

**PENGARUH PENGAPLIKASIAN *HEALING GARDEN* TERHADAP PENGUNJUNG BANGUNAN KREATIF****Davina Putri Tutuarima<sup>1)</sup>, Dominikus Aditya Fitriyanto<sup>2)</sup>**

<sup>1)</sup>Program Studi Arsitektur/Fakultas Arsitektur dan Desain, UPN “Veteran” Jawa Timur, Jl. Rungkut Madya No.1, Gn. Anyar, Kec. Gn. Anyar, Kota Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

<sup>2)</sup>Dosen Program Studi Arsitektur/Fakultas Arsitektur dan Desain, UPN “Veteran” Jawa Timur, Jl. Rungkut Madya No.1, Gn. Anyar, Kec. Gn. Anyar, Kota Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

E-mail: [20051010052@student.upnjatim.ac.id](mailto:20051010052@student.upnjatim.ac.id)**Abstract**

"Healing garden" is a specially designed garden intended to have a healing effect on its visitors. It can positively influence visitors through the use of natural elements such as plants, water, and light. The application of healing gardens can be effective in enhancing the experience and well-being of visitors in various types of buildings, including creative buildings. The purpose of the research is to evaluate the influence of applying healing gardens on creative building visitors. This research uses a descriptive-qualitative approach with data collection techniques through analysis of related documents. This research is hoped to contribute positively to the design of creative building environments in the future and provide a basis for further understanding the benefits of Healing Gardens in the context of architecture and interior design.

**Abstrak**

*Healing garden* adalah taman yang didesain khusus untuk memberikan efek penyembuhan atau *healing* pada pengunjungnya. Taman ini dapat mempengaruhi pengunjung secara positif melalui penggunaan lingkungan alami seperti tanaman, air, dan cahaya. *Healing garden* dapat diterapkan pada berbagai jenis bangunan, termasuk bangunan kreatif. Pengaplikasian *healing garden* dapat menjadi salah satu strategi yang efektif untuk meningkatkan pengalaman dan kesejahteraan pengunjung dan di bangunan kreatif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi pengaruh pengaplikasian *healing garden* terhadap pengunjung bangunan kreatif. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat diketahui secara lebih mendalam bagaimana pengaplikasian *healing garden* dapat memengaruhi pengalaman dan kesejahteraan pengunjung bangunan kreatif. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif-kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui analisis dokumen terkait. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif terhadap perancangan lingkungan bangunan kreatif di masa depan dan memberikan dasar bagi pemahaman lebih lanjut tentang manfaat *Healing Garden* dalam konteks arsitektur dan desain interior.

**Article History**

Submitted: 21 Juni 2024

Accepted: 27 Juni 2024

Published: 28 Juni 2024

**Key Words**

Creative Buildings,  
Healing Garden,  
Visitor's  
Psychological Well-being

**Sejarah Artikel**

Submitted: 21 Juni 2024

Accepted: 27 Juni 2024

Published: 28 Juni 2024

**Kata Kunci**

Bangunan Kreatif;  
Healing Garden;  
Kesejahteraan Psikologis  
Pengunjung

**Pendahuluan**

Pada era modern ini, kehidupan semakin dipenuhi oleh rutinitas yang sibuk dan tekanan yang tinggi. Di tengah kesibukan tersebut, muncul kebutuhan akan ruang yang dapat memberikan pengalaman menyegarkan dan memulihkan bagi individu. Salah satu konsep yang muncul sebagai respons terhadap tantangan tersebut adalah penerapan "*Healing Garden*" di dalam lingkungan bangunan kreatif. *Healing Garden* merupakan suatu konsep desain ruang terbuka yang dirancang khusus dengan tujuan memberikan efek *healing* atau penyembuhan terhadap kesehatan dan kesejahteraan psikologis penggunanya.

Bangunan kreatif, sebagai tempat berkumpul dan berkreasi, memberikan lingkungan yang unik dan stimulatif. Pengaplikasian *Healing Garden* di dalam konteks ini diharapkan dapat memberikan dampak positif terhadap pengunjung bangunan kreatif. Dengan memanfaatkan elemen alam, tata ruang yang terencana dengan baik, serta integrasi aspek-aspek

psikologis, *Healing Garden* diharapkan dapat menjadi suatu sarana untuk meredakan stres, meningkatkan konsentrasi, mengurangi tingkat stres, dan memperbaiki mood pengunjung.

*Healing Garden* atau *Healing Landscape* merujuk pada taman yang memfasilitasi pemulihan dari stres pada pengunjungnya. Label penyembuhan atau pemulihan pada sebuah taman harus memiliki efek terapeutik atau terapi atau bermanfaat besar bagi sebagian besar penggunaannya (Ulrich, 1999). *Healing Garden* umumnya terdapat pada rumah sakit yang bertujuan untuk memberikan pengaruh positif bagi pasien, pengunjung, dan staf rumah sakit. *Healing Garden* dapat digunakan untuk proses penyembuhan pasien secara fisik maupun psikologis. Namun, konsep *Healing Garden* masih jarang digunakan ditempat-tempat dengan fungsi lain seperti bangunan kreatif yang menampung kegiatan-kegiatan kreatif yang membutuhkan kondisi psikologis stabil dan positif.

Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki pengaruh pengaplikasian *Healing Garden* terhadap pengunjung bangunan kreatif. Aspek-aspek seperti respons emosional, produktivitas, dan persepsi pengunjung terhadap ruang akan menjadi fokus utama. Melalui pemahaman yang lebih baik tentang pengaruh *Healing Garden*, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan rekomendasi desain yang lebih baik bagi pengembangan ruang terbuka hijau di sekitar bangunan kreatif, menciptakan lingkungan yang tidak hanya inovatif secara konseptual, tetapi juga mendukung kesejahteraan psikologis pengunjungnya.

## Metodologi

Metode Penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah deskriptif-kualitatif. Penelitian deskriptif kualitatif ditujukan untuk mendeskripsikan dan menggambarkan fenomena-fenomena yang ada, baik bersifat alamiah maupun rekayasa manusia, yang lebih memperhatikan mengenai karakteristik, kualitas, keterkaitan antar kegiatan. Jenis penelitian ini memanfaatkan data kualitatif dan dijabarkan secara deskriptif. Penelitian ini menggunakan metode studi pustaka yang menggambarkan, menganalisis, dan menjelaskan konsep atau fenomena tertentu dengan merinci literatur atau dokumen yang telah ada.

## Hasil dan Pembahasan

*Healing Garden* merupakan suatu tempat yang dapat mengembalikan kesehatan mental dan fisik seseorang (Schmutz *et al.*, 2014). Menurut studi sebelumnya, *Healing Garden* dapat menstimulasi pengeluaran endorfin dari dalam tubuh sehingga menimbulkan efek relaksasi dan meningkatkan mood yang positif sehingga respon stress (stressor) akan menurun (Schmutz *et al.*, 2014). Selain itu, *Healing Garden* juga mampu menurunkan kecemasan dengan menurunkan produksi *Corticotropin Releasing Hormone* (CRH) yang memiliki peran dalam mengontrol respon tubuh terhadap stres fisik dan emosional. Menurunnya CRH membuat produksi *Adrenocorticotrophic Hormone* (ACTH) yang berfungsi untuk memicu kelenjar adrenal juga menurun. Hal tersebut akan diikuti dengan produksi kortisol sehingga menimbulkan efek pada tubuh berupa normalnya tekanan darah, nadi, dan respirasi (Smeltzer dan Suzane, 2013)

Penelitian "The Impact of Healing Gardens on Mental Health and Well-being" oleh Weerasuriya, R., et al. (2019) menganalisa penerapan *Healing Garden* pada penggunaannya, dan menunjukkan bahwa penerapan *Healing Garden* dapat meningkatkan kesehatan mental dengan berperan sebagai tempat yang menenangkan dan mengurangi stres, sehingga meningkatkan kesehatan mental, memperbaiki kualitas hidup melalui pengalaman yang lebih positif, dan meningkatkan kesadaran akan pentingnya lingkungan alam. Penelitian ini juga menemukan bahwa elemen visual, karakter visual, dan kualitas visual dalam desain *Healing Garden* sangat penting dalam menciptakan suasana yang tenang dan damai. Oleh sebab itu, desain yang mempertimbangkan elemen-elemen tersebut dapat meningkatkan efek positif *Healing Garden* pada kesehatan mental dan kualitas hidup.

Keberadaan *Healing Garden* umumnya terdapat di area rumah sakit atau pusat rehabilitasi untuk meningkatkan kondisi psikologis pasien dan para tenaga kesehatan. Namun, keberadaan *Healing Garden* masih belum diterapkan pada bangunan dengan fungsi-fungsi lain seperti pada bangunan perkantoran, komersial, maupun bangunan kreatif. Adopsi konsep *Healing Garden* di luar lingkungan kesehatan dapat memberikan manfaat bagi kesejahteraan psikologis dan fisik individu yang berada di dalamnya. Konsep *Healing Garden* pada bangunan kreatif dapat merangsang inovasi dan kreativitas pengunjunnya, serta menciptakan lingkungan yang nyaman dan menenangkan sehingga dapat menjadi sumber inspirasi bagi para pengunjung yang didominasi oleh para pelaku kreatif.

Beberapa manfaat dari penerapan *Healing Garden* meliputi penurunan tingkat stress, dan peningkatan rasa kesejahteraan dan harapan secara keseluruhan (Kreitzer, Mary Jo. 2024). *Healing Garden* memiliki efek positif pada perasaan, menghasilkan peningkatan perasaan kebebasan, dan meningkatkan kualitas hidup. Secara keseluruhan, penerapan *Healing Garden* dapat menurunkan tingkat stres pengunjunnya dengan menyediakan lingkungan yang menyediakan kesejahteraan mental, fisik, dan emosional. *Healing Garden* menurunkan tingkat stress pengunjunnya dengan desain yang mengutamakan elemen alam dan suasana yang tenang, dan memberikan lingkungan yang mendukung kesejahteraan mental. *Healing Garden* dapat menciptakan suasana yang menenangkan sehingga pengunjung merasa rileks dan tenang, sehingga meningkatkan peluang untuk menurunkan tingkat stress. *Healing Garden* juga menyediakan keberagaman tanaman, aroma alami, dan elemen sensoris lainnya yang dapat memberikan stimulasi positif pada Indera pengunjung, dan membantu mengalihkan perhatian dari rasa stres yang dialami dan memberikan pengalaman yang menyenangkan.

Penerapan *Healing Garden* juga dapat memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan kreativitas pengunjung. Berbagai aspek dari desain *Healing Garden* seperti keindahan alam, keberagaman taman, dan suasana yang tenang, dapat merangsang imajinasi dan menginspirasi pikiran kreatif. *Healing Garden* mempengaruhi kreativitas dengan menstimulasi sensorik pengunjung, memberikan pengalaman estetika, dan menyediakan ruang terbuka untuk ideasi baru. Keberagaman elemen alam, seperti warna-warna yang menarik, aroma alami, dan suara-suara alam, dapat memberikan rangsangan sensoris yang dapat merangsang otak dan memicu pemikiran kreatif. Pemandangan yang indah dan desain yang estetis pada *Healing Garden* dapat memberikan pengalaman visual yang memotivasi dan mendukung proses kreatif. Serta desain tanaman yang terbuka luas dapat memberikan ruang baru sehingga dapat membantu pengunjung dalam mendapatkan ide-ide kreatif baru.

Selain itu, *Healing Garden* juga dapat meningkatkan interaksi sosial terhadap sesama pengunjunnya, karena *Healing Garden* dapat menyediakan wadah bagi para pengunjung untuk berkumpul, berbicara, dan saling berbagi ide, yang meningkatkan interaksi sosial secara informal. Ruang terbuka *Healing Garden* dapat menjadi tempat untuk mengadakan aktivitas secara kelompok atau acara sosial, yang dapat menciptakan ikatan yang lebih kuat antara individu dalam kelompok atau komunitas. Selain itu, interaksi yang baik antar pengunjung dapat meningkatkan kesejahteraan sosial dan emosional pengunjunnya.

## Kesimpulan

Penerapan *Healing Garden* pada bangunan kreatif memiliki pengaruh positif terhadap pengunjunnya. *Healing Garden*, dengan desainnya yang memanfaatkan elemen alam dan hijau, memberikan pengalaman yang menenangkan dan menyegarkan bagi para pengunjung. Dalam konteks bangunan kreatif, efek ini dapat meningkatkan kreativitas, produktivitas, dan kesejahteraan secara keseluruhan. Penggunaan *Healing Garden* dapat menciptakan lingkungan yang mendukung keseimbangan mental dan emosional, membantu mengurangi stres, dan meningkatkan fokus. Selain itu, adanya sentuhan alam yang dihadirkan oleh *Healing Garden*

dapat merangsang imajinasi dan memotivasi inovasi di antara individu yang berada dalam bangunan kreatif tersebut.

## Referensi

- Jo Krëitzer, Mary. (2024) What are Healing Garden? <https://www.takingcharge.csh.umn.edu/what-are-healing-gardens> (Diakses pada 2 Januari, 2024)
- Vapaa, Annalisa. (2002). Healing Gardens: Creating Places for Restoration, Meditation, and Sanctuary.
- Ulrich, Roger S. (1981). Natural Versus Urban Scenes: Some Psychophysiological Effects. Environment and Behavior.
- Schmutz, U., Lennartsson, M., Williams, S., Devereaux, M., Davies, G. (2014). The Benefits of Gardening and Food Growing for Health and Wellbeing. London: Garden Organic and Sustain.
- Smeltzer, Suzane, C. (2013). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah. Jakarta: EGC.
- Hazen, H. (1996). Healing Gardens: Therapeutic Benefits and Design Recommendations. Journal of Therapeutic Horticulture, 10, 1-12
- Weerasuriya, R., et al. (2019). The Impact of Healing Gardens on Mental Health and Well-being. Journal of Environmental Psychology, 65, 102-111.