

Fasilitas Terapi Tari di Surabaya

Christine dan Rully Damayanti S.T., M.Art., Ph.D.
 Program Studi Arsitektur, Universitas Kristen Petra
 Jl. Siwalankerto 121-131, Surabaya
 b12190043@john.petra.ac.id; rully@petra.ac.id



Gambar 1.1 Perspektif Eksterior Fasilitas Terapi Tari di Surabaya
 (Sumber : Dokumentasi Pribadi)

ABSTRAK

Perubahan zaman yang cepat dan tidak menentu dapat menimbulkan reaksi emosional yang berbeda-beda bagi setiap orang. Reaksi emosional negatif cenderung semakin meningkat seperti stres yang menimbulkan kecemasan bahkan depresi. Salah satu cara untuk mengurangi stres adalah melalui terapi tari (Dance Movement Therapy). Terapi ini adalah salah satu terapi seni kreatif yang termasuk seni, musik dan drama terapi. Pendekatan simbolik pada perancangan Fasilitas Terapi Tari di Surabaya ini melalui konsep Dinamis dan Kontinu. Desain spasial mampu menyatukan fungsi kegiatan terapi dan tari. Bentuk bangunan dan karakter ruang yang dinamis dapat mendorong pengguna untuk mengekspresikan diri melalui tari sehingga terlepas dari reaksi emosional yang negatif. Melalui pendalaman karakter ruang, desain menekankan pada ruang tari yang terdapat suasana terapinya menurut tingkat perkembangan pengguna dalam terapi tari.

Kata Kunci: terapi, tari, stres, Surabaya

1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Adanya perubahan zaman dan cara orang beradaptasi dengan hal tersebut menimbulkan reaksi emosional yang berbeda-beda bagi setiap orang. Reaksi emosional negatif cenderung semakin meningkat seperti Stres yang menimbulkan Kecemasan dan depresi. Hal ini dapat dilihat pada tahun 2020, tingkat stres di Indonesia menjadi 73% (Ginanjari, 2021). Berdasarkan penelitian Siti Wahyuningsih dengan 47 responden dari masyarakat Surabaya terdiri dari 17,8% mengalami stres tinggi, 68,9% stres sedang dan 13,3% diklasifikasikan sebagai stres rendah (Hermawan, 2021). Stres memiliki dampak negatif bagi individu yaitu stres negatif terlihat dari individu merasa khawatir berlebihan, tidak merasa senang, kinerja menurun, bahkan sulit mengatasi masalah yang dialami. Hal ini biasanya disebabkan oleh kematian salah satu anggota keluarga, mengalami sakit, menganggur, tuntutan kerja yang berlebihan, ketidaknyamanan kerja, konflik interpersonal dan intrapersonal, bahkan masalah keluarga lainnya (Eredoro & Egbochuku, 2019). Faktor-faktor lain yang

menimbulkan stres antara lain adalah sosial ekonomi, lingkungan, budaya dan atribut psikologis. Selain itu juga disebabkan oleh beberapa faktor lain seperti pekerjaan masalah, ujian, masalah keluarga, penyakit, dan perceraian (Musradinur, 2016). Dapat disimpulkan bahwa kondisi stres dapat dialami ketika kenyataan tidak sesuai kondisi yang diharapkan di kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hal tersebut maka perlu adanya cara untuk mengurangi tingkat stres. Salah satu cara untuk mengurangi stres adalah dengan *Dance Movement Therapy (DMT)*, karena terapi ini dapat memecahkan masalah bagi individu yang mengalami tingkat stres yang tinggi. *DMT* awalnya dikembangkan pada tahun 1940-an dan 1950-an, di Amerika Serikat oleh perintis terkenal termasuk Marian Chace (Levy, 1992). Chace adalah seorang penari Amerika yang mengembangkan metode tari terapi yang masih digunakan secara luas hingga saat ini. Tarian terapi ini dapat membantu individu untuk mengatasi perasaan yang sulit diterima atau disampaikan (Pinniger, 2012). Terapi tari (*Dance Movement Therapy*) adalah salah satu terapi seni kreatif yang termasuk seni, musik dan drama terapi. *DMT* menggunakan gerakan dan tarian untuk tujuan psikoterapi dengan memanfaatkan aspek ekspresi gerak tubuh, kreativitas dalam menari dan wawasan psikoterapi. Media ini dapat meningkatkan integrasi fisiologi dan psikologi (Kiepe, 2012).

Maka dari itu dibuatnya Fasilitas Terapi Tari di Surabaya ini dapat membantu menurunkan tingkat stres bagi orang-orang yang mengalami stress pada kehidupan sehari-harinya dengan cara melakukan tari yang bertujuan untuk terapi. Kegiatan yang akan dilakukan adalah pembelajaran gerak tubuh kita dengan cara fokus pada Gerakan orang yang kita ikuti, fokus pada pernafasan pada tubuh kita, fokus dengan cara kita menggerakkan tubuh, saling berinteraksi dengan satu sama lain dan berkonsultasi. Dari kegiatan-kegiatan yang dilakukan maka akan dibutuhkan tempat atau ruang untuk melakukan hal tersebut dan program-program yang akan dijalankan.

1.2 Tujuan Perancangan

Merancang tempat *healing* untuk memfasilitasi orang yang memiliki masalah pada kesehatan rohani dengan cara mengekspresikan diri melalui terapi tari. Menampung asosiasi *dance movement therapy* agar terapi tari ini lebih berkembang di Surabaya.

1.3 Manfaat Perancangan

Manfaat dari Fasilitas Terapi Tari ini dibagi menjadi 2 yaitu masyarakat umum dan asosiasi *dance movement therapy*:

1. Bagi masyarakat umum dengan rentang usia 15 sampai 50 tahun
 - Menurunkan tingkat stres yang dialami pada kehidupan sehari-hari yang dapat berdampak pada kesehatan rohani.
 - Meningkatkan kepercayaan diri dengan cara mengekspresikan diri lewat tari.
2. Bagi asosiasi *dance movement therapy*
 - Mempunyai tempat pusat untuk berkegiatan terapi tari sepenuhnya.
 - Dapat mengembangkan asosiasi dan kegiatan terapi tari di Surabaya.

1.4 Rumusan masalah

1.4.1 Masalah Utama

Menyediakan tempat terapi tari untuk melepas stres dengan cara mendorong pengguna mengekspresikan diri.

1.4.2 Masalah Khusus

Mendesain fasilitas terapi tari dengan karakter ruang yang berbeda dari studio tari biasa dan dapat menyesuaikan dengan penggabungan suasana kegiatan terapi.

1.5 Data dan Lokasi Tapak



Gambar 1.2 Lokasi Tapak
(Sumber : Google Maps)

Lokasi tapak terletak di Jl. Pradah Indah I dengan luas sekitar 8.720 m². Terletak di daerah perkantoran dan sekolah yang merupakan target pengguna di Surabaya Barat.



Gambar 1.3 Gambar *existing* tapak
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Data Tapak :

- Nama Jalan : Jl. Pradah Indah I, Pradah Kali Kendal, Kec. Dukuh Pakis, Kota SBY, Jawa Timur
- Luas : 8.720 m²
- Tata guna lahan : Zona Perdagangan dan Jasa (K)
- KDB : maks. 50%
- KLB : maks. 3,5 poin
- KTB : maks. 65%
- KDH : min. 10%
- GSB : 4 meter (utara), 5,5 meter (barat dan selatan), 1,2 meter (timur)
- Tinggi bangunan : maks. 20 meter
- Jumlah lantai basement : maks. 1 lantai
(Sumber : RDTR Surabaya)

2. DESAIN BANGUNAN

2.1 Program dan Luas Ruang

Fasilitas Terapi Tari dibagi menjadi 5 area fasilitas, yaitu :

- Fasilitas Utama
 - Kelas Terapi yang terdiri dari studio terapi tari, ruang konsultasi, toilet, ruang mandi, ruang ganti, ruang locker, dan ruang medis.
 - Area Pertunjukkan yang terdiri dari aula serbaguna, panggung pertunjukkan, gudang, ruang ganti, dan toilet.

- Area Istirahat yang terdiri dari kafe, ruang bersantai dan ruang komunal.
- Area Hiburan yang terdiri dari gym, ruang hiburan, retail, dan gudang.
- Fasilitas Pendukung yang terdiri dari area makan, dapur, gudang, ruang kulkas, dan toilet.
- Fasilitas Penerima yang terdiri dari resepsionis, lobby, dan ruang tunggu.
- Fasilitas Staf yang terdiri dari ruang terapis, ruang konferensi, ruang makan staf, ruang staf, ruang keamanan, ruang inap terapis, kantor dan toilet.
- Fasilitas Servis yang terdiri dari ruang janitor, loading area, ruang trafo, ruang genset, ruang kontrol, ruang PLN, ruang pompa, ruang MDP, dan ruang SDP.

Total luasan dari fasilitas ini adalah sebagai berikut :

NO.	AKUMULASI	Luas Ruang
1	Fasilitas Utama	4.158,4 m ²
2	Fasilitas Pendukung	682,5 m ²
3	Fasilitas Penerima	318,8 m ²
4	Fasilitas Staf	579,2 m ²
5	Fasilitas Servis	374,3 m ²
	TOTAL	6.113,2 m²

Tabel 2.1 Tabulasi akumulasi luasan
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

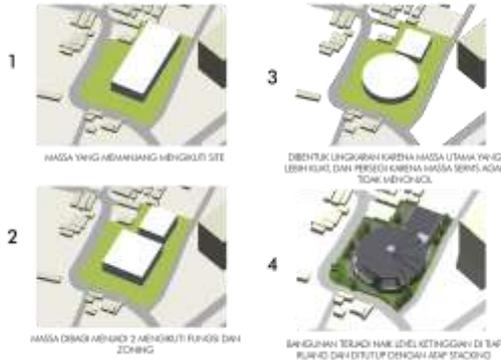
2.2 Analisis Tapak dan Zoning



Gambar 2.1 Zoning tapak

(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Tapak yang berada pada *hook* jalan sehingga 2 sisi tapak menjadi potensi keluar masuk pengguna sehingga diletakkan fasilitas penerima di sisi selatan. Peletakkan area staf dan servis diletakkan di satu area yaitu sisi utara agar memudahkan staf dan zoningnya jelas antar pengguna dan staf.



Gambar 2.2 Transformasi bentuk
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Transformasi bentuk fokus pada pembagian zoning pengguna dan staf. Massa bangunan pengguna dibuat lingkaran sesuai dengan konsep sirkulasi membentuk bangunan dan massa staf kotak agar tidak terasa lebih kuat dari fasilitas utamanya.

2.3 Pendekatan Perancangan

Berdasarkan masalah desain, pendekatan yang digunakan adalah pendekatan simbolik. Implementasi pendekatan ini berupa bentuk bangunan yang menyimbolkan ritme dan fungsi-fungsi ruang yang bertahap mengikuti ritme sehingga memberikan karakter ruang yang berbeda.

2.4 Perancangan Tapak dan Bangunan



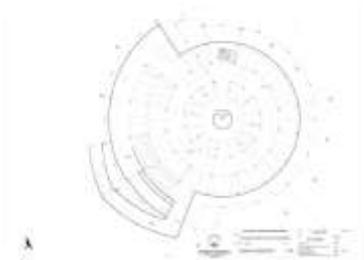
Gambar 2.3 Site Plan
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Bentuk bangunan yang menyimbolkan ritme progresif dengan menata ruang bangunan seakan - akan di *explode* agar terkesan dinamis.



Gambar 2.4 Layout Plan
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Ingin menunjukkan sirkulasi yang membentuk bangunan sehingga hampir seluruh sirkulasi pengguna pada bangunan ini menggunakan *ramp*.



Gambar 2.5 Denah Basement
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)



Gambar 2.6 Denah Lantai 2
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)



Gambar 2.7 Denah Lantai 3
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Pada denah lantai 1 (*Layout Plan*) terdapat ruang-ruang yang bersifat lebih umum dan mudah diakses oleh orang luar.

Area pertunjukkan yang dapat dilihat di lantai 1 untuk menarik perhatian pengguna untuk ingin tampil di area pertunjukkan juga.

Pada denah lantai 2 dan 3, ruang-ruangnya bersifat lebih privat sehingga diletakkan di atas karena lebih sedikit dilalui pengguna. Dibedakan sirkulasi pengguna antara staf dengan peletakkan ruang di massa yang berbeda.



Gambar 2.8 Tampak Selatan dan Utara
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

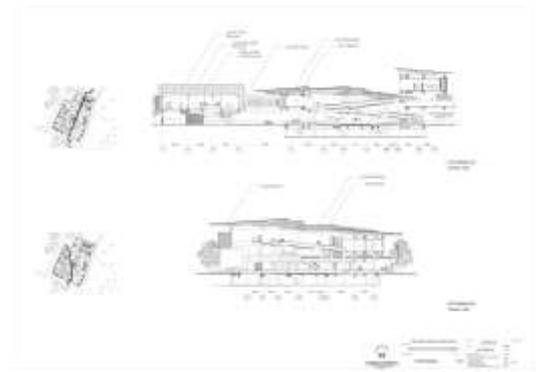


Gambar 2.9 Tampak Barat dan Timur
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)



Gambar 2.10 Potongan Tapak A-A dan B-B

(Sumber : Dokumentasi Pribadi)



Gambar 2.11 Potongan C-C dan D-D
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

2.5 Penerapan Simbolik

Bangunan menyimbolkan ritme pada gerak tubuh manusia. Ritme yang berproses sama seperti tujuan fasilitas terapi tari yang berproses agar pengguna semakin percaya diri dan dapat mengekspresikan diri. Pada bentuk massa bangunan utama dibuat semakin naik level ketinggian tiap ruang-ruangnya. *Progressive Rhythm* yang dimaksud adalah berproses dengan terapi tari *step by step*. Terdapat klasifikasi 4 ruang dominan yang menyimbolkan *progressive rhythm*.



Gambar 2.12 Klasifikasi Studio Terapi Tari
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)



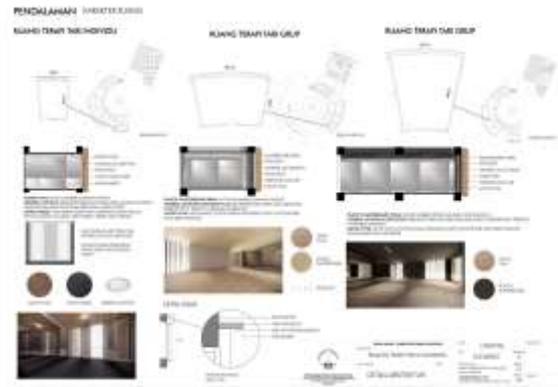
Gambar 2.13 Atap *Stacking*
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Atap Stacking yang di tata semakin naik ke atas mengikuti ruang-ruang yang naik ke atas. Mengikuti *progressive rhythm* yang semakin naik keatas dan bertumpu pada

shearwall yang berada di tengah bangunan sebagai *core*.

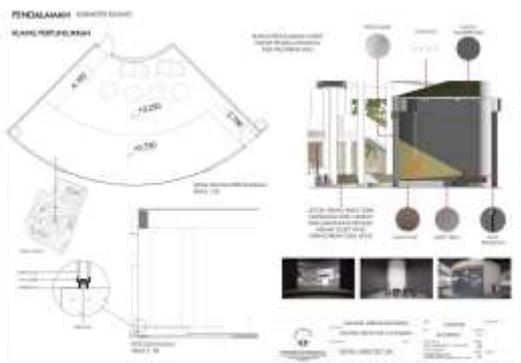
3. PENDALAMAN DESAIN

Pendalaman yang dipilih adalah pendalaman karakter ruang. Merancang ruang yang memiliki suasana yang berbeda-beda sesuai fungsinya agar pengguna dapat merasakan sesuai tingkat terapi tarinya.



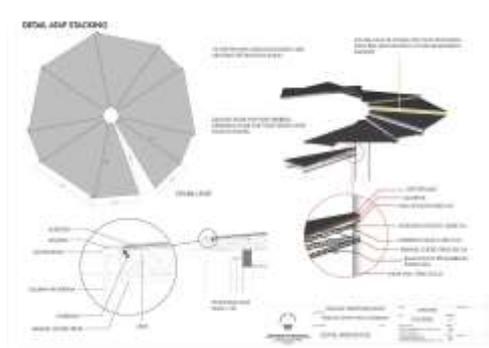
Gambar 3.1 Detail Ruang Terapi Tari (Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Dibedakan menjadi 3 ruang terapi tari, Ruang terapi tari individu. Ruang terapi tari grup, dan Raung terapi tari komunitas. Diberikan karakter ruang yang berbeda sesuai karakter pengguna masing-masing.



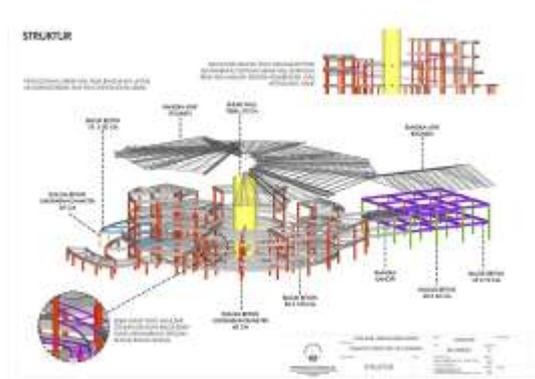
Gambar 3.2 Detail Area Pertunjukan (Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Pada area pertunjukan diberikan suasana ruang yang terbuka dan dapat dilihat oleh orang luar, namun hanya terlihat dari siluet yang ditunjukkan oleh kaca melalui pancaran sinar dari *projector light*. Orang yang dapat menonton secara langsung adalah keluarga atau orang terdekat yang diundang.



Gambar 3.3 Detail Atap Stacking (Sumber : Dokumentasi Pribadi)

4. SISTEM STRUKTUR

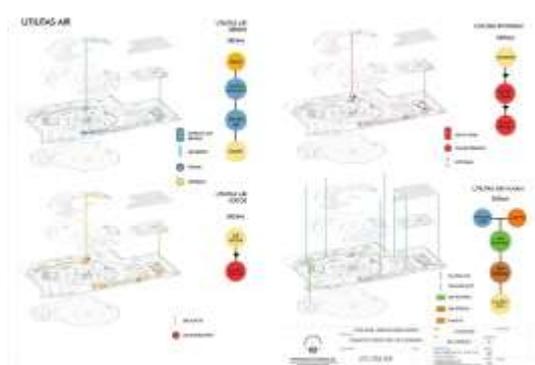


Gambar 4.1 Sistem struktur dan modul struktur (Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Struktur yang digunakan pada fasilitas ini merupakan struktur kolom beton lingkaran, dengan *grid radial* dan balok beton yang menyesuaikan *grid* tersebut. Terdapat *Core* di tengah bangunan sebagai tumpuan beban atap *stacking* yang memusat di tengah. Ketebalan *core* 20 cm karena tidak memikul beban utama bangunan.

5. SISTEM UTILITAS

5.1 Sistem Utilitas Air

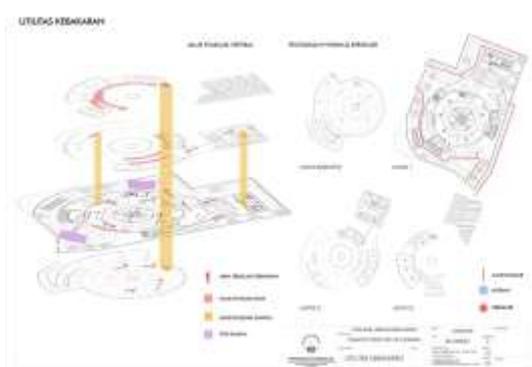


Gambar 5.1 Sistem utilitas air

(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Sistem utilitas air bersih menggunakan sistem *upfeed* dengan satu buah tandon utama yang kemudian didistribusikan melalui pompa-pompa yang ada di bangunan. Terdapat 2 sumur resapan dan *septic tank* agar pipa tidak banyak terjadi belokan sehingga kotoran mengalir dengan lancar. Air hujan pada *basement* disediakan drainase *gutter* dan *sump pit* untuk mencegah banjir pada *basement*.

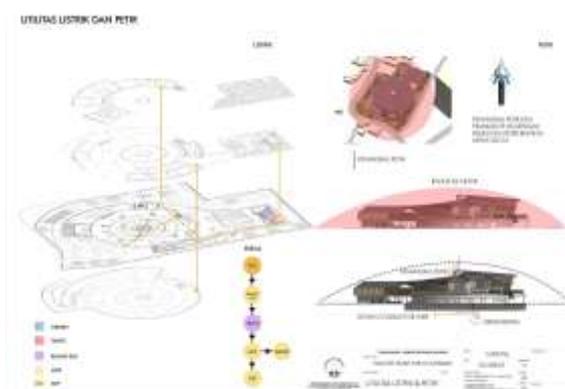
5.2 Sistem Utilitas Kebakaran dan Evakuasi



Gambar 5.2 Sistem utilitas kebakaran
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Sistem utilitas kebakaran yang disediakan berupa tangga evakuasi pada tiap massa dan lantai. Selain itu, dapat melakukan evakuasi melalui *ramp* 2 arah karena jalur sirkulasi pengguna menggunakan *ramp*. Terdapat dua titik kumpul evakuasi yaitu pada sisi selatan dan barat tapak. Disediakan jalur mobil damkar pada seluruh sisi site. Terdapat sistem pemadam kebakaran seperti *hydrant* dan *sprinkler* dalam bangunan.

5.3 Sistem Utilitas Listrik dan Petir



Gambar 5.3 Sistem utilitas listrik dan petir

(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Listrik dari PLN didistribusikan melalui trafo, genset, MDP, dan SDP yang tersebar di seluruh bangunan. Diberi penangkal petir *Evo Franklin EF-85* yang memiliki radius 85 meter dengan sistem *grounding*.

6. KESIMPULAN

Penerapan pendekatan simbolik pada perancangan Fasilitas Terapi Tari di Surabaya mampu menghasilkan desain yang menyatukan fungsi kegiatan terapi dan tari. Dengan pendekatan simbolik, bentuk bangunan dan karakter ruang didalam bangunan dapat mendorong pengguna untuk dapat mengekspresikan diri dan menambah kreatifitas dalam mengembangkan diri dan terlepas dari perubahan reaksi emosional. Meskipun fokus pada pendekatan simbolik, bangunan ini didesain cenderung mengikuti fungsi dan penggunaannya. Selain itu, sampai sekarang masih belum ada fasilitas serupa yang dibangun di Surabaya. Dengan demikian, diharapkan untuk kedepan proyek rancangan ini dapat menginspirasi orang lain yang ingin merancang fasilitas ini dengan menggunakan pendekatan yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Eredoro, C.O., & Egbochuku, O.O. (2019). Overview of Stress and Stress Management. *ARC Journal of Nursing and Healthcare*, 5(2), 12–18.
<https://doi.org/10.20431/2455-4324.0502002>
- Ginanjari, D. (2021). Akibat Pandemi, Tingkat Stres Masyarakat Indonesia Naik Jadi 75 Persen. Diunduh pada 2 Maret 2022
<https://www.jawapos.com/kesehatan/06/10/2021/akibat-pandemi-tingkat-stres-masyarakat-indonesia-naik-jadi-75-persen/>
- Hermawan, B. (22 Maret 2021). Pandemi, Extrovert Maupun Introvert Alami Tingkat Stress Sama. Diunduh pada 2 Maret 2022.
<https://rri.co.id/surabaya/1726-sorotan-kampus/1003443/pandemiextrov>

ert-maupun-introvert-alamitingkat-s
tress-sama

- Kiepe, M. S., Stöckigt, B., & Keil, T. (2012). Effects of dance therapy and ballroom dances on physical and mental illnesses: A systematic review. *Arts in Psychotherapy*, 39(5), 404–411. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2012.06.001>
- Levy F. Dance/movement therapy: a healing art. Reston, VA: American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance, 1992.
- Musradinur. (2016). Stres dan Cara Mengatasinya dalam Perspektif Psikologi. *Jurnal Edukasi*, 2(2), 183-200
- Pinniger, R., Brown, R. F., Thorsteinsson, E. B., & McKinley, P. (2012). Argentine tango dance compared to mindfulness meditation and a waiting-list control: A randomised trial for treating depression. *Complementary Therapies in Medicine*, 20(6), 377–384. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2012.07.003>