

ABSTRAK

Seiring meningkatnya urbanisasi, kondisi lingkungan perkotaan mengalami berbagai permasalahan seperti menurunnya kualitas udara, meningkatnya kebisingan, dan berkurangnya ruang hijau. Fenomena ini berkontribusi pada *urban stress* yang berdampak negatif pada kesehatan fisik, mental, dan emosional masyarakat. Jika tidak ditangani, ketegangan ini dapat menurunkan kualitas hidup dan produktivitas.

Kesadaran masyarakat akan kesehatan holistik kini semakin meningkat dan mulai beralih ke gaya hidup sehat, termasuk mengonsumsi obat alami berbasis tanaman aromatik dan herbal. Daerah di Yogyakarta khususnya Hargobinangun, Kecamatan Pakem memiliki potensi besar untuk pengembangan fasilitas *wellness* berbasis tanaman herbal. Namun, belum tersedia fasilitas yang secara khusus mengintegrasikan pengobatan alami dengan pengalaman arsitektural yang mendukung penyembuhan.

Aromaherb Wellness Center menawarkan solusi dengan menggabungkan berbagai fasilitas kebugaran yang menekankan pada integrasi ruang dalam dan luar untuk mendukung pemulihan fisik dan mental. Fasilitas ini menyuguhkan pengalaman holistik melalui terapi aromaterapi, konsumsi jamu dan hidangan sehat, serta aktivitas berbasis alam dan budaya lokal. Hubungan erat antara ruang dalam dan luar memungkinkan akses udara segar, cahaya alami, serta koneksi langsung dengan lanskap sekitar yang dapat mempercepat pemulihan dan mengurangi stres.

Aromaherb Wellness Center diharapkan menjadi pusat kesehatan holistik dengan mengoptimalkan potensi aromatik dan herbal, serta menerapkan desain yang mendukung keseimbangan tubuh dan pikiran. Fasilitas ini tidak hanya berfokus pada relaksasi dan terapi, tetapi juga memberikan edukasi dan pengalaman rekreasi berkelanjutan guna meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

Kata kunci: *aromaherb wellness center*, integrasi ruang dalam dan ruang luar, kesehatan holistik, tanaman aromatik dan herbal, *urban stress*.

ABSTRACT

As urbanization increases, urban environmental conditions experience various problems such as declining air quality, increasing noise, and decreasing green space. This phenomenon contributes to urban stress which has a negative impact on people's physical, mental, and emotional health. If not addressed, this tension can reduce quality of life and productivity.

Public awareness of holistic health is now increasing and they are starting to shift to a healthy lifestyle, including consuming natural medicines based on aromatic plants and herbs. The area in Yogyakarta, especially Hargobinangun, Pakem District, has great potential for the development of herbal plant-based wellness facilities. However, there are no facilities that specifically integrate natural medicine with architectural experiences that support healing.

Aromaherb Wellness Center offers a solution by combining various fitness facilities that emphasize the integration of indoor and outdoor spaces to support physical and mental recovery. This facility offers a holistic experience through aromatherapy therapy, consumption of herbal medicine and healthy dishes, as well as activities based on nature and local culture. The close relationship between indoor and outdoor spaces allows access to fresh air, natural light, and direct connection with the surrounding landscape that can accelerate recovery and reduce stress.

Aromaherb Wellness Center is expected to be a holistic health center by optimizing the potential of aromatic and herbal, and implementing a design that supports the balance of body and mind. This facility not only focuses on relaxation and therapy, but also provides education and sustainable recreational experiences to improve the quality of life of the community.

Keywords: aromaherb wellness center, integration of indoor and outdoor spaces, holistic health, aromatic and herbal plants, urban stress.