

Penerapan Konsep Healing Architecture pada Konsep Desain Kamar Pasien Rumah Sakit Ibu dan Anak Terhadap Proses Pemulihan Baby Blues

Puspita Tunggo Dewi

Arsitektur, Institut Teknologi dan Bisnis Kalbis
Jalan Pulomas Selatan Kav. 22, Jakarta 13210

Email: puspita.tunggodewi@kalbis.ac.id

Abstrak: About 50-80% of mother experienced Postpartum Depression or postnatal depression after delivery. The causes of postnatal depression is social surroundings and environment of patient room's affection to mother's psychological condition. This research aims to search design criteria of patient room from Maternity Hospital that will help recovery and restore mother's unstable emotions after birth. This research use fundamental framework as a method by focusing problem and solution to decide aims, mission, and goals. The expected outcome of this research is design criterias of patient room interior design, including layout and colours which support mother's recovery from birthing.

Kata kunci: baby blues, criterias, interior, maternity hospital

Abstract: Sebanyak 50-80% ibu yang baru saja melahirkan mengalami Baby Blues atau depresi pasca persalinan. Penyebab ibu melahirkan mengalami depresi dikarenakan oleh lingkungan sekitar yang mempengaruhi kondisi psikisnya dan suasana ruang pasien yang kurang mendukung. Penelitian ini bertujuan untuk mencari kriteria desain kamar pasien Rumah Sakit Ibu dan Anak yang dapat membantu proses penyembuhan dan mengembalikan emosi para ibu yang labil akibat persalinan. Metode Penelitian ini menggunakan kerangka fundamental dengan cara mengerucutkan masalah dan solusi dari sebuah tujuan menjadi beberapa misi yang kemudian diteruskan mencari goals. Hasil yang diharapkan dari penelitian ini adalah kriteria desain interior kamar pasien, meliputi tata letak dan warna yang dapat mendukung proses pemulihan ibu pasca melahirkan.

Keywords: baby blues, interior, kriteria, rumah sakit ibu dan anak

I. PENDAHULUAN

Sekitar 50-80% ibu yang baru pertama kali melakukan persalinan mengalami *Postpartum Depression* atau depresi pasca persalinan. Jenis depresi pasca persalinan yang paling sering dijumpai adalah *Baby Blues*. *Baby Blues* adalah perubahan emosi ibu yang baru saja melakukan persalinan menjadi tidak stabil. Depresi jenis ini dapat terlihat dari emosi ibu yang berubah-ubah, seperti mudah menangis, insomnia, kelelahan, mudah marah, sering merasa sedih, dan kesal [1].

Perubahan kadar hormon dalam waktu singkat dan tiba-tiba adalah salah satu pemicu timbulnya *Baby Blues*. Selain itu, penyebab *Baby Blues* ini adalah karena kecemasan, kekhawatiran ibu untuk tidak siap untuk merawat bayinya sendiri.

Menurut Atus, munculnya *baby blues syndrome* dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain

perhatian dari lingkungan terdekat, faktor psikososial seperti umur, latar belakang sosial, ekonomi, tingkat pendidikan, serta riwayat depresi atau masalah emosional lain [2].

Faktor psikologis dapat membantu pemulihan kesehatan penderita yang sedang dalam masa perawatan di rumah sakit. Faktor tersebut dapat dibentuk melalui suasana ruang pada fisik bangunan rumah sakit yang bersangkutan. Kehadiran sebuah suasana tertentu diharapkan dapat mereduksi faktor stres atau tekanan mental yang dialami oleh penderita yang sedang menjalani proses pemulihan kesehatan. Suasana tertentu dalam lingkungan fisik rumah sakit dapat menambah faktor stress penderita, sehingga dapat menghambat atau menggagalkan proses pemulihan kesehatannya [3]. Kompleksitas yang terjalin antara kondisi fisiologis dengan kondisi psikologis (*inner mind*) dari pasien mempunyai kontribusi dalam proses penyembuhan seseorang.

Untuk mendukung kondisi psikologis pasien perlu diciptakan lingkungan yang nyaman, dalam arti secara psikologis lingkungan memberikan dukungan positif bagi proses penyembuhan.

Proses penyembuhan yang terjadi pada manusia tidak hanya bergantung pada faktor medis yang diterima saja, faktor lingkungan dan psikologis pasien juga mengambil peranan penting dalam proses penyembuhan tersebut. Sebuah penelitian menyebutkan bahwa faktor lingkungan mengambil peranan sebesar 40% sementara faktor medis hanya mengambil peranan sebesar 10% dalam proses penyembuhan pasien [3].

Presentase yang besar tersebut mendorong munculnya pendekatan desain *Healing Environment*. Pendekatan *Healing Environment* adalah sebuah pengaturan fisik dan organisasi budaya yang mendukung kebutuhan pasien dan keluarga pasien untuk menghadapi tekanan mental atau stres yang dialami pasien selama menjalani perawatan medis. Konsep ini menekankan bahwa lingkungan di sekitar pasien yang sesuai atau positif dapat membantu mempercepat proses penyembuhan pasien dari berbagai macam *treatment* yang diterimanya [4].

Healing Architecture dapat terlihat pada lingkungan rumah sakit yang memiliki kualitas bangunan yang dapat membantu penyembuhan pasien. Bagian bangunan yang sering digunakan untuk menunjang *Healing Architecture* antara lain mural atau karya seni di dinding, kenyamanan dalam ruang pasien seperti desain kamar pasien. Pemilihan musik, warna, dan aroma juga mampu meningkatkan proses penyembuhan pasien. Dalam arsitektur kenyamanan tersebut diimplementasikan ke dalam facade, koridor, dan lingkungan luar [5].

Dalam desain interior, sebagai lingkungan binaan, terdapat beberapa stimulus yang akan mempengaruhi indera manusia. Dari beberapa teori psikologi menyebutkan bahwa ada sembilan alat indera yaitu penglihatan, pendengaran, kinestesis, vestibular, perabaan, temperatur, rasa sakit, perasa, serta penciuman. Semua alat indera tersebut dapat dijadikan stimulus yang dimunculkan dari sebuah objek desain interior, manusia berinteraksi, berkomunikasi dengan ruang [6]. Tujuan yang hendak dicapai dari penelitian ini adalah untuk menemukan kriteria tata ruang yang tepat untuk Rumah Sakit Ibu dan Anak guna mengembalikan kondisi psikologis para ibu yang mengalami *baby blues* akibat persalinan, terutama tata ruang kamar pasien. Penelitian ini mencakup kriteria interior kamar pasien, meliputi warna dan tata ruang kamar.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian perancangan ini menggunakan kerangka fundamental menurut Donna P. Duerk. Program ini menggunakan tata cara mengkerucutkan masalah dengan memfokuskan penelitian kepada misi-misi yang akan dicapai, kemudian membagi permasalahan ke dalam *goal*. Hasil akhirnya adalah berupa konsep yang didapat dari hasil pemecahan masalah terhadap misi. Pada langkah terakhir, konsep-konsep yang didapat akan dievaluasi.

Untuk mengkaji kebutuhan ibu yang baru melahirkan serta mengidentifikasi kondisi lapangan, maka dalam penelitian ini menggunakan observasi serta studi kasus kepada Rumah Sakit Ibu dan Anak di daerah Jakarta.

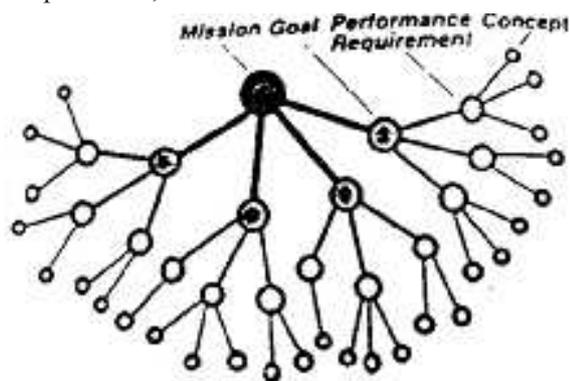
A. Proses Desain

Proses perancangan yang digunakan adalah *cyclical design process* yang memiliki karakteristik bahwa dalam perancangan tidak berlangsung secara searah, melainkan proses berputar yang mendapat penyempurnaan dari langkah sebelumnya. Dalam *cyclical design process* terdapat 3 tahapan [7] yaitu: (1) Analisa, adalah penyusunan data berupa penelitian terkait dengan perancangan serta penyusunan data terkait dengan kondisi pra-rancang yang berupa kondisi eksisting lahan untuk menghasilkan kriteria rancang; (2) Sintesa, adalah pemilahan dan pengambilan keputusan konsep dan program terkait yang paling sesuai dengan kriteria dan parameter perancangan sehingga dapat menjawab masalah penelitian; dan (3) Evaluasi, adalah pemilahan dan pengambilan keputusan konsep.

B. Program Perancangan

Program perancangan menggunakan kerangka program fundamental yang skemanya ditunjukkan pada gambar 1. Kerangka program fundamental dimulai dengan mengkerucutkan masalah dan solusi dari sebuah tujuan menjadi beberapa misi utama. Setelah didapat sebuah misi, maka langkah selanjutnya adalah menentukan *goal* yang mengandung niat dalam sebuah perancangan. Untuk menemukan *goal*, diperlukan informasi terlebih dahulu yang didapat melalui wawancara, observasi atau pencarian dokumen yang sudah ada, sehingga informasi tersebut yang akan membuat sebuah batasan terukur dari sebuah *goal*. *Goal* yang sudah ada akan menghasilkan *performace requirement* yang merupakan kriteria yang didapat dari hasil pengamatan. *Performance requirement* merupakan hal yang terukur, artinya

hasil yang akan didapat berupa peraturan, batasan, garis pedoman, dan kriteria.



Gambar 1 Kerangka Program Perancangan [6]

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

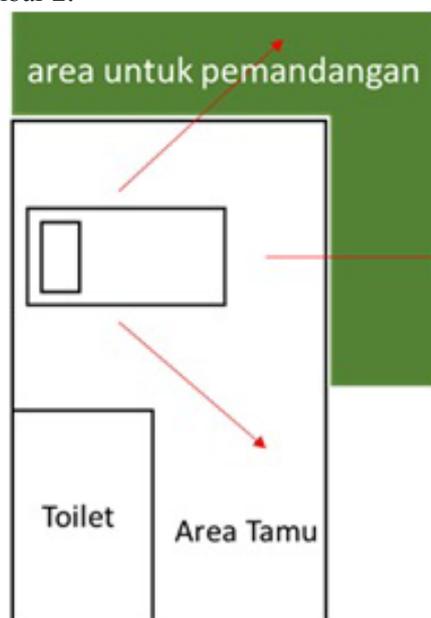
Dengan memperhatikan dan menganalisa kebutuhan para ibu yang mengalami *baby blues*, diterapkan beberapa hal agar mampu memulihkan kondisi para ibu dengan mengacu kepada konsep *healing architecture*. Kompleksitas yang terjalin antara kondisi fisiologis dengan kondisi psikologis (*inner mind*) dari pasien mempunyai kontribusi dalam proses penyembuhan seseorang. Untuk mendukung kondisi psikologis pasien perlu diciptakan lingkungan yang nyaman, dalam arti secara psikologis lingkungan memberikan dukungan positif bagi proses penyembuhan. Dengan demikian, masalah dari penelitian ini dapat dikerucutkan menjadi 2 hal, yaitu bagaimana cara agar para ibu tidak mengalami *baby blues* dan bagaimana cara agar ibu yang sedang *baby blues* segera pulih.

Untuk memulihkan kondisi ibu yang terkena *baby blues* dapat memanfaatkan faktor psikologis. Faktor tersebut dapat dibentuk melalui suasana ruang pada fisik bangunan rumah sakit yang bersangkutan. Kehadiran sebuah suasana tertentu mampu mereduksi faktor stress atau tekanan mental yang dialami oleh penderita yang sedang menjalani proses pemulihan kesehatan. Suasana tertentu dalam lingkungan fisik rumah sakit dapat menambah faktor stress penderita, sehingga dapat menghambat atau menggagalkan proses pemulihan kesehatannya [3].

Bangunan Rumah Sakit juga dapat mengaplikasikan Kromoterapi agar membantu ibu yang baru melahirkan menjadi lebih tenang. Kromoterapi sendiri adalah suatu metode terapi (perawatan) dengan menggunakan spektrum cahaya (warna) untuk menyembuhkan penyakit [8]. Dari analisa diatas terkait pencarian goal terhadap misi, maka dapat disimpulkan bahwa untuk mencapai misi

dari penelitian ini, yaitu mendapatkan sebuah kriteria Rumah Sakit Ibu dan Anak yang mampu membantu pemulihan ibu yang telah terkena *baby blues*, serta mencegah ibu yang baru melakukan persalinan terkena *baby blues*, maka terdapat 2 goal yaitu: (1) Menciptakan suasana ruangan yang mendukung komunikasi dengan keluarga, namun juga mendukung privasi pasien; dan (2) Menciptakan suasana ruangan yang bersifat menenangkan.

Interior dapat memberikan stimulus pada indra manusia untuk merespon dan beradaptasi pada lingkungan yang mereka tempati guna mencapai titik nyaman yang diinginkannya. Untuk mendapatkan suasana kamar yang bersifat menenangkan, maka visualisasi pada kamar pasien perlu diberikan pemandangan yang menyuguhkan ketenangan. Adapun visualiasasi yang dimaksud ditunjukkan pada Gambar 2.



Gambar 2 Skema posisi tempat tidur

Visualisasi bisa berbentuk Rumah Sakit juga dapat mengaplikasikan Kromoterapi dan memasukkan unsur alam ke dalam interior agar membantu ibu yang baru melahirkan menunjukkan bahwa setiap warna memiliki berbagai macam efek yang akan mempengaruhi tubuh manusia. Efek tersebut ditunjukkan pada Tabel 1 berikut.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa *performance requirements* atau kriteria untuk Rumah Sakit Ibu dan Anak yang mampu membantu pemulihan ibu yang telah terkena *baby blues*, serta mencegah ibu yang baru melakukan persalinan terkena *baby blues* adalah dengan memainkan tata letak bangunan serta memanfaatkan kromoterapi warna kuning dan jingga guna memunculkan rasa bahagia. Tabel kesimpulan *performance requirements* ditunjukkan pada Tabel 2.

Tabel 1 Warna-warna yang memiliki pengaruh pada psikologi manusia [9]

Warna	Bagian Spesifik	Implementasi psikologis	Keterangan
Merah	Sacral Region (berada di bawah tulang belakang dan terletak di antara segmen kelima tulang belakang)	Vitalitas, seksualitas, dan kekuatan	Meningkatkan kerja glukosa oksida, yang mampu meringankan racun, kejang otot, anemia, kelelahan, impotensi, darah tinggi, meningkatkan metabolisme, dan nafsu makan
Jingga	Sacral Region (berada di bawah tulang belakang dan terletak di antara segmen kelima tulang belakang)	Kebahagiaan dan kegembiraan	Melancarkan sirkulasi darah dan metabolisme, meringankan depresi, dan perubahan mood
Kuning	Diaphragma	Kestabilan mental, kecerdasan, dan konsentrasi	Meringankan stres, permasalahan perut, kufir, dan mengurangi berat badan
Hijau	Jantung	Kemurnian dan keharmonisan	Peremajaan dan metabolisme
Biru	Tenggorokan	Keinginan, komunikasi, manajemen migrain yang dikoreksikan oleh faktor psikologi	Asma, migrain, meringankan stress, gejala keracunan, menekan rasa lapar, dan kelelahan
Nila	Alis dan Dahi	Kemuliaan, kehormatan, dan harapan	Gangguan jiwa dan gugup
Ungu		Spiritual, melepaskan, dan meditasi	Mengurangi migrain dan meningkatkan kinerja endokrin

Tabel 2 Tabel kesimpulan performance requirements

Misi	Goal	Isu	Performance Requirements
mendapatkan sebuah kriteria Rumah Sakit Ibu dan Anak yang mampu membantu pemulihan ibu yang telah terkena <i>baby blues</i> , serta mencegah ibu yang baru melakukan persalinan terkena <i>baby blues</i>	Menciptakan suasana ruangan yang mendukung komunikasi dengan keluarga, namun juga mendukung privasi pasien	Denah	Dalam 1 kamar pasien, terdapat 2 "ruang" untuk menciptakan privasi
		Visualisasi dalam Ruang	Desain ruangan menggunakan Kromoterapi warna <u>biru</u> agar memicu keinginan untuk komunikasi
	Menciptakan suasana ruangan yang bersifat menenangkan	Visualisasi dalam Ruang	Desain ruangan menggunakan Kromoterapi warna <u>kuning</u> agar memberikan efek psikologi berupa ketenangan Desain ruangan menggunakan Kromoterapi warna <u>ungu</u> agar memberikan efek psikologi kontemplasi Kamar Pasien sebaiknya ada jendela luas yang menghadap kepada ruang luar

IV. SIMPULAN

Penataan letak pada kamar pasien Rumah Sakit Ibu dan Anak sangat penting dalam menciptakan suasana yang menenangkan para ibu yang mengalami *baby blues* pasca melahirkan, terutama penggunaan warna kuning dan ungu untuk memicu ketenangan. Selain warna, posisi penataan tempat tidur dan ruang

tamu yang terpisah dalam zona yang berbeda juga memberikan privasi kepada ibu yang baru melahirkan agar dapat menata emosi pasca melahirkan.

Penelitian ini baru membahas lingkup dari segi permainan saja dan dapat berkembang ke arah yang lebih luas, seperti pada analisa lebih detail terhadap pencahayaan, sirkulasi, maupun penataan lansekap pada lingkungan luar yang menjadi akses visual dalam *healing architecture*.

V. DAFTAR RUJUKAN

- [1] S. Thurgood, D. M. Avey and L. Williamson, "Postpartum Depression (PPD)," American Journal of Clinical Medicine, vol. 6, hlm. 17-22, 2009.
- [2] Atus, Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Munculnya Baby Blues, Bandung: Alfabeta, 2008.
- [3] R. M. Kaplan, J. Sallis, J. M. and T. L. Patterson, "Health And Human Behavior," Mc. Graw Hill Inc., New York, 1993.
- [4] J. Stichler, "Creating Healing Environment in Critical Care Units," Critical Care Nursing Quarterly, no. 24, hlm. 1-20, 2001
- [5] J. E. Young, "The Role of Architecture in Promoting Healing Environments in the Design of Small, Rural Hospitals," 84TH ACSA ANNUAL MEETING, no. 84, hlm. 566-571, 1996.
- [6] P. A. Bell, Environmental Psychology, Philadelphia: WB Saunder Company, 1980.
- [7] D. P. Duerk, Architectural Programming: Information Management for Design, New York: Van Nostrand Reinhold Company, 1993.
- [8] B. Vojnikovi, "Chromotherapy Of Macular Degeneration With Transitions Lenses And Green-Yellow Medical Filters And Special Programme For Psycho Organic Disturbances," Collegium Antripologicum, vol. 34, no. 2, hlm. 89-93, 2010.
- [9] Somia Gul, Rabia Khalid Nadeem, Anum Aslam, "Chromo therapy- An Effective Treatment Option or Just a Myth?? Critical Analysis on the Effectiveness of Chromo therapy," American Research Journal of Pharmacy, vol. 1, no. 2, hlm. 62-70, 2015.