

Pengaruh Musik terhadap Arsitektur Berbasis Isu Kesehatan Mental

Baiq Nadhira Kamilia dan Collinthia Erwindi
 Departemen Arsitektur, Institut Teknologi Sepuluh Nopember (ITS)
e-mail: c_erwindi@arch.its.ac.id

Abstrak—Di masa sekarang ini, gangguan emosional pada kesehatan mental masih kurang dipandang sebagai hal yang serius oleh beberapa kalangan masyarakat. Orang-orang yang merasakan gangguan tersebut cenderung memilih untuk tidak berbicara dan mengabaikannya, dimana jika hal tersebut terus berlanjut, dapat berakibat fatal. Sementara itu musik, suatu hal yang tidak asing didengar dalam kehidupan, merupakan sebuah “Bahasa” universal yang dapat dinikmati oleh seluruh manusia di dunia. Sayangnya, masyarakat Indonesia hanya melihat musik sebatas hiburan dan tidak lebih dari itu. Dengan menggunakan musik sebagai pendekatan dalam merancang bangunan, arsitektur dapat berperan tidak hanya sebagai seni yang menaungi, namun juga sebagai medium yang dapat menghubungkan elemen-elemen yang kontras.

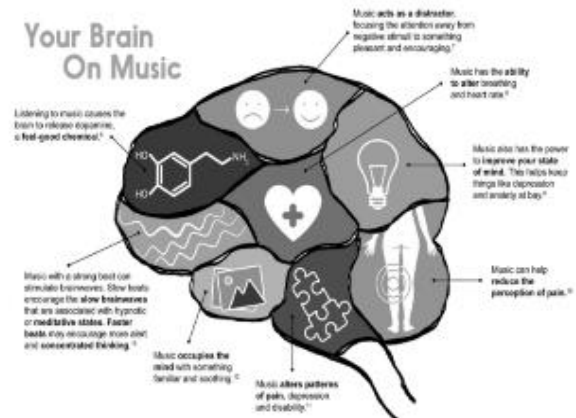
Kata Kunci—Arsitektur Perilaku, Museum, Musik, Ruang, Stres

I. PENDAHULUAN

SEBAGAI makhluk hidup yang hidup dengan kemampuan untuk merasakan emosi, sangatlah wajar bila musik memiliki peranan yang besar terhadap kehidupan manusia, terutama terhadap mental seseorang. Salah satu alasan utama seseorang mendengarkan musik adalah untuk mengatur emosi dan suasana hati. Tanpa disadari, dengan cara ini musik dapat dianggap sebagai jenis terapi pengobatan mandiri kesehatan mental yang bersifat informal. Musik secara unik sangatlah cocok untuk mengelola atau mengatur emosi dan stres dalam kehidupan sehari-hari karena musik memiliki kapasitas untuk mengalihkan perhatian dan melibatkan pendengar dalam berbagai cara kognitif dan emosional (Gambar 1).

Oleh karena itu, mendengarkan musik merupakan aktivitas yang bersifat *psychological self-help*, yang sangat berkaitan dalam pengaturan emosi. Efek menguntungkan dari mendengarkan musik sebagai cara untuk memperhatikan kesehatan fisik di luar konteks klinis telah terbukti dilaporkan oleh sejumlah peneliti.

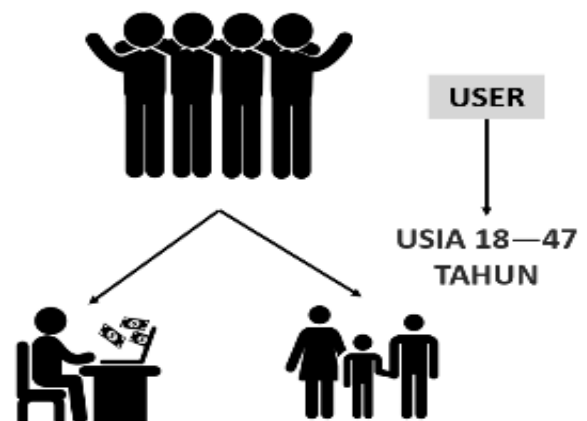
Kesehatan mental merupakan sebuah kondisi dimana individu terbebas dari segala bentuk gejala-gejala gangguan mental. Seseorang yang bermental *sehat* juga dapat menggunakan kemampuan atau potensi dirinya secara maksimal dalam menghadapi tantangan hidup, serta menjalin hubungan positif dengan orang lain. Sebaliknya, orang yang kesehatan mentalnya terganggu akan mengalami gangguan suasana hati, kemampuan berpikir, serta kendali emosi yang pada akhirnya bisa mengarah pada perilaku buruk. Adapun macam gangguan mental dan cakupan user dapat dilihat pada Gambar 2 dan Gambar 3 [1]. Salah satu gangguan kesehatan mental yang sangat terlihat pada seseorang ialah gangguan stres. Stres merupakan sebuah kondisi gangguan mental dimana individu mengalami tekanan berat, yang berasal dari



Gambar 1. Ilustrasi efek musik pada otak.



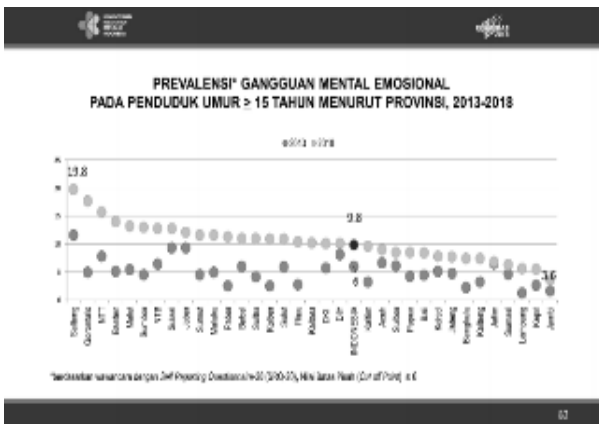
Gambar 2. Ilustrasi macam gangguan mental pada manusia.



Gambar 3. Ilustrasi cakupan user dengan gangguan kesehatan mental.

faktor dalam maupun faktor luar diri, baik secara emosi maupun mental.

Tekanan ini muncul dari kegagalan individu dalam memenuhi kebutuhan atau keinginannya. Menurut Atwater (1983), stres merupakan suatu tuntutan penyesuaian, yang menghendaki individu untuk meresponnya secara adaptif [2].



Gambar 4. Data penduduk dengan gangguan mental emosional.



Gambar 5. Konsep *sightseeing* oleh David Hockney.



Gambar 6. Tampak perspektif lanskap tapak di BSD, Tangerang.

Di Indonesia, berdasarkan data penduduk pada Gambar 4, diketahui bahwa prevalensi gangguan mental emosional seperti gangguan stress, kecemasan dan depresi sebesar 11,6% dari populasi orang dewasa. Ketidakkampuan dalam menempuh tekanan mental sehingga menimbulkan stress yang berlebih menjadikan kesehatan mental individu menjadi lebih rentan dan akhirnya dinyatakan terkena sebuah gangguan kesehatan mental. Hal ini terlihat pada ilustrasi Gambar 5. Gangguan mental, khususnya stress, dapat mengakibatkan gejala-gejala seperti gejala fisiologis, gejala psikologis, dan gejala perilaku.

Oleh karena itu, Musik sebagai Bahasa universal untuk seni dan sains merupakan salah satu solusi yang ampuh berperan guna menghilangkan stress. Musik tentu bukan Bahasa yang semena dapat dimengerti secara mudah oleh semua manusia di dunia, namun musik memiliki kekuatan untuk membuat manusia merasakan perasaan dan menenangkan pikiran, jiwa, dan tubuh.

Beberapa fungsi musik dalam kehidupan yakni: (1) memberikan kenikmatan estetis; (2) memberikan relaksasi atau hiburan; (3) sebagai media ekspresi diri; (4) representasi



Gambar 7. Kondisi lanskap tapak di BSD, Tangerang.



Gambar 8. Tampak danau eksisting dekat tapak di BSD, Tangerang.



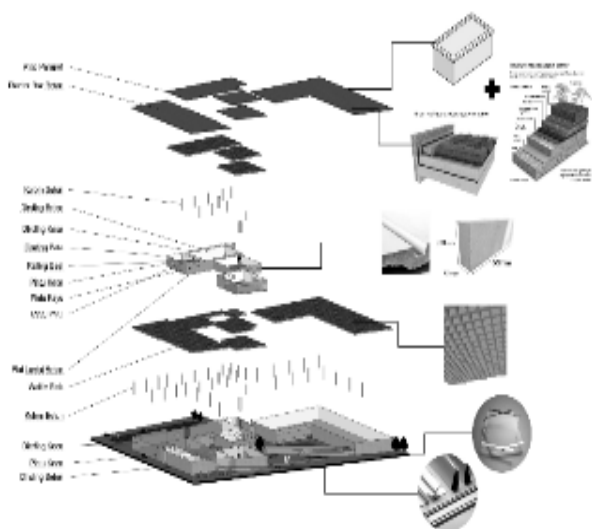
Gambar 9. Diagram mengaplikasikan *concept-based framework*.

simbolis; (5) respon fisik; (6) media terapeutik (penyembuhan); (7) memelihara kontinuitas dan stabilitas budaya; (8) sebagai media pendidikan serta pembelajaran (Merriam, 1968 dan Merrit, 2003) [3] [4].

II. METODE PERANCANGAN

A. Bangunan Rancang

Objek rancang yang direncanakan merupakan sebuah kesatuan ruang publik berupa museum berbasis karya seni instalasi digital dan kontemporer, yang memiliki fungsi utama sebagai fasilitas umum yang dapat membantu mengoptimalkan kesehatan mental manusia terhadap stress, baik dengan cara mencegah maupun menghilangkan, dan memiliki fungsi pendukung sebagai pusat rekreasi dan edukasi mengenai seni digital dan kontemporer. Suasana serene yang ingin diciptakan ialah dengan menghubungkan mental health dan museum melalui musik. Dengan demikian, *ambiance* relaksasi yang diberikan akan berfokus pada indera pengelihat dan indera pendengaran, dan diharapkan dapat menjadi sebuah rancangan yang dapat memberi solusi sebagai *psychological self-help* [5]. Pada Gambar 6 dan Gambar 7 menunjukkan perspektif lanskap tapak di BSD



Gambar 15. Aksonometri struktur dan material.



Gambar 18. Interior ruang relaksasi musik lantai 2.



Gambar 19. Interior ramp antar pameran.



Gambar 16. Interior ruang pameran utama.



Gambar 20. Suasana eksterior pada sisi barat.



Gambar 17. Interior ruang pameran sewa.



Gambar 21. Tampak barat bangunan.

D. Kerangka Berpikir

Dalam perancangan ini, kerangka berpikir yang digunakan adalah *Concept-based Framework*. Dalam perancangan ini, kerangka berpikir yang digunakan adalah *Concept-Based Framework* (Gambar 9). Metode kemudian berperan sebagai langkah-langkah yang akhirnya akan membawa pada penyelesaian isu. Pendekatan dan metode kemudian disusun kedalam kerangka berpikir sebagai panduan dalam pengerjaan. Digunakannya *concept-based framework* dikarenakan dalam pengangkatan topik dan konteks memunculkan beberapa permasalahan rancang yang membutuhkan translasi pada pendekatan desain yang diangkat yaitu musik.

Isu dan topik yang menjadi *driving factor* pada rancangan ini ialah stres dan musik. Kedua elemen tersebut pun

dikaitkan dengan arsitektur sehingga dapat menarik hipotesa yaitu dengan mengintegrasikan arsitektur dan musik, dapat diciptakannya sebuah objek yang dapat menjadi media pencegah dan pengurangan stres, yakni dengan membuat sebuah museum (Gambar 12). Kemudian, hipotesa tersebut pun dikerucutkan hingga memunculkan 3 *keyword* yang menjadi *judgement criteria* yaitu: *interactive*, *audiovisually relaxing*, dan *connects to the environment*. Ketiga *keyword* tersebut merupakan kriteria yang akan diterapkan pada ruang sesuai dengan aktivitas yang ingin diciptakan oleh ruangan tersebut.

Dikarenakan musik merupakan elemen diluar arsitektural syntax, maka dari itu dilakukan structure mapping berupa domain transfer terhadap elemen-elemen dalam musik. Dari struktur mapping tersebut, diperoleh elemen-elemen arsitektural *syntax* yaitu: *space, shape, form, texture, dan color* (Gambar 10). Elemen yang sudah didapat kemudian diintegrasikan dalam rancangan dengan Metode dan konsep sebagai bantuan sehingga keluarlah hasil akhir desain.

E. Kriteria Desain

Berdasarkan elemen-elemen (*space, shape, form, texture, color*) yang diperoleh dari structure mapping dan pertimbangan pendekatan dan metode desain, maka diperoleh kriteria desain sebagai berikut (Gambar 11):

- Bangunan harus memiliki elevasi yang berbeda pada setiap kategori massa, sehingga memanfaatkan volume ruang yang dapat berpengaruh dalam pantulan suara dan skala.
- Ruang pameran museum harus dapat dikunjungi dan diamati selama minimal 10 menit sebelum berpindah tempat menuju ruang pameran lain.
- Bangunan harus memiliki ruang yang dibedakan melalui warna, genre musik, dan fungsi sehingga user dapat rileks saat menggunakan elemen panca indera secara maksimal dalam melakukan aktivitas.
- Program ruang pada bangunan harus bersifat interaktif dan terbuka.
- Area publik pada bangunan harus bersifat terbuka agar cahaya alami yang masuk dapat memberi kesan ruang yang terang dan sirkulasi yang luas.

III. HASIL DAN EKSPLORASI DESAIN

A. Ide Konsep

Ide konsep perancangan ini mengedepankan tentang bagaimana manusia dapat mulai memperhatikan kesehatan mentalnya terhadap stres, dan bagaimana musik sebagai pendekatan dapat diaplikasikan ke dalam desain bangunan agar dapat merespon isu dengan cara mencegah maupun mengurangi. Maka dari itu, pameran-pameran dan pengaplikasian musik pada pada museum ini dilakukan secara interaktif. Proses interaktif ini dilakukan melalui penggunaan beberapa Metode pada rancangan yaitu: arsitektur perilaku dan psikologi musik, yang dapat mengoptimalkan panca indera (sensori).

B. Eksplorasi Formal

Konsep ruang dan programatik memerhatikan beberapa unsur seperti: material, luas, volume, elevasi, dan sensory play (visually (seeing), audibly (hearing), tactile (touching)). Konsep ini merupakan hasil dari penataan ruang berdasarkan alur layaknya melodi dalam musik, sehingga menitikberatkan kepada sirkulasi manusia dan elevasi serta luas ruangan.

Konsep eksplorasi formal merupakan respon dari kriteria yang telah dirancang sebelumnya. Aspek formal memerhatikan beberapa unsur seperti: material, orientasi, penataan massa, elevasi, bukaan, dan warna. Berdasarkan metode arsitektur perilaku, sirkulasi menjadi hal yang krusial dalam desain konsep rancangan.

Perletakan ruang dipengaruhi oleh kondisi tapak dan aktivitas pada ruang. Museum ini dirancang memiliki sirkulasi yang bersifat 'looping' atau berputar, membuat

lobby berperan sebagai titik kumpul utama (Gambar 13). Adapun ilustrasi alur sirkulasi dapat dilihat pada Gambar 14.

C. Respon Bentuk

Bentuk dan ruang bangunan merespon 3 keyword *judgment criteria* yang muncul dari diagram pengaplikasian kerangka berpikir *concept-based* yaitu:

1) Interactive

Suasana ruang pameran yang dapat menciptakan interaksi antar user dan seni pada ruangan.

2) Audiovisually Relaxing

Menciptakan suasana yang rileks dan tenang dengan cara menyatukan musik dengan karya seni yang dipajang, sehingga dapat merangsang indera pengelihatannya dan pendengarannya.

3) Connect to The Environment

Membawa masuk ambience lingkungan eksisting yang mengelilingi tapak seperti taman dengan jalan setapak dan danau, sehingga dengan alam sebagai salah satu elemen pembentuk bangunan, user dapat merasakan ketenangan yang dibawanya.

Transformasi bentuk yang tercipta muncul dari kebutuhan ruang keinginan untuk menciptakan area hijau yang berpusat ditengah-tengah bangunan. Alasan diletakkannya area hijau tersebut ialah agar ruang-ruang yang terletak mengelilingi area hijau tersebut mendapatkan orientasi dengan visualisasi yang bersifat serene pada lanskap area hijau yang ada. *Ramp* yang menghubungkan Ruang Pameran Utama dengan Ruang Relaksasi Musik juga berfungsi sebagai ruang transisi yang memanfaatkan area hijau pada tapak pada satu sisi, dan danau dan taman eksisting pada sisi yang satunya. Gambar 15 menunjukkan aksonometri struktur dan material.

Pada Gambar 16 yang merupakan ilustrasi karya instalasi seni pada Ruang Pameran Utama, *user* diharapkan untuk bisa merasakan ketenangan melalui *leveling* pada instalasi karya yang ada, dan jendela kaca yang besar yang memperlihatkan area hijau di luar. Gambar 17 menunjukkan Ruang Pameran Sewa yang terletak bersebelahan dengan Lobby. Ramp pada Gambar 19 merupakan area transisi yang berfungsi sebagai transportasi vertikal menuju Ruang Relaksasi Musik pada Gambar 18.

Gambar 20 menunjukkan jalur yang mempersatukan tapak dengan danau eksisting, dimana pada area tersebut diberikan tempat untuk komunal dengan suasana yang serene. Gambar 21 menunjukkan tampak barat bangunan yang dilihat dari seberang danau eksisting. Suasana eksterior yang tercipta diharapkan dapat memberi peran terpenting yaitu serene, dengan memanfaatkan eksisting lanskap dan alam, dan secara tidak langsung membawanya ke dalam bangunan melalui bukaan kaca yang telah diaplikasikan dalam rancangan.

IV. KESIMPULAN

Musik merupakan suatu fenomena yang mampu mengeksplorasi penanganan akan sebuah isu-isu melalui media arsitektur. Salah satu isu yang umum adalah stres, dimana stress merupakan gangguan kesehatan mental yang sebenarnya dapat ditangani secara mandiri melalui musik. Persepsi terhadap *genre* musik yang cocok untuk didengarkan merupakan sesuatu yang subjektif, dimana ia bersifat bergantung kepada selera setiap individu. Namun,

berdasarkan literatur yang telah ditemukan sebelumnya mengatakan bahwa genre musik *jazz*, *classical*, dan *easy-listen* merupakan 3 *genre* yang paling ampuh dalam menangani masalah stres. Interpretasi arsitektur, musik, dan ruang pada *Serene Museum* ini dapat dirasakan melalui alat sensor manusia yang secara langsung membuat fisik dan emosional pengguna ikut berpartisipasi dalam berinteraksi dengan pameran. Melalui pendekatan musik dan arsitektur perilaku, rancangan pada penelitian ini diharapkan dapat mewujudkan musik yang dibentuk menjadi sebuah ruang, dimana kemudian ditata sedemikian hingga membentuk sebuah arsitektur yang dapat memiliki pengaruh positif pada kesehatan mental banyak manusia.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] A. W. Putri, B. Wibhawa, and A. S. Gutama, "(2014), "Kesehatan mental masyarakat indonesia (pengetahuan dan keterbukaan masyarakat terhadap gangguan kesehatan mental)," *Pros. KS Ris. PKM*, vol. 2, no. 2, pp. 252–258, 2014.
- [2] E. Atwater, *Psychology of Adjustment: Personal Growth in a Changing World*, 2nd ed. New Jersey: Prentice Hall, 1983.
- [3] A. P. Merriam, *The Anthropology of Music*, 1st ed. United States of America: North Western University Press, 1964.
- [4] S. Merrit, *Simponi Otak*. Bandung: Mizan Media Utama, 2003.
- [5] Plowright and P. D., *Revealing Architectural Design: Methods, Frameworks and Tools*, 1st ed. Norfolk: Fakenham Prepress Solutions, 2014.
- [6] A. N. Tandali and P. P. Egam, "Arsitektur berwawasan perilaku (behaviorisme)," *Media Matrasain*, vol. 8, no. 1, pp. 53–67, 2011.