

Space To Heal : Desain Interior Korean *Wellness Center* di Kawasan SCBD

Cecilia Wen^{1)*}, Dwi Putranto²⁾

¹ Desain Interior, Fakultas, Fakultas Seni dan Desain, Tangerang, Indonesia

**Corresponding Author: cecilia.wen@student.pradita.ac.id*

Info Artikel

Artikel diterima:

5 Maret 2026

Artikel direvisi:

17 Maret 2026

Artikel diterbitkan:

31 Maret 2026

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara komprehensif bagaimana desain interior dapat berperan aktif dalam mendukung pemulihan kesehatan mental, khususnya dalam konteks kehidupan masyarakat urban yang penuh tekanan. Studi ini mengambil Korean Beauty Wellness Center di kawasan SCBD Jakarta sebagai lokasi penelitian, mengingat kawasan tersebut merupakan salah satu pusat bisnis tersibuk di ibu kota dengan intensitas stres yang tinggi di kalangan penghuninya. Metodologi yang digunakan adalah pendekatan deskriptif kualitatif, yang diperkaya dengan data kuantitatif melalui survei daring terhadap 130 responden berusia 18–35 tahun, serta wawancara mendalam dengan pelaku industri spa dan wellness. Hasil analisis menunjukkan bahwa beberapa elemen desain interior memiliki dampak signifikan terhadap kenyamanan emosional pengguna, di antaranya adalah pencahayaan berwarna hangat, dominasi palet warna netral, pemilihan material alami, integrasi elemen budaya Korea dalam estetika ruang, serta tata letak yang mengutamakan kelancaran sirkulasi udara dan privasi personal. Temuan ini menegaskan bahwa desain interior memiliki peran strategis sebagai medium penyembuhan (*healing space*), tidak hanya dari aspek visual dan fungsional, tetapi juga sebagai bentuk intervensi arsitektural yang mendukung kesejahteraan psikologis masyarakat perkotaan.

Kata kunci: ruang penyembuhan, desain interior

Abstract

This study aims to comprehensively explore how interior design can actively contribute to supporting mental health recovery, particularly in the context of urban life, which is often filled with psychological pressure. The research takes the Korean Beauty Wellness Center located in the SCBD area of Jakarta as its case study, considering that this business district is one of the busiest in the capital, with a high level of stress among its inhabitants. The methodology used is a qualitative descriptive approach, enriched with quantitative data obtained through an online survey of 130 respondents aged 18–35, as well as in-depth interviews with spa and wellness industry practitioners. The findings reveal that several interior design elements significantly impact users' emotional comfort. These include warm lighting, a neutral color palette,

the use of natural materials, the integration of Korean cultural elements into spatial aesthetics, and spatial arrangements that prioritize air circulation and personal privacy. These results affirm that interior design plays a strategic role as a healing medium—not only in terms of visual and functional appeal but also as a form of architectural intervention that supports the psychological well-being of urban communities.

Keywords: healing space, mental health

1. PENDAHULUAN

Isu kesehatan mental kini menjadi perhatian utama dalam konteks kehidupan urban yang serba cepat dan penuh tekanan, terutama di kota-kota besar seperti Jakarta. Kawasan SCBD (Sudirman Central Business District), yang merupakan pusat aktivitas ekonomi dan bisnis, menghadirkan tantangan psikologis yang kompleks bagi penghuninya. Tingginya mobilitas, intensitas kerja yang tinggi, ditambah dengan polusi dan kemacetan lalu lintas yang kronis, berkontribusi signifikan terhadap tingkat stres masyarakat. Laporan dari CBD & Vaay (2021) bahkan mencatat Jakarta sebagai salah satu dari sepuluh kota dengan tingkat stres tertinggi di dunia.



Gambar 1.1 Diagram 10 Kota Tingkat Stress Tertinggi di Dunia Sumber: (gokepri)

Fakta ini diperkuat oleh hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) yang menyebutkan bahwa sekitar 6,1% penduduk Indonesia mengalami gangguan mental emosional, di mana kasus terbanyak

ditemukan di wilayah perkotaan. Temuan ini menunjukkan urgensi untuk menciptakan ruang-ruang yang tidak hanya estetis secara visual, tetapi juga memiliki fungsi terapeutik yang dapat mendukung kesehatan mental masyarakat urban yang rentan terhadap tekanan hidup. Dalam hal ini, desain interior berperan strategis sebagai media yang dapat membentuk healing environment atau ruang penyembuhan yang adaptif terhadap kebutuhan emosional dan psikologis penggunanya. Pendekatan berbasis Korean wellness menjadi salah satu alternatif yang relevan untuk diterapkan dalam konteks ini. Dengan menggabungkan elemen spa tradisional, terapi herbal, aromaterapi, serta nilai-nilai keseimbangan holistik, Korean wellness menawarkan model perawatan diri yang menyatukan aspek fisik, mental, dan spiritual secara terpadu. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk merancang ruang interior dengan pendekatan Korean wellness yang disesuaikan dengan gaya hidup dan preferensi generasi muda urban di kawasan SCBD. Diharapkan, ruang ini dapat menjadi oasis ketenangan di tengah hiruk pikuk kota, sekaligus menjadi media strategis dalam upaya peningkatan kualitas kesehatan mental dan kesejahteraan holistik para penggunanya.

2. TINJAUAN PUSTAKA

1. Konsep Healing Environment Healing environment adalah pendekatan dalam desain ruang yang bertujuan untuk mendukung proses penyembuhan secara

menyeluruh, mencakup aspek fisik, emosional, dan psikologis. Konsep ini menekankan pentingnya menciptakan lingkungan yang mampu mengurangi stres, memberikan rasa aman, serta meningkatkan kenyamanan bagi penggunanya, terutama dalam konteks fasilitas kesehatan, pusat kebugaran, maupun ruang publik yang berfokus pada kesejahteraan mental. Ulrich (1991) menyatakan bahwa aspek visual dan sensorik dalam suatu ruang seperti pencahayaan alami, suara yang menenangkan, udara bersih, dan pemandangan alam berperan besar dalam mempercepat pemulihan serta menurunkan tingkat stres. Paparan terhadap elemen-elemen ini secara konsisten mampu memicu respons emosional yang positif, yang pada akhirnya berdampak baik pada kondisi mental dan fisik seseorang. Sementara itu, Kaplan & Kaplan (1989) melalui Attention Restoration Theory menyoroti pentingnya hubungan positif antara manusia dan alam. Mereka menjelaskan bahwa keberadaan di lingkungan alami yang mendukung pemulihan dapat membantu memulihkan kemampuan fokus yang terganggu akibat tekanan hidup sehari-hari, khususnya di kawasan perkotaan. Kehadiran elemen-elemen seperti vegetasi, suara alam, serta variasi visual dan tekstural terbukti mampu menciptakan suasana yang tenang dan memfasilitasi relaksasi mental. Penerapan konsep healing environment sangat relevan di lingkungan urban seperti SCBD Jakarta yang padat dan penuh aktivitas. Dalam konteks Korean Beauty Wellness Center, prinsip ini dapat diterapkan untuk menciptakan ruang yang tidak hanya melayani perawatan fisik, tetapi juga menjadi tempat bagi masyarakat urban untuk menenangkan pikiran, terhubung

kembali dengan alam, dan mendukung kesehatan mental secara menyeluruh.

2. **Arsitektur Tradisional Korea (Hanok)**
Hanok merupakan rumah tradisional Korea yang dibangun berdasarkan filosofi harmonisasi antara manusia dengan lingkungan alam sekitarnya. Filosofi tersebut tercermin pada seluruh elemen desain dan konstruksinya, yang memanfaatkan bahan alami seperti kayu, batu, dan tanah liat guna menciptakan rumah yang nyaman sekaligus ramah lingkungan. Bahan-bahan ini berfungsi tidak hanya untuk estetika dan kenyamanan, tapi juga untuk memastikan sirkulasi udara yang sehat dan stabilitas struktural. Sistem pemanas lantai tradisional yang disebut ondol adalah salah satu ciri khas hanok, bekerja dengan menyalurkan panas dari bawah lantai agar suhu ruangan tetap hangat secara merata tanpa menggunakan peralatan modern. Sistem ini sangat cocok untuk menghadapi musim dingin di Korea dan memanfaatkan metode pemanasan yang hemat energi serta alami. Ruang dalam hanok didesain terbuka dan fleksibel, dengan pintu dan jendela geser yang memungkinkan penyesuaian ruang sesuai kebutuhan. Desain ini mendukung ventilasi silang dan pencahayaan alami yang melimpah, memperkuat keterhubungan penghuni dengan lingkungan luar seperti taman dan halaman dalam (madang). Madang sendiri berfungsi sebagai ruang terbuka yang menyatukan berbagai bagian rumah dan mempererat interaksi dengan alam.



Gambar 1.2 Madang

Sumber: (YUN Berlin)

Pendekatan desain ini tidak hanya memberikan kenyamanan fisik, tetapi juga membawa dampak positif pada kesehatan mental penghuni. Hubungan yang erat dengan alam, udara segar yang terus mengalir, dan cahaya alami dipercaya mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, hanok lebih dari sekadar tempat tinggal, hanok merupakan ruang hidup yang menyatu dengan alam dan mendukung keseimbangan antara kondisi fisik dan mental penghuninya, menjadi sumber inspirasi bagi desain modern dengan prinsip healing environment dalam konteks budaya Korea (iVisitKorea, 2023).



Gambar 1.3 Hanok

Sumber: (Wikipedia)

3. Konsep Korean Wellness Korean wellness merupakan suatu pendekatan kesehatan yang mengintegrasikan kebijaksanaan pengobatan Timur dengan konsep holistik modern. Pendekatan ini tidak hanya menitikberatkan pada kebugaran fisik, melainkan juga berusaha menciptakan keseimbangan yang harmonis antara tubuh, pikiran, dan jiwa. Dalam pandangan

Korean wellness, praktik merawat diri bukan sekadar kegiatan rekreatif atau estetis, melainkan bagian penting dari perjalanan menyeluruh menuju pemulihan keseimbangan emosional dan stabilitas mental. Beberapa praktik utama yang menjadi identitas dari Korean wellness meliputi:

A. Jjimjilbang, merupakan sebuah pusat sauna dan pemandian khas Korea yang mengutamakan penggunaan bahan-bahan alami, seperti batu mineral dan berbagai jenis herbal tradisional. Tradisi ini telah lama dipercaya memiliki manfaat yang signifikan bagi kesehatan tubuh, termasuk membantu proses detoksifikasi dengan mengeluarkan racun dari dalam tubuh secara alami. Selain itu, jjimjilbang juga efektif dalam meredakan ketegangan otot-otot yang kaku atau lelah akibat aktivitas sehari-hari, serta merangsang peningkatan sirkulasi darah yang membantu menjaga kesehatan sistem peredaran darah dan mempercepat pemulihan fisik secara menyeluruh.



Gambar 1.4 Jjimjilbang

Sumber: (K-HUB)

B. Terapi herbal, yang memanfaatkan beragam kekayaan alam Korea, seperti mugwort (artemisia), ginseng merah, dan teh barley, yang telah menjadi bagian penting dalam praktik pengobatan tradisional selama berabad-abad. Ramuan-ramuan ini dipercaya memiliki khasiat untuk memperkuat sistem kekebalan tubuh, menyeimbangkan kadar hormon, serta meningkatkan energi dan vitalitas secara menyeluruh. Dengan pendekatan ini, terapi herbal tidak hanya berfungsi sebagai pengobatan fisik,

tetapi juga berkontribusi pada kesejahteraan holistik yang menyelaraskan tubuh dan pikiran. . Aromaterapi dan spa tradisional, menggabungkan penggunaan aroma alami dengan teknik pijat terapeutik khas Korea, yang dirancang khusus untuk menenangkan sistem saraf serta memicu perasaan relaksasi yang mendalam. Kombinasi ini tidak hanya membantu mengurangi ketegangan fisik dan mental, tetapi juga meningkatkan keseimbangan emosional, sehingga menciptakan pengalaman penyembuhan yang holistik dan menyeluruh bagi para penggunanya. Lebih jauh lagi, Korean wellness merepresentasikan nilai-nilai budaya Korea yang mengutamakan harmoni hidup, introspeksi, serta kesadaran akan kondisi diri (mindfulness). Dengan menjadikan perawatan diri sebagai bagian integral dari gaya hidup, konsep ini mendorong masyarakat untuk senantiasa menjaga keseimbangan batin dan kualitas hidup yang berkelanjutan (Spa Onna, 2023; KTO, 2023). Dalam konteks desain interior, penerapan filosofi Korean wellness berperan penting dalam menciptakan ruang yang fungsional sekaligus terapeutik. Ruang-ruang tersebut dirancang tidak hanya untuk memenuhi kebutuhan fisik, namun juga sebagai wadah pemulihan psikologis dan spiritual. Melalui elemen-elemen multisensori seperti pencahayaan alami, aroma herbal, tekstur alami, dan tata ruang yang menenangkan, interior menjadi medium penyembuhan yang mampu merespons kelelahan emosional masyarakat urban secara holistik.

4. Elemen Desain Sensorial Desain interior yang berfungsi sebagai ruang penyembuhan perlu mempertimbangkan aspek multisensori untuk menciptakan pengalaman yang mendalam dan menyentuh kondisi psikologis pengguna. Berbagai elemen inderawi seperti pencahayaan, warna, tekstur material, aroma, dan suara memiliki peran penting dalam membangun

atmosfer yang menenangkan dan mendukung proses relaksasi.

A. Pencahayaan: Penggunaan lampu dengan temperatur warna hangat (sekitar 2700K–3000K) telah terbukti mampu merangsang pelepasan hormon melatonin yang berperan dalam mengatur ritme tidur dan memberikan efek menenangkan bagi sistem saraf. Penerangan semacam ini ideal digunakan untuk menciptakan suasana nyaman, khususnya di ruang perawatan atau meditasi (Wan et al., 2009).

B. Warna: Warna-warna netral seperti krem, abu-abu lembut, hingga tone bumi seperti coklat dan hijau zaitun, diketahui mampu menurunkan ketegangan mental serta menumbuhkan rasa damai dan stabilitas emosional. Pemilihan palet warna ini menjadi penting dalam mendukung fungsi ruang sebagai tempat pemulihan psikologis (Zein et al., 2013).

C. Material Alami: Bahan-bahan yang berasal dari alam seperti kayu, batu alam, serta kain alami seperti linen menghadirkan sensasi visual dan sentuhan yang hangat dan menenangkan. Keberadaan material alami dapat menciptakan nuansa organik yang akrab dan bersahabat, sehingga pengguna merasa lebih rileks dan terlindungi (Ulrich, 1991).

D. Aromaterapi: Aroma yang berasal dari minyak esensial seperti lavender, eucalyptus, dan sandalwood diketahui dapat memberikan dampak positif terhadap keseimbangan emosi. Lavender terkenal karena sifatnya yang menenangkan dan cocok untuk mengurangi stres, sandalwood mendukung ketenangan pikiran, sedangkan eucalyptus memberikan efek menyegarkan serta membantu pernapasan (Lai & Good, 2006).

E. Soundscape: Suara-suara alami seperti gemericik air, suara angin, atau musik instrumental bertempo lambat memiliki kekuatan dalam menciptakan lingkungan akustik yang

kondusif untuk relaksasi. Suara ini secara tidak langsung mengurangi ketegangan dan membantu menurunkan level hormon stres dalam tubuh (Herz, 2009). Secara keseluruhan, penerapan elemen-elemen sensorik ini secara terpadu dalam desain interior berkontribusi besar terhadap penciptaan ruang yang tidak hanya estetis, tetapi juga fungsional dalam mendukung pemulihan mental dan kesejahteraan emosional penggunanya.

3. METODE PENELITIAN

1. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menerapkan pendekatan studi kasus yang bersifat deskriptif kualitatif, dengan tujuan untuk menggali secara mendalam dinamika dan konteks seputar desain wellness. Metode ini dipilih untuk memahami secara komprehensif pengalaman, preferensi, serta kebutuhan pengguna terhadap ruang wellness dalam kehidupan urban. Untuk memperkuat hasil analisis kualitatif, penelitian ini juga didukung oleh data kuantitatif yang diperoleh melalui survei. Kombinasi kedua pendekatan ini memungkinkan peneliti mendapatkan gambaran menyeluruh baik dari sisi subjektif pengguna maupun dari pola statistik yang muncul sehingga hasil penelitian menjadi lebih holistik dan relevan dalam konteks perancangan interior berbasis kebutuhan emosional dan fisik pengguna.

2. Teknik Pengumpulan Data

A. Survei daring: Melibatkan 130 partisipan berusia 18 hingga 35 tahun yang pernah menggunakan jasa Beauty Wellness Center. Survei ini menggunakan skala Likert untuk mengukur preferensi dan kebutuhan mereka terkait desain wellness dalam kehidupan sehari-hari. Data kuantitatif ini memberikan wawasan tentang bagaimana pengguna memandang dan mengharapkan elemen-elemen desain interior yang dapat mendukung kesehatan mental dan relaksasi.

B. Wawancara semi-terstruktur: Dilakukan dengan para profesional di bidang spa dan wellness, khususnya di Yu Rirakkusu Spa, guna memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai praktik, tren, serta kendala dalam menciptakan ruang wellness yang efektif. Metode wawancara ini membantu menggali perspektif para ahli tentang aspek fungsional dan estetika yang dapat meningkatkan pengalaman pengguna.



Gambar 1.5 Yu Rirakkusu Korean Spa

Sumber: Liputan6.com

C. Observasi langsung

Melibatkan pengamatan rinci terhadap tata ruang, pencahayaan, dan suasana di spa Korea di Jakarta. Observasi ini bertujuan untuk mengidentifikasi elemen-elemen desain yang berperan dalam menciptakan lingkungan yang mendukung relaksasi dan pemulihan mental, serta bagaimana prinsip-prinsip wellness ala Korea diterapkan dalam konteks lokal.

3. Analisis Data

Data kuantitatif diolah menggunakan metode analisis deskriptif dengan bantuan statistik frekuensi dan persentase, yang bertujuan untuk memetakan pola serta tren preferensi dari para responden secara jelas. Sementara itu, data kualitatif diproses melalui analisis tematik, yang menitikberatkan pada penggalian dan pengelompokan tema-tema sentral. Tema-tema tersebut menggambarkan kebutuhan dan harapan pengguna terhadap aspek desain yang sedang dikaji dalam penelitian ini.

angka, tetapi juga nilai-nilai subjektif yang mereka miliki.

4. Kerangka Perancangan

Penelitian ini mengacu pada model desain yang dikembangkan oleh Rosemary Kilmer (2013), yang terdiri dari delapan tahap utama dalam proses desain, yaitu Commit, State, Collect, Analyze, Ideate, Choose, Implement, dan Evaluate. Model ini memberikan kerangka kerja sistematis yang memandu desainer mulai dari tahap awal komitmen terhadap proyek hingga evaluasi hasil akhir. Setiap tahap memiliki peran penting, mulai dari menetapkan tujuan dan mengumpulkan data, melakukan analisis mendalam, mengembangkan ide kreatif, memilih solusi terbaik, mengimplementasikan desain, hingga menilai efektivitas dan keberhasilan desain tersebut dalam memenuhi kebutuhan pengguna.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil survei daring yang melibatkan 130 responden berusia 18–35 tahun menunjukkan kecenderungan signifikan terkait persepsi dan preferensi terhadap elemen-elemen desain interior yang mendukung kenyamanan psikologis. Temuan utama dari survei tersebut dapat dirangkum sebagai berikut:

No.	Pernyataan	Persentase (%)
1.	Mengalami stres harian	85%
2.	Desain ruang mempengaruhi kenyamanan psikologis	91%
3.	Menyukai pencahayaan hangat	78%
4.	Menyukai aromaterapi alami	78%
5.	Menyukai warna netral	78%

Tabel 1.1 Survei daring responden

Sumber: (Data Pribadi)

Data di atas menunjukkan bahwa mayoritas responden hidup dalam tekanan psikologis harian (85%), mengindikasikan tingginya tingkat stres di kalangan generasi muda urban. Hal ini menguatkan urgensi akan keberadaan ruang-ruang dengan atmosfer yang mendukung pemulihan mental. Sebanyak 91% responden menyatakan bahwa desain interior memiliki dampak signifikan terhadap kenyamanan psikologis mereka. Ini menunjukkan adanya kesadaran kolektif bahwa ruang bukan hanya tempat tinggal atau bekerja, tetapi juga sarana untuk menenangkan pikiran dan menstabilkan emosi. Preferensi responden terhadap elemen sensorik seperti pencahayaan hangat (78%), aromaterapi alami (78%), dan skema warna netral (78%) mengkonfirmasi pentingnya integrasi desain yang berorientasi pada ketenangan dan keseimbangan emosional. Ketiga elemen ini terbukti secara ilmiah dapat menciptakan suasana ruang yang mendukung relaksasi dan pengurangan stres. Pencahayaan hangat membantu menciptakan suasana intim dan nyaman, aromaterapi alami seperti lavender atau citrus terbukti memberikan efek menenangkan terhadap sistem saraf, sementara warna-warna netral memberi kesan stabil dan tidak mengganggu secara visual. Dengan demikian, hasil survei ini memperkuat argumen bahwa desain interior yang dirancang dengan pendekatan sensorik dan terapeutik mampu memberikan manfaat nyata dalam mendukung kesehatan mental masyarakat urban. Elemen-elemen yang dipilih pengguna bukan sekadar berdasarkan estetika, tetapi berdasarkan kebutuhan emosional yang nyata di tengah tekanan kehidupan modern.

A. Zonasi Ruang

Dalam Korean Wellness Center, perpindahan antar zona dirancang dengan sangat cermat menggunakan

pencahayaannya tidak langsung yang lembut dan elemen pembatas semi-transparan yang terbuat dari kertas hanji tradisional. Penerapan pencahayaan ini menghadirkan suasana hangat sekaligus menenangkan, yang membantu menciptakan pengalaman ruang yang nyaman dan relaksasi bagi pengguna. Sementara itu, sekat semi-transparan berfungsi sebagai penghalang visual yang tetap menjaga keterbukaan dan aliran ruang, sehingga tiap area memiliki batasan fungsional tanpa terkesan terisolasi atau sempit. Pendekatan desain ini memberikan keseimbangan sempurna antara privasi dan keterhubungan antar zona, memungkinkan pengguna untuk merasakan kontinuitas dan harmoni saat berpindah dari satu area ke area lainnya.

1. Zona Spa menawarkan pengalaman peremajaan tubuh dan pikiran melalui berbagai fasilitas khas Korea. Tersedia sauna herbal yang mendukung detoksifikasi dan peningkatan vitalitas, ruang eksfoliasi tradisional (seshin) yang memberikan perawatan kulit secara mendalam, serta area meditasi yang diimbangi dengan aroma lavender untuk menciptakan ketenangan batin dan relaksasi menyeluruh.

2. Zona Klinik berfokus pada layanan estetika profesional, seperti perawatan wajah dan sesi konsultasi kecantikan. Desain ruang di zona ini mengedepankan kenyamanan, privasi, dan atmosfer yang profesional, agar klien merasa aman dan percaya diri dalam menjalani perawatan yang dipersonalisasi sesuai kebutuhan mereka.

3. Zona Salon dirancang secara ergonomis untuk memastikan efisiensi dan kenyamanan selama proses perawatan. Area ini mencakup nail bar,

hair spa, dan layanan eyelash extension yang dikurasi secara estetis. Setiap elemen tata ruang disusun agar mendukung alur kerja yang optimal sekaligus memberikan pengalaman menyenangkan dan memuaskan bagi para pengguna jasa.

B. Implementasi Desain Sensorial dan Budaya

1. Pencahayaan di setiap ruangan dirancang dengan pendekatan adaptif menggunakan teknologi smart dimmer otomatis, yang memungkinkan penyesuaian tingkat cahaya secara dinamis berdasarkan aktivitas dan kebutuhan spesifik dari masing-masing zona. Sistem ini tidak hanya menghadirkan pencahayaan yang efisien secara energi, tetapi juga menciptakan suasana yang sesuai secara emosional dan fungsional—baik untuk relaksasi, konsultasi, maupun perawatan. Dengan pencahayaan yang dapat diatur secara otomatis, pengalaman pengguna menjadi lebih personal dan nyaman, mendukung keseimbangan antara fungsi ruang dan kenyamanan visual.

2. Penggunaan aroma di dalam pusat wellness ini dirancang secara strategis untuk memperkuat identitas dan suasana khas dari setiap zona. Di area spa, aroma lavender dipilih karena sifatnya yang menenangkan dan mampu meredakan stres, menciptakan lingkungan yang kondusif untuk relaksasi mendalam. Area lounge menghadirkan aroma sandalwood yang memberikan kesan hangat, menenangkan, dan bersifat menyambut, sehingga cocok untuk ruang tunggu atau area transisi. Sementara itu, zona aktivasi diperkaya dengan aroma citrus segar yang mampu membangkitkan semangat

memberikan kesan energik, dan membantu menyegarkan pikiran. Pendekatan aromaterapi ini mendukung pengalaman multi sensorial yang holistik bagi setiap pengunjung.

3. Material interior dirancang dengan mengutamakan unsur alami yang membawa kehangatan dan kesan autentik pada ruang. Dinding menggunakan kayu pinus yang memberikan nuansa hangat dan natural, sementara lantai terbuat dari batu khas Korea yang dikenal karena kekokohan dan keanggunannya. Selain itu, penggunaan kain linen lokal menambahkan tekstur lembut sekaligus memperkaya estetika ruang, menciptakan suasana yang nyaman dan bersahaja. Kombinasi bahan-bahan ini tidak hanya menonjolkan keindahan alami, tetapi juga menghadirkan keterhubungan dengan budaya dan lingkungan sekitar.

4. Suara gemericik air yang berasal dari air mancur tersembunyi di dalam ruangan menghasilkan soundscape alami yang menenangkan. Suara ini berfungsi untuk meredakan ketegangan dan meningkatkan rasa relaksasi bagi para pengunjung, menciptakan suasana yang harmonis dan sejuk di seluruh area wellness.

5. Nilai-nilai budaya Korea diwujudkan dalam desain modern melalui pemanfaatan rangka kayu ekspos yang mengingatkan pada struktur bangunan hanok tradisional. Selain itu, konsep halaman dalam rumah khas Korea, atau madang, diadaptasi menjadi ruang terbuka dengan gaya kontemporer yang fungsional, sekaligus menjaga keterhubungan dengan warisan budaya dalam konteks desain masa kini.

5. KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa desain interior memiliki peran strategis dalam mendukung pemulihan kesehatan mental, khususnya di kawasan perkotaan padat dan penuh tekanan psikologis seperti SCBD Jakarta. Pendekatan Korean wellness yang diterapkan dengan menggabungkan elemen sensorik seperti pencahayaan hangat, palet warna netral, material alami, aromaterapi, serta suara alam—terbukti mampu menciptakan atmosfer yang menenangkan sekaligus menyembuhkan. Integrasi nilai-nilai budaya tradisional Korea, seperti prinsip desain hanok, semakin memperkuat makna ruang sebagai sarana terapi holistik. Data yang diperoleh dari survei dan wawancara mengungkapkan bahwa mayoritas generasi muda urban memiliki kesadaran tinggi terhadap pentingnya kualitas lingkungan dalam menunjang kesehatan mental. Mereka menunjukkan preferensi terhadap desain yang mendukung relaksasi, keseimbangan emosi, dan kenyamanan psikologis. Dengan pendekatan desain yang multi-sensorial dan adaptif, Korean Beauty Wellness Center berhasil menciptakan lingkungan yang tidak hanya fungsional dan estetis, tetapi juga memiliki nilai terapeutik yang nyata. Dengan demikian, desain interior tidak lagi sekadar sarana visual semata, melainkan berperan sebagai medium penyembuhan yang relevan dan dibutuhkan dalam kehidupan urban masa kini.

DAFTAR PUSTAKA

Jurnal

Herz, R. S. (2009). The role of odor-evoked memory in psychological and physiological health. *Brain Sciences*, 2(2), 136–153.

Penulis Pertama, Penulis Kedua, Penulis Ketiga

Lai, H. C., & Good, M. (2006). The effects of lavender aroma on autonomic nervous system and emotional states in humans. *Psychological Reports*, 99(2), 506–512.

Ulrich, R. S. (1991). Effects of healthcare environment on patient outcomes: A review of the literature. *Environment and Behavior*, 23(4), 474–494.

Wan, X., Geng, Y., & Li, X. (2009). Effect of warm light on melatonin secretion and sleep quality. *Journal of Biological Rhythms*, 24(4), 325–334.

Zein, A., Taba, S., & Prasetyo, Y. (2013). The influence of color on stress and relaxation: A study in design context. *International Journal of Arts and Sciences*, 6(1), 141–149.

Buku

Kaplan, R., & Kaplan, S. (1989). *The experience of nature: A psychological perspective*. Cambridge University Press.

Kilmer, R. (2013). *Design thinking for interior designers*. Wiley.

Publikasi Elektronik / Informasi Internet

CBD & Vaay. (2021). *Jakarta among the world's most stressful cities*. Gokepri.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Riset kesehatan dasar Indonesia*. <https://www.kemkes.go.id>

iVisitKorea. (2023). *Hanok: Traditional Korean houses*. <https://english.visitkorea.or.kr>

Korea Tourism Organization. (2023). *Korean wellness and spa culture*. <https://english.visitkorea.or.kr>

Spa Onna. (2023). *The principles of Korean wellness and self-care*. <https://spaonna.com>