

**PENGEMBANGAN MODEL SHINRIN-YOKU DI KAWASAN
PERKEBUNAN TEH KEMUNING BAGI KEBIJAKAN PELAYANAN
KESEHATAN TRADISIONAL KOMPLEMENTER**

*(Development of a Shinrin-yoku Model in the Kemuning Tea
Plantation Area for Complementary and Traditional Health
Service Policy)*



**PROGRAM DOKTOR ILMU LINGKUNGAN UNIVERSITAS KATOLIK
SOEGIJAPRANATA SEMARANG**

2026

**PENGEMBANGAN MODEL SHINRIN-YOKU DI KAWASAN
PERKEBUNAN TEH KEMUNING BAGI KEBIJAKAN PELAYANAN
KESEHATAN TRADISIONAL KOMPLEMENTER**

*(Development of a Shinrin-Yoku Model in the Kemuning Tea
Plantation Area for Tradisional Complementer Health
Services Policy)*



Untuk memperoleh gelar Doktor dalam Ilmu Lingkungan pada
Universitas Katolik Soegijapranata

Dipertahankan pada tanggal 27 Juli 2026

Di Universitas Katolik Soegijapranata

**PROGRAM DOKTOR ILMU LINGKUNGAN UNIVERSITAS KATOLIK
SOEGIJAPRANATA SEMARANG**

2026

ABSTRAK

Hipertensi masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang memerlukan penguatan upaya promotif dan preventif secara berkelanjutan. Pendekatan pengelolaannya selama ini masih didominasi oleh terapi farmakologis, sehingga diperlukan alternatif pendekatan kesehatan berbasis lingkungan yang dapat mendukung peningkatan kesehatan masyarakat secara lebih holistik. Shinrin-Yoku merupakan pendekatan kesehatan berbasis alam yang memanfaatkan interaksi manusia dengan lingkungan alami untuk meningkatkan kesehatan fisik dan psikologis. Namun, kajian mengenai relevansi, integrasi, dan pengembangan model Shinrin-Yoku dalam kebijakan pelayanan kesehatan tradisional komplementer di Indonesia masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan alasan perlunya Shinrin-Yoku bagi kebijakan pelayanan kesehatan tradisional komplementer, mengkaji integrasinya ke dalam kebijakan pelayanan kesehatan tradisional komplementer, serta mengembangkan Model Shinrin-Yoku bagi kebijakan pelayanan kesehatan tradisional komplementer.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif yang dilaksanakan di Kawasan Perkebunan Teh Kemuning, Kabupaten Karanganyar, Jawa Tengah. Partisipan penelitian berjumlah 14 penderita hipertensi berusia 51-70 tahun yang dipilih melalui purposive sampling dari Klinik Wira Medika Semarang. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara tertulis, dokumentasi, serta pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah pelaksanaan Shinrin-Yoku. Analisis data dilakukan melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Shinrin-Yoku diperlukan dalam mendukung kebijakan pelayanan kesehatan tradisional komplementer karena memberikan manfaat fisiologis berupa kecenderungan penurunan tekanan darah pada sebagian partisipan serta manfaat psikologis berupa meningkatnya rasa tenang, nyaman, rileks, bahagia, kesadaran diri, dan motivasi menjaga kesehatan. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa Shinrin-Yoku dapat diintegrasikan ke dalam kebijakan pelayanan kesehatan tradisional komplementer sebagai pendekatan kesehatan berbasis lingkungan yang mendukung penguatan upaya promotif dan preventif melalui pelayanan kesehatan tradisional komplementer, sesuai dengan arah pembangunan kesehatan nasional sebagaimana diatur dalam Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan dan Peraturan Pemerintah Nomor 28 Tahun 2024.

Penelitian ini menghasilkan Model Shinrin-Yoku bagi Kebijakan pelayanan kesehatan tradisional komplementer yang mengintegrasikan lingkungan sebagai sumber daya kesehatan (*health resource*), pelaksanaan Shinrin-Yoku, interaksi manusia dengan lingkungan, manfaat fisiologis dan psikologis, peningkatan kesehatan masyarakat, penguatan program promotif dan preventif, pelayanan kesehatan tradisional komplementer, serta kebijakan pelayanan kesehatan tradisional komplementer dalam satu kerangka yang terpadu. Kebaruan penelitian ini terletak pada pengembangan model kebijakan kesehatan berbasis lingkungan yang memanfaatkan kawasan perkebunan teh tropis sebagai sumber daya kesehatan dalam mendukung penguatan upaya promotif dan preventif. Model tersebut diharapkan menjadi acuan konseptual bagi pengembangan kebijakan kesehatan berbasis lingkungan di Indonesia.

Kata Kunci: *Shinrin-Yoku, kesehatan berbasis lingkungan, perkebunan teh, kebijakan pelayanan kesehatan tradisional komplementer, model kebijakan kesehatan.*

ABSTRACT

Hypertension remains one of the major public health problems requiring the strengthening of sustainable promotive and preventive efforts. Current hypertension management is still predominantly based on pharmacological therapy, highlighting the need for alternative environment-based health approaches that can support public health improvement in a more holistic manner. Shinrin-Yoku, or forest bathing, is a nature-based health approach that utilizes human interaction with the natural environment to enhance physical and psychological well-being. However, studies addressing the relevance, integration, and model development of Shinrin-Yoku within Indonesia's national health policy remain limited. This study aimed to explain the need for Shinrin-Yoku in national health policy, examine its integration into the national health policy, and develop a Shinrin-Yoku Model for National Health Policy.

This study employed a descriptive qualitative approach and was conducted in the Kemuning Tea Plantation Area, Karanganyar Regency, Central Java, Indonesia. The participants consisted of 14 individuals with hypertension aged 51-70 years, selected through purposive sampling from Wira Medika Clinic, Semarang. Data were collected through observation, written interviews, documentation, and blood pressure measurements before and after the implementation of Shinrin-Yoku. Data were analyzed using data reduction, data display, and conclusion drawing.

The findings indicate that Shinrin-Yoku is needed to support national health policy because it provides physiological benefits, reflected in a tendency toward reduced blood pressure among some participants, as well as psychological benefits, including increased feelings of calmness, comfort, relaxation, happiness, self-awareness, and motivation to maintain health. The study also demonstrates that Shinrin-Yoku can be integrated into national health policy as an environment-based health approach that strengthens promotive and preventive efforts through complementary traditional health services, in accordance with the direction of national health development as stipulated in Law Number 17 of 2023 on Health and Government Regulation Number 28 of 2024.

This study developed the Shinrin-Yoku Model for National Health Policy, which integrates the environment as a health resource, the implementation of Shinrin-Yoku, human-environment interaction, physiological and psychological benefits, community health improvement, the strengthening of promotive and preventive programs, complementary traditional health services, and national health policy into an integrated conceptual framework. The novelty of this study lies in the development of an environment-based health policy model that utilizes tropical tea plantation ecosystems as health resources to support promotive and preventive health efforts. The proposed model is expected to serve as a conceptual reference for the development of environment-based health policies in Indonesia.

Keywords: Shinrin-Yoku, environment-based health, tea plantation, national health policy, health policy model.