

FASILITAS KESEHATAN MENTAL DI TANGERANG SELATAN

Anastasia Putri¹⁾, Mieke Choandi²⁾

¹⁾Program Studi S1 Arsitektur, Fakultas Teknik, Universitas Tarumanagara, anstsiap@gmail.com

²⁾Program Studi S1 Arsitektur, Fakultas Teknik, Universitas Tarumanagara, miekec@ft.untar.ac.id

Masuk: 23-01-2022, revisi: 28-02-2022, diterima untuk diterbitkan: 26-03-2022

Abstrak

Kesehatan mental di Negara Indonesia bukan lagi menjadi hal yang tabu meskipun masih kurang mendapat perhatian dari masyarakat dalam hal pengetahuan maupun penanganannya. Namun, semakin berkembangnya zaman semakin banyak orang yang menyadari pentingnya menjaga kesehatan mental sama seperti kesehatan fisik. Pada 2018, di Negara Indonesia sendiri tercatat ada sebanyak 3.7% populasi mengalami depresi namun ketersediaan fasilitas untuk penanganan kesehatan mental masih tergolong sedikit jumlahnya dan kurang menyebar terlebih di daerah yang kurang berkembang. Fasilitas Kesehatan Mental di Tangerang Selatan memfasilitasi penyandang penyakit mental yang ringan atau sedang dibawah tekanan yang membutuhkan perawatan maupun pelampiasan secara emosional. Sarana ini bertujuan untuk membantu pemulihan atau penyembuhan mental secara mandiri dan dibawah pengawasan profesional. Proyek ini berlokasi di Kelapa Dua-Tangerang Selatan, merupakan lokasi dapat menjangkau masyarakat dari berbagai kalangan. Adapun metode desain yang diterapkan pada proyek ini menggunakan ke-lima indera manusia yang berperan dalam proses pemulihan pasien. Metode ini terdapat beberapa elemen penting dalam desain, diantaranya: suasana ruang, warna, alam, suara, tekstur, dan bau. Penerapan dalam desain eksterior berupa lansekap dan memanfaatkan alam sekitar tapak, untuk interior lebih pada rancangan suasana ruang pada bangunan dan lansekap yang mendukung desain bangunan. Diharapkan hasil rancangan tercipta suasana dan kondisi rancangan yang memenuhi dasar dalam penyembuhan mental bagi penyandang penyakit mental.

Kata kunci: fasilitas; indra; kesehatan mental; penyembuhan

Abstract

Mental health in Indonesia is no longer a taboo topic despite the mild awareness and handling of the cases. However, as our era evolves more people have become more aware that mental health issues are as notable as physical health. Statistics stated in the year 2018 that in Indonesia as much as 3.7% of the population suffer from depression. Even so, the number of facilities that accommodate mental health treatments are still limited and dispersed. Mental Health Facility in Tangerang Selatan is a place where people with early signs of mental illness or are stressed out where they can receive treatments or carry out self-healing processes. This facility aims to help patients heal emotionally and mentally under supervision of professionals. This project is located in Kelapa Dua, Tangerang Selatan where this specific location can easily reach out to people from various status. The design method used in this project makes use of the 5 human senses that take role in the healing process of the patients. There are some key elements supporting this design method which are: room atmospheres, colors, nature, sounds, textures, and smells. The application according to these methods are to be expressed in the exterior and interior design of the building and the landscape that complements the building itself. At the end of the design process results a design that is expected to create relief and gradually develop healing to the visitors' mental health.

Keywords: facility; healing; mental health; senses

1. PENDAHULUAN

Kesehatan mental menjadi topik yang hangat dibicarakan akhir-akhir ini. Dalam beberapa tahun kebelakang ini, kesehatan mental atau lebih banyak diungkap dalam bahasa Inggris yaitu *mental health* telah menjadi isu yang seluruh dunia angkat menjadi isu penting. Orang terkadang menggunakan istilah “kesehatan mental” atau “*mental health*” untuk mengartikan tidak adanya gangguan mental. Kesehatan mental mengacu pada kognitif, perilaku, dan kesejahteraan emosional. Hal ini pada dasarnya mengenai bagaimana seseorang berfikir, merasa, dan berperilaku. Kesehatan mental dapat mempengaruhi kehidupan sehari-hari, hubungan, dan bahkan kesehatan tubuh. Namun hal ini juga berlaku sebaliknya. Faktor-faktor dari kehidupan sehari-hari seseorang, koneksi personal, dan faktor fisik bisa mempengaruhi kesehatan mental seseorang (Adam Felman, 2020).

Pada sebuah artikel dari *Borgen Magazine* mengatakan di Indonesia hanya terdapat 800 psikiater, 450 klinik psikologis dan 48 fasilitas terkait kesehatan mental. Mengingat tingginya jumlah kasus gangguan mental di Indonesia, jumlah tenaga medis dan fasilitas yang menampung pasien dengan gangguan mental ini sangat minim, terlebih hanya tersebar di empat dari 34 provinsi yang ada di Indonesia yang membuat penanganan pasien gangguan mental sulit diakses oleh mayoritas populasi di Indonesia (Anna Lagutta, 2019).

Oleh karena itu, terbentuklah sebuah pemikiran bahwa penting untuk menambah fasilitas yang layak bagi penyandang gangguan mental. Kurangnya fasilitas untuk menampung banyaknya anak-anak, remaja, orang dewasa, maupun lansia yang mengidap gangguan mental membuat penjangkauan untuk perawatan sulit bagi mereka yang membutuhkan.

Fasilitas yang dimaksud bukan hanya diperuntukkan sebagai wadah penampungan pasien, namun tujuannya adalah menjadikan fasilitas sebagai tempat dimana penyandang penyakit mental dapat mengalami penyembuhan secara mental melalui perancangan bangunan. Perancangan Fasilitas Kesehatan Mental ini diharapkan menjadi sebuah tempat dimana para penyandang penyakit mental ringan dapat melampiaskan tekanan pikiran dan membantu pemulihan serta mencegah penyakit gangguan mental.

2. KAJIAN LITERATUR

Tipologi

Kata tipologi dibentuk dari unsur kata “*type*” yang berasal dari bahasa Yunani yaitu “*typos*” yang bermakna sebagai impresi, gambaran, bentuk, jenis atau karakter suatu objek. “*Logy*” (logi), adalah suatu ilmu pembelajaran tentang suatu hal. Arti tipologi adalah sebagai ilmu yang mempelajari tentang impresi, gambaran, bentuk, jenis atau karakter suatu objek (Gatot Suharjanto, 2013).

Menurut Antoine-Chrysostome Quatremère de Quincy’s (1785) ‘*Type*’ merupakan sebuah ide atau arti simbolis yang diwujudkan pada sebuah elemen, objek, atau barang. Sebuah ‘*type*’ itu bersifat abstrak dan konseptual dan bukan sebuah hal yang konkret dan harfiah. Ide-ide ini bisa diartikan sebagai sebuah cita-cita yang harus diperjuangkan oleh seorang arsitek dalam proses perancangan yang kreatif.

Stres/Tekanan

Stres merupakan pengalaman emosional negatif yang disertai oleh biokimia, fisiologis, kognitif, dan perubahan perilaku yang diarahkan baik ke arah mengubah peristiwa stres atau mengakomodasi efeknya. Stres akan muncul pada individu bila ada ketidakseimbangan atau kegagalan individu dalam memenuhi kebutuhannya baik yang bersifat jasmani maupun rohani (McGrath, 2003).

Healing Architecture

Arsitektur yang dapat menyembuhkan atau lebih akrab disebut *Healing Architecture* memfasilitasi kesehatan melalui pengaturan secara fisik terhadap sebuah bangunan yang menunjang pasien dan keluarga stres akibat dari penyakit, rawat inap, kunjungan medis, proses penyembuhan atau berkahung. Konsep ini mengarahkan pada fisik dari fasilitas kesehatan yang dapat membuat perbedaan dalam waktu penyembuhan pasien (Podbelski, 2017).

Tujuan dari arsitektur yang dapat menyembuhkan melibatkan pasien dalam proses penyembuhan diri dan pemulihan. Oleh sebab itu, ruang-ruang yang dirancang hendaknya dipikirkan dari segi psikologi arsitekturnya untuk mengurangi stres bagi pasien dan keluarga (Podbelski, 2017).

3. METODE

Metode Pengumpulan Data

Data yang dipakai sebagai dasar perancangan diperoleh secara kualitatif dengan studi pustaka, preseden yang terkait dengan proyek yang akan dirancang. Teori-teori diperoleh dari buku, jurnal, karya ilmiah dan studi kasus terkait proyek Fasilitas Kesehatan Mental, kemudian diaplikasikan untuk mendukung proses perancangan. Dengan tujuan pemahaman dasar dalam merancang bangunan dan penyediaan program ruang.

Metode Desain

Dalam merancang proyek Fasilitas Kesehatan Mental, menggunakan elemen-elemen yang dapat membantu penyembuhan penyandang penyakit mental. Yang termasuk elemen alam seperti vegetasi, perairan, pencahayaan, penggunaan warna dan material yang selaras dengan alam. Elemen-elemen alam dapat memberikan ketenangan, mengurangi stres bagi para penyandang penyakit mental.

4. DISKUSI DAN HASIL

Lokasi Perancangan



Gambar 1. Lokasi Tapak Terpilih
Sumber: Google Earth

Lokasi berada di Kelapa Dua, Tangerang Selatan. Pemilihan tapak ini berdasarkan pertimbangan bahwa lokasi paling dekat dengan fasilitas kesehatan yang dapat mendukung fasilitas kesehatan mental. Luas tapak adalah $\pm 6000 \text{ m}^2$ dengan GSB 5, KDB 60, KLB 2, KTB 3, KDH 40. Maksimal lahan yang dapat dibangun untuk lantai dasar adalah sebesar 60% atau 3600 m^2 dengan ketinggian bangunan maksimal 3 lantai. Luas bangunan yang dapat dibangun adalah sebesar 7200 m^2 .

Di sebelah utara tapak terdapat Situ Kelapa Dua. Sebelah selatan terdapat ruko pertokoan. Di sebelah barat masih tanah kosong dan di timur terdapat perumahan yang terpisah dengan bagian dari situ.

Konsep Perancangan

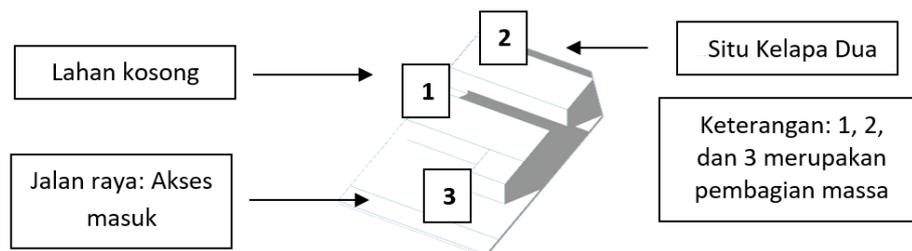
Facilitas Kesehatan Mental menggunakan konsep Healing Architecture, dengan pertimbangan pemanfaatan 5 (lima) indra manusia sebagai dasar pertimbangan dalam desain. Menggunakan elemen-elemen alam, warna dan material diharapkan yang bertujuan untuk dapat membantu penyembuhan mental bagi penyandang penyakit mental. Pada tabel dibawah ini merupakan elemen-elemen yang digunakan beserta fungsinya.

Tabel 1. Elemen-elemen yang Digunakan dalam Rancangan

Elemen	Fungsi
Vegetasi	Vegetasi menjadi salah satu unsur pemicu ketenangan bagi diri pasien, karena mengandung ragam bentuk dan warna.
Air	Unsur air yang mengalir, salah satu elemen dipercaya dapat menenangkan hati dan pikiran.
Pencahayaan	Tempat yang lebih terang dipercaya dapat mempercepat masa perawatan.
Warna & Material	Menggunakan warna-warna yang netral dan tidak mencolok agar memberikan pasien ketenangan. Menggunakan material yang bertekstur alami seperti batu-batuan dan beton.

Sumber: Pribadi, 2021

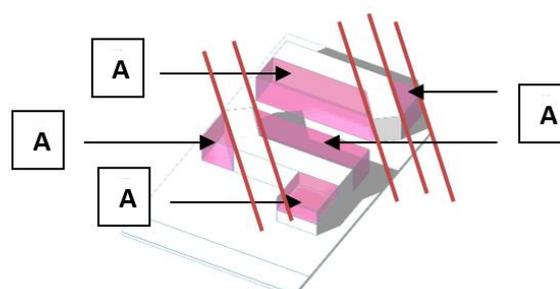
Transformasi Bentuk



Gambar 2. Bentuk Awal Gubahan Massa

Sumber: Pribadi, 2021

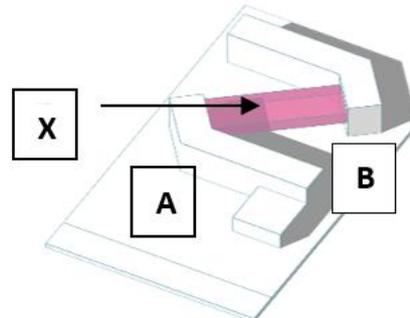
Gubahan massa menggunakan dasar bentuk segi empat yang disusun menjadi 2 massa utama. Kedua massa tersebut dipisahkan oleh lahan kosong di tengahnya, diharapkan memberi ruang terbuka berupa taman sebagai tempat penyembuhan (*Healing Garden*). Bagian 1 adalah massa yang terletak paling depan tapak. Digunakan untuk penerimaan dan ruang-ruang lain yang lebih publik. Dan juga digunakan untuk beberapa ruang pelepas stres. Bagian 2 berhubungan dengan massa 1. Digunakan untuk ruang-ruang pelepas stres dan hobi yang lebih membutuhkan privasi dan view kearah situ. Bagian 3 massa dipaling depan sebagai massa penerimaan dan *drop-off* bagi kendaraan dan pengujung.



Gambar 3. Perubahan Massa Pertama

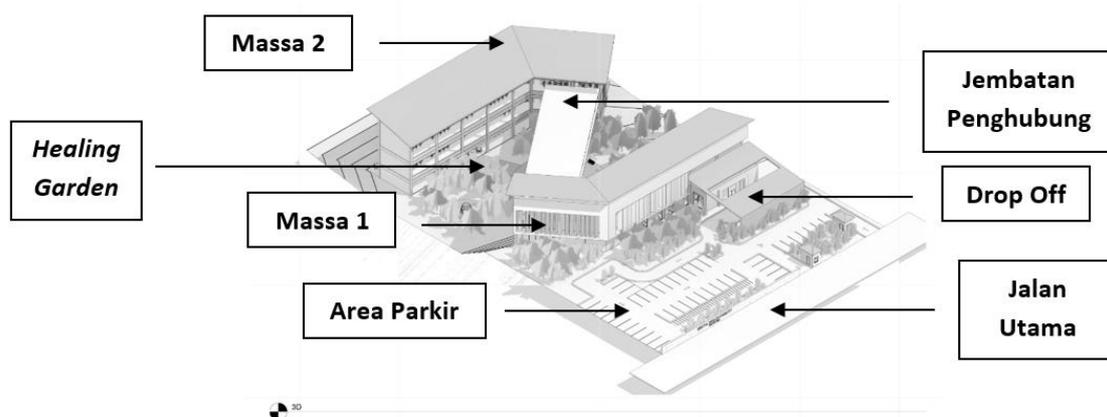
Sumber: Pribadi, 2021

Pada bagian yang ditandai “A” merupakan penanda bagian yang dipotong dari kedua massa agar selaras dengan kemiringan pada bentuk tapak. Pada garis-garis yang berwarna merah dapat dilihat kemiringan-kemiringan yang dimaksud. Pada massa penerima berketinggian lebih rendah dibanding kedua massa lainnya.



Gambar 4. Perubahan Massa Kedua
Sumber: Pribadi, 2021

Pada bagian yang bertanda “X” merupakan penghubung massa 1 dengan massa 2. Penghubung ini dijadikan transparan/terbuka agar dapat memperlihatkan view kedalam dan luar tapak. Bagian A merupakan area depan yang dijadikan tempat parkir bagi pengunjung dan pekerja pada fasilitas kesehatan mental. Area B merupakan area yang dibuat berkontur lebih rendah yang dijadikan penghijauan sebagai view didalam tapak dan juga *healing garden*.



Gambar 5. Bentuk 3D Akhir
Sumber: Pribadi, 2021

Pada bentuk massa akhir terlihat bahwa terdapat 2 massa utama (massa 1 dan 2) yang dihubungkan oleh jembatan penghubung pada lantai 2. Massa 1 dan 2 terdapat ruang-ruang pelampiasan stres dan juga ruang-ruang hobi yang dapat membantu penyandang penyakit mental ringan dalam pemulihan mental mereka. Ruang-ruang tersebut diantaranya adalah: Ruang tenang, ruang memecah-belah, ruang berteriak, ruang menari, ruang melukis, ruang yoga/meditasi, ruang *board games*.

Pada massa 2, ruang-ruang yang tersedia memiliki *view* pada perairan yaitu Situ Kelapa Dua. Sementara itu pada massa 1, tampak depan dari Fasilitas Kesehatan Mental ini ditutup oleh fasad agar meningkatkan privasi pada bangunan.



Gambar 6. Fasad Bangunan
Sumber: Pribadi, 2021



Gambar 7. Healing Garden
Sumber: Pribadi, 2021

Diantara kedua massa tersebut terdapat *Healing Garden* yang luas dimana penyandang penyakit mental dapat menikmati taman dengan tenang untuk membantu penyembuhan mental mereka. *Healing garden* ini merupakan fasilitas terbesar yang terdapat pada Fasilitas Kesehatan Mental ini. Pada *healing garden* ini dilengkapi dengan berbagai macam tumbuhan dan juga pancuran air yang berfungsi untuk membantu pengunjung untuk mengurangi stres dan sembuh secara mental mereka.



Gambar 8. Area *drop-off*
Sumber: Pribadi, 2021

Pada bagian depan tapak terdapat area parkir *outdoor* yang diselimuti oleh pohon dan tumbuhan agar pengunjung dapat merasakan ketenangan saat berjalan dari parkir ke pintu

masuk utama atau area *drop-off*. Area *drop-off* pada Fasilitas Kesehatan Mental ini dirancang tertutup dari sisi tampak depan yang bertujuan untuk menjaga privasi para pengunjung yang datang. Pada area *drop-off* terdapat kolam ikan sehingga para pengunjung yang datang saat pertama kali sudah merasakan ketenangan dari elemen air dan alam dari kolam ikan tersebut.

Program Ruang

Tabel 2. Program Ruang dengan Aktivitas

Kegiatan	Aktivitas	
Konsultasi	Pengunjung/penyandang penyakit mental melakukan konsultasi kepada profesional yang akan membantu menangani penyembuhan dari mentalnya. Konsultasi ini memerlukan ruangan khusus yang aman dan privat.	
Melempar	Pengunjung/penyandang penyakit mental melakukan pelepasan stres secara mandiri dengan melempar-lempar barang. Kegiatan ini memerlukan ruangan khusus yang memiliki keamanan secara fisik bagi pengguna dan juga privat.	
Melepas stres	Menenangkan diri	Pengunjung/penyandang penyakit mental melakukan pelepasan stres secara mandiri dengan berdiam diri secara tenang. Kegiatan ini memerlukan ruangan khusus yang privat dan jauh dari kebisingan.
	Memecah-belah	Pengunjung/penyandang penyakit mental melakukan pelepasan stres secara mandiri dengan memecah-belahkan barang. Kegiatan ini memerlukan ruangan khusus yang memiliki keamanan secara fisik bagi pengguna dan juga privat.
	Berteriak	Pengunjung/penyandang penyakit mental melakukan pelepasan stres secara mandiri dengan berteriak. Kegiatan ini memerlukan ruangan khusus yang kedap suara dan juga privat.
Menjalankan hobi	Menari	Pengunjung/penyandang penyakit mental melakukan pelepasan stres dengan pengunjung lainnya dengan menari. Kegiatan ini memerlukan ruangan khusus bagi kelompok yang ingin mengikuti kegiatan menari.
	Melukis	Pengunjung/penyandang penyakit mental melakukan pelepasan stres dengan pengunjung lainnya dengan melukis objek yang tersedia. Kegiatan ini memerlukan ruangan khusus bagi kelompok yang ingin mengikuti kegiatan melukis.
	Yoga/meditasi	Pengunjung/penyandang penyakit mental melakukan pelepasan stres dengan pengunjung lainnya dengan yoga dan meditasi. Kegiatan ini memerlukan ruangan khusus bagi kelompok yang ingin mengikuti kegiatan yoga dan meditasi.
	Bermain <i>board games</i>	Pengunjung/penyandang penyakit mental melakukan pelepasan stres dengan pengunjung lainnya dengan bermain. Kegiatan ini memerlukan ruangan khusus bagi kelompok yang ingin bermain <i>board games</i> .

Sumber: Pribadi, 2021

Pengguna

Sesuai dengan statistika yang diperoleh pada tahun 2018 bahwa Negara Indonesia sekitar 7,7 juta orang saat ini mengalami gejala gangguan mental ringan. Jumlah orang itu termasuk remaja, orang dewasa dan lansia (Anna Lagatutta, 2019). Jikalau Fasilitas Kesehatan Mental ini

dapat merawat 3% dari jumlah total penyandang penyakit mental dalam setahun, yaitu sekitar 231.000 orang, maka jumlah pengunjung yang diharapkan dalam sehari mencapai 640 orang. Berikut merupakan pertimbangan kalangan usia pengunjung pada Fasilitas Kesehatan Mental, Kelapa Dua.

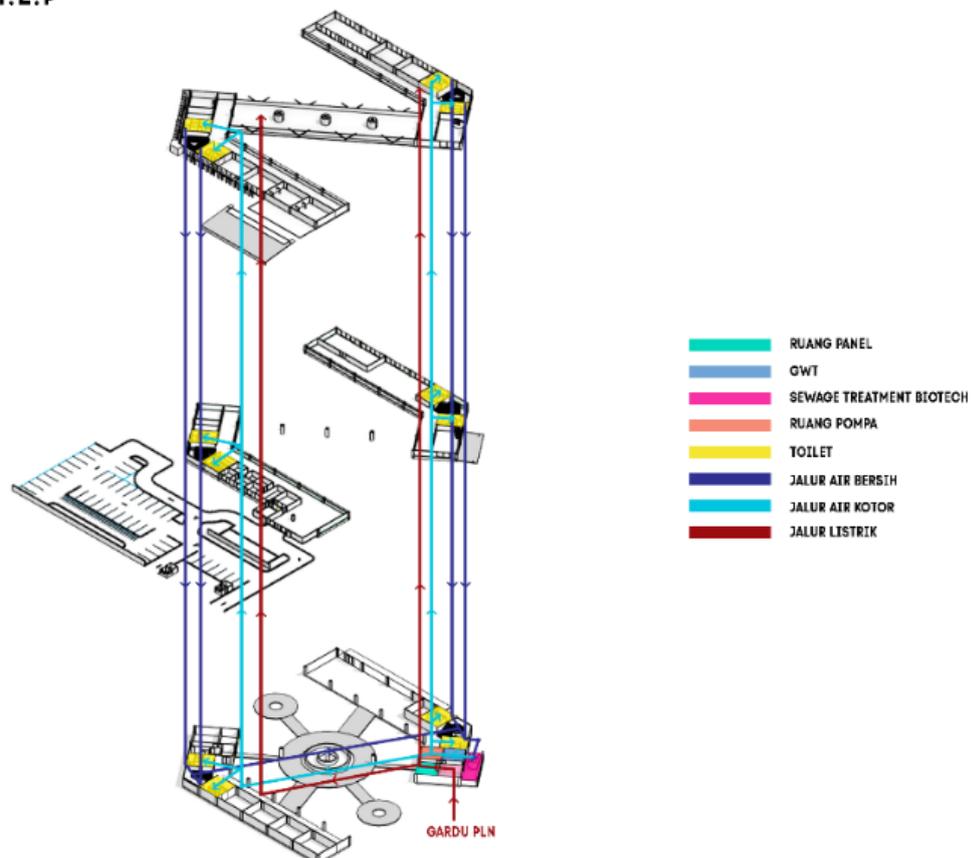
Tabel 3. Usia Pengguna

Usia	Deskripsi
Remaja (14-19 tahun)	Usia pasien yang dapat dirawat dimulai dari usia remaja karena diusia remaja, seseorang sudah sangat rentan dengan penyakit mental dimulai dari keluarga, pergaulan atau dari diri sendiri.
Dewasa (> 19 tahun)	Usia dewasa adalah dimana kebanyakan orang sudah memulai karir berkerjanya. Pada usia ini orang-orang banyak mengalami tekanan dalam dunia kerja maupun kehidupan pribadinya.
Lansia (> 60 tahun)	Usia lansia masih tergolong rentan dengan gangguan mental walaupun tidak banyak. Namun fasilitas-fasilitas yang tersedia juga dapat memfasilitas para lansia yang membutuhkan.

Sumber: Pribadi, 2021

Utilitas

SISTEM M.E.P



Gambar 9. Aksonometri Sistem Utilitas

Sumber: Pribadi, 2021

Air bersih datang dari sumber air bersih PDAM yang di tampung pada GWT (*Ground Water Tank*) lalu masuk pada ruang pompa untuk dipompa dan disalurkan pada seluruh massa bangunan dan pada setiap toilet yang ada disetiap lantainya. Selain itu, untuk air yang disalurkan untuk pemadam kebakaran dan menyiram tanaman datang dari sumber air tanah atau deep well dan melalui sistem filtrasi dan disimpan pada GWT (*Ground Water Tank*).

Air kotor dari pembuangan toilet pada Fasilitas Kesehatan Mental ini turun melalui *shaft* pada masing-masing toilet dan disalurkan pada *Sewage Water Treatment* dengan sistem *Biotech* yang terletak pada luar bangunan. Air yang telah melalui treatment tersebut dibuang pada saluran kota. Sementara itu, air kotor yang dari pembuangan dapur disalurkan pada *grease trap* lalu dibuang pada saluran kota. Listrik pada Fasilitas Kesehatan Mental ini datang dari sumber gardu PLN lalu disalurkan pada trafo didalam bangunan lalu didistribusikan di ruang panel untuk masing-masing ruang yang ada.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Perancangan Fasilitas Kesehatan Mental merupakan usaha dalam menciptakan sebuah tempat dimana semua orang penyandang penyakit mental yang ringan dapat melampiaskan tekanan pikiran dan membantu pemulihan serta mencegah penyakit mental. Kriteria desain yang dijabarkan bertujuan untuk menciptakan ruang-ruang yang dapat membantu pemulihan mental melalui rancangan arsitektur yang diimbangi dengan menggunakan elemen-elemen yang tepat.

Saran, pada tahap perancangan selanjutnya, dapat melakukan studi lebih lanjut mengenai kriteria desain arsitektur lainnya yang dapat berkontribusi dalam penyembuhan penyandang penyakit mental secara lebih spesifik. Dengan begitu, perancangan Fasilitas Kesehatan Mental dapat lebih berpengaruh dalam pemulihan secara detail.

REFERENSI

- Anna, L. (2019), Combating Mental Illness in Indonesia, Borgen Magazine, diunduh 10 Januari 2022, dari <https://www.borgenmagazine.com/combating-mental-illness-in-indonesia/>
- Anthony, V. (1976). The Third Typology, diunduh 10 Januari 2022, dari https://monoskop.org/images/5/50/Vidler_Anthony_1977_1998_The_Third_Typology.pdf
- Gatot, S. (2013). Keterkaitan Tipologi Dengan Fungsi Dan Bentuk, Studi Kasus Bangunan Masjid, BINUS, diunduh 10 Januari 2022, dari <https://media.neliti.com/media/publications/168030-ID-keterkaitan-tipologi-dengan-fungsi-dan-b.pdf>
- Robert, S.W (2003), Foundations of Sports and Exercise Psychology, 3rd Edition. Champaign, IL: Human Kinetics
- Taylor, S. (2015), Health Psychology, Mc Graw Hill Education.

