

SKRIPSI

Laporan Landasan Konseptual Perancangan
Semester Ganjil 2024/2025

LAYANAN JAGA KESEHATAN MENTAL DAN EMOSI REMAJA DI KALIMANTAN SELATAN

Sebagai Salah Satu Syarat
untuk Mencapai Gelar Sarjana Arsitektur



Diajukan oleh:

DINA LUTFIA ANGGRAENI
2110812120003

Kepada:
PROGRAM STUDI ARSITEKTUR
FAKULTAS TEKNIK UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
BANJARBARU
2025

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI PROGRAM STUDI S-1 ARSITEKTUR

Layanan Jaga Kesehatan Mental dan Emosi Remaja di Kalimantan Selatan

oleh

Dina Lutfia Anggraeni (2110812120003)

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji pada 02 Juli 2025 dan dinyatakan

LULUS

Komite Penguji :

Ketua : Prima Widia Wastuty, S.T., M.T.

NIP 197906272002122002

Anggota : Irma Fawzia, S.T., M.Arch.

NIP 198511172019032016

Pembimbing : Dr. Dahliani, S.T., M.T.

Utama NIP 197509242002122001



Banjarbaru,

diketahui dan disahkan oleh:

**Wakil Dekan Bidang Akademik
Fakultas Teknik ULM,**



**Dr. Mahmud, S.T., M.T.
NIP 197401071998021001**

**Koordinator Program Studi
S-1 Arsitektur,**



**Dr.-Eng. Akbar Rahman, S.T., M.T.
NIP 198102102005011012**



KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada kehadiran Allah SWT, yang mana telah melimpahkan rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan penulisan tugas akhir yang berjudul “Layanan Jaga Kesehatan Mental dan Emosi Remaja di Kalimantan Selatan”. Penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada pihak-pihak yang telah terlibat dan turut berkontribusi dalam proses penulisan tugas akhir ini hingga terselesaikan dengan baik. Pihak-pihak tersebut diantaranya:

1. Orang tua dan saudara kandung penulis yang selalu mendoakan dan memberikan support kepada penulis untuk senantiasa semangat dalam menjalani proses akhir ini.
2. Bapak Dr. Eng. Akbar Rahman, S.T., M.T selaku Koordinator Program Studi Arsitektur Universitas Lambung Mangkurat.
3. Ibu Prima Widia Wastuty, S.T., M.T selaku dosen pembimbing akademik penulis.
4. Ibu Dr. Dahliani, S.T., M.T selaku pembimbing tugas akhir yang senantiasa selalu memberikan bimbingan dan arahan dalam penulisan tugas akhir penulis.
5. Bapak Ibu Saud, S.T, M. Sc, Ibu Dila Nadya Andini S.T., M.Sc, dan Ibu Prima Widia Wastuty S.T., M.T., selaku koordinator mata kuliah skripsi.
6. Seluruh dosen dan staf akademik Program Studi Arsitektur Universitas Lambung Mangkurat atas ilmu dan pengetahuan dan wawasan yang sudah diberikan kepada penulis.
7. Miftakhurrohmah selaku sahabat penulis yang selalu memberikan semangat, dukungan dan menemani penulis di dalam segala kondisi.
8. Rukmana Maya Sari selaku sahabat seperjuangan penulis sejak SMK atas kebersamaan dan perjuangan yang sudah dilakukan secara bersama-sama hingga di titik akhir ini.
9. Kurnia Khafifah dan Sahafa Sayyidina Salsabila selaku teman penulis sejak awal perkuliahan hingga akhir.
10. Rekan kerja Penulis dan Pimpinan MK Interior Banjarbaru yang sudah memberikan ilmu dan pembelajaran baru kepada penulis.
11. Rekan seperjuangan Himars sejak periode 2022 hingga 2024 atas kesempatan, waktu, pembelajaran dan kebersamaannya sejauh ini.
12. Keluarga besar Arsitektur 2021
13. Pihak-pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Banjarbaru, 23 Februari 2025

Dina Lutfia Anggraeni

LAYANAN JAGA KESEHATAN MENTAL DAN EMOSI REMAJA DI KALIMANTAN SELATAN

Dina Lutfia Anggraeni

Program Studi Arsitektur Universitas Lambung Mangkurat

dinalutfiaanggraeni07@gmail.com

ABSTRAK

Meningkatnya kasus gangguan mental dan emosional pada remaja di Kalimantan Selatan, khususnya di Kota Banjarbaru, menunjukkan perlunya sebuah wadah preventif yang dapat membantu remaja dalam menjaga kesehatan mental dan emosinya. Minimnya fasilitas layanan kesehatan mental yang ramah remaja serta masih kuatnya stigma negatif terhadap gangguan jiwa menjadi tantangan utama. Penelitian ini bertujuan untuk merancang sebuah layanan kesehatan mental berbasis pendekatan *Healing Environment* yang mampu menciptakan lingkungan preventif.

Metode perancangan yang digunakan dalam perancangan ini adalah dengan menggunakan metode *Healing Environment* yang mana elemen-elemen desain yang diterapkan dalam bangunan dan tapak meliputi pencahayaan alami, ventilasi silang, penggunaan warna yang menenangkan, integrasi ruang terbuka hijau, serta penyediaan fasilitas seperti ruang hipnoterapi, ruang seni, ruang ekspresi, dan ruang aktivitas spiritual.

Hasil perancangan menunjukkan bahwa lingkungan fisik yang dirancang secara sadar dan alami mampu memberikan dampak positif terhadap kondisi psikologis remaja. Dalam konteks ini, arsitektur tidak hanya berperan sebagai wadah aktivitas, tetapi juga sebagai media penyembuhan dan pencegahan (*preventif*) terhadap risiko gangguan mental agar tidak berdampak ke arah yang lebih serius. Melalui pengintegrasian berbagai ruang fungsional seperti ruang hipnoterapi, ruang cerita kita, ruang seni lukis, ruang tulis, studio musik, serta ruang edukatif seperti aula seminar dan area diskusi yang menyangkut ke ranah spiritual, rancangan ini mendukung ekspresi emosi dan interaksi sosial secara sehat. Dukungan dari elemen-elemen alami seperti pencahayaan alami, ventilasi silang, visual hijau, dan ruang terbuka memperkuat suasana yang menenangkan dan menyegarkan jiwa.

Kata kunci: kesehatan mental, remaja, healing environment, lingkungan preventif.

ABSTRACT

The increasing number of mental and emotional disorders among adolescents in South Kalimantan, particularly in Banjarbaru City, highlights the urgent need for a preventive platform to help young people maintain their mental and emotional well-being. The lack of youth-friendly mental health facilities and the persistent negative stigma surrounding mental illness are the main challenges. This study aims to design a mental health service based on the Healing Environment approach, which seeks to create a preventive environment.

The design method used in this project employs the Healing Environment approach, in which design elements applied to the building and site include natural lighting, cross ventilation, calming color schemes, integration of green open spaces, and the provision of various facilities such as hypnotherapy rooms, art spaces, expression rooms, and spiritual activity areas.

The design outcomes show that a consciously and naturally designed physical environment can have a positive impact on the psychological state of adolescents. In this context, architecture does not only serve as a container for activities but also as a medium for healing and prevention of mental health issues before they become more serious. Through the integration of various functional spaces such as hypnotherapy rooms, “Our Story” rooms, painting rooms, writing rooms, music studios, and educational spaces like seminar halls and discussion areas with spiritual dimensions, the design supports healthy emotional expression and social interaction. The inclusion of natural elements such as natural lighting, cross ventilation, green visuals, and open spaces enhances a calming and soul-refreshing atmosphere.

Keywords: *mental health, adolescents, healing environment, preventive environment.*

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR TABEL	x
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 LATAR BELAKANG.....	1
1.1.1. Latar Belakang Object.....	1
1.1.1.1 Kondisi Remaja di Indonesia.....	1
1.1.1.2 Kondisi Kesehatan Mental dan Emosi Remaja di Kalimantan Selatan	4
1.1.1.3 Peran Layanan Jaga Kesehatan Mental dan Emosi Remaja di Banjarbaru ...	5
1.1.2 Latar Belakang Arsitektural	9
1.2 PERMASALAHAN ARSITEKTURAL	10
1.3 METODE PERANCANGAN	10
1.4 KERANGKA ALUR BERPIKIR	12
1.5 KEASLIAN PENULISAN.....	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	14
2.1 TINJAUAN LAYANAN KESEHATAN MENTAL DAN EMOSI REMAJA.....	14
2.1.1 Pengertian Kesehatan Mental.....	14
2.1.2 Pengertian Mental	14
2.1.3 Pengertian Emosi.....	14
2.1.4 Pengertian Remaja.....	14
2.1.4.1 Karakteristik Remaja	15
2.2 TINJAUAN EMOSI REMAJA.....	16
2.2.1 Tinjauan Fakta Kasus Kesehatan Mental dan Emosi Remaja.....	17
2.2.2 Pencegahan Kesehatan Mental dan Emosi Remaja.....	18
2.3 TINJAUAN ARSITEKTURAL	20
2.3.1 Klasifikasi Layanan Jaga Kesehatan Mental dan Emosi Remaja.....	20

2.3.2 Tinjauan Khusus Studi Bangunan	23
2.4 TINJAUAN KONSEP	26
2.4.1 Tinjauan Healing Environment	26
2.4.2 Pendekatan dalam Healing Environment	27
2.5 STUDI KASUS	32
2.5.1 Pusat Medis Psiko Pedagogis	32
2.5.2 Pusat Kehidupan Sehat SK Yee	35
2.5.3 Terang Teduh Counseling & Hypnotherapy	39
2.5.4 Klinik Pratama Inggit Garnasih (Esq Hypnotherapy)	40
2.5.5 Riana Yoga Art & Science Of Living Beautifully	41
2.5.6 Kuler Studio Painting Class Bali	43
2.5.7 Kesimpulan Studi Kasus	44
BAB III DATA DAN ANALISIS	46
3.1 HASIL KUESIONER	46
3.1.1 Kesimpulan Hasil Kuesioner	50
3.2 FUNGSI	51
3.2.1 Pelaku	53
3.2.1 Aktivitas dan Ruang	54
3.2.1.1 Aktivitas	54
3.2.1.2 Ruang	67
3.3 TAPAK	86
3.3.1 Lokasi Perancangan	86
3.3.2 Delineasi Tapak	87
3.3.3 Akses dan Pencapaian ke Tapak dan Bangunan	88
3.3.4 Iklim	90
3.3.5 View	91
3.3.6 Vegetasi	92
3.3.7 Kebisingan	94
3.3.8 Kesimpulan Analisis Tapak	95
3.4 RUANG & BENTUK	96
3.4.1 Ruang	96
3.4.2 Bentuk	98
3.4.3 Struktur	99
3.4.4 Analisis Utilitas	100
BAB IV KONSEP	103

4.1 KONSEP PROGRAMATIK	103
4.2.1 Konsep Zoning Tapak	105
4.2.2 Konsep Bentuk Bangunan	106
4.2.3 Konsep Interior Bangunan	107
4.2.4 Penerapan Konsep Healing pada Eksterior Bangunan	109
4.2.5 Rancangan Awal	111
BAB V KESIMPULAN	113
DAFTAR PUSTAKA.....	114
LAMPIRAN.....	117
1. Lampiran Kuesioner	117
Biodata Diri	126

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1	Profil Remaja	1
Gambar 1. 2	Kesehatan Mental	2
Gambar 1. 3	Profil Remaja	3
Gambar 1. 4	Kesehatan Mental	3
Gambar 1. 5	Peran Layanan Jaga Kesehatan Mental dan Emosi Remaja	7
Gambar 1. 6	Peran Layanan Jaga Kesehatan Mental dan Emosi Remaja	8
Gambar 1. 7	Skema Alur Permasalahan	10
Gambar 1. 8	Kerangka Alur Berpikir	12
Gambar 2. 1	Fase Remaja	15
Gambar 2. 2	Lokasi Penemuan Jenazah	18
Gambar 2. 3	Teknik Expressive Writing untuk Kesehatan Mental Remaja	20
Gambar 2. 4	Suasana Lukis	21
Gambar 2. 5	Dampak Bermain Musik	21
Gambar 2. 6	Mendengarkan Musik Dapat Mencerdaskan Otak	22
Gambar 2. 7	Suasana Kajian	23
Gambar 2. 8	Pengaruh Akses Alam dengan Penyembuhan	27
Gambar 2. 9	Contemplative Garden	28
Gambar 2. 10	Restorative Garden	28
Gambar 2. 11	Healing Garden	29
Gambar 2. 12	Enabling Garden	29
Gambar 2. 13	Therapeutic Garden	30
Gambar 2. 14	Indera dan Kesehatan	31
Gambar 2. 15	Pusat Medis Psiko Pedagogis	32
Gambar 2. 16	Zoning Pusat Medis Psiko Pedagogis	32
Gambar 2. 17	Pola Sirkulasi Medis Psiko Pedagogis	33
Gambar 2. 18	Potongan Pusat Medis Psiko Pedagogis	34
Gambar 2. 19	Perspektif Pusat Medis Psiko Pedagogis	35
Gambar 2. 20	Zoning Pusat Kehidupan Sehat SK Yee	36
Gambar 2. 21	Sirkulasi Kehidupan Sehat SK Yee	36
Gambar 2. 22	Interior Pusat Kehidupan Sehat SK Yee	37
Gambar 2. 23	Interior Pusat Kehidupan Sehat SK Yee	37
Gambar 2. 24	Potongan Pusat Kehidupan Sehat SK Yee	38
Gambar 2. 25	Pola Interaksi Bangunan Pusat Kehidupan Sehat SK Yee	39
Gambar 2. 26	Terang Teduh Counseling & Hypnotherapy	40
Gambar 2. 27	Klinik Pratama Inggit Garnasih Kondisi Eksterior dan Interior	41
Gambar 2. 28	Receptionist & Lobby Riana Yoga Art & Science Of Living Beautifully Kondisi Interior	41
Gambar 2. 29	Receptionist & Lobby Riana Yoga Art & Science Of Living Beautifully Kondisi Type Kelas	42
Gambar 2. 30	Type Class	42
Gambar 2. 31	Kuler Studio Painting Class Bali Suasana Lukis	43
Gambar 2. 32	Kuler Studio Painting Class Bali Suasana Lukis	43
Gambar 3. 1	Diagram Jumlah Pengisi Responden	46
Gambar 3. 2	Diagram Preferensi dalam Menghadapi Masalah	47
Gambar 3. 3	Diagram Pengalaman Kunjungan ke Psikolog	48

Gambar 3. 4	Diagram Minat Mengikuti Seminar	49
Gambar 3. 5	Diagram Pengunjung	53
Gambar 3. 6	Diagram Pengelola	54
Gambar 3. 7	Alur Aktivitas Pengunjung Sesi Hipnoterapi	55
Gambar 3. 8	Aktivitas Pengunjung Seni Lukis	56
Gambar 3. 9	Alur Aktivitas Pengunjung Sesi Menulis Ekspresif	56
Gambar 3. 10	Alur Aktivitas Pengunjung Seni Musik	56
Gambar 3. 11	Aktivitas Pengunjung Seminar/kajian	57
Gambar 3. 12	Aktivitas Pengunjung Talk	57
Gambar 3. 13	Aktivitas Pendamping	58
Gambar 3. 14	Aktivitas Pimpinan	58
Gambar 3. 15	Aktivitas Staf Pelayanan	59
Gambar 3. 16	Aktivitas Staf Administrasi	60
Gambar 3. 17	Aktivitas Staf Marketing	61
Gambar 3. 18	Aktivitas Sekretaris	61
Gambar 3. 19	Aktivitas Bendahara	62
Gambar 3. 20	Aktivitas Tenaga Ahli Psikolog	63
Gambar 3. 21	Aktivitas Tenaga Pendukung	64
Gambar 3. 22	Aktivitas Staf Kebersihan	65
Gambar 3. 23	Aktivitas Staf Keamanan	65
Gambar 3. 24	Analisis Organisasi Ruang	83
Gambar 3. 25	Lokasi Perancangan	86
Gambar 3. 26	Potensi di Sekitar Tapak	86
Gambar 3. 27	Deliniasi Tapak	87
Gambar 3. 28	Batasan dan Analisis SWOT	88
Gambar 3. 29	Data dan Analisis Aksesibilitas Tapak	88
Gambar 3. 30	Output Aksesibilitas Tapak	89
Gambar 3. 31	Output Aksesibilitas Bangunan	89
Gambar 3. 32	Input Angin	90
Gambar 3. 33	Output Iklim	91
Gambar 3. 34	Analisis View	91
Gambar 3. 35	Output View	92
Gambar 3. 36	Output View	Error! Bookmark not defined.
Gambar 3. 37	Output View	93
Gambar 3. 38	Output View	94
Gambar 3. 39	Output View	94
Gambar 3. 40	Kesimpulan Analisis Tapak	95
Gambar 3. 41	Kesimpulan Analisis Tapak	96
Gambar 3. 42	Analisis Bentuk Bangunan	99
Gambar 3. 43	Pondasi Foot Plat	100
Gambar 3. 44	Jenis-jenis kolom (Dipohusudo, 1994)	100
Gambar 3. 45	Analisis Jaringan Listrik	101
Gambar 3. 46	Analisis Jaringan Air Bersih	101
Gambar 3. 47	Analisis Jaringan Air Kotor	102
Gambar 3. 48	Jaringan CCTV	102
Gambar 4. 1	Konsep Programatik	103
Gambar 4. 2	Konsep Zoning Tapak	105
Gambar 4. 3	Konsep Bentuk Bangunan	106

Gambar 4. 4 Ruang Hipnoterapi	108
Gambar 4. 5 Konsep Talk	109
Gambar 4. 6 Konsep Healing Pada Eksterior	110
Gambar 4. 7 Site Plan	111
Gambar 4. 8 Perspektif Eksterior	111
Gambar 4. 9 Perspektif Eksterior	112
Gambar 4. 10 Perspektif Eksterior	112

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1	Prevalensi gangguan kesehatan mental emosional pada usia \geq 15 tahun	
Tabel 1. 2	Keaslian Penulisan	12
Tabel 2. 1	Kesimpulan Studi Kasus	44
Tabel 3. 1	Jadwal Kegiatan Layanan Preventif	66
Tabel 3. 2	Analisis Kebutuhan Ruang	67
Tabel 3. 3	Standar Ruang Gerak	78
Tabel 3. 4	Besaran Ruang Pengelola	78
Tabel 3. 5	Besaran Ruang Administrasi dan Pelayanan	78
Tabel 3. 6	Besaran Ruang Tindakan Layanan Jaga	79
Tabel 3. 7	Besaran Ruang Service	80
Tabel 3. 8	Besaran Ruang Area Teras	80
Tabel 3. 9	Total Keseluruhan Besaran Ruang	81
Tabel 3. 10	Sifat Ruang	82
Tabel 3. 11	Warna Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Emosional	97
Tabel 4. 1	Warna, Material dan Tekstur	110