



Arsitektur Berbasis Kesehatan Mental : Menciptakan Ruang yang Mendukung Kesehatan Emosional

Farokhatu Ulyana*¹, Adhe Ayala Levandani²

¹ Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, Indonesia

² Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, Indonesia

Alamat: Semarang, Indonesia

Korespondensi penulis: Farokhatu08@gmail.com*

Abstract. *Mental health is an important aspect of an individual's well-being, which is influenced by various factors, including the physical environment. Data from the Indonesian Ministry of Health shows an increasing prevalence of mental disorders, with depression and anxiety being the predominant disorders across different age groups. Architecture has a significant influence on psychological well-being, where good space design can reduce stress, increase social interaction, and create a sense of security. Natural lighting, green open spaces, and layouts that support social interaction can help reduce symptoms of anxiety and depression. From an Islamic perspective, mental health is also considered an integral part of well-being, with the concept of *masalah* encouraging the creation of environments that support physical and mental well-being, including through space design that takes into account spiritual aspects. Based on recent data, mental disorders, especially depression and anxiety, are on the rise, with significant impacts on society, both in terms of individuals, families, and national productivity. This research aims to examine the implementation of architectural designs that support the healing of mental disorders as well as the relationship between architecture and spirituality according to Islamic views. This research is expected to provide insights in designing spaces that not only support the psychological healing process, but also create an environment that is aligned with spiritual values that can strengthen the mental well-being of individuals.*

Keywords: *mental health, architecture, space design, Islam, well-being, depression, anxiety, masalah.*

Abstrak. Kesehatan mental merupakan aspek penting dalam kesejahteraan individu, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk lingkungan fisik. Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan prevalensi gangguan mental yang meningkat, dengan depresi dan kecemasan menjadi gangguan yang dominan di berbagai kelompok usia. Arsitektur memiliki pengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis, dimana desain ruang yang baik dapat mengurangi stres, meningkatkan interaksi sosial, dan menciptakan rasa aman. Pencahayaan alami, ruang terbuka hijau, serta tata letak yang mendukung interaksi sosial dapat membantu mengurangi gejala kecemasan dan depresi. Dalam perspektif Islam, kesehatan mental juga dianggap sebagai bagian integral dari kesejahteraan, dengan konsep *masalah* mendorong penciptaan lingkungan yang mendukung kesejahteraan fisik dan mental, termasuk melalui desain ruang yang memperhatikan aspek spiritual. Berdasarkan data terbaru, gangguan mental, terutama depresi dan kecemasan, semakin meningkat, dengan dampak yang signifikan terhadap masyarakat, baik dari segi individu, keluarga, maupun produktivitas nasional. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji implementasi desain arsitektur yang mendukung penyembuhan gangguan mental serta hubungan antara arsitektur dan spiritualitas menurut pandangan Islam. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan dalam merancang ruang yang tidak hanya mendukung proses penyembuhan psikologis, tetapi juga menciptakan lingkungan yang selaras dengan nilai-nilai spiritual yang dapat memperkuat kesejahteraan mental individu.

Kata kunci: kesehatan mental, arsitektur, desain ruang, Islam, kesejahteraan, depresi, kecemasan, masalah.

1. LATAR BELAKANG

Kesehatan mental adalah aspek penting dari kesejahteraan individu yang memengaruhi cara berpikir, merasa, dan berinteraksi dalam kehidupan sehari-hari. Data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa gangguan mental semakin meningkat, dengan prevalensi depresi dan gangguan kecemasan yang signifikan di berbagai kelompok

usia. Faktor lingkungan, termasuk ruang fisik yang dihadapi individu setiap hari, memainkan peran penting dalam mendukung atau menghambat kesehatan mental seseorang.

Arsitektur memiliki pengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis. Lingkungan fisik dapat mempengaruhi suasana hati, tingkat stres, dan kualitas hidup secara keseluruhan. Desain ruang yang baik dapat mempromosikan ketenangan, meningkatkan interaksi sosial, dan memberikan rasa aman. Misalnya, penggunaan pencahayaan alami, ruang terbuka hijau, dan tata letak yang mendukung interaksi sosial dapat membantu mengurangi gejala kecemasan dan depresi (Rizki, 2024).

Dalam konteks hukum Islam, kesehatan mental juga dianggap sebagai bagian integral dari kesejahteraan individu. Islam mengajarkan pentingnya menjaga kesehatan fisik dan mental sebagai tanggung jawab individu terhadap diri sendiri dan masyarakat. Konsep masalah (kebaikan) dalam Islam mendorong penciptaan lingkungan yang mendukung kesejahteraan umat, termasuk melalui desain arsitektur yang mempertimbangkan aspek spiritual dan emosional. Ruang-ruang yang dirancang dengan baik dapat menciptakan ketenangan jiwa dan mendukung praktik ibadah serta refleksi spiritual (Ariadi, 2023).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, sekitar 19 juta orang di Indonesia berusia di atas 15 tahun mengalami gangguan mental emosional. Di antara mereka, lebih dari 12 juta mengalami depresi. Pada tahun 2023, diperkirakan ada 9.162.886 kasus depresi, dengan prevalensi sekitar 3,7% dari total populasi. Data menunjukkan bahwa jumlah kasus bunuh diri meningkat dari 902 kasus pada tahun 2022 menjadi 1.226 kasus pada tahun 2023. Sebagian besar pelaku bunuh diri diketahui mengalami depresi.

Data terbaru menunjukkan bahwa sekitar 32 juta orang di Indonesia mengalami gangguan mental, dengan prevalensi gangguan kecemasan dan depresi yang terus meningkat. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2024 melaporkan bahwa gangguan kecemasan mencapai 16% dan depresi 17,1% di kalangan populasi, menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental telah menjadi isu yang krusial dalam masyarakat modern. Angka ini mengindikasikan bahwa masalah kesehatan mental telah berkembang menjadi isu serius yang memengaruhi berbagai aspek kehidupan masyarakat modern. Kondisi ini tidak hanya menimbulkan dampak negatif bagi individu, tetapi juga bagi keluarga, komunitas, dan produktivitas nasional secara keseluruhan. Dalam konteks ini, arsitektur berperan penting dalam menciptakan ruang yang dapat mendukung kesehatan mental individu.

Beberapa kasus kejahatan yang dilakukan oleh pelaku yang mengalami gangguan jiwa diantaranya yaitu Kasus di Bekasi (2024) Seorang ibu berinisial SNF membunuh anaknya yang berusia lima tahun setelah mengalami halusinasi dan mengaku mendengar “bisikan gaib”. Ia

didiagnosis menderita skizofrenia setelah kejadian tersebut Kasus ini menunjukkan kurangnya deteksi dan penanganan awal terhadap gangguan jiwa. Kasus di Jakarta Barat (2023) Seorang pria bernama AA membunuh perempuan bernama Fresa Danella dan kemudian didiagnosis menderita skizofrenia paranoid. Penyidikan kasus ini dihentikan karena pelaku dinyatakan tidak dapat bertanggung jawab secara hukum akibat gangguan jiwa. Kasus serupa terjadi di Deli Serdang, Sumatra Utara, di mana seorang anak membunuh ibunya dan penyidikan dihentikan setelah pelaku dinyatakan mengalami gangguan jiwa.

Ruang yang dirancang dengan mempertimbangkan kesehatan mental dapat menciptakan lingkungan yang mendukung pemulihan bagi individu dengan gangguan mental. Ruang terapi yang nyaman dan aman dapat meningkatkan efektivitas terapi psikologis dan memberikan dukungan emosional bagi individu. Oleh karena itu, penting untuk mengintegrasikan prinsip-prinsip desain arsitektur yang mendukung kesehatan mental dalam pembangunan fasilitas kesehatan.

Dengan latar belakang ini, penting untuk mengkaji bagaimana desain arsitektur dapat diimplementasikan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung proses penyembuhan bagi individu dengan gangguan kesehatan mental. Selain itu, relevansi antara arsitektur dan spiritualitas menurut pandangan Islam juga menjadi hal yang menarik untuk dianalisis, mengingat potensi desain yang dapat mendukung praktik ibadah, refleksi spiritual, dan ketenangan jiwa. Penelitian ini bertujuan untuk mengintegrasikan prinsip-prinsip arsitektur modern dan nilai-nilai Islam dalam menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental.

2. KAJIAN TEORI

Teori Healing Environment

Konsep *Healing Environment* merupakan salah satu konsep pembentuk lingkungan binaan memadukan aspek alam, fisik, dan psikologis yang bertujuan untuk mendukung proses adaptasi individu terhadap lingkungan dan fisik individu. Proses adaptasi yang baik akan berdampak terhadap menurunnya tingkat stress individu akibat lingkungan, yang kemudian dapat membantu proses pemulihan individu. Arsitektur memiliki peranan dalam membentuk lingkungan binaan yang kondusif. Untuk mencapai manfaat yang diinginkan dengan pendekatan *Healing environment* beberapa elemen yang dapat dicermati adalah sirkulasi, pencahayaan, psikologi warna dalam ruang, elemen alam, dan fasilitas komunal yang baik. Menurut Ralene van der Walt dan Ida Breed (2012), prinsip-prinsip *Healing Environment* adalah:

a. *Independence* (kebebasan/ keleluasaan)

Desain yang dirancang dapat memberi rasa kemandirian pada pengguna dengan meningkatkan kepercayaan diri mereka. Perancangan bertujuan untuk menyediakan tempat untuk pribadi maupun berkelompok untuk saling berinteraksi. Serta penggunaan material yang memberikan batas visual seperti struktur, tanaman dan perbedaan material lantai.

b. *Consciousness* (kesadaran)

Lingkungan membantu orang yang mengalami depresi dan stress untuk sadar dan lebih bersosialisasi dengan lingkungan sekitar mereka, hal ini dicapai dengan merangsang indera manusia (*multi sensory architecture*).

c. *Connectedness* (kesinambungan)

Proses penyembuhan untuk penderita depresi biasanya dilakukan di rumah sakit jiwa yang identik dengan isolasi fisik dan sosial. Oleh karena itu, bangunan dirancang untuk mendorong rasa terhubung dengan mengakomodasi aksesibilitas. Interaksi sosial dan kontak dengan alam sekitar, hubungan dengan alam dapat dicapai dengan adanya taman yang digunakan untuk berkumpul dan terapi hortikultura. Bangunan dirancang terbuka terhadap umum, namun tidak membahayakan keselamatan orang yang mengalami depresi atau hubungan dengan publik.

d. *Purpose* (tujuan)

Desain mampu memberikan kesempatan dan mewadahi kegiatan penderita depresi untuk ikut terlibat dalam lingkungannya, contohnya dengan pengadaan taman untuk terapi hortikultura.

e. *Physical Activities* (kegiatan fisik)

Lingkungan menyediakan wadah untuk aktivitas fisik dan olahraga, karena secara khusus bersifat terapi untuk penderita depresi dan stress. Desain mencakup rute untuk berjalan atau jogging, gym dan senam yang mampu memberikan pengalaman sensorik terhadap penggunaannya.

f. *Restorative* (pemulihan)

Lingkungan yang sejuk dan cerah dapat dijadikan sebagai area istirahat atau bersantai, selain itu material yang digunakan memiliki tekstur yang halus dan tidak silau. Menyediakan tempat tenang dimana pasien memiliki privasi jauh dari kegiatan utama, ruang meditasi dan konseling untuk penderita depresi dirancang agar memiliki suasana tenang dengan menggunakan pelingkup yang tahan kebisingan.

Pendekatan dalam *Healing Environment* Menurut Murphy (2008) (dalam Lidayana, Alhamdani, & Pebriano, 2013). Terdapat tiga pendekatan dalam konsep *Healing Environment* yang dianggap penting dan berpengaruh pada proses penyembuhan, yaitu (Setyani, 2024):

Pendekatan Alam

Alam dipercaya dapat membawa energi positif bagi psikologi dan kesehatan manusia. Ketika alam dilibatkan dalam healthcare dapat membantu proses penyembuhan dan mengurangi tekanan yang pasien rasakan. Koschnitzki (2011) (dalam Lidayana, Alhamdani, & Pebriano, 2013) mengungkapkan bahwa terdapat beberapa jenis taman dalam fasilitas healthcare yaitu *Contemplative Garden, Restorative Garden, Healing Garden, Enabling Garden, Therapeutic Garden*.

Pendekatan Psikologi

Dalam penerapannya, konsep *Healing Environment* membantu memberikan dorongan positif bagi kondisi psikis pasien sehingga dapat menimbulkan semangat dan optimis pasien untuk dapat sembuh, membantu mengurangi stress dan rasa sakit. Menurut Departement of *Health* (2001, dalam Lidayana, Alhamdani, & Pebriano, 2013), terdapat enam hal yang mendukung psikologis perawatan pasien yaitu perasaan empati, komunikasi, integrasi, kenyamanan secara fisik, dukungan secara emosional, keterlibatan dan dukungan keluarga serta teman-teman.

Pendekatan Panca Indra Manusia

Konsep *Healing Environment* harus mampu memberikan rangsangan positif terhadap panca indera. Manusia memiliki lima Indera yaitu penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa dan peraba. Kelima indera manusia ini memiliki peranan penting dalam proses penyembuhan pasien, seperti penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan peraba.

Arsitektur Terapeutik

Arsitektur Terapeutik adalah disiplin ilmu arsitektur yang berorientasi pada pengguna guna membangun lingkungan binaan dengan tujuan mengidentifikasi dan mempelajari cara penerapan unsur spasial yang berinteraksi dengan pengguna secara fisik dan psikis ke dalam desain. Menurut Basson (2014), konsep Arsitektur Terapeutik adalah elemen arsitektur memiliki kemampuan untuk menyembuhkan dengan manipulasi ruang dan elemen-elemen arsitekturnya. Menurut Zhafran et al (2017), elemen arsitektur terapeutik adalah:

- a. Warna, psikologi warna memiliki kemampuan visual untuk merangsang kesembuhan pasien dan masyarakat sekitarnya. Warna mampu memberikan emosi positif dan negatif pada psikologi pasiennya.

- b. *View*, lingkungan dirancang sedemikian rupa dengan memanfaatkan *view* buatan dan *view* eksisting pada tapak.
- c. Bentuk dan Fasad, bangunan bentuk dan fasad yang digunakan pada arsitektur terapeutik mencerminkan bentuk yang dinamis dan mampu beradaptasi dengan kondisi lingkungannya, serta melibatkan alam dalam perancangan desain. Fasad yang didesain harus memaksimalkan kualitas pencahayaan, dan penghawaan,
- d. Tekstur, yang kasar digunakan pada objek yang difungsikan sebagai pegangan seperti railing, dinding, jalan pada taman untuk meningkatkan kesadaran dan keamanan. Sementara tekstur halus digunakan pada objek untuk beristirahat.
- e. Pencahayaan, terbagi menjadi 2 yaitu alami dan buatan. Pencahayaan alami diperoleh melalui bukaan pada dinding atau langit – langit. Manfaat pencahayaan alami adalah mengurangi kecemasan psikis serta mendorong emosi positif seseorang.
- f. Suara, pada lingkungan mungkin memberikan rangsangan buruk dan baik pada psikis pasien, sumber suara yang memberi rangsangan buruk antara lain kegiatan manusia, kendaraan dan kegaduhan orang lain. Sementara rangsangan baik diperoleh dari suara alam termasuk gemericik air, dan musik dengan irama pelan.
- g. Termal, pengendalian 2 komponen klimatologi yaitu matahari dan angin.
- h. Aroma bunga dan buah dapat memperlambat pernafasan, mengurangi tekanan darah dan denyut jantung serta membuat pengguna menjadi rileks.
- i. Taman terapeutik merupakan taman di ruang luar yang didesain spesifik untuk pengguna tertentu (Horowitz, 2012).

Holistic architecture

Menurut Hozman, Oldrich (2007), ruang arsitektur holistik itu berbicara tentang spiritual, emosional, vital, dan material. Arsitektur Holistik secara garis besar memiliki elemen-elemen pembentuk yang harus diperhatikan dan dipertimbangkan seperti *'wholeness of the universe'* atau segala materi dan ruang yang ada dianggap sebagai keseluruhan, dimana faktor pembentuk yang kelihatan maupun tidak tetap di pertimbangkan. *'Surrounding and centre'*, yang dimaksudkan adalah permainan pembentukan ruang antara ruang sekitar atau pinggiran dan ruang tengahnya (Blake, 2024). *'The basic form is an oval'* atau bentuk dasarnya berbentuk oval, bentuk yang kita kenal sebagai bentuk yang rileks dan memiliki arti keutuhan, mencakup atau mengelilingi semua. *"Covering, skin, bark, wall"* yang memiliki maksud ada penutupnya, ada kelilingnya, ada yang membatasi antara ruang luar dan dalam. *"The life force is connected with surface"*, dimana jiwa atau hal yang termasuk spiritual

terhubung dengan permukaan lingkungan. “*Principle of emptiness in the centre*”, prinsip-prinsip kekosongan atau void yang terletak di bagian tengah, yang memberikan energi konsentrasi. “*Symmetry, axiality*”, bentuk-bentuk yang simetris dan sejajar (Viritopia, 2024).

Teori Psikologi Lingkungan

Psikologi lingkungan sebagai sebuah ilmu pengetahuan sudah berkembang demikian lama. Bahkan sampai saat ini pun sudah banyak sekali terlihat terapannya pada berbagai sendi kehidupan. Di mana ada manusia hidup dan beraktivitas, di situlah psikologi lingkungan dapat berperan. Hal ini tidak lain karena, pada dasarnya, psikologi lingkungan membahas manusia dalam hubungannya dengan lingkungan, dan juga berkaitan dengan sifat manusia sebagai makhluk individu sekaligus makhluk sosial. Apa pun yang ada di sekeliling manusia dapat menjadi tempat berinteraksi, dan melalui interaksi tersebut dapat menimbulkan berbagai dampak, baik positif maupun negatif. Psikologi lingkungan membentuk area penggalan yang berakar pada berbagai disiplin ilmu, seperti biologi, psikologi, hukum, ekonomi, sosiologi, kimia, fisika, sejarah, filsafat dan semua subdisiplin ilmu. Namun demikian, dari semua disiplin tersebut, ada satu garis kesamaan bahwa psikologi lingkungan mempelajari hubungan manusia dengan lingkungannya (Fattah, 2024).

Konsep Masalah dalam Islam

Secara etimologis, arti Masalah dapat berarti kebaikan, kebermanfaatan, kepantasan, kelayakan, keselarasan. Kata *al-Maslahah* adakalanya dilawan dengan *al-mafsadah* dan adakalanya dengan kata *al-madharah*, yang mengandung arti kerusakan. Secara terminologi, Masalah menurut al-Ghaza’li adalah menarik kemanfaatan atau menolak madharat, namun tidaklah demikian yang kami kehendaki, karena sebab mencapai kemanfaatan dan menafikan kemadharatannya, adalah merupakan tujuan atau maksud dari makhluk, adapun kebaikan atau kemaslahatan makhluk terdapat pada tercapainya tujuan mereka, akan tetapi yang kami maksudkan dengan maslahat adalah menjaga atau memelihara tujuan syara’, adapun tujuan syara’ yang berhubungan makhluk ada lima, yakni: pemeliharaan atas mereka (makhluk) terhadap agama mereka, jiwa mereka, akal mereka, nasab atau keturunan mereka, dan harta mereka, maka setiap sesuatu yang mengandung atau mencakup pemeliharaan atas lima pokok dasar tersebut adalah maslahat, dan sebaliknya setiap sesuatu yang menafikan lima pokok dasar tersebut adalah mafsadat, sedangkan jika menolaknya (sesuatu yang menafikan lima pokok dasar) adalah maslahat. Semua yang mengandung pemeliharaan tujuan syara’ yang lima ini,

merupakan masalah, dan semua yang mengabaikan tujuan ini merupakan mafsadat. Sedangkan menolak yang mengabaikannya itu justru merupakan masalah.

3. METODE PENELITIAN

Metoda penelitian ini menggunakan metoda kualitatif dimana berfokus pada studi literatur atau *library research*, yaitu pendekatan yang mengumpulkan dan menganalisis data dari berbagai sumber literatur yang relevan dari jurnal penelitian dan landasan teori terkait dengan arsitektur dan kesehatan mental. Metode ini dilakukan dengan mempelajari dan memahami teori dari beberapa sumber jurnal, buku dan penelitian yang dilakukan sebelumnya yang terkait dengan tujuan penelitian ini.

4. HASIL PEMBAHASAN

Data menunjukkan peningkatan prevalensi gangguan mental di Indonesia, dengan depresi dan kecemasan menjadi masalah utama yang memengaruhi individu dan masyarakat. Berikut adalah analisis berdasarkan data tersebut pada tahun 2024, sekitar 32 juta orang di Indonesia mengalami gangguan mental, dengan gangguan kecemasan (16%) dan depresi (17,1%) menjadi dua kategori utama. Angka ini menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental memengaruhi sebagian besar populasi, terutama di usia produktif. - Peningkatan kasus bunuh diri dari 902 kasus pada tahun 2022 menjadi 1.226 kasus pada tahun 2023 menegaskan bahwa depresi menjadi faktor signifikan. Sebagian besar kasus bunuh diri berkaitan dengan kurangnya deteksi dini dan akses terhadap terapi psikologis yang memadai. Kasus-kasus ini menunjukkan bahwa deteksi dini terhadap gangguan mental belum optimal. Minimnya fasilitas kesehatan yang mendukung deteksi dan intervensi awal memperbesar risiko munculnya tindakan ekstrem oleh individu dengan gangguan mental.

Tiga kasus kejahatan yang melibatkan pelaku dengan gangguan jiwa menunjukkan pentingnya deteksi dini dan penanganan gangguan mental untuk mencegah tindakan destruktif. Kasus pertama terjadi di Bekasi pada tahun 2024, di mana seorang ibu berinisial SNF membunuh anaknya yang berusia lima tahun setelah mengalami halusinasi dan mendengar “bisikan gaib”. Pelaku kemudian didiagnosis menderita skizofrenia, mengindikasikan bahwa kurangnya intervensi awal dapat memicu tindakan berbahaya. Kasus kedua terjadi di Jakarta Barat pada tahun 2023, di mana seorang pria bernama AA, yang didiagnosis dengan skizofrenia paranoid, melakukan pembunuhan. Penyidikan kasus ini dihentikan karena pelaku dianggap tidak dapat bertanggung jawab secara hukum akibat kondisi mentalnya. Kasus serupa juga terjadi di Deli Serdang, Sumatra Utara, ketika seorang anak membunuh ibunya. Seperti kasus

sebelumnya, penyidikan dihentikan setelah pelaku dinyatakan mengalami gangguan jiwa. Ketiga kasus ini menyoroti perlunya perhatian khusus terhadap kesehatan mental sebagai langkah preventif untuk melindungi individu dan masyarakat.

Berdasarkan data yang tersedia, isu kesehatan mental di Indonesia semakin mengkhawatirkan, dengan peningkatan prevalensi gangguan mental, depresi, dan angka bunuh diri. Dalam konteks ini, desain arsitektur memiliki potensi besar untuk mendukung pemulihan individu dengan gangguan kesehatan mental. Arsitektur sebagai solusi untuk kesehatan mental, penelitian menunjukkan bahwa lingkungan fisik berperan penting dalam pemulihan kesehatan mental. Desain ruang yang nyaman, aman, dan mendukung terapi dapat memberikan efek menenangkan serta meningkatkan efektivitas intervensi psikologis. Dengan pendekatan desain seperti *Healing Environment*, ruang dapat dirancang untuk:

1. Mengurangi stres dengan memasukkan elemen alami (tanaman, cahaya alami).
2. Menciptakan suasana aman melalui tata ruang yang ramah pengguna.
3. Menyediakan ruang privasi yang mendorong relaksasi dan pemulihan (Arra, 2020).

Berdasarkan teori *Healing Environment* dan kasus-kasus gangguan kesehatan mental yang berdampak pada perilaku kriminal, analisis terhadap desain arsitektur dapat difokuskan pada upaya menciptakan lingkungan yang mendukung proses penyembuhan. Konsep *Healing Environment* bertujuan menciptakan ruang yang kondusif untuk mendukung adaptasi psikologis dan fisiologis individu, terutama mereka yang mengalami gangguan jiwa seperti skizofrenia atau depresi berat. Kasus-kasus yang disebutkan menunjukkan perlunya deteksi dini dan perawatan jangka panjang di lingkungan yang mendukung.

Independence (Kebebasan)

Ruang rehabilitasi mental dapat didesain dengan memberikan fleksibilitas dan kebebasan, seperti ruang pribadi untuk refleksi dan area komunal untuk interaksi sosial. Pemisahan menggunakan elemen visual seperti tanaman dan material lantai dapat menciptakan batasan aman bagi individu. Contohnya adalah menyediakan ruang terapi individu dengan batas visual seperti penggunaan tanaman, material lantai berbeda, atau panel transparan untuk privasi.

Pengimplementasiannya dapat diterapkan pada rumah sakit atau pusat rehabilitasi mental dapat dirancang dengan ruang modular yang memungkinkan pasien mengelola ruang pribadi dan interaksi sosial secara fleksibel.

Consciousness (Kesadaran)

Desain ruang yang melibatkan rangsangan indera dapat membantu individu dengan gangguan mental, seperti depresi dan kecemasan, untuk lebih sadar dan terhubung dengan

lingkungan sekitarnya. Dalam hal ini, desain arsitektur harus memperhatikan pencahayaan alami yang cukup, penggunaan warna yang menenangkan, serta elemen-elemen yang merangsang indera seperti suara alam dan tekstur lembut. Hal ini akan mendorong kesadaran yang lebih tinggi terhadap keberadaan mereka dan kondisi sekitar.

Berdasarkan beberapa kasus diatas menunjukkan adanya kebutuhan untuk meningkatkan kesadaran pasien terhadap realitas melalui stimulasi sensorik. Misalnya, lingkungan yang merangsang indera melalui warna, pencahayaan alami, dan tekstur dapat membantu menenangkan pasien yang mengalami halusinasi.

Arsitektur dapat merangsang kesadaran pasien dengan menerapkan *multi-sensory design*, seperti penggunaan warna-warna hangat, pencahayaan alami, dan elemen yang merangsang indera seperti suara air atau aroma terapi. Hal ini membantu penderita lebih sadar terhadap lingkungannya dan mengurangi gejala halusinasi.

Connectedness (Kesinambungan)

Desain ruang juga harus mendorong interaksi sosial dan hubungan yang terhubung dengan alam. Bagi individu dengan gangguan mental, seperti dalam kasus yang disampaikan, dimana pelaku melakukan kejahatan karena gangguan jiwa, desain ruang yang mengakomodasi interaksi sosial dan akses terhadap ruang hijau sangat penting. Taman yang digunakan untuk terapi hortikultura atau ruang terbuka hijau yang dirancang untuk akses mudah akan membantu individu merasa lebih terhubung dengan alam, mengurangi isolasi sosial, dan memberikan kesempatan untuk berinteraksi dengan orang lain dalam lingkungan yang aman.

Isolasi sosial sering terjadi pada pasien gangguan jiwa namun terkadang isolasi sosial dapat menjadi faktor yang memperburuk kondisi pelaku. Desain yang memungkinkan aksesibilitas untuk berinteraksi dengan orang lain dan alam dapat membantu mengurangi perasaan terasing. Dapat diimplementasikan dengan menyediakan taman terapi (*Healing garden*) untuk terapi hortikultura dan area komunal untuk interaksi dapat mendorong koneksi sosial dan hubungan dengan alam.

Purpose (Tujuan)

Desain ruang yang memberikan kesempatan bagi individu untuk terlibat dalam aktivitas yang bermakna dapat membantu mereka merasakan tujuan hidup. Contohnya adalah pengadaan ruang untuk terapi hortikultura, seni, atau kegiatan kreatif lainnya yang dapat meningkatkan rasa kontrol dan kepercayaan diri individu dengan gangguan mental. Kegiatan ini bisa menjadi bagian dari proses pemulihan yang lebih luas, mendorong mereka untuk merasa lebih aktif dan terlibat dalam kehidupan mereka. Melibatkan pasien dalam kegiatan bermakna dapat membantu mereka merasa dihargai dan meningkatkan motivasi penyembuhan.

Desain yang menyediakan fasilitas seperti taman hortikultura atau area kerajinan dapat membantu penderita gangguan jiwa memiliki tujuan dan keterlibatan aktif dalam lingkungan mereka. Sehingga ruang untuk kegiatan seperti seni, berkebun, atau kerajinan tangan harus disediakan sebagai bagian dari desain.

Physical Activities (Kegiatan Fisik)

Desain ruang yang menyediakan fasilitas untuk kegiatan fisik dapat sangat bermanfaat dalam proses penyembuhan. Ruang untuk berjalan kaki, jogging, atau berolahraga di luar ruangan dapat membantu individu dengan depresi dan kecemasan untuk mengurangi stres dan meningkatkan kesehatan fisik mereka. Sebagai contoh, adanya gym atau ruang senam yang dilengkapi dengan instruktur atau panduan dapat memberikan dampak positif bagi individu dengan gangguan mental. Lingkungan dengan jalur berjalan, ruang senam, atau area olahraga dapat membantu menyalurkan energi negatif dan mengurangi stres. Dalam kasus skizofrenia, aktivitas fisik dapat membantu pasien menjaga keseimbangan emosional.

Restorative (Pemulihan)

Lingkungan yang dirancang untuk memberikan ketenangan dan kedamaian sangat penting bagi individu dengan gangguan mental. Desain yang menciptakan suasana yang sejuk, terang, dan nyaman dapat memberikan ruang bagi individu untuk beristirahat dan pulih. Ruang meditasi atau ruang konseling yang dirancang untuk mengurangi kebisingan dan menciptakan suasana yang tenang akan sangat membantu dalam proses penyembuhan individu yang mengalami depresi atau kecemasan. Material dan tekstur yang digunakan dalam ruang rehabilitasi harus menciptakan suasana yang tenang dan nyaman, seperti bahan akustik yang meredam suara untuk mengurangi kebisingan yang memicu kecemasan. Ruang meditasi juga harus disediakan.

Pendekatan dalam *Healing Environment* merupakan salah satu konsep penting dalam menciptakan ruang yang mendukung pemulihan individu dengan gangguan kesehatan mental. Konsep ini mengintegrasikan elemen alam, aspek psikologis, dan stimulasi pancaindra untuk menciptakan lingkungan yang kondusif bagi penyembuhan. Berikut ini adalah beberapa pendekatan utama dalam *Healing Environment* yang relevan untuk mendukung proses pemulihan individu dengan gangguan kesehatan mental.

- a. Pendekatan alam dengan menyediakan taman untuk terapi hortikultura, *restorative garden*, atau *Healing garden* untuk membantu pasien menyalurkan stres dan mendapatkan energi positif dari alam.

- b. Pendekatan Psikologi, merancang lingkungan dengan elemen yang memberikan kenyamanan emosional, seperti area konseling dengan suasana hangat, ruang keluarga untuk mendukung interaksi sosial, dan pengaturan warna yang menenangkan.
- c. Pendekatan panca indra, mengoptimalkan penglihatan dengan pencahayaan alami, suara dengan musik lembut, dan penciuman dengan aroma terapi. Hal ini dapat membantu penderita lebih fokus dan mengurangi halusinasi seperti yang dialami pelaku di kasus Bekasi.

Desain arsitektur yang mempertimbangkan *Healing Environment* dapat membantu menciptakan ruang yang mendukung pemulihan pasien gangguan kesehatan mental. Dengan mengintegrasikan elemen seperti koneksi dengan alam, fasilitas untuk aktivitas fisik, dan stimulasi sensorik positif, lingkungan tersebut tidak hanya membantu pemulihan individu tetapi juga mencegah risiko perilaku ekstrem akibat gangguan mental.

Berdasarkan teori arsitektur terapeutik, penerapan elemen-elemen desain yang berorientasi pada penyembuhan dapat digunakan untuk mendukung individu dengan gangguan kesehatan mental adalah (Amelia, 2022):

1. Warna

Pemilihan warna dengan efek psikologis positif dapat membantu menenangkan pasien dengan skizofrenia atau gangguan mental lainnya. Misalnya, penggunaan warna hijau atau biru pada ruang terapi atau tempat tinggal dapat menciptakan suasana yang lebih damai, mengurangi halusinasi, dan mendukung stabilisasi emosi.

2. View

Lingkungan yang dirancang dengan pemandangan alami, seperti taman atau elemen air, dapat membantu mengurangi stres dan meningkatkan kesadaran.

3. Bentuk dan Fasad

Desain bangunan yang dinamis dan adaptif, dengan memanfaatkan pencahayaan alami dan penghawaan yang baik, dapat menciptakan ruang yang kondusif bagi penyembuhan. Bangunan dengan akses terhadap alam atau ruang terbuka seperti taman dapat mengurangi rasa isolasi pada pasien.

4. Tekstur

Tekstur pada elemen interior dan eksterior, seperti permukaan kasar pada railing atau jalan setapak, dapat memberikan rangsangan sensorik yang membantu meningkatkan kesadaran dan rasa aman bagi pasien. Sementara itu, tekstur halus pada area istirahat dapat mendukung kenyamanan.

5. Pencahayaan

Pencahayaan alami dari jendela besar atau skylight dapat membantu mengurangi kecemasan dan memberikan efek positif pada psikologi pasien. Pada kasus ini, pencahayaan alami dapat digunakan untuk mengurangi tekanan psikis pasien dengan gangguan jiwa.

6. Suara

Suara alam seperti gemericik air atau kicauan burung dapat membantu menciptakan suasana tenang yang mendukung penyembuhan. Sebaliknya, kebisingan dari kendaraan atau aktivitas manusia harus diminimalkan untuk mengurangi rangsangan buruk.

7. Termal

Pengendalian termal melalui ventilasi yang baik dapat menciptakan kenyamanan fisik yang berkontribusi pada pemulihan psikologis pasien. Dalam kasus gangguan mental, kenyamanan termal dapat membantu mengurangi tekanan dan meningkatkan relaksasi.

8. Aroma

Aroma bunga dan tanaman aromaterapi seperti lavender atau melati dapat membantu pasien menjadi lebih rileks, mengurangi kecemasan, dan menciptakan suasana yang mendukung proses pemulihan.

9. Taman Terapeutik

Desain taman terapeutik dengan elemen seperti jalur berjalan, area meditasi, dan tanaman beraroma dapat mendukung penyembuhan. Terapi hortikultura di taman ini juga dapat digunakan untuk melibatkan pasien dalam aktivitas yang meningkatkan koneksi mereka dengan alam dan lingkungan sosial.

Penerapan elemen-elemen arsitektur terapeutik pada lingkungan tempat tinggal atau fasilitas rehabilitasi bagi individu dengan gangguan mental seperti skizofrenia dapat membantu mengurangi gejala, meningkatkan kualitas hidup, dan mencegah tindakan berbahaya. Pendekatan ini penting untuk mendukung deteksi dini, intervensi, dan pemulihan psikologis, sehingga dapat mengurangi risiko kejadian tragis seperti pada kasus yang dianalisis (Nafiah, 2023).

Berdasarkan beberapa kasus kejahatan yang melibatkan pelaku dengan gangguan jiwa, seperti kasus yang terjadi di Bekasi (2024), Jakarta Barat (2023), dan Deli Serdang, penting untuk mengkaji bagaimana pendekatan desain lingkungan, khususnya dalam konteks *holistic architecture*, dapat memberikan kontribusi terhadap pencegahan dan pemulihan individu dengan gangguan jiwa. *Holistic architecture*, yang mengutamakan keseimbangan antara aspek spiritual, emosional, vital, dan material, menawarkan perspektif yang relevan dalam merancang ruang yang tidak hanya mendukung kesejahteraan fisik, tetapi juga mental dan emosional.

Dalam analisis ini, akan dibahas bagaimana penerapan prinsip-prinsip desain ruang yang holistik dapat berperan dalam menciptakan lingkungan yang mendukung stabilitas mental dan emosional, serta mengurangi potensi perilaku berbahaya bagi individu yang mengalami gangguan jiwa.

1. *Wholeness of the Universe*

Lingkungan tempat tinggal beberapa pelaku pada contoh kasus kejahatan diatas yang dilakukan oleh orang dengan gangguan jiwa dapat dirancang dengan memperhatikan elemen harmoni antara manusia dan alam. Penggunaan material alami seperti kayu dan batu dapat menciptakan suasana menyatu dengan alam.

2. *The Basic Form is an Oval*

Penggunaan ruang berbentuk oval atau lengkung dapat memberikan rasa keutuhan dan ketenangan emosional, mengurangi tekanan psikis yang mungkin memicu halusinasi.

3. *Principle of Emptiness in the Centre*

Ruang tengah yang kosong, seperti taman kecil atau ruang meditasi di rumah, dapat menjadi tempat untuk relaksasi dan refleksi spiritual.

4. *Symmetry and Axiality*

Desain simetris dengan poros utama yang jelas dapat memberikan rasa keteraturan dan ketenangan pada penghuni.

Untuk lebih memahami bagaimana lingkungan dapat mempengaruhi perilaku individu, khususnya dalam konteks kejahatan yang melibatkan gangguan jiwa, teori Psikologi Lingkungan memberikan wawasan yang mendalam. Teori ini menyoroti hubungan antara manusia dan lingkungan sekitarnya, serta bagaimana faktor lingkungan dapat mempengaruhi kondisi mental, emosional, dan sosial seseorang. Dengan mengkaji teori psikologi lingkungan, kita dapat memahami lebih jauh bagaimana desain ruang yang tidak mendukung atau tidak ramah dapat memperburuk kondisi psikologis individu, sementara lingkungan yang mendukung dapat membantu pemulihan dan pencegahan perilaku merugikan. Pembahasan ini akan mengeksplorasi penerapan psikologi lingkungan dalam konteks kejahatan yang dilakukan oleh pelaku dengan gangguan jiwa, serta bagaimana lingkungan dapat berperan dalam mencegah atau memitigasi kondisi tersebut (Ujam, 2017).

Kasus SNF di Bekasi (2024):

Seorang ibu berinisial SNF membunuh anaknya setelah mengalami halusinasi yang disebabkan oleh skizofrenia. Dalam kasus ini, psikologi lingkungan dapat membantu untuk mengidentifikasi potensi faktor lingkungan yang mungkin memperburuk kondisinya. Lingkungan yang tidak mendukung, seperti kekurangan akses terhadap perawatan medis

mental, stres lingkungan yang berlebihan, atau isolasi sosial, dapat memicu gangguan psikologis yang lebih serius. Penataan ruang yang tidak menciptakan kenyamanan atau keamanan emosional bagi individu dengan gangguan jiwa juga dapat memperburuk kecemasan dan halusinasi. Hal ini menunjukkan bahwa pentingnya adanya lingkungan yang mendukung, baik secara fisik (akses ke fasilitas kesehatan) maupun sosial (dukungan keluarga dan komunitas), untuk membantu pencegahan dan pemulihan individu dengan gangguan jiwa.

Kasus AA di Jakarta Barat (2023):

Dalam kasus AA yang menderita skizofrenia paranoid dan melakukan pembunuhan, teori psikologi lingkungan dapat digunakan untuk mengeksplorasi peran lingkungan dalam memengaruhi kondisinya. Misalnya, jika individu dengan gangguan jiwa tinggal dalam lingkungan yang penuh stres, kekerasan, atau tekanan sosial, ini dapat memperburuk gejala psikosis dan menyebabkan gangguan mental lebih lanjut. Selain itu, jika lingkungan sekitarnya tidak mendukung pemulihan atau tidak adanya dukungan sosial, hal ini bisa menghambat proses penyembuhan dan memperburuk perilaku agresif. Dalam hal ini, penataan lingkungan yang lebih tenang, aman, dan mendukung dapat membantu mengurangi kecemasan dan meningkatkan kesehatan mental, sehingga mencegah kekerasan lebih lanjut.

Kasus di Deli Serdang:

Pada kasus ini, seorang anak membunuh ibunya, dan penyidikan dihentikan karena pelaku dinyatakan mengalami gangguan jiwa. Analisis psikologi lingkungan dalam kasus ini juga berkaitan dengan bagaimana faktor lingkungan, baik fisik maupun sosial, dapat memengaruhi perkembangan mental individu. Faktor lingkungan seperti ketidakharmonisan keluarga, stres yang ditimbulkan oleh kondisi ekonomi atau sosial, serta minimnya intervensi terhadap gangguan jiwa di usia dini dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya kekerasan. Jika individu tersebut tinggal dalam lingkungan yang penuh ketegangan atau tidak mendapat perawatan yang memadai, hal ini dapat memperburuk kondisi mentalnya, yang pada gilirannya berkontribusi pada perilaku agresif.

Secara keseluruhan, teori psikologi lingkungan membantu kita untuk memahami bahwa perilaku individu sangat dipengaruhi oleh interaksi mereka dengan lingkungan sekitar. Dalam konteks kejahatan yang dilakukan oleh pelaku dengan gangguan jiwa, lingkungan yang tidak mendukung atau bahkan berisiko dapat memperburuk kondisi psikologis mereka, yang pada gilirannya dapat memicu perilaku merugikan. Oleh karena itu, penting untuk menciptakan lingkungan yang lebih mendukung bagi individu yang mengalami gangguan jiwa, dengan pendekatan yang lebih holistik, melibatkan desain ruang yang aman, tenang, dan mendukung pemulihan mental, serta memberikan dukungan sosial yang kuat.

Kesehatan mental dalam konteks Islam dianggap sebagai bagian integral dari kesejahteraan individu. Hal ini sejalan dengan ajaran Islam yang menekankan pentingnya menjaga kesehatan fisik dan mental sebagai tanggung jawab individu terhadap diri sendiri dan masyarakat. Kesehatan mental yang baik mendukung kemampuan individu untuk beribadah, berinteraksi sosial, dan menjalani kehidupan sehari-hari dengan lebih baik. Konsep masalah dalam Islam mendorong penciptaan lingkungan yang mendukung kesejahteraan umat. Masalah merujuk pada kebaikan atau manfaat yang dapat diperoleh dari suatu tindakan atau desain. Dalam konteks arsitektur, ini berarti bahwa desain ruang harus mempertimbangkan aspek spiritual dan emosional untuk menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental. Ruang yang dirancang dengan baik dapat menciptakan ketenangan jiwa dan mendukung praktik ibadah serta refleksi spiritual (Esa, 2024).

Desain arsitektur harus menyediakan ruang yang memungkinkan individu untuk melaksanakan ibadah dengan nyaman, seperti masjid atau ruang meditasi. Ruang ibadah yang dirancang dengan baik dapat meningkatkan pengalaman spiritual dan memberikan rasa kedamaian. Pengintegrasian elemen alam dalam desain arsitektur, seperti taman atau area hijau, dapat memberikan kesempatan bagi individu untuk berinteraksi dengan ciptaan Allah, yang pada gilirannya dapat meningkatkan rasa syukur dan kedamaian batin. Pendekatan ini sejalan dengan teori *Healing Environment* yang menyatakan bahwa alam memiliki efek positif terhadap kesehatan mental. Desain arsitektur dalam konteks Islam sering kali mengandung simbolisme yang mendalam, seperti penggunaan bentuk geometris dan kaligrafi. Elemen-elemen ini tidak hanya memperindah ruang tetapi juga mengingatkan penghuni akan kehadiran Tuhan, sehingga meningkatkan pengalaman spiritual mereka.

Teori *Healing Environment* menekankan pentingnya menciptakan lingkungan yang mendukung proses penyembuhan melalui elemen-elemen desain yang dapat mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Dalam konteks ini:

- 1) *Independence*: Desain harus memberikan rasa kemandirian kepada pengguna, memungkinkan mereka untuk merasa lebih terhubung dengan lingkungan sekitar.
- 2) *Consciousness*: Lingkungan harus merangsang kesadaran individu akan keberadaan Allah melalui elemen-elemen desain yang mengingatkan mereka pada penciptaan.
- 3) *Connectedness*: Ruang harus mendorong interaksi sosial dan aksesibilitas ke alam, menciptakan rasa keterhubungan antara individu dengan sesama manusia dan Tuhan

Arsitektur holistik mempertimbangkan keseluruhan pengalaman manusia dalam ruang, termasuk aspek spiritual. Dalam konteks ini, arsitektur tidak hanya dilihat sebagai fisik semata,

tetapi juga sebagai medium untuk mencapai keseimbangan antara aspek fisik, emosional, dan spiritual.

Hubungan antara arsitektur dan spiritualitas menurut pandangan Islam sangat erat. Desain ruang harus mempertimbangkan tidak hanya kebutuhan fisik tetapi juga aspek spiritual dan emosional untuk menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental. Dengan menerapkan prinsip-prinsip masalah, *Healing Environment*, serta pendekatan holistik dalam desain arsitektur, kita dapat menciptakan ruang yang tidak hanya fungsional tetapi juga mendukung praktik ibadah dan refleksi spiritual, sehingga meningkatkan kesejahteraan individu secara keseluruhan.

5. KESIMPULAN

Peningkatan prevalensi gangguan mental di Indonesia, dengan depresi dan kecemasan sebagai masalah utama, menunjukkan kebutuhan mendesak untuk perhatian lebih pada deteksi dini, intervensi, dan perawatan gangguan mental. Kasus bunuh diri yang meningkat serta keterlibatan pelaku gangguan jiwa dalam tindak kriminal menggarisbawahi pentingnya pemahaman yang lebih mendalam tentang faktor lingkungan yang mempengaruhi kesehatan mental. Dalam konteks ini, desain arsitektur dapat berperan penting dalam mendukung pemulihan dan mencegah perilaku ekstrem.

Pendekatan *Healing Environment* yang mengintegrasikan elemen-elemen alam, pencahayaan alami, tekstur yang nyaman, serta ruang untuk aktivitas fisik dan sosial memiliki potensi untuk menciptakan ruang yang mendukung proses pemulihan mental. Desain ruang yang mempertimbangkan *independence*, *consciousness*, *connectedness*, dan *purpose* dapat membantu menciptakan lingkungan yang aman, nyaman, dan mendukung kesejahteraan psikologis, baik dalam konteks rehabilitasi mental maupun pencegahan perilaku berbahaya. Konsep arsitektur holistik, yang menekankan keseimbangan antara aspek fisik, emosional, dan spiritual, juga relevan dalam mendukung kesehatan mental. Desain ruang yang memperhatikan aspek spiritual, seperti ruang ibadah dan koneksi dengan alam, dapat meningkatkan kesejahteraan individu, sejalan dengan ajaran Islam yang mendorong perhatian terhadap keseimbangan hidup secara menyeluruh. Secara keseluruhan, desain arsitektur yang mendukung kesehatan mental, melalui pendekatan *Healing Environment* dan prinsip arsitektur holistik, dapat berperan signifikan dalam pencegahan gangguan mental dan tindak kekerasan. Hal ini menuntut kolaborasi antara profesi medis, psikologi, dan arsitektur untuk menciptakan ruang yang tidak hanya mendukung pemulihan fisik, tetapi juga psikologis dan spiritual, guna meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan.

SARAN

1. Pemerintah dan lembaga terkait perlu meningkatkan jumlah dan kualitas fasilitas kesehatan mental untuk mendukung deteksi dini dan intervensi bagi individu dengan gangguan mental.
2. Desain arsitektur yang mendukung kesehatan mental harus menjadi bagian integral dari kebijakan pembangunan fasilitas kesehatan. Hal ini termasuk penerapan prinsip-prinsip *Healing Environment* dalam perancangan ruang. Dengan cara arsitek harus bekerja sama dengan profesional kesehatan mental untuk merancang ruang yang tidak hanya estetis tetapi juga fungsional dalam mendukung proses penyembuhan.
3. Desain ruang publik dan fasilitas kesehatan harus mempertimbangkan nilai-nilai spiritual sesuai dengan ajaran Islam untuk menciptakan lingkungan yang tidak hanya mendukung kesehatan fisik tetapi juga kesejahteraan spiritual individu.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, K. S., & Ekasiwi, S. N. N. (2020). Healing environment dalam perancangan community health hub. *Jurnal Sains dan Seni ITS*, 9(2).
- Ariadi, P. (2013). Kesehatan mental dalam perspektif Islam. *Syifa' Medika*, 3(2).
- BBC Indonesia. (2024). Ibu bunuh anak kandung di Bekasi karena bisikan gaib terindikasi skizofrenia, cerminan kegagalan deteksi dini kasus gangguan jiwa. Diakses pada 29 November 2024, dari <https://www.bbc.com/indonesia/articles/c51w0zn1xeyo>.
- Christanto, V. N., & Husin, D. (2024). Konsep arsitektur terapeutik untuk desain ruang konseling bagi perempuan korban kekerasan seksual di Jakarta. *Stupa: Jurnal Arsitektur*, 6(1).
- Cooper, & Blake. (2024). What is holistic architecture and why we should create a holistic home. Diakses pada 1 Desember 2024, dari <https://www.cooperandblake.com.au/journal/what-is-holistic-architecture-and-why-we-should-create-a-holistic-home>.
- DetikHealth. (2024). Menkes ungkap 3,2 juta warga RI kena gangguan mental: Anxiety & bipolar. Diakses pada 20 November 2024, dari <https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-7335137/menkes-ungkap-32-juta-warga-ri-kena-gangguan-mental-anxiety-bipolar>.
- F., S., & Theresia, S. (2024). Pengaruh healing gardens terhadap penurunan kecemasan pasien di rumah sakit swasta Yogyakarta. Diakses pada 21 November 2024, dari <https://ejournal.unjaya.ac.id>.
- Fattah, H. (2024). Psikologi lingkungan. Malang: Edulitera.

- Herwanto, M. V., & Anggraini, D. (2021). Pendekatan healing environment dalam perancangan fasilitas kesehatan mental di Johar Baru. *Stupa: Jurnal Arsitektur*, 3(1).
- Irawan, N. A., & Fauzy, B. (2023). *Psikologi lingkungan*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Jaenudin, U., & Marliani, R. (2017). *Psikologi lingkungan*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Komnas Perempuan. (2024). Siaran pers Komnas Perempuan tentang hari pencegahan bunuh diri. Diakses pada 29 November 2024, dari <https://komnasperempuan.go.id/siaran-pers-detail/siaran-pers-komnas-perempuan-tentang-hari-pencegahan-bunuh-diri>.
- Kusumawardani, A. F., Yuliani, S., & lainnya. (2022). Implementasi konsep therapeutic space pada strategi desain pusat rehabilitasi penderita depresi. *Arsitektura: Jurnal Ilmiah Arsitektur dan Lingkungan Binaan*, 20(2).
- Lumagio, T., Tamrin, M. M., & Eka, R. (2024). Perancangan pusat kesehatan mental di Kota Gorontalo dengan pendekatan arsitektur healing environment. *Venustas: Jurnal Teknik Arsitektur*, 3(2).
- Mazaya, U., & Setyawan, W. (2016). Arsitektur untuk membantu menyembuhkan kerusakan psikis pada manusia (kekerasan pada anak). *Jurnal Sains dan Seni ITS*, 5(2).
- Ramadhan, R., & Gandha, M. V. (2024). Eksplorasi pengaruh desain bangunan terhadap kesejahteraan mental dan penanggulangan depresi. *Stupa: Jurnal Ilmiah Desain & Arsitektur*, 6(1).
- Ricardo, M., & Solikhah, N. (2023). Penerapan therapeutic architecture terhadap perencanaan geriatric clubhouse. *Stupa: Sains, Teknologi, Urban, Perencanaan, Arsitektur*, 5(2).
- Sedayu, A. A. (2020). *Healing environmental: Ruang relaksasi alami di Kota Malang* (Tesis). Institut Teknologi Sepuluh Nopember.
- Viritopia. (2024). Beyond sustainability: The holistic approach to environmental architecture. Diakses pada 1 Desember 2024, dari <https://www.viritopia.com/blog/beyond-sustainability-the-holistic-approach-to-environmental-architecture>.