

Ruang Pengobatan di Pusat Yoga-Ayurveda: Kajian Pustaka

Ida Ayu Ketut Andriyogi Pradnyaswari¹ & Imam Santosa²

^{1,2}Program Studi Magister Desain, Fakultas Seni Rupa dan Desain, Institut Teknologi Bandung

Email: dayuandriyogi@gmail.com

Abstrak. Penelitian ini mengkaji pustka mengenai pengembangan pemahaman baru tentang keilmuan ruang penyembuhan pada pelayanan kesehatan holistik serta peran pengobatan Ayurveda pada ruang pengobatan Yoga. Pariwisata tumbuh dan berkembang menjadi kebutuhan dasar manusia hingga mendorong perkembangan produknya menjadi berbagai hal, salah satunya adalah wisata spiritual. Wisata spiritual merupakan paket layanan kesehatan jasmani dan rohani yang ditujukan untuk orang yang sehat. Promosi wisata spiritual juga berkembang pesat sehingga membutuhkan diversifikasi produk yang unik. Krisis pelayanan kesehatan modern mendorong eksistensi pelayanan kesehatan holistik dalam meningkatkan lingkungan yang positif. Sistem pengobatan Ayurveda dan Yoga dapat memberikan solusi untuk krisis tersebut. Rujukan desain interior yang baik dan benar untuk ruang pengobatan Yoga juga belum tersedia, sehingga pendiri atau perancang tidak memahami dengan baik hubungan spasial untuk kenyamanan serta nilai penyembuhan. Fungsionalitas yang direlasikan dengan lokalitas dapat menghadirkan suasana dan nuansa baru pada ruang pengobatan Yoga. Studi dilakukan untuk mengidentifikasi ruang pengobatan Yoga yang berkorelasi dengan lokalitas dan ruang penyembuhan. Pendekatan penelitian ini menggunakan studi kepustakaan dengan analisis deskriptif. Signifikansi penelitian ini untuk memberikan pemahaman baru dan pengembangan keilmuan tentang ruang pengobatan Yoga dan Ayurveda pada manusia dan ruang interior.

Keywords: *wisata spiritual; ruang penyembuhan; desain interior; Ayurveda; ruang pengobatan Yoga.*

1 Pendahuluan

Maslow (1943) menyebutkan bahwa salah satu hierarki kebutuhan manusia adalah aktualisasi diri. Hal ini menjadi motivasi manusia untuk membentuk cara berpikirnya seperti menjaga kesehatan. Pariwisata hadir sebagai layanan yang memberikan pilihan dan evolusi manusia untuk mendapatkan pengalaman hingga munculnya berbagai macam produk pariwisata, seperti wisata spiritual. Promosi wisata kesehatan ini berasal dari kata 'wellness' yang dikenalkan oleh dokter Halbert Dunn sebagai pembawa citra kesejahteraan tubuh, jiwa, dan pikiran (Mueller, 2001). Paket pariwisata ini terus berkembang diberbagai dunia. Mueller (2001) menyatakan wisata spiritual merupakan bagian dari wisata kesehatan yang ditujukan untuk orang sehat dengan memberikan pelayanan paket kesehatan seperti kecantikan, kebugaran, spa, dan produk terapi. Perkembangan wisata spiritual mulai tumbuh karena promosi Novel 'Eat Pray Love' karya Elizabeth Gilbert tahun 2006 (Williams, 2014). Motivasi dengan cara berpikir manusia untuk menciptakan kesejahteraan hidup yang sehat juga berbanding lurus dengan kebutuhan lingkungan yang dapat memfasilitasi aktivitas.

Pelayanan kesehatan menjadi tempat untuk memberikan pengobatan dan rehabilitatif, namun tidak semua orang dapat mengakses layanan ini serta tekanan produk pasar yang mendorong untuk praktik kuratif. Pelayanan kesehatan modern yang krisis mendorong eksistensi pelayanan kesehatan holistik untuk menawarkan perawatan dengan cara promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif. Kesehatan merupakan isu penting sebagai masalah yang diselesaikan secara bersama. Berdasarkan data hasil pemantauan World Health Organization (WHO) tahun 2018 kematian di dunia begeser akibat dari aktivitas fisik yang kurang, sehingga WHO mempromosikan sebuah program 'WHO Global action plan on physical activity and health 2018-2030: More active people for a healthier world'. Salah satu indikator program ini adalah menciptakan lingkungan yang aktif dengan melakukan kegiatan Yoga. Pelayanan kesehatan holistik dapat mendukung tercapainya penyediaan lingkungan seperti ruang penyembuhan.

Ruang penyembuhan adalah tempat yang menggabungkan prinsip penyembuhan dan desain berbasis bukti untuk mendukung, memaksimalkan, dan meningkatkan penyembuhan (Sakallaris et al, 2015). Aksesibilitas ruang penyembuhan menjadi alternatif semua orang untuk mendapatkan pelayanan kesehatan yang layak. Kehadiran ruang penyembuhan holistik yang perawatannya didasarkan pada tradisi dan budaya menciptakan perawatan kesehatan yang unik. Sistem pengobatan Ayurveda dan Yoga bertujuan untuk saling melengkapi dengan menciptakan keseimbangan latihan fisik, pernapasan, meditasi, dan relaksasi (Patwardhan, 2015). Pendekatan pengobatan Ayurveda telah berkembang pesat di seluruh dunia, baik di daerah Amerika atau pun Asia. Ayurveda merupakan kebudayaan pengobatan yang berasal dari India sebagai ilmu pengetahuan tentang kehidupan (Patwardhan, 2015). Arsitektur dapat berperan sebagai media dalam memfasilitasi kegiatan dan proses penyembuhan untuk mencapai nilai positif penyembuhan (DuBose et al, 2018). Pengalaman ruang dan tempat dipertimbangkan sebagai bentuk dan makna ruang pengobatan Yoga. Perspektif tentang ruang penyembuhan yang berfokus pada pikiran dan spiritual belum ditinjau secara memadai hingga saat ini (DuBose et al, 2018). Karakteristik pengobatan Ayurveda dielaborasi dengan ruang penyembuhan holistik yang berkarakteristik lokal berwawasan universal sehingga menjadi petunjuk dalam penelitian untuk dikaji lebih dalam. Hubungan desain dengan lingkungan dan manusia dapat dipahami lebih lanjut sebagai sinergi adaptif dengan alam dan lingkungan khususnya pada ruang pengobatan Yoga. Oleh karena itu, perlu adanya suatu kajian tentang peran desain dalam memfasilitasi ruang penyembuhan holistik yang berelasi dengan kebudayaan pengobatan Ayurveda. Hasil penelitian ini sebagai rujukan implikasi hubungan ruang pengobatan Yoga dengan Ayurveda dalam desain dan kehidupan modern saat ini. Penelitian ini juga mendukung signifikansi Pembangunan Berkelanjutan (Sustainable Development Goals) dan program Rencana Tindakan Global tentang Aktivitas Fisik 2018-2030.

2 Metode

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kepustakaan yang dianalisis secara deskriptif. Pustaka yang digunakan berasal dari beberapa penelitian terdahulu yang berkaitan dengan topik penelitian dan kajian teori tentang kesehatan, arsitektur interior berwawasan budaya, terapi yoga,

dan ruang penyembuhan. Istilah kesetan lainnya yang digunakan dalam pencarian ini adalah “CAM” merupakan singkatan dari Complementer and Alternative Medicine serta istilah “T&CM” yaitu Traditional and Complementer Medicine. Pencarian awal ini menghasilkan 35 artikel yang berpotensi relevan, setelah melakukan pengkajian, penelitian ini menggunakan istilah penyembuhan, pengobatan, dan terapi. Agar memfokuskan penyelidikan literatur terkait, tinjauan ini berfokus pada spiritual, budaya, dan penyembuhan pada ruang pengobatan Yoga, karena hal ini belum ditinjau secara memadai hingga saat ini.

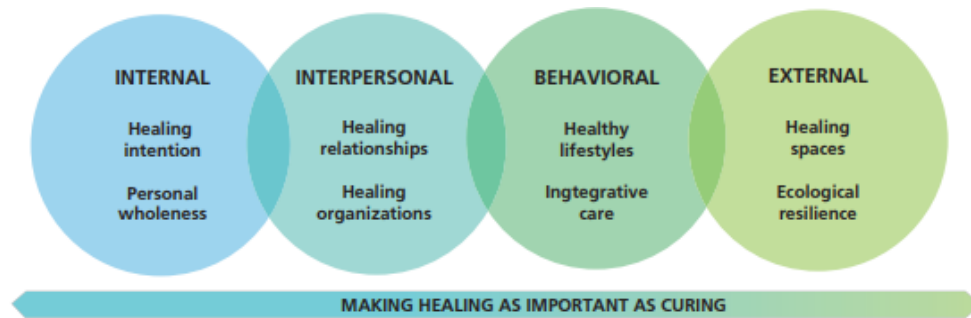
3 Pembahasan

3.1 Ruang dan Tempat

Filosofi mengenai tempat dapat dikategorikan menjadi dua pendekatan yaitu secara epistemologis dan fenomenologis (Freestone, 2016). Berkaitan dengan penelitian, makna tempat yang digunakan adalah fenomenologis. Pendekatan fenomenologis berfokus pada keberadaan sebuah tempat seperti teori Relph, 1976 dan Tuan, 1977. Dalam buku *Space and Place: The Perspective of Experience* karya Tuan tahun 1977 mendefinisikan ruang sebagai seting sebuah ide yang diciptakan secara kompleks menjadi dua dasar prinsip spasial yaitu 1) hubungan antar manusia dan 2) postur dan struktur tubuh manusia. Ruang digambarkan sebagai sumbu poros yang dapat bergerak pada berbagai arah dengan berkoordinat pada suatu posisi (Tuan, 1977). Tubuh manusia menempati sebagian kecil ruang dengan bersumbu pada depan-belakang atau kiri-kanan. Ruang depan disebut sebagai ruang visual. Pengalaman waktu terhadap ruang memberikan persepsi yang berbeda terhadap suasana dan pemikiran tentang ruang terhadap dirinya. Manusia dibentuk oleh tiga masa waktu yaitu masa lampau, masa kini, dan masa depan (Tuan, 1977). Tempat merupakan hasil dari sebuah ruang, sehingga tempat memiliki proyeksi yang lebih kecil dibandingkan ruang (Tuan, 1977). Tempat juga dimaknai sebagai jeda waktu. Suryawan (2021) menjelaskan bahwa transformasi ruang, tempat, dan waktu sebagai siklus daur ulang yang saling mempengaruhinya. Ruang menghasilkan dialong, waktu menghasilkan narasi, ruang dan waktu menghasilkan pengalaman ruang, tempat dan waktu menghasilkan persepsi spasial, serta manusia mengalami ruang, tempat, dan waktu.

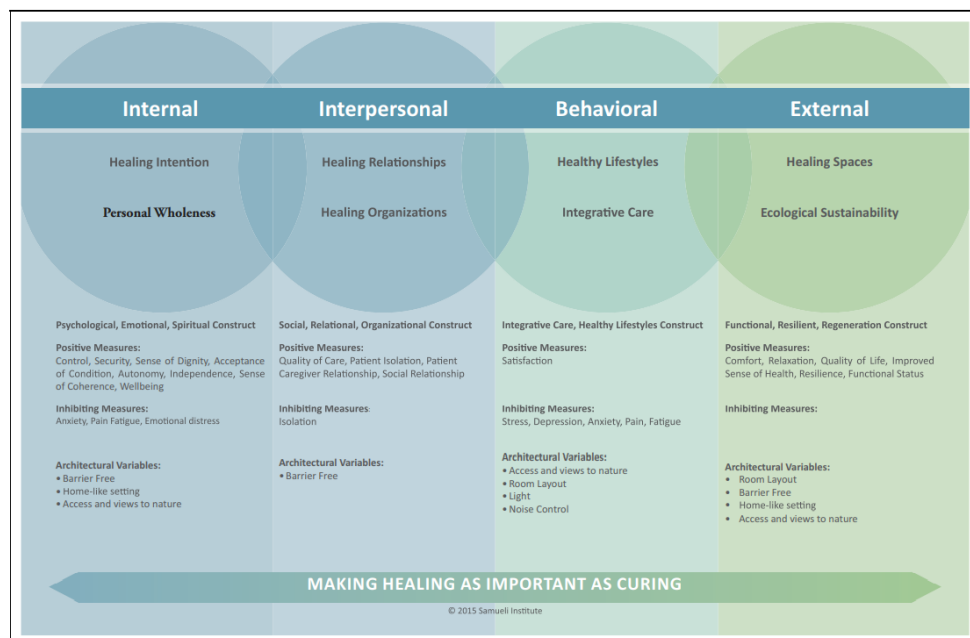
3.2 Lingkungan Penyembuhan

Berdasarkan hasil penelitian Sakallaris et al (2015) konsep Konsep Optimal Healing Environment (OHE) yang diciptakan oleh Institut Samuelli dikembangkan sebagai kerangka konseptual pelayanan kesehatan dalam merancang lingkungan penyembuhan yang ideal menjadi empat komponen. Empat konstruksi lingkungan penyembuhan tersebut terdiri dari internal, interpersonal, perilaku, dan eksternal. Ruang penyembuhan merupakan salah satu bagian dari lingkungan penyembuhan eksternal (Gambar 1). Lingkungan eksternal merupakan lingkungan fisik yang berguna sebagai tempat beraktivitas manusia sehingga memberikan dampak secara kohesif terhadap pikiran, tubuh, dan jiwa.



Gambar 1 Kerangka lingkungan penyembuhan optimal (Sakallaris et al, 2015).

Ruang penyembuhan memiliki prinsip penggabungan desain berbasis bukti dengan prinsip penyembuhan (Sakallaris et al, 2015). Desain berbasis bukti merupakan pengembangan aspek kesehatan desain dengan kondisi lingkungan untuk memudahkan peneliti dalam menilai beberapa elemen dasar yang membentuk suatu tempat dalam lingkup kesehatan yaitu alam, keaslian, varietas, vitalitas, dan warisan (Beatley, 2018). Berdasarkan penelusuran lebih lanjut yang dilakukan oleh DuBose et al (2018) bahwa ruang penyembuhan sebagai faktor yang memfasilitasi sebuah konstruksi penyembuhan, ada pun beberapa hasil penelusuran studi literatur terhadap 40 artikel ditemukan terdapat enam variabel arsitektur yang dapat digunakan sebagai pengukuran dan berhubungan dengan konstruk penyembuhan nilai positif atau negatif. Empat kerangka Sakallaris et al (2015) dikembangkan kembali dari hasil temuan tinjauan literatur yang ditemukan oleh DuBose et al (2018) seperti Gambar 2.



Gambar 2 Langkah-langkah positif dan penghambatan lingkungan penyembuhan yang optimal (DuBose et al, 2018).

Kontribusi elemen arsitektur dengan penyembuhan memberikan sebuah gambaran tentang peran elemen dasar terhadap empat konstruksi yaitu psikologi, kemajuan diri, hubungan sosial, dan fungsional dengan enam variabel arsitektur yaitu lingkungan seperti rumah, akses dan pemandangan alam, pencahayaan, pengaturan kebisingan, ruang bebas hambatan, dan layout. Penelitian ini dikembangkan lebih lanjut oleh Sabar (2020) dalam ruang penyembuhan holistik, hasilnya bahwa enam variabel arsitektur tersebut memiliki peran berbeda pada setiap jenis ruang terapi. Misalnya ruang terapi yoga hanya berhubungan dengan akses dan pemandangan alam, pencahayaan, pengaturan kebisingan, dan ruang bebas hambatan. Ruang penyembuhan holistik juga dibagi menjadi tiga fasilitas yaitu fasilitas utama, fasilitas terapi, dan fasilitas penunjang. Chun (2016) juga mengembangkan faktor eksternal yang berhubungan dengan fungsional lingkungan penyembuhan menjadi tujuh kategori yaitu lingkungan aman, lingkungan terapeutik, lingkungan sosial, lingkungan pendukung, lingkungan penguatan orientasi, serta kebersihan dan kenyamanan.

3.3 Kesehatan

Kesehatan berawal dari masa prasejarah seperti shamimisme dan etnomedis yang mengembangkan tradisi perawatan supranatural. Seremonial, dan ritual (Patwardhan, 2015). Kemudian, kesehatan berkembang seiring dengan sejarah peradaban manusia yang diawali oleh Mesir, Asyur, Babilonia, Ibrani, Afrika, Arab, Cina, dan India melalui pengobatan tradisional. Ilmu kesehatan juga berkembang bersamaan dengan ilmu pengetahuan sains, ilmu alam identik dengan pengetahuan modern yang berkembang di daerah Barat, sedangkan daerah Timur dikenal sebagai perkembangan tradisi, pragmatis, dan intuitif. Secara umum kesehatan terbagi menjadi dua kategori yaitu pengobatan modern dan pengobatan tradisional. Pengobatan modern juga disebut sebagai pengobatan konvensional, pengobatan ortodoks, alopati, dan biomedis Barat yang diwakili oleh farmakologi, patologi, terapi, dan ilmu terapan (Patwardhan, 2015). Teknik pengobatan ini berfokus pada gejala, fisik, dan penyakit. Pengobatan tradisional dikembangkan menjadi beberapa kategori, T&CM adalah istilah singkatan dari Traditional and Complementary Medicine yang merujuk pada sistem pengobatan tradisional seperti Ayurveda India, Pengobatan Tradisional Cina (TCM), Kamboja, Jepang, Sasang Korea, Unani Yunani-Arab, Osteopati, Homeopati, dan Naturopati serta dalam praktiknya mencakup Yoga dan Akupunktur (Patwardhan, 2015). NCCAM dan CCIH juga mengembangkan istilah penggunaan pengobatan tradisional yang disebut dengan Complementary and Alternative Medicine (CAM). Kategorisasi CAM terdiri dari tiga bagian yaitu produk alami, latihan pikiran dan tubuh, dan pendekatan kesehatan komplementer lainnya. Ayurveda merupakan pendekatan kesehatan komplementer lainnya melalui pengobatan tradisional. Ayurveda merupakan ilmu pengetahuan tentang kehidupan sebagai hubungan mikrokosmos dan makrokosmos dalam keharmonisan tubuh, jiwa, dan pikiran (Patwardhan, 2015). Ayurveda berkembang dari sistem pengobatan tradisional, hingga menjadi rasional dan berbasis bukti. Teknik pengobatan Ayurveda berfokus pada pencegahan penyakit dan perawatan kesehatan pada kehidupan individu.

3.4 Desain Interior Berbasis Budaya

Ekspresi tingkat budaya dalam arsitektur interior dibagi menjadi tiga aspek yaitu lapisan luar, lapisan tengah, dan lapisan dalam (Liang, 2014). Pendekatan ini digunakan sebagai cara untuk memahami budaya yang direpresentasikan pada arsitektur interior. Budaya daerah dapat tercermin dalam desain interior arsitektur yang mengacu pada gaya lokal, nasional, dan budaya dalam sejarah. Lapisan luar merupakan lapisan permukaan yang mengacu pada bentuk (Liang, 2014). Ekstraksi bentuk diimplementasikan melalui beberapa aspek yaitu kelanjutan dari bentuk struktur arsitektur tradisional, pengaturan denah fasilitas, langit-langit ekspos, lukisan, kaligafri, dekorasi, dan pola dekoratif pada fasad ruang. Lapisan tengah merupakan lapisan yang mengkombinasikan materi perantara budaya dengan kombinasi pikiran dan perasaan dengan perantara budaya dalam ruang organisasi (Liang, 2014). Pada lapisan tengah mengutamakan operasi, penggunaan ruang, fungsi, dan keamanan sehingga lapisan tengah mengacu pada makna (meaning) melalui esensi cara berpikir tradisional. Penerapan esensi ini dapat diaplikasikan dengan material dan teknologi baru yang disesuaikan dengan penggunaan seperti merevitalisasi. Lapisan dalam merupakan lapisan yang mengacu pada prinsip jiwa (spirit) dari budaya tradisional meliputi estetika, cara berpikir, sentimenmoral, emosi keagamaan, dan karakter bangsa (Liang, 2014). Jiwa dalam ruang direpresentasikan dari makna dan ide yang kuat, berani, lapang, tulus, dan jujur terhadap kekuatan alam yang membentuk kepribadian yang terhormat (Liang, 2014). Makna tradisional dalam arsitektur dapat tercermin dengan mengekstrak bentuk dan simbol dari elemen tradisional yang menampilkan suasana budaya tradisional secara orsinil dalam arsitektur interior.

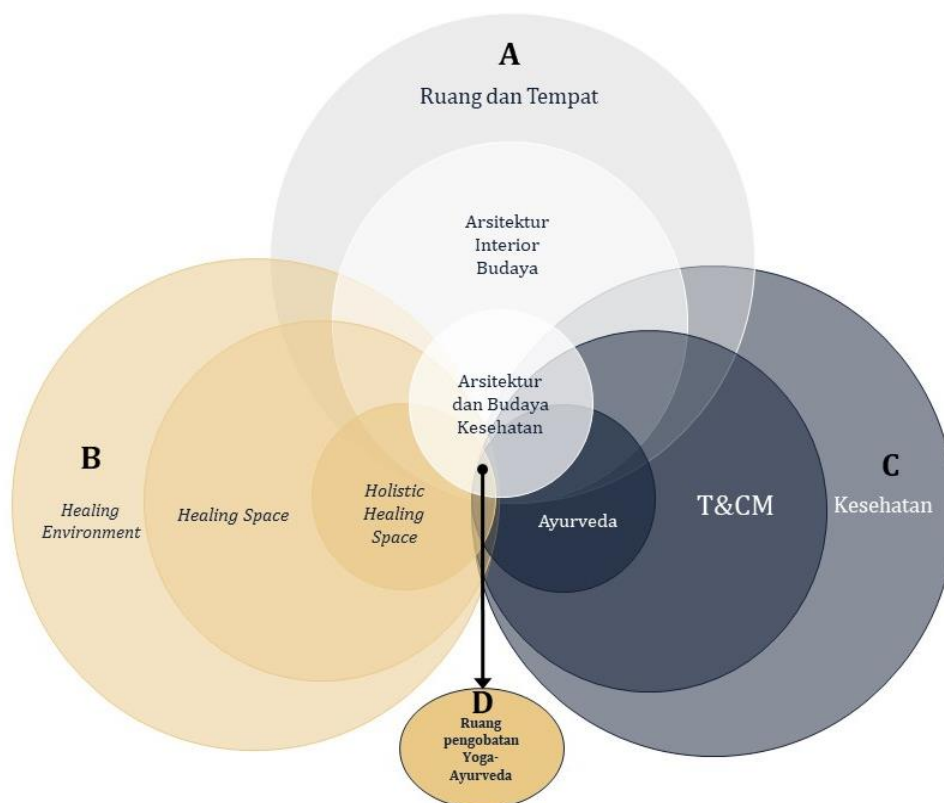
3.5 Arsitektur dan Budaya Kesehatan

Yoga berasal dari kata 'Yuj' yang bermakna penyatuan dengan alam (moksa) dan salah satu praktik terapi Ayurveda bertujuan sebagai alternatif perawatan kesehatan, mempromosikan gaya hidup sehat, melibatkan Latihan fisik sistematis, pernapasan, meditasi, serta teknik relaksasi (Patwardhan, 2015). Penelitian Yoga dan Ayurveda dengan pendekatan ilmiah berbasis bukti diperlukan sebagai dukungan terhadap sistem perawatan kesehatan dan inovasi (Patwardhan, 2014). Studio Yoga dirancang dengan menciptakan lingkungan yang memberikan ruang penyembuhan dengan mendekatkan pada lingkungan (McClure, 2015). Kemudian, McClure (2015) menjeaskan lebih lanjut bahwa prinsip yang membantu menciptakan lingkungan yang aman untuk terapi yoga dibagi menjadi dua aspek yaitu ruang fisik dan ruang psikis, bahwa ruang fisik diciptakan dari elemen fisik ruang sedangkan ruang psikis diciptakan dari komunikasi dan peran sosial guru yoga. Arsitektur dan budaya kesehatan sebagai gabungan dari arsitektur yang membentuk, budaya sebagai makna, dan kesehatan sebagai tujuan. Kombinasi ketiganya menciptakan ruang terapi yang berbasis pada kebudayaan seperti studio yoga.

4 Temuan

Berdasarkan beberapa kajian pustaka yang telah diulas pada subab sebelumnya maka penulis menemukan keterkaitan teori seperti pada Gambar 3. Terdapat tiga domain yang menciptakan 'Ruang Pengobatan Yoga-Ayurveda. Ruang dan tempat merupakan lapisan terluar yang meliputi ruang fisik dan psikis dalam

bentuk, makna, dan jiwa yang terkandung di dalam arsitektur interior budaya. Arsitektur dapat berperan baik secara fisik dan psikis sebagai fasilitas dalam aktivitas manusia untuk mencapai suatu penyembuhan yang ditransformasi dengan budaya. Hal ini merupakan gabungan dari arsitektur, budaya, dan kesehatan. Studio yoga merupakan salah satu ruang terapi yang mengimplementasikan konsep tersebut. Lingkaran penyembuhan adalah lapisan terluar yang terdiri dari empat kerangka, salah satunya adalah eksternal. Ruang penyembuhan merupakan salah satu bagian dari lingkungan penyembuhan. Ruang penyembuhan holistik sebagai bagian dari ruang penyembuhan yang berfokus pada pengobatan tradisional. Domain ketiga merupakan kesehatan sebagai lapisan terluar yang berkembang bersamaan dengan peradaban manusia dan ilmu pengetahuan alam. Berdasarkan Teknik pengobatannya kesehatan dibagi menjadi dua kategori yaitu pengobatan modern dan pengobatan tradisional. Pengobatan tradisional dikembangkan menjadi lebih spesifik ke beberapa istilah yaitu T&CM dan CAM. Ayurveda merupakan bagian dari T&CM dan CAM yang bertujuan untuk mencegah, mempromosikan, mengobati, dan merehabilitasi yang berfokus pada kehidupan individual dengan perawatan tradisional.



Gambar 3 Irisan hubungan ruang dan tempat, lingkungan penyembuhan, dan kesehatan (Pradnyaswari, 2021).

Hubungan tiga domain yaitu ruang dan tempat, lingkungan penyembuhan, dan kesehatan dalam penelitian ini menemukan bahwa ruang pengobatan Yoga-Ayurveda terbentuk dari tiga irisan tersebut. Studio yoga merupakan bagian dari arsitektur dan budaya kesehatan yang implementasinya berfokus pada kebugaran jasmani atau pun rohani. Hal ini berbeda dengan ruang pengobatan Yoga yang berada dalam lingkungan penyembuhan seperti terapi Ayurveda. Beberapa tempat menyediakan kedua program ini dipisahkan, tetapi terdapat beberapa kasus yang menyatukannya sehingga ruang pengobatan Yoga-Ayurveda berbeda dengan studio yoga modern. Ruang pengobatan Yoga-Ayurveda didasari oleh arsitektur dan interior yang berprinsip pada budaya geografis, pengguna, dan sejarah pengobatan tersebut.

5 Penutup

5.1 Kesimpulan

Penelitian ini dilakukan untuk memberikan ilmu pengetahuan dan wawasan mengenai ruang pengobatan Yoga berbasis Ayurveda. Pemahaman tentang ruang pengobatan Yoga-Ayurveda dalam Gambar 3 memberikan informasi tentang definisi ruang pengobatan holistik dalam perspektif budaya dan kesehatan. Lingkungan penyembuhan melalui pentingnya fungsionalitas dengan hadirnya ruang penyembuhan pada bagian holistik. Implikasi penelitian ini dapat digunakan sebagai rujukan terhadap penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan ruang terapi yoga. Identifikasi ruang dan tempat sebagai arsitektur interior budaya menyebabkan hadirnya arsitektur dan budaya kesehatan. Ruang pengobatan untuk Yoga dengan Ayurveda dapat menjadi ranah penelitian baru yang mendukung penelitian berbasis bukti pada desain dan kesehatan.

5.2 Ucapan Terimakasih

Penelitian ini didukung oleh beberapa pihak sehingga peneliti mengucapkan terimakasih kepada Rektor Institut Teknologi Bandung, Dekan Sekolah Pascasarjana Institut Teknologi Bandung, Kepala Program Studi Magister Desain Institut Teknologi Bandung, dan dosen yang membimbing dalam penelitian.

References

- [1] Afianto, A., & Mappajaya, A., Pusat Pelatihan Meditasi Yoga di Surabaya Merupakan Wujud Interpretasi dari Kontemplasi, *Jurnal Sains dan Seni ITS*, 2(1), G11-G14, 2013.
- [2] Ayala, S. G., Wallson, K., dan Birdee, G, Characteristics of yoga practice and predictors of practice frequency, *International journal of yoga therapy*, 28(1), 107-111, 2018.
- [3] Beatley, T., Jones, C. L., & Rainey, R., *Healthy Environments, Healing Spaces: Practices and Directions in Health*, 2018.
- [4] Berent, G. R., Zeck, J. M., Leischner, J. A., & Berent, E. A, Yoga as an alternative intervention for promoting a healthy lifestyle among college students, *Journal of addictions nursing*, 25(4), 167-171, (2014).

- [5] Bhargav, H., Nagarathna, R., & Nagendra, H. R., Yoga Based Lifestyle for Prevention of Medical Emergencies, *Int J Emerg Ment Health*, 17, 661-663, 2015.
- [6] Bignante, E., Therapeutic landscapes of traditional healing: building spaces of well-being with the traditional healer in St. Louis, Senegal, *Social & Cultural Geography*, 16(6), 698-713, 2013.
- [7] Blankenberger, D., Yoga and architecture : a philosophical design approach : an honors thesis (HONRS 499), Ball State University, 2016.
- [8] DuBose, J., MacAllister, L., Hadi, K., & Sakallaris, B., Exploring the concept of healing spaces, *HERD: Health Environments Research & Design Journal*, 11(1), 43-56, 2018.
- [9] Dwivedi, S., & Tyagi, P., Yoga as a health promotion lifestyle tool, *Indian Journal of Medical Specialities*, 7(1), 29-34, 2016.
- [10] Firth, K., Smith, K., Sakallaris, B. R., Bellanti, D. M., Crawford, C., & Avant, K. C., Healing, a concept analysis, *Global advances in health and medicine*, 4(6), 44-50, 2015.
- [11] Ghoomi, H. A., Yazdanfar, S. A., Hosseini, S. B., & Maleki, S. N., Comparing the components of sense of place in the traditional and modern residential neighborhoods, *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 201, 275-285, 2015.
- [12] Gifford, R., & McCunn, L. J., Appraising and Designing Built Environments that Promote Well-Being and Healthy Behaviour, *Environmental Psychology: An Introduction*, 104-112, 2018.
- [13] Harmon, J., & Kyle, G., Connecting to the trail: Natural spaces as places of healing, *Leisure Sciences*, 1-16, 2020.
- [14] Kirk Hamilton, D., Evidence-Based Practice: Four Levels Revisited, *HERD: Health Environments Research & Design Journal*, 13(3), 26-29, 2020.
- [15] Kjellgren, A., & Andersson, M., Relaxation and Wellness through Yoga Practice, *Journal of Yoga & Physical therapy*, 5(4), 2015.
- [16] Langford, J., Ayurvedic interiors: Person, space, and episteme in three Medical Practices, *Cultural Anthropology*, 10(3), 330-366, 1995.
- [17] Liang, X., Regional Culture Expressed in Modern Architecture Design, *Cross-Cultural Communication*, 10(6), 148-151, 2014.
- [18] MacAllister, L., Bellanti, D., & Sakallaris, B. R., Exploring Inpatients Experiences of Healing and Healing Spaces: A Mixed Methods Study, *Journal of patient experience*, 3(4), 119-130, 2016.
- [19] McClure, B., Yoga therapy: Building a holding environment for somatic and psyche change, *International Journal of Yoga Therapy*, 25(1), 21-26, 2015.
- [20] Mueller, H., & Kaufmann, E. L., Wellness tourism: Market analysis of a special health tourism segment and implications for the hotel industry, *Journal of vacation marketing*, 7(1), 5-17, 2001.
- [21] Norman, M., Transforming space? Spatial implications of yoga in prisons and other carceral sites, *Race and Yoga*, 4(1), 2019.
- [22] Patel, S., Klagholz, S., Peterson, C. T., Weiss, L., Chopra, D., & Mills, P. J., Psychosocial Effects of a Holistic Ayurvedic Approach to Well-being in Health and Wellness Courses, *Global advances in health and medicine*, 8, 2019.

- [23] Patwardhan, B., Bridging Ayurveda with evidence-based scientific approaches in medicine, *EPMA Journal*, 5(1), 1-7, 2014.
- [24] Patwardhan, B., Mutalik, G., & Tillu, G., *Integrative approaches for health: Biomedical research, Ayurveda and Yoga*, Academic Press, 2015.
- [25] Petermans, A., & Cain, R., *Design for Wellbeing: An Applied Approach*, Routledge, 2019.
- [26] Relph, E., *Place and placelessness* (Vol. 67), London: Pion, 1976.
- [27] Rioux, J. G., Why Ayurvedic Yoga Therapists and Why Now?, *International Journal of Yoga Therapy*, 25(1), 27-30, 2015.
- [28] Sabar, D. P., & Djimantoro, M. I., The application of healing space concept in holistic care facilities: a brief guideline for design, *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 426(1), 012068, IOP Publishing, 2020.
- [29] Sakallaris, B. R., Macallister, L., Voss, M., Smith, K., & Jonas, W. B., Optimal healing environments, *Global Advances in Health and Medicine*, 4(3), 40-45, 2015.
- [30] Sullivan, M. B., & Robertson, L. C. H., *Understanding Yoga Therapy: Applied philosophy and science for health and well-being*, Routledge, 2020.
- [31] Suryawan, A. F., & Katoppo, M. L., Relasi Lokalitas terhadap Gaya Desain Principal, *Prosiding Seminar Nasional Desain Sosial (SNDS)*, 3 (1), 396-403, 2021.
- [32] Taylor, M. J., dan McCall, T., Implementation of yoga therapy into US healthcare systems, *International journal of yoga therapy*, 27(1), 115-119, 2017.
- [33] Tjandra, D. C., Kajian Feng Shui aliran bentuk pada tempat latihan yoga: DSC Yoga Studio dan Revive Studio, *Tesis Pascasarjana Program Arsitektur, Universitas Katolik Parahyangan*, 2020.
- [34] Tuan, Y. F., *Space and place: The perspective of experience*, U of Minnesota Press., 1977.
- [35] Ventegodt, S., Kandel, I., Ervin, D. A., & Merrick, J., Concepts of holistic care, *Health care for people with intellectual and developmental disabilities across the lifespan*, pp. 1935-1941, 2016.
- [36] Williams, R., Eat, Pray, Love: Producing the Female Neoliberal Spiritual Subject, *The Journal of Popular Culture*, 47, 613-633, 2014.
- [37] World Health Organization, *Global action plan on physical activity 2018-2030: more active people for a healthier world*, World Health Organization, 2018.
- [38] World Health Organization, *World health statistics 2018: monitoring health for the SDGs sustainable development goals*, World Health Organization, 2018.