

Integrasi Konfigurasi *Healing Garden* Pada Fasilitas Kesehatan Mental

Nabila Puspitowati dan Iwan Adi Indrawan

Departemen Arsitektur, Institut Teknologi Sepuluh Nopember (ITS)

e-mail: iwanadiindrawan@arch.its.ac.id

Abstrak—Angka kasus gangguan kesehatan mental di Indonesia cukup memprihatinkan. Faktor penyebab gangguan kecemasan berasal dari lingkungan sekitar seperti pekerjaan, sekolah, pertemanan, bahkan keluarga sendiri dan jika dibiarkan berkepanjangan dapat memperburuk keadaan psikologis dan berdampak ke kehidupan kedepannya. Mendatangi seorang profesional mereupakan salah satu cara untuk menangani gangguan kecemasan. Arsitektur hadir untuk merespon isu tersebut dengan menyediakan bangunan dengan *healing environment*. Dengan memasukkan analisa perilaku manusia dalam rancangan dengan bantuan *psychology architecture* sebagai pendekatan yang memfokuskan studi mengenai hubungan antara manusia dengan lingkungannya serta desain biofilik sebagai metode, diharapkan rancangan dapat mewedahi kebutuhan penduduk Jakarta dan menghasilkan respon positif terutama bagi mereka yang memiliki masalah dengan gangguan kecemasan.

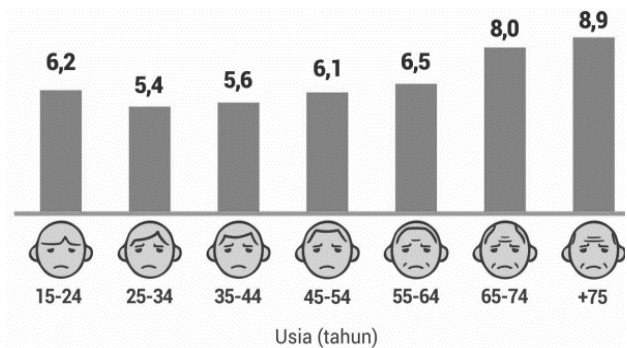
Kata Kunci— Fasilitas Kesehatan, Gangguan Kecemasan, *Healing Garden*, Pola Sirkulasi, *Psychology Architecture*.

I. PENDAHULUAN

KONDISI gangguan mental di Indonesia cukup memprihatinkan. Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar dari Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2018 Gambar 1, sebesar 13,4% penduduk di Indonesia hidup dengan gangguan mental dan sebesar 4,5% kasus kematian disebabkan oleh gangguan mental [1]. Salah satu fenomena gangguan mental, lebih tepatnya gangguan mental ringan, yang terjadi di Indonesia adalah *quarter life crisis*, dimana mereka yang merasakannya memiliki perasaan tidak memiliki arah, khawatir, dan bingung akan ketidakpastian kehidupannya di masa yang akan datang Gambar 2 [2]. Dalam menghadapi sebuah masalah, tidak semua orang dapat meng-abaikan pikiran negatif yang terus menggangukannya. Orang dengan kecemasan berlebih cenderung memendamnya dan tidak menyuarkan apa yang mereka rasakan Gambar 3. Hal ini bisa memicu rasa kesendirian yang dapat memperburuk keadaan psikologis yang akan berdampak ke kehidupannya dan jika dibiarkan dapat mengganggu fisik, emosi menjadi tidak stabil, dan sosialisasi juga terganggu.

Fasilitas kesehatan yang menangani permasalahan tersebut khususnya di Jakarta masih banyak yang ditemukan hanya mengutamakan aspek fungsinya saja tanpa memperhatikan aspek lainnya, seperti estetika atau bahkan aspek manusia atau penggunaannya itu sendiri. Sudah seharusnya pengguna menjadi poin penting yang perlu diperhatikan terutama pada fasilitas kesehatan.

Maka dari itu, tujuan dari penelitian ini adalah menemukan cara untuk membantu mengurangi angka gangguan kecemasan yang dialami di Indonesia khususnya Jakarta yang akan dihadirkan dalam fasilitas kesehatan terapi mental



Gambar 1. Prevalensi Depresi pada Penduduk menurut Kelompok Umur.



Gambar 2. Ilustrasi Gangguan Kecemasan

dengan menjadikan manusia sebagai poin utama dalam seluruh prosesnya.

Selain peran dari seorang ahli psikologi, arsitektur dapat membantu untuk menangani permasalahan ini. Arsitektur memang tidak dapat menyembuhkan, namun arsitektur dapat menciptakan lingkungan yang dapat menyembuhkan [3]. Desain arsitektur dapat menunjang proses penyembuhan dikarenakan desain arsitektur dapat memberikan pengaruh pada psikologis dan fisik pasien dengan mengutamakan suasana nyaman, tenang, serta meningkatkan semangat hidup pasien. Kalimat tersebut sesuai dengan salah satu konsep arsitektur, yaitu *Therapeutic Architecture*. Konsep ini merupakan konsep arsitektur yang berpusat pada manusia yang bertujuan untuk mengidentifikasi-kasi dan mendukung cara-cara penggabungan elemen-elemen spasial yang berinteraksi dengan manusia secara fisiologis dan psikologis ke dalam desain Gambar 4 [4].

II. METODE

A. Force-based Framework

Proses penelitian ini dibantu dengan penggunaan kerangka berpikir agar proses dapat dilakukan dengan terstruktur. Kerangka berpikir yang digunakan pada proses ini ialah



Gambar 3. Ilustrasi.



Gambar 4. REHAB, Basel, *Rehabilitation Center*. Preseden Konsep *Therapeutic Architecture*.

Force-based Framework Gambar 5. *Force-based framework* sendiri merupakan bentuk pendekatan kerangka berpikir secara non-formal dalam pengambilan keputusan mendefinisikan bentuk [5]. Kerangka berpikir ini dimulai dengan *identifying forces*. Untuk mengidentifikasi *force*, *force* didapatkan dari isu yang diangkat. Dari isu bisa mendapatkan konteks Gambar 6, kebiasaan, dan kebutuhan. Maka, *force* dari penelitian ini adalah pola perilaku manusia. Setelah mengidentifikasi *force*, dilanjutkan dengan *propose forms*, yaitu menyusun aktivitas beserta ukuran dan bentuk ruangnya yang akan dihadirkan pada rancangan. Tahap *propose forms* dan tahap selanjutnya yaitu *refine* dan *assemble system* merupakan tahap yang dilakukan secara berulang karena merupakan tahap eksplorasi. Dan tahap terakhir adalah *proposal* yang merupakan hasil akhir.

B. Psychology Architecture sebagai Pendekatan Desain

Dengan menjadikan manusia sebagai poin utama dalam seluruh prosesnya, *Psychology Architecture* ditetapkan



Gambar 6. Konteks dalam Mengidentifikasi *Force*.



Gambar 7. Ilustrari Pendekatan.



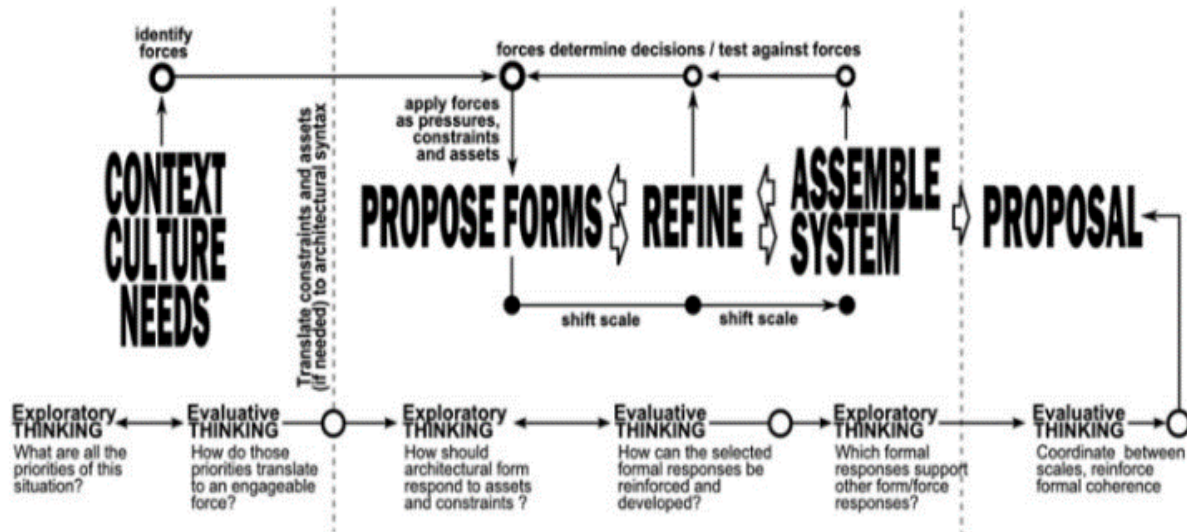
Gambar 8. Preseden Konsep *Healing Garden*.

sebagai pendekatan Gambar 7. Hal ini dikarenakan psikologi dapat dihubungkan dengan segala hal dan salah satunya adalah arsitektur. Psikologi Arsitektur mendalami tentang interaksi antara manusia dan lingkungannya. Interaksi yang dimaksud seperti persepsi spasial, perilaku orientasi, kebutuhan hidup, dan kepuasan [6]. Penggunaan *Psychology Architecture* sebagai pendekatan bertujuan untuk membantu memahami pengaruh elemen-elemen arsitektur dan lingkungan seperti bentuk, warna, cahaya, suara, dan juga tumbuhan terhadap psikologi manusia.

1) Warna

Dari banyaknya warna yang ada, masing-masing warna memiliki efek terhadap psikologi yang berbeda-beda dan setiap warnanya memiliki efek positif dan negatif. Hal ini disebut juga dengan *The Psychological Effect of Color* [7]. Berikut efek dari beberapa warna terhadap psikologi manusia:

- a) Hitam. Bagi sebagian orang, hitam mengartikan sebuah keunggulan, kekuasaan, dan banyak digunakan sebagai



Gambar 5. Force-Based Framework.

daya tarik. Namun, banyak juga yang menggunakan warna hitam untuk melambangkan suatu hal yang negatif seperti kematian, hal jahat, dan ketakutan

- b) Putih. Dari sisi positifnya, putih merepresentasikan sebuah arti kesucian, kepolosan, kemurnian. Selain itu, dinding berwarna putih membuat ruangan tampak lebih besar dan lebih luas, namun sisi negatifnya sekaligus memberi kesan kosong, dingin, dan kaku.
- c) Merah. Merah selalu dikaitkan dengan kekuatan, kemarahan, cinta, dan gairah. Selain itu warna merah dapat menstimulasi beberapa perasaan seperti lebih berhati-hati, kegembiraan, dan juga kekuasaan.
- d) Biru. Merah selalu dikaitkan dengan kekuatan, kemarahan, cinta, dan gairah. Selain itu warna merah dapat menstimulasi beberapa perasaan seperti lebih berhati-hati, kegembiraan, dan juga kekuasaan.

2) Suara

Suara mampu menghasilkan sebuah respon bagi pendengarnya. Suara alami dapat membuat pendengarnya merasa tenang dan aman [8]. Sedangkan suara yang keras dan mengganggu membuat yang mendengarnya menjadi tidak nyaman dan dapat memecah fokus. Suara alami yang dimaksud bisa dari suara air, suara angin yang berhembus meniup dedaunan, dan suara kicauan burung. Selain itu, dengan mendengarkan musik juga dinilai meningkatkan perasaan rileks.

3) Tumbuhan

Hadirnya tumbuhan pada fasilitas kesehatan cukup lah penting karena tumbuhan memiliki beberapa manfaat untuk kesehatan dan kesejahteraan manusia. Adanya tumbuhan pada suatu ruang atau hanya dengan melihat keindahan tumbuhan dapat membantu pasien sembuh lebih cepat. Selain itu, tumbuhan juga dapat meningkatkan mood dan mengurangi tingkat stress yang dirasakan. Berada di sekitar tumbuhan akan meningkatkan perasaan senang dan tenang.

C. Arsitektur dan Panca Indera

Manusia memiliki hubungan erat dengan arsitektur secara lingkungan arsitektur merupakan tempat berlangsungnya aktivitas kehidupan utama setiap manusia. Aspek eksternal seperti lingkungan dapat mempengaruhi psikologis manusia dengan merangsang panca indera manusia. Panca indera yang memiliki hubungan dan pengaruh terhadap elemen arsitektur

[9], yaitu:

1) Penglihatan

Dalam penglihatan terdapat cahaya dan warna. Cahaya sendiri dibagi menjadi dua, yaitu *natural light* dan *artificial light*. Cahaya alami dari matahari dianggap sebagai sumber terbaik bagi kesehatan manusia secara fisiologis dan psikologis.

2) Pendengaran

Dengan mendengar suara yang nyaman dan tenang, seperti musik contohnya, dianggap dapat menurunkan tekanan darah, mengurangi penderitaan rasa sakit dan meningkatkan rasa rileks dan nyaman.

3) Penciuman

Bau yang harum atau menyenangkan dapat memberikan suasana yang menyenangkan yang dapat mendorong dan meningkatkan produktivitas

4) Peraba

Indera ini dapat dipengaruhi oleh temperatur dan material. Sebagai contoh, temperatur yang hangat, menyentuh air, meraba dinding bertekstur.

D. Konsep Healing Garden

Konsep ini hadir untuk memaksimalkan seluruh area tapak untuk membantu mencapai dari tujuan penelitian. *Healing garden* merupakan sebuah area hijau yang biasa ada di fasilitas kesehatan yang memiliki fungsi sebagai salah satu aspek untuk membantu mempercepat proses penyembuhan Gambar 8 [10]. Untuk membentuk *Healing Garden*, terdapat beberapa hal yang perlu dipersiapkan:

1) Temukan tujuan tumbuhannya

Dengan berbagai macam jenis tumbuhan, perlu ditentukan terlebih dahulu taman dengan tujuan seperti apa yang akan dihadirkan. Contoh: taman yang harum, taman yang indah dipandang.

2) Terdapat tempat duduk

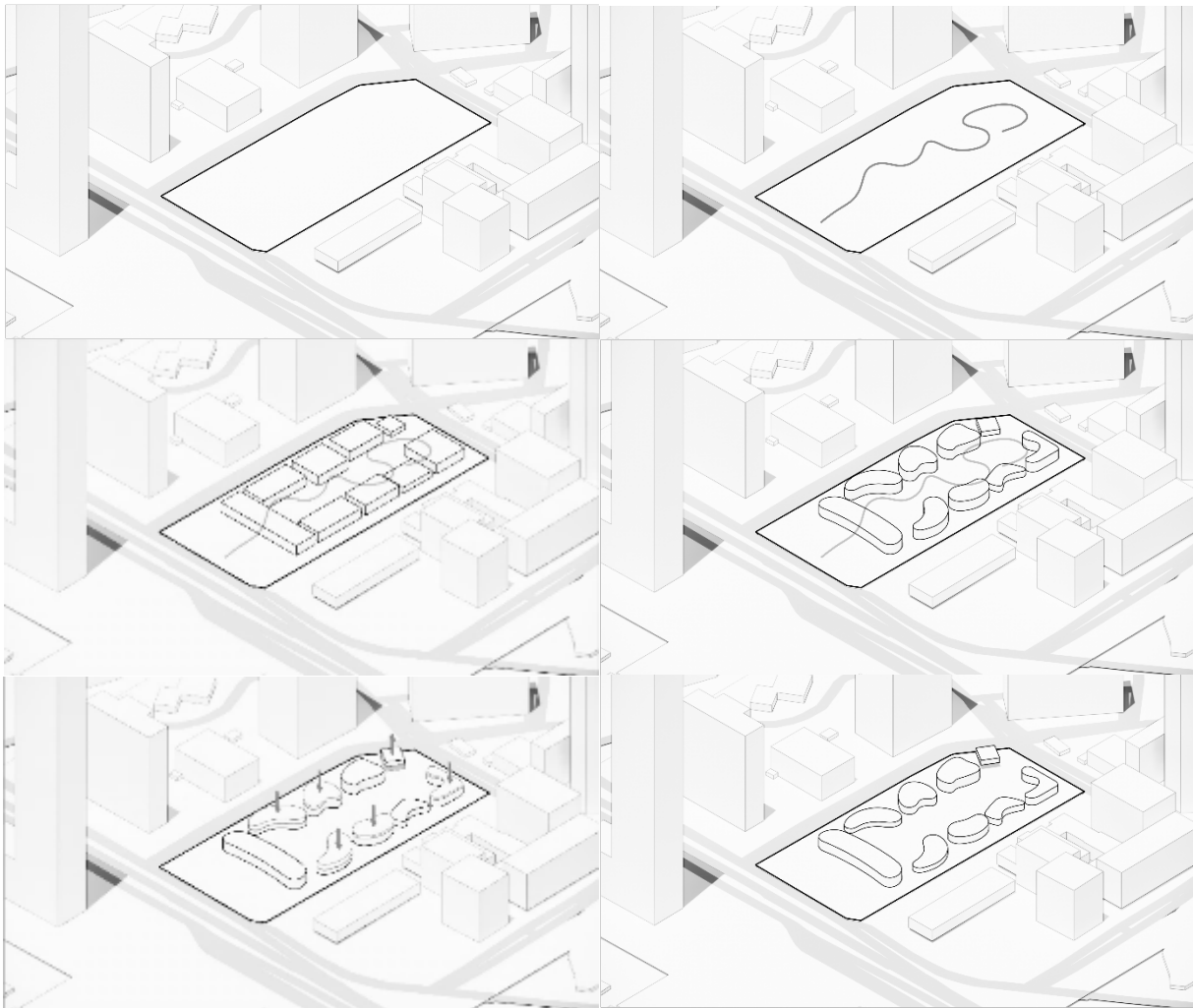
Tempat duduk dapat digunakan sebagai tempat beristirahat sekaligus mengobservasi keindahan taman dengan tenang.

3) Terdapat jalan setapak

Jalan setapak untuk mempermudah pengguna dalam bersirkulasi. Jalan setapak dapat dikelilingi oleh pagar atau semak-semak untuk memberi kesan aman.

4) Terdapat focal point

Focal point dapat seperti air mancur, *sculpture*, dll.



Gambar 10. Konsep Transformasi Massa.

5) Menghadirkan binatang

Binatang seperti kupu-kupu, burung, dan serangga akan hadir jika ada tumbuhan. Bisa dengan menambahkan tempat makan burung atau dengan memanfaatkan tumbuhan berbunga yang menyediakan nektar

E. Desain Biofilik sebagai Metoda Desain

Dalam penyusunan *Healing Garden*, Desain Biofilik hadir untuk membantu menyusun elemen-elemen taman dengan prinsip-prinsip yang ada. Desain Biofilik memiliki 14 prinsip yang dibagi menjadi 3 kategori [11], yaitu:

1) *Nature in Space*

Nature in Space menghadirkan alam secara langsung di dalam suatu ruang atau tempat yang menciptakan hubungan langsung yang kuat antara manusia dengan alam, terutama melalui gerakan dan interaksi indera manusia.

2) *Nature Analogues*

Nature Analogues, menganalogikan bentuk alam seperti objek, bahan, warna, konsep bentuk, urutan, dan pola ke dalam bentuk bangunan.

3) *Nature of the Space*

Nature of the Space, yaitu respons psikologis manusia terhadap kondisi alam.

III. HASIL DAN DISKUSI

Hasil dari studi literatur dan pengamatan perilaku sesuai dengan metode perancangan diterapkan dalam rancangan.

A. Transformasi Formal

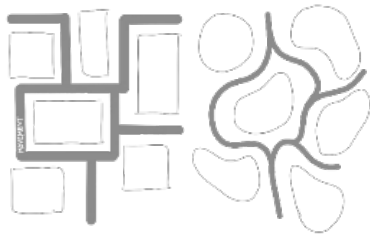
Berdasarkan *force* yang telah ditentukan, yaitu pola perilaku manusia, pada proses transformasi formal dikerucutkan kembali menjadi pola sirkulasi manusia. Manusia biasa bersirkulasi pada jalan yang sudah ada dan menghasilkan pola sirkulasi yang cenderung lurus dan kaku Gambar 9. Pada proses transformasi formal ini Gambar 10, karena sirkulasi manusia sebagai awal dari proses, pola sirkulasi yang terbentuk memiliki banyak liku dan tanpa arah. Pola tersebut terbentuk disaat manusia dibiarkan bersirkulasi pada lahan kosong dan pada jalan setapak. Aktivitas-aktivitas pada rancangan yang dibagi menjadi 9 massa untuk memanfaatkan pencahayaan dan penghawaan alami diletakkan pada lahan. Perubahan bentuk massa dari kotak menjadi lebih abstrak dikarenakan ingin mempertahankan pola sirkulasi yang telah terbentuk.

1) *Healing Garden*

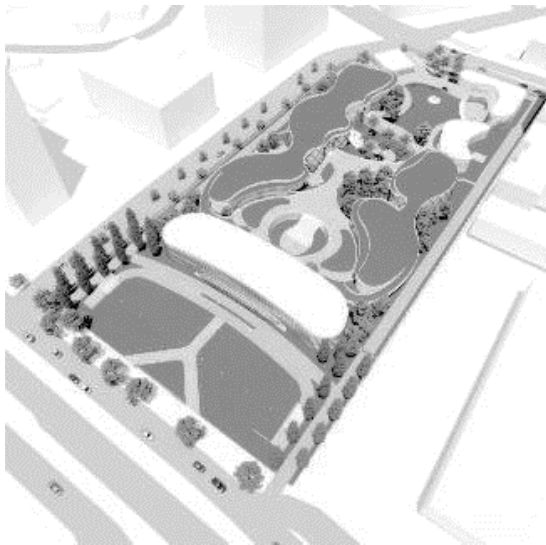
Rancangan dengan banyak massa yang terpisah menghasilkan banyak area yang dapat dijadikan taman. Taman juga dapat dimanfaatkan sebagai opsi area bagi pengunjung untuk melakukan konsultasi bersama Psikolog. Elemen-elemen pada taman dihadirkan berdasarkan prinsip dari konsep *Healing Garden*.

2) *Taman Pertama*

Taman pertama berada di antara massa dua dan empat



Gambar 9. Ilustrasi Perubahan Massa Berdasarkan Sirkulasi Manusia.



Gambar 11. Bird Eye View Rancangan.



Gambar 12. Perspektif Pintu Masuk.



Gambar 13. Taman Pertama.

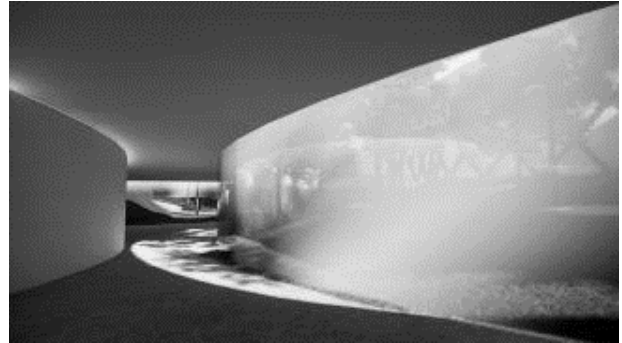
Gambar 13. Taman ini memfokuskan pada bunga atau harumnya. Tumbuhan yang ada pada taman ini adalah Bunga Mawar, Bunga Krisan, Bunga Lily, Bunga Lavender, Rumput Pampas, dan yang lainnya. Selain itu, juga terdapat tempat duduk yang didesain menyatu dengan pagar. Pagar ini berfungsi untuk memberi *privacy* pengguna taman terhadap sirkulasi *service* yang berada tepat dibelakangnya. Selain itu, terdapat kolam kecil pada tengah taman untuk memberi elemen alam selain tumbuhan pada taman

3) Taman Kedua

Taman kedua berada di antara massa lima dan tujuh Gambar 14. Berbeda dengan taman yang lainnya, taman ini



Gambar 14. Taman Kedua.



Gambar 15. Taman Kedua dari Basement.



Gambar 16. Taman Ketiga.



Gambar 17. Taman Keempat.

tidak dapat diakses oleh pengunjung. Namun, taman ini dapat dinikmati dari lantai basement Gambar 15 dan juga dari lantai satu. Tumbuhan yang digunakan pada taman ini ialah Pohon Ketapang.

4) Taman Ketiga

Taman ketiga berada di antara massa empat dan enam Gambar 16. Taman ini didesain simple dengan sedikit tumbuhan. Tumbuhan pada taman ini juga hanya satu macam, yaitu Pohon Palem. Selain itu terdapat batu berbentuk lingkaran sebagai ornamen. Taman ini dapat diakses dari lantai basement. Selain itu diantara massa empat dan enam juga terdapat tangga yang dapat digunakan pengunjung

sebagai tempat duduk karena masing-masing dari anak tangga memiliki lebar hingga 1m.

5) Taman Keempat

Taman keempat ini berada di bagian belakang rancangan, tepatnya diantara massa delapan dan sembilan Gambar 17. Taman ini juga terbagi menjadi dua, Desain taman keempat ini sama dengan taman ketiga, dimana desain taman terlihat lebih *simple*.

B. Sirkulasi

Untuk memaksimalkan peran manusia dalam proses rancang, sirkulasi dimodifikasi dengan mengubah level massa. Dengan permainan level pada tanah membuat sirkulasi tidak hanya berliku secara vertikal namun juga secara horizontal. Dengan rancangan yang didominasi oleh area taman dengan jalur sirkulasi yang berliku akan memberi pengalaman berbeda selama bersirkulasi bagaikan sedang berada di alam bebas walau kenyataannya tetap berada di pusat kota Gambar 10.

IV. KESIMPULAN

Dalam tahap mengintegrasikan *landscape* pada bangunan kesehatan dibantu dengan *psychology architecture* sehingga *landscape* bisa berdaya sebagai *healing garden*. Dalam penyusunan *healing garden* pun terdapat faktor-faktor yang perlu diperhatikan, yaitu dengan menentukan elemen-elemen yang dapat menjadi stimulan bagi panca indera, seperti menentukan jenis taman, memperhatikan suara, cahaya, tekstur, material, dan yang lainnya. *Healing Garden* dengan elemen yang dapat menstimulasi panca indera dapat membantu mereduksi rasa cemas dan menggantinya dengan perasaan lebih rileks. Sebagai contoh, bunga harum yang

dapat menstimulasi indera penciuman, tumbuhan dan kolam yang dapat menstimulasi indera peraba, serta suara kicauan burung yang dapat menstimulasi indera pendengaran. Melihat sebuah taman dapat memberi dampak besar pada kesejahteraan penggunanya, diharapkan *Healing Garden* ini tidak hanya ada pada fasilitas kesehatan saja, tapi juga pada fasilitas lain seperti fasilitas pendidikan dan juga perkantoran.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Tim Riskesdas, "Laporan Riskesdas 2018 Nasional," 2018. [Online]. Available: <http://repository.bkpk.kemkes.go.id/id/eprint/3514>
- [2] R. Amalia, N. Titi Pratitis, and Suroso, "Psychological Well Being, Self Efficacy dan Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal," 2021.
- [3] B. Schaller, "Architectural Healing Environments," 2012. [Online]. Available: https://surface.syr.edu/architecture_theseshttps://surface.syr.edu/architecture_theses/62
- [4] E. Chrysikou, *Architecture for Psychiatric Environments and Therapeutic Spaces*. IOS Press, 2014.
- [5] P. D. Plowright, *Revealing Architectural Design Methods, Frameworks and Tools*. Newyork: Routledge, 2014.
- [6] S. T. Janetius, "Architectural Psychology," 2016.
- [7] Kendra Cherry, "Color Psychology: Does It Affect How You Feel?," *verywellmind*, 2020.
- [8] D. Griffiths, "How Sound Can Have a Powerful Effect on Your State of Mind," *Psychreg*, 2017. <https://www.psychreg.org/sound-effect-mind/>
- [9] D. W. A. Moneim, "Architecture and Human Behavior, Does Design Affect Our Senses?," *Journal of The Egyptian Society of Engineers*, 2005, [Online]. Available: https://scholar.cu.edu.eg/?q=w_moneim/publications/architecture-and-human-behavior-does-design-affect-our-senses
- [10] A. Gartman Vapaa, "Healing Gardens: Creating Places for Restoration, Meditation, and Sanctuary," Virginia Polytechnic Institute and State University, 2002.
- [11] William. Browning and et all, "14 Patterns of Biophilic Design Improving Health & Well-Being in the Built Environment," 2014.