

BAB VIII PENUTUP

8.1 Kesimpulan

Jumlah remaja terbanyak di Sumatera Barat terdapat di Kota Padang, dengan total 220.252 jiwa dalam rentang usia 10-24 tahun, berdasarkan data pembagian jenis kelamin. Dengan banyaknya jumlah remaja yang ada terdapat keberagaman perilaku yang mengakibatkan adanya kualitas pada remaja tersebut. Adapun remaja yang baik yaitu sehat secara fisik dan rohani yang dapat dilihat dari perilaku ketika seseorang menyadari kemampuan mereka dapat mengatasi tantangan hidup mereka dan dapat memberikan kontribusi positif untuk lingkungannya. Namun keadaan remaja pada masa kini cenderung memiliki kualitas yang rendah yang dapat dilihat dari perilaku remaja yang cenderung tidak peduli dengan kesehatan fisiknya seperti tidak pernah berolah raga, suka begadang, memakan makanan yang tidak sehat dan masih banyak lainnya. Begitu juga dengan kemampuan sosial remaja pada masa kini yang lebih suka berinteraksi melalui media sosial yang menyebabkan menurunnya kemampuan bersosialisasi secara langsung antar sesama. Adapun kualitas mental remaja masa kini yang menurun dikarenakan banyaknya faktor baik dari keluarga, lingkungan sekitar, bahkan diri sendiri yang menyebabkan banyaknya remaja yang mengalami stres maupun depresi.

Dengan perencanaan gelanggang remaja di Kota Padang ini diharapkan mampu :

- Mengatasi penurunan kualitas remaja di Kota Padang.
- Memaparkan pengaruh kesehatan fisik, sosial, serta mental pada remaja.
- Menyampaikan peran manusia dalam mengatasi kualitas remaja.
- Mendesain gelanggang remaja dengan pendekatan *cross programming* di Kota Padang.
- Mewadahi sarana dan prasarana untuk memenuhi aktivitas remaja dalam meningkatkan kualitas fisik, sosial maupun mental melalui kegiatan yang bersifat positif serta interaksi sosial antar sesama.
- Menciptakan ruang-ruang bagi remaja dalam upaya peningkatan kualitas remaja.

8.2 Saran

Dalam perencanaan gelanggang remaja ini berfokus pada kegiatan remaja dalam meningkatkan kualitasnya yang membutuhkan ruang-ruang untuk kegiatan tersebut. Dalam perencanaan ini lokasi yang terpilih yaitu pada kawasan batang arau dimana pada kawasan tersebut terdapat sasaran yang tepat yaitu banyaknya jumlah remaja. Selain berfokus pada objek sasaran yaitu remaja, gelanggang ini mempergunakan bangunan-bangunan yang tidak terpakai maupun bangunan yang fungsinya kurang dapat dipergunakan sehari-hari dengan mengimplementasikan pendekatan *cross-programming* dalam pemanfaatan ruang pada bangunannya. Terdapat beberapa aspek yang harus dapat diperhatikan seperti aspek keamanan dan kenyamanan. Maka dari itu, dengan adanya saran-saran yang tertera diatas diharapkan perencanaan gelanggang remaja ini dapat membawa manfaat yang positif bagi masyarakat khususnya bagi remaja Kota Padang.

62

DAFTAR PUSTAKA

- [1] A. S. Menti, "6 Universitas Sumatera Utara," no. 1990, pp. 6–24, 2011, [Online]. Available: repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/22456/4/Chapter II.pdf
- [2] A. W. Saidi, A. P. U. P. Lestari, and I. M. G. A. Dhipta, "Gelombang Remaja Di Gianyar," *J. Tek. Gradien*, vol. 13, no. 1, pp. 84–95, 2021, doi: 10.47329/teknikgradien.v13i1.744.
- [3] K. Wiens *et al.*, "A growing need for youth mental health services in Canada: Examining trends in youth mental health from 2011 to 2018," *Epidemiol. Psychiatr. Sci.*, 2020, doi: 10.1017/S2045796020000281.
- [4] A. Rosmalina and T. Khaerunnisa, "Penggunaan Media Sosial dalam Kesehatan Mental Remaja," *Prophet. Prof. Empathy, Islam. Couns. J.*, vol. 4, no. 1, p. 49, 2021, doi: 10.24235/prophetic.v4i1.8755.
- [5] L. Fajarwati Kholig, S. Supriadi, M. Andri, T. Erviyanti, and V. Oktavianti, "Pembinaan Kesehatan Mental Remaja Di MTS Ngalaban Desa Bendet Kecamatan Diwek Jombang," *J. Pengabd. Masy. Darul Ulum*, vol. 1, no. 1, pp. 45–51, 2022, doi: 10.32492/dimas.v1i1.522.
- [6] I. P. A. Saskara and Ulio, "Peran Komunikasi Keluarga dalam Mengatasi Toxic Parents bagi Kesehatan Mental Anak," *Pratama Widya J. Pendidik. Usia Dini*, vol. 5, no. 2, pp. 125–134, 2020, [Online]. Available: <https://ejournal.ihdn.ac.id/index.php/PW/article/view/1820/1493>
- [7] Y. Dewi, R. Relaksana, and A. Y. M. Siregar, "Analisis Faktor Socioeconomic Status (Ses) Terhadap Kesehatan Mental: Gejala Depresi Di Indonesia," *J. Ekon. Kesehat. Indones.*, vol. 5, no. 2, pp. 29–40, 2021, doi: 10.7454/eki.v5i2.4125.
- [8] I. Pelgrims *et al.*, "Association between urban environment and mental health in Brussels, Belgium," *BMC Public Health*, vol. 21, no. 1, pp. 1–18, 2021, doi: 10.1186/s12889-021-10557-7.
- [9] Z. Zhang and W. Chen, "A Systematic Review of the Relationship Between Physical Activity and Happiness," *J. Happiness Stud.*, vol. 20, no. 4, pp. 1305–1322, 2019, doi: 10.1007/s10902-018-9976-0.
- [10] S. M. Hassan *et al.*, "Social prescribing for people with mental health needs living in disadvantaged communities: The Life Rooms model," *BMC Health Serv. Res.*, vol. 20, no. 1, pp. 1–9, 2020, doi: 10.1186/s12913-019-4882-7.
- [11] W. Rahmat, "Pengaruh Tipe Kepribadian dan Kualitas Persahabatan dengan Kepercayaan pada Remaja Akhir," *Psikoborneo J. Ilm. Psikol.*, vol. 2, no. 1, pp. 41–47, 2014, doi: 10.30872/psikoborneo.v2i1.3572.
- [12] R. Dantrivani, Hardiyati, and Sumaryoto, "Penerapan arsitektur kontekstual," *Senthong J. Ilm. Mhs. Arsit.*, vol. 4, no. 1, pp. 240–249, 2021, [Online]. Available: <https://jurnal.ft.uns.ac.id/index.php/senthong/article/download/1269/639>
- [13] T. Widati, "Pendekatan Kontekstual dalam Arsitektur Frank Lloyd Wright," *J. Perspekt. Arsit.*, vol. 10, no. 1, pp. 38–44, 2015, [Online]. Available: <https://e-journal.upr.ac.id/index.php/JTA/article/view/857/696>
- [14] J. B. Mapossa, "No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析Title," *N. Engl. J. Med.*, vol. 372, no. 2, pp. 2499–2508, 2018, [Online]. Available: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/7556065>
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/7556065>
<http://www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=PMC394507>
<http://dx.doi.org/10.1016/j.humpath.2017.05.005>
<https://doi.org/10.1007/s00401-018-1825-z>
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27157931>