BAB III

TINJAUAN KONSEP *HEALING ENVIRONMENT*

III.1. Pengertian *Healing Environment*

Menurut Jones (2003) dalam bukunya *Health and Human Behaviour* (Kurniawati, 2011), faktor lingkungan memegang peran besar dalam proses penyembuhan manusia yaitu sebesar 40%, faktor medis 10%, faktor genetis 20% dan faktor lain-lain 30%. Faktor lingkungan terdiri dari lingkungan alami maupun lingkungan buatan. Lingkungan buatan *(man-made environment)* pada arsitektur meliputi ruangan, bangunan, lingkungan hingga skala kota. Terkait dengan besarnya peran lingkungan dalam proses penyembuhan, sudah sewajarnya faktor lingkungan memiliki poin yang besar dalam rancangan suatu fasilitas pelayanan kesehatan. Salah satu konsep desain yang menempatkan faktor lingkungan dalam porsi besar adalah konsep *healing environment*.

Menurut Dijkstra (2009) dalam Putri, Widihardjo, & Wibisono (2013), *healing environment* adalah lingkungan fisik fasilitas kesehatan yang dapat mempercepat waktu pemulihan kesehatan pasien atau mempercepat proses adaptasi pasien dari kondisi kronis serta akut dengan melibatkan efek psikologis pasien di dalamnya. Penerapan konsep *healing environment* pada lingkungan perawatan akan tampak pada kondisi akhir kesehatan pasien, yaitu pengurangan waktu rawat, pengurangan biaya pengobatan, pengurangan rasa sakit, pengurangan *stress* atau perasaan tertekan, memberikan suasana hati yang positif, membangkitkan semangat, serta meningkatkan pengharapan pasien akan lingkungan.

III.2. Dampak *Healing Environment* bagi Kesehatan

Setiap konsep termasuk dalam dunia arsitektur memiliki dampak tersendiri bagi pelaku kegiatannya. Konsep *healing environment* yang diterapkan pada suatu fasilitas kesehatan, memiliki dampak bagi pasien, pengelola maupun pengunjung baik dampak positif maupun negatif. Menurut Fouts dan Gaby (2008) dalam Bloemberg dkk (2009), berikut adalah daftar dampak positif yang ditimbulkan oleh konsep *healing environment*:

a. Mengurangi stress dan kegelisahan pada pasien dan keluarga;

b. Mengurangi rasa sakit;
c. Mengurangi terjadinya infeksi;
d. Meningkatkan tidur dan pemulihan;
e. Meningkatkan kegembiraan pasien;
f. Mengurangi stress pada pengelola;
g. Meningkatkan kepuasan kerja;
h. Meningkatkan produktivitas pengelola;
i. Meningkatkan kemampuan untuk memelihara kualitas sebagai pemerhati kesehatan;
j. Penghematan biaya keseluruhan melalui peningkatan efisiensi operasional dan meningkatkan penghasilan medis;
k. Perbedaan dari penyedia fasilitas kesehatan yang lain.

Sedangkan menurut Findlay & Verhoef (2004), Geffen (2004), Boyce, Hunter & Howlett (2003) dalam Bloemberg dkk (2009), *healing environment* tidak hanya memberi dampak positif, mungkin juga terdapat biaya yang harus dikeluarkan maupun keterbatasan, yaitu:

a. Pasien, pengelola dan pengambil keputusan tidak/belum bersedia atau mampu untuk terlibat dalam proses transformasi menuju pendekatan yang lebih 'menyeluruh' untuk penyembuhan;
b. *Healing environment* sebagai pendekatan non-tradisional dapat mengalami masalah dengan pemerintah dan peraturan pertanggungan;
c. Biaya yang dikeluarkan mungkin akan meningkat karena meningkatnya administrasi, kesehatan dan asuransi malpraktik premi;
d. Ketakutan akan proses pengadilan (litigasi) dapat menyebabkan peningkatan biaya, ketegangan dan dapat menghambat orang untuk mencoba pendekatan baru;
e. Beberapa implementasi mungkin memiliki efek buruk pada pasien tertentu (misalnya siang hari dapat memiliki efek buruk pada orang yang sensitif terhadap radiasi ultra-violet).

III.3. Aspek Pendekatan pada *Healing Environment*

Menurut Murphy (2008) dalam (Lidayana, Alhamdani, & Pebriano, 2013), terdapat tiga pendekatan yang digunakan dalam mendesain *healing environment*, yaitu alam, indra dan psikologis.

III.3.1. Pendekatan Alam

Alam merupakan sebuah sarana yang sangat mudah diakses yang melibatkan panca indera. Alam memberi efek restoratif yang besar bagi kesehatan, seperti menurunkan tekanan darah, memberikan konstribusi bagi keadaan emosi yang positif, menurunkan kadar hormon *stress* dan meningkatkan energi. Unsur alam yang ditempatkan ke dalam pengobatan pasien dapat membantu pasien menghilangkan tekanan yang dideritanya.

Menurut Koschnitzki (2011), ada beberapa jenis taman/garden di dalam rumah sakit, yaitu *contemplative garden, restorative garden, healing garden, enabling garden* dan *therapeutic garden*.

a. *Contemplative garden* bermanfaat untuk menenangkan pikiran dan memperbaiki semangat.
b. *Restorative garden* bermanfaat untuk kesehatan dan membuat perasaan orang yang sakit menjadi lebih baik.
c. *Healing garden* mengacu pada berbagai fitur taman yang memiliki kesamaan dalam mendorong pemulihan stres dan memiliki pengaruh positif pada pasien, pengunjung dan staf rumah sakit.
d. *Enabling garden* merupakan taman yang memungkinkan semua orang dari berbagai usia serta kemampuan dapat menikmati dan berinteraksi.
e. *Therapeutic garden* merupakan sebuah taman yang mencoba meningkatkan terapi medis lingkungan di dalam kondisi pengobatan medis.

III.3.2. Pendekatan Indera

Indera pada manusia meliputi pendengaran, pengelihatan, peraba dan penciuman serta perasa. Masing-masing dari kelima indera ini memegang peran penting dalam proses penyembuhan (*healing*).

a. Indera pendengaran

Suara yang menyenangkan dan menenangkan dapat mengurangi tekanan darah dan detak jantung, sehingga menimbulkan sebuah suasana yang kemudian mempengaruhi sistem saraf. Berikut beberapa suara yang dapat menenangkan pikiran, yaitu:

- Suara musik, digunakan untuk mengurangi depresi, menenangkan dan bersantai;
- Suara air mancur, dapat membangkitkan energi spiritual dan membangkitkan perasaan dekat dengan alam pegunungan dan air terjun;
- Suara di alam, seperti suara hujan, angin, suara burung, dll dapat memberikan suasana tenang dan menciptakan rasa kesejahteraan.

b. Indera pengelihatan

Pengelihatan mempengaruhi perasaan seseorang. Pemandangan alam, cahaya matahari, karya seni dan warna-warna tertentu dapat membuat mata menjadi santai.

c. Indera peraba

Sentuhan merupakan mekanisme dasar dalam menjelajahi dunia selama masa kanak-kanak karena sentuhan menegaskan apa yang mereka lihat, cium, rasa dan dengar.

d. Indera penciuman

Bau yang menyenangkan dapat menurunkan tekanan darah dan detak jantung, sedangkan bau yang menyengat dan tidak menyenangkan dapat meningkatkan detak jantung dan mengganggu pernapasan.

e. Indera perasa

Indra perasa menjadi terganggu pada saat pasien mengalami sakit ataupun menerima pengobatan. Hal ini biasanya ditunjukkan dengan berubahnya rasa makanan maupun minuman saat dikonsumsi. Karena itu, kualitas makanan dan minuman yang ditawarkan harus diperhatikan.

III.3.3. Pendekatan Psikologis

Secara psikologis, *healing environment* membantu proses pemulihan pasien menjadi lebih cepat, mengurangi rasa sakit dan *stress*. Perawatan pasien

yang diberikan memperhatikan terhadap pilihan, kebutuhan dan nilai-nilai yang menuntun pada keputusan klinis pasien. Ada enam dimensi untuk perawatan pasien, antara lain (Departement of Health, 2001 dalam Lidayana, Alhamdani, & Pebriano, 2013):

- Rasa kasih sayang, empati dan tanggapan terhadap kebutuhan;
- Koordinasi dan integrasi;
- Informasi dan komunikasi;
- Kenyaman fisik;
- Dukungan emosional;
- Keterlibatan keluarga dan teman-teman.

III.4. Faktor Fisik pada *Healing Environment*

Arsitektur tidak bisa menyembuhkan, tetapi dapat menyediakan lingkungan yang mendukung orang dalam menghadapi stres atau gejala lain dari penyakit (Hesta, 2008 dalam Bloemberg dkk, 2009). Dalam laporan *Healing Environment in Radiotherapy* (Bloemberg, et al., 2009), disebutkan beberapa atribut fisik lingkungan yang terbukti mempengaruhi pasien, pengunjung dan pengelola. Faktor-faktor tersebut adalah sebagai berikut:

III.4.1. Pencahayaan

The Coalition for Health Environment Research (2004) merekomendasikan pencahayaan tidak langsung (*indirect lighting*) yang hangat, karena dapat menciptakan suasana lingkungan yang lebih alami dan menyenangkan (Cassidy, 2003 dalam Bloemberg, et al., 2009). Pada area yang mungkin dilalui oleh pasien dalam keadaan terbaring di kasur, sebaiknya menggunakan pencahayaan tidak langsung agar cahaya tidak menyilaukan mata pasien. Selain itu, pencahayaan langsung juga memberikan perasaan hangat. Bayangan yang ditimbulkan dari obyek benda yang terkena cahaya dapat memerikan "perasaan" alami. Namun bayangan yang berlebih harus dihindari karena dapat mengganggu pasien dan membatasi keefektifan dari suatu kegiatan.

Gambar 3.1 Pencahayaan Tidak Langsung pada Koridor Rumah Sakit
Sumber: https://www.pinterest.com/ diakses 18 April 2016

Pencahayaan alami dianggap lebih menguntungkan dibanding pencahayaan buatan bagi kenyamanan psikologis. Sebuah studi mengemukakan bahwa pasien yang terkena sinar matahari selama proses penyembuhan setelah operasi mengalami tingkat *stress* dan sakit yang lebih rendah, tidak terlalu membutuhkan perawatan analgesik, dan mengeluarkan biaya perawatan yang lebih sedikit. Oleh sebab itu, setiap ruang harus memiliki jendela guna memasukkan cahaya alami ke dalam ruang.

III.4.2. Penghawaan

Udara segar dari luar ruang (*outdoor*) sangat berdampak positif bagi pasien. Penyediaan udara segar pada ruangan yaitu melalui ventilasi. Ventilasi dapat memperbaiki kualitas udara yaitu suhu dan kelembaban ruang dengan melalui udara segar. Bangunan dengan kualitas ventilasi yang buruk dapat menyebabkan gejala penyakit, sedangkan ventilasi yang baik dapat meningkatkan kualitas kesehatan.

III.4.3. Aroma

Aroma yang dianggap sebagai aroma positif dapat mengurangi kecemasan, sedangkan aroma negatif memicu *stress* dan ketakutan. Aroma makanan, roti dan kopi memberikan dampak positif bagi para pasien. Aroma ini dapat memberikan perasaan tenang bagi para pasien, pengunjung dan pengelola.

III.4.4. Taman dan Ruang Luar

Alam dan elemen-elemennya memegang peran penting dalam *healing environment*. Elemen alam seperti pepohonan, rumput, air, langit, batu, bunga

dan burung juga ikut berkontribusi dalam penerapan *healing environment* pada taman. Sebuah penelitian mengatakan bahwa pasien, keluarga dan pengelola mengalami tingkat *stress* yang lebih rendah ketika memiliki akses menuju alam melalui taman indoor maupun outdoor (Schweitzer et al., 2004 dalam Bloemberg, et al., 2009). Taman pada fasilitas kesehatan seharusnya menawarkan beberapa pengalaman yang berbeda, mulai dari area "privasi" sehingga pasien dapat menikmati "kesendirian" dengan alam, hingga menjadi tempat untuk berkumpul dan bersosialisasi dengan menikmati alam yang ada.

Gambar 3.2 *Healing Garden* pada Lake Forest Hospital
Sumber: http://www.distrohome.com/ diakses 18 April 2016

III.4.5. Alam pada Ruang Dalam

Pemandangan *(view)* alam melalui jendela memiliki dampak yang menguntungkan bagi pasien, yaitu pasien mengalami proses pemulihan yang lebih baik jika jendela pada kamarnya menghadap pada sebuah pohon kecil dibandingkan dengan dinding bata. Sangat disarankan bagi rumah sakit untuk menciptakan lingkungan luas yang menarik melalui jendela yang relatif besar dan menawarkan pemandangan hijau.

Gambar 3.3 Tanaman Dalam Ruang di Rumah Sakit di Belanda
Sumber: http://www.ambius.co.za/ diakses 18 April 2016

Vegetasi dalam ruang, hewan peliharaan dan akuarium dapat menjadi solusi dalam membawa alam ke dalam ruangan. Selain memiliki pengaruh

langsung terhadap kualitas udara, tanaman dalam ruang dapat mempengaruhi kesehatan melalui mekanisme psikologis, seperti pengurangan *stress* dan rasa sakit (van den Berg, 2005 dalam Bloemberg et al., 2009). Gambar/ foto tentang alam juga dapat membantu mengurangi *stress* dan rasa sakit.

III.4.6. Kebisingan, Ketenangan dan Musik

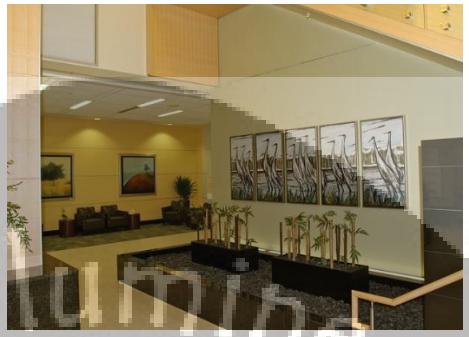
Kebisingan mempengaruhi *mood* pasien dan dapat mempengaruhi pola istirahat dan tidur pasien, selain itu juga dapat menyebabkan *hypoxia* dan meningkatkan tekanan darah. Akustika pada fasilitas kesehatan terutama rumah sakit harus sangat diperhatikan. Ruang dalam dapat dirancang agar dapat menyerap kebisingan, seperti pemilihan penutup lantai, dinding dan perabot dalam ruang. Namun tidak semua suara harus diserap/ ditiadakan. Suara seperti musik. Jenis musik yang disarankan yaitu musik yang memiliki tempo lambat dan melodi yang lembut.

III.4.7. Tata Ruang

Pada rumah sakit, orang-orang harus dapat menemukan tujuanya dengan mudah. Bentuk bangunan yang asimetris dapat menjadi solusi tata ruang pada rumah sakit. Selain itu, jarak tempuh ketika berjalan harus dibuat sependek mungkin dan pasien harus memiliki ruang tunggu yang berbeda-beda. Pintu masuk, area parkir dan unit gawat darurat harus dapat dengan mudah ditemukan dan dicapai. Tanda (*sign*) harus diletakkan pada luar dan dalam bangunan. Tanda tersebut harus menarik perhatian dan menggunakan warna yang berbeda untuk tiap departemen.

III.4.8. Suasana Rumah

Tingkat stress pada pasien akan berkurang apabila pasien merasa bahwa dirinya “bukan pasien”. Hal tersebut dapat diwujudkan dengan menciptakan suasana rumah pada ruang-ruang di rumah sakit.

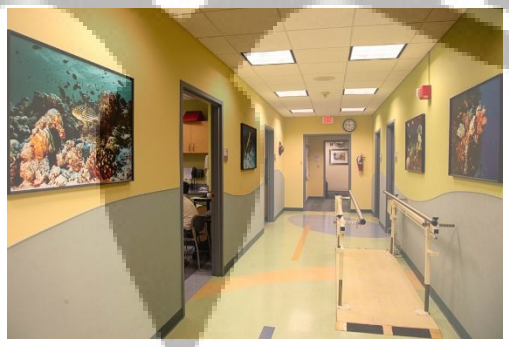


Gambar 3.4 Nuansa Homey pada Lobby Rumah Sakit Viera
Sumber: https://farm6.staticflickr.com/ diakses 18 April 2016

Namun rumah sakit juga tidak boleh terlalu "*homey*". Orang-orang berharap rumah sakit menjadi sebuah bangunan yang mengesankan dengan suasana profesional. Rumah sakit harus memberikan perasaan bagi pasien bahwa disinilah tempat penyembuhan, yang dengan sendirinya memberi kontribusi kepada proses penyembuhan. menyembunyikan peralatan teknis dan kekacauan di lemari dan di belakang layar juga memberikan kontribusi untuk lingkungan yang nyaman, serta memberikan kemungkinan bagi anak-anak untuk bermain.

III.4.9. Seni dan Selingan Positif

Seni dan dekorasi dapat meningkatkan nilai estetika pada lingkungan dan menjadi selingan visual. Gambar wajah yang bahagia, binatang, elemen alam seperti air, samudera, gunung dll dapat meningkatkan keceriaan pada lingkungan. Seni yang abstrak sangat tidak dianjurkan, karena dapat membawa perasaan tidak nyaman dan ketidak pastian bagi pasien.



Gambar 3.5 Seni (Lukisan) pada Dinding Rumah Sakit Anak Cardinal Glennon
Sumber: http://healingphotoart.org/ diakses 18 April 2016

III.4.10. Warna

Warna hjau digunakan secara berlebihan pada rumah sakit, dan sekarang menimbulkan perasaan tidak menyenangkan, sama halnya dengan warna putih. Warna putih pada rumah sakit menimbulkan kesan lingkungan yang monoton dan menyebabkan pelemahan sensorik. Menurut Block, Block dan Gyllenhall (2004) dalam Bloemberg et al. (2009), warna-warna kusam dan abu-abu sebaiknya dihindari karena warna-warna tersebut berhubungan dengan depresi.

Warna yang hangat dan tidak terlalu dominan sangat disarankan untuk rumah sakit. Selain itu, warna-warna dan tekstur alami juga disarankan. Warna-warna terang juga dapat membangun *mood* dengan baik. Sedangkan warna primer dapat menenangkan istirahat pasien. Namun warna yang terlalu terang juga tidak seharusnya digunakan.

III.6. Faktor Sosial dan Psikologis pada *Healing Environment*

Selain faktor fisik, faktor sosial dan psikologis juga memiliki peran penting dalam penerapan konsep *healing environment*. Berikut adalah beberapa faktor sosial dan psikologis yang perlu menjadi perhatian dalam perancangan (Bloemberg, et al., 2009):

III.6.1. Merasa Terkendali

Sebuah cara sederhana agar pasien merasa terkendali adalah dengan menyediakan kesempatan bagi pasien untuk memilih secara bebas dalam menentukan lingkungan perawatan dan pemulihan (misal mengubah intensitas cahaya dan suhu ruang), pendampingan (jam besuk yang fleksibel) dan waktu kegiatan-kegiatan dilakukan. Pada ruang tunggu, pasien harus dapat memiliki kemungkinan untuk duduk sendiri atau bersama-sama dengan orang lain.

III.6.2. Privasi

Ruang privat mengurangi resiko penyebaran dan penularan infeksi di rumah sakit dan memberi kebebasan dan keleluasaan bagi pasien dan tim medis dalam melakukan konsultasi maupun pemeriksaan. Namun tipe ruang tersebut akan menyulitkan perawat dalam memantau kondisi tiap pasien.

Selain itu, tidak semua pasien ingin berada pada ruang privat, karena tidak sedikit pasien yang suka bersosialisasi dengan orang lain.

III.6.3. Akses Informasi

Pasien membutuhkan informasi yang dapat dengan mudah dimengerti dan dicerna. Informasi yang membingungkan harus dihindari karena dapat menyebabkan *stress* pada pasien.

III.6.4. Diperlakukan dengan Hormat

Meskipun staf rumah sakit sering di bawah banyak tekanan, sangat penting untuk memastikan bahwa pasien menerima perhatian khusus dan sedang diperlakukan dengan hormat, sehingga mereka merasa diperhatikan dengan serius. Selain itu, penting untuk memberikan pandangan pada daerah penerimaan dari ruang tunggu, karena pasien ingin merasa dilihat dan tidak dilupakan, meskipun staf mungkin tidak ingin bekerja dalam pandangan pasien sepanjang waktu.

III.6.5. Konseling dan Dukungan Kelompok

Menyediakan kesempatan untuk pasien menerima terapi psikologis atau konseling mungkin merupakan langkah penting untuk memperoleh pandangan yang lebih positif terhadap situasi mereka (Block, Block, Gyllenhall, 2004 dalam Bloemberg et al., 2009).

III.6.6. Cinta, Perawatan dan Kasih Sayang

Orang yang bekerja di saran kesehatan perlu didorong untuk menyeimbangkan kecenderungan psikologis mereka sendiri untuk menghilangkan aspek emosional dari pekerjaan mereka dengan kesediaan untuk menunjukkan kasih sayang dan penghargaan untuk perasaan dan kebutuhan pasien.

III.6.7. Tim Medis Terpadu

Pasien ditangani dengan sangat baik ketika semua tim medis bekerja sama dengan tujuan dan visi yang sama. Komunikasi antara tim medis dan pasien harus jujur, mendukung dan menguatkan. Oleh karena itu, memiliki anggota yang bahagia menjadi sangat penting di rumah sakit. Salah satu cara

untuk mencapainya adalah dengan melibatkan mereka dalam proses pengambilan keputusan perancangan rumah sakit

serviens in lumine veritatis