

## PENDEKATAN ARSITEKTUR TERAPEUTIK TERHADAP RUANG PEMULIHAN KECEMASAN DI KAMAL, JAKARTA BARAT

Felix Nathaniel Toliu<sup>1)</sup>, Stephanus Huwae<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>Program Studi S1 Arsitektur, Fakultas Teknik, Universitas Tarumanagara, felix.toliu@gmail.com

<sup>2)</sup>Program Studi S1 Arsitektur, Fakultas Teknik, Universitas Tarumanagara, stephanush@ft.untar.ac.id

Masuk: 22-01-2022, revisi: 27-02-2022, diterima untuk diterbitkan: 26-03-2022

### Abstrak

Kecemasan sudah menjadi masalah yang dimiliki setiap orang, dan salah satu alasan orang cemas karena berada dalam pemulihan di rumah sakit. Menurut data 75%-85% orang akan merasa cemas sebelum dan sesudah operasi. Proyek Ruang Pemulihan Kecemasan ini bertujuan untuk mengurangi tingkat kecemasan yang dirasakan pasien rumah sakit maupun keluarga dari pasien serta masyarakat sekitar tapak. Bukan hanya mengurangi tingkat kecemasan, proyek ini juga bertujuan untuk mengedukasi masyarakat tentang bahaya dan cara mengatasi kecemasan melalui edukasi paliatif dan edukasi geriatri. Perancangan proyek ini mengambil konsep *therapeutic architecture* dengan memanfaatkan arsitektur sebagai alat penyembuhan atau pemulihan bagi pengguna proyek ini. Memanfaatkan metode shape grammar untuk mencapai arsitektur yang terapeutik. Dari metode tersebut muncul beberapa poin penting, yaitu: pengalaman ruang, bentuk bangunan, dan keterkaitan dengan alam. Penerapan metode terhadap desain bangunan terpancar dalam beberapa hal sebagai berikut: (1) ruang hijau menjadi tempat pemulihan terbaik, (2) bentuk bangunan yang didominasi lengkungan mengutamakan kenyamanan penglihatan pengguna, (3) penerapan atap-atap natural dari tanaman hijau, (4) memanfaatkan alam sebagai pembatas antar ruang, serta (5) memanfaatkan cahaya alami untuk penerangan di beberapa titik untuk menghemat energi.

**Kata Kunci:** arsitektur terapeutik; pemulihan kecemasan

### Abstract

*Anxiety has become a problem that everyone has, and one of the reasons people worry is because they are recovering in a hospital. According to data 75%-85% of people will feel anxious before and after surgery. This Anxiety Healing Space project aims to reduce the level of anxiety felt by hospital patients and their families and the community around the site. Not only reducing anxiety levels, this project also aims to educate the public about the dangers and how to deal with anxiety through palliative education and geriatric education. The design of this project takes a therapeutic architecture system by utilizing architecture as a healing or recovery tool for the users of this project. Utilizing the shape grammar method to achieve a therapeutic architecture. From this method, several important points emerge, namely: spatial experience, building form, and connection with nature. The application of the method to building design is reflected in the following ways: (1) green space is the best place for recovery, (2) the arch-dominated form of the building prioritizes the comfort of the user's vision, (3) the application of natural roofs made of green plants, (4) utilizing nature as a barrier between spaces, and (5) utilizing natural light for lighting at several points to save energy.*

**Keywords:** Healing for anxiety; therapeutic architecture

## 1. PENDAHULUAN

### Latar Belakang

Operasi merupakan bentuk terapi/pengobatan dan bisa disebut sebagai upaya yang dapat mendatangkan ancaman pada integrasi tubuh dan jiwa seseorang. Operasi yang direncanakan akan menimbulkan respon fisiologi dan psikologi yang beragam pada pasien (Potter dan Perry, 2006).

Respon yang paling umum pasien lakukan sebelum operasi adalah mempersiapkan mental mereka sebelum dioperasi; karena selalu ada rasa cemas dan takut terhadap segala kemungkinan yang terjadi setelah operasi.

Kecemasan merupakan peningkatan emosi di dalam diri yang terjadi di luar dari dirinya dan mekanisme yang digunakan dalam mengatasi suatu permasalahan yang dihadapi (Asmadi, 2009). Orang yang cemas dapat menciptakan perubahan fisiologis seperti berkeringat, gemetar, nyeri abdomen, peningkatan detak jantung, sesak nafas, dan perubahan perilaku seperti berbicara lebih cepat, gelisah, reaksi terkejut, tekanan darah meningkat, dan lemas (Purwaningsih, 2012). Dampak terbesar dari kecemasan adalah tertundanya operasi, semakin lamanya pemulihan, peningkatan rasa sakit pada waktu operasi, mengurangi kekebalan tubuh terhadap infeksi, peningkatan analgesik setelah operasi, dan bertambahnya waktu rawat inap (Nazari, 2012). Menurut data tingkat kecemasan pasien sebelum operasi mencapai 75%-85% (2013) dari total pasien yang ingin dioperasi.

Arsitek sebagai seorang ahli bangunan yang mendalami berbagai bidang ilmu pengetahuan, dalam hal ini menjadikan arsitektur sebagai bentuk yang menanggapi permasalahan kecemasan untuk membantu rumah sakit agar pasien lebih cepat pulih dan kembali beraktivitas seperti biasa melalui pendekatan desain yaitu "*Rethinking Typology*".

### Rumusan Masalah

- Bagaimana bentuk ruang dapat menghilangkan kecemasan ?
- Apakah suasana ruang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan seseorang ?
- Bagaimana rancangan bangunan yang efektif menyembuhkan atau menghilangkan kecemasan pada pasien ?
- Mengapa menjaga kesehatan spiritual sangat penting untuk setiap manusia terutama di Jakarta ?

### Tujuan

Menciptakan proyek arsitektur yang mampu mengurangi beban rumah sakit dalam merawat orang yang sakit, serta mendorong pengguna untuk hidup lebih sehat secara jasmani dan spiritual.

## 2. KAJIAN LITERATUR

### *Re-Thinking Typology*

*Rethinking* adalah proses berpikir kembali suatu hal yang sudah ada agar dapat diperbaharui. *Rethinking* terjadi karena suatu hal sudah tidak relevan dengan apa yang terjadi sekarang ini. Sedangkan *typology* adalah ilmu yang mempelajari pengelompokan suatu benda dan makhluk secara umum. Tipologi di dalam arsitektur adalah klasifikasi dalam arsitektur berdasarkan bentuk, ruang, fungsi, dan gaya.

Carlo Aymonio menjelaskan bahwa tipologi adalah ilmu yang mempelajari penggabungan elemen-elemen dengan tipe yang tujuannya untuk klasifikasi arsitektural. Elemen tersebut merupakan organisasional dan structural yang dalam arti tipologi tidak hanya mengelompokkan antara bangunan tetapi komponen yang ada di sekitarnya juga. Jenis tipologi menurut Carlo Aymonio :

- Tipologi Bebas  
Klasifikasi tipe formal, yang memberikan metode analisis dan perbandingan fenomena seni (ciri khas). Contoh : Pada abad pertengahan bangunan memiliki ciri organisasi ruang (interior) yang terpusat.
- Tipologi Terapan  
Klasifikasi tipe fungsional, yang memberikan metode analisis fenomena secara keseluruhan. Contoh: Pada abad pertengahan bangunan (exterior) lebih terpusat dan memiliki karakter yang sama.

### *Healing Space*

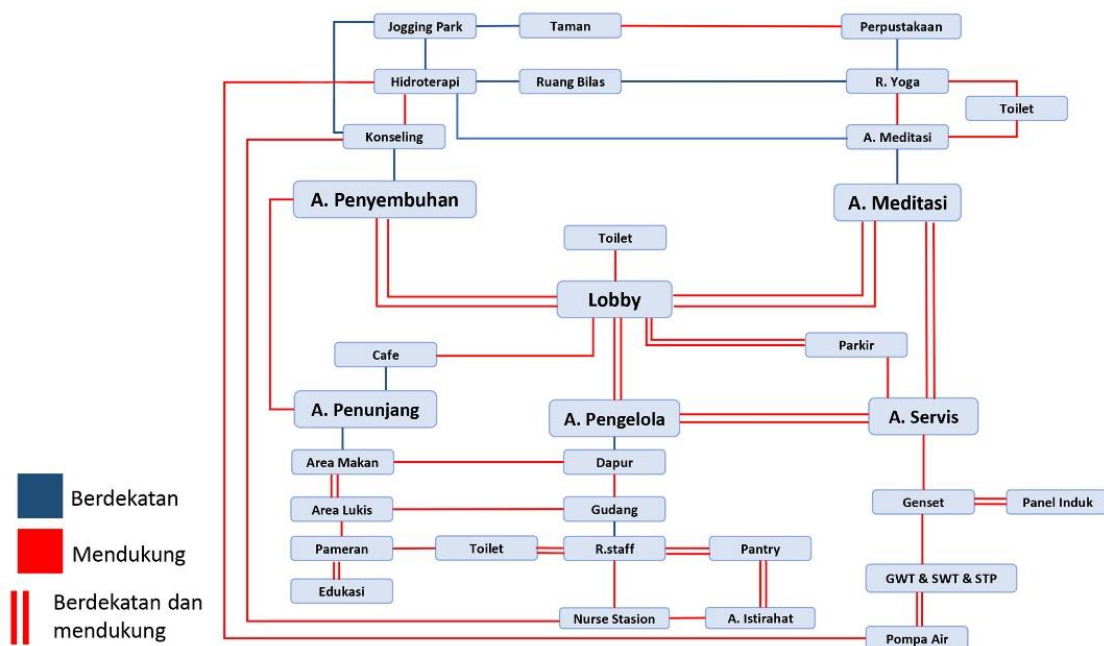
*Healing space* merupakan fasilitas kesehatan yang memenuhi kebutuhan spiritual dan mental. *Healing space* berasal dari kata *healing* yang berarti penyembuhan secara holistik, yaitu proses perbaikan dan pemulihan dalam pikiran dan jiwa yang menghasilkan perubahan yang positif, menemukan makna hidup, dan gerakan menuju realisasi diri dari keutuhan, terlepas dari ada atau tidak adanya penyakit.

Lalu, *space* yang berarti ruang/tempat, jadi *healing space* adalah tempat/ruang dimana orang merasa nyaman, aman, tenang, dan serasa di rumah. Dengan memiliki empat kategori utama penyembuhan yaitu :

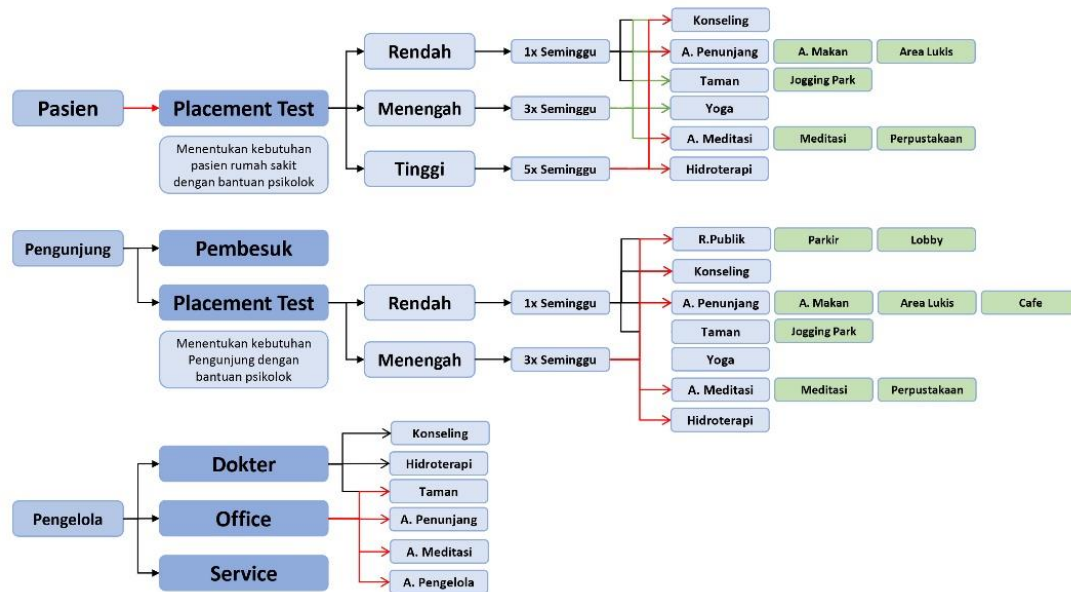
- Psikologis: Dukungan lingkungan untuk mengelola emosi dan reaksi, terutama kemampuan untuk meredakan agresi dan menghindari atau mengurangi kecemasan dan depresi.
- *Self-efficacy* :Dukungan lingkungan dari rasa koherensi dan kontrol dan kemampuan untuk beradaptasi dan menerima situasi baru.
- Sosial : Dukungan lingkungan untuk mengembangkan dan memelihara hubungan dan koneksi dengan orang lain.
- Fungsional : Dukungan lingkungan untuk melakukan aktivitas sehari-hari dengan aman dan mudah.

### 3. METODE

Metode yang di gunakan dalam perancangan proyek ini adalah metode perancangan secara holistik. Metode holistik melakukan pola desain secara menyeluruh dengan memanfaatkan 5 panca indra dari setiap pengguna agar mencapai penyembuhan secara maksimal. Kemudian konsep bangunan memanfaatkan "*Shape Grammar*" untuk membentuk gubahan karena bentuk bangunan merupakan faktor pendukung dalam proyek ini. Bangunan dapat di bentuk sedemikian rupa agar setiap ruang dapat dipisahkan berdasarkan zona dan fungsi dari setiap kegiatan agar mempermudah pergerakan penggunanya.



Gambar 1. Diagram Hubungan Antar Ruang  
Sumber : Olahan penulis, 2021



Gambar 2. Diagram Pergerakan  
Sumber: Olahan penulis, 2021

#### 4. DISKUSI DAN HASIL

##### Informasi Tapak

Proyek "Ruang Pemulihan Kecemasan" ini bertujuan untuk membuka wawasan masyarakat tentang bahaya dari kurang sehatnya spiritual seseorang. Juga meningkatkan kesehatan spiritual masyarakat melalui penyembuhan, konsultasi dan edukasi. Sebagai paru paru kawasan yang dapat menyehatkan masyarakat di sekitar. Proyek ini berlokasi di Jalan Boulevard perumahan Citra 5, Kamal, Jakarta Barat.



Gambar 3. Informasi Tapak  
Sumber: Olahan penulis, 2021

Tapak terletak di Kelurahan Kamal pada Jalan Boulevard Perumahan Citra 5. Kelurahan Kamal merupakan kelurahan yang paling minim rumah sakit karena hanya terdapat 2 rumah sakit swasta dan 1 rumah sakit non-swasta. Dengan jumlah penduduk 57.469 jiwa dan kepadatan penduduk 11.728 jiwa/km<sup>2</sup>. Dalam analisis ini di perlihatkan gambaran zonasi sekitar tapak dan aksesibilitas menuju tapak. Daerah di sekitar tapak di penuhi perumahan dan fasilitas pendukungnya seperti rumah sakit dan sekolah.

### Program Ruang

Kebutuhan ruang didapatkan dari hasil perkalian kapasitas bangunan dan besaran satuan ruang. Berikut daftar kebutuhan ruang beserta perhitungan persentase luas ruang berbanding dengan luas tapak.

Tabel 1. Tabel Program Ruang

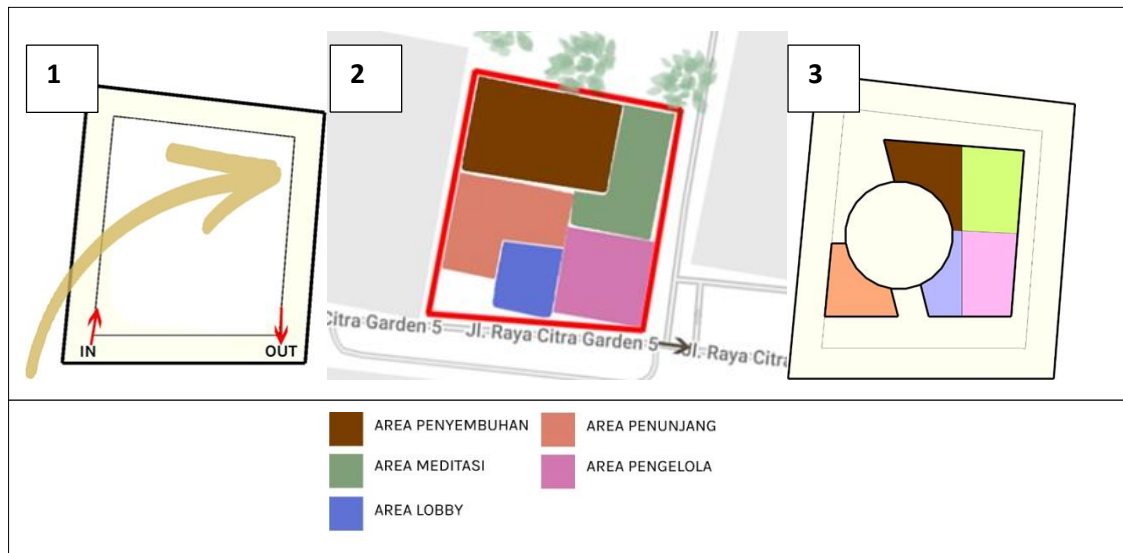
Jenis Kebutuhan	Persentase dari luas tapak	Luas (m2)
Area Publik	6%	360
Area Penyembuhan	19%	1284
Area Meditasi	15%	1020
Area Penunjang	16%	1116
Area pengelola	14%	954
Service	30%	2066
Total	100%	6800

Sumber : Olahan penulis, 2021

### Gubahan Massa dan Konsep Desain

Pembangunan fasilitas pendukung rumah sakit yang memanfaatkan desain yang holistik ini digunakan membantu penyembuhan pasien, dengan memberi fasilitas; hidroterapi, konseling psikolog, ruang yoga, dan ruang meditasi. Dan juga memaksimalkan konsep *therapeutic architecture* yang memanfaatkan arsitektur menjadi alat penyembuhan / terapi.

Bentuk dipisahkan berdasarkan zoning program dan fungsi. Untuk mempermudah pergerakan dan memaksimalkan ruang. Program ruang mengikuti zonasi yaitu; zona pengelola, zona meditasi, zona penyembuhan, zona lobi, dan zona penunjang. Bentuk ruang terbentuk dan disesuaikan besarnya berdasarkan kebutuhan ruang. Untuk kegiatan ini trapesium dan lingkaran menjadi bentuk paling sempurna dan dapat mempermudah sirkulasi manusia (lih. Gambar 4).

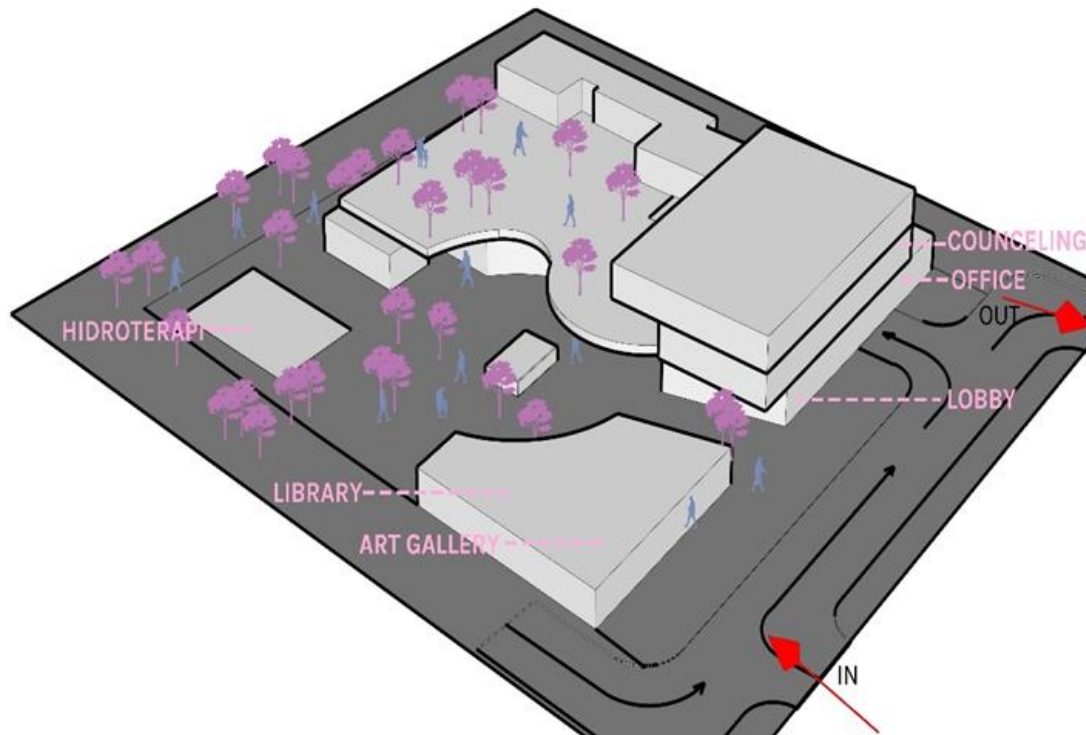


Gambar 4. Gubahan Massa

Sumber : Olahan penulis, 2021

Gubahan Massa dibentuk berdasarkan metode *Shape Grammar*, dengan membuat bentuk dasar dari setiap zoning yang ada dan di maksimalkan kegiatan di sisi yang lebih tenang. Trapesium dibelah dengan lingkaran agar menciptakan ruang hijau yang luas dan tidak kaku. Untuk lantai 2 dilakukan sebaliknya dari trapesium di tambahkan lingkaran agar memiliki ruang yang luas untuk aktifitas *outdoor* (lih. Gambar 4). Hasil akhir penyusunan gubahan massa didapatkan guna membentuk massa bangunan yang mencapai desain *therapeutic*, dimana memaksimalkan aktifitas *outdoor* yang mampu menjadi faktor restoratif untuk pengunjung dan menjadi paru-paru kawasan.



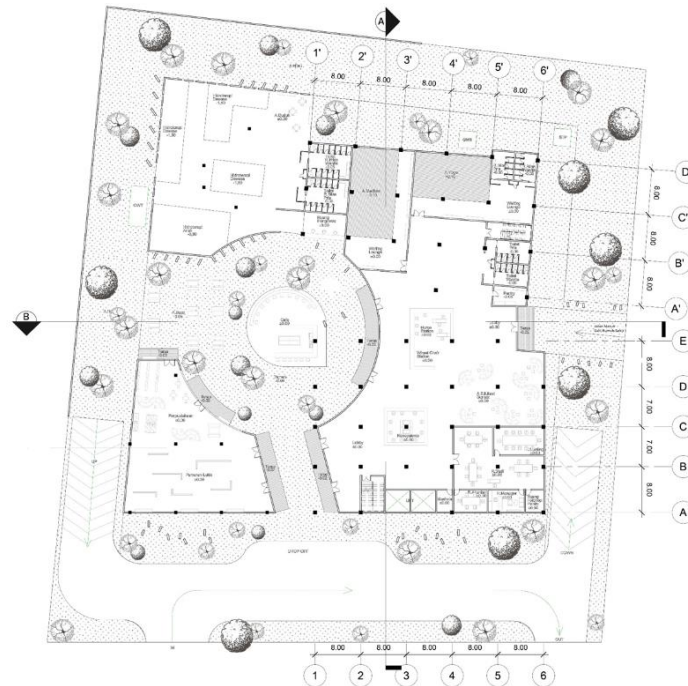


Gambar 5. Gubahan Massa  
Sumber : Olahan penulis, 2021



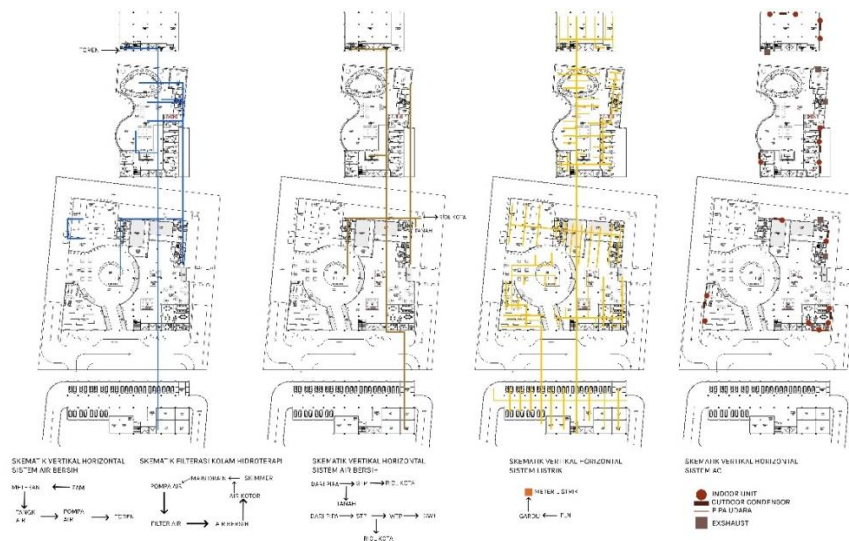
Gambar 6. Visualisasi Keseluruhan Bangunan  
Sumber : Olahan penulis, 2021

Fasilitas rehabilitasi yang segar dan terbuka dengan memanfaatkan ruang hijau untuk penyembuhannya tidak seperti fasilitas rehabilitasi pada umumnya yang tertutup dan hanya memanfaatkan kegiatan di dalam ruangan. Fasilitas kolam hidroterapi menjadi sarana dan inovasi baru yang jarang ada di Indonesia.



Gambar 7. Denah Lantai Dasar  
Sumber : Olahan penulis, 2021

Kehadiran cafe dan restoran, *tenant* akan masuk untuk menjual makanan dan minumannya. Ruang meditasi, yoga dan kolam hidroterapi yang menggunakan sistem berbayar perbulan, adanya psikiater untuk konsultasi dari setiap pasien yang menggunakan sistem berbayar perkonsultasi. Pada proyek terdapat auditorium yang dapat di sewakan untuk umum. Ditambah dengan penggunaan sistem filtrasi yang menggunakan ulang air kotor untuk menghemat air bersih dan kurangnya penggunaan listrik karena di dominasi kegiatan di luar ruangan.



Gambar 8. Sistem Mekanikal, Elektrikal, dan Plumbing  
Sumber : Olahan penulis, 2021

## 5. KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Ruang pemulihan kecemasan di area Citra 5, Jakarta Barat merupakan proyek yang direncanakan untuk mendukung penyembuhan di rumah sakit. Adapun strateginya berupa penyediaan alternatif penyembuhan selain rumah sakit. Fasilitas yang menjadi program tambahan dalam proyek adalah:

kolam hidroterapi, konsultasi psikiater, ruang yoga dan meditasi. Dengan menerapkan sistem desain terapeutik yang memanfaatkan bangunan dan lingkungan untuk menjadi faktor restoratif yang mendukung kesehatan. Dengan menciptakan proyek arsitektur yang mampu mengurangi beban rumah sakit dalam merawat orang yang sakit, serta mendorong pengguna untuk hidup lebih sehat secara jasmani dan spiritual. Agar tercapainya tujuan untuk membuka wawasan masyarakat tentang bahaya dari kurang sehatnya spiritual seseorang. Juga meningkatkan kesehatan spiritual masyarakat melalui penyembuhan, konsultasi dan edukasi.

## Saran

Setiap perancang disarankan untuk mengerti secara mendalam persoalan dasar dari proyek yang ingin dirancang, lalu menentukan program ruang dan aktivitas, dan konsep bentukan yang menuju ke tahap perancangan dengan metode memanfaatkan bangunan sebagai metode penyembuhan.

## REFERENSI

- Apriansyah,A. ,Romadoni,S, & Andrianovita,D. (2015). Hubungan antara tingkat kecemasan pre-operasi dengan derajat nyeri pada pasien post section caesarea di rumah sakit muhammadiyah palembang tahun 2014, Jurnal Keperawatan Sriwijaya.
- Burden of Disease - ourworldindata.org . Diakses 13 November 2021 .  
<https://ourworldindata.org/burden-of-disease>
- History of Hospitals – www.nursing.upenn.edu . Diakses 13 November 2021 .  
<https://www.nursing.upenn.edu/nhnc/nurses-institutions-caring/history-of-hospitals/>
- Home Design Solution - thebatabatastudiodesain.blogspot.com . Diakses 13 November 2021 .  
<http://thebatabatastudiodesain.blogspot.com/2012/03/pengertian-tipologi-arsitektur.html>
- Marlina, Theresia T.. (2017). Tingkat Kecemasan Pasien Sebelum Dan Sesudah Pembedahan Di Rumah Sakit Swasta Yogyakarta. Jurnal, Yogyakarta.
- Metode Perancangan - http://www.ocw.upj.ac.id/ . Diakses 15 November 2021 .  
<http://www.ocw.upj.ac.id/files/Slide-ARR104-ARR104-Slide-12.pdf>
- Muammal, I. (2021). Perancangan healing space pelajar di kota malang dengan pendekatan architecture of happiness. Dari  
<http://etheses.uin-malang.ac.id/27381/1/17660086.pdf>
- Optimal Healing Environments - quantumcaring.blogspot.com . Diakses 13 November 2021 .  
<https://quantumcaring.blogspot.com/2017/01/optimal-healing-environments.html>
- Pipit, Festi Wiliyanarti Mudakir. (2018). Pengabdian mengenal gangguan kecemasan (anxietas) pada usia remaja. Dari
- Rakhmawati,A., Afiatin,T., Rini,I.S. (2011). Pengaruh pelatihan regulasi emosi terhadap peningkatan subjective well being pada penderita diabetes mellitus. Jurnal Intervensi Psikologi.
- Regulasi Emosi Menghadapi Pasien Kecemasan Pre Operasi - download.garuda.ristekdikti.go.id . Diakses 15 November 2021 .  
<http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article=1068576&val=16021&title=REGULASI%20EMOSI%20MENGHADAPI%20KECEMASAN%20PADA%20PASIEN%20PRE%20OPERASI%20MAYOR>
- Therapeutic Architecture: Role of Architecture in Healing Process - www.re-thinkingthefuture.com . Diakses 15 November 2021.  
<https://www.re-thinkingthefuture.com/rtf-fresh-perspectives/a597-therapeutic-architecture-role-of-architecture-in-healing-process/>
- What Does A Holistic Healer Do - www.silverpinestreatmentcenter.com . Diakses 15 November 2021 .  
<https://www.silverpinestreatmentcenter.com/addiction-blog/what-does-a-holistic-healer-do/>