



FOTO: JOE ENDHY F. LOKASI: SURYANTO, CIPANAS

# Terapi Ruang Luar Untuk Penyandang Cacat

Banyak cara dapat dilakukan untuk memberikan terapi bagi penyandang keterbatasan atau penderita gangguan kesehatan. Salah satunya dengan memberdayakan ruang luar (*outdoor space*) yang ada di lingkungan kita.

Qodarian Pramukanto\*

Ruang luar (*outdoor space*), baik berupa taman, ruang terbuka hijau atau bentuk ruang terbuka lainnya, tidak hanya berfungsi memperindah lingkungan, menyediakan sumber oksigen, udara segar dan keteduhan yang dapat dinikmati oleh manusia sehat, namun juga dibutuhkan untuk terapi bagi penderita berbagai gangguan kesehatan.

Oleh karena itu kehadiran taman dan ruang terbuka di pusat-pusat pelayanan kesehatan, klinik dan rumah sakit bukan sekadar kosmetik yang mempercantik fasilitas kesehatan yang hanya dapat dinikmati oleh orang sehat saja. Desain taman ini harus menjadi bagian yang bersinergi dengan perangkat klinik, dokter, paramedis, dan fasilitas rumah sakit dalam mewujudkan fungsi *cure* dan *care*. Di tempat ini petugas terapi dapat bekerja sama dengan penderita di lingkungan alami dalam menelusuri dan mencapai jalan penyembuhan.

## Alami Versus Artifisial

Sejak pertengahan 1980-an dunia medis menyadari bahwa ruang luar yang didesain secara alami berperan penting dalam proses pengobatan. Peran ruang terbuka alami dalam proses pengobatan didasarkan pada konsep bahwa antara manusia dengan lingkungan terjalin hubungan dalam bentuk resonansi terhadap lingkungannya. Respon tersebut tergantung pada "muatan alam" dan konfigurasi dalam membentuk karakter lingkungan yang diinginkan.

Pasangan Stephen Kaplan dan Rachel

Kaplan menyatakan, "Otak manusia lebih mudah mencerna informasi yang berasal dari lingkungan alam daripada informasi yang berasal dari lingkungan artifisial. Kebanyakan manusia merasa lebih nyaman dalam lingkungan taman kota yang menyerupai alam bebas seperti padang rumput dengan semak dan aneka pepohonan." Lebih lanjut, manusia pada dasarnya senantiasa mencari alam bebas sebagai tempat "pelarian" sebab pada hakekatnya ia merupakan bagian dari alam.

Konsep di atas telah dibuktikan oleh Roger Ulrich (1984) melalui publikasinya dalam majalah *Science* lewat studinya dalam pengobatan pasien bedah dengan perlakuan memberi akses pemandangan alam ke luar gedung. Hasil studinya

menunjukkan terdapat hubungan antara waktu rawat inap, penggunaan obat penghilang rasa sakit, dan adanya pemandangan alami. Pasien yang dirawat dalam ruang yang mempunyai pemandangan alam melalui jendela lebih cepat sembuh dan menggunakan sedikit obat penghilang rasa sakit.

Dalam perkembangan selanjutnya, konsep terapi ruang luar berupa taman terapeutik (*therapeutic garden*) mulai diadopsi sebagai bagian terintegrasi dalam pendekatan pengobatan di beberapa negara, seperti Amerika Serikat, Kanada, Inggris, Australia, Jepang, Korea, dan Malaysia.

## "Bermain Dan Belajar", Tema Utama Untuk Anak

Bentuk terapi ruang luar ini juga meluas tidak saja terbatas pada terapi pasif menikmati pemandangan alami, tetapi juga terapi gerak, seperti berjalan, memanjat dan beristirahat, termasuk



Otak manusia lebih mudah mencerna informasi yang berasal dari lingkungan alam daripada informasi yang berasal dari lingkungan artifisial.

FOTO: HERDIAMAH B. LOKASI: ETIK COTAN, BANCAMAYA BOGOR



Jika permainan kreatif penting untuk perkembangan anak normal, maka bermain sambil belajar dijadikan tema utama dalam program rehabilitasi medis bagi anak penyandang keterbatasan.

FOTO: TAN RAHADIEN (DOK. RUMAH)

partisipasi dalam kegiatan menanam dan merawat tanaman (*horticultural therapy*).

Penyandang cacat umumnya memiliki berbagai keterbatasan dalam gerak (*restricted mobility*), daya tahan yang berkurang (*reduce endurance*), motivasi menurun (*reduction motivation*), dan rasa takut berbuat salah (*fear to failure*).

Taman didesain untuk membantu penderita, terutama anak-anak dengan berbagai keterbatasan dalam mencapai jenjang kemandirian secara fisik, sosial, emosional, dan vokasional pada tingkat tertinggi. Desain taman dibuat untuk mendorong penderita agar dapat berinteraksi, baik dengan sesama penderita maupun dengan berbagai objek alami di dalam taman.

Permainan kreatif merupakan unsur penting dalam perkembangan anak normal. Untuk itu, dalam program rehabilitasi medis bagi anak penyandang keterbatasan, terapi bermain menjadi tema utama. Desain taman dikembangkan untuk mengintegrasikan antara bermain dan belajar. Berbagai elemen permainan buatan dan tampilan fenomena alam dipadu dalam desain bernuansa alam sehingga taman dalam pandangan pasien merupakan arena bermain dan bersosial.

Dengan desain yang ada diusahakan agar keterbatasan yang disandang oleh individu anak tidak memengaruhi kemungkinan perkembangan anak secara normal. Semangat yang diharapkan dalam terapi ini adalah agar setiap individu dapat secara aktif membangun kemampuan yang ada dalam dirinya sendiri. Untuk itu, penderita diberi kebebasan dan didorong untuk mencoba berbagai aktivitas dan objek permainan yang disukai dengan caranya masing-masing.

## Aneka Terapi Ruang Luar

Penyandang keterbatasan umumnya memiliki gangguan dalam mengintegrasikan panca indera secara akurat terhadap unsur warna, cahaya, suara, dan tekstur. Dalam program rehabilitasi ini dilakukan upaya pembangkitan dan stimulasi seluruh indera untuk menolong penderita dalam menata informasi yang diperoleh sehingga memiliki kemampuan untuk belajar dan menggunakannya secara efektif di dalam lingkungannya.



Menelusuri arah gerakan angsa yang berenang di air dapat melatih visual.

FOTO: DOK. RUMAH

## • Melatih Indra Perasaan

Stimulasi indera perasaan melalui rabaan (*tactile*) dilatih dengan merasakan panasnya sengatan matahari, rabaan pada berbagai kualitas permukaan dan tekstur berupa pasir, lumpur, kayu, kulit kayu, batu, dedaunan, dan bunga.



Merasakan sentuhan pada kerasnya batu dan panasnya jalan setapak di siang hari melatih indera perasaan.

FOTO: HERMANSIDI

LEMASI, ETR, COTAKI, BANGKAMAYA BOGOR

## • Mempertajam Indra Pendengaran

Stimulasi pendengaran (*auditory*) dilakukan dengan memperdengarkan berbagai sumber suara secara interaktif seperti lonceng, suara air mengalir, suara bisung lalu lintas, dengungan lebah, dan kicauan burung.

## • Meningkatkan Kemampuan Visual

Kemampuan visual distimulasi melalui latihan menelusuri jejak tetesan air, arah pergerakan ikan, serta perubahan cahaya dan bayangan. Stimulasi juga dilakukan melalui permainan aneka bentuk, ukuran, warna dan buka-tutup untuk membangkitkan ragam pengalaman yang luas terhadap aspek ruang dan visual bagi anak.

## • Memperbaiki Kepekaan Penciuman

Kepekaan penciuman dan cita rasa dilatih melalui pengalaman dengan stimulasi melalui berbagai sumber bau, seperti tanah lembap, aroma



Permainan yang menantang merupakan medan latihan yang menstimulasi koordinasi mata-tangan-kaki.

FOTO: TAN RAHMAN (DOK. RUMAH)

bunga mawar, dan rempah. Di kebun, penderita menanam berbagai jenis tanaman, termasuk herba, rempah, dan sekaligus mencicipi aneka ragam sajian.

## • Melatih Keseimbangan

Sistem keseimbangan (*vestibular system*) dilatih untuk memahami konsep terbalik (*upside down*), gerak, kecepatan dan ke arah pergerakan. Penderita keterbatasan seringkali mengalami kesulitan untuk mengembangkan dan mengintegrasikan konsep, keterampilan gerak dan koordinasinya.

## • Menstimulasi Koordinasi Mata, Kaki, Dan Tangan

Kombinasi olah bentuk lahan (*topografi*) dan perangkat permainan yang menantang merupakan medan latihan yang menstimulasi koordinasi mata-tangan-kaki, keseimbangan,

kewaspadaan ruang, posisi tubuh, keterampilan gerak tubuh, refleks gerakan dan grafiti pada berbagai tingkat pengalaman. Padang rumput dengan lereng bergelombang, jembatan dan terowongan, memungkinkan penderita untuk bergerak dan mendapatkan berbagai pengalaman langsung di dalam taman. Berbagai permainan, seperti perosotan, tangga dan tanjakan dengan beragam ukuran dibangun pada lereng, mendorong penderita bergerak dari kursi roda dan secara aktif memanjat dan meluncur. ①

\*Staf pengajar Departemen Arsitektur Lanskap, Fakultas Pertanian, IPB

**fischer**  
FIXING SYSTEMS

**“Our Quality means Safety”**

Ini yg terjadi kalau ngga pakai fischer yang asli

AMAN, KUAT MUDAH DIPASANG

DAPATKAN DI SUPERMARKET BANGUNAN DI KOTA ANDA

**Mr. SAFETY**  
your reliable building partner

www.mrsafetygroup.com  
info@mrsafetygroup.com  
Telp : (021) 4682 7019, 4682 6759  
Fax : (021) 460 5134