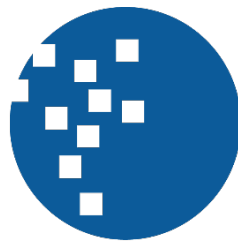


PERANCANGAN *CATTLEYA STRESS SHELTER* DENGAN KONSEP *ARCHITECTURE OF MINDFULNESS* DI JAKARTA

Laporan Tugas Akhir

Ditulis dengan syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Arsitektur (S.Ars.)



UMN
UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA

Nama : Manuel Hendru
NIM : 00000039873
Program Studi : Arsitektur
Fakultas : Seni dan Desain

**PROGRAM STUDI ARSITEKTUR FAKULTAS SENI DAN
DESAIN UNIVERSITAS MULTIMEDIA NUSANTARA
TANGERANG
2023**

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Dengan ini saya,

Nama : Manuel Hendru
Nomor Induk Mahasiswa : 00000039873
Program studi : Arsitektur
Fakultas : Seni dan Desain Universitas Multimedia Nusantara

Tugas Akhir dengan judul:

Perancangan *Cattleya Stress Shelter* dengan Konsep *Architecture of Mindfulness* di Jakarta merupakan hasil karya saya sendiri bukan plagiat dari karya ilmiah yang ditulis oleh orang lain, dan semua sumber, baik yang dikutip maupun dirujuk, telah saya nyatakan dengan benar serta dicantumkan di Daftar Pustaka.

Jika di kemudian hari terbukti ditemukan kecurangan/penyimpangan, baik dalam pelaksanaan skripsi maupun dalam penulisan laporan skripsi, saya bersedia menerima konsekuensi dinyatakan TIDAK LULUS untuk mata kuliah AR800 TUGAS AKHIR yang telah saya tempuh.

Tangerang, 16 Juni 2023



(Manuel Hendru)

HALAMAN PERSETUJUAN

Tugas Akhir dengan judul

Perancangan *Cattleya Stress Shelter* dengan Konsep *Architecture of Mindfulness* di

Jakarta

Oleh

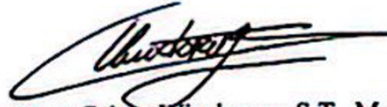
Nama : Manuel Hendru
NIM : 0000003983
Program Studi : Arsitektur
Fakultas : Seni dan Desain

Telah disetujui untuk diajukan pada

Sidang Ujian Tugas Akhir Universitas Multimedia Nusantara

Tangerang, 16 Juni 2023

Pembimbing



Theodorus Cahyo Wicaksono, S.T., M.Ars.
074885 / 0324059102

Ketua Arsitektur



Irma Desiyana, S.Ars., M.Arch.

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir dengan judul

Perancangan *Cattleya Stress Shelter* dengan Konsep *Architecture of Mindfulness* di

Jakarta

Oleh

Nama : Manuel Hendru
NIM : 00000039873
Program Studi : Arsitektur
Fakultas : Seni dan Desain

Telah diujikan pada hari Senin, 16 Juni 2023

Pukul 00.00 s.d 00.00 dan dinyatakan

LULUS

Dengan susunan penguji sebagai berikut.

Ketua Sidang



Rahmi Elsa Diana, S.T., M.T.
0304029302 / 074886

Penguji



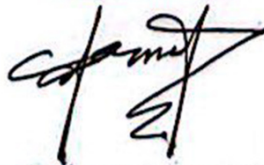
Suwito Kartono Citra, S.T., MAUD.
0314017705 / L00694

Pembimbing



Theodorus Cahyo Wicaksono, S.T., M.Ars.
074885 / 0324059102

Ketua Arsitektur



Irma Desiyana, S.Ars., M.Arch.

HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas academica Universitas Multimedia Nusantara, saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Manuel Hendru
NIM : 00000039873
Program Studi : Arsitektur
Fakultas : Seni dan Desain
Jenis Karya : Tugas Akhir

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Multimedia Nusantara Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul.

“Perancangan Cattleya *Stress Shelter* dengan Konsep *Architecture of Mindfulness* di Jakarta”

Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini, Universitas Multimedia Nusantara berhak menyimpan, mengalihmediakan/mengalihformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan Laporan Penelitian saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Tangerang, 16 Juni 2023

Yang menyatakan,



(Manuel Hendru)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena berkatnya penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik. Penulis mengangkat topik “Perancangan *Cattleya Stress Shelter* dengan Konsep *Architecture of Mindfulness* di Jakarta” sebagai judul skripsi ini dan laporan ini bertujuan untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan.

Ucapan terima kasih penulis ucapkan kepada pihak-pihak yang telah membantu dan selalu memberikan dukungan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan laporan seminar ini. Terimakasih kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa karena telah memberikan kesehatan sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan Seminar ini
2. Dr. Ninok Leksono, selaku Rektor Universitas Multimedia Nusantara
3. Ibu Irma Desiyana, S. Ars., M.Arch. Selaku Ketua Program Studi Arsitektur Universitas Multimedia Nusantara
3. Theodorus Cahyo Wicaksono, S.T., M.Ars., selaku dosen pembimbing Seminar dan Tugas Akhir
4. Suwito Kartono Citra, S.T., MAUD., selaku dosen penguji Seminar dan tugas Akhir
5. Mama, Papa, dan Cici yang memberikan dana, dukungan, dan doa.
6. Tyo, Winny, Halim, Gaby, Teh Al, Shalika, Devi, Jessica, Pandu, Putra, Kak Rico, Audy, Sofi, dan teman-teman arsitektur lainnya yang menjadi tempat berkeluh kesah, laporan nugas, memberi dukungan mental dan membantu penulis selama penyusunan laporan.
7. Dan pihak lainnya yang tidak bisa disebutkan.

Tangerang, 16 Juni 2023



(Manuel Hendru)

ABSTRAK

Masalah kesehatan mental merupakan isu yang terus berkembang di Indonesia. Sehubungan hal tersebut, kasus stres di Jakarta semakin meningkat setiap tahunnya. Adapun peran arsitektur dalam mendukung upaya pencegahan kenaikan tingkat stres di Jakarta, yakni menciptakan ruang ketiga sebagai tempat masyarakat melepas stres. Penulis melakukan penelitian dengan metode korelasi terlebih dahulu sebelum merancang demi memahami urgensi masalah stres yang terus berkembang di Jakarta dan kaitannya dengan peran arsitektur sebagai solusinya. Hasil penelitian tersebut menjadi landasan dasar dalam memahami isu-isu pada global secara mendalam dan menjadi dasar dalam menyusun pendekatan serta strategi desain perancangan. Perancangan berfokus pada menciptakan *stress shelter* sebagai naungan masyarakat dalam melepas stres di tengah padatnya Kota Jakarta. Perancangan menerapkan konsep *architecture of mindfulness* sebagai konsep utama dan didukung dengan pembagian program ruang berdasarkan *theory of five elements* yang membagi ruang berdasarkan tujuan dan pendekatan masing-masing. Hasil perancangan memberikan solusi terhadap permasalahan terkait tingginya tingkat stres masyarakat Jakarta yang terus berkembang. Dengan adanya perancangan *Cattleya Stress Shelter*, masyarakat Jakarta dapat lebih mudah menemukan ruang yang tepat dalam melepas stres.

Kata kunci: *Stress Shelter*, Ruang Ketiga, *Architecture of Mindfulness*, *Theory of Five Elements*.

ABSTRACT (English)

Mental health problems are a growing issue in Indonesia. In this regard, cases of stress in Jakarta are increasing every year. The role of architecture in supporting efforts to prevent increased stress levels in Jakarta is to create a third space as a place for people to relieve stress. The author conducted research using the correlation method first before designing in order to understand the urgency of the growing stress problem in Jakarta and its relation to the role of architecture as a solution. The results of this research become the basic foundation for understanding global issues in depth and become the basis for developing approaches and design strategies. The design focuses on creating a stress shelter as a shelter for the community in relieving stress in the midst of the dense city of Jakarta. The design applies the concept of architecture of mindfulness as the main concept and is supported by the distribution of space programs based on the theory of five elements which divide space based on each approach. The design results provide solutions to problems related to the high level of stress in Jakarta's society which continues to grow. With the design of the Cattleya Stress Shelter, the people of Jakarta can more easily find the right space to relieve stress.

Keywords: *Stress Shelter, Third Place, Architecture of Mindfulness, Theory of Five Elements.*

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT	2
HALAMAN PERSETUJUAN	3
HALAMAN PENGESAHAN	4
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	5
KATA PENGANTAR.....	6
ABSTRAK	7
ABSTRACT (English)	8
DAFTAR ISI	9
DAFTAR GAMBAR.....	13
DAFTAR TABEL	16
DAFTAR LAMPIRAN	17
BAB I PENDAHULUAN	18
1.1 Latar Belakang.....	18
1.2 Rumusan Masalah.....	28
1.3 Batasan Masalah	28
1.4 Tujuan Perancangan.....	29
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	30
2.1 Definisi dan Peran <i>Wellness</i> Terhadap Kehidupan Manusia	30
2.1.1 Definisi <i>Wellness</i>	30
2.1.2 Pemahaman Mengenai Perbedaan antara ‘ <i>Health</i> ’ dan ‘ <i>Wellness</i> ’	31
2.1.3 Dimensi - Dimensi <i>Wellness</i>	32
2.2 <i>Stress Shelter</i> sebagai Fungsi Turunan dari <i>Wellness Center</i>	34

2.2.1 Definisi <i>Stress</i>	35
2.2.2 Upaya dalam Mengatasi <i>Stress</i>	35
2.2.3 <i>Stress Shelter</i> sebagai Naungan Masyarakat Penderita <i>Stress</i>	36
2.2.4 <i>Stress Shelter</i> sebagai bentuk <i>Psychological Well-Being</i>	36
2.2.5 <i>Stress Shelter</i> sebagai <i>Third Place</i>	38
2.3 Kajian Teori yang berkaitan dengan Fungsi dan Konsep Perancangan.....	41
2.3.1 Konsep Teori Pengobatan Tradisional Timur Mengenai Manusia, Keseimbangan Hidup, dan Alam Semesta yang Berkaitan dengan Konsep <i>Architecture of Mindfulness</i>	41
2.3.2 Arsitektur sebagai <i>Mindful Body</i>	44
2.3.3 Hubungan Kenyamanan Ruang Terhadap Tingkat Stres Penggunanya yang Memengaruhi Perilaku Manusia Berdasarkan Teori Arsitektur Perilaku	50
2.3.4 Pentingnya Ruang Privasi (Berwujud ataupun Tidak Berwujud) sebagai Bentuk Kenyamanan Ruang Terhadap Tingkat Stres Manusia dalam Suatu Ruang Menurut Teori Proxemics	54
2.4 Kajian Studi Preseden tentang <i>Wellness Center</i> dan Penerapan <i>Theory of Five Elements</i> dengan Menggunakan Konsep <i>Mindfulness</i>	59
2.4.1 Studi Kasus Penggunaan <i>Theory of Five Elements</i> dengan Menerapkan Konsep <i>Mindfulness</i>	59
2.4.2 Studi Kasus <i>Wellness Architecture</i>	64
BAB III METODE PENELITIAN	69
3.1 Jenis Penelitian	69
3.2 Metode Pengumpulan dan Analisis Data.....	69
3.3 Metode Perancangan.....	72

BAB IV PERANCANGAN CATTLEYAA <i>STRESS SHELTER</i> SEBAGAI RUANG PELEPAS STRES DENGAN KONSEP <i>ARCHITECTURE OF MINDFULNESS</i> DI JAKARTA.....	74
4.1 Analisis Tapak dan Sekitarnya	74
4.1.1 Sejarah Pembentukan Lokasi Perancangan.....	75
4.1.2 Zona Lokasi Perancangan	76
4.1.3 Regulasi Tapak.....	77
4.1.4 Persebaran Fungsi Bangunan dan Aktivitas Subjek di Sekitar Tapak .	78
4.1.5 Data Pengembangan Ekonomi Bisnis Jakarta dan Kaitannya dengan Potensi Pengembangan Isu Kesehatan Mental Penduduk.....	80
4.1.6 Alur Sirkulasi Tapak dan Jenis-Jenis Kendaraan yang Melintasinya ..	83
4.1.7 Analisis Lingkungan Fisik Tapak	84
4.1.8 Analisis Aktivitas yang Berlangsung pada Tapak	89
4.1.9 Strategi Perancangan Berupa Respon Terhadap Kondisi Tapak Berdasarkan Analisis.....	90
4.1.10 Analisis SWOT	93
4.1.11 Argumentasi Pemilihan Tapak.....	95
4.2 Usulan Fungsi Berdasarkan Lokasi Perancangan dan Analisis Isu (Sekarang Hingga Masa Depan)	96
4.2.1 Skenario Mendatang Mengenai Pengembangan Kota Jakarta dan Kaitannya dengan Kebutuhan Perancangan Terhadap Masyarakat Kota	96
4.2.2 Usulan Fungsi, Konsep, dan Sub-Konsep Perancangan	97
4.3 Penyusunan Program Ruang Berdasarkan Konsep <i>Architecture of Mindfulness</i> dan Pendekatan <i>Theory of Five Elements</i>	101
4.3.1 Pembagian Peran Kelima Elemen Berdasarkan Kebutuhan Pengunjung	101

4.3.2 Program Ruang yang Ditawarkan pada Perancangan Berdasarkan <i>Theory of Five Elements</i>	102
4.4 Implementasi Desain Perancangan	105
4.4.1 Kerangka Alur Berpikir Perancangan	105
4.4.2 Penerapan Konsep <i>Mindfulness</i> pada Program Ruang Perancangan Berdasarkan <i>Theory of Five Elements</i>	107
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	134
KESIMPULAN DAN SARAN.....	134
5.1 Kesimpulan	134
5.2 Saran	136
DAFTAR PUSTAKA.....	137
LAMPIRAN	141

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Ilustrasi Topik Perancangan	18
Gambar 1. 2 Proses Psikologis Interaksi antara Manusia dan Lingkungan	19
Gambar 1. 3 Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kondisi Psikologi Manusia	20
Gambar 1. 4 Diagram Perhitungan Penyakit Global, Asia Tenggara, dan Indonesia.....	21
Gambar 1. 5 Kota dengan tingkat stres tertinggi dan terendah di dunia pada tahun 2021	22
Gambar 1. 6 Ilustrasi <i>Storyboard</i> Kasus Stres di Jakarta	23
Gambar 1. 7 Persentase Gangguan Kesehatan Mental yang Menyebabkan dan Diakibatkan dari stress	24
Gambar 1. 8 Gambar Peta Zonasi & Tata Ruang Kecamatan Grogol.....	26
Gambar 1. 9 Diagram Alasan Pemilihan Lokasi Penelitian	27
Gambar 1. 10 Diagram Batasan Perancangan	29
Gambar 2. 1 Ilustrasi The Five Element Theory	42
Gambar 2. 2 Pembagian Program Ruang Berdasarkan Teori.....	43
Gambar 2. 3 Skema Pengaruh Kenyamanan Ruang Terhadap Tingkat Stres dan Perilaku Pengguna	51
Gambar 2. 4 Foto Workstation terbuka di Kantor Pusat PT. Telkon Jln. JapatiPerilaku Pengguna	52
Gambar 2. 5 Skema Pola Pikir Arsitektur Membentuk Perilaku Manusia.....	52
Gambar 2. 6 Skema Pola Pikir Perilaku Manusia Membentuk ArsitekturPerilaku Pengguna	53
Gambar 2. 7 Skema Pola Pikir Perilaku Manusia Membentuk Arsitektur.....	53
Gambar 2. 8 Gambar Visualisasi Radius Jarak Berdasarkan Teori Proxemics....	56
Gambar 2. 9 Perspektif Serpentine Pavilion 2011.....	59
Gambar 2. 10 Perspektif Casa Delle Bottere.....	60
Gambar 2. 11 Perspektif Ingelheim Funeral Chapel	61
Gambar 2. 12 Perspektif Nitobe Garden Restoration.....	62
Gambar 2. 13 Perspektif House of Trees.....	63
Gambar 2. 14 Perspektif Proyek The Dialectics of Contemplation	64
Gambar 2. 15 Program Elemen yang Diterapkan Berdasarkan Five Element Theory.....	66
Gambar 2. 16 Diagram dan Render Perancangan	67
Gambar 3. 1 Diagram Kerangka Berpikir	71
Gambar 4. 1 Diagram Peta Lokasi Perancangan	74
Gambar 4. 2 Ilustrasi Sejarah Pembentukan Lokasi Perancangan	75
Gambar 4. 3 Diagram Analisis Zona Lokasi Perancangan.....	76

Gambar 4. 4 Data dan Analisis Regulasi Tapak.....	77
Gambar 4. 5 Analisis Persebaran Fungsi Bangunan dan Aktivitas Subjek di Sekitar Tapak.....	78
Gambar 4. 6 Data Pengembangan Ekonomi Bisnis Jakarta	80
Gambar 4. 7 Data Jumlah Penduduk, Sekolah, dan Universitas di Kecamatan Grogol Petamburan.....	81
Gambar 4. 8 Data Jumlah Penduduk, Sekolah, dan Universitas di Kecamatan Grogol Petamburan.....	82
Gambar 4. 9 Analisis Alur Sirkulasi Tapak dan Jenis-Jenis Kendaraan yang Melintasinya	83
Gambar 4. 10 Data Dokumentasi Eksisting Tapak	84
Gambar 4. 11 Data Jenis-Jenis Vegetasi pada Tapak.....	85
Gambar 4. 12 Analisis Kebisingan pada Tapak	86
Gambar 4. 13 Analisis Suhu dan Kelembaban pada Tapak	87
Gambar 4. 14 Analisis Aktivitas yang Berlangsung pada Tapak.....	89
Gambar 4. 15 Analisis Sirkulasi, Transportasi, dan <i>Nodes</i> pada Tapak.....	90
Gambar 4. 16 Analisis <i>View</i> , Drainase, dan Vegetasi pada Tapak.....	91
Gambar 4. 17 Analisis Kekuatan dan Keuntungan Lokasi Perancangan	93
Gambar 4. 18 Analisis SWOT	95
Gambar 4. 19 Argumentasi Pemilihan Tapak	95
Gambar 4. 20 Ilustrasi Skenario Mendatang Mengenai Pengembangan Kota Jakarta.....	96
Gambar 4. 21 Usulan Fungsi dan Konsep Perancangan.....	97
Gambar 4. 22 Usulan Sub-Konsep Perancangan.....	98
Gambar 4. 23 Perancangan <i>Stress Shelter</i> sebagai Turunan Fungsi <i>Wellness Center</i>	99
Gambar 4. 24 Target Pengguna Perancangan.....	100
Gambar 4. 25 Elemen-Elemen yang Diaplikasikan pada Teori Perancangan....	101
Gambar 4. 26 Program Ruang dan <i>Site Zoning</i> pada Perancangan.....	102
Gambar 4. 27 Kerangka Alur Berpikir Perancangan.....	105
Gambar 4. 28 Potongan Program Ruang Perancangan	107
Gambar 4. 29 Render Elemen <i>Fire: Plaza & Communal Reading Space</i>	108
Gambar 4. 30 Render Elemen <i>Wood: Monumental Area</i>	109
Gambar 4. 31 Render Elemen <i>Earth: Inner Rock Garden</i>	110
Gambar 4. 32 Render Elemen <i>Water: Counselling Room</i>	111
Gambar 4. 33 Render Elemen <i>Metal: Yoga & Meditation Area</i>	112
Gambar 4. 34 Render dan Diagram Elemen <i>Metal: Emotion Reliever Space</i>	113
Gambar 4. 35 Transformasi Massa Bangunan	114
Gambar 4. 36 <i>Site Plan</i> Perancangan	115
Gambar 4. 37 Sistem Struktur Perancangan.....	117
Gambar 4. 38 Data Isu Keberlanjutan di Indonesia	118
Gambar 4. 39 <i>Net Zero Energy System</i> dan Pendekatan Desain Sustainability Perancangan.....	119

Gambar 4. 40 <i>Green Rood Detail</i> yang Diterapkan pada Perancangan	120
Gambar 4. 41 Sistem Keberlanjutan yang Diterapkan pada Perancangan	121
Gambar 4. 42 Sistem Utilitas <i>Clean Water</i> Perancangan.....	122
Gambar 4. 43 Sistem utilitas <i>Grey Water</i> Perancangan	124
Gambar 4. 44 Sistem utilitas <i>Black Water</i> Perancangan	125
Gambar 4. 45 Sistem utilitas Pencahayaan dan Daya Listrik Perancangan	126
Gambar 4. 46 Sistem Utilitas Pengudaraan Perancangan	128
Gambar 4. 47 Spesifikasi Sistem Pengudaraan Perancangan.....	130
Gambar 4. 48 Sistem Utilitas Penanggulangan Kebakaran dan Penangkal Petir	131
Gambar 4. 49 Detail Penangkal Petir	133

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Tabel Visualisasi Klasifikasi Jarak Berdasarkan Teori Proxemics	55
Tabel 2. 2 Tabel Dimensi Sosial Manusia Berdasarkan Teori Proxemics	55
Tabel 2. 3 Tabel Kesimpulan Analisis Preseden	68
Tabel 3. 1 Tabel Metode Pengumpulan Data	70

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A: Form Bimbingan	144
Lampiran B: Pengecekan Plagiasi Turnitin.....	146
Lampiran C: Gambar Kerja	147