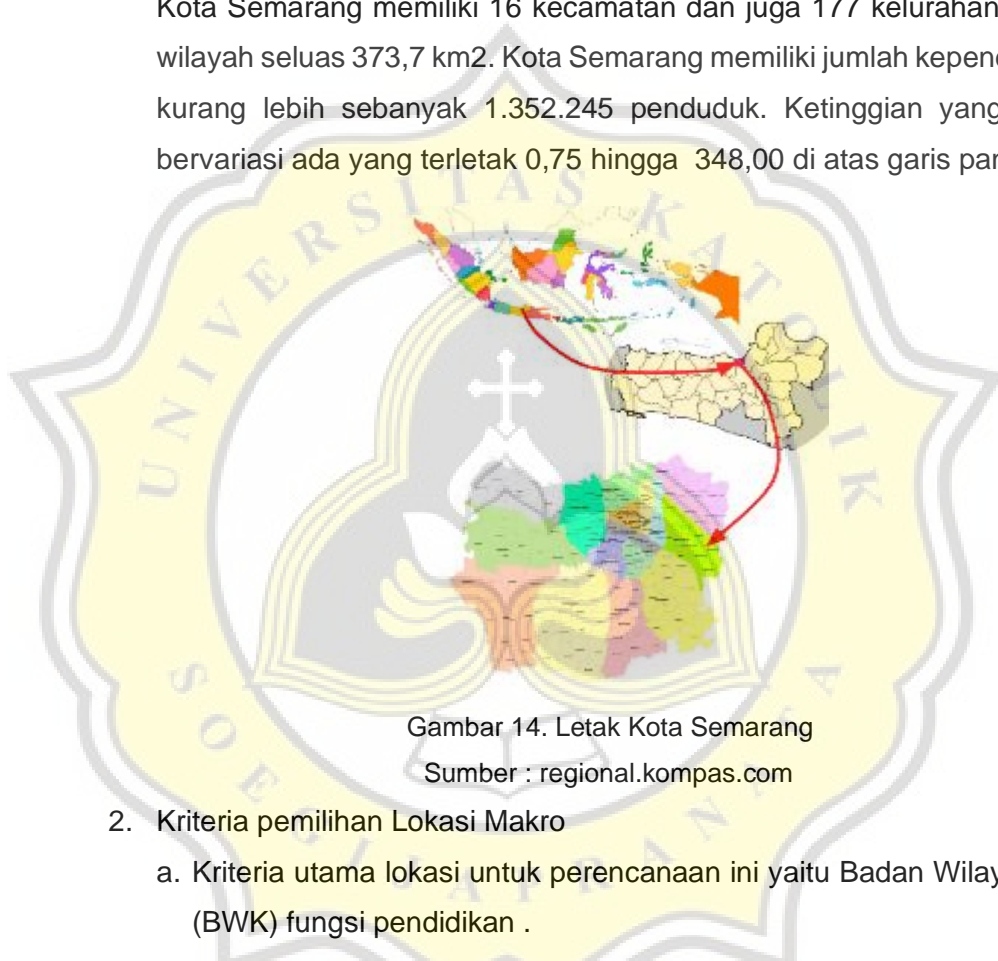
Pada gambaran umum lokasi akan menjelaskan tentang gambaran umum lokasi secara makro yang mana dimulai dari pemilihan lokasi berdasarkan kriteria untuk fungsi bangunan ini hingga lokasi yang terpilih ini seperti apa situasi kondisinya .

2.2.1 Pemilihan Lokasi

Pemilihan lokasi bangunan Pusat pencegahan dan pemulihan Depresi Remaja ini berada pada Kota Semarang dikarenakan jumlah depresi remaja yang tercatat Kota Semarang sendiri memiliki prevalensi depresi pada penduduk umur lebih dari usia 15 tahun mencapai 3,8% dari jumlah penduduk di Kota Semarang yang berjumlah kurang lebih 1.350.000 penduduk yang artinya sekitar 5100 penduduk diatas 15 tahun yang mengalami depresi dan hanya 7,45% dari jumlah remaja pengidap depresi yang artinya hanya 385 remaja dari 5000an penduduk diatas 15 tahun yang tercatat mengalami depresi tetapi mendapat kesempatan untuk dapat mengobati diri sendiri ke pihak yang berwenang serta menurut dari hasil wawancara dengan psikolog dari Lembaga Psikologi Terapan dimana para penderita depresi yang pernah datang dengan permasalahan depresi yang masih tergolong umur remaja belum termasuk kedalam data secara terdata tersebut sehingga dapat disimpulkan sesungguhnya masih banyak anak-anak remaja yang masih mengalami depresi dan ada beberapa remaja lainnya yang dapat kesempatan untuk mengobati depresinya. Dari masalah diatas tidak diimbangi dengan penyediaan wadah pemulihan depresi untuk para remaja seperti tempat-tempat terapi dan konsultasi yang layak secara akses lokasi maupun secara fasilitas. Dari isu permasalahan yang ada ini maka diperlukan Pusat pencegahan dan pemulihan Depresi Remaja di Kota Semarang.

1. Kondisi Kota Semarang

Kota Semarang termasuk salah satu kota di provinsi Jawa Tengah dimana Kota Semarang merupakan Ibu Kota Jawa Tengah yang terletak diantara $109^{\circ} 35'$ s/d $110^{\circ} 50'$ Bujur Timur dan antara $6^{\circ} 50'$ s/d $7^{\circ} 10'$ Lintang Selatan secara geografis. Dimana Semarang memiliki batasan- batasan wilayah, yaitu bagian Utara berbatasan dengan Laut Jawa, bagian Selatan berbatasan dengan Kab. Semarang, bagian Timur berbatasan dengan Kab. Demak, serta bagian Barat berbatasan dengan Kab. Kendal. Kota Semarang memiliki 16 kecamatan dan juga 177 kelurahan dengan wilayah seluas 373,7 km². Kota Semarang memiliki jumlah kependudukan kurang lebih sebanyak 1.352.245 penduduk. Ketinggian yang dimiliki bervariasi ada yang terletak 0,75 hingga 348,00 di atas garis pantai.



Gambar 14. Letak Kota Semarang
Sumber : regional.kompas.com

2. Kriteria pemilihan Lokasi Makro

- a. Kriteria utama lokasi untuk perencanaan ini yaitu Badan Wilayah Kota (BWK) fungsi pendidikan .
- b. Jangkauan akses yang tergolong mudah sebagai pencapaian pada ke lokasi maupun pencapaian dari lokasi.
- c. Lokasi bebas dari bencana banjir maupun tanah longsong
- d. Tersedianya jaringan utilitas lengkap seperti jaringan air bersih, telepon, listrik, hingga jaringan sampah dan drainase kota
- e. Lokasi jauh dari pusat kota agar tidak menyebabkan kebisingan

2.2.2 Alternatif lokasi Makro

Kriteria yang di utama untuk alternatif pemilihan lokasi secara makro untuk perencanaan Pusat Terapi Depresi Remajai di Kota Semranag ini adalah BWK atau Badan Wilayah Kota Semarang.

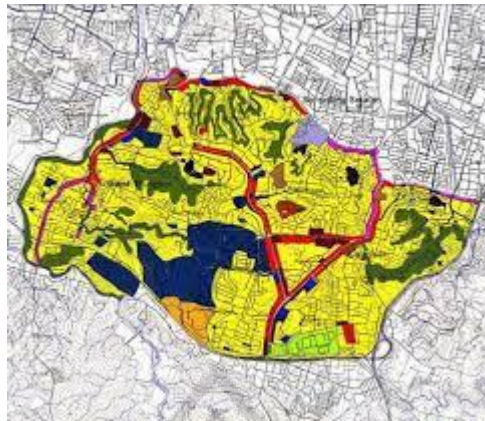
Wilayah Pengamban gan	Badan Wilayah Kota	Kecamatan	Fungsi
WP I	BWK I	Semarang Tengah Semarang Timur Semarang Selatan	Perkantoran,perdagangan, dan jasa
	BWK II	Gajah Mungkur Candi Sari	Pendidikan dan olahraga
	BWK III	Semarang Barat Semarang Utara	permukiman , perdagangan dan jasa, rekreasi, industri, dan fasilitas umum
WP II	BWK IV	Genuk	Industri dan transportasi
	BWK X	Ngaliyan Tugu	Industri dan rekreasi
WP III	BWK V	GayamSari Pedurungan	Pengembangan dan permukiman
	BWK VI	Tembalang	Pendidikan dan pengembangan permukiman
	BWK VII	Banyumanik	Kawasan khusus militer, rekreasi dan pengembangan kota
WP IV	BWK VIII	Gunung Pati	Pertanian dan rekreasi
	BWK IX	Mijen	Permukiman , perdagangan , perkantoran, industri, rekreasi, olahraga

Tabel 3. Tabel Pembagian Fungsi BWK

Sumber : Perda 14 Tahun 2011 Tentang Rencana Tata Ruang Wilayah Kota Semarang Tahun 2011-2031

Dari tabel diatas menunjukan bahwa terdapat dua alternatif lokasi yang terpilih sesuai dari kriteria syarat lokasi untuk bangunan yang di yang akan dirancang yaitu di BWK II yang merupakan wilayah Kec. Gajah Mungkur dan Kec. Candi Sari serta BWK VI yang merupakan wilayah Kec. Tembalang.

1. BWK II

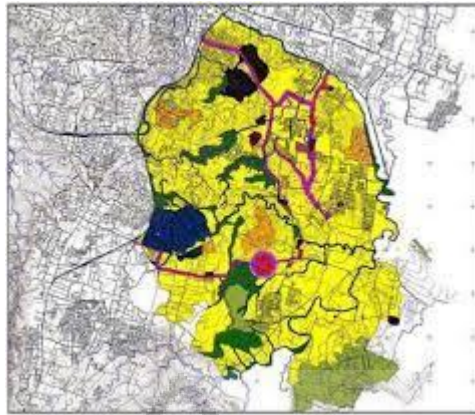


Gambar 15. Peta BWK II
Sumber : <http://semarang.go.id>

BWK II ini meliputi wilayah Kec. Gajah Mungkur dan Kec. Candi Sari yang memiliki batas-batas wilayah yang di bagian Utara yaitu kecamatan Semarang Selatan, di bagian Selatan berbatasan dengan kecamatan Semarang Barat dan Kecamatan Ngaliyan, di bagian Barat berbatasan dengan Kecamatan Banyumanik dan Kecamatan Gunungpati, lalu di bagian Timur berbatasan dengan Kecamatan Tembalang. (Peraturan Daerah Kota Semarang No.11, 2004)

Fungsi dari BWK II meliputi fungsi perdagangan dan jasa, permukiman, perkantoran, perguruan tinggi, olahraga dan rekreasi serta campuran perdagangan, jasa dan permukiman. Dimana BWK II memiliki beberapa potensi yaitu termasuk dalam daerah yang masih tergolong “hijau”, bebas banjir karena berada di bagian “kota atas Semarang, terdapat kemungkinan untuk dibangun bangunan yang tinggi karena jumlah lantai yang diperbolehkan adalah kurang dari 10 lantai, berada di pusat kota Semarang dimana aksesnya akan lebih mudah ke kawasan kota, memiliki jaringan utilitas dan sarana transportasi yang tergolong lengkap, serta tersedia fasum atau fasilitas umum seperti mall, supermarket, restoran, rumah sakit, sekola, hotel, perkantoran dan lain-lain. Namun di lokasi ini juga memiliki beberapa kendala yaitu salah satunya adalah tanah yang cenderung berkontur dan labil sehingga mudah terjadi pergeseran tanah atau longsor .

2. BWK VI



Gambar 16. Peta BWK VI
Sumber : <http://semarang.go.id>

BWK VI ini meliputi wilayah Kec. Tembalang yang memiliki batas-batas wilayah yang di bagian Utara yaitu Kec. Perguruan dan Kec. Gayamsari, di bagian Selatan berbatasan dengan Kec. Ungaran dan Kec. Semarang, di bagian Barat berbatasan dengan Kec. Candisari dan Kec. Banyumanik, lalu di bagian Timur berbatasan dengan Kec. Mrangen dan Kec. Demak. (Peraturan Daerah Kota Semarang No.11, 2004)

Fungsi dari BWK VI meliputi fungsi perdagangan dan jasa, permukiman, perkantoran, perguruan tinggi, konservasi serta campuran perdagangan, jasa dan permukiman. Dimana BWK VI memiliki beberapa potensi yaitu termasuk dalam daerah yang masih tergolong “hijau”, bebas banjir karena berada di bagian “kota atas Semarang, berada jauh dari pusat kota Semarang dimana tingkat kebisingan akan lebih berkurang, memiliki jaringan utilitas dan sarana transportasi yang tergolong lengkap, serta tersedia fasum atau fasilitas umum seperti supermarket, restoran, rumah sakit, sekolah, hotel, perkantoran dan lain-lain. Namun di lokasi ini juga memiliki beberapa kendala yaitu salah satunya adalah tanah yang tergolong tanah kapur sehingga tidak semua tanaman dapat ditanam dengan tanah ini .

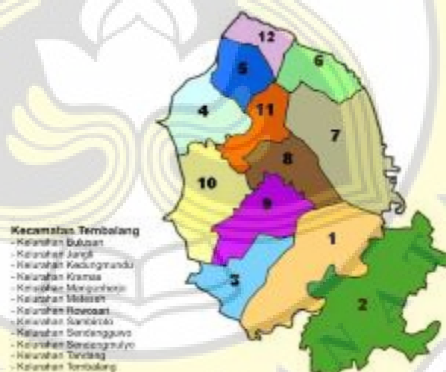
3. Pemilihan Lokasi Makro

PEMBANDING	BOBOT	BWK II	BWK VI
BWK fungsi pendidikan	25%	3	3
Fasilitas umum	10%	3	2
Bebas banjir	5%	2	2
Bebas tanah longsor	5%	1	3
Jaringan utilitas	10%	3	3
Lokasi hijau dan jauh dari kepadatan	25%	2	3
Jauh dari pusat kota	20%	1	3
TOTAL	100%	15	19

Tabel 4. Pemilihan Lokasi Makro
Sumber : dokumen pribadi

Jadi dari hasil pemilihan lokasi makro di atas BWK VI masuk dalam kriteria yang ditentukan untuk perancangan bangunan pusat terapi depresi remaja.

2.2.3 Gambaran Umum Lokasi



Gambar 17. Pemetaan Kec. Tembalang

Sumber : <https://lokanesia.com/peta-kecamatan-tembalang-kota-semarang/>

Kecamatan Tembalang ini termasuk dalam wilayah BWK VI dimana memiliki luas 4.420,057 Ha yang memiliki fungsi - fungsi (Peraturan Daerah Kota Semarang No.11, 2004) yaitu : sebagai daerah fasilitas permukiman, fasilitas perguruan tinggi, perkantoran, fasilitas perdagangan dan jasa, fasilitas campuran dalam perdagangan dan jasa hingga permukiman. Dengan batasan wilayah seperti berikut :

- Utara : Kec. Perguruan dan Kec. Gayamsari
- Selatan : Kec. Ungaran dan Kec. Semarang
- Timur : Kec. Mrangen dan Kec. Demak

- Barat : Kec. Candisari dan Kec. Banyumanik

Di Lokasi ini terdapat potensi dan kendala yang dijelaskan sebagai berikut :

Potensi :

- Banyaknya fasilitas pendidikan yang tersedia di lokasi ini yang dapat mendukung fungsi bangunan yang akan dirancang
- Jangkauan akses yang tergolong mudah sebagai pencapaian pada ke lokasi maupun pencapaian dari lokasi.
- Lokasi bebas dari bencana banjir dan tanah longsor
- Tersedianya jaringan utilitas lengkap seperti jaringan air bersih, telepon, listrik, hingga jaringan sampah dan drainase kota
- Lokasi jauh dari pusat kota agar tidak menyebabkan kebisingan

Kendala :

- Banyaknya lokasi yang tanah kepemilikannya adalah milik perguruan tinggi di sekitar sehingga perlunya pemilihan lokasi yang sesuai

1. Karakteristik Lokasi

a. Karakteristik Bangunan

Bangunan yang berada di wilayah Tembalang ini memiliki bentuk bermacam-macam bentuk dan fungsinya, seperti adanya bangunan perguruan tinggi yang memiliki jenis fungsi dan bentuk yang bermacam-macam seperti bangunan lembaga pendidikan yang memiliki bentuk konvensional seperti sekolah negeri pada umumnya dan perguruan tinggi yang memiliki bentuk modern berunsur islami serta perumahan di sekitar yang memiliki berbagai jenis model rumah dan ruko jasa dan perdagangan di sekitar yang memiliki bentuk gaya bangunan modern.

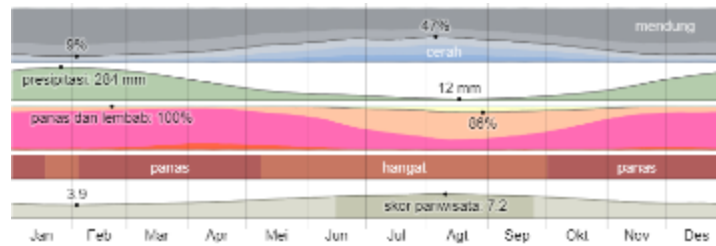
b. Karakteristik Jalan dan Transportasi

- Ukuran : Lebar Jalan kurang lebih 10 m
- Material : aspal
- Kondisi : tidak terlalu ramai, terdapat tiang- tiang dan saluran drainase di sepanjang jalan yang sebagian atasnya tertutup oleh pedestrian
- Kendaraan : Motor, Mobil, Truk kecil, BRT

c. Karakteristik Iklim

Secara umum di Kota Semarang merupakan salah satu kota di Indonesia yang mana memiliki 2 jenis musim yaitu kemarau dan penghujan yang dapat disebutkan sebagai iklim tropis basah. Berdasarkan yang dikutip dari situs id.weatherspark.com sepanjang

tahun suhu di Kecamatan Tembalang sangat bervariasi dari 20°C - 31°C dan jarang mencapai 18°C maupun hingga 30°C



Gambar 18. Iklim Kecamatan Tembalang

Sumber : id.weatherspark.com

d. Karakteristik Lansekap dan Topografi

Topografi pada wilayah Tembalang ini memiliki ketinggian tanah mencapai ± 200 m dari permukaan air laut berdasarkan dari peta topografi semarang, hal tersebut yang membuat udara relatif sejuk. Di tapak ini memiliki jenis tanah batuan dimana kondisi tanah ini cukup besar dan kuat sehingga air seni mengandung kapur.

2.3 Studi Preseden

1. Center for Health & Wellbeing

Bangunan ini merupakan bangunan membawa konsep kesejahteraan yang terpusat kedalam satu fungsi bangunan yaitu kebudara, perawatan medis, dan kesejahteraan. Bangunan ini juga mengambil inspirasi dari kekuatan penyembuhan alam dimana bangunan ini didesain agar terdapat koneksi dengan alam. Terdapat taman yang mengelilingi area bangunan, jalur pejalan kaki dan tempat duduk. Tujuan dari konsep bangunan ini adalah pusat kesejahteraan yang memiliki koneksi dengan alam, memiliki banyak ruang serbaguna, memiliki macam - macam fasilitas pelayanan untuk kesehatan mental, dan juga memiliki banyak ruang bagi komunitas untuk acara dan bersosialisasi. Dari segi fungsi banggunna dan desain bangunan dijadikan preseden dari segi tujuan bangunan serta fasilitas - fasilitas yang disediakan.

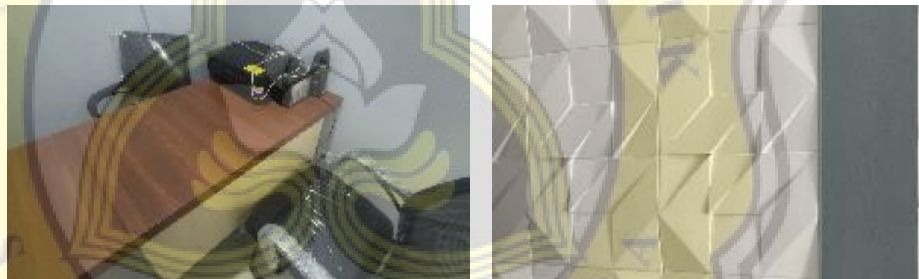


Gambar 19. Center for Health & Wellbeing

Sumber : <https://hanara-wellbeing-center.business.site/>

2. Lembaga Psikologi Terapan Semarang

Pada lembaga psikologi terapan semarang ini memiliki fungsi pelayanan kesehatan mental yang Ruangan yang diterapkan dalam lembaga ini memiliki ciri ruang khusus yang didesain sedemikian rupa agar lebih nyaman dengan didasari kebutuhan praktek perilaku saat para pengguna. Lembaga ini walaupun berada di bangunan ruko tetapi tetap mengutamakan kenyamanan pengguna dalam ruang. Sebagai tempat untuk wawancara antara psikolog dan klien pada ruangan ini menerapkan kenyamanan dalam segi penghawaan udara, perabot untuk media kenyamanan seperti kursi dan meja yang di tata berhadap-hadapan tetapi dekat agar psikolog juga dapat menerapkan sentuhan saat sesi. Selain itu juga penyediaan fasilitas pantry yang disediakan untuk para seluruh pengguna bangunan karena terkadang beberapa sesi dapat menimbulkan gejolak emosi yang perlu pengisian sumber tenaga ulang. Serta karena perlunya ruangan yang tenang maka pantulan pada suara dikontrol dengan tekstur pada permukaan dinding. Bangunan ini digunakan sebagai preseden karena penyediaan fasilitas- fasilitas yang disediakan.



Gambar 20. Fasilitas Ruang Sesi Dan Tekstur Dinding

Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 21. Fasilitas Pantry

Sumber : Dokumentasi Pribadi