

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN ORIGINALITAS.....	IV
PERSETUJUAN LAPORAN TUGAS AKHIR.....	V
PENGESAHAN LAPORAN TUGAS AKHIR.....	VI
KATA PENGANTAR.....	VII
UCAPAN TERIMA KASIH.....	VIII
ABSTRAK	IX
<i>ABSTRACT</i>	X
SINOPSIS.....	XI
DAFTAR ISI.....	XII
DAFTAR GAMBAR.....	XV
DAFTAR TABEL.....	XVII
DAFTAR LAMPIRAN	XVIII
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 LATAR BELAKANG PERANCANGAN.....	1
1.2 RUMUSAN MASALAH	3
1.3 BATASAN DAN RUANG LINGKUP PERANCANGAN.....	3
1.4 TUJUAN PERANCANGAN.....	3
1.5 METODE PERANCANGAN.....	4
2.2 SISTEMATIKA PENULISAN	5
BAB II	7
TINJAUAN DATA.....	7

2.1	TINJAUAN UMUM.....	7
2.1.1	<i>Pengertian Postpartum</i>	7
2.1.2	<i>Pengertian Zuo Yue Zi (坐月子) dan hubungannya dengan postpartum center</i>	8
2.1.3	<i>Budaya Postpartum</i>	9
2.1.4	<i>Kesehatan Mental Ibu Pascapersalinan</i>	9
2.1.5	<i>Biophillic Design dan Healing Enviroment</i>	10
2.2	TINJAUAN KHUSUS.....	11
2.2.1	<i>Teori Pengaruh Biophillic Design di Postpartum Center</i>	11
2.2.2	<i>Perancangan Ruang dalam Mendukung Keamanan, Privasi, dan Kenyamanan Ibu Selama Pemulihan Pascapersalinan</i>	12
2.2.3	<i>Peran Pencahayaan, Warna, dan Tata Ruang dalam Memberikan Kenyamanan</i>	12
BAB III	15
ANALISIS DATA	15
3.1	ANALISIS CITRA/IMAGE (VISUAL/NON VISUAL).....	15
	STRUKTUR ORGANISASI AVANEA CONFINEMENT CENTER.....	16
3.2	ANALISIS POTENSI LINGKUNGAN/ TAPAK	23
3.3	ANALISIS BANGUNAN	24
3.4	ANALISIS PROGRAM AKTIFITAS DAN KEBUTUHAN FASILITAS	25
3.5	ANALISIS FUNGSI, BESARAN DAN PERSYARATAN RUANG.....	27
3.6	ANALISIS ORGANISASI RUANG DAN SIRKULASI RUANG.....	29
3.7	ANALISIS MATERIAL DAN WARNA	32

BAB IV	34
KONSEP DAN IMPLEMENTASI DESAIN.....	34
4.1 KONSEP PROGRAMATIK.....	34
4.2 KONSEP DESAIN	34
4.2.1 <i>Konsep Umum Perancangan</i>	34
4.2.2 <i>Konsep Organisasi Ruang</i>	36
4.2.3 <i>Konsep Denah Umum</i>	36
4.2.4 <i>Konsep Pola Sirkulasi</i>	37
4.2.5 <i>Konsep Lantai</i>	38
4.2.6 <i>Konsep Dinding</i>	39
4.2.7 <i>Konsep Langit-langit</i>	39
4.2.8 <i>Konsep Furnitur</i>	40
4.2.9 <i>Konsep Material dan Warna</i>	40
4.2.10 <i>Konsep Fisika Bangunan</i>	41
4.2.11 <i>Konsep Keamanan</i>	42
4.3 IMPLEMENTASI DESAIN	43
4.4 ESTIMASI BIAYA PELAKSANAAN.....	50
BAB V	51
KESIMPULAN DAN SARAN	51
5.1 KESIMPULAN	51
5.2 SARAN.....	51
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN.....	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Metode Desain Rosemary Klimer	4
Gambar 2 Avanea Logo	15
Gambar 3 Struktur Organisasi.....	16
Gambar 4 Mindmapping Citra	21
Gambar 5 Lokasi Avanea.....	23
Gambar 6 Denah Eksisting Avanea	24
Gambar 7 Analisis Sinar Matahari	24
Gambar 8 Organisasi Ruang	29
Gambar 9 Konsep Organisasi Ruang	30
Gambar 10 Sirkulasi Tamu Internal.....	31
Gambar 11 Sirkulasi Tamu Eksternal	31
Gambar 12 Kata Kunci Citra.....	34
Gambar 13 Moodboard Avanea	35
Gambar 14 Konsep Organisasi Ruang	36
Gambar 15 Denah Umum	36
Gambar 16 Pola Sirkulasi.....	37
Gambar 17 Konsep Lantai	38
Gambar 18 Konsep Dinding.....	39
Gambar 19 Konsep Ceiling.....	39
Gambar 20 Konsep Furnitur.....	40
Gambar 21 Konsep Material dan Warna.....	41

Gambar 22 Konsep Fisika Bangunan.....	42
Gambar 23 Konsep Fisika Bangunan.....	42
Gambar 24 Sistem Keamanan.....	43
Gambar 25 Lobby Resepsionis v1	43
Gambar 26 Lobby Resepsionis v2	44
Gambar 27 Lounge v1.....	45
Gambar 28 Lounge v2.....	45
Gambar 29 Asonometri Lounge.....	46
Gambar 30 Nursery v1	46
Gambar 31 Nursery v2.....	47
Gambar 32 Sanctuary Suite v1.....	47
Gambar 33 Sanctuary Suite v2.....	48
Gambar 34 Yoga Room v1	48
Gambar 35 Yoga Room v2	49

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Budaya Postpartum	9
Tabel 2 Daily Activity.....	9
Tabel 3 Analisis Citra.....	22
Tabel 4 Fasilitas	25
Tabel 5 Besaran Ruang	27
Tabel 6 Analisis Material dan Warna.....	32
Tabel 7 Estimasi Biaya Pelaksanaan.....	50

DAFTAR LAMPIRAN

No table of figures entries found.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Perancangan

Kelahiran seorang anak merupakan momen penuh sukacita bagi orang tua, terutama bagi seorang ibu. Meskipun sering kali dirayakan dengan kebahagiaan, proses kehamilan hingga persalinan sejatinya merupakan pengalaman yang kompleks. Pada masa tersebut, ibu mengalami berbagai perubahan signifikan, baik secara fisik maupun psikologis. Berdasarkan survei *Indonesia Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS)* tahun 2023, tercatat sekitar 27% perempuan mengalami *postpartum mood* (PaM's) setelah melahirkan. Perubahan-perubahan ini dapat menjadi pemicu gangguan kesehatan mental pascapersalinan, salah satunya adalah depresi pascapersalinan, atau *postpartum depression*. Menurut Elvira et al. (2013, dalam Retno Arienta Sari, 2020), perubahan tersebut dapat berkembang menjadi masalah psikologis serius seperti *postpartum depression*. Gejala umum yang kerap muncul antara lain kecemasan dan insomnia, yang biasanya terjadi dalam rentang waktu 2 hingga 6 minggu setelah persalinan (Ardiyanti & Dinni, 2018).

Di Indonesia, fenomena gangguan psikologis pascapersalinan tergolong cukup tinggi. Berdasarkan data dari Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), sebanyak 57% ibu di Indonesia mengalami *baby blues*. Angka ini menjadikan Indonesia sebagai negara dengan kasus *baby blues* tertinggi di Asia. Kondisi *baby blues* membuat ibu menjadi lebih sensitif, mudah merasa sedih, serta mengalami konflik batin terkait penerimaan dan penolakan atas peran barunya sebagai seorang ibu. Hal ini tidak hanya berdampak pada kesejahteraan psikologis ibu, tetapi juga berpengaruh terhadap kurangnya *bonding* atau kedekatan emosional antara ibu dan anak. Di sisi lain, banyak ibu di Indonesia yang harus segera kembali menjalani aktivitas dan rutinitas sehari-hari pasca melahirkan, sehingga tidak memiliki waktu istirahat dan pemulihan yang memadai.

Berbeda dengan situasi di Indonesia, beberapa negara seperti Korea Selatan, Taiwan, dan Tiongkok telah menerapkan sistem perawatan pascapersalinan (*postpartum care*) bagi ibu baru. Di Taiwan, misalnya, menurut laporan SBS Dateline yang merujuk pada data dari Taiwan Ministry of Health and Welfare, sekitar 50% ibu baru menghabiskan waktu pemulihan mereka di pusat perawatan pascapersalinan (*postpartum care center*). Dalam wawancara bersama SBS Dateline, pasangan Maxime dan Michael yang merupakan pengguna layanan tersebut mengungkapkan bahwa mereka tidak merasakan stres pascapersalinan, berkat fasilitas dan dukungan yang tersedia di pusat tersebut.

Salah satu praktik budaya yang turut memengaruhi munculnya pusat perawatan pascapersalinan ini adalah tradisi *Zuo Yue Zi* (坐月子) dari Tiongkok, yang telah berlangsung selama lebih dari 2.000 tahun. Nilai-nilai dari praktik ini terus dilestarikan dan diadaptasi secara modern di negara-negara Asia Timur melalui layanan *postpartum center* atau *confinement center* yang menyediakan dukungan profesional bagi pemulihan ibu pascapersalinan,.

Dalam perancangan interior *postpartum center*, penerapan konsep dan desain yang tepat memiliki peran penting dalam memberikan dampak positif bagi ibu dan bayinya. Desain interior yang dirancang dengan mempertimbangkan kenyamanan dan kebutuhan psikologis dapat membantu menjaga kestabilan emosional serta mempercepat proses pemulihan fisik pascapersalinan. Salah satu pendekatan desain yang mendukung tujuan tersebut adalah *biophilic design*, yakni strategi perancangan yang mengintegrasikan unsur-unsur alam ke dalam ruang melalui penggunaan elemen alami seperti pencahayaan alami, vegetasi, material organik, dan sirkulasi udara yang baik, guna menciptakan lingkungan yang menenangkan dan sehat secara psikologis maupun fisiologis.

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana dapat menciptakan lingkungan penyembuhan yang nyaman di Postpartum Center dengan pendekatan *biophillic*?
2. Bagaimana perancangan ruang dapat meningkatkan rasa aman, privasi, dan kenyamanan ibu selama masa pemulihan?
3. Bagaimana Peran Pencahayaan, Warna, dan Tata Ruang dalam Memberikan Kenyamanan ?

1.3 Batasan dan Ruang Lingkup Perancangan

Ruang lingkup dalam perancangan interior postpartum center ini mencakup pengembangan fasilitas dengan luas total minimal 1.500 m². Fokus utama perancangan diarahkan pada area-area khusus yang berfungsi untuk mendukung proses pemulihan dan kenyamanan ibu pascapersalinan serta perawatan bayi. Luas area khusus yang dirancang mencakup sekitar 500 m² dan meliputi ruang-ruang seperti lounge, kamar rawat inap ibu, *nursery room*, serta lobby utama. Selain itu, ruang lingkup juga mencakup area pendukung seperti ruang edukasi, ruang konsultasi, area tunggu, *wellness center*, serta sirkulasi pengunjung dan staf. Seluruh elemen interior akan dirancang dengan pendekatan elemen alam, guna menciptakan lingkungan yang menenangkan, alami, dan menunjang aspek fisik serta psikologis para ibu.

1.4 Tujuan Perancangan

Adapun tujuan dari perancangan postpartum center, Jakarta, antara lain:

1. Merancang desain interior postpartum center yang menghadirkan suasana nyaman dan tenang kepada ibu pascapersalinan, lewat pendekatan *biophillic design*
2. Merancang ruang yang mampu meningkatkan rasa aman, menjaga privasi, dan memberikan kenyamanan optimal bagi ibu selama masa pemulihan pascapersalinan.
3. Mengoptimalkan pencahayaan, pemilihan warna, guna menciptakan suasana penyembuhan yang nyaman dan menenangkan bagi ibu dan bayi.

Proses pengumpulan data dilakukan untuk memperoleh informasi yang diperlukan dalam perancangan, salah satunya melalui studi banding pada fasilitas sejenis.

4. *Analyze*

Tahap analisis dilakukan terhadap data yang diperoleh melalui proses *collect*, termasuk data dari studi banding

B. sintesis (*designing*)

1. *Ideate*

Tahap ini merupakan proses pengembangan gagasan perancangan yang diwujudkan dalam bentuk skematik. Ide-ide perancangan dituangkan melalui pembuatan sketsa, sehingga menghasilkan representasi visual awal yang dapat menjadi acuan untuk tahap perancangan berikutnya.

2. *Choose*

Tahap ini dilakukan dengan menyeleksi berbagai alternatif perancangan serta ide-ide yang dihasilkan dari proses *ideate*. Pemilihan mencakup penentuan konsep, zoning, serta layout yang dianggap paling sesuai untuk dijadikan dasar dalam pengembangan perancangan selanjutnya.

3. *Implement*

Tahap ini merupakan implementasi dari hasil perancangan yang diwujudkan ke dalam representasi visual dua dimensi (2D) maupun tiga dimensi (3D). Proses ini mencakup pembuatan layout 2D serta penyusunan gambar presentasi 3D sebagai media untuk menggambarkan konsep perancangan secara lebih jelas dan komprehensif.

4. *Evaluate*

Tahap evaluasi dilakukan untuk meninjau kembali hasil perancangan guna memastikan kesesuaian dengan tujuan yang telah ditetapkan.

2.2 Sistematika Penulisan

Bab I Pendahuluan: Membahas latar belakang pemilihan perancangan interior *Postpartum center* dengan pendekatan *Biophillic design*, menguakikan

permasalahan desain yang ditemukan, merumuskan masalah perancangan, ruang lingkup perancangan, tujuan, metode perancangan, dan sistematika penulisan laporan.

Bab II Tinjauan Data: Menguraikan teori umum dan khusus mengenai *postpartum center* sebagai penguat teori dasar perancangan.

Bab III Analisis Data: Melakukan analisis data dengan melakukan proses *programming* untuk mengidentifikasi kebutuhan, fungsi dan hubungan antar ruang.

Bab IV Konsep Perancangan: Melakukan pengembangan konsep desain *modern organic* kedalam perancangan *postpartum center* dan Memperlihatkan perwujudan dari konsep desain yang dikembangkan dalam bentuk visual di seluruh ruang yang ada.

Bab V Kesimpulan dan Saran: Merangkum hasil rancangan interior dan solusi desain yang dihasilkan, serta kontribusinya dalam meningkatkan kualitas fungsi ruang, kenyamanan pengunjung, dan estetika secara keseluruhan.

BAB II

TINJAUAN DATA

2.1 Tinjauan Umum

2.1.1 Pengertian Postpartum

Menurut Johnson (2014) dalam Santika Putri (2020), masa postpartum atau masa nifas (puerperium) merupakan periode penting setelah persalinan yang berlangsung selama kurang lebih 6 hingga 8 minggu. Pada masa ini, tubuh ibu terutama organ reproduksi mengalami proses pemulihan untuk kembali ke kondisi sebelum kehamilan. Pemulihan ini tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga menyangkut aspek psikologis dan sosial yang turut memengaruhi kesejahteraan ibu secara keseluruhan.

Dilansir dari NY Post (2020), hasil survei menunjukkan bahwa rata-rata lama postpartum bagi seorang ibu adalah sekitar empat minggu untuk pulih secara fisik dan enam minggu untuk pemulihan mental setelah melahirkan. Selain itu, dibutuhkan waktu sekitar enam minggu bagi mereka untuk kembali ke bentuk tubuh semula, mulai bekerja kembali, dan menjalani aktivitas fisik seperti berolahraga. Sementara itu, proses adaptasi terhadap rutinitas harian umumnya dapat kembali dilakukan dalam waktu lima minggu. Hal ini memperkuat pentingnya masa postpartum sebagai fase transisi yang kompleks, di mana pemulihan fisik dan mental harus berjalan beriringan agar ibu dapat kembali menjalani peran dan aktivitasnya secara optimal.

Dalam budaya tionghoa ada sebuah tradisi yang dikenal sebagai *Zuo Yue Zi*" (坐月子) atau *doing the month* telah menjadi salah satu bagian dalam budaya postpartum modern.

2.1.2 Pengertian *Zuo Yue Zi* (坐月子) dan hubungannya dengan postpartum center

Zuo Yue Zi (坐月子) atau *doing the month* merupakan tradisi pascapersalinan dari Tiongkok yang fokus pada pemulihan ibu setelah melahirkan. Praktik ini mencakup berbagai bentuk perawatan, seperti beristirahat penuh, membatasi beberapa aktivitas fisik dan jenis makanan, serta memberikan perhatian khusus pada kondisi tubuh ibu untuk menyeimbangkan kembali energi dan kesehatannya. Tujuan utama dari tradisi ini adalah membantu ibu menjalani masa pemulihan postpartum secara optimal sehingga fisik dan energinya kembali pulih pasca-persalinan. (Chai & Xu, 2024)

Selama periode ini, anggota keluarga, terutama dari pihak keluarga ibu atau suami berperan penting dalam merawat ibu dan bayi, memastikan ibu mendapatkan istirahat yang cukup serta asupan makanan bergizi untuk mendukung proses pemulihannya. Seiring waktu, praktik ini terus berkembang dan bertransformasi dalam bentuk yang lebih modern. Beberapa negara seperti Taiwan, Korea Selatan, dan Singapura telah mengadopsi tradisi ini ke dalam sistem layanan kesehatan melalui pendirian pusat perawatan pascapersalinan, atau postpartum/confinement center. Fasilitas-fasilitas ini dirancang khusus untuk menyediakan lingkungan yang nyaman dan mendukung proses pemulihan ibu setelah melahirkan, dengan layanan profesional, makanan bernutrisi, serta dukungan emosional dan edukatif yang terstruktur.

2.1.3 Budaya Postpartum

Tabel 1 Budaya Postpartum

Jenis	Tionghoa	Jawa	Sunda	Betawi
Perawatan	<ol style="list-style-type: none"> 1.Periode 40 hari 2.Ibu disarankan banyak istirahat, menghindari aktivitas berat, menjaga agar tubuh tetap hangat, terutama bagian kaki dan perut. 3.melarang mandi atau cuci rambut selama beberapa hari pertama. Bila mandi, harus dengan air hangat, segera dikeringkan. 4.Menutupi tubuh agar tidak terkena angin atau udara dingin, menggunakan pakaian yang hanga 	<ol style="list-style-type: none"> 1.Periode selama 40 hari 2.Pada hari ke-35 ada selamatan/selapan 3.Mendapatkan pijat untuk mengurangi leih persalinan 4.Minum jamu seperti jamu beras kencur, kunir asem, temulawak dan wejahan 5.Penggunaan gurita di perut 6.Senden : Duduk dengan posisi tertentu (biasanya sedikit bersandar) yang dipercaya membantu penurunan rahim dan pemijihan 7.perut diurut di bagian dalam (walik dadah) untuk membantu rahim kembali ke posisi asal 8.Pantang makan makanan amis 	<ol style="list-style-type: none"> 1.Periode 40 hari 2.Pantangan seeperti tidak makan ikan / telur / daging tertentu karena diyakini bisa memperlambat penyembuhan luka 3. Steam herbal 	<ol style="list-style-type: none"> 1.Periode 40 hari 2.Budaya doa dan selamatan kecil-kecil 3.Mendapat pijatan 4.Meminum jamu
Makanan	<ol style="list-style-type: none"> 1.Menghindari makanan makanan dingin 2.Cenderung memakan makanan makanan hangat seperti sup ayam herbal, sup kuah, bubur dan lain lain 3.Minum TCM (<i>Traditional Chinese Medicine</i>) Pengobatan Tradisional Tiongkok 	<ol style="list-style-type: none"> 1.Makan Nasi, sayur-sayuran, tempe-tahu, sayur bening, sup sayur dan makanan yang mudah dicerna 2.Minum jamu seperti jamu beras kencur, kunir asem, temulawak dan wejahan 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Makan daun singkong daun ubi dan sayuran hijau 2. Menghindari makanan amis-amis 	<ol style="list-style-type: none"> 1.Makanan hangat seperti sup, sayuran, nasi hangat

Tabel 2 Daily Activity

Jam	Tionghoa	Jawa	Sunda	Betawi	Kebutuhan Ruang
06.40-06.30	Bangun tidur, cuci muka dengan air hangat Menyusui bayi	Bangun, mandi air hangat + rebusan daun sirih Menyusui bayi Sarapan: nasi hangat, sayur bening, lauk tempe, Minum jamu beras kencur	Bangun, minum air rebusan daun salam + jahe Menyusui bayi Sarapan: nasi hangat + sayur daun singkong rebus	Bangun, mandi air hangat + daun sirih Menyusui bayi	Private Suite Lactation Room (Pengasapan/steam herbal = steam room) (Menyiapkan makanan = dapur)
07.00	Sarapan bubur hangat, sup herbal, jahe, telur rebus.	Pasang stagen/bengkung di perut, oles parem di kaki & tangan	Pengasapan/steam herbal tradisional (sup dari rebusan sereh, jahe, daun sirih)	Sarapan: nasi uduk hangat tapi tanpa sambal pedas, atau bubur ayam kuah hangat.	
08.00	Istirahat dan menghindari aktivitas berat	Istirahat dan menghindari aktivitas berat	Istirahat dan menghindari aktivitas berat	Minum jamu kunyit asem / beras kencur	
09.00	Menyusui bayi	Menyusui bayi	Menyusui bayi	Menyusui bayi	
10.00	Minum herbal decoction (ramuan TCM dari keluarga), sambil duduk di kamar hangat.	Dipijat	Dipijat ringan (urut panggul & punggung)	Dipijat	Private Suite Massage Room
12.00	Menyusui Bayi Makan siang: sup ayam herbal, sayur rebus hangat.	Menyusui Bayi Makan siang: nasi + sayur daun katuk (pelancar ASI). Minum jamu kunyit asem	Menyusui bayi Makan siang: sayur asem tanpa asam berlebit, lalapan daun katuk	Menyusui bayi Makan siang: sup ikan gabus (buat luka cepat sembuh), sayur asem tanpa peda	Private Suite Lactation Room (Menyiapkan makanan = dapur)
13.00-15.00	Tidur siang	Tidur Siang	Tidur Siang	Tidur Siang	Private Suite
16.00	Menyusui bayi	Menyusui bayi Duduk senden di bale-bale, sambil disempeli pills di dah.	Menyusui bayi Minum jamu tradisional Sunda (beubeutan)	Menyusui bayi Camilan: kue cucur / uli bakar (tapi dikurangi manisnya)	Private Suite Lactation Room Lounge
17.00	Pijat ringan	Minum jamu pahitan untuk bersihin darah nafas	Olesan minyak kelapa/jahe di perut	Doa kecil / selamatan keluarga untuk kesehatan ibu & bayi	Private Suite Massage Room Lounge
18.00-19.00	Menyusui bayi Makan malam: sup tulang babi dengan jahe, nasi hangat	Menyusui bayi Makan malam: sayur toleh hangat, ikan mujair bakar (tanpa sambal pedas)	Menyusui bayi Makan malam: nasi + ikan mas pepes, sayur daun pepaya	Menyusui bayi Makan malam: nasi hangat, sayur bayam bening, lauk ikan gabus kukus	Private Suite Lactation Room
20.00-21.00	Istirahat Menyusui bayi	Menyusui bayi Tidur dengan gurita perut tetap dipasang.	Istirahat Menyusui bayi	Istirahat sambil ngobrol dengan keluarga Menyusui bayi	Private Suite Lactation Room (Menyiapkan makanan = dapur)

2.1.4 Kesehatan Mental Ibu Pascapersalinan

Baby blues merupakan kondisi emosional yang umum muncul pada ibu setelah melahirkan dan ditandai dengan meningkatnya sensitivitas perasaan. Meskipun tergolong wajar, kondisi ini tetap perlu diperhatikan karena dapat berkembang menjadi depresi pascapersalinan apabila berlangsung lebih lama atau semakin berat. Gejala *baby blues* biasanya muncul segera setelah persalinan, terutama pada fase taking in, dengan puncaknya pada hari ketiga hingga kelima, lalu mereda dalam dua minggu pertama. Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa angka kejadian depresi di Indonesia mencapai 6,1%, baik

di wilayah perkotaan maupun pedesaan, sehingga isu kesehatan mental pascapersalinan penting untuk ditangani.

Salah satu gangguan psikologis yang dapat dialami ibu adalah *postpartum depression (PPD)*. Berdasarkan informasi dari Siloam Hospitals, PPD ditandai oleh perasaan sedih yang mendalam, kecemasan yang berlebihan terhadap peran sebagai orang tua—terutama pada ibu yang pertama kali memiliki anak serta perubahan suasana hati yang berlangsung lama. Secara epidemiologis, prevalensi PPD diperkirakan berada pada kisaran 6,5% hingga 20% ibu setelah melahirkan.

Sejalan dengan hal tersebut, tinjauan literatur oleh Muhammad Chaidar dalam “*Faktor-faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Postpartum Blues*” menjelaskan bahwa *baby blues* dipengaruhi oleh kombinasi perubahan hormonal, kondisi fisik pascapersalinan, serta faktor psikologis dan sosial. Perubahan hormon dan kelelahan fisik dapat menyebabkan ketidakstabilan emosi, sementara kurangnya dukungan sosial memperburuk kondisi tersebut. Selain itu, tingkat kecemasan yang tinggi khususnya pada ibu yang baru pertama kali menjalani masa nifas dapat meningkatkan stres dan memperbesar risiko terjadinya *baby blues*.

2.1.5 Biophillic Design dan Healing Enviroment

Desain Healing environment adalah lingkungan yang dirancang untuk mengurangi stres, meningkatkan kenyamanan, menciptakan rasa aman, serta mendukung proses penyembuhan secara holistik (Sakallaris et al., 2015; Huisman et al., 2012). Terdapat tiga aspek utama, yaitu aspek alam, indra, dan psikologis, yang bekerja secara bersamaan untuk menciptakan pengalaman ruang yang restorative. Elemen-elemen alam berupa cahaya alami, vegetasi, pandangan ke luar, dan ventilasi; aspek indra mencakup pencahayaan, warna, tekstur, dan suara; sedangkan aspek psikologis mencakup privasi, kontrol ruang, dan rasa nyaman.

Biophilic design menjadi salah satu pendekatan paling efektif untuk mewujudkan *healing environment*. Biophilic adalah pendekatan desain yang mengintegrasikan elemen-elemen alami ke dalam bangunan secara sistematis guna mendukung kesehatan, kenyamanan, dan kesejahteraan psikologis penggunanya (Kellert & Calabrese, 2015). Konsep ini mencakup pemanfaatan pencahayaan alami, kehadiran vegetasi, pola-pola organik, material alami, dan akses fisik maupun visual terhadap elemen lingkungan. Penelitian menunjukkan bahwa paparan elemen alam dapat menurunkan stres, dan menstabilkan emosi. sehingga menjadikan biophilic design sebagai strategi yang inheren dengan tujuan healing environment. Biophilic design dalam perancangan postpartum center membantu menciptakan ruang pemulihan yang lebih mendukung kondisi emosional ibu pascapersalinan melalui stimulasi alam, kenyamanan sensorik, dan peningkatan rasa tenang (Yan, 2024).

2.2 Tinjauan Khusus

2.2.1 Teori Pengaruh Biophilic Design di Postpartum Center

Lingkungan pemulihan ibu pascapersalinan sangat dipengaruhi oleh kualitas ruang yang mereka tempati. Kehadiran elemen-elemen alami seperti cahaya alami, tanaman, material organik, dan akses visual ke alam dapat menurunkan stres, menenangkan emosi, serta meningkatkan rasa aman. Karena itu, *biophilic design* relevan diterapkan pada postpartum center untuk menciptakan lingkungan yang lebih restoratif dan mendukung pemulihan fisik maupun psikologis ibu (Lawal,2025)

Adapun aspek *biophilic design* yang paling berpengaruh di postpartum center meliputi:

1. Cahaya alami untuk regulasi mood dan kenyamanan visual.
2. Akses visual ke vegetasi atau ruang luar untuk efek restoratif.
3. Tanaman indoor untuk kualitas udara dan suasana yang lebih hangat.
4. Material dan warna alami yang menenangkan dan mengurangi kesan klinis.
5. Akustik tenang dan ventilasi baik yang mendukung istirahat ibu dan bayi.

Secara keseluruhan, *biophilic design* membantu menciptakan lingkungan postpartum center yang lebih tenang, nyaman, dan kondusif bagi pemulihan holistic

2.2.2 Perancangan Ruang dalam Mendukung Keamanan, Privasi, dan Kenyamanan Ibu Selama Pemulihan Pascapersalinan

Penerapan konsep healing environment menjadi sangat penting dalam perancangan postpartum center, terutama bila dikombinasikan dengan teori regulasi privasi (*Privacy Regulation*) dalam pengaturan layout ruang (Radiya et al., 2024). Dengan membagi area secara jelas seperti memisahkan ruang publik seperti lobi atau ruang tunggu dari area privat seperti kamar istirahat ibu (Lawal, 2025; Nielsen & Overgaard, 2020). Selain itu, integrasi layout yang mendukung zonasi, ventilasi dan pencahayaan alami, penggunaan material dan interior yang menenangkan, serta pemenuhan privasi visual dan spasial dapat menciptakan lingkungan yang aman, nyaman, dan mendukung pemulihan fisik maupun emosional ibu pascapersalinan (Carissa & Hadiwono, 2024).

2.2.3 Peran Pencahayaan, Warna, dan Tata Ruang dalam Memberikan Kenyamanan

1. Pencahayaan

Paparan terhadap cahaya alami dan akses visual ke lanskap hijau terbukti memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan kesehatan psikologis dan fisik pengguna ruang, khususnya pada lingkungan pemulihan seperti postpartum center. Berdasarkan temuan dari jurnal *Frontiers in Built Environment* (2024) berjudul “*A systematic review of the impact of therapeutical biophilic design on health and wellbeing of patients and care providers in healthcare services setting*”s, pencahayaan alami memainkan peran penting dalam mengatur ritme sirkadian, yang secara langsung memengaruhi kualitas tidur, kestabilan suasana hati, serta fungsi kognitif individu. Akses terhadap cahaya matahari tidak hanya meningkatkan

kenyamanan visual, tetapi juga mengurangi tingkat stres dan kecemasan secara signifikan.

2. Warna

Penggunaan warna dalam desain fasilitas kesehatan memiliki peran penting dalam menciptakan suasana ruang yang nyaman dan mendukung proses penyembuhan. Berdasarkan tinjauan sistematis dari Brieflands (2024). Penelitian tersebut menyatakan bahwa salah satu strategi desain adalah penerapan warna natural, termasuk hijau, biru, serta nuansa earth tone seperti coklat kayu, terracotta, dan warna tanah, pada material dan dinding interior. Warna-warna ini digunakan untuk menciptakan suasana yang hangat dan menenangkan, yang diyakini mendukung proses pemulihan pasien (Ismail, Hardiana, & Farkhan, 2023).

3. Tata Ruang

Tata ruang menjadi aspek krusial dalam desain interior karena berpengaruh langsung terhadap kenyamanan fisik maupun psikologis pengguna. Dalam fasilitas kesehatan, kenyamanan tidak semata ditentukan oleh kelengkapan medis, tetapi juga oleh cara ruang ditata dan dialami secara menyeluruh. MacAllister et al. (2019) mengemukakan bahwa elemen-elemen seperti orientasi ruang, keterbukaan visual, hubungan antar area, dan kelancaran sirkulasi turut memengaruhi persepsi rasa nyaman, aman, serta kepuasan pengguna terhadap lingkungan tersebut.

Khususnya pada pusat perawatan pascapersalinan seperti postpartum center, pendekatan tata ruang cenderung mengadopsi standar desain hunian atau hotel modern. Hal ini bertujuan menciptakan atmosfer yang hangat, personal, dan tidak menyerupai lingkungan rumah sakit pada umumnya. Penataan ruang semacam ini mendukung kenyamanan emosional ibu setelah melahirkan melalui peningkatan privasi, suasana tenang, serta kemudahan bergerak antar fungsi penting dalam ruang. Fasilitas seperti kamar rawat inap dirancang menyerupai kamar hotel, lengkap dengan area bersantai, ruang menyusui privat, pencahayaan alami, serta akses visual ke

elemen alam seperti taman atau lanskap hijau yang dapat mempercepat proses pemulihan