

BAB II

STUDI LITERATUR WELLNESS CENTER FOR MINOR PSYCHOLOGICAL DISORDERS AND RELAXATION UNTUK PENDERITA GANGGUAN PSIKIS RINGAN (HIERARKI IV)

Bab ini membahas berbagai substansi yang membentuk *Wellness Center for Minor Psychological Disorders and Relaxation* serta hubungannya dengan konsep *Alterable Design*. Substansi yang ditinjau antara lain mengenai gangguan psikis, kajian *Wellness Center* secara umum, kajian *Mental Health Recovery* dari para ahli terkait, Konsep *Alterable design*, serta gambaran umum mengenai *Wellness Center for Minor Psychological Disorders and Relaxation*.

2.1. Tinjauan Pustaka *Wellness Center*

2.1.1. Pengertian *Wellness Center*

Wellness Center adalah istilah yang digunakan untuk pusat kebugaran baik jasmani maupun rohani, dan dalam istilah yang lebih spesifik adalah tempat dimana para profesional kesehatan mental dan medis, ahli gizi, dan pelatih kebugaran menyediakan perawatan dan layanan untuk kesehatan tubuh dan pikiran klien

Wellness center biasanya menawarkan jasa-jasa yang berkaitan dengan penyembuhan baik fisik dan rohani, contohnya adalah Chiropractic, Accupunture, dan penyembuhan secara menyeluruh (*Holistic Care*) yang dilengkapi oleh tenaga ahli seperti psikolog untuk membantu menenangkan pikiran.

2.1.2 Landasan Hukum pendirian *Wellness Center*

Diambil dari Wellnesslaw.com pendirian *Wellness Center* diatur dengan kalsifikasi khusus yang ditetapkan dengan undang-undang nomer 3 tahun 1982.

2.1.3. Persyaratan *Wellness Center*

Menurut (Kurniasih, 2009) tidak terdapat karakteristik khusus yang dimiliki oleh jenis *Wellness Center*, karena merupakan perusahaan dengan basis kegiatan hiburan dan rekreasi dengan prosedur hukum pada umumnya.

2.2. Tinjauan Pustaka Mental Health Treatment

2.2.1. Pengertian Mental Health Treatment

Mental Health Treatment adalah pengobatan untuk para pengidap penyakit mental atau kejiwaan, penyakit ini bisa disembuhkan dengan beberapa terapi, Terapi okupasi ini juga termasuk sebagai terapi psikologi suportif. Didalam psikologi suportif, pasien diberikan katarsis (mengutarakan isi hati pasien), peruasif, sugesti, penjaminan kembali, bimbingan, konseling, kerja-kasus sosial, terapi kerja (latihan kerja agar memiliki keterampilan dan modal kerja), dan narkoterapi. “Terapi Okupasi (Occupational Therapy) adalah suatu ilmu dan seni dalam mengarahkan partisipasi seseorang untuk melaksanakan suatu tugas tertentu yang telah ditentukan dengan maksud untuk memperbaiki, memperkuat, dan meningkatkan kemampuan dan mempermudah belajar keahlian atau fungsi yang dibutuhkan dalam proses penyesuaian diri dengan lingkungan, juga untuk meningkatkan produktivitas, mengurangi atau memperbaiki ketidak-normalan (kecacatan), serta memelihara dan meningkatkan derajat kesehatannya.

2.2.2. Persyaratan Mental Health Treatment

Mempertimbangkan strategi dalam menciptakan lingkungan yang mendorong kesehatan dan kesejahteraan pasien akan merespon melalui interaksi, pengembangan diri, dan kesembuhannya. Diambil dari Surat Keputusan Direktorat Jendral Pariwisata, Pos, dan Telekomunikasi No-22/U/VI/1978 tertanggal 12 Juni 1978:

1. Transisi

Batasan ruang personal, adanya kanopi dan sebuah tempat duduk. Area yang memungkinkan sebuah pasien untuk mengalami momen transisi mental kedalam sebuah public space dan membuat pilihan mengenai perpindahan ke level sosial yang berbeda.

2. Visibilitas dan pengendalian

Elemen-elemen yang bukan sebuah ancaman dapat dan diteruskan ke dalam unit-unit rawat inap, termasuk cahaya alami dan warna yang menenangkan.

3. Keleluasaan dan privasi

Sebuah tempat desain harus melindungi privasi pasien dari ruang publik. Memanfaatkan model desain yang memusat untuk unit bedah medis, lalu lintas operasional dan pendukung untuk penderita dan staf dapat dipisahkan dari koridor pasien

4. Menghilangkan peghalang

Tempat yang semi terbuka dapat mempengaruhi persepsi dari pasien terhadap staff untuk dapat didekati dan mendorong adanya komunikasi. Begitu pula, sangat penting untuk menyeimbangkan privasi antara staff dan pasien.

5. Ruang pribadi vs. Ruang semi-publik

Untuk ruang bedah rencananya dipindahkan ke dalam sebuah ruang pasien yang private, perdebatan masih ada di dalam perancangan sebuah kesehatan mental dengan membutuhkan keseimbangan privasi, keamanan dan pendukung sosial bagi kesehatan mental pasien.

6. Cahaya alami

Cahaya buatan maupun alami sangat membantu penyembuhan khususnya pada kesehatan mental pasien. Paparan cahaya pada pagi hari lebih efektif dalam mengerungai depresi pasien. Level depresi dapat dikurangi dengan adanya paparan cahaya alami. Beberapa studi menunjukkan bahwa cahaya alami dapat mengurangi waktu lamanya pasien tinggal. Disarankan fasilitas kesehatan mental harus dirancang dengan banyaknya cahaya alami yang masuk pada siang hari untuk mengurangi depresi.

7. Ruang Terbuka

Halaman luar membuat kesempatan bagi pasien untuk menikmati suasana luar dan terlibat dalam kegiatan rekreasi.

8. Material, Furniture, dan Kesenian

Furniture yang nyaman dapat membantu mengurangi nuansa fasilitas. Warna yang menenangkan dan material seperti kayu dan karpet dapat menciptakan sebuah atmosfer yang menenangkan untuk pengobatan. Seni natural dapat menjadi jalan untuk mengurangi stress pasien di dalam lingkungan perawatan kesehatan.

9. Keselamatan Pengguna

Keselamatan pengguna tetap menjadi prioritas utama, dan unsur-unsur seperti tinggi langit-langit untuk menghilangkan selundupan dan vandalisme, pertimbangan cermat dari sebuah pintu ayunan untuk menghilangkan potensi barikade, dan partisi kaca non pecah merupakan elemen kunci dalam solusi. Namun, ini dapat diatasi dengan cara yang membuat ruang terasa nyaman dan mencerminkan kepribadian, dengan dinding terisolasi dan langit-langit untuk meningkatkan redaman suara dan ruang terbuka bersama.

10. Pengurangan stress

Dalam membuat ruangan jangan menambah tingkat stres pasien tersebut. Tambahkan hal yang membuat pengalihan stres, seperti tanaman, dari segi pencahayaan yang menarik dan penambahan akustik. Dalam mengejar pemulihan, kesehatan mental pasien pertama harus nyaman. Kebisingan, cahaya yang menyilaukan, dan kualitas udara adalah di antara banyak variabel lingkungan yang harus dipertimbangkan dalam desain kesehatan fasilitas. Kebisingan meningkatkan stress di pasien, menginduksi tekanan darah tinggi dan peningkatan denyut jantung.

11. Pengurangan hal-hal yang mengakibatkan stress

Ruang santai staf juga harus diperhatikan dalam segi desain, karena staf yang mengurus pasien dapat terkena dampaknya juga, sehingga dalam desain ruang istirahat staf juga harus nyaman dan semenarik mungkin agar staf dapat menenangkan pikiran.

12. Interaksi sosial

Besar, terbuka, cahaya dapat masuk akan memajukan interaksi antar pasien dan pasien dengan staff. Ruang yang bundar untuk sesi terapi komunikasi secara berkelompok sangat baik karena terasa mereka menjadi satu kesatuan dan mengurangi rasa adanya “leader” dalam interaksi.

13. Faktor Psikologi

Beberapa pasien memiliki sensitivitas yang berbeda ada yang rendah dan ada yang sangat tinggi. Sehingga dibutuhkan ruang pertemuan seperti ruang mediasi, ruang kunjungan dan ruangan yang sunyi.

14. Pemberian dukungan oleh keluarga

Khususnya untuk pasien yang lebih muda, sebuah desain harus mendorong keluarga pasien tersebut datang untuk memberi semangat dan adanya aktivitas sebuah kelompok. Area tersebut termasuk ruangan konseling, ruangan belajar, dan area tidur keluarga. Area tersebut di letakkan di area depan untuk menjaga privasi pasien yang lain dan mengurangi adanya gangguan.

15. Pengendalian diri

Memberikan rasa batasan seperti rasa hormat dan control dari pasien antara ruangan pasien dengan ruangan publik yang lain sehingga tidak saling mengganggu.

16. Hubungan dengan masyarakat

Menyediakan ruang dan program dengan koneksi untuk masyarakat, melalui pendidikan atau bekerja, dapat membantu pasien kembali ke kehidupan sehari-hari setelah pengobatan.

2.3. Tinjauan Pustaka *Healing Environment*

2.3.1. Pengertian *Healing Environment*

Membuat *Healing Environment* dengan kesesuaian tema “*earth tone*” berarti membuat sebuah tempat yang dapat meredakan rasa stress yang berarti meredakan permasalahan yang ada seperti masalah kesehatan, kesusahan dalam berkonsentrasi dan stress akibat gangguan fisik yang dapat menyebabkan gangguan mental.

Berdasarkan "The Business Case for Creating a Healing Environment" yang ditulis oleh Jain Malkin, proses healing environment adalah secara:

1. Menghilangkan stress lingkungan seperti kebisingan, kurangnya privasi, kualitas udara yang buruk
2. Dapat menghubungkan pasien ke alam dengan pandangan ke alam bebas, taman dalam akuarium, elemen air, dan lain-lain.

3. Menawarkan pilihan untuk meningkatkan perasaan mengendalikan diri mencakup ruang privasi dan ruang sosialisasi, semua hal yang harus diperhatikan, contoh; pencahayaan, jenis musik, pilihan tempat duduk, area tunggu yang tenang dan aktif, dapat memberikan dukungan sosial, ruang privasi untuk mengelompokan keluarga, fasilitas untuk tidur.
4. Memberikan treatment seperti seni interaktif, perapian, akuarium, koneksi internet, music, akses ke program video dengan gambar yang menenangkan disertai dengan music yang dikembangkan khusus untuk pengaturan kesehatan, dan menimbulkan perasaan damai, harapan refleksi dan hubungan spiritual dan memberi kesempatan relaksasi, pendidikan, humor, dan imajinasi.

2.4. Universal Design dan Green Building Index

Desain universal adalah sebuah konsep desain yang diperuntukan bagi semua orang tanpa memandang perbedaan. Konsep desain yang telah dikembangkan secara global diberbagai bidang seperti arsitektur, interior, grafis dan produk ini lahir dari kesadaran perintisnya akan realitas sosial demografi yang menunjukkan adanya perbedaan latar belakang budaya, bahasa, pengetahuan, tingkat kemampuan fisik diantara populasi manusia di dunia. Desain merupakan sebuah upaya pemecahan masalah dan isu desain universal membawa paradigma baru dalam pemecahan sebuah masalah bahwa dengan mempertimbangkan keberagaman manusia dapat ditarik sebuah standar yang berlaku adil bagi semua. Desain yang universal, mampu menjawab kebutuhan orang cacat, orang lanjut usia, anak-anak dan sebagainya, tentunya sekaligus menjawab kebutuhan orang normal.

Prinsip Universal Design seperti yang didefinisikan oleh The Centre of Universal Design North California State University adalah sebagai berikut:

- a. Kegunaan yang Adil dan Bijaksana (Equitable Use) Desain yang dapat digunakan dan dipasarkan bagi semua orang termasuk orang dengan keterbatasan fisik atau penyandang cacat (disabilities)

- b. Fleksibel dalam Penggunaan (Flexibility in Use)
Dapat mengakomodasi kebutuhan dan kemampuan individual yang beragam
- c. Sederhana dan Intuitif (Simple dan Intuitive)
Mudah dimengerti, terlepas dari perbedaan latar belakang, pengalaman, pengetahuan, bahasa, kecakapan maupun tingkat konsentrasi penggunaannya.
- d. Mudah dan Cepat dipersepsi secara Indrawi
Secara efektif dapat menyampaikan informasi yang diperlukan oleh pengguna, terlepas dari situasi, tingkat kondisi dan kemampuan inderawi penggunaannya
- e. Toleransi terhadap Kesalahan (Tolerance for Error)
Mampu mengurangi resiko bahwa, kerugian akibat kecelakaan atau kejadian yang tidak diinginkan.
- f. Upaya Fisik yang Rendah (Low Physical Effort)
Dapat digunakan secara efisien, nyaman dan dengan tingkat kelelahan yang rendah
- g. Ukuran dan Ruang untuk Kenyamanan Pengguna
Penggunaan ukuran dan ruang yang wajar dan pantas sebagai pendekatan, pencapaian, dan penggunaan, terlepas dari ukuran tubuh, postur atau mobilitas penggunaannya.

2.5. Tinjauan Pustaka Gangguan Jiwa

2.5.1. Pengertian Gangguan Jiwa

Definisi gangguan jiwa dikemukakan oleh Frederick H. Kanfer dan Arnold P. Goldstein. Menurut kedua ahli tersebut gangguan jiwa adalah kesulitan yang harus dihadapi oleh seseorang karena hubungannya dengan orang lain, kesulitan karena persepsinya tentang kehidupan dan sikapnya terhadap dirinya sendiri. Preseden Djamaludin Ancok, Psikologi Islami, Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2001)

Ciri-ciri orang yang mengalami gangguan jiwa menurut Kanfer dan Goldstein adalah seperti berikut :Pertama, hadirnya perasaan cemas (anxiety) dan perasaan tegang (tension) didalam diri. Kedua, merasa tidak puas (dalam artian negative) terhadap perilaku dirisendiri. Ketiga, perhatian yang berlebihan terhadap problem yang dihadapinya.Keempat, ketidakmampuan untuk berfungsi secara efektif di dalam menghadapi problem.Kadang-kadang ciri-ciri tersebut tidak dirasakan oleh penderita. Yang merasakan akibat perilaku penderita adalah masyarakat disekitarnya. Orang disekitarnya merasa bahwa perilaku yang dilakukan adalah merugikan diri penderita, tidak efektif, merusak dirinya sendiri. Dalam kasus demikian seringkali terjadi orang-orang merasa terganggu dengan perilaku penderita (Ibid (2014).

Gangguan jiwa erat hubungannya dengan tekanan-tekanan batin, konflik-konflik pribadi, dan kompleks-komplek terdesak yang terdapat dalam diri manusia.Tekanan-tekanan batin dan konflik-konflik pribadi itu sering sangat mengganggu ketenangan hidup seseorang dan sering kali menjadi pusat pengganggu bagiketenangan hidup. Jika gangguan-gangguan emosional dan ketegangan batin tersebut berlangsung terus menerus atau kronis hal itu pasti menimbulkan macam-macam penyakit mental atau penyakit jiwa. Penyakit jiwa ditandai dengan fenomenaketakutan, pahit hati, hambar hati, ketegangan batin yang kronis dan lain-lain. Jugadisertai seperti halnya rasa nyeri, pusing-pusing, sesak nafas dan sakit-sakit dilambung yang merupakan pertanda permulaan dari penyakit jasmaniah. Dengan demikian sakit jiwa itu merupakan bentuk gangguan pada ketenangan batin dan ketenangan hati. (Kartini Kartono, Hygiene Mental , (Bandung, Mandar Maju, 2000)

2.5.2. Klasifikasi Gangguan Jiwa

Klasifikasi psikiatri melibatkan pembedaan dari perilaku normal dari abnormal. Dalam hal ini normal dan abnormal dapat berarti sehat dan sakit, tetapi bisa juga digunakan dalam arti lain. Sejumlah gejala psikiatri berbeda tajam dari normal dan hampir selalu menunjukkan penyakit. (Köhler, O., 1993) Penyakit mental, secara prinsip dibagi dalam :

a) Psikotik : Semua kondisi yang memberi indikasi terdapatnya kekurangan dalam kemampuan daya nilai realitas, sehingga terjadi salah menilai persepsi dan pikirannya, dan salah dalam menyimpulkan dunia luar, kemudian diikuti dengan adanya halusinasi, atau perilaku yang kacau. Gangguan jiwa psikotik dapat dibedakan menjadi 2; yaitu:

- Psikotik organik (Delirium, Dementia praecox, dll)
- Psikotik non-organik (Gangguan anxietas / kecemasan, gangguan somatoform, gangguan psikosomatis, gangguan kepribadian, gangguan psikoseksual dll.)

b) Non-psikotik / Neurotik : Gangguan jiwa non psikotik yang kronis dan rekuren, yang ditandai terutama oleh kecemasan, yang dialami atau dipersepsikan secara langsung, atau diubah melalui mekanisme pertahanan/pembelaan menjadi sebuah gejala, seperti: obsesi, kompulsi, fobia, disfungsi seksual, dll.

2.5.3. Penyebab Umum Gangguan Jiwa

Menurut pendapat Sigmund Freud, gangguan jiwa terjadi karena tidak dapat dimainkannya tuntutan Id (dorongan instinktif yang sifatnya seksual) dengan tuntutan super ego (tuntutan normal sosial). Orang ingin berbuat sesuatu yang dapat memberikan kepuasan diri, tetapi perbuatan tersebut akan mendapat celaan masyarakat. Konflik yang tidak terselesaikan antara keinginan diri dan tuntutan masyarakat ini akhirnya akan mengantarkan orang pada gangguan jiwa.

Henry A. Murray berpendapat terjadinya gangguan jiwa dikarenakan orang tidak dapat memuaskan macam-macam kebutuhan jiwa mereka.

Beberapa contoh dari kebutuhan tersebut diantaranya adalah: pertama, kebutuhan untuk afiliasi, yaitu kebutuhan akan kasih sayang dan diterima oleh orang lain dalam kelompok; kedua, kebutuhan untuk otonomi, yaitu ingin bebas dari pengaruh oranglain; ketiga, kebutuhan untuk berprestasi, yang muncul dalam keinginan untuk sukses mengerjakan sesuatu dan lain-lain. (Djamaludin,1992)

Kemungkinan gejala umum atau gejala yang terjadi terdapat pada unsur kejiwaan, tetapi penyebab utamanya mungkin di badan (somatogenik), di lingkungan sosial (sosiogenik) ataupun di psike (psikogenik). Biasanya tidak terdapat penyebab tunggal, akan tetapi beberapa penyebab sekaligus dari berbagai unsur itu yang saling mempengaruhi atau kebetulan terjadi bersamaan, lalu timbullah gangguan badan ataupun jiwa. (Maramis, 1994)

Sumber penyebab gangguan jiwa dipengaruhi oleh faktor-faktor pada ketiga unsur itu yang terus menerus saling mempengaruhi, yaitu :

a. Faktor-faktor somatik (somatogenik)

- 1) Neroanatomi
- 2) Nerofisiologi
- 3) Nerokimia
- 4) Tingkat kematangan dan perkembangan organik
- 5) Faktor-faktor pre dan peri – natal

b. Faktor-faktor psikologik (psikogenik) :

- 1) Interaksi ibu –anak : normal (rasa percaya dan rasa aman) atau abnormal berdasarkan kekurangan, distorsi dan keadaan yang terputus (perasaan tak percaya dan kebimbangan)
- 2) Peranan ayah
- 3) Persaingan antara saudara kandung
- 4) Inteligensi
- 5) Hubungan dalam keluarga, pekerjaan, permainan dan masyarakat
- 6) Kehilangan yang mengakibatkan kecemasan, depresi, rasa malu atau rasa salah

- 7) Konsep diri : pengertian identitas diri sendiri lawan peranan yang tidak menentu
- 8) Keterampilan, bakat dan kreativitas
- 9) Pola adaptasi dan pembelaan sebagai reaksi terhadap bahaya
- 10) Tingkat perkembangan emosi

c. Faktor-faktor sosio-budaya (sosiogenik)

- 1) Kestabilan keluarga
- 2) Pola mengasuh anak
- 3) Tingkat ekonomi
- 4) Perumahan : perkotaan lawan pedesaan
- 5) Masalah kelompok minoritas yang meliputi prasangka dan fasilitas kesehatan, pendidikan dan kesejahteraan yang tidak memadai
- 6) Pengaruh rasial dan keagamaan
- 7) Nilai-nilai

2.5.4. Jenis Gangguan Jiwa Secara Umum

Gangguan jiwa artinya bahwa yang menonjol ialah gejala-gejala yang psikologik dari unsur psikis (Maramis, 1994). Macam-macam gangguan jiwa: Gangguan mental organik dan simtomatik, skizofrenia, gangguan skizotipal dan gangguan waham, gangguan suasana perasaan, gangguan neurotik, gangguan somatoform, sindrom perilaku yang berhubungan dengan gangguan fisiologis dan faktor fisik, Gangguan kepribadian dan perilaku masa dewasa, retardasi mental, gangguan perkembangan psikologis, gangguan perilaku dan emosional dengan pemikiran masa kanak dan remaja. (Rusdi Maslim, 1998)

a. Skizofrenia.

Skizofrenia merupakan bentuk psikosa fungsional paling berat, dan menimbulkan disorganisasi personalitas yang terbesar. Skizofrenia juga merupakan suatu bentuk psikosa yang sering dijumpai dimana-mana sejak dahulu kala. Meskipun demikian pengetahuan kita tentang sebab dan patogenesisnya sangat kurang (Maramis, 1994). Dalam kasus berat, klien tidak mempunyai kontak dengan realitas, sehingga pemikiran dan perilakunya abnormal. Perjalanan penyakit ini secara bertahap akan menuju kearah kronisitas, tetapi sekali-kali bisa timbul serangan. (Ingram et al.,1995)

b. Depresi

Depresi merupakan satu masa terganggunya fungsi berkaitan dengan alam perasaan yang sedih dan gejala penyertanya, termasuk perubahan pada pola tidur dan nafsu makan, psikomotor, konsentrasi, kelelahan, rasa putus asa dan tak berdaya, serta gagasan bunuh diri. Depresi juga dapat diartikan sebagai salah satu bentuk gangguan kejiwaan pada alam perasaan yang ditandai dengan kemurungan, kekecewaan, ketiadaan gairah hidup, perasaan tidak berguna, putus asa dan lain sebagainya (Kaplan, 1998).

Depresi adalah suatu perasaan sedih dan yang berhubungan dengan penderitaan. Dapat berupa serangan yang ditujukan pada diri sendiri atau perasaan marah yang mendalam. Depresi adalah gangguan patologis terhadap mood mempunyai karakteristik berupa bermacam-macam perasaan, sikap dan kepercayaan bahwa seseorang hidup menyendiri, pesimis, putus asa, ketidak berdayaan, harga diri rendah, bersalah, harapan yang negatif dan takut pada bahaya yang akan datang. Depresi menyerupai kesedihan yang merupakan perasaan normal yang muncul sebagai akibat dari situasi tertentu misalnya kematian orang yang dicintai. Sebagai ganti rasa ketidaktahuan akan kehilangan seseorang akan menolak kehilangan dan menunjukkan kesedihan dengan tanda

depresi Individu yang menderita suasana perasaan (mood) yang depresi biasanya akan kehilangan minat dan kegembiraan, dan berkurangnya energi yang menuju keadaan mudah lelah dan berkurangnya aktifitas. Depresi dianggap normal terhadap banyak stress kehidupan dan abnormal hanya jika ia tidak sebanding dengan peristiwa penyebabnya dan terus berlangsung sampai titik dimana sebagian besar orang mulai pulih (Atkinson, 2000).

c. **Anxietas / Kecemasan**

Kecemasan sebagai pengalaman psikis yang biasa dan wajar, yang pernah dialami oleh setiap orang dalam rangka memacu individu untuk mengatasi masalah yang dihadapi sebaik-baiknya. Suatu keadaan seseorang merasa khawatir dan takut sebagai bentuk reaksi dari ancaman yang tidak spesifik. Penyebabnya maupun sumber biasanya tidak diketahui atau tidak dikenali. Intensitas kecemasan dibedakan dari kecemasan tingkat ringan sampai tingkat berat. Menurut Sundeen (1995) mengidentifikasi rentang respon kecemasan kedalam empat tingkatan yang meliputi, kecemasan ringan, sedang, berat dan kecemasan panik.

d. **Gangguan Kepribadian**

Klinik menunjukkan bahwa gejala-gejala gangguan kepribadian (psikopatia) dan gejala-gejala nerosa berbentuk hampir sama pada orang-orang dengan intelegensi tinggi ataupun rendah. Jadi boleh dikatakan bahwa gangguan kepribadian, nerosa dan gangguan intelegensi sebageian besar tidak tergantung pada satu dan lain atau tidak berkorelasi. Klasifikasi gangguan kepribadian: kepribadian paranoid, kepribadian afektif atau siklotemik, kepribadian schizoid, kepribadian ayplosif, kepribadian anankastik atau obsesif-kompulsif, kepribadian histerik, kepribadian astenik, kepribadian antisosial, Kepribadian pasif agresif, kepribadian inadequate.

e. Gangguan Mental Organik

Merupakan gangguan jiwa yang psikotik atau non-psikotik yang disebabkan oleh gangguan fungsi jaringan otak (Maramis,1994). Gangguan fungsi jaringan otak ini dapat disebabkan oleh penyakit badaniah yang terutama mengenai otak atau yang terutama diluar otak. Bila bagian otak yang terganggu itu luas , maka gangguan dasar mengenai fungsi mental sama saja, tidak tergantung pada penyakit yang menyebabkannya bila hanya bagian otak dengan fungsi tertentu saja yang terganggu, maka lokasi inilah yang menentukan gejala dan sindroma, bukan penyakit yang menyebabkannya. Pembagian menjadi psikotik dan tidak psikotik lebih menunjukkan kepada berat gangguan otak pada suatu penyakit tertentu daripada pembagian akut dan menahun.

f. Gangguan Psikosomatik

Merupakan komponen psikologik yang diikuti gangguan fungsi badaniah (Maramis, 1994). Sering terjadi perkembangan neurotik yang memperlihatkan sebagian besar atau semata-mata karena gangguan fungsi alat-alat tubuh yang dikuasai oleh susunan saraf vegetatif. Gangguan psikosomatik dapat disamakan dengan apa yang dinamakan dahulu neurosa organ. Karena biasanya hanya fungsi faaliah yang terganggu, maka sering disebut juga gangguan psikofisiologik.

g. Retardasi Mental

Retardasi mental merupakan keadaan perkembangan jiwa yang terhenti atau tidak lengkap, yang terutama ditandai oleh terjadinya hendaya keterampilan selama masa perkembangan, sehingga berpengaruh pada tingkat kecerdasan secara menyeluruh, misalnya kemampuan kognitif, bahasa, motorik dan sosial (Maslim,1998).

h. Gangguan Perilaku Masa Anak dan Remaja.

Anak dengan gangguan perilaku menunjukkan perilaku yang tidak sesuai dengan permintaan, kebiasaan atau norma-norma masyarakat (Maramis, 1994). Anak dengan gangguan perilaku dapat menimbulkan kesukaran dalam asuhan dan pendidikan. Gangguan perilaku mungkin berasal dari anak atau mungkin dari lingkungannya, akan tetapi akhirnya kedua faktor ini saling mempengaruhi. Diketahui bahwa ciri dan bentuk anggota tubuh serta sifat kepribadian yang umum dapat diturunkan dari orang tua kepada anaknya. Faktor lingkungan juga dapat mempengaruhi perilaku anak, dan sering lebih menentukan oleh karena lingkungan itu dapat diubah, maka dengan demikian gangguan perilaku itu dapat dipengaruhi atau dicegah.

2.5.5. Gangguan Jiwa Ringan

PPDGJ (Pedoman Penggolongan dan Diagnosis Gangguan Jiwa) III menganggap bahwa setiap gangguan jiwa tidak memiliki satuan yang tegas dengan batasan-batasan yang jelas antara gangguan yang satu dengan gangguan lainnya. Di dalam buku Diagnosis Gangguan Jiwa dari PPDGJ-III membuat beberapa hierarki untuk mempermudah pengelompokkan gangguan jiwa. Gangguan jiwa ringan termasuk dalam Hierarki IV, dimana penderita masih menyadari tentang dirinya sendiri, tidak mengganggu atau menyakiti diri sendiri dan orang lain.

Gangguan jiwa ringan yang termasuk dalam Hierarki IV adalah:

a. F40 : Fobia

Ketakutan karena adanya situasi atau objek (dari luar individu) yang sebenarnya pada saat kejadian tidak membahayakan.

b. F41 : Panik dan cemas

Rasa panik berlebihan yang tidak terbatas pada situasi tertentu saja.

- c. F42 : Obsesif – Kompulsif
Munculnya aktivitas yang terus berulang setiap hari atau setiap saat sehingga menjadi kebiasaan yang dapat mengganggu aktivitas penderita.
- d. F43 : Stres
Respon dari stres berat atau stres berkelanjutan.
- e. F44 : Disosiatif (trauma)
Kehilangan sebagian atau seluruh ingatan masa lalu, indera, serta kontrol terhadap diri (di bawah kendali kesadaran).
- f. F45 : Somatoform
Adanya keluhan-keluhan gejala fisik yang berulang disertai permintaan pemeriksaan medik walaupun tidak terbukti adanya kelainan yang menjadi dasar keluhannya.
- g. F48 : Neurotik
Gangguan campuran dari perilaku, keyakinan, dan emosi yang tidak ada penyebab yang jelas, dan terjadi dengan frekuensi tertentu.

Tanda dan gejala seseorang mengalami gangguan jiwa ringan adalah sebagai berikut:

- a. Perasaan khawatir, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri dan mudah tersinggung.
- b. Merasa tegang, tidak tenang, gelisah, mudah terkejut.
- c. Takut sendirian, takut keramaian atau banyak orang.
- d. Gangguan pada pola tidur, mimpi yang menegangkan.
- e. Gangguan konsentrasi dan daya ingat.
- f. Keluhan-keluhan rasa sakit pada otot dan tulang, pendengaran berdenging, jantung berdebar-debar, sesak napas, gangguan pencernaan, dan sakit kepala.

2.5.6. Prinsip Terapi atau Pengobatan

Gangguan jiwa merupakan salah satu penyakit yang cenderung berlanjut (kronis, menahun). Oleh karenanya terapi pada gangguan jiwa memerlukan waktu yang relative lama, hal ini dimaksudkan untuk menekan sekecil mungkin kekambuhan (relapse). Perkembangan di dalam metode terapi penderita sudah demikian maju, sehingga penderita tidak lagi mengalami pemasungan atau perawatan di Rumah Sakit Jiwa selama bertahun-tahun. Terapi komprehensif dan holistic sekarang ini sudah dikembangkan sehingga penderita gangguan jiwa tidak lagi mengalami diskriminasi bahkan metodenya lebih manusiawi daripada masa sebelumnya. Terapi yang dimaksudkan meliputi:

a. Psikofarmaka

Dari sudut organobiologis sudah diketahui bahwa pada gangguan jiwa terdapat gangguan pada fungsi transmisi sinyal sinyal penghantar syaraf (neurotransmitter) sel sel susunan syaraf pusat (otak) yaitu pelepasan zat dopamine dan serotonin yang mengakibatkan gangguan pada alam berfikir, alam perasaan dan perilaku. Oleh karena itu obat psikofarmaka yang akan diberikan ditujukan pada gangguan fungsi neurotransmitter tadi sehingga gejala-gejala klinis tadi dapat dihilangkan.

b. Psikologi

Terapi kejiwaan atau psikoteapi pada penderita gangguan jiwa baru dapat diberikan apabila penderita dengan terapi psikofarmaka di atas sudah mencapai tahapan dimana kemampuan menilai realitas (Reality Testin Testing Ability/RTA) sudah kembali pulih dan pemahaman diri (insight) sudah baik

c. Psikososial / Rehabilitasi

Salah satu dampak dari gangguan jiwa adalah terganggunya fungsi social penderita yang terjadi dalam berbagai bidang fungsi rutin kehidupan sehari-hari. Dengan terapi psikososial dimaksudkan penderita agar mampu kembali beradaptasi dengan lingkungan sosial sekitarnya dan mampu hidup mandiri. Sebagai persiapan penempatan kembali ke masyarakat, para penderita tidak hanya diberikan terapi farmaka tetapi jua diintegrasikan dengan jenis-jenis terapi lainnya termasuk terapi ketrampilan / terapi okupasi. Program persiapan kembali ke masyarakat meliputi :

- 1) Terapi kelompok
- 2) Peribadatan
- 3) Kegiatan kesenian
- 4) Terapi fisik / olah raga
- 5) Ketrampilan
- 6) Dan sebagainya..

2.6. Psikolog

Psikolog berasal dari kata psyche yang berarti jiwa dan therapy yang berarti penyembuhan. Jika digabungkan maka psikologi memiliki arti penyembuhan jiwa (Irianti, 2011). Psikolog merupakan terapi untuk pasien dengan kebutuhan mental tanpa pengobatan yang menggunakan. Menurut Corey (2012) psikolog adalah sarana untuk memeriksa pikiran, perasaan, dan perilaku yang disfungsi dengan tujuan untuk mengubah pikiran dengan interaksi yang sistematis antar klien dengan psikiater. Dengan menggunakan prinsip-prinsip psikolog, diharapkan dapat membantu klien mengubah tingkah laku, pikiran, dan perasaan klien yang abnormal serta dapat memecahkan masalah-masalah dalam hidupnya sehingga klien dapat berkembang sebagai seorang individu.

2.6.1. Prinsip Psikolog

Dalam prakteknya, psikolog dilakukan dengan percakapan, wawancara, dan observasi. Percakapan dapat mengubah pandangan, keyakinan, serta perilaku seseorang secara mendalam secara tidak disadari. Dalam dunia kedokteran, komunikasi antar dokter dengan klien merupakan hal yang penting. Komunikasi berlangsung sejak perjumpaan pertama yaitu saat diagnosis belum dikeluarkan sampai akhir pemberian terapi. Apapun hasil pengobatannya, dokter akan menginformasikannya dengan klien atau keluarga klien.

2.6.2. Jenis-Jenis Psikolog

Menurut Corey, 2010, terapi pada psikolog dapat dibedakan menjadi:

1. Terapi Perilaku Kognitif

Merupakan jenis psikolog yang menekankan klien untuk memperoleh kesadaran berfikir positif dan memiliki keyakinan yang kuat. Metode ini menggunakan cara yang dapat merubah individu memiliki cara pandang yang lebih sehat dan positif. Perubahan dalam cara berfikir menyebabkan perubahan dalam cara seseorang bertindak dan menghasilkan sikap yang lebih positif dalam kehidupannya. Terapi perilaku kognitif digunakan untuk kondisi seperti depresi, kecemasan, gangguan bipolar, gangguan makan, dan lain-lain.

2. Terapi Perilaku Dialektis

Dalam terapi ini, terapis setuju dengan klien bahwa perilaku yang dimilikinya adalah benar. Tetapi pada saat yang sama, terapis mendorong klien untuk mengubah perilaku menjadi lebih baik. Terapi ini dapat digunakan pada pasien dengan kecenderungan bunuh diri.

3. Terapi Kognitif Analitis

Terapis membantu klien untuk memahami hal-hal yang tidak beres pada masa lalu klien dan memastikan bahwa klien tidak akan mengulangi kesalahan yang sama di masa yang akan datang.

4. Terapi Interpersoal

Terapi dilakukan untuk membantu membimbing klien dalam membangun dan mempertahankan hubungan dengan orang lain. Dalam terapi ini klien didorong untuk mengikuti suatu rutinitas tertentu dan meningkatkan hubungan dengan orang lain.

5. Terapi Humanistik

Terapi yang berfokus untuk mengenalkan kemampuan klien untuk mencari tahu bagaimana individu menganggap diri sendiri. Terapi ini juga membantu klien untuk mengenali pertumbuhan, pengarahan diri, dan tanggung jawab diri sendiri. Terapi ini membantu klien dalam upaya untuk mengenali kekuatan klien dengan pengalaman dan pemahaman.

Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai, psikolog dibagi menjadi:

1. Psikologi Suportif

Psikologi ini bertujuan untuk membantu klien agar lebih baik dalam mengatasi gejala dan memecahkan masalah, bukan untuk merubah perilaku mendasar.

2. Psikologi Reedukatif

Bertujuan untuk mengubah pola perilaku dengan menghilangkan kebiasaan tertentu dan membentuk kebiasaan baru yang lebih positif.

3. Psikologi Rekonstruktif

Bertujuan untuk membantu klien berfikir, merenung, dan menggali apa yang sebenarnya ditakuti yang merupakan simbolisasi dari sesuatu hal yang buruk di masa lalu.

2.7. Ruang Konseling dan Terapi

2.7.1. Konseling

Istilah konseling berasal dari Bahasa Latin, yaitu Consilium yang berarti dengan atau bersama yang dirangkai dengan menerima atau memahami. Menurut Sukardi (1988) konseling adalah kegiatan mengumpulkan semua fakta dan pengalaman klien yang difokuskan pada masalah tertentu untuk diatasi oleh pihak yang bersangkutan, di

mana ia diberi bantuan pribadi dan langsung dalam pemecahan masalah tersebut. Konselor tidak memecahkan masalah untuk klien. Konseling harus ditujukan pada perkembangan yang progresif dari individu untuk memecahkan masalah-masalahnya sendiri tanpa bantuan. Konseling dapat membantu individu mengatasi hambatan-hambatan perkembangan dirinya dan untuk mencapai perkembangan optimal kemampuan pribadi yang dimilikinya.

2.7.2. Teritori

Dalam perancangan tempat konseling psikiatrik harus memperhatikan aturan mengenai jarak dalam berbagai macam aktivitas konseling, seperti berbicara. Menurut Edward T. Hall, seorang antropolog, pengelompokan jarak yang diperlukan dalam berinteraksi dengan orang lain adalah:

A. Intimate Distance (jarak intim)

Yaitu jarak yang dekat/akrab atau keakraban dengan fase dekat (0,00-0,15 meter) dan fase jauh (0,15-0,50 meter). Merupakan jarak nyaman untuk merangkul kekasih, sahabat, keluarga, olahraga fisik, dan hubungan seks. Pada jarak ini tidak perlu berteriak atau menggunakan gerak tubuh untuk berkomunikasi, cukup dengan berbisik.

B. Personal Distance (jarak pribadi)

Yaitu jarak yang nyaman untuk percakapan dua sahabat akrab dengan fase dekat (0,050-0,75 meter) dan fase jauh (0,75-1,20 meter). Menggunakan gerakan tangan normal untuk berkomunikasi biasa pada jarak ini. Karakteristik keregangan yang biasa digunakan individu satu sama lain. Dalam fase dekat masih memungkinkan pertukaran sentuhan, bau, pandangan, dan isyarat-isyarat lainnya.

C. Social Distance (jarak sosial)

Yaitu jarak yang memungkinkan terjadinya kontak sosial yang umum, seperti hubungan bisnis dengan fase dekat (1,20-2,10 meter) dan fase jauh (2,10-3,60 meter). Merupakan jarak nyaman individu dengan kegiatan yang serupa. Berkomunikasi pada jarak

ini menggunakan suara agak keras dan gerakan tubuh. Pada kenyataannya, jarak ini merupakan patokan dasar dalam pembentukan ruang atau dalam perancangan ruang.

D. Public Distance (jarak publik)

Yaitu jarak untuk situasi formal atau pembicaraan umum/orang-orang berstatus lebih tinggi dengan fase dekat (3,60-7,50 meter) dan fase jauh (>7,50 meter). Merupakan jarak untuk hubungan formal. Dapat dilihat pada pembicaraan lebih dari dua individu. Pada jarak ini seringkali orang memerlukan usaha lebih keras untuk bisa berkomunikasi dengan baik.

2.7.3. Standard Ruang Konseling

Di dalam buku Bimbingan & Konseling (Sukardi, 1988) dijelaskan ruang konseling harus memiliki satu set meja dan kursi konseling, lemari buku, buku-buku referensi sesuai kebutuhan, poster, alat bantu konseling, buku catatan konseling, formulir jadwal konsumsi obat (lampiran), formulir catatan pengobatan pasien (lampiran), dan lemari arsip (filling cabinet), serta satu set komputer jika memungkinkan.

Letak lokasi ruang konseling harus mudah diakses (strategis) oleh tetapi tidak terlalu terbuka sehingga prinsip-prinsip konfidensial tetap terjaga. Jumlah ruang konseling disesuaikan dengan kebutuhan jenis layanan dan jumlah ruangan yang tersedia. Antar ruangan sebaiknya tidak tembus pandang. Jenis ruangan yang diperlukan meliputi:

- a. ruang kerja
- b. ruang administrasi/data
- c. ruang konseling individual
- d. ruang bimbingan dan konseling kelompok
- e. ruang biblio terapi
- f. ruang relaksasi/desensitisasi
- g. ruang tamu

Kondisi yang diharapkan dari ruang konseling:

- a. Ruang kerja konseling disiapkan agar dapat berfungsi mendukung produktivitas kinerja psikiater. Untuk itu, diperlukan fasilitas berupa: komputer, meja kerja, lemari dan sebagainya.
- b. Ruang administrasi/data perlu dilengkapi dengan fasilitas berupa lemari penyimpanan dokumen (buku pribadi, catatan-catatan konseling, dan lain-lain) maupun berupa softcopy, Dalam hal ini harus menjami keamanan dan kerahasiaan data yang disimpan.
- c. Ruangan konseling individual merupakan tempat yang nyaman dan aman untuk terjadinya interaksi antara konselor dan konseli. Ruangan ini dilengkapi dengan satu set meja kursi atau sofa, tempat untuk menyimpan majalah, yang dapat berfungsi sebagai biblio terapi.
- d. Ruangan konseling kelompok merupakan tempat yang aman dan nyaman untuk terjadinya dinamika kelompok dalam interaksi antara psikiater dengan klien. Ruangan ini dilengkapi dengan perlengkapan antara lain: sejumlah kursi, karpet, tape recorder, VCD dan televisi.
- e. Ruangan Biblio Terapi pada prinsipnya mampu menjadi tempat bagi klien dalam menerima berbagai informasi, baik informasi yang berkenaan dengan pribadi, sosial, akademik maupun karier di masa mendatang. Ruangan ini dilengkapi dengan perlengkapan daftar buku (katalog), rak buku, ruang baca, buku daftar pengunjung, dan jika memungkinkan disediakan internet.
- f. Ruang relaksasi/desensitisasi/sensitisasi yang bersih, sehat, nyaman dan aman, yang dilengkapi dengan karpet, televisi, VCD/DVD, tempat tidur (bed rest) beserta bantalnya.
- g. Ruang tamu hendaknya berisi kursi dan meja tamu, buku tamu, jam dinding, tulisan atau gambar yang dapat memotivasi konseli untuk berkembang.

Ruang konseling yang ideal adalah yang mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

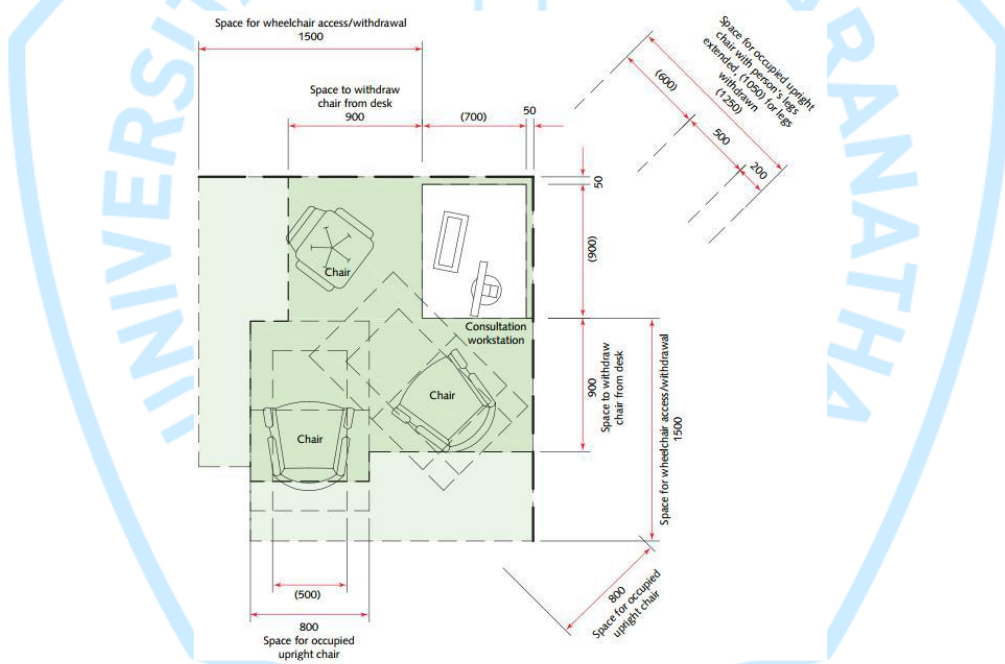
- a. Ruang konseling itu harus menyenangkan, artinya tidak memberikan kesan yang menegangkan.
- b. Ruang konseling sedapat mungkin ditata estetik walaupun sederhana, selalu dalam keadaan bersih dan rapi.
- c. Ruang konseling ditata sedemikian rupa sehingga konselor dan konseli merasa tenang, santai, dan damai selama proses konseling berlangsung.
- d. Ruang konseling hendaknya mendapat penerangan (sinar) yang cukup dan ventilasi udara yang cukup memadai.
- e. Ruang konseling hendaknya tidak terganggu dengan suasana keributan diluar ruangan.
- f. Dinding ruang konseling dan hiasan di dalamnya dihiasi dengan warna yang lembut dan sederhana tetapi menarik.

2.8. Standard Ergonomi

Berikut merupakan standar ergonomi yang diterapkan pada perancangan desain interior rumah peristirahatan dan terapi untuk penderita gangguan psikis ringan. Standar ergonomi ini diambil dari buku ergonomi health building note 00-03 (2010) dan Human dimension yang telah drangkum oleh Melani, 2016. Standar yang digunakan berhubungan dengan ukuran kenyamanan terhadap furniture, pengguna dengan pengguna, dan sirkulasi ruangan terhadap pengguna.

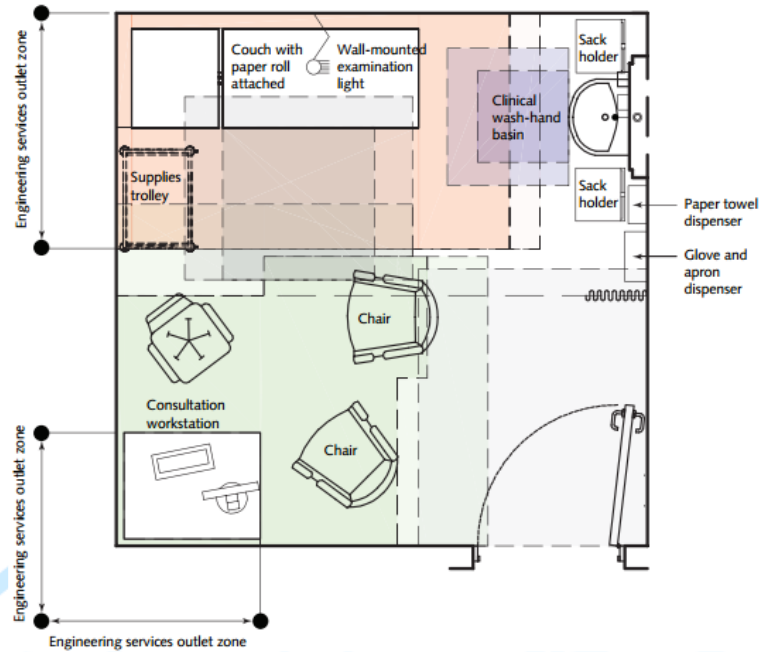
2.8.1. Standard Ergonomi Ruang Konseling

Menurut Health Building Note 00-03 (2010), standar ruang konseling memiliki ukuran kurang lebih 12m² dengan minimum luasan 8m². Di dalam ruangan, posisi klien berada di antara psikiater yang bertugas dan pintu masuk. Pada saat melakukan sesi konseling atau terapi, psikiater duduk berhadapan dengan klien, tidak boleh terdapat meja atau penghalang diantaranya. Jarak yang dibutuhkan dapat disesuaikan dengan desain dari kursi dan meja kerja, namun tetap memperhatikan jarak personal klien. Komputer yang digunakan adalah tipe flat screen monitor sehingga memungkinkan untuk diputar dan dapat memperlihatkannya kepada klien. Psikiater tidak boleh membelakangi cahaya matahari sehingga menimbulkan siluet ketika sedang melakukan sesi konseling atau terapi.



Gambar 2.1 Standard Ergonomi Area Kerja Psikiater

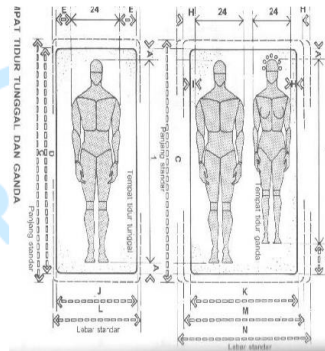
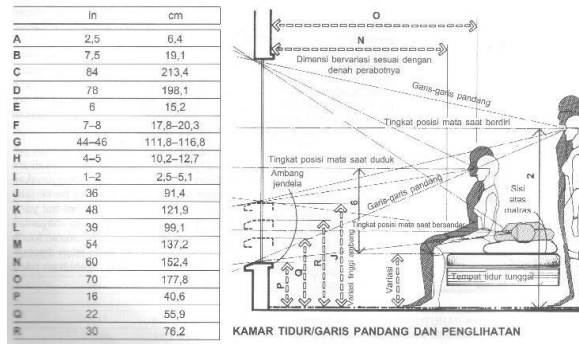
Sumber: Health Building Note 00-03:
Clinical and Clinical Support Space



Gambar 2.2 Standard Ergonomi Ruang Konseling
 Sumber: Health Building Noter: 00- 03:
 Clinical and Clinical Support Space

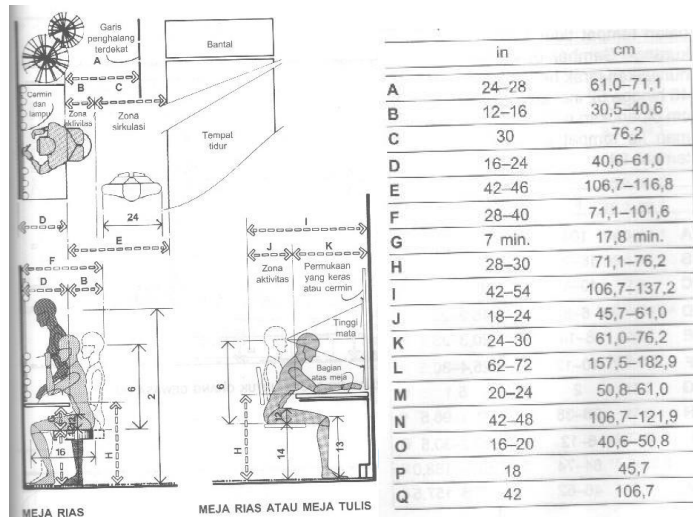
2.8.2. Ergonomi Kamar Tidur

Kenyamanan ukuran di dalam kamar merupakan hal yang penting dalam perancangan kamar Wellness Center. Kenyamanan dari kamar hotel harus diperhatikan karena kebanyakan waktu yang dihabiskan dalam 1 hari adalah saat tidur, dan dikarenakan kebutuhan istirahat yang cukup untuk membantu proses terapi.



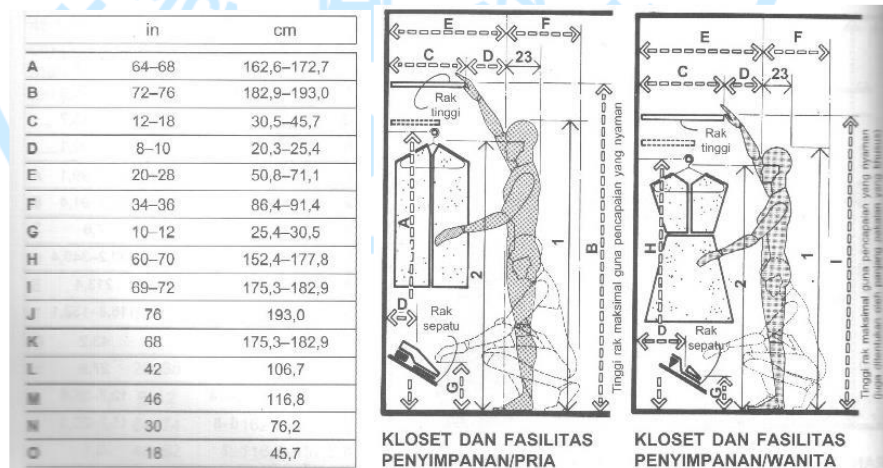
Gambar 2.3 Standar Ergonomi Tempat Tidur
 Sumber: Dimensi Manusia & Ruang Interior,
 Julius Panero

Gambar berikut menunjukkan standar kenyamanan ukuran yang berhubungan dengan ukuran furniture berupa single bed maupun double bed dengan penggunaannya. Selain ukuran tempat tidur, dijelaskan juga mengenai jarak dan garis pandang pengguna dari tempat tidur yang tepat. Dari data yang diberikan, ukuran tempat tidur yang cukup untuk satu orang (single bed) adalah dengan lebar 91,4 cm sampai 99,1 cm dan panjang 198,1 cm sampai 213,4 cm. Sedangkan untuk tempat tidur untuk berdua (double bed) dimulai dari lebar 121,9 cm sampai 152,4 cm dengan panjang 213,4 cm. Ketinggian suatu benda yang nyaman dilihat manusia jika sedang duduk di tempat tidur adalah 40,6 cm untuk yang terendah dan 91,4 cm untuk yang tertinggi.



Gambar 2.4 Standar Ergonomi Tempat Tidur
 Sumber: Dimensi Manusia & Ruang Interior,
 Julius Panero

Berdasarkan Gambar meja rias atau meja tulis di dalam kamar hotel sebaiknya diletakkan 106,7 cm sampai 116,8 cm dari tempat tidur, termasuk zona aktivitas di depan meja rias selebar 30,5 cm sampai 40,6 cm. Meja rias dan meja tulis yang nyaman bagi penggunanya memiliki tinggi 71,1 cm sampai 76,2 cm. Lebar meja rias 40,6 cm sampai 61 cm. Sedangkan lebar meja tulis adalah 61 cm sampai 76,2 cm.

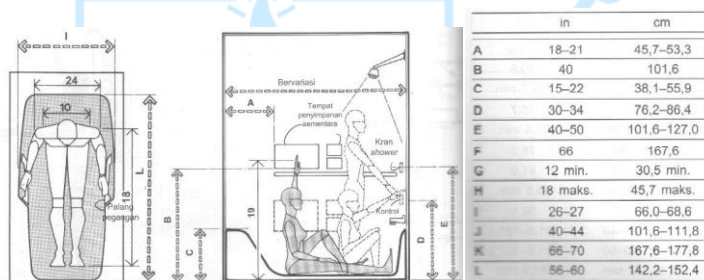


Gambar 2.5 Standar Ergonomi Kloset
 Sumber: Dimensi Manusia & Ruang Interior,
 Julius Panero

Untuk kloset atau lemari penyimpanan pakaian dan barang di dalam kamar, pria dan wanita memiliki ukuran tinggi yang berbeda. Pada pria, tinggi baju yang digantung setinggi 162,6 cm sampai 172,7 cm sedangkan wanita setinggi 152,4 cm sampai 177,8 cm dengan lebar 30,5 cm sampai 45,7 cm. Selain gantungan baju, terdapat rak tinggi di dalam lemari dengan ketinggian 175,3 cm sampai 193 cm.

2.8.3. Ergonomi Kamar Mandi

Kamar mandi menjadi salah satu ruangan di mana ergonomi diperhatikan karena pengguna melakukan cukup banyak aktivitas di dalamnya. Beberapa aktivitas yang dilakukan seperti mandi, buang air, cuci tangan, atau sikat gigi. Selain banyaknya aktivitas, area kamar mandi juga bersifat sangat privat, sehingga kenyamanan privasi sangat diutamakan.



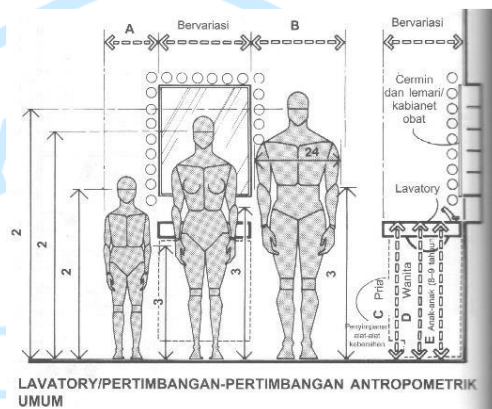
Gambar 2.6 Standar Ergonomi Bak Rendam dan Shower

Sumber: Dimensi Manusia & Ruang Interior,

Julius Panero

Ukuran bak mandi (*bathtub*) bervariasi. Untuk bak mandi berukuran kecil memiliki lebar 66 cm sampai 68,6 cm dan panjang 142,2 cm sampai 152,4 cm.

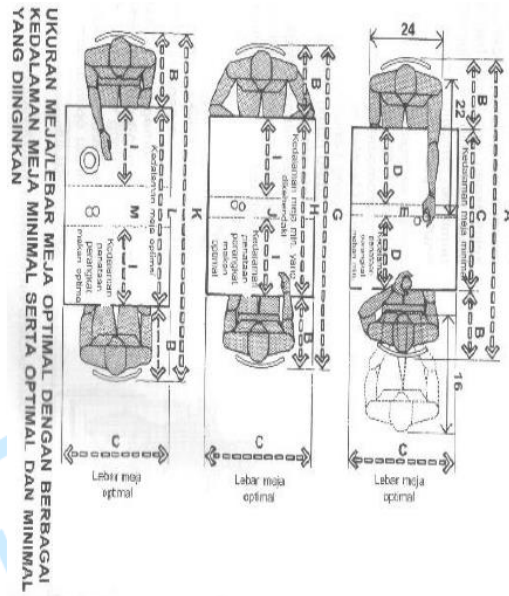
	in	cm
A	15–18	38,1–45,7
B	28–30	71,1–76,2
C	37–43	94,0–109,2
D	32–36	81,3–91,4
E	26–32	66,0–81,3
F	14–16	35,6–40,6
G	30	76,2
H	18	45,7
I	21–26	53,3–66,0



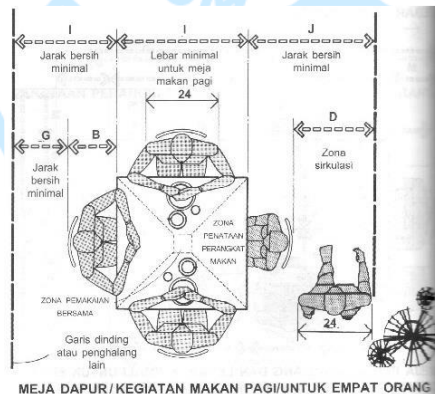
Gambar 2.7 Standar Ergonomi Wastafel
 Sumber: Dimensi Manusia & Ruang Interior,
 Julius Panero

Tinggi wastafel bervariasi, tergantung penggunaannya yaitu pria, wanita, atau anak-anak. Wastafel yang nyaman memiliki tinggi 66 cm untuk anak-anak, 81,3 cm untuk wanita, dan 94 cm untuk pria.

2.8.4. Ergonomi Area Makan



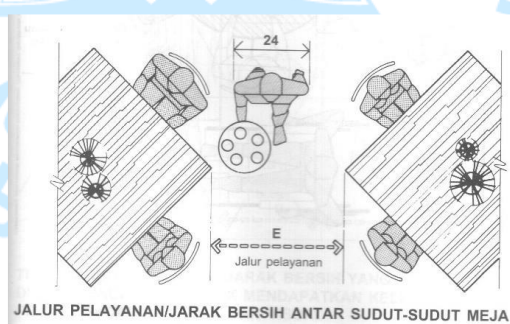
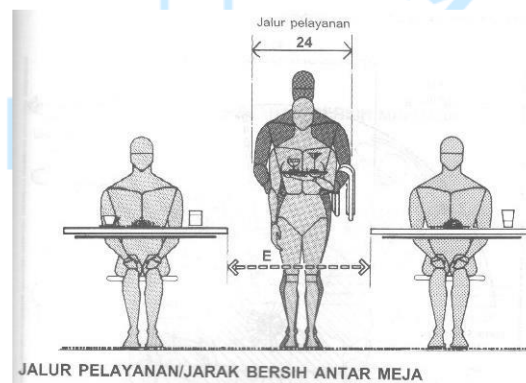
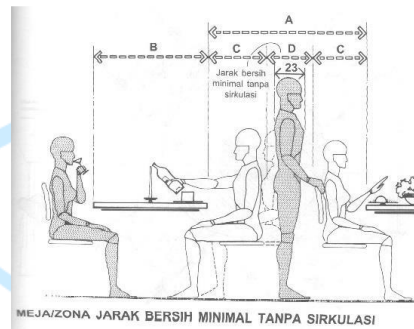
	in	cm
A	66–78	167,6–198,1
B	18–24	45,7–61,0
C	30	76,2
D	14	35,6
E	2	5,1
F	24	61,0
G	72–84	182,9–213,4
H	36	91,4
I	16	40,6
J	4	10,2
K	76–88	193,0–223,5
L	40	101,6
M	8	20,3



	in	cm
A	96–102	243,8–259,1
B	18–24	45,7–61,0
C	12	30,5
D	30	76,2
E	132–144	335,3–365,8
F	96	243,8
G	18	45,7
H	54	137,2
I	36–42	91,4–106,7
J	48 min	121,9 min.
K	18 min.	45,7 min.

Gambar 2.8 Standar Ergonomi Meja Makan
 Sumber: Dimensi Manusia & Ruang Interior,
 Julius Panero

Menurut gambar lebar meja makan yang nyaman untuk dua orang adalah 76,2 cm dan panjang 76,2 cm sampai 101,6 cm. Sedangkan meja makan untuk empat orang pada setiap sisinya memiliki lebar 91,4 cm sampai 106,7 cm. Pengguna yang makan memiliki area jangkauan di atas meja makan sejauh 40,6 cm.



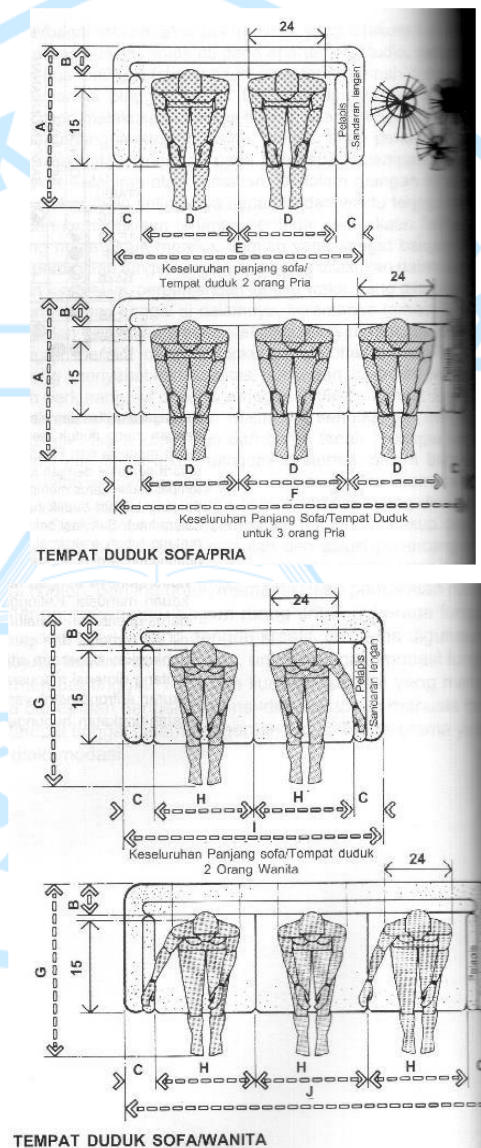
	in	cm
A	54-66	137,2-167,6
B	30-40	76,2-101,6
C	18-24	45,7-61,0
D	18	45,7
E	36	91,4

Gambar 2.9 & 2.10 Standar Ergonomi Sirkulasi Pelayanan
 Sumber: Dimensi Manusia & Ruang Interior,
 Julius Panero

Berdasarkan Gambar di antara meja makan pengunjung akan terdapat jalur sirkulasi untuk pelayan. Jarak antar meja yang nyaman untuk jalur pelayanan adalah 91,4 cm.

2.8.5. Ergonomi Ruang Duduk

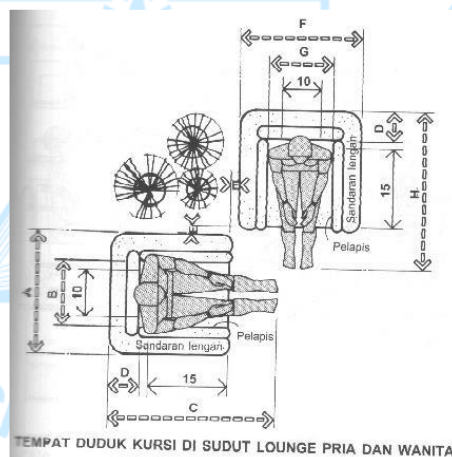
Ruang duduk atau lounge harus memiliki tingkat kenyamanan pengguna yang cukup tinggi karena di sini pengguna ingin bersantai. Ruang duduk harus memiliki luasan yang dapat membuat penggunanya merasa tenang dan tidak tertekan.



	in	cm
A	42-48	106,7-121,9
B	6-9	15,2-22,9
C	3-6	7,6-15,2
D	28	71,1
E	62-68	157,5-172,7
F	90-96	228,6-243,8
G	40-46	101,6-116,8
H	26	66,0
I	58-64	147,3-162,6
J	84-90	213,4-228,6

Gambar 2.11 Standar Ergonomi Tempat Duduk
 Sumber: Dimensi Manusia & Ruang Interior,
 Julius Panero

Menurut Gambar ukuran sofa yang nyaman sebenarnya tergantung pada siapa penggunanya, pria atau wanita karena kebutuhan luasan keduanya berbeda. Untuk pria, satu pengguna harus memiliki area duduk selebar 71,1 cm sedangkan wanita 66 cm.



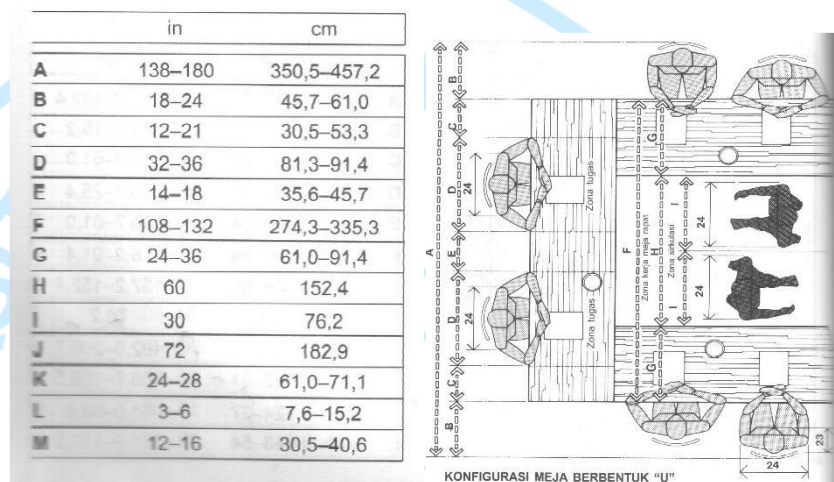
	in	cm
A	34-40	86,4-101,6
B	28	71,1
C	42-48	106,7-121,9
D	6-9	15,2-22,9
E	3	7,6
F	32-38	81,3-96,5
G	26	66,0
H	40-46	101,6-116,8
I	48-60	121,9-152,4
J	3-6	7,6-15,2

Gambar 2.12 Standar Ergonomi Tempat Duduk di Sudut
 Sumber: Dimensi Manusia & Ruang Interior,

Bedasarkan Gambar kursi untuk satu orang sebaiknya memiliki lebar 81,3 cm sampai 96,5 cm dengan kedalaman 101,6 cm sampai 116,8 cm.

2.8.6. Ergonomi Ruang Seminar

Ruang seminar membutuhkan perhatian ergonomi karena ruangan tersebut akan diisi oleh banyak orang saat sedang digunakan sehingga kenyamanan tiap pengguna harus diperhatikan.



Gambar 2.13 Standar Ergonomi Meja Rapat
Sumber: Dimensi Manusia & Ruang Interior,
Julius Panero

Pada saat rapat, setiap pengguna harus memiliki area pribadi selebar 81,3 cm sampai 91,4 cm dan jarak antar pengguna selebar 35,6 cm sampai 45,7 cm.

2.9. Relaksasi

Relaksasi menurut Chaplin, JP.1999 adalah teknik yang dapat digunakan semua orang untuk menciptakan mekanisme batin dalam diri seseorang dengan membentuk pribadi yang baik, menghilangkan berbagai bentuk pikiran yang kacau akibat ketidak berdayaan seseorang dalam mengendalikan ego yang dimilikinya, mempermudah seseorang mengontrol diri, dan memberikan kesehatan bagi tubuh. Relaksasi merupakan suatu kegiatan positif yang dapat memberikan rasa nyaman dan puas untuk

melupakan sejenak kecemasan-kecemasan atau mengistirahatkan pikiran melalui kegiatan yang menyenangkan.

Manfaat Relaksasi: Relaksasi bermanfaat untuk mengurangi gejala stres yang sedang dihadapi, misalnya:

- a. Menghindari reaksi yang berlebihan karena adanya stressor.
- b. Masalah-masalah yang berhubungan dengan stressor seperti hipertensi, sakit kepala, insomnia.
- c. Mengurangi tingkat kecemasan.
- d. Mengurangi kemungkinan gangguan yang berhubungan dengan stres, serta mengontrol anticipatory anxiety yang menimbulkan kecemasan, seperti pada pertemuan penting, wawancara dan sebagainya.
- e. Meningkatkan penampilan kerja, sosial, dan keterampilan fisik.
- f. Kelelahan aktivitas mental dan atau fisik.
- g. Bantuan untuk menyembuhkan penyakit tertentu dan pasca operasi.
- h. Meningkatkan keyakinan diri individu.
- i. Meningkatkan hubungan interpersonal.

2.10. Psikologi Warna

Warna dapat digunakan sebagai suatu aspek pendukung dalam interior ruangan, dapat berupa simbolik, bahkan memiliki makna dan fungsi terapi dibalik masing-masing warna. Beberapa penelitian mengidentifikasi bahwa warna memiliki energi yang dapat berpengaruh pada kesehatan dan tingkat suasana hati seseorang.

A. Putih

Warna putih melambangkan kesucian, kemurnian, bersih, dan netral. Penggunaan warna putih di dalam sebuah ruangan dapat mendukung atau mengekspos material dan tekstur di dalamnya.

B. Hijau

Warna hijau bersifat menenangkan, seimbang, dan sehat. Warna hijau dapat digunakan untuk melepaskan stres, gugup, menurunkan tekanan darah, menurunkan detak jantung, dan membantu proses penyembuhan. Hijau adalah warna yang harmonis dan melambangkan alam sehingga dapat membantu pemulihan saat stres atau trauma.

C. Abu

Warna abu bersifat netral

D. Biru

Warna biru memiliki karakter dingin, tenang, menyembuhkan. Warna biru dapat memberikan efek untuk menurunkan tekanan darah, intensitas detak jantung, dan membantu saat proses penyembuhan. Biru melambangkan kepercayaan, keamanan, kebijaksanaan, dan kematangan berpikir dalam mengambil keputusan.

E. Cokelat

Warna Cokelat merupakan warna yang netral dan stabil sehingga mudah diterapkan hampir di seluruh ruangan. Warna cokelat juga melambangkan alam dengan karakter yang hangat dan nyaman, sehingga dapat membuat tenang. Warna cokelat sering digunakan untuk mendapatkan kesan eksotis di dalam sebuah ruangan.

2.11. Pencahayaan

Jenis-jenis pemasangan pencahayaan buatan:

a. Direct or Semidirect type

Tipe pencahayaan langsung maupun semi langsung.

b. General diffusing

Tipe pencahayaan yang diaplikasikan pada background dan biasanya diaplikasikan pada area kerja.

c. Indirect

Tipe pencahayaan tidak langsung yang memiliki fungsi sebagai bantuan untuk melengkapi pencahayaan di area umum.

Fungsi ruangan	Tingkat Pencahayaan (lux)	Kelompok renderasi warna	Keterangan
Rumah Tinggal :			
Teras	60	1 atau 2	
Ruang tamu	120-250	1 atau 2	
Ruang makan	120-250	1 atau 2	
Ruang kerja	120-250	1	
Kamar tidur	120-250	1 atau 2	
Kamar mandi	250	1 atau 2	
Dapur	250	1 atau 2	
Garasi	60	3 atau 4	
Perkantoran :			
Ruang Direktur	350	1 atau 2	
Ruang kerja	350	1 atau 2	
Ruang komputer	350	1 atau 2	
Ruang rapat	300	1 atau 2	
Ruang gambar	750	1 atau 2	Gunakan pencahayaan setempat pada meja gambar.
Gudang arsip	150	3 atau 4	
Ruang arsip aktif.	300	1 atau 2	
Lembaga Pendidikan :			
Ruang kelas	250	1 atau 2	
Perpustakaan	300	1 atau 2	
Laboratorium	500	1	
Ruang gambar	750	1 atau 2	Gunakan pencahayaan setempat pada meja gambar.
Kantin	200	1	
Hotel dan Restoran :			
Lobby, koridor	100	1	Pencahayaan pada bidang vertikal sangat penting untuk menciptakan suasana/kesan ruang yang baik.
Ballroom/ruang sidang.	200	1	Sistem pencahayaan harus dirancang untuk menciptakan suasana yang sesuai. Sistem

Tabel 2.2 Standar Pencahayaan
Sumber: metode dari sistem pencahayaan buatan SNI, 2001

2.12. Penghawaan

Terdapat dua sistem penghawaan yang dapat digunakan, yaitu penghawaan alami dan penghawaan buatan. Penghawaan alami didapat dari bukaan-bukaan seperti jendela yang terdapat pada kulit bangunan. Penghawaan alami memiliki fungsi termal dimana pengguna dapat merasakan langsung penghawaan alami dari lingkungan sekitar.

Berbeda dengan penghawaan alami yang dapat diterapkan di mana saja, penghawaan buatan digunakan hanya pada area yang membutuhkannya dan bersifat privasi, misalnya kamar tidur. Penghawaan buatan didapat dari penghawaan dengan menggunakan teknologi misalnya air conditioner atau AC maupun dari exhaust fan. Berikut adalah jenis penghawaan buatan yang sering digunakan:

a. Exhaust fan

Alat yang memiliki cara kerja menarik udara panas dan kotor di dalam ruangan sehingga sirkulasi udara dapat terus berputar dan menghasilkan udara yang bersih. Exhaust fan banyak digunakan pada area kamar mandi dan dapur.

b. AC split

AC yang menempel pada dinding ruangan, dan memiliki bagian yang terpisah di luar ruangan. Digunakan pada area yang tidak terlalu besar, misalnya kamar tidur.

c. AC cassette/central

AC yang menempel pada bagian langit-langit yang digunakan untuk area yang cukup besar atau memanjang seperti ballroom, convention room, dan koridor kamar.

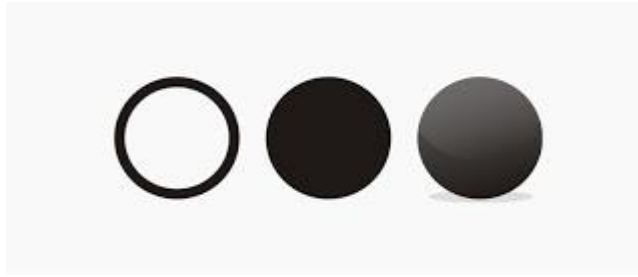
d. Flooring standing AC

AC yang diaplikasikan dalam posisi berdiri dan banyak digunakan pada area publik, restoran, dan lounge.

2.13. Bentuk

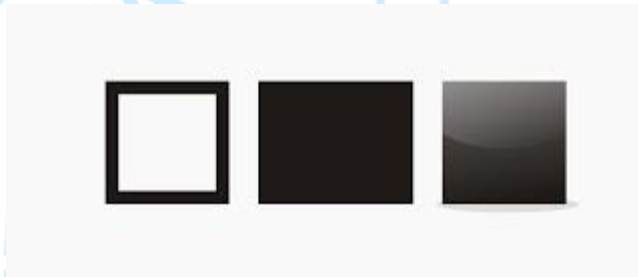
Konsep bentuk yang digunakan dalam perancangan adalah dengan bentuk-bentuk sederhana, dengan bentukan geometris dan organis yang simple tanpa adanya ornament yang berlebihan, memberikan bentuk-bentuk sederhana namun tertata dengan rapi dan memberikan nuansa tenang dan sederhana, merupakan salah satu cara untuk pemulihan klien yang datang, sehingga klien dapat merasakan ketenangan dan kesegaran.

Bentuk atau dalam bahasa inggrisnya *shape* ternyata memiliki berbagai makna yang menempel kepadanya. Setiap bentuk mengkomunikasikan pesan maupun kesan tersendiri. Yang ada di sini adalah beberapa bentuk dasar geometris.



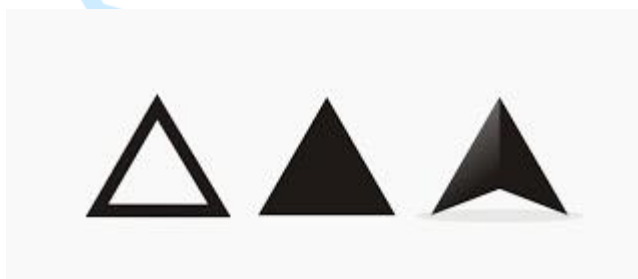
Bulat atau Lingkaran

Bentuk ini memiliki kesan melindungi dan kesempurnaan dengan garis lingkaran utuh. Dari segi psikologi, kesan yang timbul adalah hangat, nyaman, kasih sayang atau cinta dan keselarasan. Selain itu dapat menyimbolkan kesatuan dan integritas. Dengan garis yang lengkung bulatan juga dapat mewakili gerakan.



Kotak

Dengan garis yang kaku dan tegas mengesankan formalitas, perintah dan rasioanalitas. Namun bentuk kotak juga memiliki kesan kejujuran dan kestabilan. Dari segi psikologi bentuk kotak memiliki kesan keamanan, keamanan, damai dan persamaan.



Segitiga

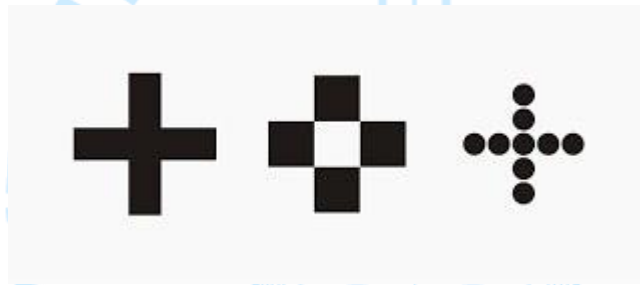
Bentuk segitiga yang meruncing dapat menjadi suatu penunjuk arah, untuk itu kesan yang timbul adalah pencapaian tujuan. Bentuk ini dapat

menyimbolkan stabilitas namun dapat pula sebaliknya. Dalam spiritualitas bentuk ini digunakan untuk mewakili pengenalan diri, dan pencerahan.



Spiral

Bentuk spiral yang dinamis menyimbolkan kreativitas. sering digunakan untuk mewakili sebuah proses. Putaran spiral sesuai arah jarum jam memiliki kesan tentang sebuah keinginan. sementara arah sebaliknya memiliki arti terpenuhinya sebuah keinginan. Sedangkan apabila digabung akan memiliki kesan perlawanan.



Silang

Tanda silang mewakili spiritualitas dan penyembuhan. bentuk ini juga memiliki kesan keseimbangan, keyakinan, persatuan, dan harapan. dua garis yang bertemu meyimbolkan hubungan atau pertemanan.

4. bentuk simetris & asimetris

1. Komposisi Simetris : benda/ model menjadi objek gambar diletakkan pada posisi seimbang dan memiliki keseimbangan benda yg sama dlm bentuk dan ukurannya.

2. Komposisi Asimetris : benda diletakkan dlm posisi tak sama baik dlm posisi maupun ukurannya, namun masih tetap memperhatikan proporsi, keseimbangan, dan kesatuan antar benda.

3. Komposisi Sentral : Pusat perhatian benda / objek model gambar terletak di tengah2 bidang gambar.

5. Bentuk geometris & organis

geometri itu sendiri tidak didefinisikan secara konkrit, apakah itu arsitektur geometri menurut saya bangunan yang merujuk pada keindahan karena setiap bangunan memiliki unsur – unsur yang ada untuk mencerminkan keindahan misalnya simetri dan kebudayaan.

Geometri itu sendiri tidak didefinisikan secara konkrit, apakah itu arsitektur geometri menurut saya bangunan yang merujuk pada keindahan karena setiap bangunan memiliki unsur

2.14. Pola & Tekstur

Tekstur yang digunakan adalah tekstur yang dapat memberikan cara pandang lewat sentuhan dan memberikan pemikiran mengeksplorasi dan mengkonfirmasi apa yang dilihat, dirasa, didengar, dan dicium. Mengembangkan reseptor sensoris dari pengunjung untuk aktif sebagai awal dari proses untuk “*earth tones*”.

2.15. Material

Konsep Material yang digunakan adalah dengan material-material yang dekat dengan alam, sebagai material untuk mewujudkan “*earth tones*” dengan memanfaatkan alam yang ada, material yang paling utama adalah kayu, karena kayu memiliki banyak karakteristik dan salah satunya adalah kehangatan yang bisa memberikan kesan menyambut bagi para pengunjung, kayu juga akan digunakan dibagian furniture dengan namun dengan kesan yang lebih *simple*.

1. Kaca
2. kayu
3. kain
4. blind folding
5. lamp with saturation color

Menurut Subkiman, Anwar (2010) klasifikasi material interior terdiri atas :

Elemen interior pada saat ini mempunyai berbagai macam jenis, pengembangan dan pengaplikasian seiring dengan banyaknya teknologi yang mendukung serta eksplorasi sumber daya yang lebih dalam. Untuk menentukan material yang akan digunakan dalam desain interior perlu dipertimbangkan terlebih dahulu kriteria seperti apa yang diharapkan.

Berikut ini adalah kriteria material interior :

1) Kriteria fungsional

Dalam kriteria fungsional yang harus lebih diperhatikan adalah pemilihan material yang harus tepat (suitability) sesuai dengan fungsinya. Sedangkan kriteria fungsional tambahan lainnya adalah daya tahan (durability), kemudahan perawatan (easy maintenance), keamanan (safety), dan estetika(aesthetic). Daya tahan yang dimaksud adalah ketahanan misalnya terhadap waktu, kerusakan, cuaca, beban, dan aktivitas. Pemilihan material yang kurang tepat akan menyebabkan pemborosan, kerugian waktu dan perusakan desain secara keseluruhan. Keamanan maksudnya bahwa material harus aman untuk digunakan. Bahan yang dipilihaman untuk kesehatan, pemasangan yang benar, dan mempunyai permukaan atau finishing yang tidak membahayakan.

2) Kriteria estetika

Dalam kriteria estetika terdapat 4 unsur penting, yaitu: warna, tekstur, pola dan kesesuaian dengan fungsi atau arah desain. Warna menentukan suasana dan tema. Warna juga menjadi salah satu daya tarik pertama bagi konsumen. Sedangkan tekstur berperan penting saat disentuh, fungsi peran material tersebut; apakah membutuhkan tekstur halus, sedang atau kasar.

Tekstur juga dapat menjadi indikasi kualitas barang tertentu. Pola mempunyai peran nilai dekoratif dari material tersebut, sehingga pemilihan pola pada material harus disesuaikan dengan konsep desain yang ingin diwujudkan. Sedangkan untuk kesesuaian dengan fungsi atau arah desain, adalah pertimbangan material yang hendak digunakan dengan desain yang hendak disampaikan, semisalnya, desain yang mengarah ke konsep natural banyak menggunakan material hayati seperti kayu dan batuan, sedangkan desain yang mengarah ke konsep industrial banyak menggunakan material besi dan batu bata.

3) Kriteria ekonomi

Biaya awal (first time cost) adalah biaya yang dikeluarkan untuk harga beli, pemasangan, dan biaya lamanya pemasangan. Intinya adalah biaya yang dikeluarkan sekali sewaktu membeli barang tersebut. Biaya seumur hidup (life time cost) adalah biaya yang ditanggung untuk perawatan, perbaikan, penggantian di masa depan dan hal-hal yang diperlukan untuk tetap menunjang hal tersebut. Dengan kata lain biaya ini adalah biaya yang akan rutin dikeluarkan selama menggunakan material tersebut. (Pile, John F. , Interior Design, New York: Prentice Hall. 1988)

1.3 Klasifikasi Material

Menurut Subkiman, Anwar (2010) klasifikasi material interior terdiri atas :

1.) Material Alami

Material alami adalah material yang terbuat dari bahan yang didapat dari alam dan digunakan dalam bidang konstruksi sebagaimana adanya di alam. Pengolahannya hanya mengalami pemotongan dan pembedakan saja. Terdapat dua pengelompokan material alami; yaitu hayati dan non hayati.

Hayati adalah bahan yang berasal dari alam yang hidup, contohnya kayu, bambu, rotan dan lain-lainnya. Non-hayati adalah bahan yang berasal dari alam yang tidak hidup, contohnya batu, pasir, dan lain-lainnya.

2.) Alami Olahan

Material alami alami adalah bahan yang sebelum digunakan di bidang konstruksi mengalami pengolahan terlebih dahulu sehingga berubah bentuk, sifat, ukuran tidak seperti adanya di alam. Contohnya seperti plywood, gypsum board, keramik, metal, tekstil, anyam dan lainlain.

3.) Material Sintetis

Material sintestis adalah bahan yang awalnya tidak ada di alam lalu dibuat bahan baru dengan teknologi proses kimia. Contohnya adalah kaca, karet, polimer (plastik), thermoset plastic (thermohardening) ; Alkydes, Melamines, Epoxies, Phenolics, Polyester, Ureas, Elastomers, dan untukthermoplastic; Akrilik, Polyethylene, Polypropelene, Polystyrene/Copalymers, PVC (Polyvinyl chlorine)

4.) Bahan Siap Pakai

Bahan siap pakai adalah berbagai macam bahan yang sudah diolah sedemikian rupa sehingga kita tinggal pilih dan memakainya. Contohnya adalah karpet, wall-covering (penutup dinding), dan lain-lainnya.

5.) Aksesoris (hardware)

Aksesoris merupakan bahan pelengkap yang digunakan untuk menempelkan, merekat, menguatkan, dsb. pada bahan / elemen desain interior. Contohnya adalah paku, sekrup, mur-baud, engsel, handle dan lain-lainnya. Pemilihan Material pada Interior Brussels Spring Resto and Cafe Jalan Setiabudhi Bandung Pemilihan Material pada Interior Brussels Spring Resto and Cafe Jalan Setiabudhi Bandung- 5

6.) Penyelesai / Penyempurna (Finishing)

Finishing merupakan bahan yang digunakan untuk melindungi permukaan bahan utama yang digunakan dan memperindah tampilannya dengan warna, pola, atau tekstur tertentu. Contohnya adalah cat, vernis, pelitur, melamikdan lain-lainnya.

2.16. Akustik

Fred Lawson (1995) mengatakan bahwa di mana terdapat area yang memiliki sumber kebisingan serta getaran maka dapat mengganggu kenyamanan dari pengguna, dan diusahakan pengguna diposisikan pada area yang relatif jauh dari sumber bising dan lebih privat. Kebisingan pada ruang konseling dapat mengganggu fokus klien terhadap sesi konseling maupun terapi yang sedang dilakukan. Material-material penyerap kebisingan seperti karpet atau insulator pada dinding akan sangat dibutuhkan untuk meredam bising.

2.17. Aroma

Aroma akan memberikan kesan tersendiri pada suatu tempat, seperti aroma rumah sakit, aroma toko roti atau aroma toko kopi, akan lebih baik bila aroma yang dihidup pengunjung adalah aroma yang baik dan menenangkan, yang dapat memberikan energy positif. Aroma terapi salah satu aroma yang dapat diberikan dalam perancangan Wellness Center ini, karena aroma terapi dapat melepaskan aroma endorphin, salah satu hormone yang kuat yang ada di tubuh untuk mengurangi rasa sakit dan meningkatkan konsentrasi.

2.18. Keamanan

Dalam konseling dan terapi, kewanaman sangat dibutuhkan karena sebenarnya klien dapat berpotensi membahayakan. Untuk mengurangi tingkat bahaya yang dapat terjadi sewaktu-waktu, maka penempatan tempat duduk klien berada di dekat jalur keluar ruangan dengan akses semudah mungkin. Selain itu, posisi psikiater tidak boleh menghalangi jalur keluar dari pada klien tersebut. Bukaan yang terlalu banyak dapat mengganggu privasi klien.

Sistem keamanan terbagi menjadi dua, yaitu:

1. Sekuriti atau satpam

Bertanggung jawab untuk mencegah kejahatan, dibantu dengan alat-alat berikut:

- a. Automatic Detection dan Warning Apparatus, merupakan sensor yang berfungsi untuk memberikan pesan terkait hal-hal yang mencurigakan dengan sistem memperkeras suara alarm pada sensor tersebut.
- b. CCTV, merupakan kamera keamanan yang berfungsi untuk memantau kejadian yang tersorot kamera.
- c. Locking system, merupakan sistem penguncian pintu dan jendela menggunakan teknologi.
- d. Electronic system, merupakan sistem keamanan dengan penerapan sensor untuk kartu tau sidik jari sebagai kunci akses pada ruangan yang dituju.

2. Firefighting

- a. Perlindungan struktural adalah bangunan tahan api.
- b. Perlindungan aktif adalah deteksi api dalam bentuk asap, panas, CO₂, peringatan dan peralatan kebakaran yang ada.
- c. Emergency exit, merupakan jalur darurat yang digunakan pada saat terjadi kebakaran. Umumnya posisinya mudah dicapai serta memiliki *sign system* yang mudah dikenali agar mempercepat tingkat evakuasi diri dengan aman.

2.19. Preseden

2.19.1. Preseden Bumi Bandhawa Bandung



Gambar 2.14 Bumi Bandhawa Bandung

Sumber: <https://www.kompasiana.com/bennybhai>

Bumi Bandhawa adalah sebuah Wellness Center yang berada di Bandung, Jalan Jalan Konstitusi 1/16, Bandung, Indonesia. Bumi Bandhawa adalah Wellness Center berbintang 3, yang menyatu dengan alam sekitar dengan tanaman yang tumbuh disekitar hotel ini, menjadi tempat untuk menginap dan beristirahat dengan nyaman dan udara segar serta berbagai fasilitas yang mendukung.

Wellness Center yang kini berada di lahan seluas 6.000 m² ini dahulunya merupakan tempat tinggal biasa. Kemudian oleh sang pemilik mengubah rumah tinggal ini menjadi hotel dengan menambahkan fasilitas hotel dan mendirikan bangunan 2 lantai yang baru dan berada di sebelah kolam renang di halaman belakang.

Bumi Bandhawa memiliki beberapa bangunan terpisah dan memiliki fungsi masing masing, beberapa diantaranya adalah hotel, dinning area, Poppy's kitchen

a. Area Parkir

Memiliki area parkir yang cukup luas dan memuat untuk banyak kendaraan merupakan salah satu fasilitas yang diberikan Conrad untuk memberikan kenyamanan kepada pengunjung, sehingga pengunjung tidak susah untuk mencari lahan parkir, dan Conrad sendiri menyediakan jasa *Valet* sehingga pengunjung tidak repot untuk memarkirkan kendaraannya.

b. Bangunan Utama

Wellness Center ini memiliki 16 kamar dengan luas bangunan total $\pm 6000\text{m}^2$ yang dibagi menjadi 4 bangunan, pada pusat area terdapat bangunan utama dengan luas bangunan $\pm 6000\text{m}^2$



Gambar 2.15 Bumi Bandhawa Bangunan Utama
Sumber: <http://bumi-bandhawa.bandung-finest-hotels.com>

Bangunan utama yang bergaya kontemporer ini memiliki bangunan level rendah atau 2 lantai sebagai bangunan utama yang didalamnya terdapat *front office, lobby, lounge, dan office*.

c. Bangunan hotel

Pada bagian bangunan ini terdapat fasilitas kamar yang berjumlah 12 kamar dengan jenis kamar *twin-bed* dengan balkon yang mengarah langsung ke kolam renang, dan pemandangan alam disekitarnya, dilengkapi dengan fasilitas laundry.



Gambar 2.16 Bumi Bandhawa Bangunan Hotel
Sumber: <http://bumi-bandhawa.bandung-finest-hotels.com>

Kolam renang hotel memiliki luas $\pm 75\text{m}^2$ yang dikelilingi hutan pinus sehingga nyaman dan menenangkan, dengan akses yang mudah dilalui baik dari bangunan utama, maupun bangunan hotel.



Gambar 2.17 Bumi Bandhawa Kolam Renang
Sumber: <http://bumi-bandhawa.bandung-finest-hotels.com>

d. Poppy's Kitchen

Terletak dibagian belakang area Bumi Bandhawa, Poppy's kitchen menyajikan area terbuka dengan area yang dikhususkan untuk restaurant.



Gambar 2.18 Bumi Bandhawa Area terbuka restaurant

Sumber: <http://bumi-bandhawa.bandung-finest-hotels.com>



Gambar 2.19 Bumi Bandhawa Area dining restaurant

Sumber: <http://bumi-bandhawa.bandung-finest-hotels.com>



Gambar 2.20 Bumi Bandhawa Poppy's Kitchen

Sumber: <http://bumi-bandhawa.bandung-finest-hotels.com>

2.19.2. Puri Peristirahatan dan Pemulihan Prima Harapan



Gambar 2.21 Prima Harapan
Sumber: dokumentasi pribadi, 2018

Yayasan rehabilitasi mental dan jiwa mendirikan sebuah puri peristirahatan dan pemulihan untuk mental yang berada di jalan Ciwurug, Cileunyi, Kota Bandung. Merupakan sebuah tempat yang berlokasi jauh dari perkotaan, suasana yang nyaman dan udara yang sejuk dan bersih sehingga dapat dijadikan sarana untuk mempercepat pemulihan pasien. Puri ini adalah puri low budget, dan bahkan memanfaatkan sumbangan dari pemerintah dan masyarakat.



Gambar 2.22 Prima Harapan
Sumber: dokumentasi pribadi, 2018

Memiliki system pemulihan yang unik yang dinamakan dengan 2/7 dan 5/7, dengan artian 2 hari dalam dalam seminggu setiap orang meluangkan waktu untuk beristirahat, sedangkan 5/7 yaitu 5 hari dalam seminggu dapat digunakan untuk bekerja, sehingga mendapat keseimbangan antara bekerja / berkegiatan dan beristirahat.

Berikut adalah contoh jadwal kegiatan yang ada di Prima Harapan:

Hari	Waktu	Kegiatan	Mentor	Keterangan
Senin	07.00-08.00	Olahraga	Ipone / Yuyu	Di ikuti oleh semua peserta
	09.00-10.00	Pembinaan mental spiritual	Ferry	Di ikuti oleh klien kristen
	11.00-14.00	Sekolah bisnis	Bapak Nandang	Di ikuti oleh semua peserta
	16.00-18.00	Pemeriksaan medik	Dr. Rahmat	Di ikuti oleh klien Dr. Rahmat
	18.00-20.00	Pembinaan mental spiritual	Bapak ustad	Di ikuti oleh klien muslim
Selasa	08.00-12.00	Konseling individual	Pdt. Benny	

	14.00-16.00	Terapi kelompok	Ibu Titi	Di ikuti oleh semua peserta
Rabu	07.30-08.45	Senam pagi	Ibu Lilis	Di ikuti oleh semua peserta
	09.00-10.00	Pembinaan mental spiritual	Ferry	Di ikuti oleh klien kristen
	11.00-14.00	Sekolah bisnis	Bapak Nandang	Di ikuti oleh semua peserta
	15.30-17.00	Akupuntur	Ibu Sin She	
	08.00-12.00	Terapi kelompok	Pdt. Benny Ibu Rina	
Kamis	13.00-16.00	Keterampilan kerja	Ipone / Yaya	Di ikuti oleh semua peserta
	16.00-18.00	Pemeriksaan medik		
	18.00-20.00	Pembinaan mental spiritual	Bapak Ustad	Di ikuti oleh klien muslim

	07.00-09.00	Olahraga	Ipone / Yuyu	Di ikuti oleh semua peserta
Jum'at	09.00-10.00	Pembinaan mental spiritual	Ferry	Di ikuti oleh klien kristen
	13.30-16.00	Pemeriksaan medik	Dr. Norlidia	
	07.00-09.00	Menata lingkungan		
Sabtu	13.00-16.00	Sekolah bisnis	Bapak Nandang	Di ikuti oleh semua peserta
	18.00-20.00	Pembinaan mental spiritual	Bapak Ustad	Di ikuti oleh klien muslim

Tabel 2.3 Jadwal Kegiatan Fasilitas
Sumber: dokumentasi pribadi, 2018

Fasilitas yang ada di puri peristirahatan dan pemulihan Prima Harapan antara lain adalah:

1. Ruang UGD



Gambar 2.23 UGD-Prima Harapan
Sumber: dokumentasi pribadi, 2018

2. Ruang istirahat pasien



Gambar 2.24 Area Kamar
Sumber: dokumentasi pribadi, 2018



Gambar 2.25 Kamar
Sumber: dokumentasi pribadi, 2018

3. Ruang kebersamaan



Gambar 2.26 Ruang Kebersamaan
Sumber: dokumentasi pribadi, 2018

4. Ruang pemantauan 24 Jam



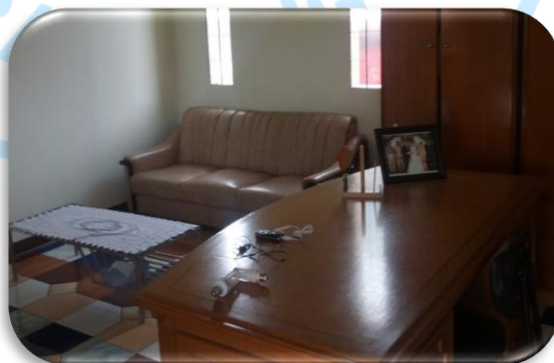
Gambar 2.27 Ruang Pemantauan
Sumber: dokumentasi pribadi, 2018

5. Lapangan Olahraga



Gambar 2.28 Lapangan
Sumber: dokumentasi pribadi, 2018

6. Ruang Konseling



Gambar 2.29 Ruang Konseling
Sumber: dokumentasi pribadi, 2018

7. Dapur



Gambar 2.30 Dapur

Sumber: dokumentasi pribadi, 2018

8. Area Parkir



Gambar 2.31 Area Parkir

Sumber: dokumentasi pribadi, 2018

2.19.3. Tanager Place

Merupakan sebuah klinik kesehatan dan penginapan untuk melayani pasien yang mengidap penyakit kesehatan mental, *Tanager Place* ditujukan bagi mereka yang mempunyai gangguan kesehatan mental ringan, dan lebih mefokuskan diri kepada anak-anak. Klinik ini memiliki terapi lingkungan yang dapat digunakan sebagai media pengobatan penyakit mental yang dialami pasien.



Gambar 2.32 Tanager Place

Sumber: <http://www.tanagerplace.org/>

Tujuan dan Visi dari *Tanager Place* merupakan memberikan pencegahan pada anak dan remaja agar terhindar dari penyakit mental, memberikan aktivitas-aktivitas yang baik bagi remaja dan anak-anak, serta mengajarkan mengenai kesehatan agar terhindar dari penyakit tersebut, selain itu *Tanager Place* juga memberikan pengobatan, bagi anak-anak dan remaja yang telah mengalami gangguan psikis, memberikan perawatan dan rehabilitasi untuk membantu setiap remaja untuk melewati masa depresi dan gangguan mental, secara efektif dan efisien untuk memberikan dampak positif kepada masyarakat.

Psychiatric Health Wellness Center menyediakan klinik rawat jalan khusus serta fasilitas rawat inap dan rehabilitasi, di antaranya:

A. Klinik untuk Autism Spectrum Disorder

Sebuah klinik khusus untuk merawat penderita autisme dengan perawatan berkelanjutan.

B. Klinik khusus untuk Behavioral Health

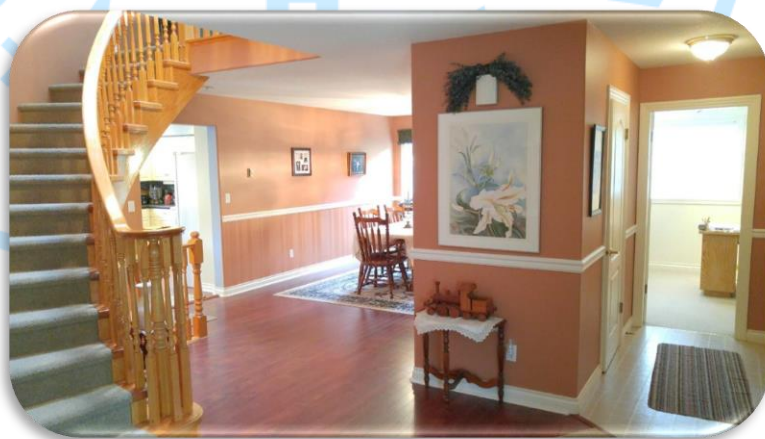
Klinik bagi mereka yang lelah secara fisik dan mental, kurang konsentrasi, lekas marah, penurunan produktivitas dan inovasi. Merupakan reaksi terhadap tekanan yang semakin meningkat dari kehidupan sehari-hari. Dimulai dari kemampuan berinteraksi sosial, memecahkan masalah, dan berkomunikasi.

- C. Klinik untuk Expressive Arts
Memberikan klinik untuk memberika aktifitas art sebagai media pengobatan kepada pengidap depresi
- D. Klinik untuk pengajaran kepada keluarga
Klinik untuk memberikan pengajaran kepada keluarga bagaimana menanggapi dan memperlakukan teman, saudara, atau keluarga yang mengalami gangguan mental

Berikut adalah Fasilitas yang diberikan oleh *Tanager Place*:



Gambar 2.33 Ruang Berkumpul- Tanager Place
Sumber: <http://www.tanagerplace.org/>



Gambar 2.34 Stair - Tanager Place
Sumber: <http://www.tanagerplace.org/>



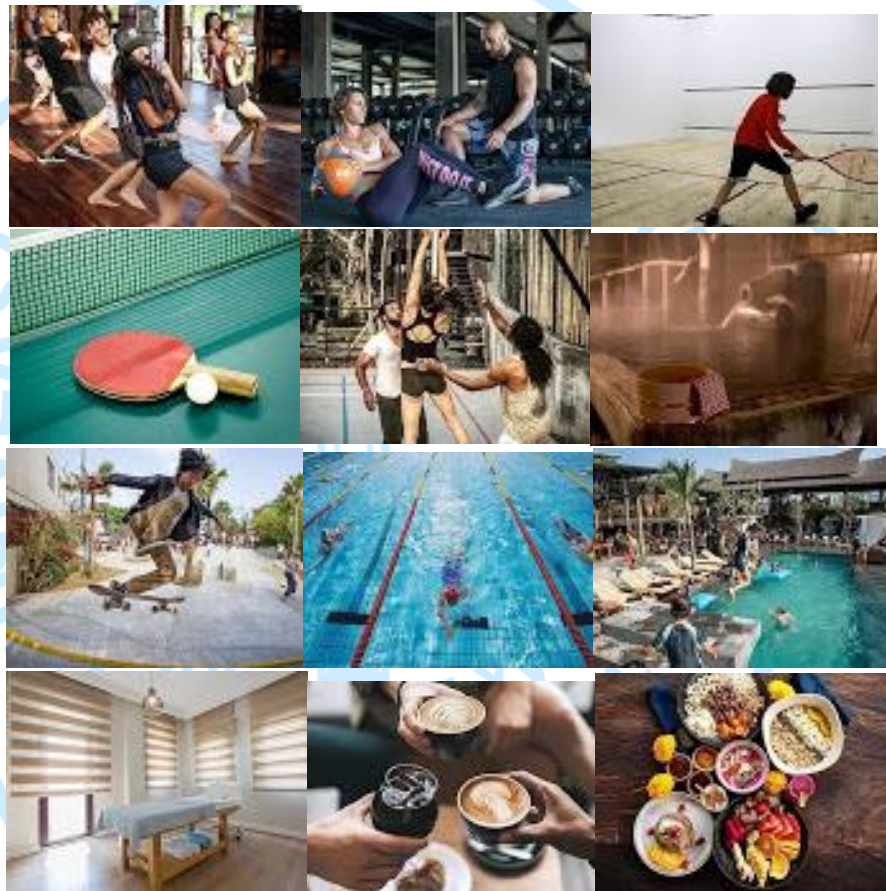
Gambar 2.35 Ruang Santai - Tanager Place
Sumber: <http://www.tanagerplace.org/>



Gambar 2.36 Bedroom - Tanager Place
Sumber: <http://www.tanagerplace.org/>

2.19.4. Titi Batu - Ubud

Merupakan sebuah klinik kesehatan dan penginapan untuk melayani komunitas Keluarga, Olahraga dan Kebugaran pertama di Ubud, Bali. Titi Batu Ubud Club dijadikan untuk berbagai kegiatan tanah suci dengan Jembatan Batu Bali yang bersejarah. Titi Batu ditemukan lebih dari 200 tahun yang lalu oleh dua saudara lelaki yang mulai menggunakan struktur alami sebagai sarana untuk menghubungkan kedua desa mereka. Desa-desa ini dikenal sebagai Mas dan Lod tunduh.



Fasilitas yang ada di Titi Ubud:

1. Studio Tari

Studio yang disediakan dibagi menjadi kelas dewasa dan kelas anak, dengan suasana yang dapat dinikmati seperti hebusan angin, arah pandangan ke pandang hijau dan suasana yang menenangkan

2. Gym dan Fintess

Dengan peralatan yang lengkap dan memiliki pelatih yang bersertifikat.

3. Squash Court

Lapangan squash ber-AC dengan lingkungan yang dirancang untuk meningkatkan tingkat permainan. Baik pemula atau profesional.

4. Ping Pong

Lapangan squash multi-fungsional juga menawarkan tenis meja / ping-pong dengan meja dan peralatan berkualitas tinggi. Ruang ber-AC dan bebas angin ini menjadikannya tempat yang ideal.

5. Multi Sport Court

Lapangan Multi-Olahraga outdoor menawarkan Bola Basket, Bola Voli, Bulu Tangkis, Bola Acar, dan berbagai kegiatan lainnya.

6. Steam, Sauna & Cold Bath

rileks dan menenangkan otot dengan Steam, Sauna, dan Cold Bath dapat membantu detoksifikasi, relaksasi.

7. Skate Park

Dirancang dan dibangun oleh Motion Skatepark Co, ini adalah taman skate hijau di Bali. Skateboard, sepatu In-Line, dan Skuter semuanya diterima.

8. 25 Meter Lap Pool

Lap pool 25 meter untuk orang dewasa (16 tahun ke atas). Kolam renang ini dirancang untuk para perenang lap dan berenang santai.

9. Family Pool

Terbuka untuk segala usia, kolam renang menyenangkan ini melayani anak-anak dan orang dewasa.

10. Jacuzzi Pool

hidroterapi yang dapat menampung hingga 13 orang, nikmati pemandangan menakjubkan kami sambil merilekskan otot-otot.

11. Kids Room

Zona aman ber-AC tertutup bagi anak-anak untuk menikmati permainan kreatif dan karya seni. Mainan, Buku, dan Perlengkapan Seni akan tersedia serta tempat penitipan anak..

12. Spa

Perawatan spa dengan Sadhu Bodywork. Menawarkan berbagai perawatan spa.

13. Indigo Coffee Shop

Menyajikan menu sarapan sepanjang hari dan area tempat duduk mewah yang menghadap ke klub, Indigo Coffee Shop juga menawarkan berbagai pilihan makanan dan minuman yang dapat dibawa pulang untuk orang-orang yang sedang bepergian.

14. Restaurants

Menampilkan menu Internasional dengan beragam pilihan lezat dari seluruh dunia, menyiapkan pilihan makanan yang sehat.