

FASILITAS TERAPI SENI UNTUK DEPRESI DI SURABAYA

Monica Andreas dan Altrerosje Asri
Program Studi Arsitektur, Universitas Kristen Petra
Jalan Siwalankerto 121-131, Surabaya
monicandreas98@gmail.com; altre@petra.ac.id



Gambar 1 Perspektif Lobby Massa Utama
Sumber : Andreas, 2020

ABSTRAK

Fasilitas Terapi Seni untuk Depresi di Surabaya merupakan fasilitas yang menampung aktivitas terapi seni yang merupakan alternatif penyembuhan bagi penderita depresi, terutama bagi anak muda berusia 15-29 tahun yang memiliki potensi terkena depresi akibat tekanan dari sekolah, gaya hidup, dll. Penyembuhan alternatif dilakukan dengan beraktivitas menggunakan seni untuk mengeluarkan emosi yang dimiliki, misal dalam menggambar, penderita diajak untuk menggambar hal yang pertama kali muncul dipikiran mereka, yang kemudian dapat menjadi bahan untuk dikonsultasikan dengan ahlinya. Hasil dari aktivitas seni ini bukan menjadi ajang untuk siapa yang lebih bagus, melainkan dapat dilakukan oleh semua orang, baik yang mampu maupun baru belajar. Fasilitas ini juga memberi rasa aman dan nyaman, melalui penggunaan material alam yang mampu memberi kesan lembut pada bangunan, pencahayaan matahari yang cerah pada ruangan. Kemasan yang dimiliki bangunan juga tidak seperti tempat rehabilitasi yang monoton, tetapi dengan sudut lengkung yang merupakan bentuk yang cocok dengan psikologi penderita depresi. Masalah utama pada bangunan ini adalah bagaimana desain fasilitas tidak seperti tempat rehabilitasi dan menampung aktivitas

penyembuhan alternatif, dengan kesan aman dan nyaman bagi penggunaannya. Berdasarkan kebutuhan untuk menjawab masalah utama, maka pendekatan arsitektur perilaku dan pendalaman karakter ruang digunakan dengan konsep *ForestArt* pada desain fasilitas ini.

Kata Kunci : Depresi, Terapi Seni, Kesehatan Mental, Arsitektur Perilaku, Karakter Ruang.

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Munculnya fenomena yang semakin marak terjadi di Indonesia tentang anak muda yang melakukan tindakan bunuh diri. Hal ini terjadi karena beberapa faktor, seperti tekanan dari sekolah, mengejar gaya hidup, dan lain-lain. Menurut kompasiana.com, masyarakat masih menganggap depresi adalah hal yang tabu, sehingga penderita merasa malu, merasa bukan orang yang sabar, tidak beriman, dan merasa memiliki pribadi yang lemah. Dalam berita tersebut, Dosen Fakultas Psikologi Universitas Semarang menulis,

“Risiko bunuh diri bukan perkara sepele yang dapat diabaikan begitu saja. Dilansir dari WHO, diseluruh dunia ada setidaknya 800.000 orang meninggal dunia karena bunuh diri setiap tahunnya. Artinya, tiap 40 detik ada 1 kematian yang diakibatkan oleh kasus bunuh diri (WHO, 2016)”

“Data dari International for Health Metrics and Evaluation menunjukkan tingkat kasus kematian karena bunuh diri di Indonesia pada rentang waktu 2015-2017 berjumlah 8,09 orang dalam 100.000 penduduk (IHME, 2019)”

Stigma masyarakat tentang depresi sangat mempengaruhi jumlah masyarakat yang tidak berobat, karena takut dicap ‘orang gila’. Jika hal ini tidak ditanggulangi dengan cepat, maka jumlah penderita depresi akan semakin meningkat, dan dapat berakhir kematian pada kasus paling parah. Kenyataannya, fasilitas untuk menangani rasa depresi ini juga belum ada, sehingga dibutuhkan fasilitas yang membantu untuk menyembuhkan depresi. (Kurniawan, 2019)

Depresi menurut WHO adalah gangguan mental yang biasanya ditandai dengan perasaan rendah diri, sulit tidur, kehilangan minat atau kesenangan, nafsu makan berkurang, kurangnya konsentrasi, perasaan sedih atau stress terus-menerus. Kondisi ini jika diteruskan dan tidak ditindaklanjuti akan mengganggu kemampuan individu dalam mengerjakan kegiatan sehari-hari, bahkan dapat menyebabkan bunuh diri, pada kasus yang paling parah. Berdasarkan Riset Kesehatan 2013, 140 dari 1000 remaja (usia 16-22 tahun, dimana pada range umur ini termasuk dalam range umur remaja menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia 2009) memiliki masalah kesehatan mental.

Menurut Penelitian yang dilakukan oleh Sahlgrenska Academy di Universitas Gothenburg, depresi dapat diatasi dengan terapi seni. *The American Art Therapy Association* menggambarkan terapi seni sebagai aktivitas penanganan kesehatan mental yang membantu meningkatkan

kesehatan lahir dan batin, dan menciptakan emosi yang sehat. Terapi seni dapat digunakan untuk semua umur. Aktivitas yang dapat dilakukan dalam terapi seni ini bermacam-macam, seperti menggambar, mewarnai, kolase, memahat, bermain musik, mendengarkan musik, menari, dan lain-lain. Melalui proses kreatif yang memakai ekspresi diri saat melakukan kegiatan seni ini, mampu membantu seseorang untuk menangani konflik dan masalah, mengatur perilaku, mengurangi stress, meningkatkan *self-esteem* dan *self-awareness*. Proses ini akan terbantu dengan adanya tenaga ahli profesional yang membantu dalam berkegiatan, dan dapat melakukan konseling melalui hasil dari aktivitas-aktivitas tersebut.

Dengan melihat fakta yang sedang terjadi ini, maka perancangan yang hendak diajukan adalah fasilitas terapi seni untuk depresi di Surabaya yang mampu menjadi wadah untuk mengekspresikan emosi anak muda agar dapat meminimalisir kecenderungan negatif penderita, memberikan rasa aman dengan memperhatikan perilaku dan psikologi manusia, memberi ruang untuk berkumpul serta mengemas fasilitas agar tidak terlihat seperti tempat rehabilitasi.

Rumusan Masalah

Masalah Utama:

Perancangan Fasilitas Terapi Seni untuk Depresi yang mampu membantu penderita depresi mengeluarkan emosi dengan desain bangunan yang mampu memberi kesan aman bagi pengguna, pencahayaan dan penghawaan yang baik, sehingga dapat menjadi alternatif tempat penyembuhan depresi.

Masalah Pendukung:

- Desain rehabilitasi pada umumnya menyebabkan muncul *labeling* ‘orang gila’, baik dari diri sendiri maupun orang lain. Desain fasilitas ini harus dikemas berbeda dari rehabilitasi yang sudah ada.
- Tidak mampunya anak muda untuk mengeluarkan emosi dan merasa tidak aman.

- Mendesain dengan memperhatikan psikologi manusia, baik melalui pencahayaan, penghawaan, warna dinding, perabot, dan lain-lain, agar anak muda dapat merasa aman, dan mampu mengeluarkan emosinya tanpa takut.
- Terapi Seni
Mampu mengaplikasikan fasilitas terapi seni kedalam fasilitas dengan memperhatikan psikologi manusia.

Tujuan Perancangan

Fasilitas terapi seni untuk depresi di Surabaya yang berbeda dari tempat rehabilitasi pada umumnya, sehingga penderita depresi tidak takut dicap ‘orang gila’ saat datang ke fasilitas ini dan dapat meminimalisir kecenderungan negatif dari penderita.

Data dan Lokasi Tapak

Lokasi Tapak:
Jalan Kendalsari, Rungkut, Surabaya
Tata Guna Lahan: Rehabilitasi

Batas Tapak

Utara : Kali Wonorejo
Timur : Perairan Kali Kecil
Selatan : Jalan Kendalsari
Barat : Jalan Baruk Utara 1

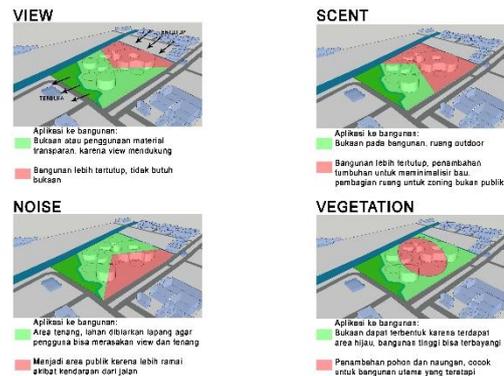
Peraturan

Luas Lahan : ±15.400 m²
KDB : max 50% (7.700 m²)
KLB : max 1,5 poin (23.100 m²)
KTB : max 65% (10.010 m²)
KDH : min 10% (1.540 m²)
GSB : 9,5 meter
H : max 15 meter
Basement : 1 lantai

Analisis Tapak

Analisis tapak berdasarkan *view*, *scent*, *noise*, dan *vegetation*. *View* akan digunakan agar pengguna dapat merasakan alam disekitarnya yang mampu membantu mendukung psikologi pengguna. *Scent* dan *noise* akan digunakan berdasarkan kebutuhan aktivitas, *scent* yang positif cocok dengan aktivitas *outdoor*, *noise* yang tenang mendukung aktivitas seperti meditasi, dengar musik, dan

lain-lain. Vegetasi akan mendukung psikologi pengguna.



Gambar 1.1. Analisis Tapak
Sumber : Andreas, 2020

Pengguna

Depresi ringan dan sedang dari usia 15-29 tahun, dengan beberapa ciri-ciri umum: hilang minat dan gairah hidup, malass bertemu orang, tidak ingin melakukan aktivitas (termasuk aktivitas yang disukai). Penderita cenderung menyendiri, tertarik untuk menggunakan benda tajam. Ruang yang cocok dengan pengguna yaitu ruang dengan suasana bebas tekanan, meminimalisir interior/perabot, berbentuk lengkung, memiliki warna hangat dan monokrom, material dari alam yang aman, penggunaan furnitur *build-in*, dan pencahayaan *bright*.

Terapi Seni

Terapi seni menurut *American Art Therapy Association* adalah profesi dalam bidang kesehatan dan layanan yang bergerak dalam pembuatan seni, yang diterapkan melalui teori psikologis dan pengalaman manusia dalam psikoterapi. Aktivitas Terapi seni ini, dibagi berdasarkan kebutuhan tenang/ramai dan aktif/pasif, dalam pembagian massa bangunan.

Tabel 1.1 Tabel Kebutuhan Panca Indra Terapi Seni
Sumber : Andreas, 2020

Kegiatan	Kebutuhan Panca Indra					Tenang/Ramai	Aktif/Pasif
	Sight/View	Touch	Hearing	Smell	Taste		
1 Meditasi (30-60 menit)	v	v	v	v	v	Tenang	Pasif
2 Yoga (60-90 menit)	v	v	v	x	x	Ramai	Aktif
3 Lukis (120 menit)	v	v	x	x	x	Tenang	Pasif
4 Warna (120 menit)	v	v	x	x	x	Tenang	Aktif
5 Pahat (Selaras)	v	v	x	x	x	Ramai	Aktif
6 Kolase (120 menit)	x	x	x	x	x	Tenang	Pasif
7 Dance (120-180 menit)	x	x	v	x	x	Ramai	Aktif
8 Dengar Musik (60 menit)	v	v	v	v	v	Tenang	Pasif
9 Main Musik (120 menit)	x	x	v	x	x	Ramai	Pasif

	Aktif	Pasif
Tenang	Warna	Meditasi, Lukis, Kolase, Dengar Musik
Ramai	Yoga, Pahat, Dance	Main Musik

DESAIN BANGUNAN

Konsep *ForestArt* muncul berdasarkan pengguna, konteks lingkungan dan aktivitas yang ditampung (terapi seni). Forest memiliki sifat *nurture* (mengayomi, merawat, dan lembut), hal ini akan muncul melalui bentuk dasar bangunan.

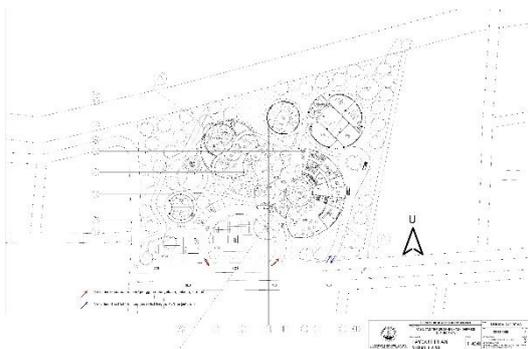


Gambar 2.1 Konsep Desain dan Transformasi Bentuk
Sumber : Andreas, 2020

Bentuk dasar bangunan lingkaran, memiliki ekspresi melindungi, dengan bentuk lengkung yang meminimalisir sudut pada ruangan.

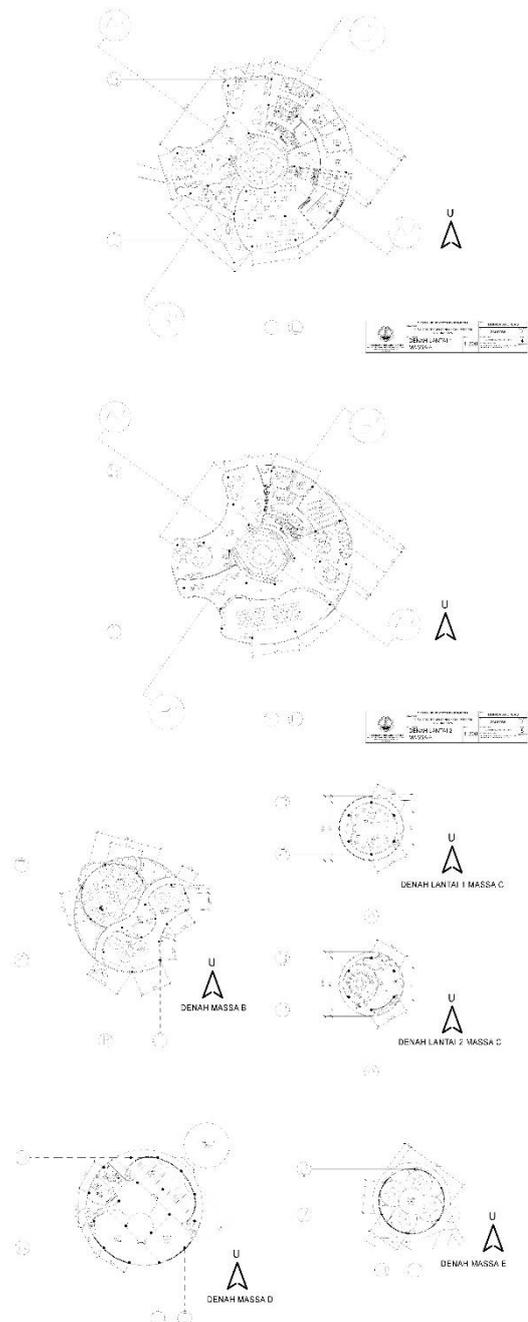


Gambar 2.2 Site Plan
Sumber : Andreas, 2020



Gambar 2.3 Layout Plan
Sumber : Andreas, 2020

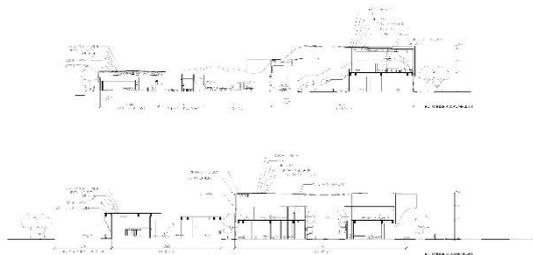
Sirkulasi kendaraan masuk menuju *drop-off* area, kemudian area parkir dan keluar. Pintu masuk kendaraan jauh dari pertigaan jalan kendalsari, untuk menghindari kepadatan kendaraan yang melalui jalan tersebut. Terdapat sirkulasi utilitas yang terpisah dari sirkulasi pengguna. Sirkulasi utilitas ini digunakan untuk pegawai PLN, *loading in-out* dapur untuk kantin, jalur untuk pembuangan sampah, dan untuk hal yang *urgent*.



Gambar 2.4 Denah-Denah tiap Massa
Sumber : Andreas, 2020



Gambar 2.5 Tampak Kompleks 4 Sisi
Sumber : Andreas, 2020



Gambar 2.6 Potongan Kompleks A-A dan B-B
Sumber : Andreas, 2020

Pendekatan Bangunan

Pendekatan Perilaku dengan memperhatikan kebutuhan pengguna. Teori yang diambil adalah Teori Ruang Personal, Zona Jarak Komunikasi dan Privasi dalam Arsitektur. Teori Ruang Personal (*Hall, The Hidden Dimension, 1966*):

- Jarak Intim (0 – 40 cm)
- Jarak Personal (40 – 120 cm)
- Jarak Sosial (120 – 360 cm)
- Jarak Publik (360 - >750 cm)

Dari teori itu menghasilkan jarak antar pengguna dan perabot yang memungkinkan pengguna untuk dapat berkomunikasi namun masih merasakan ruang personal yang dimiliki, sehingga pengguna mampu diajak untuk berkomunikasi dengan orang, untuk menghindari kecenderungan untuk menyendiri.

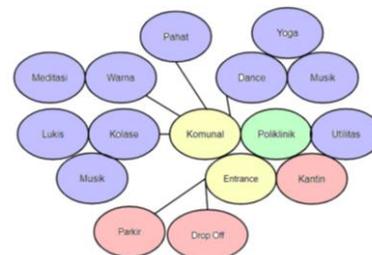


Gambar 2.7 Hasil Teori Ruang Personal
Sumber : Andreas, 2020

Teori Privasi dalam Arsitektur: (Laurens, 2004)

- Penataan Ruang Publik
- Penataan Ruang Semipublik
- Penataan Ruang Semiprivat
- Penataan Ruang Privat

Teori ini menghasilkan hubungan antar ruang dan zoning bangunan yang didukung oleh tabel kegiatan yang membantu mengelompokkan aktivitas terapi seni.



Gambar 2.8 Hasil Teori Privasi dalam Arsitektur
Sumber : Andreas, 2020

Pendalaman Bangunan

Pendalaman karakter ruang, terutama pada ruang utama yaitu ruangan *workshop* setiap terapi seni dengan menggunakan teori psikologi warna.

Dalam buku *Color in Interior Design by John Pile*, mengatakan bahwa penggunaan warna adalah fokus utama dalam desain karena setiap warna memiliki potensi yang dapat memberi efek negatif dan positif dalam kondisi psikologis yang akan mempengaruhi tubuh, pikiran, emosi dan keseimbangan seseorang.

Penggunaan warna pada ruangan memberi ekspresi secara psikologi berbeda-beda, jumlah perabot yang diminimalkan, dan kebutuhan panca indra setiap aktivitas dijawab menggunakan interior ruangan.



Ruang Lukis
Karakter ruang: Optimis
Psikologi Warna: Ungu

Warna ungu memberikan kesan optimis, berdaya guna, dan inovatif, menginspirasi rasa kepercayaannya.

Lantai: Lantai dengan balok beton, karena dapat menyuguhkan kesan alam yang indah, sebagai latar belakang yang menarik, serta dapat menambah kesan kehangatan dan kenyamanan.

Partisi: Seperti pada ruang ini, partisi dari kayu dan kaca adalah pilihan yang tepat, karena dapat menambah kesan kehangatan dan kenyamanan, serta dapat menambah kesan kehangatan dan kenyamanan.

Tangga: Tangga pada ruang ini, sebaiknya lantai kayu yang dapat menambah kesan kehangatan dan kenyamanan.

Jendela: Jendela yang ada pada ruang ini, sebaiknya lantai kayu yang dapat menambah kesan kehangatan dan kenyamanan.

RUANG	SEKSI	RUANG	SEKSI	RUANG	SEKSI
LUKIS	✓	✓	✓	✓	✓

Pendalaman Karakter Ruang
Ruang Warna
Karakter ruang: Persepsi Diri
Psikologi Warna: Ungu

Warna ungu memberikan kesan optimis, berdaya guna, dan inovatif, menginspirasi rasa kepercayaannya.

Lantai: Lantai dengan balok beton, karena dapat menyuguhkan kesan alam yang indah, sebagai latar belakang yang menarik, serta dapat menambah kesan kehangatan dan kenyamanan.

Partisi: Seperti pada ruang ini, partisi dari kayu dan kaca adalah pilihan yang tepat, karena dapat menambah kesan kehangatan dan kenyamanan.

Tangga: Tangga pada ruang ini, sebaiknya lantai kayu yang dapat menambah kesan kehangatan dan kenyamanan.

Jendela: Jendela yang ada pada ruang ini, sebaiknya lantai kayu yang dapat menambah kesan kehangatan dan kenyamanan.

RUANG	SEKSI	RUANG	SEKSI	RUANG	SEKSI
WARNA	✓	✓	✓	✓	✓

Ruang Yoga
Karakter ruang: Damai
Psikologi Warna: Hijau

Warna hijau memberikan kesan optimis, berdaya guna, dan inovatif, menginspirasi rasa kepercayaannya.

Lantai: Lantai dengan balok beton, karena dapat menyuguhkan kesan alam yang indah, sebagai latar belakang yang menarik, serta dapat menambah kesan kehangatan dan kenyamanan.

Partisi: Seperti pada ruang ini, partisi dari kayu dan kaca adalah pilihan yang tepat, karena dapat menambah kesan kehangatan dan kenyamanan.

Tangga: Tangga pada ruang ini, sebaiknya lantai kayu yang dapat menambah kesan kehangatan dan kenyamanan.

Jendela: Jendela yang ada pada ruang ini, sebaiknya lantai kayu yang dapat menambah kesan kehangatan dan kenyamanan.

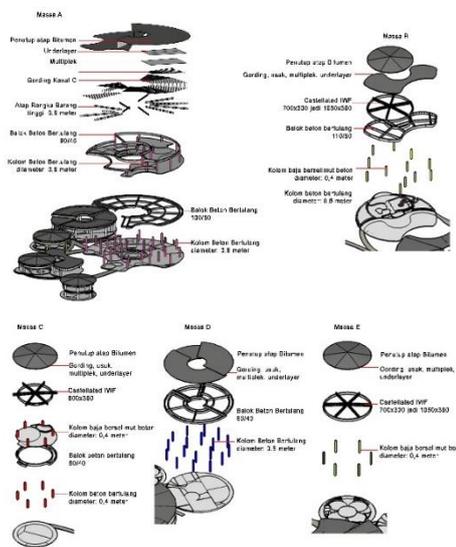
RUANG	SEKSI	RUANG	SEKSI	RUANG	SEKSI
YOGA	✓	✓	✓	✓	✓

Gambar 2.9 Pendalaman Karakter tiap Ruang
Workshop
Sumber : Andreas, 2020

Sistem Struktur Bangunan

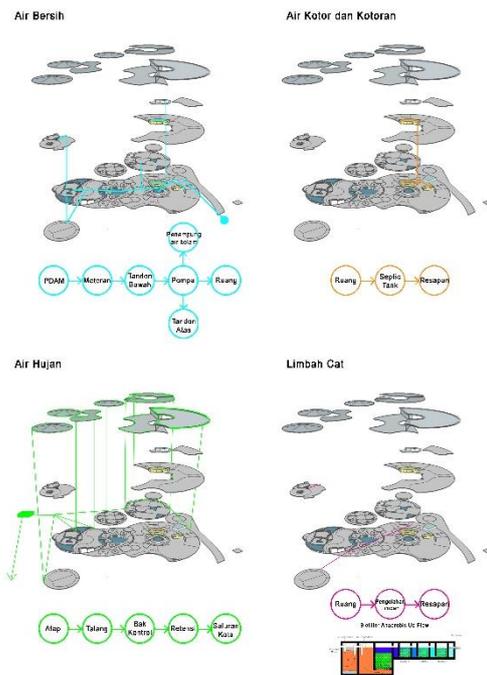
Struktur bangunan yang digunakan setiap massa berbeda, tergantung dari kebutuhan ruang dan bentang dari struktur tiap massa.

Massa A menggunakan struktur kolom-balok, dengan penutup atap Bitumen, kemiringan 2°. Kemiringan ini membutuhkan lapisan *underlayer* agar atap tidak bocor akibat hujan. Massa B, C, dan E menggunakan struktur atap *castellated IWF*, karena membutuhkan bentang lebar. Massa D dengan struktur kolom-beton dan penutup atap bitumen.



Gambar 2.10 Struktur Bangunan
Sumber : Andreas, 2020

Sistem Utilitas Bangunan



Gambar 2.11 Skema Utilitas
Sumber : Andreas, 2020

Utilitas limbah cat ada, karena adanya penggunaan cat dalam aktivitas terapi seni yang ditampung. Pengolahan limbah cat dengan menggunakan *Biofilter Anaerobic Up Flow* yang mengendapkan limbah yang ada dan di *filter* dengan *biofilter* yang air hasil pengolahan akan diarahkan ke sumur resapan.

KESIMPULAN

Fasilitas Terapi Seni untuk Depresi di Surabaya merupakan wadah untuk alternatif penyembuhan bagi orang depresi, terutama anak muda yang menampung aktivitas berbau seni yang juga merupakan media untuk membantu penyembuhan orang depresi. Aktivitas terapi seni seperti melukis, mewarnai, menari, bermain musik, yoga, mewarnai, kolase, dan mendengarkan musik merupakan aktivitas yang berada didalamnya yang diperdalam dengan pengelompokan aktivitas berdasarkan tenang/ramai dan aktif/pasif dalam pembagian tatanan massa, zoning dan ruangnya.

Pendekatan perilaku, dengan teori Ruang Personal dan Privasi dalam Arsitektur dipakai untuk mengetahui perilaku dari pengguna, sehingga desain yang dihasilkan sesuai dengan kebutuhan pengguna. Desain menggunakan pendekatan ini menghasilkan penggunaan bentuk dasar lingkaran karena secara psikologi memberi ekspresi melindungi dan meminimalisir adanya sudut pada suatu ruangan agar pengguna merasa lebih aman. Pendekatan tersebut menjadi dasar bagi perancangan *Ruang komunal yang memberikan privasi sekaligus kesempatan bagi pengguna untuk berkomunikasi satu dan yang lain*. Pendalaman Karakter Ruang, dengan teori Psikologi Warna pada setiap ruangnya, dengan warna yang berbeda, tergantung dari karakter ruang yang ingin dibangun. Taman pada fasilitas ini mendukung membantu mendukung psikologi pengguna. Konsep ForestArt yang diambil berdasarkan perilaku pengguna yang membutuhkan kesan aman dalam ruangan, konteks lingkungan yang ingin menghadirkan

kesan forest yang ada pada kebun bibit ke tapak ini, dan kegiatan yang ditampung, sehingga terwujud desain ini.

Harapan dari adanya Tugas Akhir ini agar karya ini bisa berdampak bagi masyarakat baik berdasarkan fungsi dari bangunannya maupun ide desain yang muncul.

DAFTAR PUSTAKA

- Andreas, M. (2020). Laporan Tugas Akhir Desain Fasilitas Terapi Seni untuk Depresi di Surabaya. Penerbit: Universitas Kristen Petra.
- Kurniawan, Y. (2019). *Risiko Bunuh Diri dan Stigma yang Menghantui Kita*. Kompasiana. Retrieved from <https://www.kompasiana.com/yudikurniawan/5d9ec4a3097f3616d20e6162/risiko-bunuh-diri-dan-stigma-yang-menghantui-kita>
- Laurens, M. J. (2004). *Arsitektur dan Perilaku Manusia*. Jakarta: Grasindo.
- Nursakina, Y. (2018). *Depresi, Realita yang (Masih) Tabu*. Kompasiana. Retrieved from <https://www.kompasiana.com/ailisoy/5a870f92cbe5237c874d57e2/depresi-realita-yang-tabu?page=all>
- Rizkiani, L. A. (2014). *Perancangan Fasilitas Rehabilitasi Mental untuk Penderita Depresi*. Jurnal Tingkat Sarjana bidang Senirupa dan Desain.
- Tim Penerbit Peta Rencana Detail Tata Ruang Surabaya. (2018). Retrieved from <http://petaperuntukan.cktr.web.id>
- Wolfard, A. (2020). *Fungsi dan Pengaruh Warna Terhadap Suasana Hati*. Retrieved from <https://interiordesign.id/psikologi-warna/>