

Model Desain *Healing Garden* pada Ruang Publik dan Penataannya pada Halaman Rumah Tinggal bagi Peningkatan Kualitas Hidup di Perumahan Bumi Telukjambe, Karawang

Healing Garden Design Model in Public Spaces and Its Arrangements on the Household Page for Increasing the Quality of Life in Bumi Telukjambe Housing, Karawang

Ina Krisantia¹

Qurrotu Aini Besila¹

Silia Yuslim^{1*}

Riana Ayu Kusumadewi²

Nur Intan Mangunsong¹

Olivia Seanders¹

Reza Fauzi¹

¹Department of Landscape Architecture, Universitas Trisakti, West Jakarta, Jakarta Capital Special Region, Indonesia

²Department of Environmental Engineering, Universitas Trisakti, West Jakarta, Jakarta Capital Special Region, Indonesia

email: siliayuslim@trisakti.ac.id

Kata Kunci

Desain
Healing Garden
Kualitas hidup

Keywords:

Design
Healing Garden
Quality of life

Received: July 2022

Accepted: September 2022

Published: January 2023

Abstrak

Perumahan Bumi Telukjambe, Karawang merupakan kawasan Perumnas yang didominasi oleh tipe rumah 21/60. Rumah dengan luas yang terbatas dan adanya pandemik COVID-19 menimbulkan rasa bosan dan stress warga, karena hampir seluruh waktu warga dihabiskan dengan bekerja di rumah. Untuk meminimalisasi rasa jenuh dan stress warga, diperlukan upaya penanggulangannya. Banyak penelitian yang mengungkapkan bahwa salah satu cara untuk meningkatkan kesehatan mental dan kebugaran adalah dengan melakukan kontak dengan alam. *Healing Garden* merupakan salah satu cara untuk mewujudkannya. Program Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) jurusan Arsitektur Lanskap akan melakukan penyuluhan tentang *Healing Garden*, pelatihan penataan *Healing Garden* pada halaman rumah tinggal, dan membuat model desain *Healing Garden* di ruang publik agar dapat digunakan secara bersama oleh warga. Manfaat yang dirasakan warga dari kegiatan Pkm terlihat dari hasil kuesioner yang disebar kepada peserta Pkm, yaitu perwakilan ibu-ibu PKK, dan pengurus RW/RT (ketua RW 04 dan RT 19). Hasil dari Pkm ini, terlihat bahwa dari seluruh pernyataan yang dijawab peserta, 100% peserta merasa bahwa seluruh kegiatan Pkm yang dilakuka sangat bermanfaat.

Abstract

Bumi Telukjambe Housing, Karawang is a Perumnas (National Housing) area dominated by 21/60 house types. Houses with a limited area and the COVID19 pandemic create boredom and stress for residents because almost all of the resident's time is spent working at home. To minimize the feeling of boredom and stress of residents, efforts are needed to overcome them. Many studies reveal that one way to improve mental health and quality of life is to connect with nature. Healing Garden is one way to make it happen. Community Service (Program Pengabdian kepada Masyarakat, PkM) of Department Landscape Architecture will conduct counseling on Healing Gardens, training on Healing Gardens on residential yards, and create a design model Healing Garden in public spaces to be used jointly by residents. The benefits felt by residents from PkM activities can be seen from questionnaires distributed to PkM participants, namely representatives of the Family Welfare Guidance Programme (Pembinaan Kesejahteraan Keluarga, PKK) women and RW/RT representative (RW 19's Chief and RT 04's Chief). The results of this PkM show that from all the statements answered by the participants, 100% of the participants felt that all the PkM activities they carried out were beneficial.



© 2023 Ina Krisantia, Qurrotu Aini Besila, Silia Yuslim, Riana Ayu Kusumadewi, Nur Intan Mangunsong, Olivia Seanders, et al. Published by Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v8i1.3019>

PENDAHULUAN

Perumahan Bumi Telukjambe, Karawang merupakan kawasan Perumnas (Perumahan Nasional). Kawasan ini juga merupakan kawasan permukiman yang cukup padat dengan didominasi dengan type rumah 21/60. Keberadaan rumah dengan luas yang relatif terbatas menyebabkan warga banyak menghabiskan waktu mereka di luar rumah. Oleh sebab itu,

How to cite: Krisantia, I., Besila, Q. A., Yuslim, S., Kusumadewi, R. A., Mangunsong, N. I., Seanders, O., et al. (2023). Model Desain *Healing Garden* pada Ruang Publik dan Penataannya pada Halaman Rumah Tinggal bagi Peningkatan Kualitas Hidup di Perumahan Bumi Telukjambe, Karawang. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 8(1), 112-119. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v8i1.3019>

keberadaan ruang publik sangat berarti bagi warga setempat dan biasanya dimanfaatkan sebagai ruang untuk bermain bagi, berolah raga, dan interaksi warga. Pandemi Covid-19 menyebabkan warga tidak dapat beraktivitas secara bebas di ruang publik. Warga lebih banyak menghabiskan waktu di rumah (*Work from Home/WFH*). Keberadaan rumah yang sempit dengan semua anggota keluarga yang selalu berada di rumah dalam rentang waktu yang cukup lama menyebabkan timbulnya rasa bosan dan stress. Permasalahan yang terdapat pada kawasan Perumahan Bumi Telukjambe, Kerawang adalah banyaknya warga yang merasa jenuh/bosan karena selalu berada dalam rumah dengan ruang yang terbatas. Keadaan ini memicu rasa stress warga. Agar rasa stress tidak berkelanjutan dan dapat mengganggu kesehatan mental, dibutuhkan adanya upaya untuk mengatasinya.

Kesehatan merupakan “keadaan sempurna fisik, kesejahteraan mental dan sosial dan bukan hanya ketiadaan penyakit” (Souter-Brown, 2014). Penafsiran kesehatan secara luas mencakup aspek kesejahteraan fisik dan psikologis. Ini membuktikan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara potensi efek positif pada kesehatan disebabkan oleh emosi positif (misalnya kualitas hidup, kepuasan hidup, rasa kebersamaan dan kebahagiaan) (Söderback *et al.*, 2004; Groenewegen *et al.*, 2006; Sullivan & Chang, 2017). Berada di alam mendorong aktivitas fisik dan mendukung gaya hidup sehat dan meminimalkan risiko sejumlah penyakit modern yang berhubungan dengan urbanisasi (misalnya obesitas, gangguan mental, masalah, stress, dan lainnya). Faktor-faktor alam sangat mempengaruhi proses penyembuhan, meningkatkan kesehatan, dan kesejahteraan. Ini dibahas Kemampuan penyembuhan dan potensi alam untuk kesehatan dan kesejahteraan dibahas dalam teori pengurangan stres (Cooper & Sachs, 2013). Uraian ini memperkuat bahwa alam memainkan peran kunci dalam mencapai masyarakat yang sehat (Brink *et al.*, 2016; Groenewegen *et al.*, 2006; Tzoulas *et al.*, 2007). Sejumlah penelitian (Frumkin *et al.*, 2017; Groenewegen *et al.*, 2006; Maller *et al.*, 2006) menyoroti manfaat kesehatan dari kegiatan yang melakukan kontak reguler dengan alam, dapat menjadi tindakan medis preventif bagi kesehatan. Kegiatan sehat yang terhubung dengan alam termasuk tidak hanya olahraga di luar ruangan, tetapi juga berkebun. Saat orang menanam, mengolah, dan merawat tanaman (bunga dan sayuran) untuk penggunaan non-komersial merupakan praktik yang membantu meningkatkan kesehatan fisik, psikologis, dan sosial (Jiang, 2014). Dengan demikian, berkebun dan bertani perkotaan merupakan kegiatan yang tidak hanya memberikan intervensi kesehatan yang hemat biaya (Frumkin *et al.*, 2017; Dushkova *et al.*, 2020; Williams, 2017) tetapi sebagai pengobatan untuk beberapa masalah kesehatan fisiologis dan mental, yang disebut sebagai *Healing Garden* (Söderback *et al.*, 2004; Hartig *et al.*, 2017; Wood *et al.*, 2016).

Secara umum, sistem kesehatan dapat diintensifkan dengan desain lanskap rumah sakit. Perkembangan *Healing Garden* berawal dari taman yang berada di rumah sakit. Pada awalnya, taman di rumah sakit dirancang secara khusus untuk kebutuhan perawatan dan penyembuhan serta terapi bagi pasien rumah sakit. Taman tersebut lazim disebut sebagai Taman Terapeutik. Dalam perkembangannya, taman rumah sakit tidak hanya dibuat untuk membantu pasien segera pulih, tapi juga untuk membuat orang merasa santai dan nyaman. Ini tidak hanya baik untuk pasien tetapi juga untuk teman dan keluarga yang berkunjung. Taman rumah sakit diharapkan dapat memberikan lingkungan yang tenang bagi pasien rumah sakit, dapat berfungsi sebagai tempat yang aman di mana keluarga pasien atau pengunjung dapat menikmatinya untuk menghindari kemacetan dan kegelisahan di ruang tunggu rumah sakit. Taman juga berguna bagi petugas kesehatan, karena berfungsi sebagai lingkungan luar ruangan yang memungkinkan untuk melepaskan diri dari kebosanan dan stres bekerja di rumah sakit, serta untuk menyegarkan pikiran mereka setelah berjam-jam bekerja. Dengan demikian, taman yang pada awalnya merupakan taman terapeutik (taman yang dirancang khusus untuk menyembuhkan orang sakit) berkembang menjadi *Healing Garden* yang merupakan tempat berlindung yang aman yang dapat diakses oleh semua orang (Hazen, 1996).

Healing Garden merupakan tempat, latar, situasi, lokal, dan lingkungan yang mencakup lingkungan fisik, psikologis dan sosial yang terkait dengan pengobatan atau penyembuhan (Gesler, 1992). Penyertaan alam di taman yang bersifat publik dan stimulasi perasaan sensual melalui interpretasi simbolik juga dapat dilakukan bagi pembentukan hubungan spiritual dan memberikan efek psikofisiologis yang intens dengan alam (Weerasuriya *et al.*, 2019). Oleh sebab itu, taman yang bersifat publik juga dapat berperan sebagai *Healing Garden* yang mempengaruhi pengunjung dengan cara yang positif bagi peningkatan kesehatan (Cooper & Sachs, 2013). Penelitian Krisantia yang telah didesiminasikan pada Seminar Nasional

Kota Berkelanjutan berjudul “ Analisis Visual Lanskap pada Pemanfaatan Halaman Rumah terhadap Pengurangan Stress selama Masa Pandemi Covid-19” mengungkapkan bahwa *Healing Garden* memberikan suasana yang tenang dan damai melalui penggunaan elemen visual (komposisi yang harmoni dari tanaman perdu dan semak), karakter visual (komposisi permainan warna dan tekstur yang serasi), dan kualitas visual (kompleksitas dari keanekaragaman hayati yang kontekstual). Melalui desain taman yang tidak hanya mempertimbangkan keberadaan fisik, tapi juga mempertimbangkan elemen visual, karakter visual, dan kualitas visual maka upaya peningkatan kesehatan mental yang pada akhirnya dapat meningkatkan kualitas hidup dapat tercapai (Krisantia *et al.*, 2021). Berangkat dari hasil penelitian tersebut, maka untuk menanggulangi permasalahan pada perumahan Bumi Telukjambe, Kerawang, maka program Pengabdian kepada Masyarakat yang dilakukan bertujuan untuk memberikan solusi untuk permasalahan tersebut dengan membuat model desain *Healing Garden* di ruang publik pada kawasan Perumahan Bumi Telukjambe, Kerawang dan memberi pelatihan tentang cara menata *Healing Garden* pada halaman rumah tinggal warga dengan tanaman pot.

METODE

Komunitas sasaran dari program PkM ini adalah 20 (dua puluh) orang warga yang merupakan perwakilan dari ibu-ibu PKK, pengurus RT 19, dan pengurus RW 04. Ibu-ibu PKK ini diharapkan dapat menata halaman rumah masing-masing dan menularkan pada warga lainnya.. Kegiatan program PkM ini diawali dengan melakukan survey lokasi, penyuluhan, dan pelatihan, *Focus Group Discussion* (FGD), dan penyebaran kuesioner. Skedul dari kegiatan yang dilaksanakan dalam program PkM ini adalah sebagai berikut:

1. Survey lokasi, dilakukan untuk memilih tapak pada ruang publik yang akan dijadikan model percontohan dari desain *Healing Garden*, kemudian dilakukan pengukuran serta pendataan tanaman obat eksisting. Kemudian dilakukan diskusi dengan ketua RW 04 dan ketua RT 19 untuk menentukan rumah warga yang akan dijadikan lokasi percontohan *Healing Garden* di halaman rumah tinggal.
2. Penyuluhan tentang materi yang terkait dengan pembuatan model *Healing Garden* pada ruang publik dan pada pekarangan rumah, yaitu:
 - a. Penyuluhan tentang *Healing Garden*, terkait criteria yang menjadi persyaratan untuk mewujudkannya;
 - b. Penyuluhan tentang penataan *Healing Garden* pada halaman rumah tinggal dengan tanaman pot;
3. FGD, untuk mendiskusikan model desain *Healing Garden* pada ruang publik dengan warga
4. Pelatihan tentang penataan *Healing Garden* pada halaman rumah tinggal dengan tanaman pot pada 3 halaman rumah tinggal warga
5. Penyebaran kuesioner, dilakukan untuk mengukur tingkat manfaat penyuluhan, pelatihan, dan FGD yang dirasakan responden/khalayak sasaran.

Pengumpulan data melalui penyebaran kuesioner terkait tingkat ketercapaian penyuluhan, pelatihan, dan FGD dari manfaat yang dirasakan khalayak sasaran, terdapat di Tabel I. Analisis data dilakukan menggunakan perhitungan prosentase jumlah responden yang menjawab ya terhadap jumlah responden secara keseluruhan yang menjawab pertanyaan pada kuesioner.

Tabel I. Kuesioner Pengukuran Tingkat Manfaat Penyuluhan dan Model Desain *Healing Garden*

No	Pernyataan	Jawaban Ya Tidak
1	Materi penyuluhan <i>Healing Garden</i> sangat bermanfaat bagi khalayak sasaran	
2	Materi penyuluhan tentang penataan <i>Healing Garden</i> pada halaman rumah tinggal dengan menggunakan tanaman pot sangat bermanfaat bagi khalayak sasaran	
3	FGD yang dilakukan untuk mendiskusikan model desain <i>Healing Garden</i> pada ruang publik sangat bermanfaat bagi khalayak sasaran	
4	Pembuatan model desain <i>Healing Garden</i> pada ruang publik dapat dijadikan dasar bagi pembangunan <i>Healing Garden</i>	
5	Pelatihan penataan <i>Healing Garden</i> pada halaman rumah tinggal dengan menggunakan tanaman pot sangat bermanfaat bagi khalayak sasaran	

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program PkM yang dilaksanakan di RT 19, RW 04, dan Dusun 5, Perumahan Bumi Telukjambe Kerawang diawali dengan survey untuk melakukan koordinasi terkait penentuan lokasi tapak yang akan dibuatkan model desain *Healing Garden*. Pengumpulan data untuk kebutuhan desain juga dilakukan pada saat survey. Berdasarkan kesepakatan bersama, dilakukan penyusunan jadwal pelaksanaan penyuluhan, FGD, dan pelatihan. Penyampaian materi penyuluhan dan pelatihan mendapat tanggapan yang baik. Khalayak sasaran (peserta) merasa bahwa materi yang disampaikan sangat menarik karena dapat memberikan manfaat bagi kebugaran mereka dengan biaya yang relatif murah (Gambar 1 dan 2).



Gambar 1. Penyuluhan tentang *Healing Garden*

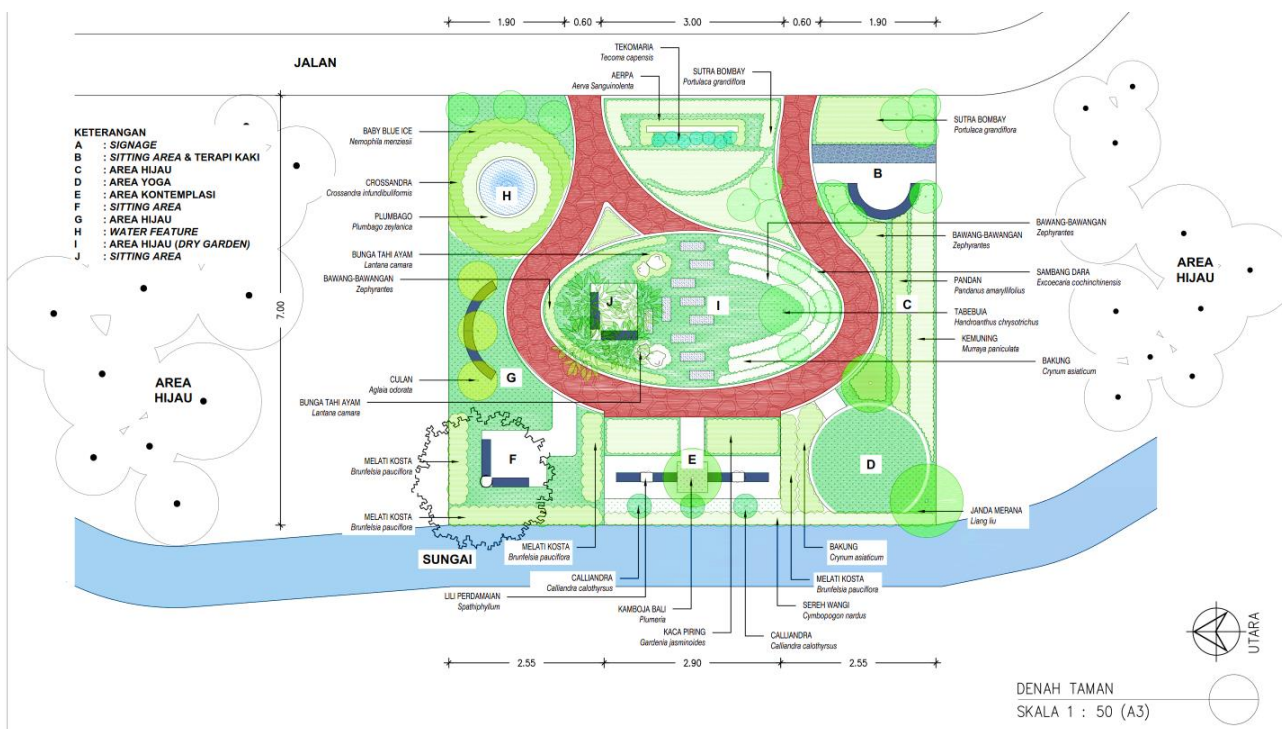


Gambar 2. Pemberian Contoh Penataan *Healing Garden* pada Halaman Rumah Tinggal menggunakan Tanaman Pot pada Sesi Pelatihan

Pelaksanaan FGD (Gambar 3) juga berjalan secara efektif. Diskusi berjalan lancar. Khalayak sasaran sangat aktif bertanya dan mendiskusikan segala sesuatu yang tertuang dalam gambar desain *Healing Garden* (Gambar 4) untuk mendapatkan hasil desain yang sesuai dengan kebutuhan warga. Untuk *Healing Garden* di ruang publik, pemilihan tanaman didominasi oleh tanaman perdu dan semak yang memiliki keanekaragaman warna, tekstur dan aroma. Penataan dilakukan dengan mempertimbangkan prinsip-prinsip desain, meliputi irama, pengulangan, point of interest, proposi, dan keseimbangan dalam mengkomposisikan permainan warna dan tekstur tanaman. Panduan konsep dan kriteria visual dari *Healing Garden* (Cooper, 1999) diwujudkan melalui konsep penempatan fasilitas pada desainnya dan terdapat pada Gambar 5.



Gambar 3. Pelaksanaan FGD untuk mendiskusikan Desain Healing Garden pada Ruang Publik

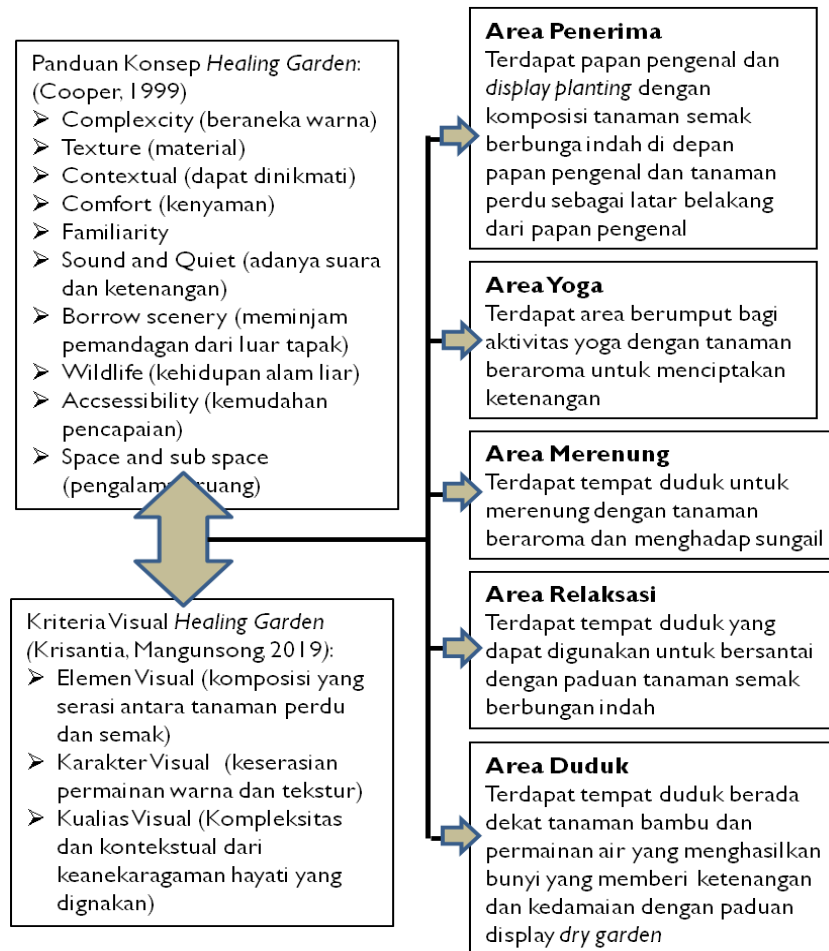


Gambar 4. Desain Healing Garden pada Ruang Publik

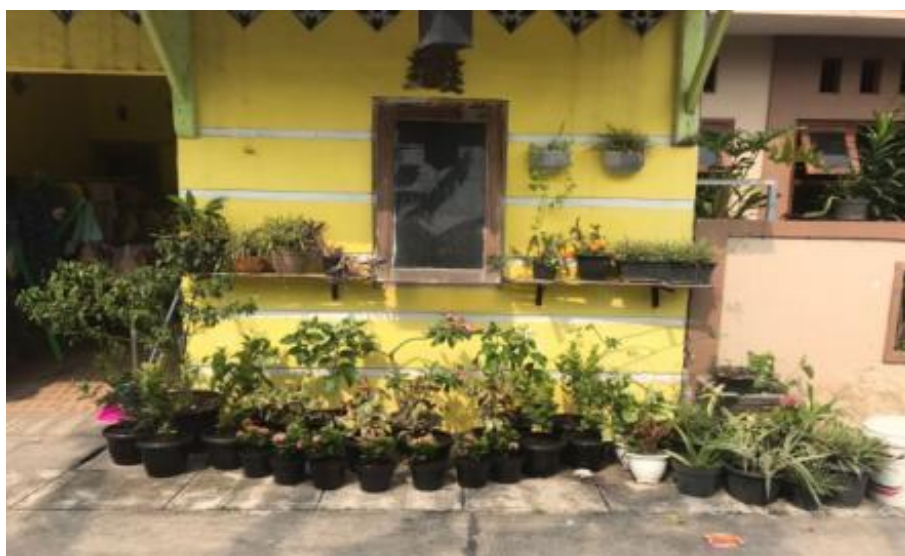
Pelatihan penataan *Healing Garden* pada halaman rumah tinggal ditanggapi dengan sangat antusias oleh peserta. Penataan dilakukan pada tiga rumah warga berdasarkan materi penyuluhan yang telah diberikan, yaitu perpaduan penerapan prinsip-prinsip penataan dengan kriteria visual *Healing Garden* berdasarkan hasil penelitian yang terkait dengan penilaian visual dari taman halaman rumah tinggal yang dirasakan penghuninya dapat menghilangkan stress. Pada dasarnya banyak peserta yang berminat untuk menghadiri acara PkM ini. Namun, mengingat masih dalam situasi pandemi, maka jumlah peserta dibatasi hanya 20 orang. Dengan keterbatasan ini, diharapkan peserta dapat berbagi ilmu dan membimbing ibu-ibu PKK yang lain serta masyarakat setempat.

Setelah materi PkM telah disampaikan dan diskusi telah dilaksanakan, dilakukan penyebaran kuesioner. Hasil dari penyebaran kuesioner diperoleh hasil bahwa 100% peserta merasa program ini sangat bermanfaat. Namun, peserta menginginkan pendampingan untuk mewujudkannya di lapangan. Berdasarkan hasil kuesioner dan diskusi dengan

pengurus RT dan RW, akan dilakukan tindak lanjut berupa kerja sama yang akan memperkuat hubungan kerja antara Jurusan Arsitektur Lanskap dan Sahabat Lingkungan yang merupakan komunitas yang aktif di RT 19, RW 04, Dusun 5. Dengan adanya hubungan kerja sama diharapkan Perumahan Bumi Telukjambe Kerawang akan menjadi desa binaan jurusan Arsitektur Lanskap bagi penerapan program-program PkM selanjutnya.



Gambar 5. Konsep penempatan fasilitas pada Desain *Healing Garden*



Gambar 6. Hasil Pelatihan Penataan *Healing Garden* pada Halaman Rumah Tinggal dengan Tanaman Pot

KESIMPULAN

Kesimpulan dari pelaksanaan program PkM di RW 19/ RT 05, Perumahan Bumi Telukjambe adalah Seluruh rangkaian pelaksanaan program PkM berjalan dengan baik dan mendapat tanggapan yang sangat baik. Materi *Healing Garden* dirasakan sangat bermanfaat untuk menjaga kebugaran. Melalui pelaksanaan program PkM ini diharapkan para peserta dapat berbagi ilmu dengan ibu-ibu PKK yang lain dan warga setempat. Dengan demikian, ilmu yang telah diberikan dapat lebih berkembang lagi dan memberikan peningkatan kesehatan lingkungan dan warga.

REFERENSI

- ten Brink, P., Mutafoğlu, K., Schweitzer, J.P., Kettunen, M., Twigger-Ross, C., Baker, J., et al. (2016). *The Health and Social Benefits of Nature and Biodiversity Protection*. London: Institute for European Environmental Policy.
- Cooper, M. C. (1999). *Healing Gardens : Therapeutic Benefits and Design Recommendation*. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Cooper, M. C. & Sachs, N. (2013). *Therapeutic Landscapes: An Evidence-Based Approach to Designing Healing Gardens and Restorative Outdoor Spaces*. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Dushkova, D., Ignatieva, M., & Melnishuk, I. (2020). Urban Greening as a Response to Societal Challenges. Towards Biophilic Megacities (Case Studies of Saint Petersburg and Moscow, Russia). In Breuste, J., Artmann, M., Iojă, C., & Qureshi, S., eds., *Making green cities – concepts, challenges and practice*. New York: Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-37716-8>
- Frumkin, H., Bratman, G. N., Breslow, S. J., Cochran, B., Kahn Jr, P. H., Lawler, J. J., et al. (2017). Nature Contact and Human Health: A Research Agenda. *Environmental Health Perspectives*, **125**(7), 075001. <https://doi.org/10.1289/ehp1663>
- Gesler, W. M. (1992). Therapeutic landscapes: Medical issues in the light of the new cultural geography. *Social Science and Medicine*, **34**(7), 735-746. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(92\)90360-3](https://doi.org/10.1016/0277-9536(92)90360-3)
- Groenewegen, P. P., Van de Berg, A. E., de Vries, S., & Verheij, R. A. (2006). Vitamin G: effects of green space on health, well-being, and social safety. *BMC Public Health*, **6**, 149. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-6-149>
- Hartig, T., Mitchell, R., de Vries, S., & Frumkin, H. (2017). Nature and health. *Annual Review of Public Health*, **35**, 207-228. <https://doi.org/10.1146/annurev-publhealth-032013-182443>
- Hazen, T. (1996). Therapeutic Gardens Characteristics. *A Quarterly Publication of the American Horticultural Therapy Association*, **41**(2), 3.
- Jiang, S. (2014). Therapeutic landscapes and healing gardens: A review of Chinese literature in relation to the studies in western countries. *Frontiers of Architectural Research*, **3**(2), 141-153. <https://doi.org/10.1016/j.foar.2013.12.002>
- Krisantia, I., Fariz, S., & Sazwani, S. (2021). Visual therapy through the application of plants and design elements in landscape. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, **737**, 012008. <https://dx.doi.org/10.1088/1755-1315/737/1/012008>
- Maller, C., Townsend, M., Pryor, A., Brown, P., & Leger, L. S. (2006). Healthy nature – healthy people: ‘contact with nature’ as an upstream health promotion intervention for populations. *Health Promotion International*, **21**(1), 45-54. <https://doi.org/10.1093/heapro/dai032>
- Söderback, I., Söderström, M., & Schäländer, E. (2004). Horticultural therapy: the «healing garden» and gardening in rehabilitation measures at Danderyd hospital rehabilitation clinic, Sweden. *Pediatric Rehabilitation*, **7**(4), 245-260. <https://doi.org/10.1080/13638490410001711416>

- Souter-Brown, G. (2014). *Landscape and Urban Design for Health and Well-Being: Using Healing, Sensory and Therapeutic Gardens*. 1st ed. New York: Routledge.
- Sullivan, W. S. & Chang, C. Y. (2017). Landscapes and Human Health. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, **14**(10), 1212. <https://doi.org/10.3390/ijerph14101212>
- Tzoulas, K., Korpela, K., Venn, S., Yli-Pelkonen, V., Kaźmierczak, A., Niemela, J., et al. (2007). Promoting ecosystem and human health in urban areas using green infrastructure: a literature review. *Landscape and Urban Planning*, **81**(3), 167-178. <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2007.02.001>
- Weerasuriya, R., Henderson, W. C., & Townsend, M. (2019). A systematic review of access to green spaces in healthcare facilities. *Urban Forestry and Urban Greening*, **40**, 125–132. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2018.06.019>
- Williams, A. (2017). *Therapeutic Landscapes*. London: Routledge.
- Wood, C. J., Pretty, J., & Griffin, M. (2016). A case-control study of the health and well-being benefits of allotment gardening. *Journal of Public Health*, **38**(3), e336-e344. <https://doi.org/10.1093/pubmed/fdv146>