

DESAIN INTERIOR PUSAT HIDROTERAPI BAGI PENDERITA INSOMNIA

Ni Putu Sani Indrayanti¹, Made Ida Mulyati², I Putu Udiyana Wasista³

^{1,2,3} Program Studi Desain Interior, Fakultas Seni Rupa dan Desain, Institut Seni Indonesia Denpasar
E-mail : indrayantisani@gmail.com

Abstrak

Melihat perkembangan jaman sekarang ini mobilitas kehidupan sangat tinggi dan tuntutan hidup semakin tahun semakin tinggi. Melihat kondisi tersebut maka manusia jaman sekarang sering mengalami beberapa penyakit salah satunya penyakit insomnia yang disebabkan oleh tingkat stress yang cukup tinggi. Salah satu pengobatan yang dapat meredakan hingga menyembuhkan penyakit insomnia yaitu hidroterapi yang merupakan pengobatan menggunakan media air. Seiring dengan berjalanya waktu situasi di daerah perkotaan yang kroyot dan situasi pandemi COVID-19 mengakibatkan tingkat stress dan penyakit insomnia meningkat dan pandemi juga berdampak kepada menurunnya perekonomian pariwisata khususnya di daerah Bali. Dengan adanya program pemerintah dalam mewujudkan Bali sebagai destinasi wisata berbasis kesehatan (*Medical Tourism*). Dalam karya tulis ini, membahas tentang solusi yang ditawarkan untuk memecahkan permasalahan dan gagasan ide dalam upaya menciptakan desain interior pusat hidroterapi bagi penderita insomnia sebagai pusat penyembuhan dan juga wisata kesehatan yang ada di Bali dengan memilih lokasi ubud sebagai salah satu daerah pariwisata yang cukup terkenal. Berdasarkan hal tersebut, penulis hendak menciptakan desain interior dengan tradisi *melukat* yang sering dilakukan oleh umat hindu di Bali. Dengan mengaplikasikan ide dari tradisi *melukat* pada proses desain diharapkan dapat memperkenalkan budaya tradisi Bali kepada wisatawan.

Kata kunci : hidroterapi, Insomnia, *melukat*, desain, interior

Abstract

Nowadays, the mobility of life is very high and the demands of life are getting higher every year. Seeing these conditions, humans today often experience several diseases, one of which is insomnia caused by high levels of stress. One of the treatments that can relieve and cure insomnia is hydrotherapy which is a treatment using water media. As time goes by, the situation in critical urban areas and the COVID-19 pandemic situation has resulted in increased levels of stress and insomnia and the pandemic has also affected the tourism economy, especially in the Bali area. With the government's program in realizing Bali as a health-based tourism destination (Medical Tourism). This paper discusses the solutions offered to solve problems and ideas to create an interior design for a hydrotherapy center for insomniacs as a healing center and also health tourism in Bali by choosing the location of Ubud as one of the well-known tourism areas. Based on this, the author wants to create an interior design with the melukat tradition that is often done by Hindus in Bali. By applying the idea of the melukat tradition to the design process, it is hoped that it can introduce Balinese traditional culture to tourists.

Keywords : hydrotherapy, insomnia, melukat, interior, design

Artikel ini diterima pada : 14 Agustus 2021 dan Disetujui pada : 19 Agustus 2021

PENDAHULUAN

Jaman sekarang ini mobilitas kehidupan sangat tinggi dan tuntutan hidup semakin tahun semakin tinggi. Melihat kondisi tersebut maka manusia jaman sekarang sering mengalami beberapa penyakit salah satunya penyakit insomnia. Penyakit ini disebabkan karena tingkat stress yang cukup tinggi, terutama di daerah perkotaan. Untuk membantu meringankan beban penyakit yang diderita oleh penderita insomnia maka sangat diperlukan pusat penyembuhan yang dapat membantu proses penyembuhan penyakit tersebut.

Pusat terapi hidroterapi merupakan salah satu alternatif pengobatan penyakit insomnia yang telah banyak ada di kota besar seperti Jakarta, Bandung, Surabaya, tetapi terapi khususnya di Bali masih sangat kurang. Sedangkan penduduk di Bali semakin tahunnya mengalami penambahan penduduk yang semakin padat karena kaum *urban* yang menetap di Bali mengakibatkan daerah Provinsi Bali semakin padat. Semakin padatnya penduduk khususnya di Kota Denpasar mengakibatkan tingkat stress penduduk di daerah perkotaan semakin meningkat sehingga memicu munculnya penyakit insomnia. Maka dari itu di pilihlah daerah Champuan, Desa Kedewatan, Kecamatan Ubud sebagai lokasi pusat hidroterapi bagi

penderita penyakit insomnia, hal ini didasari oleh kondisi lingkungan sekitar lokasi dan akses yang mudah sehingga dapat membantu proses penyembuhan dan pariwisata.

Menurut DSM IV (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder) (Ohayon, 1997), Insomnia adalah kesulitan individu dalam memulai, mempertahankan dan merasakan kualitas tidur yang buruk. (Nevid dkk., 1991) menyatakan insomnia sendiri berasal dari kata *In* artinya tidak, dan *Somnus* yang berarti tidur. Insomnia mempunyai karakteristik kesulitan berulang untuk tidur atau untuk tetap tidur, gangguan tidur tersebut mengakibatkan rasa lelah di siang hari dan menyebabkan timbulnya tingkat stress pribadi. Situasi perkotaan yang kerdit dan situasi pandemi COVID-19 ini mengakibatkan tingkat stres masyarakat yang semakin meningkat, hal ini dikarenakan penghasilan yang berkurang dan kebutuhan yang meningkat. Hal tersebut sebagai pemicu penyakit insomnia, prevalensi insomnia di Indonesia dilaporkan 10% dari jumlah populasi atau sekitar 28 juta orang (Mawaddha, 2017). Sedangkan tingkat depresi, kecemasan, dan *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) tampak memburuk bila dibandingkan sebelum pandemi Covid-19, dan yang mengalami peningkatan terbesar adalah insomnia, yakni sebesar 23,87%. Terlebih lagi, di antara semua kelompok yang terdampak Covid-19, tenaga kesehatan mengalami peningkatan kasus insomnia tertinggi dengan angka 36,53% (Fitriah, 2021).

Tingginya angka insomnia, dikatakan memiliki kaitan dengan bertambahnya permasalahan yang terjadi dalam kehidupan, seperti depresi dan kecemasan maka diperlukannya pusat penyakit tersebut dengan memberikan terapi yang memadai terhadap si penderita. Terapi pun berkaitan dengan berbagai bidang seperti pendidikan, sosial, ekonomi. Pada kehidupan metropolitan, persaingan begitu ketat dan kehidupan masyarakat menjadi semakin sibuk. Selain bertujuan untuk menyembuhkan, hidroterapi merupakan salah satu pengobatan yang dapat diangkat sebagai tempat pariwisata. Dilansir melalui berita kompas.com (Ramadhian, 2021) menyatakan bahwa Menteri Pariwisata Dan Ekonomi Kreatif (Menparekraf) Sandiaga Uno mencanangkan Bali sebagai destinasi wisata berbasis kesehatan (*Medical Tourism*). Hal ini dilakukan dengan tujuan membuka lapangan kerja sehingga dapat mengembalikan kejayaan sektor pariwisata pulau wisata Bali, adapun hal lain yang menjadi tujuan terbentuknya medical tourism yaitu Bali sebagai destinasi wisata memiliki keberagaman kelebihan khususnya bagian pariwisata sehingga menjadi salah satu kegiatan baru dengan berbasis internasional. (Kurniawati, 2007).

Oleh karena itu, masyarakat membutuhkan sebuah tempat kesehatan dengan memberikan daya tarik tersendiri dan yang dapat membantu mereka mengatasi masalah-masalah tersebut. Pada desain interior pusat hidroterapi inilah nantinya harus dikembangkan berdasarkan identitas dan budaya lokal juga harus mengembangkan lingkungan sekitar yang nantinya dapat menjadi nilai tambah bagi desain ruangan tersebut sesuai dengan upaya pemerintah dalam pembentukan Bali sebagai destinasi wisata berbasis kesehatan.

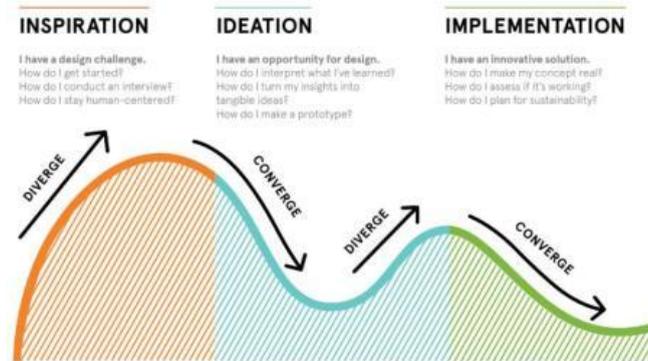
Upaya wisata kesehatan dilakukan agar dapat memperoleh area pembagian aktivitas yang efektif, nyaman dan aman. Perancangan ini haruslah dibuat secara efisien dan juga nyaman karena mengingat sasaran utama desain interior ini merupakan orang dengan penderita penyakit insomnia dimana mereka kesulitan untuk tidur dan membutuhkan ketenangan dan rileksasi, dan juga menghadirkan budaya *melukat* sebagai salah satu daya tarik pengunjung dengan memberikan nilai lebih dengan desain modern tradisional dan budaya *melukat* dan pendekatan terhadap lingkungan sekitar yang dapat memberikan relaksasi juga membantu penyembuhan pasien. Hal lain yang dapat menunjang kegiatan hydrotherapy yaitu tersedianya area meditasi yang berfungsi sebagai pembersihan diri secara jasmani maupun rohani pengenalan tradisi Bali yang dikemas secara modern ini menjadi daya tarik wisatawan lokal maupun internasional.

Dilihat dari latar belakang, maka dapat ditentukan rumusan masalah yaitu bagaimana mengimplementasikan tradisi *melukat* pada desain pusat hidroterapi yang dapat menjawab tuntutan civitas? dan bagaimana merancang pusat hidroterapi bagi penderita insomnia yang dapat mencerminkan budaya tradisional Bali sehingga dapat menyambung atmosfer sekitar?. Hal ini dilakukan agar dapat menciptakan desain interior yang mampu mengimplementasikan ide dari tradisi *melukat* pada pusat hidroterapi juga dapat mencerminkan budaya dan menyambung atmosfer sekitar.

METODE

Human-centered design adalah sebuah metode pendekatan dalam menyelesaikan permasalahan. Metode ini dirancang agar desainer dapat terjun langsung dan mengenal lebih dalam pengguna dari produk yang dihasilkan, sehingga kemudian dapat menghasilkan solusi baru yang dibuat khusus untuk memenuhi kebutuhan penggunanya. *Human-Centered Design* sangat terkait tentang membangun empati mendalam dengan target pengguna; mengeluarkan banyak ide; membuat *prototype*; dan akhirnya menghasilkan solusi inovatif.

Metode *Human-Centered Design* terdiri dari tiga tahap, yaitu *inspiration*, *ideation*, *implementation*. Tahap *inspiration* adalah tahap pengumpulan data. Tahap ini berisi pertemuan antara desainer dan pengguna, serta mendata kebutuhan mereka. Dari pendataan ini, desainer mampu merasakan kebutuhan pengguna dan juga berempati terhadap kebutuhan tersebut. Tahap *ideation* desainer akan semakin memahami kebutuhan dari pengguna, mengidentifikasi berbagai peluang desain yang dapat diciptakan, dan pada tahap ini desainer menentukan konsep yang akan di gunakan. Tahap *implementation* adalah proses untuk mewujudkan desain menjadi solusi nyata yaitu bentuk visual desain berupa gambar 3D (*Design Kit*, 2015).



Gambar 1. Metode Penelitian Human-Centered Design
(Sumber: Design Kit, 2015)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hidroterapi adalah suatu sistem pengobatan atau perawatan dengan air. Secara lebih rinci hidroterapi didefinisikan sebagai suatu cara penata-laksanaan kesehatan dengan mempergunakan air dalam berbagai bentuk untuk mengobati suatu penyakit atau untuk mempertahankan kesehatan individu, memperlancar peredaran darah, mengembalikan kebugaran dan kesegaran tubuh serta untuk perawatan kecantikan. Hidroterapi merupakan salah satu modalitas *physical therapy*/ fisioterapi dimana digunakan zat cair yang dipakai sebagai sarana pengobatan. Penggunaan zat yang dipakai untuk hidroterapi juga tidak hanya dari air saja. Zat lain yang bisa digunakan antara lain parafin cair (*parafin bath*) dan parafin dingin (*cryo therapy*). Terapi ini terdiri dari penggosokan dan pemijatan yang diakhiri dengan mandi wangi (Bahadorfar, 2014).

1. Jenis Hidroterapi

- a) Hidrokinetik: Jenis hidroterapi yang menggunakan gaya kinetis/ gerakan air untuk menyembuhkannya. Pada jenis ini yang dipakai adalah arus air.
- b) Hidrochemis : Jenis hidroterapi yang memanfaatkan bahan yang terlarut atau terdispersi oleh air
- c) Hydrotherma : Jenis hidroterapi yang memanfaatkan temperatur air (fisis air) untuk menyembuhkannya. Pada jenis ini menggunakan air panas atau air dingin. Teknik Pengobatan Hydrotherma :
 - (1) Air panas, Kegunaannya yaitu meredakan nyeri persendian dan otot, menyembuhkan peradangan, membantu penyembuhan luka-luka kecil seperti robekan kulit.
 - (2) Air dingin ,Kegunaannya yaitu memperbaiki aliran darah ke organ dan jaringan jaringan internal , juga mengurangi pembengkakan.(Permata, t.t.) .

2. Jenis *Treatment* Hidroterapi

- a) *Balneotherapy*, Perawatan tubuh yang menggunakan metode air dan pada treatment ini berendam pada bath up yang nantinya menggunakan air panas maupun dingin .
- b) *Great Shower* , Metode perawatan hidroterapi dengan cara berbaring pada tempat yang disediakan kemudian adanya aliran air yang keluar dari pancuran air. Pada treatment ini terfokus pada perileksan bagian tubuh belakang.
- c) Pijat *Affusion* adalah pijatan aromaterapi dengan menggunakan metode Perancis dan pada pijatan ini adanya semprotan air hangat atau dingin yang nantinya mengalir ke tubuh. Pijatan ini terfokus pada kaki dan punggung. Tujuan dari pijat affusion adalah untuk mengembalikan elemen terpenting dari tubuh seperti kobalt, yodium atau zat besi. Manfaatnya sendiri dapat sebagai pengobatan, meningkatkan kekuatan otot, meningkatkan sirkulasi darah dan sistem kekebalan tubuh.
- d) *Under water massage (Whirlpool)* merupakan perawatan Mandi berendam dengan sikap pasif dimana tubuh seseorang dipijat oleh tiupan udara dari dasar bak dan pijatan air dari dinding bak (dengan hidrojet) yang baik untuk kebugaran dan kenyamanan.
- e) Mandi dengan menggunakan air panas, tujuan penyembuhan penyakit-penyakit seperti rematik, kerusakan anggota gerak gangguan pada sistem syaraf, kerusakan karena olah raga dan penyakit kulit, cara mandi dan lamanya berendam harus sesuai dengan anjuran dokter ahli dan intruktur. (Bahadorfar, 2014)

Pengobatan ini masih jarang di jumpai khususnya di daerah Provinsi Bali. Melihat presentase pengidap penyakit insomnia di Indonesia yang semakin banyak, maka perancangan pusat hidroterapi ini berguna bagi masyarakat dan memiliki nilai potensi yang tinggi untuk memperkenalkan wisata kesehatan pada wisatawan. Pemilihan lokasi di daerah Ubud Gianyar dikarenakan lokasi yang mudah dan cepat di akses dari daerah perkotaan Denpasar. Selain itu menurut penelitian faktor lingkungan dan alam sangat berpengaruh pada proses kesembuhan pasien. Selain itu ubud juga memiliki banyak potensi mulai dari sektor pariwisata, lingkungan, dan juga budaya sekitar. Yang menarik wisatawan untuk berkunjung ke daerah Ubud adalah kondisi alamnya dan ketenangan yang didapat pengunjung, menjadikan daerah Ubud menjadi lokasi strategis dalam pembangunan pusat hidroterapi bagi penderita penyakit insomnia.

Berdasarkan analisis dari data yang sudah dijelaskan diatas didapat sintesis yaitu Bali belum memiliki pusat hidroterapi bagi penderita penyakit insomnia, yang memiliki fasilitas yang memadai untuk mendukung proses kesembuhan penderita penyakit insomnia, dan dipilihnya lokasi ubud sebagai salah satu faktor yang dapat membantu proses kesembuhan pasien dan ubud sebagai lokasi strategis dalam memasarkan hidroterapi sebagai Wisata Kesehatan dengan memperkenalkan tradisi *melukat* terhadap wisatawan.

3. Solusi dan Gagasan Ide

Upaya untuk membantu penderita penyakit insomnia sembuh dan memperkenalkan budaya tradisi *melukat* pada wisatawan, perlu adanya sebuah tempat terapi sebagai pusat penyembuhan dan wisata kesehatan untuk mengedukasi masyarakat mengenai pentingnya sebuah kesehatan fisik maupun mental bagi penderita penyakit insomnia. Pusat hidroterapi ini akan mencerminkan desain dengan nuansa budaya lokal dan desain biopilik dengan mengambil tradisi *melukat*. Tradisi *melukat* merupakan proses membersihkan diri yang dilaksanakan sampai saat ini. Konsep yang digunakan akan menyatukan desain tradisional dan desain biopilik, hal tersebut agar konsep dapat relevan terhadap kasus, tujuan dan juga lingkungan yang dipilih. Perpaduan konsep yang berbeda ini tetap menampilkan ciri khas masing masing konsep. Sebagai bentuk solusi desain maka muncul gagasan desain atau ide dari hasil pemikiran yang di usung.

4. Penggalan Ide

Konsep yang dipilih yaitu konsep esensi. Konsep esensi adalah hasil dari pemusatan aspek-aspek persoalan yang kemudian diringkas dalam keterangan yang lebih jelas. Hakekat tersebut mengandung aspek yang paling penting dan insting dari suatu benda yang di analisis.

Sehingga konsep ini merupakan hasil identifikasi dan penemuan pokok masalah dan didapatkan sebuah istilah yang menjadi konsep umum di dalam mencerminkan desain interior pusat hidroterapi bagi penderita insomnia ini yang dipilih untuk memecahkan permasalahan pada desain interior pusat hidroterapi ini yaitu sebagai berikut :

“ MENCiptakan DESAIN INTERIOR PUSAT HIDROTERAPI YANG MAMPU MENGHADIRKAN RASA TENANG / RELAX KEPADA CIVITAS MAUPUN PASIEN DENGAN MENGHADIRKAN PERPADUAN TEKNOLOGI DAN BUDAYA DALAM PROSES PENYEMBUHANNYA”

Konsep umum tersebut dapat diterjemahkan sebagai berikut: Di dalam proses perancangan interior ini konsep umum tersebut digunakan sebagai tujuan dan harapan dari masyarakat khususnya penderita penyakit insomnia untuk melakukan *treatment*. Upaya tersebut juga bertujuan untuk menarik wisatawan lokal maupun internasional untuk berkunjung dengan itu dapat menambah penghasilan dan daya tarik pada sektor pariwisata. Pada penerapan unsur interior dalam proses perancangan ini, diharapkan mampu memberikan kenyamanan dan rasa tenang sebelum hingga sesudah melakukan terapi bagi pengunjung. Proses perancangan ini juga diharapkan dapat memberikan suasana atau atmosfer yang bias meningkatkan keinginan pengunjung untuk melakukan terapi dan sekaligus dapat memperkenalkan budaya *melukat* yang diterapkan pada proses pelayanan maupun desain interior pusat hidroterapi.

5. Konsep Khusus

Konsep khusus yang dipilih yaitu “*Jalagraha Kalya Jiva*” konsep ini merupakan pengembangan dari budaya *melukat* yang dilakukan umat hindu di Bali, kata *Jalagraha* memiliki arti area tangkapan air atau tempat menyatunya air (bertemu), *Kalya* memiliki arti kesehatan, dan *Jiva* yang berarti jiwa. Maka konsep ini memiliki arti “ Pertemuan Air Dengan Kesehatan Jiwa “ tradisi ini dipilih karena *melukat* memiliki korelasi terhadap kasus yaitu memiliki tujuan yang sama pengobatan menggunakan media air. Pada dasarnya yang dimaksudkan dengan pertemuan air yaitu sumber mata air yang sudah disucikan maupun diberikan doa yang bertujuan agar air memiliki energi positif. sedangkan kesehatan jiwa merupakan harapan dan tujuan dalam perancangan agar penderita insomnia sembuh, hal ini di dasari oleh penyakit insomnia yang salah satunya diakibatkan oleh tingkat stres penderita sehingga mengganggu kualitas dan pola tidur penderita insomnia.

Jalagraha Kalya Jiva ini merupakan pengembangan dari tradisi *melukat*. *Melukat* merupakan bagian dari pelaksanaan upacara manusia yadnya, yang memiliki tujuan untuk membersihkan dan menyucikan pribadi secara lahir dan batin. *Melukat* juga merupakan upacara pembersihan pikiran dan jiwa secara spiritual dalam tubuh manusia yang secara turun-temurun masih dilaksanakan hingga kini. Dalam Pustaka Suci “Manawa Dharma Sastra” Bab V sloka 109, dinyatakan sebagai berikut :

“*Adbhir gatrani cuddhyanti, manah satyena cuddhyti, cidyatapobhyam buddhir jnanena cuddhyati*”

Artinya : Tubuh dibersihkan dengan air, pikiran dibersihkan dengan kejujuran, roh dengan ilmu dan tapa, akal dibersihkan dengan kebijaksanaan. *Melukat* bertujuan untuk membersihkan pikiran dan emosi dari sifat-sifat yang melekatinya, sehingga ia akan menjadi murni kembali. Dengan begitu, *melukat* dalam ritualnya menggunakan berbagai macam simbol-simbol seperti sarana upakara, mantra, dan air. Sarana upakara sebagai wujud pemberitahuan kepada Tuhan Yang Maha Esa/Ida Sang Hyang Widhi Wasa bahwa akan dilakukan penglukatan, juga sebagai wujud bhakti dan permohonan kepada-Nya agar Beliau berkenan melepaskan “kotoran / penyakit ” yang melekat pada diri. Air yang sudah disucikan dengan kekuatan mantra (*tirtha pengelukatan*) sebagai simbol alat untuk melepaskan kotoran (Artana, 2019).

Adapun pemahaman ideologi *melukat* di dalam ruang praktek dokter menurut jurnal (Artana, 2019) yaitu , Kepuasan seseorang akan terpenuhi bila mereka sembuh dari penyakitnya, akan tetapi kepuasan akan menjadi lebih besar bila pasien memperoleh haknya dan diberikan melaksanakan kewajibannya. Untuk itu, seorang pelayan kesehatan harus menyadari, bahwa pekerjaan penyembuh itu mengambil bagian dari karya Tuhan, sehingga seorang dokter

berkewajiban menyembuhkan pasiennya secara menyeluruh. Sehingga, penyembuhan secara menyeluruh harusnya juga memperhatikan kesembuhan terhadap emosi dan pikiran (sukma sarira). Asimetrisnya pengetahuan kesehatan yang dimiliki dokter (lebih tinggi), menjadikan ia lebih superior dihadapan pasien namun dapat diimbangi dengan kepercayaan dan tradisi yang masih dilakukan hingga saat ini. Keinginan dari individu agar diberikan kebebasan dalam menginterpretasikan dirinya dalam hal sakit-sehat dan kebebasan individu dalam memilih pelayanan kesehatan, membuat Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melakukan redefinisi tentang pengertian sehat. Paradigma sekarang mendefinisikan sehat tersebut merupakan suatu keadaan sejahtera dari fisik, mental (emosi dan jiwa), sosial, dan bukan hanya suatu keadaan bebas dari penyakit, cacat, dan kelemahan (penderitaan). Maka dari itu proses perancangan pusat hidroterapi ini merupakan terapi bersumber ilmu medis dan dipadukan dengan tradisi *melukat* yang diimplementasikan pada ruangan penunjang dan juga desain interior.

6. Relevansi Konsep Dan Kasus

Adapun beberapa relevansi atau kaitan antara konsep *Jalagraha Kalya Jiva* dengan kasus desain interior pusat hidroterapi bagi penderita insomnia yaitu sebagai salah satu terapi penyembuhan dengan menggunakan media air. Sedangkan tradisi *melukat* merupakan tradisi dengan tujuan membersihkan diri menggunakan air dari hal yang negatif. Dalam hal tersebut, pusat hidroterapi (medis) dan tradisi *melukat* (non medis) memiliki manfaat yang sama yaitu proses penyembuhan menggunakan media air. Lalu tradisi *melukat* erat kaitannya dengan proses pembersihan diri maupun jiwa agar merasa tenang. Sedangkan insomnia merupakan penyakit yang salah satunya diakibatkan oleh tinggat stress penderita sehingga berpengaruh terhadap pola tidur dan aktivitas pasien.

Dalam hal ini *melukat* dan pusat hidroterapi memiliki tujuan pembersihan pikiran dan jiwa dalam diri manusia. Selain itu tradisi *melukat* merupakan salah satu budaya lokal yang dilaksanakan salah satunya berada pada beberapa mata air yang lingkungannya masih alami. Hal ini dapat diterapkan pada desain ruangan, pemilihan material, dan warna yang dapat menyatu dengan alam juga lingkungan dapat menjadi salah satu faktor dalam proses penyembuhan pasien. Dan tradisi *melukat* mampu meningkatkan kunjungan wisatawan, ini berpengaruh terhadap taraf hidup masyarakat yang bekerja pada bidang pariwisata, dengan menghadirkan salah satu fasilitas wisata kesehatan di Bali, menjadikan salah satu daya tarik pengunjung dan gagasan terbaru dalam dunia pariwisata di Bali.



Gambar 2 : Penjabaran Konsep
(Sumber : Dokumentasi Mahasiswa, 2021)

Gambar di atas merupakan penjabaran konsep atau pola pikir desainer yang di peroleh dari konsep *Jalagraha Kalya Jiva*. Konsep tersebut akan digunakan sebagai acuan dalam proses

desain interior pusat hidroterapi bagi penderita insomnia. Adapun yang dapat dijelaskan yaitu sebagai berikut :

- a) Warna ,warna tersebut didapatkan dari konsep *Jalagraha Kalya Jiva* yang berfokus terhadap tradisi dan lingkungan (alam) , juga warna ini dipilih karena efek psikologis bagi pengunjung untuk memberikan kesan yang tenang dan nyaman bagi civitas. Adapun warna yang digunakan yaitu biru, hijau, coklat, abu-abu yang merupakan warna yang disarankan dalam dunia medis dalam proses penyembuhan (Yetti, 2017). Sedangkan warna ungu digunakan sebagai aksen yang mengandung makna *luxury*, tenang sehingga warna ini disarankan dalam perancangan pusat terapi, warna ungu juga bermakna tingkatan paling tinggi pada urutan warna cakra yang berada di bagian kepala (pikiran) .
- b) Garis, garis tersebut didapatkan dari pengertian, tujuan dan makna yang terkandung di dalam konsep *Jalagraha Kalya Jiva*, proses menentukan garis tersebut menggunakan sistem mind mapping atau sebuah metode untuk mengolah informasi secara keseluruhan melalui pemetaan pola pikir yang langsung di tuangkan kedalam media tulis. Adapun beberapa makna garis yang di dapatkan yaitu , mengalir (bergelombang) ,membumi dan tenang (horizontal) .
- c) Strategi Klaster (*clustered*). Strategi ini menggabungkan ruang yang identik atau berbeda secara informal melalui penggunaan strategi berkerumun. Di sini ukuran dan bentuk ruang individu mungkin berbeda, dan bangunannya bisa diatur dalam konfigurasi asimetris dimana ruangnya saling tumpang tindih.
- d) Strategi sirkulasi jaringan (*network*).Sirkulasi berkaitan dengan kenyamanan ruang gerak. Sirkulasi di ruang terapi hendaknya dapat mengakomodasi pasien, tenaga medis (dokter dan terapis), maupun pengguna ruang untuk memudahkan akses antar ruang. Hal yang perlu dicermati dari teknis sirkulasi pusat hidroterapi adalah mudah dijangkau, komunikatif, informatif, bebas licin, bebas dari tabrakan, naungan yang baik dan dimensi sirkulasi yang nyaman. Penerapan sirkulasi yang tidak ideal dapat menyebabkan ketidaknyamanan pasien di lingkungan perawatan. Ketidak nyamanan pasien tanpa disadari dapat menyebabkan stress yang dapat menghambat proses pemulihan kesehatan.
- e) Hubungan Antar ruang bersebelahan (*Adjacent Spaces*) hubungan ruang yang memungkinkan kegiatan terpisah dilakukan di tempat masing-masing . hubungan antar ruang ini dipilih agar pasien mendapatkan ruangan terai yang private dan tenang tanpa adanya suara bising yang dilakukan oleh civitas lain. Juga dapat terjadi jika kedua ruangan berukuran hampir sama besar, kedua ruangan ini dapat dihubungkan dalam bentuk ruang-ruang yang bersebelahan.
- f) Pengaruh Emosi Pengguna Ruang (Relaksasi).Kesederhanaan. Volume bervariasi dalam ukuran dari yang intim hingga yang tak terbatas. Kesesuaian/keberaturan. Objek dan materi yang sudah dikenal. Garis mengalir. Bentuk dan ruang lengkung. Stabilitas struktural yang jelas. Dominasi garis horizontal. Tekstur yang menyenangkan. Bentuk yang menyenangkan dan nyaman. Cahaya lembut. Suara yang menenangkan. Volume diresapi dengan warna-warna tenang seperti putih, abu-abu, biru, hijau.
- g) Material yang digunakan dalam desain ini tidak jauh dari penggunaan bahan alam seperti kayu, batu alam maupun rotan dan juga material pabrikan yang menyerupai material alam. Material ini dipilih agar dapat mengandalkan kekayaan alam dan pengrajin yang ada di sekitar lokasi. Pemilihan ini juga di dasari oleh dampak psikologis bagi civitas di pusat hidroterapi bagi penderita penyakit insomnia. Pemilihan material alam juga berfokus terhadap manfaat bagi pasien dalam proses penyembuhan.

7. Denah Penataan

Denah penataan ini menggambarkan wujud sebenarnya pada sebuah ruangan yang dilengkapi dengan warna dan material yang digunakan pada desain ini di dominasi dengan material alam dan warna natural, hal ini bertujuan agar desain dapat menyatu dengan alam sekitar tujuan ini didasari oleh penelitian yang menyatakan bahwa desain biopilk dapat membantu proses penyembuhan pasien dan faktor alam dan lingkungan berpengaruh besar dalam proses penyembuhan pasien.



Gambar 3 : Fasad Bangunan
(Sumber : Dokumentasi Mahasiswa, 2021)

8. Perspektif Ruang

Pada fasad bangunan pusat hidroterapi bagi penderita insomnia ini menggunakan material bambu hal ini bertujuan agar pusat hidroterapi ini memiliki ciri khusus dan memberikan kesan memorable bagi pengunjung ini juga bertujuan untuk memanfaatkan material alam sekitar.



Gambar 4 : Fasad Bangunan
(Sumber : Dokumentasi Mahasiswa, 2021)

Pada area ruang tunggu / lounge terdapat dekorasi yang menggunakan material bambu yang bertujuan untuk menutupi kolom utama bangunan. Dan Desain ruang tunggu ini diaplikasikan vertical garden sebagai salah satu unsur estetika dan juga bermanfaat

menghadirkan kualitas udara yang baik pada ruangan. Aplikasi ukiran bali juga terlihat pada area ruang tunggu dengan penggunaan material paras yang bertujuan menjadi daya tarik pada ruang tersebut.



Gambar 5 : Perspektif Ruang Lounge & Ruang Tunggu Terapi
(Sumber : Dokumentasi Mahasiswa, 2021)

Desain ruang pada area terapi rendam kaki dan meditasi ini menggunakan ruang semi outdoor dengan *view* utama langsung menghadap sungai champuan dan pemandangan alam sekitar yang asri yang bertujuan agar pengunjung dapat lebih *relax* dalam melakukan penyembuhan. Desain ruang meditasi ini ditempatkan di bagian ujung dan paling bawah agar civitas mendapatkan ketenangan dalam melakukan meditasi. Pemilihan bukaan yang lebar bertujuan agar pengunjung dapat lebih *relax* dalam melakukan penyembuhan.



Gambar 6 : Perspektif Ruang Terapi Rendam Kaki & Meditasi
(Sumber : Dokumentasi Mahasiswa, 2021)

Ruang terapi *massage* ini di dominasi dengan material kayu, pemilihan material kayu ini bertujuan untuk menurunkan tekanan darah, hal ini di teliti oleh Yuko Tsunetsugu yang menyatakan bahwa saat seseorang memasuki ruangan yang mengandung 90% hayu, tekanan darah civitas akan turun. Pada penelitian lain disebutkan juga penggunaan material kayu dapat meningkatkan aktivitas gelombang alpa pada otak hal ini menunjukkan adanya penurunan tingkat stress pada manusia (Tsunetsugu & Sugiyama, 2021).



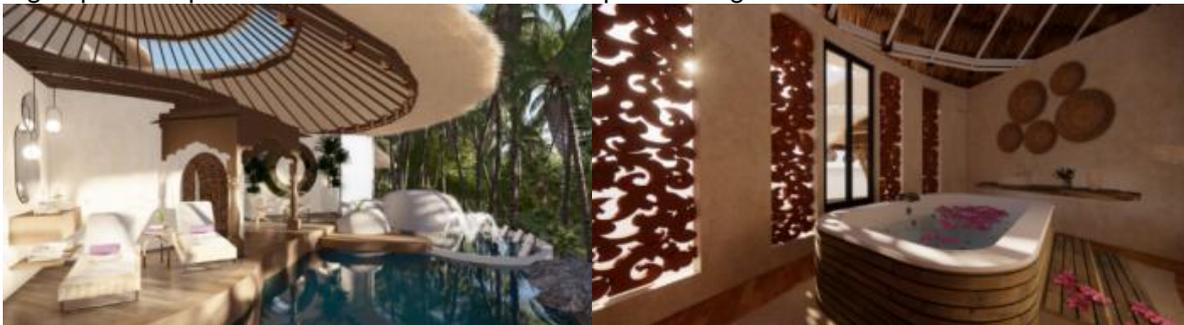
Gambar 7 : Perspektif Ruang Terapi *Massage*
(Sumber : Dokumentasi Mahasiswa, 2021)

Ruang terapi *douches* merupakan ruang terapi yang tertutup hal ini dikarenakan kegiatan terapi yang menggunakan *shower* terapi yang disemprotkan pada punggung civitas guna memperlancar peredaran darah dan membuat civitas lebih merasa *relax*. Pada ruang terapi ini menggunakan *bed* dengan terrazzo cor dengan bagian atas *bed* menggunakan material batu obsidian. Menurut kesehatan batu obsidian dapat berfungsi untuk menyeimbangkan energi dalam tubuh manusia. Penggunaan batu alam tourmaline pada *bed* terrazzo juga bertujuan untuk mengurangi penyakit insomnia, hal ini dikarenakan batu alam tourmaline dapat memancarkan energy yang dapat menenangkan syaraf dan dapat menyerap radiasi.



Gambar 8: Perspektif Ruang Terapi *Douches*
(Sumber : Dokumentasi Mahasiswa, 2021)

Desain ruang pada area terapi *whirl* ini menggunakan ruang semi outdoor dengan *view* utama langsung menghadap sungai champuan dan pemandangan alam sekitar yang asri. Pemilihan bukaan yang lebar bertujuan agar pengunjung dapat lebih *relax* dalam melakukan penyembuhan. Sedangkan desain ruang *jacuzzi* pada area terapi *whirl* ini menggunakan ruang yang lebih private dengan *view* utama langsung menghadap sungai champuan dan pemandangan alam sekitar yang asri. pada ruang ini bukaan ruang / ventilasi ruang menggunakan ukiran bali yang dapat memperlihatkan unsur tradisional bali pada ruang tersebut.



Gambar 9: Perspektif Ruang Kolam Terapi *Whirl & Jacuzzi*
(Sumber : Dokumentasi Mahasiswa, 2021)

Ruang *Health store & resto* ini merupakan ruang penunjang pada desain interior pusat hidroterapi. Ruang ini bertujuan untuk menjual produk pangan yang sehat dan bermanfaat bagi tubuh dalam proses penyembuhan. Pemilihan material pada ruang ini di dominasi dengan material kayu dan lantai batu kuarsa. Pemilihan batu kuarsa ini didasari oleh kemampuan yang secara fisik dapat membantu merangsang kekebalan tubuh dan menyeimbangkannya, batu ini juga memiliki kemampuan membantu konsentrasi dan memori (Wisnubrata, 2020).



Gambar 10: Perspektif Ruang *Health Store & Resto*
(Sumber : Dokumentasi Mahasiswa, 2021)

SIMPULAN

Desain interior pusat hidroterapi bagi penderita insomnia sebagai salah satu pusat terapi dan wisata kesehatan yang merupakan salah satu tujuan pemerintah dalam membangkitkan sektor pariwisata di Bali. Dari hasil permasalahan dan pembahasan pada bab sebelumnya maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Desain interior pusat hidroterapi bagi penderita insomnia ini mengimplementasikan konsep *jhagala karya jiva* yang diambil melalui proses *melukat* pada desain, konsep ini dipilih karena memiliki korelasi terhadap permasalahan yang terjadi salah satunya proses penyembuhan menggunakan media air. Upaya tersebut juga bertujuan untuk menarik wisatawan lokal maupun internasional untuk berkunjung dengan itu dapat menambah penghasilan dan daya tarik pada sektor pariwisata. Pada penerapan unsur interior dalam proses perancangan ini, diharapkan mampu memberikan kenyamanan dan rasa tenang sebelum hingga sesudah melakukan terapi bagi pengunjung yang terlihat pada pemilihan lingkungan, pemilihan material, warna dan juga bentuk dalam desain. Pusat hidroterapi tersebut haruslah memiliki kenyamanan dan standar ergonomi yang baik dan benar agar tidak terjadi hal hal yang tidak di inginkan.
2. Konsep yang digunakan juga tidak lepas dari bagaimana ide yang dihasilkan melalui pembersihan diri secara jasmani dan rohani yang dilakukan masyarakat dengan menggunakan media air pada budaya Bali yang disebut dengan tradisi *melukat*, yang bertujuan memperkenalkan kepada wisatawan dan memiliki makna dalam proses pembersihan diri secara jasmani dan rohani. Pengaplikasian konsep dapat dilihat dari pemilihan warna warna alam dan warna penunjang, pemilihan lingkungan yang berinteraksi langsung terhadap alam juga diaplikasikan dengan menggunakan bukaan yang lebar, pemilihan material yang natural sebagai sirkulasi utama. Adapun ruangan meditasi yang digunakan sebagai ruang penunjang dengan tujuan menghubungkan manusia terhadap Tuhan melalui ketenangan yang dilakukan pada saat meditasi. Selain itu upaya desainer dalam memberikan ketenangan bagi pengunjung yaitu menggunakan garis organik pada bentuk ruang dan furniture, menghadirkan suara gemricik air melalui sound dan juga menempatkan beberapa pancuran sebagai dekorasi pada sirkulasi utama. Adapun upaya lain yaitu menggunakan material kayu pada ruangan yang bertujuan mengurangi tingkat stress bagi civitas, pemilihan material batu alam pada setiap ruangan juga berfungsi sebagai menyeimbangkan energy di dalam tubuh dan memperlancar peredaran darah. Dalam hal tersebut secara tidak langsung desain interior pusat hidroterapi ini dapat menyembuhkan civitas melalui pemilihan material dan desain ruang. Desain ini juga akan dapat memperkenalkan tradisi *melukat* pada masyarakat dunia dan dapat meningkatkan sektor pariwisata di daerah tersebut sehingga akan menguntungkan masyarakat di daerah tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Artana, I. W. (2019). Ideologi *Melukat* dalam Praxis Kesehatan. *Widya Duta: Jurnal Ilmiah Ilmu Agama dan Ilmu Sosial Budaya*, 13(2), 70–80. <https://doi.org/10.25078/wd.v13i2.679>
- Bahadorfar, M. (2014). A study of hydrotherapy and its health benefits. *International Journal of Research*, 1(8), 294–305.
- Design Kit: The Human-Centered Design Toolkit*. (2015). <https://www.ideo.com/post/design-kit>
- Fitriah, A. (2021). *Peneliti dari University of Ottawa melakukan penelitian terhadap peningkatan kasus insomnia dimana dilakukan analisis terhadap hampir 190.000 partisipan yang terdampak oleh Coronavirus Disease 2019 (Covid-19)*. - Google Search. https://www.google.com/search?q=Peneliti+dari+University+of+Ottawa+melakukan+penelitian+terhadap+peningkatan+kasus+insomnia+dimana+dilakukan+analisis+terhadap+hampir+190.000+partisipan+yang+terdampak+oleh+Coronavirus+Disease+2019+%28Covid-19%29.+&safe=strict&sxsrf=ALeKk02aSxj_rd2ZqZ1C0oiS7aPV4jfiOA%3A1620099948599&ei=bMOQYOXyl5qS9QO8laWYBQ&oq=Peneliti+dari+University+of+Ottawa+melakukan+penelitian+terhadap+peningkatan+kasus+insomnia+dimana+dilakukan+analisis+terhadap+hampir+190.000+partisipan+yang+terdampak+oleh+Coronavirus+Disease+2019+%28Covid-19%29.+&gs_lcp=Cgdnd3Mtd2l6EANQjw5Yjw5g-RhoAHACeACAAbgBiAG4AZIBAzAuMZgBAaABAqABAaoBB2d3cy13aXrAAQE&sclient=gws-wiz&ved=0ahUKEwjl2L7Pjq_wAhUaSX0KHbxKCVMQ4dUDCA4&uact=5
- Kurniawati, F. (2007). Peran Healing Environment Terhadap Proses Penyembuhan. *Universitas Gadjah Mada*.
- Mawaddha, R. (2017, Desember 4). *Penderita Insomnia di Indonesia Mencapai 28 Juta Orang | Lifestyle. Bisnis.Com*. <https://lifestyle.bisnis.com/read/20171204/106/714937/penderita-insomnia-di-indonesia-mencapai-28-juta-orang->
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (1991). *Abnormal psychology*. Prentice Hall.
- Ohayon, M. M. (1997). Prevalence of DSM-IV diagnostic criteria of insomnia: Distinguishing insomnia related to mental disorders from sleep disorders. *Journal of psychiatric research*, 31(3), 333–346.
- Permata, A. (t.t.). *Oleh: Ayu Permata, Amd. FT - PDF Free Download*. Diambil 4 Mei 2021, dari <https://docplayer.info/192906976-Oleh-ayu-permata-amd-ft.html>
- Ramadhian, N. (2021). *Bali akan Jadi Destinasi Medical Tourism Kelas Dunia*. <https://travel.kompas.com/read/2021/04/02/150300127/bali-akan-jadi-destinasi-medical-tourism-kelas-dunia>
- Tsunetsugu, Y., & Sugiyama, M. (2021). Heat transfer, physiological responses, and subjective perceptions during short contact time with wood or other materials. *Journal of Wood Science*, 67(1), 1–11.
- Wisnubrata. (2020). *Selain Indah, Beberapa Jenis Batu Diyakini Memiliki Efek Menyembuhkan, Benarkah? Halaman all—Kompas.com*. <https://lifestyle.kompas.com/read/2020/06/26/171958920/selain-indah-beberapa-jenis-batu-diyakini-memiliki-efek-menyembuhkan?page=all>
- Yetti, A. E. (2017). Kajian Konsep Healing Environment terhadap Psikologi Ruang Dalam Perencanaan Ruang Rawat Inap di Rumah Sakit. *Retrieved Sept, 29, 2017*.