

PENERAPAN KONSEP WELLNESS ARCHITECTURE DALAM PERANCANGAN SENIOR LIVING

Handari Pramudiananta¹, Nurtati Soewarno²,

Program Studi Arsitektur, Fakultas Arsitektur dan Desain, Institut Teknologi Nasional Bandung

E-mail: pramudianantahandari@mhs.itenas.ac.id dan nurtati@itenas.ac.id

Abstrak

Perancangan Senior Living semakin menekankan kebutuhan akan lingkungan yang mendukung kesehatan dan kesejahteraan para penghuni lanjut usia. Perancangan ini mengeksplorasi penerapan tema Wellness Architecture dalam perancangan hunian untuk senior, dengan tujuan menciptakan lingkungan yang optimal untuk kesejahteraan fisik, mental, dan emosional.

Melalui integrasi prinsip-prinsip Wellness Architecture, seperti pencahayaan alami, sirkulasi udara, dan aksesibilitas, perancangan senior living ini berfokus pada menciptakan ruang yang menggugah kehidupan sehat. Penekanan diberikan pada desain area terbuka, yaitu taman dan fasilitas rekreasi, yang dirancang untuk memberikan suasana nyaman dan kesejahteraan bagi penghuni.

Desain bangunan menyesuaikan kebutuhan lansia dengan elemen ergonomis, warna yang menenangkan, dan fasilitas kesehatan yang mudah diakses. Menciptakan lingkungan yang mendukung kenyamanan ruang gerak, memotivasi lansia agar beraktivitas fisik, penggunaan material bangunan yang memberikan nuansa natural serta perencanaan fasilitas kesehatan yang aman dan mudah diakses oleh lansia. Hasil perancangan menunjukkan bahwa tema wellness architecture tidak hanya meningkatkan kenyamanan fisik, tetapi juga mempromosikan kehidupan sosial yang aktif dan rasa memiliki pada para penghuni senior living. Hasil perancangan ini memberikan wawasan berharga untuk perancang dan pengembang dalam merancang lingkungan hunian lanjut usia yang mendukung kesejahteraan dan kesehatan para penghuni.

Kata Kunci: area terbuka, kesejahteraan, kesehatan, senior living

Abstract

The design of Senior Living increasingly emphasizes the need for an environment that supports the health and well-being of elderly residents. This design explores the implementation of the Wellness Architecture theme in the planning of housing for seniors, with the aim of creating an optimal environment for physical, mental, and emotional well-being.

Through the integration of Wellness Architecture principles such as natural lighting, air circulation, and accessibility, this senior living design focuses on creating spaces that inspire a healthy lifestyle. Emphasis is placed on the design of open areas, including gardens and recreational facilities, designed to provide a comfortable and well-being atmosphere for residents.

The building design adjusts to the needs of the elderly with ergonomic elements, soothing colors, and easily accessible healthcare facilities. It creates an environment that supports comfortable mobility, motivates the elderly to engage in physical activities, utilizes building materials that provide a natural ambiance, and plans healthcare facilities that are safe and easily accessible for the elderly. The design results indicate that the wellness architecture theme not only enhances physical comfort but also promotes an active social life and a sense of belonging among senior living residents. The outcomes of this design provide valuable insights for designers and developers in creating environments for the elderly that support their well-being and health.

Keywords: open spaces, well-being, health, senior living

1. Pendahuluan

Era modern ini, kesadaran kesehatan dan kesejahteraan menjadi fokus utama dalam kehidupan sehari-hari. Gaya hidup yang seimbang dan lingkungan yang mendukung kesehatan telah menjadi prioritas bagi banyak orang. Dalam konteks ini, tema arsitektur *wellness* muncul sebagai pendekatan yang inovatif dan berdaya guna untuk menciptakan ruang-ruang yang tidak hanya estetis menarik, tetapi juga memberikan dampak positif terhadap kesejahteraan fisik dan mental penghuninya.

Wellness architecture merupakan konsep integrasi antara desain bangunan, tata letak ruang, dan penggunaan material yang mendukung kesehatan dan kenyamanan. Lebih dari sekadar menciptakan tempat tinggal atau tempat kerja, arsitektur *wellness* melibatkan perencanaan teliti untuk menciptakan lingkungan yang mendukung gaya hidup sehat. Pencahayaannya alami, sirkulasi udara optimal, koneksi ruang dalam dan ruang luar, penggunaan bahan ramah lingkungan dan keberlangsungan lingkungan sekitar adalah beberapa aspek penting yang diperhatikan dalam tema *wellness architecture*.

Tema ini juga mencakup elemen-elemen arsitektural yang mendukung kesehatan fisik dan mental seperti desain ruang terbuka, ruang hijau, dan pengaturan fungsional yang mempromosikan aktivitas fisik, rekreasi dan relaksasi. Selain itu, aspek psikologis juga menjadi perhatian, dengan menciptakan ruang yang menenangkan dan mendukung kesehatan mental. *Wellness architecture* bukan hanya tentang estetika visual, tetapi juga tentang menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan dan kesehatan.

Wellness architecture mencakup seluruh individu yang ada di sekitar lingkungan binaan. Ruang-ruang yang dirancang dengan prinsip kesehatan ini dapat menciptakan lingkungan yang memotivasi pengguna untuk mengadopsi gaya hidup sehat, meningkatkan produktivitas, dan menciptakan hubungan sosial yang positif.

Konteks artikel berikut akan membahas berbagai aspek *wellness architecture* mencakup konsep dasar hingga aplikasi dalam desain ruang, dengan demikian artikel ini diharapkan dapat membantu memahami bagaimana arsitektur menjadi media yang efektif dalam menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan dan mencapai gaya hidup sehat yang diinginkan.

2. Metode

Dalam penelitian kualitatif, tingkat kealamiahannya menjadi haluan utama, peneliti menceburkan diri dalam permasalahan dan kondisi yang terjadi pada konteks peneliti. Peneliti berada langsung di lapangan di berbagai sisi peristiwa yang terjadi saat proses pengamatan berlangsung. [1] Penelitian terhadap desain *senior living* berdasarkan metode penelitian kualitatif sehingga memfokuskan pada fenomena yang terjadi pada objek fenomena tersebut. Penelitian kualitatif bertujuan untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam mengenai masalah-masalah manusia dan sosial, bukan mendeskripsikan bagian permukaan dari sebuah realitas sebagaimana dilakukan penelitian kuantitatif, [2] Penelitian pada rancangan *senior living* menekankan pada elemen manusia, objek, serta lingkungan sekitar yang mendukung tema *wellness architecture*. Tahapan selanjutnya melakukan kompilasi data yang telah terkumpul sebagai acuan perencanaan agar tema dan objek rancangan terintegrasi.

2.1 Definisi Objek Studi

Penduduk Indonesia memiliki angka harapan hidup yang tergolong rendah dibanding negara-negara tetangga. Berdasarkan data PBB, pada 1960 median angka harapan hidup saat lahir di Indonesia adalah 46,45 tahun. Kemudian angkanya terus membaik, hingga pada 2022 mediannya mencapai 68,25 tahun. Meningkatnya angka harapan hidup dan banyaknya masyarakat berumur muda yang tidak memiliki waktu untuk merawat orang tuanya, adanya kondisi tertentu yang harus menjalani perawatan intensif atau terapi.

Senior living adalah sarana *hospitality* khusus senior yang menyajikan sarana hunian yang terintegrasi dengan layanan *wellness* termasuk *activity* dan *assisted living*. [3] Fasilitas yang tersedia tidak hanya pada kesehatan fisik tetapi juga kesehatan emosional dan mental lansia dengan bersosialisasi bersama penghuni *senior living* yang lain.

2.2 Definisi *Wellness Architecture*

Praktik arsitektur yang mengandalkan seni dan ilmu desain lingkungan binaan dengan sistem dan material bangunan yang mempromosikan keseimbangan antara kesejahteraan fisik, emosional, kognitif, dan mental sambil meregenerasi lingkungan alam. Kesehatan manusia, kesejahteraan, dan kenyamanan adalah pertimbangan desain utama yang melandasi *wellness architecture*. [4]

2.3 Data Proyek

Nama Proyek : *Elderly Healthcare Shelter*

Fungsi Proyek : Senior Living

Sifat Proyek : Fiktif

Luas lahan : 18.073,18 m²

Lokasi : Jl. Karmel 1 Batu Reog No.56, Jayagiri, Kec. Lembang, Kabupaten Bandung Barat, Jawa Barat 40391



Gambar 1. Site Lokasi
Sumber : Google earth pro

2.3 Data regulasi Tapak

KDB : 40 %

GSB : 5m

KDH : 9.360 m²

KLB : 7.229.272 m²

2.4 Elaborasi Tema

Kesehatan sebagai suatu kondisi fisik, mental dan sosial yang sejahtera secara utuh, dan tidak hanya bebas dari penyakit atau kelemahan/ disabilitas.[5] Kesehatan mental yang baik untuk individu merupakan kondisi dimana individu terbebas dari segala jenis gangguan jiwa, dan kondisi dimana individu dapat berfungsi secara normal dalam menjalankan hidupnya khususnya dalam menyesuaikan diri untuk menghadapi masalah-masalah yang mungkin ditemui sepanjang hidupnya. [6]

Fokus utama penelitian adalah menciptakan lingkungan yang sehat aman dan nyaman bagi lansia. Seorang individu akan terkategori sebagai lansia apabila sudah memasuki umur 60+, dengan penurunan kemampuan fisik, daya ingat dan terganggunya stabilitas emosi.

Penerapan tema *wellness architecture* dengan mengedepankan hubungan manusia dengan alam. Ruang terbuka hijau memainkan peran utama di kota sebagai kesehatan dan kesejahteraan warganya dengan berkontribusi di bidang lingkungan, estetika, sosial, dan ekonomi.[7] Ruang terbuka dapat meningkatkan stabilitas emosional lansia, dengan pemilihan warna, tekstur material dan fasilitas taman yang dapat digunakan lansia untuk berjemur atau beraktivitas. Penerapan tema *Wellness Architecture* merupakan salah satu cara yang dapat digunakan untuk memunculkan ketertarikan. [8] Rancangan ruang terbuka dan visualisasi yang menarik diharapkan dapat memberikan perasaan sejahtera terhadap lansia.



Gambar 2. Taman

Sumber : <https://www.pinterest.ca/pin/96475617010344141/>

Terlihat pada gambar 2 lansia dapat bersosialisasi dan beraktivitas di taman terbuka, hal tersebut dapat melatih emosional dan kemampuan bersosialisasi dengan orang sekitar.

3. Diskusi/Proses Desain

Memahami deskripsi dan fungsi objek bangunan yang akan dirancang melalui studi literatur dan studi banding. Studi literatur didapat melalui beberapa jurnal dan website dari internet, begitu juga dengan studi banding yang dilakukan. Seorang individu termasuk kategori lansia jika menginjak umur 60 tahun, pendataan lansia mencakup Kota Bandung dan Kota Lembang, selain jumlah lansia data berupa kondisi site, iklim, cuaca dan tataguna lahan didapat dengan melakukan survey langsung ke lokasi.

Pengambilan data pada saat survey meliputi kondisi site diantaranya drainase, sirkulasi jalan kendaraan, pedestrian, aksesibilitas, existing sekitar site, utilitas sekitar site, orientasi view, orientasi matahari, cuaca dan suhu.

Setelah data terkumpul, semua data tersebut dikompilasi terdiri dari tema, lokasi, jumlah lansia, studi banding, studi literatur mengenai standard besaran ruang dan standard apa saja yang harus ada pada *senior living*, elaborasi tema, analisis tema dan konsep.

3.1 Zoning site



Gambar 2 Zoning Site

Sumber : Hasil Analisis 10 Januari 2024

Zoning site terbagi menjadi 3 sifat, publik, semi publik dan private. Area *private* merupakan area kolam hidroterapi, dengan berorientasikan potensi site yang mengarah ke lembah menjadi kombinasi yang dapat dimanfaatkan sebagai terapi terutama pada kesehatan psikologis. Area semi publik merupakan area yang dapat diakses oleh penghuni site atau umum, terutama keluarga lansia. Pengoptimalan area ruang terbuka hijau di area semi publik diharapkan dapat meningkatkan keseimbangan mental lansia dan kesehatan fisik. Penggunaan berbagai vegetasi pada area publik

entrance site diharapkan dapat memberikan kesan yang natural dan alami bagi setiap individu yang memasuki kawasan *senior living*.

3.2 Perletakan Massa Bangunan



Gambar 3 Zoning Site

Sumber : Hasil Analisis 10 Januari 2024

Perletakan massa bangunan direncanakan berdasarkan potensi view dan zoning. Terdapat 4 fasilitas yaitu lapangan tenis, hunian, apartemen, kolam terapi, berorientasikan view barat ke arah lembah. Site direncanakan berfokus pada pengoptimalan ruang terbuka hijau. Hunian terdiri dari 2 tipe, tipe 95 dan 65 dengan fasilitas taman yang dapat digunakan oleh lansia untuk berolahraga, berjemur, bersosialisasi. Bangunan utama sebagai apartemen dengan berbagai fungsi diantaranya, hunian, kantor pengelola, ruang bersama atau ruang makan, dapur, servis dan fasilitas kesehatan. Fasilitas kolam hidroterapi melibatkan penggunaan air untuk mengobati kondisi kesehatan. Lansia dapat mendapatkan manfaat dari hidroterapi untuk mengurangi nyeri, meningkatkan sirkulasi, dan meningkatkan keleluasaan gerak.

3.3 Fasad Bangunan



Gambar 4 Fasad Apartemen

Sumber : Hasil Analisis 8 Januari 2024

Implementasi *wellness architecture* pada bangunan apartemen dapat dilihat dari penggunaan warna yang netral, kombinasi warna putih, *expose* dinding bata merah dan penggunaan *secondary skin* bertekstur kayu, pada bagian *entrance* didominasi oleh *curtain wall* yang memberikan kesan transparan hingga penerimaan cahaya matahari dapat menerangi interior. Pertimbangan ini dilakukan

agar ruang dalam bangunan tidak lembab, diharapkan dapat memberikan nuansa hangat serta kesehatan ruangan dapat terwujud.



Gambar 5 Fasad Hunian Tipe 65
Sumber : Hasil Analisis 22 Januari 2024

Fasad hunian tipe 65 menggunakan material cat putih dan batu alam. Kombinasi ini menciptakan tampilan yang elegan namun sederhana. Elemen-elemen putih yang bersih dapat membantu menonjolkan keindahan dan keaslian batu alam tanpa terlalu membingkai atau mengalihkan perhatian.



Gambar 6 Fasad Hunian tipe 95
Sumber : Hasil Analisis 22 Januari 2024

Fasad hunian tipe 95 terdiri dari dinding cat putih, kisi-kisi kayu dan pergola. Penggunaan kisi-kisi kayu dan pergola menambahkan sentuhan alami dan kehangatan pada fasad bangunan. Kayu memberikan nuansa organik dan memberikan kontras dengan elemen-elemen sekitarnya. Cat putih memberikan kesan kebersihan dan kesegaran pada bangunan.

3.4 Eksterior



Gambar 7 Taman di Tengah Hunian

Sumber : Hasil Analisis 10 Januari 2024

Taman berada di tengah hunian, menjadikan area tersebut dapat menjadi tempat berkumpul bersama penghuni senior living yang lain. Taman menjadi fasilitas olahraga *jogging track* atau bisa digunakan untuk aktivitas senam bersama, selain aktivitas olahraga taman tersebut dapat digunakan sebagai sarana bersosialisasi dengan penghuni senior living yang lain, kegiatan tersebut dapat menjadi terapi bagi lansia untuk melatih kemampuan sosial dan mengembalikan kepercayaan diri di tengah masyarakat.

Lingkungan alamiah maupun lingkungan buatan memiliki pengaruh dalam menciptakan satu kesatuan lingkungan yang kondusif bagi proses penyembuhan, tidak hanya kondisi fisik tetapi juga psikis. Kondisi psikis yang prima secara langsung maupun tidak langsung akan memberi stimulus positif terhadap kondisi fisik seseorang sehingga mempercepat berlangsungnya proses penyembuhan.[9]

3.5 Exterior



Gambar 7 Lapangan Tennis

Sumber : Hasil Analisis 10 Januari 2024

Menjaga agar kondisi fisik lansia tetap bugar maka diperlukanya aktivitas olahraga, bagi lansia yang sanggup beraktivitas olahraga tidak terlalu berat dapat menggunakan sarana lapangan tenis yang memiliki view langsung mnghadap ke lembah, diharapkan dengan adanya fasilitas ini dapat menjaga kondisi fsik dan mental lansia.

4. Kesimpulan

Pengembangan rancangan pada senior living berdasarkan data-data yang telah diperoleh, pemanfaatan ruang terbuka hijau sebagai sarana interaksi sosial sangat penting bagi kestabilan emosional, mental dan psikologis lansia. Perancangan tidak hanya berfokus pada ruang terbuka, melainkan visualisasi terhadap bangunan. Fasad menggunakan material berwarna netral didominasi warna putih dan kayu, warna putih secara umum memberikan kesan bersih dan netral, dengan kombinasi warna kayu diharapkan dapat memberikan nuansa yang elegan, hangat dan natural. Fokus dari penerapan tema *wellness architecture* ini diharapkan dapat mengakomodir kebutuhan lansia, terutama pada kesehatan fisik dan mental menjaga emosi serta mengembalikan rasa percaya diri.

5. Daftar Referensi

- [1] Yusanto Y. (2020). JOURNAL OF SCIENTIFIC COMMUNICATION (JSC). “*Ragam Pendekatan Penelitian Kualitatif*”, 1(1), 3. <https://dx.doi.org/10.31506/jsc.v1i1.7764>
- [2] Fadli, M. R. (2021). Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum. “*Memahami desain metode penelitian Kualitatif*”, 21(1), 36. <https://dx.doi.org/10.21831/hum.v21i1.38075>
- [3] Living, S.L. (2020, April 20). “*Apa itu senior living? Dan kapan Anda membutuhkannya?*”. <https://rukunseniorliving.com/pengertian-senior-living/>. [Diakses tanggal : 7 Januari 2024]
- [4] Institute, G.B. (2017). “*WELLNESS ARCHITECTURE & DESIGN INITIATIVE RESOURCES*”. <https://globalwellnessinstitute.org/initiatives/wellness-architecture-design-initiative/wellness-architecture-resources/> . [Diakses tanggal : 7 Januari 2024]
- [5] Wahyuni, N. S. (2022, Juni 24). “*Kesehatan dan Makna Sehat*”. Kementerian Direktorat Jendral Pelayanan Kesehatan. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/119/kesehatan-dan-makna-sehat. [Diakses tanggal : 7 Januari 2024]
- [6] Putri A. W.Wibhawa B.Gutama A. S. (2015). “*KESEHATAN MENTAL MASYARAKAT INDONESIA (PENGETAHUAN, DAN KETERBUKAAN MASYARAKAT TERHADAP GANGGUAN KESEHATAN MENTAL)*”. 2(2). 253. <https://dx.doi.org/10.24198/jppm.v2i2.13535>
- [7] Tambunan E. K.Siahaan U.Sudawarni M. M. (2021). *Arsitektural : Jurnal Ilmiah Arsitektur dan Lingkungan Binaan*. “*Pengaruh Ruang Terbuka Hijau Terhadap Psikologis Masyarakat di Kota Bekasi Khususnya Kecamatan Jatiasih*”. 19(2). 298.<https://doi.org/10.20961/arst.v19i2.53995>
- [8] Melani D. D. Soewarno. N. (2022). “*PENERAPAN TEMA WELLNESS ARCHITECTURE PADAPERANCANGAN RUMAH SAKIT IBU DAN ANAK DI KOTABANDUNG*”. 2(2). 2. <https://eproceeding.itenas.ac.id/index.php/fad/article/view/1291>
- [9] Mashar M. F. (2021). “*Fungsi Psikologis Ruang Terbuka Hijau*”. 2(10). 1938. <https://doi.org/10.46799/jsa.v2i10.332>