

TA 162E

Perancangan Pusat Kesehatan dan Kebugaran Fisik-Mental di Kota Semarang dengan Pendekatan Desain Wellness Architecture sebagai Fasilitas Preventif dan Promotif Kesehatan Masyarakat Perkotaan

AKTUALITAS & ISU

Menurut BPS 2025, **Indonesia** menempati urutan ke-4 sebagai negara dengan jumlah penduduk terbesar di dunia dengan jumlah penduduk Indonesia mencapai **284.438.800 jiwa**.

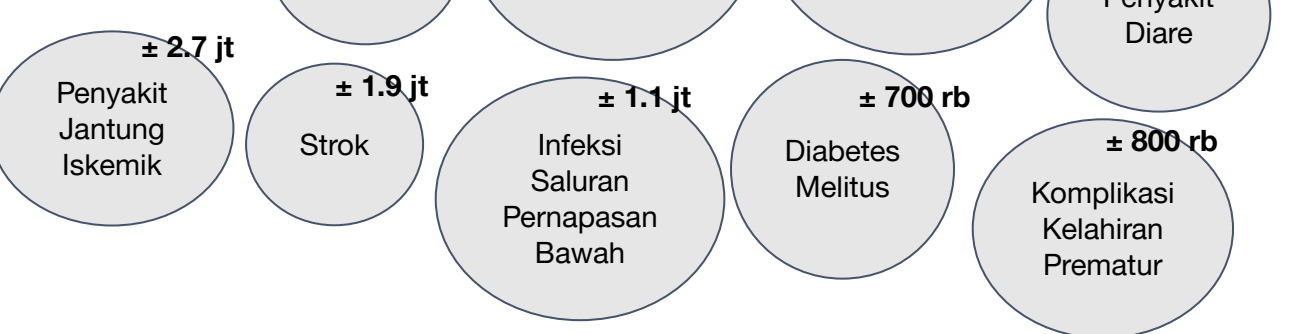


usia muda & produktif memiliki **PERAN PENTING TERHADAP KUALITAS HIDUP NEGARA**

Seiring berjalannya waktu dan perubahan gaya hidup di setiap jaman, **kelompok usia muda dan produktif menghadapi berbagai tantangan yang berimbas kepada kualitas hidup suatu negara.**

Pengukuran **kualitas hidup** yaitu **dimensi kesehatan**, dimensi pendidikan, dan dimensi pengetahuan (Baris & Osman dalam Jamaruddin & Sudirman, 2022)

Menurut WHO, **penyebab utama kematian pada 2021**



Depresi dan kecemasan (ansietas), menjadi 2 gangguan kesehatan mental yang paling berpengaruh karena keduanya menempati **peringkat di antara 25 Penyebab Utama dalam Beban Penyakit di Dunia** pada tahun 2019 (Survei Kesehatan Indonesia Kemenkes, 2025)

Kondisi ini menunjukkan bahwa dimensi kesehatan yang dimiliki **Indonesia**, dengan kelompok usia muda dan produktif sebagai mayoritas, **belum sepenuhnya mencerminkan kondisi ideal suatu negara dengan kualitas hidup yang baik.**

MAKA DARI ITU, diperlukan upaya yang lebih komprehensif melalui **PENDEKATAN PREVENTIF DAN PROMOTIF** guna menekan risiko serta mencegah berkembangnya gangguan kesehatan sejak dini.

POLA HIDUP SEHAT Disimpulkan dari berbagai ahli bahwa pola hidup sehat sebagai upaya preventif dan promotif kesehatan mencakup aspek-aspek:

- Pola Makan dan Gizi (Nutrisi)
- Aktivitas Fisik
- Kesehatan Mental Spiritual dan Emosi
- Pola Merokok dan Alkohol
- Cek Kesehatan Berkala
- Pola Tidur

Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) oleh Kementerian Kesehatan (2023)												
Prevalensi Penyakit Menular (PMN)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Menular (PMN)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Menular (PMN)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Menular (PMN)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Menular (PMN)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Menular (PMN)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Menular (PMN)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Menular (PMN)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Menular (PMN)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Menular (PMN)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Menular (PMN)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Menular (PMN)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Menular (PMN)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Menular (PMN)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
Prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM)	Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan		Kandungan		Asupan	
	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun	10-14 tahun	15-64 tahun
	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%	15.3%
	15.3%	15.3										