

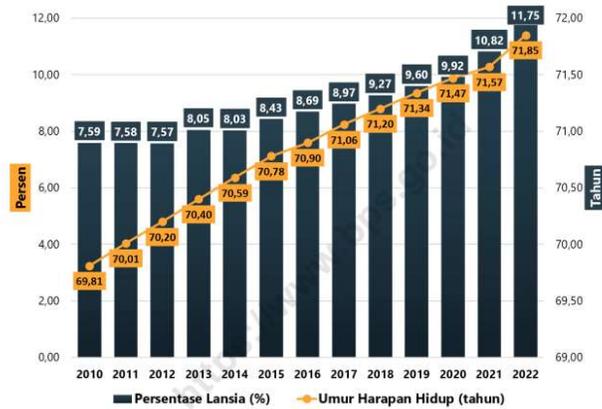
BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Populasi lanjut usia di Indonesia terus menunjukkan peningkatan setiap tahunnya. Data Susenas pada Maret 2023 mendapatkan angka sebanyak 11,75 persen dari total populasi di Indonesia adalah lansia, dimana diartikan bahwa Indonesia merupakan negara dengan kategori *ageing population*. *Ageing population* diartikan sebagai sebuah struktur penduduk tua, dengan perbandingan sekitar 1 dari 10 penduduknya yaitu lansia (BPS, 2023). Peningkatan ini membawa berbagai tantangan, terutama dalam menjaga kesehatan fisik, mental, dan sosial para lansia. Lansia memiliki risiko lebih tinggi terkena penyakit kronis seperti diabetes, hipertensi, dan demensia, serta menghadapi masalah sosial seperti isolasi dan penurunan aktivitas. Untuk menjawab tantangan ini, pemerintah menginisiasi program “Lansia Aktif dan Produktif” yang bertujuan untuk menjaga kesehatan lansia agar mereka tetap sehat, bahagia, dan bermanfaat bagi masyarakat.

Seiring dengan meningkatnya jumlah lansia, kualitas hidup mereka menjadi semakin penting untuk diperhatikan. Kualitas hidup lansia sering kali didefinisikan yaitu sejauh mana lansia sehat, nyaman dan mampu berpartisipasi atau menikmati acara dan aktivitas tertentu. Menurut WHO, kualitas hidup sebagian besar dipengaruhi oleh faktor lingkungan (46,2%), faktor psikologis (43,7%), faktor fisik (31%), dan faktor sosial (20,4%). Peningkatan kualitas hidup ini tampaknya sejalan dengan data demografis lansia di Indonesia. BPS mendapatkan persentase lansia dengan umur harapan hidup penduduk Indonesia di rentan tahun 2010-2022. Dijelaskan bahwa tiap tahunnya angka persentase lansia terus meningkat dari 7.59% pada tahun 2010 menjadi 11.75% pada tahun 2022. Berbanding lurus dengan umur harapan hidup yang juga meningkat secara bertahap dari 69.81% pada tahun 2010 menjadi 71.85% pada tahun 2022. (Gambar 1.1) Angka kenaikan ini menunjukkan bahwa populasi penduduk usia 60

tahun keatas di indonesia makin besar dengan peningkatan kualitas kesehatan yang memungkinkan masyarakat bisa hidup lebih lama.



Gambar 1. 1 Persentase lansia dan umur harapan hidup 2010-2022
Sumber: (BPS, 2023)

Namun, di sisi lain, pola hidup lansia sering kali menjadi tantangan tersendiri dalam menjaga kualitas hidup. Banyak lansia yang memiliki kemampuan untuk hidup lebih aktif dan produktif, namun masa pensiun seringkali membawa perubahan yang cukup signifikan pada pola hidup yang berkaitan dengan kesehatannya. Kurangnya kegiatan yang terstruktur membuat para pensiun mengalami penurunan kesehatan fisik dan mental. Proses penuaan ditandai dengan penurunan fungsi fisiologis dan kognitif secara bertahap, disertai meningkatnya kerentanan terhadap penyakit di usia lanjut. Kecepatan dan dampak dari proses ini bervariasi pada setiap individu, dipengaruhi oleh faktor genetik dan lingkungannya.

Meskipun banyak lansia menghadapi tantangan setelah pensiun, seperti perubahan pola aktivitas dan kesehatan, tidak semua mengalami kondisi tersebut dengan cara yang sama. Lansia dengan pendapatan pensiun yang tinggi seringkali memiliki peluang lebih besar untuk menjalani masa pensiun dengan kualitas hidup yang baik, akan tetapi tidak dengan pola hidupnya. Pola hidup lansia sebelum dan sesudah pensiun cenderung mengalami perubahan yang signifikan, baik dari segi aktivitas, rutinitas, maupun psikologis. Perubahan pola hidup lansia sebelum dan sesudah pensiun menunjukkan pentingnya menciptakan gaya hidup yang lebih sehat dan seimbang di masa pensiun. Dengan menciptakan sebuah pola aktivitas

yang baik setelah pensiun dapat menghindari berbagai risiko kesehatan fisik dan mental yang sering terjadi akibat penurunan aktivitas dan isolasi sosial. Hal ini menunjukkan bahwa selain dukungan finansial, pola hidup yang sehat dan terencana menjadi faktor penting untuk meningkatkan kualitas hidup lansia.

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh (Anisa & Hestiningrum, 2023) juga menunjukkan bahwa perencanaan keuangan yang matang menjadi kunci dalam menjaga kemandirian dan kesejahteraan lansia. Data menunjukkan bahwa aset keuangan yang paling dominan dimiliki oleh responden adalah tabungan (81,7%), diikuti oleh asuransi kesehatan (60,8%). Hal ini sejalan dengan data dari Lembaga Penjamin Simpanan (LPS) per September 2024 yang mencatat bahwa terdapat 363.733 rekening di bank umum dengan saldo di atas Rp2 miliar (Arini, 2024). Jumlah ini menunjukkan adanya kelompok individu yang memiliki kemampuan finansial untuk menunjang kebutuhan masa pensiun secara optimal. Lansia dengan tabungan lebih dari 2 miliar memiliki kemampuan finansial yang memungkinkan mereka mengakses fasilitas premium, seperti tempat tinggal dengan layanan kesehatan khusus, aktivitas sosial, dan gaya hidup sehat yang mendukung pencegahan penyakit kronis. Dengan persiapan finansial yang baik, lansia memiliki kesempatan untuk tetap mandiri, menjaga kesehatan, dan menjalani kehidupan yang aktif. Data ini mempertegas pentingnya perencanaan finansial dan pengembangan fasilitas yang sesuai untuk menunjang kesejahteraan lansia, terutama bagi mereka yang ingin menikmati masa pensiun dengan kualitas hidup yang tinggi.

Setelah memasuki masa pensiun, lansia membutuhkan aktivitas yang mendukung kesehatan fisik dan mental mereka, seperti olahraga ringan, bergabung dengan komunitas sosial, dan berpartisipasi dalam kegiatan yang bermanfaat. Aktivitas-aktivitas ini tidak hanya membantu menjaga kebugaran tubuh, tetapi juga memperkuat hubungan sosial dan memberikan rasa tujuan hidup. Namun, lansia sering menghadapi tantangan kesehatan yang signifikan. Penyakit degeneratif seperti gangguan keseimbangan, demensia, permasalahan sendi, dan lainnya cenderung meningkat seiring bertambahnya usia. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan holistik yang mencakup aktivitas fisik teratur,

lingkungan yang mendukung, dan akses ke fasilitas kesehatan yang memadai untuk membantu lansia menjaga kualitas hidup mereka.

Kondisi-kondisi tersebut semakin menegaskan perlunya pendekatan yang lebih spesifik dan terarah dalam menangani berbagai permasalahan kesehatan lansia yang berkaitan dengan pola hidup. Dalam konteks ini, geriatri muncul sebagai sebuah cabang ilmu kedokteran yang mempelajari penyakit dan masalah kesehatan pada lansia yang berfokus untuk pencegahan, mendiagnosa, dan mengelola kondisi kesehatan lansia (Setiati et al., 2013).

Data statistik menunjukkan bahwa salah satu isu penting dalam kesehatan lansia adalah bagaimana mempertahankan kualitas hidup dan pola hidup di tengah penurunan kapabilitas fisik dan status kesehatan yang sering menyertai proses penuaan. Kondisi ini menjalani masa tua yang sehat dan produktif. Oleh karena itu, jika dikaitkan dengan perancangan, lansia pensiun akan membutuhkan sebuah fasilitas yang dapat membantu untuk mempertahankan kualitas hidup yang optimal melalui pendekatan geriatri. Salah satu konsep yang relevan adalah *Continuing-Care Retirement Community (CCRC)*, yaitu fasilitas yang menyediakan berbagai tingkat layanan yang dapat disesuaikan dengan kebutuhan lansia, mulai dari hunian mandiri hingga perawatan intensif. Fasilitas seperti ini tidak hanya memberikan dukungan fisik, tetapi juga mental dan sosial. Program geriatri dalam CCRC, yang berfokus pada pencegahan penyakit, edukasi tentang pola hidup sehat, serta aktivitas yang merangsang fisik dan mental, akan sangat diperlukan. Maka dari itu, penulis menggagas rancangan sebuah *Retirement Community Centre* dengan pendekatan geriatri, yang mengadopsi prinsip-prinsip CCRC untuk menciptakan pola hidup sehat untuk para pensiun.

Pendekatan arsitektur perilaku dapat menjadi elemen penting dalam perancangan *Retirement Community Centre* dengan fokus pada geriatri. Dalam konteks ini, arsitektur tidak hanya dilihat sebagai sebuah ruang fisik, tetapi sebagai sarana yang dapat mempengaruhi dan mendukung perilaku penghuninya, terutama lansia untuk bisa memperlambat progresivitas penyakit lansia. Dengan memanfaatkan prinsip-prinsip arsitektur perilaku, desain ruang dapat dirancang

untuk mendorong aktivitas fisik, sosial, dan mental yang positif dan yang muncul dari pendekatan geriatri.

Terkait dengan permasalahan kesejahteraan lansia pensiun tersebut, maka perlu adanya sebuah tempat *Retirement Community Centre* untuk bisa menyejahterakan lansia. Salah satunya adalah di daerah Sentul, Bogor. Sentul dipilih karena lokasinya yang strategis, dekat dengan akses jalan tol dan pusat kota, namun tetap menawarkan suasana alam yang asri dan menenangkan. Lingkungan ini sangat cocok untuk menciptakan suasana yang mendukung kesehatan fisik dan mental para lansia.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang sudah dijelaskan, rumusan masalah yang tepat yaitu bagaimana merancang sebuah *Retirement Community Centre* dengan pendekatan geriatri yang mampu mengubah pola hidup pensiun menjadi lebih baik?

1.3. Tujuan Perancangan

Tujuan yang akan dicapai yaitu merancang sebuah tempat komunitas untuk para pensiun yang tidak hanya sebuah tempat tinggal, akan tetapi sebagai pusat kegiatan yang bisa mendukung pola hidup sehat. Tempat ini akan dirancang dengan pendekatan geriatri, yang memperhatikan kebutuhan fisik, mental, dan sosial lansia, melalui penyediaan fasilitas yang terintegrasi dalam satu lingkungan.

Dengan pendekatan ini, tempat tersebut akan menjadi ruang yang bisa menjadikan kebiasaan pola hidup yang baik dengan mendorong interaksi sosial, memberikan dukungan emosional, dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Para lansia tidak akan merasa terisolasi di rumah tanpa pendamping keluarga, karena fasilitas yang disediakan dirancang untuk menjadi pusat aktivitas dan rekreasi, menciptakan suasana komunitas yang hangat dan mendukung.

1.4. Manfaat Perancangan

Perancangan ini bermanfaat bagi beberapa pihak, seperti:

1. Manfaat untuk Pensiun

Para pensiun diarahkan untuk bisa membangun kebiasaan sehat dan meningkatkan kualitas hidup yang dapat membantu mencegah penyakit kronis yang sering dialami oleh banyak lansia. Lansia juga bisa mendorong gaya hidup sehat melalui program pencegahan penyakit, aktivitas fisik, dan sosial yang terstruktur.

2. Manfaat untuk Masyarakat

Perancangan pusat komunitas pensiun ini, dapat mengetahui pentingnya perawatan kesehatan lansia dan pencegahan penyakit sejak dini, serta menjadikan fasilitas ini sebagai sebuah contoh dalam mendukung lansia yang produktif dan sehat.

1.5. Sistematika Penulisan

Laporan yang sistematis memerlukan laporan yang cukup terarah dengan menjelaskan secara garis besar pada laporan akhir ini. Sebagaimana sistematika penulisannya sebagai berikut:

BAB 1: PENDAHULUAN

Pada bab ini berisikan latar belakang mengenai *aging population* di Indonesia serta menjelaskan hubungan antara masa pensiun lansia yang berkaitan dengan kesehatan geriatri, serta menjelaskan juga rumusan masalah, tujuan perancangan, manfaat perancangan, serta sistematika penulisan laporan tugas akhir.

BAB II KAJIAN LITERATUR DAN DATA PERANCANGAN

Bab ini membahas tentang penjelasan kajian teori yang berkaitan dengan *Retirement Community*, serta memperdalam pembahasan pola hidup sehat dengan pendekatan geriatri, yang nantinya akan keluar penjelasan rang yang dibutuhkan, serta standar ruang untuk lansia yang nantinya akan dijadikan acuan saat mendesain bangunan.

BAB III: METODOLOGI DESAIN

Bab yang menjelaskan data-data seperti lokasi tapak, keadaan eksisting serta analisis makro dan mikro pada tapak yang dipilih.

BAB IV: ANALISIS PERANCANGAN

Bab ini memuat analisis dan konsep perancangan yang menjadi dasar dalam pengambilan keputusan desain. Seluruh pendekatan dan pertimbangan arsitektural dijelaskan secara sistematis untuk menunjukkan keterkaitan antara data, isu, dan solusi desain yang diterapkan pada rancangan *Retirement Community Centre* ini.

BAB V: HASIL RANCANGAN

Bab ini berisi hasil dari analisis perancangan yang menjelaskan secara detail interpretasi terhadap gambar-gambar rancangan yang telah dibuat. Analisis ini mencakup penjabaran konsep, fungsi ruang, alur sirkulasi, hubungan antar zona, serta respons desain terhadap tapak dan kebutuhan pengguna. Seluruh elemen perancangan dijelaskan untuk memperlihatkan keterkaitan antara konsep, konteks, dan hasil desain akhir.

BAB VI: PENUTUP

Bab ini berisi pembahasan mengenai hasil perancangan serta solusi desain yang diterapkan berdasarkan analisis dan pendekatan sebelumnya. Penjabaran dalam bab ini bertujuan untuk menunjukkan bagaimana rancangan yang dihasilkan merespons isu, kebutuhan pengguna, serta kondisi tapak secara menyeluruh, sehingga dapat menjadi dasar untuk pengembangan desain pada tahap selanjutnya.