ABSTRAK

Perancangan *Wellness-Stress Hub Shelter* Untuk Masyarakat Urban Dengan Konsep *Biophilic Design*

Putri Mulia Srikandini¹⁾, Khalid Abdul Mannan, S.T., M. Ars., GP.²⁾

1) Mahasiswa Program Studi Arsitektur, Universitas Pembangunan Jaya

2) Dosen Program Studi Arsitektur, Universitas Pembangunan Jaya

Kesehatan mental merupakan aspek penting dalam menciptakan kesejahteraan individu dan masyarakat. Kemampuan untuk mengelola tekanan hidup, menjalin hubungan sosial yang sehat, serta berkontribusi secara produktif sangat bergantung pada kondisi mental seseorang. Namun, tekanan hidup yang meningkat di kota besar seperti Jakarta telah menyebabkan lonjakan tingkat stres dan kecemasan, khususnya pada Generasi Z dan Milenial. Data menunjukkan bahwa 40% Generasi Z dan 38,8% Milenial mengalami kecemasan sedang hingga ekstrem, dipicu oleh tekanan akademik, ketidakpastian ekonomi, media sosial, serta minimnya akses layanan psikologis. Kondisi ini juga berkaitan erat dengan meningkatnya kasus *self-harm* dan bunuh diri di kalangan muda. Menanggapi krisis ini, dirancang *Wellness-Stress Hub Shelter*, sebuah fasilitas publik multifungsi yang bertujuan sebagai pusat pemulihan stres dan kesehatan mental. Fasilitas ini menyediakan layanan terapi psikologis, rehabilitasi emosional, serta aktivitas penyembuhan yang merespons tekanan sosial, akademik, dan pekerjaan. Lokasi bangunan berada di Pluit, Jakarta Utara, dipilih karena suasananya yang lebih tenang dan kedekatannya dengan laut, yang menawarkan potensi terapi alami melalui suara ombak dan angin laut. Dari sisi rancangan, bangunan ini mengintegrasikan *healing architecture*, *biophilic design*, dan *the five element theory* untuk menciptakan lingkungan yang alami, harmonis, dan mendukung proses penyembuhan mental secara holistik. Selain menjadi ruang rehabilitasi, bangunan ini juga berfungsi sebagai pusat edukasi dan dukungan sosial, guna meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan mental. Diharapkan, *Wellness-Stress Hub Shelter* dapat menjadi solusi arsitektural yang berkontribusi dalam menekan angka stres dan bunuh diri, serta meningkatkan kualitas hidup masyarakat urban secara berkelanjutan.

Kata Kunci : Kesehatan Mental Urban, *Wellness-Stress Hub Shelter*, *Biophilic Design*

Pustaka : 39

Tahun Publikasi : 2001-2024