

The background features a light gray gradient with faint, overlapping fern fronds at the top and detailed leaf skeletons at the bottom.

# **PSIKOLOGI LINGKUNGAN**



Prof. Dr. Fattah Hanurawan



# PSIKOLOGI LINGKUNGAN



# **PSIKOLOGI LINGKUNGAN**

Penulis:

Prof. Dr. Fattah Hanurawan

Editor:

Fithra Auliawan S.Psi.

Tata Letak:

Meyrantika febby

Desain Cover:

Meyrantika febby

Diterbitkan oleh:

Edulitera (Anggota IKAPI - 29/JTI/2019)

Imprint PT. Literindo Berkah Jaya

Jl. Raya Apel 28.A Semanding, Sumbersekar, Dau - Malang

Telp./Fax: (0341) 5033 268

Email: [eduliteramalang@gmail.com](mailto:eduliteramalang@gmail.com)

Website: [www.literindo.id](http://www.literindo.id)

Cetakan pertama, 2024

vi+186 hal, 15.5x23 cm

ISBN: 978-623-485-227-1

ISBN: 978-623-485-228-8 (PDF)

Hak cipta dilindungi undang-undang

Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari Penerbit.



# KATA PENGANTAR

Penulis mengucapkan syukur ke hadirat Allah SWT atas dapat diselesaikannya buku psikologi lingkungan ini. Buku ini disusun oleh penulis untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan terkait buku referensi psikologi lingkungan. Semoga melalui buku ini para audiens psikologi dan pemerhati lingkungan dapat memiliki wawasan yang lebih luas tentang dimensi-dimensi psikologi lingkungan dalam kehidupan manusia. Kajian psikologi lingkungan dalam buku ini meliputi: pengantar psikologi; integrasi psikologi lingkungan dengan bidang-bidang psikologi yang lain; metode penelitian psikologi lingkungan; teori-teori psikologi lingkungan; persepsi, kognisi, dan sikap lingkungan; perilaku keruangan manusia; stres lingkungan; bencana; psikologi lingkungan dan lingkungan kerja; lingkungan alam dan kesehatan; kelekatan tempat; teknologi persuasi untuk pengembangan; perilaku pro lingkungan; lingkungan pendidikan; psikologi lingkungan dan lingkungan berkelanjutan.

Mengacu pada sebuah pepatah usang yang mengatakan bahwa tiada gading yang tidak retak, oleh karena itu kelemahan-kelemahan yang terdapat di dalam buku ini akan dicoba disempurnakan berdasar pada masukan-masukan yang diberikan oleh para pembaca. Selain itu penulis juga mengucapkan terima kasih kepada penerbit yang telah bersedia menerbitkan buku ini.

Malang, 2 Mei 2024

Prof. Dr. Fattah Hanurawan, M.Si., MEd.



# DAFTAR ISI

|   |            |
|---|------------|
| <b>KATA PENGANTAR</b> .....   | <b>v</b>   |
| <b>DAFTAR ISI</b> .....   | <b>vi</b>  |
| I PENDAHULUAN .....   | 1          |
| II INTEGRASI PSIKOLOGI LINGKUNGAN DENGAN<br>BIDANG-BIDANG PSIKOLOGI YANG LAIN ..... | 13         |
| III METODE PENELITIAN PSIKOLOGI LINGKUNGAN .....                                    | 23         |
| IV TEORI-TEORI PSIKOLOGI LINGKUNGAN.....  | 35         |
| V PERSEPSI, KOGNISI, DAN SIKAP LINGKUNGAN .....                                     | 47         |
| VI PERILAKU KERUANGAN MANUSIA .....   | 61         |
| VII STRES LINGKUNGAN.....   | 75         |
| VIII BENCANA .....  | 91         |
| IX PSIKOLOGI LINGKUNGAN DAN LINGKUNGAN KERJA.....                                   | 99         |
| X LINGKUNGAN ALAM DAN KESEHATAN.....  | 115        |
| XI KELEKATAN TEMPAT.....  | 127        |
| XII TEKNOLOGI PERSUASI UNTUK PENGEMBANGAN<br>PERILAKU PRO LINGKUNGAN .....          | 139        |
| XIII LINGKUNGAN PENDIDIKAN .....  | 149        |
| XIV PSIKOLOGI LINGKUNGAN DAN<br>PEMBANGUNAN BERKELANJUTAN.....                      | 159        |
| <b>GLOSARIUM</b> .....  | <b>175</b> |
| <b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....   | <b>179</b> |

# I

# PENDAHULUAN

## PENDAHULUAN

Psikologi adalah ilmu tentang fenomena perilaku dan kejiwaan manusia (Hanurawan, 2016a). Dalam konteks aksiologi ilmu, psikologi adalah ilmu yang dapat diklasifikasi sebagai ilmu kemanusiaan perlu untuk dapat dimanfaatkan untuk mengembangkan kesejahteraan manusia dan peradaban manusia. Secara umum dapat dikemukakan bahwa terdapat banyak bagian dari ilmu psikologi yang dapat diaplikasikan dalam dimensi-dimensi kehidupan manusia. Aplikasi ini tidak terlepas dari salah satu fungsi ilmu untuk pemecahan masalah-masalah kehidupan manusia.

Salah satu aplikasi psikologi dalam dimensi-dimensi kehidupan manusia adalah dalam dimensi saling hubungan antara dinamika kejiwaan manusia atau perilaku dan lingkungan sekitar manusia. Bagian dari ilmu psikologi yang melakukan aplikasi tentang saling hubungan antara dinamika kejiwaan manusia dan lingkungan sekitar manusia dikenal dengan sebutan psikologi lingkungan.

## PENGANTAR PSIKOLOGI LINGKUNGAN

### Pengertian Psikologi Lingkungan

Beberapa definisi tentang psikologi lingkungan adalah sebagai berikut:

- Psikologi lingkungan adalah bidang multidisipliner yang melakukan studi atau kajian tentang efek (pengaruh) lingkungan fisik terhadap perilaku dan kesejahteraan manusia. Kajian tentang efek atau pengaruh lingkungan

fisik tersebut dapat meliputi stresor lingkungan (bising, kesesakan/crowding, polusi udara, dan suhu lingkungan); variabel desain lingkungan (pencahayaannya), desain teknologi, dan lingkungan yang lebih luas (gedung perkantoran atau sekolah; kedekatan dengan alam) (American Psychological Association, 2022).

- Steg dkk. (2019) mengemukakan definisi psikologi lingkungan sebagai berikut: Psikologi lingkungan adalah sub-bidang yang melakukan studi tentang saling peran antara individu dan lingkungan alam dan buatan.
- Gifford dkk. (2011) mengemukakan bahwa psikologi lingkungan adalah studi tentang transaksi antara individu dengan setting lingkungan fisik. Dalam transaksi ini, individu dapat mengubah lingkungan, dan sebaliknya perilaku dan dinamika kejiwaan mereka dapat diubah oleh lingkungan. Psikologi lingkungan sebagai sebagai ilmu meliputi di dalamnya teori dan praktik yang bertujuan membantu hubungan harmonis antara manusia dan lingkungan.
- Pakar psikologi sosial, Baron dan Byrne (1997) mengemukakan bahwa psikologi lingkungan adalah disiplin yang membahas saling hubungan di antara dunia fisik dan tingkah laku manusia. Psikologi lingkungan adalah cabang psikologi yang menekankan perhatiannya pada isu-isu lingkungan berdasar pada sudut pandang pengetahuan dan teknik-teknik metodologis yang telah dikembangkan oleh cabang-cabang psikologi yang lain.
- Dalam wacana yang lebih normatif, Veitch dan Arkkelin (1995) memberikan definisi psikologi lingkungan sebagai disiplin perilaku yang bersifat multidisipliner memiliki fokus pada saling hubungan antara perilaku dan pengalaman seseorang dengan lingkungan fisik maupun sosial. Disiplin ini memiliki orientasi bersifat teoritis maupun yang bersifat praktis. Melalui definisi semacam itu maka dapat disimpulkan bahwa psikologi lingkungan mencoba melakukan pemahaman integratif dan sistematis terhadap



proses yang saling terkait dalam hubungan yang ada di antara organisme dan lingkungan.

- Selain beberapa definisi yang telah disebutkan, definisi lain yang dapat dimanfaatkan untuk meluaskan wawasan tentang psikologi lingkungan adalah yang dikemukakan oleh Bonnes dan Carrus (2004). Mereka menjelaskan bahwa psikologi lingkungan adalah cabang dari psikologi yang melakukan kajian tentang hubungan antara manusia dan karakteristik sosio-fisik yang ada pada lingkungan buatan dan lingkungan alamiah dalam upaya meningkatkan kesejahteraan manusia dan mengembangkan hubungan selaras antara manusia dan lingkungannya.

Berdasar beberapa pengertian psikologi lingkungan yang telah diuraikan maka dapat diajukan kesimpulan bahwa psikologi lingkungan sebagai disiplin psikologi yang mengkaji saling hubungan di antara perilaku individu dengan lingkungan buatan dan lingkungan alamiah.

### **Sejarah Psikologi Lingkungan**

Apabila ditinjau dari segi historis, psikologi lingkungan mulai berkembang sebagai sebuah ilmu yang cukup mandiri pada akhir tahun 1950an dan mengalami perkembangan awal cukup pesat pada periode dekade tahun 1960an. Psikologi lingkungan diakui sebagai salah satu bidang baru dalam ilmu psikologi adalah pada dekade akhir tahun 1960an.

Dalam upaya untuk memecahkan masalah keselarasan hubungan manusia dan lingkungan, para ahli psikologi lingkungan tidak hanya bekerja sama dengan para ahli psikologi, namun lebih luas lagi mereka bekerja sama dengan berbagai profesi yang lain. Kerja sama dengan profesi-profesi lain itu misalnya adalah dengan ahli perencanaan perkotaan, arsitek, ahli geografi manusia, ahli teknik rekayasa, dan ahli ilmu ekologi.

Secara umum, meskipun psikologi lingkungan sebagai sebuah ilmu baru diakui pada akhir tahun 1960an, sebenarnya ide-ide tentang hubungan antara perilaku manusia dan lingkungan sudah ada

sejak kelahiran psikologi itu sendiri. Ide tentang hubungan harmonis antara perilaku manusia dan lingkungan sudah muncul dalam ide-ide para ahli psikologi pada tahun 1950an. Para ahli tersebut adalah Egon Brunswik dan Kurt Lewin. Egon Brunswik mengemukakan bahwa psikologi perlu untuk juga memfokuskan diri pada lingkungan tempat organisme hidup dan manusia itu sendiri. Demikian pula, Kurt Lewin mengemukakan bahwa lingkungan memiliki peran penting dalam menentukan perilaku manusia. Lebih lanjut, Kurt Lewin mengemukakan bahwa penelitian harus diarahkan kepada masalah-masalah sosial yang nyata. Tidak hanya itu, menurut Kurt Lewin penelitian tidak hanya bersifat deskriptif an sich, tapi juga mampu memberi pemecahan masalah secara nyata untuk membantu kesejahteraan individu maupun masyarakat. Pemikiran Kurt Lewin yang telah diuraikan tersebut memberi inspirasi kepada tokoh-tokoh psikologi lingkungan, seperti Robert Sommer dan Roger Barker.

Hellpach dapat dipandang sebagai orang pertama yang mengenalkan istilah psikologi lingkungan. Pengenalan istilah psikologi lingkungan tersebut adalah di periode awal abad 20. Hellpach di tahun 1911 telah melakukan penelitian tentang berbagai stimulus lingkungan, seperti warna dan bentuk, matahari dan bulan, dan pengaruh lingkungan ekstrim terhadap perilaku manusia. Meskipun penelitian Hellpach dapat dikatakan memiliki keserupaan dengan topik-topik penelitian psikologi lingkungan yang ada pada tahun 1960an, namun penelitian tersebut masih belum dapat disebut sebagai kajian sistematis terkait psikologi lingkungan.

Akhir tahun 1940an dan 1950an terjadi perkembangan penelitian pada proses psikologi manusia yang berhubungan dengan interaksi dengan lingkungan sekitar. Penelitian awal terkait dengan perkembangan tersebut adalah tentang interaksi antara manusia dan lingkungan buatan yang dapat diklasifikasikan sebagai penelitian psikologi arsitektur.

Salah satu tokoh psikologi lingkungan Gifford (dalam Steg dkk., 2019) mengemukakan Egon Brunswik (1903-1955) dan Kurt Lewin (1890-1947) adalah orang-orang yang dapat disebut sebagai bapak psikologi lingkungan. Ide-ide kedua tokoh tersebut tentang saling

interaksi antara lingkungan fisik, proses psikologis, dan perilaku manusia dalam seting kehidupan nyata maupun lingkungan buatan memberi kontribusi terhadap penelitian-penelitian selanjutnya dalam bidang psikologi lingkungan.

Pada sekitar tahun 1940an dan 1950an, penelitian tentang saling hubungan antara lingkungan antara lingkungan fisik dan proses psikologis secara evolusioner mengalami peningkatan dengan adanya penelitian-penelitian. Penelitian rintisan tersebut antara lain penelitian sebagai berikut:

- Penelitian Mayo tahun 1933 dengan tema pengaruh faktor manusia terhadap kinerja.
- Penelitian Chapman dan Thomas tahun 1944 tentang faktor pencahayaan di dalam rumah.
- Penelitian Barker & Wright tahun 1955 tentang perilaku anak di lingkungan alam.

(Steg dkk., 2019)

Akhirnya pada akhir tahun 1950an dan awal tahun 1960an studi tentang interaksi lingkungan dan perilaku manusia secara bertahap mulai mendapat pengakuan sebagai ilmu secara penuh dengan sebutan psikologi lingkungan. Fokus penelitian pada masa itu adalah tentang bagaimana cara-cara lingkungan yang berbeda-beda mempengaruhi persepsi dan perilaku manusia. Pada masa ini, kajian tentang interaksi perilaku manusia dikenal dengan istilah psikologi arsitektur. Istilah psikologi arsitektur muncul untuk membedakan dari bidang-bidang psikologi yang lain.

Pada periode awal psikologi lingkungan ini, psikologi lingkungan ini memiliki perhatian terhadap lingkungan fisik buatan (arsitektur, teknologi, dan rekayasa) dan bagaimana lingkungan mempengaruhi perilaku dan kebahagiaan manusia. Fokus pada lingkungan buatan tersebut diarahkan oleh konteks sosial politik saat itu yang berupaya membangun arsitektur modern yang mampu melayani tantangan-tantangan pada masa pasca perang dunia II. Tantangan-tantangan itu adalah bagaimana rumah, kantor, dan rumah sakit dapat dibangun sebaik-baiknya untuk para potensial pengguna dan potensial stresor (temperatur ekstrim, kelembaban, kesesakan) dapat

mempengaruhi kinerja dan kebahagiaan manusia. Dalam konteks ini, psikologi lingkungan sebagai kajian tentang rancangan gedung yang memfasilitasi fungsi-fungsi perilaku secara sistematis telah lahir.

Periode kedua perkembangan psikologi lingkungan dimulai selama akhir 1960an saat orang-orang mulai memahami masalah-masalah lingkungan. Pemahaman tersebut menimbulkan keberadaan isu-isu keberlanjutan (*sustainability*), yaitu kajian tentang pemahaman dan perubahan perilaku lingkungan untuk menciptakan lingkungan yang sehat dan berkelanjutan. Penelitian tentang isu-isu keberlanjutan itu antara lain adalah:

- Polusi udara oleh de Groot, bising di perkotaan oleh Griffiths & Langdon tahun 1968 dan asesmen terhadap kualitas lingkungan oleh Appleyard dan Craik tahun 1974. Dekade tahun 1970an, penelitian psikologi lingkungan pada suplai dan kebutuhan energi dan persepsi dan asesmen resiko yang tersosialisasi dengan teknologi oleh Zube dkk. tahun 1975.
- Dekade tahun 1980an, penelitian dilaksanakan terfokus pada usaha-usaha promosi perilaku konservasi, seperti hubungan sikap dan perilaku konsumen terkait lingkungan oleh Cone & Hayes tahun 1980 (Steg dkk., 2019)

Sebagai bidang ilmiah, komunitas psikologi menerbitkan jurnal-jurnal yang menjadi wahana sosialisasi hasil pemikiran, penelitian, dan pengabdian terkait psikologi lingkungan. Dua jurnal paling terkenal dalam bidang psikologi lingkungan adalah *Journal of Environmental Psychology* (Jurnal psikologi lingkungan) dan *Environment and Behavior* (lingkungan dan perilaku) (Gifford dkk., 2011).

Awal abad 21 menunjukkan bahwa masalah-masalah lingkungan, seperti perubahan lingkungan, polusi, dan deforestasi adalah tantangan besar terhadap kesehatan, perkembangan ekonomi, makanan, dan air di seluruh dunia. Pada periode ini kita juga mengakui suatu fakta bahwa perilaku manusia adalah sebab utama dari terjadinya masalah-masalah lingkungan.

Berdasar pengakuan tersebut maka para ahli psikologi lingkungan berupaya untuk memecahkan masalah-masalah lingkungan, mengembangkan kebahagiaan, dan mengembangkan kualitas hidup. Pada situasi ini diupayakan agar psikologi lingkungan

mampu mencapai keberlanjutan dengan menyeimbangkan aspek lingkungan, sosial, dan ekonomi. Pada konteks ini, menurut Gifford (2011) psikologi lingkungan menjadi “psikologi keberlanjutan”. Dalam narasi yang hampir sama Steg dkk. (2019) mengemukakan bahwa psikologi lingkungan pada periode terkini adalah mengarah pada istilah psikologi hijau (*green psychology*).

Psikologi lingkungan di abad 21 atau psikologi lingkungan terkini memiliki karakteristik sebagai berikut:

- Psikologi lingkungan di abad 21 atau psikologi lingkungan terkini memiliki pendekatan interaktif. Sesuai dengan definisi psikologi lingkungan sebagai ilmu yang mempelajari saling hubungan yang bersifat interaktif antara manusia dan lingkungan alam atau lingkungan buatan. Selain itu psikologi lingkungan juga mempelajari bagaimana lingkungan perilaku, seperti halnya faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku yang dapat membantu meningkatkan kualitas lingkungan. Ini berarti pendekatan interaktif menggambarkan hubungan timbal balik antara perilaku manusia dan lingkungan.

Psikologi lingkungan di abad 21 atau psikologi lingkungan terkini memiliki pendekatan interdisipliner yang bersifat kolaboratif. Para ahli psikologi lingkungan beraktivitas dalam setting yang bersifat interdisipliner dan berkolaborasi secara erat dengan ilmuwan-ilmuwan dalam bidang-bidang yang lain. Melalui kolaborasi tersebut maka dapat dijelaskan dan dipecahkan fenomena-fenomena saling hubungan antara perilaku manusia dan lingkungan secara lebih komprehensif.

Psikologi lingkungan di abad 21 atau psikologi lingkungan terkini memiliki pendekatan pemecahan masalah. Seperti halnya bidang-bidang psikologi yang lain di abad 21, psikologi lingkungan tidak hanya melakukan penelitian tentang hubungan antara perilaku manusia dan lingkungan dalam konteks yang bersifat deskriptif, eksplanatif, dan prediktif, namun lebih jauh lagi juga untuk memberikan pemecahan masalah dan pemberdayaan subjek-subjek yang terlibat dalam membangun hubungan harmonis antara manusia dan lingkungan (Steg dkk., 2019).

Dalam hal ini teori-teori yang dibangun berdasar akumulasi penelitian-penelitian psikologi lingkungan tidak hanya hadir untuk fungsi mendeskripsikan, menjelaskan, meramal, dan mengendalikan hubungan antara perilaku manusia dan lingkungan, tapi juga memberi solusi efisien dan efektif terhadap masalah-masalah hubungan perilaku manusia dan lingkungan (Hanurawan & Diponegoro, 2005). Dalam konteks teori kritis (*critical theory*) yang bersifat radikal, fungsi lain yang dekat dengan pemecahan masalah adalah teori psikologi lingkungan mampu membantu pemberdayaan diri subjek-subjek dan pada akhirnya mampu menyebabkan terjadinya perubahan sosial (*social change*) ke arah hubungan yang lebih harmonis antara manusia dan lingkungan.

Psikologi lingkungan di abad 21 atau psikologi lingkungan terkini memiliki pendekatan penggunaan metode yang bersifat majemuk. Psikologi lingkungan di abad 21 menggunakan pendekatan metode dalam penelitian secara majemuk. Pendekatan metode dalam penelitian secara majemuk itu meliputi:

- Pendekatan positivistik yang bersifat kuantitatif.
- Pendekatan interpretif yang bersifat kualitatif.
- Pendekatan kritis yang memiliki tujuan memberdayakan.

(Hanurawan, 2010; Hanurawan & Suhariyadi, 2019).

Pendekatan metode penelitian yang bersifat majemuk dirasa lebih dapat membantu hasil-hasil penelitian yang sesuai dengan tujuan penelitian.

### **Ciri-Ciri Psikologi Lingkungan**

Pada wacana yang kurang lebih sama Altman dkk. (dalam Fisher, 1982) mengajukan 4 ciri-ciri utama psikologi lingkungan. 4 ciri-ciri itu adalah:

- Psikologi lingkungan menggunakan pendekatan sistem. Ini berarti bahwa psikologi lingkungan mempelajari interaksi perilaku manusia dan lingkungannya sebagai satu kesatuan unit yang bersifat mutual dan terdapat pengaruh timbal balik di dalamnya. Melalui perspektif sistem ini maka

dapat disimpulkan bahwa psikologi lingkungan memiliki penekanan pada saling hubungan antara perilaku manusia dan lingkungan sebagai objek penelitiannya. Dalam hal ini pada kajian-kajian psikologi lingkungan, faktor-faktor perilaku manusia (stres, prestasi belajar, dan kinerja) tidak dipelajari sebagai suatu bagian tersendiri, namun harus selalu dikaitkan bersama dengan faktor-faktor lingkungan (cahaya, kebersihan, dan bising).

- Kajian-kajian psikologi lingkungan memiliki orientasi utama pada tujuan-tujuan pemecahan masalah yang terkait dengan isu-isu lingkungan yang krusial. Isu-isu lingkungan yang sangat penting misalnya adalah perilaku manusia sebagai salah satu sebab utama terjadinya banjir di Jakarta pada awal tahun 2002. Dalam hal ini, kajian-kajian teoritis seharusnya dapat dikembangkan lebih lanjut ke dalam penelitian-penelitian yang mampu memberikan manfaat-manfaat praktis dan langsung bagi kehidupan manusia. Tujuan pemecahan masalah ini searah dengan tujuan yang dimiliki oleh penelitian tindakan yang dikembangkan oleh pakar psikologi sosial Kurt Lewin (Hanurawan, 2010).
- Kajian-kajian psikologi lingkungan selalu memberi penekanan pada pendekatan yang bersifat interdisipliner. Pendekatan interdisipliner ini meliputi pemilihan beragam metode penelitian yang sesuai dengan masalah penelitian dan kerja sama para pakar psikologi lingkungan dengan para pakar ilmu-ilmu lain. Para pakar ilmu-ilmu lain itu misalnya adalah para pakar di bidang arsitektur, planologi, geografi, kesehatan, disain ruang dalam, dan cabang-cabang psikologi yang lain. Teori-teori dan hasil-hasil penelitian yang berasal dari berbagai disiplin ilmu sangat dibutuhkan untuk memahami, menjelaskan, dan meramalkan saling hubungan yang terjadi antara perilaku manusia dan lingkungan pada setiap tingkat analisis.
- Kajian-kajian psikologi lingkungan biasanya memberi penekanan yang kuat pada perspektif psikologi sosial. Secara

substansial, hal itu terjadi karena banyak kajian-kajian psikologi lingkungan mengarah pada tinjauan terhadap saling hubungan yang ada di antara perilaku sosial dan lingkungan fisik. Dalam hal ini, terdapat kesamaan metodologis dan fokus perhatian antara psikologi lingkungan dan psikologi sosial dalam membahas hubungan antara perilaku manusia dan lingkungan. Secara praktis kesejarahan, pentingnya perspektif psikologi sosial dalam kajian-kajian psikologi lingkungan harus dapat dikemukakan bahwa sebagian besar pakar yang berkecimpung mengembangkan psikologi lingkungan sebagai suatu disiplin yang berdiri sendiri sampai sekarang ini adalah para pakar yang berasal dari cabang psikologi sosial.

Terdapat sekaligus pandangan pesimistik dan optimistik tentang kemampuan psikologi lingkungan untuk membangun sintesis teori yang mampu mempersatukan studi-studi empirik yang bersifat fragmentaris. Kedua pandangan itu masing-masing memiliki latar belakang yang berbeda, yaitu berkenaan dengan dasar pemikiran yang bersifat negatif dan dasar pemikiran yang bersifat positif. Berkenaan dengan prinsip dialektika dalam berpikir, kedua perbedaan itu dapat dilihat sebagai dinamika tesis dan antitesis yang pada perkembangan selanjutnya akan menuju pada suatu sintesis. Dalam hal ini sintesis konsep dan teori psikologi lingkungan terus berkembang semakin mantap.

Dasar pemikiran yang bersifat negatif terhadap psikologi lingkungan bertumpu pada suatu dasar alasan sebagai berikut:

- Pemikiran bahwa psikologi lingkungan kurang dapat mengintegrasikan hasil-hasil penelitian objektif yang berasal dari penelitian psikologi eksperimen dan hasil-hasil penelitian subjektif yang berasal dari penelitian psikologi sosial. Berdasar kelemahan itu maka diperlukan suatu pengembangan paradigma dan metodologi psikologi lingkungan khusus yang sanggup mempersatukan hasil kedua penelitian jenis yang terkadang nampak kurang konsisten satu sama lain.



- Psikologi lingkungan sering mendapat kritik karena dianggap kurang mampu memberi pemecahan masalah praktis yang melibatkan hubungan antara manusia dan lingkungan. Namun demikian, sebenarnya usaha-usaha ke arah itu sudah mulai dilakukan, seperti penelitian Lee tentang kehidupan lingkungan bertetangga, penelitian Canter tentang persepsi jarak, penelitian Singer tentang pengaruh bising terhadap perilaku manusia, dan penelitian Stokols tentang pengaruh kepadatan terhadap perilaku manusia. Kritik semacam itu dapat dilihat sebagai titik tolak bagi pengembangan bidang-bidang psikologi lingkungan yang langsung menyentuh kehidupan manusia.

Dasar pemikiran yang bersifat positif terhadap psikologi lingkungan bertumpu pada:

- Secara umum pendekatan transaksional merupakan perspektif yang cukup dominan dalam proses penelitian dan interpretasi bidang-bidang psikologi lingkungan. Pendekatan transaksional mengemukakan bahwa dalam psikologi lingkungan bukan lingkungan fisik yang diteliti, melainkan lebih ditekankan pada lingkungan yang masuk pada persepsi dan mendapat penilaian oleh individu. Pemahaman yang memadai terhadap persepsi dan penilaian itu dapat memberi sumbangan terhadap usaha-usaha rekayasa hubungan yang harmonis antara perilaku manusia dan lingkungannya.
- Pengembangan teori dan konsep baru psikologi lingkungan telah banyak dan masih terus dikembangkan. Konsep dan teori baru itu antara lain adalah kelebihan beban informasi, terajarkan tidak berdaya (*learned of helplessness*), proksemik, kesesakan, kepadatan, teritorialitas, privasi, dan ruang pribadi. Pengembangan konsep dan teori baru itu diharapkan dapat memberi sumbangan teoritis maupun praktis terhadap masalah-masalah psikologi lingkungan. Seperti dikemukakan oleh Veitch & Arkkelin (1995) bahwa sumbangan psikologi lingkungan seharusnya sekaligus memiliki dimensi teoritis dan dimensi praktis. Pandangan semacam itu akan dapat

memberi kontribusi bagi pengembangan hubungan yang harmonis antara perilaku manusia dengan lingkungan.

Para ahli psikologi lingkungan bekerja berdasar 3 level analisis. 3 level analisis itu adalah:

- Proses psikologi fundamental, seperti persepsi lingkungan, kognisi spasial, dan kepribadian sebagai pemberi filter dan struktur terhadap pengalaman dan perilaku manusia.
- Manajemen ruang personal: ruang pribadi, teritori, kesesakan, dan privasi, serta aspek-aspek seting fisik dari perilaku sehari-hari yang kompleks (kerja, belajar, dan hidup di perumahan dan komunitas).
- Interaksi manusia dengan alam dan peran psikologi dalam perubahan iklim (climate change).

## **KESIMPULAN**

Psikologi lingkungan adalah cabang psikologi yang membahas saling hubungan di antara dunia fisik dan perilaku manusia. Psikologi lingkungan mulai berkembang sebagai sebuah ilmu yang cukup mandiri pada akhir tahun 1950an. Para ahli psikologi lingkungan bekerja sama dengan para ahli psikologi lain, para ahli bidang ilmu yang lain, dan dengan berbagai profesi yang lain dalam upaya memberikan penjelasan, peramalan, rekayasa, dan pemecahan hubungan timbal balik antara fenomena kejiwaan manusia dan lingkungan sekitar.



# INTEGRASI PSIKOLOGI LINGKUNGAN DENGAN BIDANG-BIDANG PSIKOLOGI YANG LAIN

## PENDAHULUAN

Ilmu adalah susunan pengetahuan tentang suatu fenomena yang diperoleh melalui metode penelitian ilmiah yang kebenarannya telah disepakati secara intersubjektif oleh suatu komunitas ilmiah tertentu (Hanurawan & Suhariyadi, 2019). Tujuan akhir Ilmu adalah mengembangkan teori atau paradigma yang memiliki fungsi: deskripsi, eksplanasi, kontrol, peramalan, dan pemecahan masalah terkait suatu fenomena.

Berdasar pada tujuan ilmu tersebut maka tidak dapat diragukan lagi puncak dari eksistensi ilmu adalah membantu memberikan bantuan pemecahan masalah bagi masalah-masalah kemanusiaan. Masalah-masalah kemanusiaan adalah masalah-masalah yang dialami secara eksistensial disebabkan oleh perilaku manusia dalam menjalani kehidupan, seperti konflik antar individu, perilaku agresi, cinta, kesehatan mental, dan konflik antar kelompok.

Pemecahan masalah-masalah kemanusiaan itu dalam rangka membantu manusia untuk mencapai tujuan akhir dari kehidupan manusia, yaitu kesejahteraan atau kebahagiaan (Baumgardner & Crothers, 2010). Ini berarti eksistensi ilmu tidak bersifat *an sich* untuk dirinya sendiri (ilmu untuk ilmu) namun lebih jauh lagi adalah ilmu untuk kesejahteraan manusia sebagai kreator ilmu (Fernandez-Ballesteros, 2002).

Salah satu ilmu yang berhubungan dengan masalah-masalah kemanusiaan adalah ilmu psikologi. Psikologi adalah ilmu yang melakukan deskripsi, eksplanasi, kontrol, peramalan, pemecahan

masalah, dan pemberdayaan terhadap fenomena perilaku dan proses mental. Salah satu bidang atau cabang dalam ilmu psikologi yang berhubungan dengan masalah-masalah kemanusiaan adalah psikologi lingkungan. Pada bagian ini dideskripsikan integrasi antara psikologi lingkungan dengan bidang-bidang psikologi yang lain untuk memecahkan masalah-masalah hubungan antara manusia dan lingkungan.

## **PSIKOLOGI LINGKUNGAN**

Dalam pemikiran sebagian orang yang fanatik ilmu psikologi, mereka akan memandang psikologi lingkungan sebagai cabang psikologi yang mempelajari hubungan harmonis antara perilaku manusia dan lingkungan. Namun apabila dilakukan telaah lebih mendalam terhadap banyak referensi psikologi lingkungan maka kemudian pandangan mono-disipliner tentang psikologi tersebut akan mengalami perubahan. Dalam berbagai rujukan ilmiah psikologi lingkungan ternyata banyak definisi para ahli psikologi lingkungan menunjukkan psikologi lingkungan adalah ilmu yang bersifat interdisipliner atau multidisipliner. Beberapa definisi yang menunjukkan realitas tersebut adalah sebagai berikut:

1. Environmental psychology has been called an interdisciplinary science that focuses on the interplay between human beings and the environment. (Bechtel, 2010).
2. Veitch & Arkkelin (1995) mengemukakan bahwa psikologi lingkungan adalah ilmu perilaku yang bersifat multidisipliner yang memiliki orientasi dasar dan terapan yang memiliki fokus hubungan sistematis antara lingkungan fisik dan sosial dengan perilaku dan pengalaman individu manusia.

Definisi psikologi lingkungan sebagai ilmu yang bersifat interdisipliner dan multidisipliner membuka sebuah realitas bahwa untuk mencapai tujuan psikologi lingkungan untuk mengembangkan hubungan harmonis antara perilaku manusia dan lingkungan maka psikologi lingkungan tidak berdiri sendiri namun perlu bekerja sama dengan ilmu-ilmu lain di luar psikologi maupun bekerja sama dengan bidang-bidang psikologi lain di dalam ilmu psikologi itu sendiri.

Pendekatan multidisipliner dan interdisipliner tersebut terjadi karena dalam realitas hubungan antara perilaku manusia dan lingkungan lazim dalam bahasa positivistik adalah bersifat multi-variabel atau dalam bahasa interpretif bersifat multi-fenomena. Konsekuensi realitas hubungan antara perilaku manusia dan lingkungan yang bersifat multi-variabel atau bersifat multi-fenomena tersebut maka pendekatan untuk mencapai tujuan deskripsi, eksplanasi, kontrol, peramalan, pemecahan masalah, dan pemberdayaan maka diperlukan pendekatan keilmuan yang bersifat multi dan inter. Ilustrasi kedekatan psikologi lingkungan dengan bidang ilmu lain adalah berkembangnya psikologi lingkungan dari hasil pemikiran dan penelitian para ahli dan praktisi psikologi sosial. Secara historis, psikologi lingkungan banyak dikembangkan oleh para ahli psikologi sosial. Salah satu tokoh psikologi sosial yg menginspirasi kelahiran psikologi lingkungan adalah Kurt Lewin yang mengembangkan teori  $B = f(p, e)$ . Tepri ini menjelaskan bahwa perilaku manusia merupakan fungsi ( $f$ ) dari dinamika antara orang (person/  $p$ ) dan lingkungan (environment/  $e$ ) (Hanurawan, 2010).

Secara metodologi pun psikologi lingkungan memiliki pendekatan penelitian yang serupa dengan bidang-bidang ilmu yang lain. Metodologi penelitian itu antara lain dapat bersifat kuantitatif, kualitatif, kritis, dan R&D.

Secara umum banyak Ilmu-ilmu lain yang relevan dengan psikologi lingkungan, baik ilmu alam maupun ilmu perilaku. Beberapa ilmu alam yang relevan dengan psikologi lingkungan misalnya adalah kedokteran dan teknik. Ilmu-ilmu perilaku yang relevan dengan psikologi lingkungan adalah: antropologi, pendidikan. dan sosiologi.

Sifat interdisipliner atau multidisipliner psikologi lingkungan itu dapat dilihat dari topik-topik kajian psikologi lingkungan yang membutuhkan pendekatan multi-ilmu dan inter-ilmu. dari topik-topik kajian psikologi lingkungan itu adalah sebagai berikut:

- Persepsi dan sikap lingkungan
- Stres lingkungan
- Pengaruh suhu terhadap perilaku

- Pengaruh pencahayaan terhadap perilaku.
- Pengaruh angin terhadap perilaku.
- Bising dan perilaku.
- Polusi dan perilaku.
- Kepadatan dan persepsi kesesakan
- Teritori, privasi, dan ruang pribadi.
- Perencanaan lingkungan institusional
- Perencanaan residensial
- Bencana alam dan bencana teknologi.
- Manusia, lingkungan, dan masa depan.
- Psikologi lingkungan dan perilaku pro-lingkungan.

## **INTEGRASI DENGAN BIDANG-BIDANG PSIKOLOGI YANG LAIN**

Selain pendekatan bersama ilmu-ilmu lain, pendekatan interdisipliner juga dapat dilakukan bersama bidang-bidang psikologi lain, baik yang utama maupun yang khusus.

**Bidang-bidang psikologi utama.** Bidang-bidang psikologi utama (psikologi sosial, psikologi pendidikan, psikologi klinis, psikologi perkembangan, dan psikologi industri dan organisasi) yang dapat diaplikasikan untuk pemecahan masalah-masalah hubungan selaras antara perilaku manusia dan lingkungan fisik dapat diuraikan sebagai berikut:

**Psikologi sosial.** Psikologi sosial adalah cabang psikologi yang mempelajari perilaku dan fenomena kejiwaan individu yang dipengaruhi kehadiran orang lain, baik secara aktual, imajinatif, dan diimplikasikan (Hanurawan, 2010; 2018b). Contoh cara berperilaku individu dan fenomena kejiwaan individu yang dipengaruhi oleh kehadiran orang lain adalah persepsi sosial, sikap sosial, prasangka sosial, perilaku agresi, perilaku prososial, dan perilaku kolektif.

Banyak topik-topik psikologi lingkungan sangat berhubungan dengan fenomena psikologi sosial. Bahkan, psikologi lingkungan sendiri banyak berkembang dari pemikiran dan penelitian para ahli psikologi lingkungan.

**Psikologi pendidikan.** Psikologi pendidikan adalah bidang psikologi yang mempelajari fenomena dinamika kejiwaan dan perilaku individu yang ada dalam proses pendidikan (Strickland, 2001). Proses pendidikan dalam konteks sekolah biasanya secara sederhana dihubungkan dengan bidang-bidang yang terkait dengan proses belajar mengajar, seperti metode mengajar guru, metode belajar siswa, motivasi guru, motivasi belajar siswa, perkembangan peserta didik, proses mengajar dan belajar untuk anak-anak berbakat, dan proses mengajar dan belajar untuk anak-anak berkebutuhan khusus, proses mengajar dan belajar untuk berpikir kritis, serta proses mengajar dan belajar untuk pengembangan kreativitas. Berbagai topik tersebut dapat dihubungkan dengan pengembangan lingkungan yang memperhatikan aspek-aspek perilaku lingkungan personal yang terlibat dalam proses pendidikan dan belajar mengajar.

**Psikologi klinis.** Psikologi klinis adalah bidang psikologi yang berhubungan dengan aplikasi ilmu psikologi terhadap asesmen dan perlakuan pada individu-individu yang mengalami masalah-masalah gangguan kejiwaan (Oltmann & Emery, 2007). Para ahli dan praktisi psikologi dalam bidang psikologi klinis melakukan penelitian dan praktek terkait sebab-sebab, diagnosis, dan perlakuan masalah-masalah psikologis yang ada dalam diri individu. Masalah-masalah psikologis yang ada dalam diri individu misalnya adalah masalah berpikir, masalah emosional, dan masalah berperilaku yang berhubungan erat dengan kondisi kesehatan mental seseorang. Salah satu isu yang terkait dengan kesehatan mental adalah pengembangan kesehatan mental di lingkungan sekolah. Dalam psikologi lingkungan, topik-topik kajian psikologi klinis banyak diteliti. Topik-topik kajian psikologi klinis yang terintegrasi dalam psikologi lingkungan misalnya adalah, stres lingkungan atau kesehatan mental di suatu lingkungan fisik maupun sosial.

**Psikologi perkembangan.** Para ahli dan praktisi psikologi dalam bidang psikologi perkembangan melakukan studi tentang perkembangan manusia mulai dari periode pra-kelahiran (prenatal) sampai pada periode masa tua (*aging*). Perubahan dalam periode perkembangan itu mencakup perkembangan terkait persepsi, kognisi,

bahasa, psiko-motorik, sikap moral, dan hubungan sosial (Colman, 2006). Psikologi perkembangan dapat membantu masalah-masalah perkembangan dalam aspek-aspek persepsi, kognisi, bahasa, psiko-motorik, sikap moral, dan hubungan sosial yang dialami oleh manusia, mulai masa anak, masa remaja, masa dewasa, sampai pada masa tua. Fenomena masalah psikologi perkembangan misalnya adalah terkait dengan perkembangan identitas penampilan fisik remaja yang mencoba melakukan imitasi terhadap penampilan fisik idola mereka (Hanurawan, 2009) atau praktek pengasuhan anak terkait dengan perkembangan remaja (Pakasi, 1982). Topik-topik psikologi perkembangan yang terkait dengan psikologi lingkungan antara lain adalah desain lingkungan tempat tinggal untuk lanjut usia atau desain lingkungan pendidikan untuk

**Psikologi industri dan organisasi.** Psikologi industri dan organisasi (PIO) adalah cabang psikologi yang melakukan kajian tentang fenomena perilaku dan proses mental dalam lingkungan pekerjaan (Riggio, 2010). Para ahli dan praktisi psikologi dalam bidang psikologi industri dan organisasi bekerja dalam organisasi umum, organisasi bisnis, dan organisasi industri. Bidang-bidang kerja psikologi industri dan organisasi adalah terkait dengan masalah seleksi karyawan dan penempatan, pengembangan dan pelatihan karyawan, penilaian kinerja karyawan, peningkatan kepuasan kerja karyawan dan peningkatan kualitas kehidupan kerja karyawan, peningkatan kepemimpinan dan kepengikutan, pengembangan organisasi, pemecahan konflik dalam organisasi, dan strategi pemasaran (persuasi melalui periklanan kepada konsumen) (Kuther, 2003; Riggio, 2010). Dalam topik-topik PIO pun, psikologi lingkungan dapat memiliki kontribusi pengembangan lingkungan fisik dan sosial yang kondusif untuk perilaku organisasi dan perilaku kerja dalam mencapai tujuan organisasi atau tujuan kerja.

**Bidang-bidang psikologi khusus.** Banyak Bidang-bidang psikologi khusus yang mengaplikasikan teori, konstruk, dan hasil penelitian psikologi ke dalam masalah-masalah lingkungan. Bidang-bidang psikologi khusus tersebut antara lain adalah:



**Psikologi ergonomi.** Ergonomi atau rekayasa faktor manusia (*human factor engineering*) sebagai disiplin psikologi yang bersifat multidisipliner mempelajari, menjelaskan, mengontrol, meramalkan, merekayasa, dan memecahkan masalah faktor performansi manusia yang dihubungkan dengan tugas-tugas atau pekerjaan-pekerjaan yang harus diselesaikan, alat-alat pekerjaan, dan lingkungan pekerjaan. Secara umum, ilmu semacam ini memiliki arah untuk membantu kenyamanan manusia dalam beraktifitas di lingkungan kerja dan membantu keselamatan manusia dalam bekerja.

**Psikologi lintas budaya.** Salah satu definisi tentang psikologi lintas budaya adalah definisi yang dikemukakan oleh Segall dkk. (1990) yang menyatakan bahwa psikologi lintas budaya adalah cabang psikologi yang melakukan kajian-kajian terhadap fenomena kejiwaan dan perilaku manusia dalam konteks lintas budaya. Psikologi lintas budaya memiliki tujuan untuk mengungkap tentang cara-cara tradisi budaya mengatur, mempengaruhi, dan mentransformasikan fenomena kejiwaan dan perilaku manusia. Fenomena kejiwaan dan perilaku manusia meliputi tiga ranah penting dalam kajian-kajian psikologi, yaitu dalam cara berpikir, cara berperasaan, dan cara berperilaku manusia.

**Psikologi komunitas.** Psikologi komunitas adalah bidang psikologi yang memiliki objek kajian hubungan individu, lingkungan komunitas, dan lingkungan yang lebih luas untuk mencapai tujuan kesejahteraan komunitas. Dalam penelitian terhadap bidang-bidang psikologi komunitas, psikologi komunitas banyak mengacu pada bidang-bidang psikologi yang lain (psikologi sosial, psikologi perkembangan, psikologi klinis, psikologi konsumen, dan psikologi kelompok) dan disiplin-disiplin ilmu lain di luar psikologi (antropologi, sosiologi, kesehatan masyarakat, kriminologi, ekonomi, hukum, dan sejarah sosial).

Para ahli dan praktisi psikologi komunitas memberikan sumbangan yang signifikan untuk memajukan kesejahteraan berkehidupan dalam suatu komunitas. Sumbangan memajukan kesejahteraan berkehidupan dalam suatu komunitas itu dilakukan melalui intervensi yang bersifat kolaboratif. Memajukan kehidupan masyarakat itu meliputi kesejahteraan fisik, psikologis, sosial, dan spiritual melalui

proses pemberdayaan warga dan kelompok-kelompok komunitas (Maton, 2004). Intervensi kolaboratif berarti prevensi dan intervensi dilakukan secara bersama antara ahli dan praktisi psikologi komunitas dengan warga komunitas, kelompok-kelompok yang ada dalam suatu komunitas, dan masyarakat (Dalton dkk., 2007).

Masalah-masalah sosial yang dapat dijadikan sebagai objek penelitian psikologi komunitas adalah kemiskinan, prasangka, diskriminasi, pendidikan untuk kelompok minoritas dalam komunitas multikultural, epidemi HIV dan AIDS, dan perilaku korupsi. Dalam melakukan penelitian terhadap masalah-masalah sosial, para peneliti psikologi komunitas terutama meneliti faktor-faktor yang memberi pengaruh terhadap masalah-masalah sosial spesifik terkait dengan fokus kesejahteraan warga sebagai individu, kelompok, komunitas, dan lingkungan sosial lebih luas. Contoh dari kajian psikologi komunitas tentang masalah-masalah sosial adalah prevensi terhadap perilaku kekerasan seksual dalam komunitas (Hanurawan, 2014a).

Contoh penelitian yang mengintegrasikan bidang-bidang psikologi lain dan psikologi lingkungan adalah penelitian Hanurawan dkk. (2018a) yang berjudul pengembangan buku panduan lingkungan perguruan tinggi untuk prevensi perilaku agresi mahasiswa berbasis kehidupan Pancasila. Penelitian tersebut mengintegrasikan konsep dan topik kajian psikologi lingkungan dengan bidang-bidang psikologi lain, di antaranya adalah:

- Psikologi pendidikan
- Psikologi sosial (perilaku agresi)
- Psikologi politik (psikologi ideologi Pancasila)
- Psikologi klinis (kesehatan mental di lingkungan kampus perguruan tinggi)
- Psikologi perkembangan (mahasiswa sebagai remaja akhir dan dewasa awal)
- Psikologi ergonomi (pengembangan lingkungan yang memudahkan perilaku manusia)
- Psikologi kepribadian (pengembangan kepribadian Pancasila yang berkarakter perilaku non agresi).

## **KESIMPULAN**

Beberapa kesimpulan terkait topik integrasi psikologi lingkungan dengan bidang-bidang psikologi yang lain adalah sebagai berikut:

- Psikologi lingkungan adalah ilmu yang bersifat interdisipliner atau multidisipliner.
- Esensi psikologi lingkungan sebagai ilmu yang bersifat interdisipliner atau multidisipliner memiliki konsekuensi perlunya integrasi dengan ilmu-ilmu lain dan bidang-bidang psikologi lain.
- Secara metodologi, psikologi lingkungan banyak pula menggunakan pendekatan penelitian yang digunakan oleh ilmu-ilmu lain dan bidang-bidang psikologi lain.
- Integrasi tersebut dalam upaya memaksimalkan tujuan psikologi lingkungan dalam mengembangkan kesejahteraan manusia melalui pemecahan masalah hubungan harmonis antara perilaku manusia dan lingkungan.





# METODE PENELITIAN PSIKOLOGI LINGKUNGAN

## PENDAHULUAN

Metode penelitian menduduki tempat yang sangat penting dalam kegiatan keilmuan (Coolican, 2014), termasuk dalam ilmu psikologi.

Seperti halnya dalam penelitian ilmu psikologi pada umumnya, metode penelitian dalam psikologi lingkungan pun dapat dikemukakan sebagai prosedur yang memungkinkan bagi seorang ilmuwan untuk memperoleh kebenaran tentang pemahaman, penjelasan, peramalan, rekayasa, dan pemberdayaan terhadap suatu gejala kejiwaan dan perilaku manusia sebagai inti kegiatan keilmuan ilmu psikologi lingkungan.

Sebagai salah satu bidang keilmuan dalam psikologi, psikologi lingkungan pun menggunakan berbagai metode penelitian untuk mengungkap kebenaran yang berhubungan dengan fenomena-fenomena psikologi lingkungan. Penggunaan berbagai metode penelitian dalam psikologi lingkungan sesuai dengan salah satu prinsip psikologi lingkungan menurut Steg dkk. (2019) yaitu prinsip metodologi yang bersifat beragam (*diversity*) dalam mengungkap kebenaran suatu fenomena yang menjadi bidang kajian psikologi lingkungan.

## TAHAP-TAHAP PENELITIAN PSIKOLOGI LINGKUNGAN

Istilah metode penelitian ilmiah sebenarnya mengacu pada tahap-tahap yang seharusnya diikuti dalam usaha untuk memahami, menjelaskan, meramalkan, merekayasa, dan memberdayakan suatu fenomena yang menjadi objek suatu kegiatan penelitian sebagai

suatu aktivitas ilmiah. Secara umum, metode penelitian ilmiah yang digunakan dalam bidang-bidang psikologi lingkungan tidak memiliki perbedaan yang bersifat signifikan dengan metode penelitian ilmiah yang digunakan dalam bidang-bidang ilmu-ilmu sosial secara umum, ilmu-ilmu perilaku lain, dan cabang-cabang psikologi lain secara khusus.

Prosedur penelitian dalam psikologi lingkungan dapat mengikuti tahap-tahap sebagai berikut:

- Perumusan masalah penelitian;
- Pemilihan metode penelitian;
- Pengumpulan data dan analisis data;
- Penulisan laporan hasil penelitian.

### **Perumusan Masalah Penelitian**

Setiap kegiatan penelitian selalu dimulai dari identifikasi masalah penelitian yang kemudian dirumuskan ke dalam suatu pertanyaan penelitian. Dalam hal ini, pertanyaan penelitian harus menggambarkan secara jelas sesuatu yang ingin diteliti oleh calon peneliti.

Dalam penelitian berpendekatan kuantitatif dalam bidang psikologi lingkungan, rumusan masalah penelitian biasanya mengacu pada identifikasi variabel-variabel penelitian dan perkiraan hubungan yang ada di antara variabel-variabel penelitian. Identifikasi variabel-variabel penelitian membawa konsekuensi pada bagian metode penelitian tentang perumusan definisi operasional setiap variabel penelitian. Perumusan definisi operasional itu mengacu pada kemampuan-kemampuan variabel itu untuk dapat diamati dan diukur, sehingga mampu secara konsisten diterapkan untuk semua subjek penelitian.

Dalam penelitian berpendekatan kualitatif rumusan masalah dalam bidang psikologi lingkungan memiliki perbedaan dibanding penelitian psikologi lingkungan yang berpendekatan kuantitatif. Rumusan masalah penelitian biasanya mengacu pada identifikasi fenomena penelitian, partisipan penelitian.

## **Pemilihan Metode Penelitian**

Terdapat banyak metode penelitian yang dapat dimanfaatkan oleh para ahli psikologi lingkungan. Metode penelitian itu dapat melalui pendekatan penelitian kuantitatif dan melalui pendekatan penelitian kualitatif. Pemilihan metode penelitian berpendekatan kuantitatif atau berpendekatan kualitatif dalam kajian-kajian psikologi lingkungan sangat bergantung pada kesesuaian masalah, tujuan, dan kebutuhan penelitian yang akan dilakukan. Ini sesuai dengan prinsip parsimoni atau prinsip kesesuaian antara masalah penelitian dan pendekatan penelitian yang akan dipilih atau akan digunakan dalam proses penelitian (Cohen & Manion, 1989).

### **- Rancangan Penelitian Berpendekatan Kuantitatif**

Secara umum, rancangan penelitian berpendekatan kuantitatif yang biasa dimanfaatkan oleh para peneliti psikologi lingkungan dapat dibagi menjadi 3 kelompok, yaitu rancangan eksperimental, rancangan korelasional lapangan, dan rancangan eksperimen lapangan (Veitch & Arkkelin, 1995).

Rancangan eksperimental memiliki tujuan mengungkap hubungan kausal variabel bebas terhadap variabel bergantung. Variabel bebas adalah variabel yang berada di bawah kontrol peneliti eksperimen. Dalam hal ini variabel bebas dihipotesiskan oleh peneliti sebagai faktor yang menyebabkan perubahan terhadap variabel bergantung (Tilley, 1993). Contoh penelitian yang memiliki rancangan eksperimental adalah penelitian tentang pengaruh panas terhadap perilaku agresi dalam diri penonton musik rock. Penelitian eksperimen laboratorium adalah penelitian eksperimen yang dilaksanakan di dalam seting lingkungan buatan secara terkontrol dengan tujuan untuk menemukan pengaruh kausal variabel independen terhadap variabel dependen (Steg dkk., 2019).

Rancangan korelasional adalah rancangan penelitian yang meneliti hubungan antar variabel dalam konteks sosial nyata. Rancangan korelasional memiliki tujuan mengungkap hubungan antar variabel yang secara alamiah telah terjadi. Berbeda dengan penelitian yang menggunakan rancangan eksperimental

yang melibatkan manipulasi aktif dari peneliti, penelitian yang menggunakan rancangan korelasional tidak membolehkan terjadinya proses manipulasi. Penelitian korelasional hanya mempertanyakan besaran hubungan di antara dua variabel. Di dalam rancangan ini tidak terdapat pemilahan antara variabel bebas dan variabel bergantung. Di samping itu, penelitian korelasional tidak memiliki suatu asumsi tentang pembuatan kesimpulan bahwa satu variabel memberi pengaruh terhadap variabel yang lain. Contoh penelitian yang memiliki rancangan korelasional adalah penelitian tentang hubungan antara sikap ibu rumah tangga terhadap kebersihan lingkungan dan perilaku ibu rumah tangga menjaga kebersihan lingkungan.

Rancangan eksperimen lapangan adalah penerapan prinsip-prinsip rancangan eksperimen ke dalam seting sosial nyata. Validitas internal dan validitas eksternal penelitian eksperimen lapangan adalah sudah cukup memenuhi syarat karena penelitian ini diterapkan dalam kondisi nyata dan menggunakan prinsip-prinsip eksperimen. Dalam eksperimen lapangan, hipotesis yang mengemukakan hubungan menyebabkan satu variabel kepada variabel lain dapat diuji dalam konteks dunia sosial nyata (Coolican, 2014).

#### - **Rancangan Penelitian Berpendekatan Kualitatif**

Meskipun perkembangannya tidak sepesat dalam bidang ilmu-ilmu sosial yang lain, seperti dalam bidang ilmu antropologi, ilmu sosiologi, dan ilmu pendidikan, penelitian berpendekatan kualitatif dapat dilihat sebagai salah satu alternatif dalam melakukan penelitian terhadap fenomena-fenomena psikologis, termasuk fenomena-fenomena psikologi lingkungan. Terdapat banyak rancangan penelitian berpendekatan kualitatif yang dapat dimanfaatkan oleh para peneliti psikologi lingkungan. Rancangan-rancangan itu di antaranya adalah rancangan penelitian lapangan, fenomenologi, etnometodologi, dan studi kasus. Dalam penelitian berpendekatan kualitatif, istilah rancangan atau desain dalam penelitian kuantitatif sering disebut dengan istilah yang lebih bersifat kualitatif. Istilah itu adalah model atau pendekatan (Hanurawan, 2016b).



Penelitian lapangan adalah suatu prosedur pengumpulan data dan analisis data lapangan bersewing alamiah yang bertujuan untuk mengembangkan teori baru. Rancangan penelitian lapangan terdiri dari serangkaian strategi induktif untuk mengolah dan menganalisis data. Dalam praktek penelitian lapangan, seorang peneliti mulai dari kasus-kasus atau pengalaman-pengalaman individual dan kemudian berkembang maju ke arah kategori-kategori konseptual. Kategori-kategori konseptual itu merupakan hasil identifikasi, pemahaman, penjelasan, dan sintesis tentang hubungan antar gejala. Sumbangan utama penelitian lapangan adalah kemampuannya untuk menyajikan prosedur yang ketat bagi para peneliti untuk melakukan cek, menjernihkan, dan mengembangkan ide-ide dan intuisi-intuisi mereka terhadap data. Analisis teori lapangan bermula dari data dan berakhir pada data pula.

Pada model fenomenologi, penelitian ditekankan pada cara manusia sebagai subjek berinteraksi dengan dunia gejala, baik terhadap objek-objek empirik maupun peristiwa. Ini sesuai dengan pengertian fenomenologi sebagai disiplin yang mempelajari makna suatu gejala bagi manusia secara individual (Giorgi, 1995).

Etnometodologi adalah wilayah metodologi penelitian yang mengkaji latar belakang penalaran logis yang diberikan oleh seseorang tentang keseharian hidupnya. Dalam etnometodologi dicoba untuk mendeskripsikan dan menjelaskan hukum-hukum, struktur, dan proses yang melingkupi suatu kehidupan sosial kebudayaan. Pada model etnometodologi, fokus ditekankan pada cara-cara orang mengkonstruksi dunia budaya mereka. Model ini terutama membahas cara berpikir antar individu berkenaan dengan aturan-aturan etnik kultural yang melatarbelakangi interaksi sosial kelompok budayanya. Perbedaan mendasar di antara fenomenologi dan etnometodologi adalah bahwa yang pertama lebih menekankan pada proses psikologis individual, sedang yang kedua lebih pada proses sosial dan budaya.

Model interaksionisme simbolik menekankan penelitian pada makna yang tercakup dalam cara-cara manusia menggunakan dan menginterpretasikan pola-pola simbolik pada saat melakukan interaksi sosial (Persell, 1987). Pola-pola simbolik manusia meliputi bahasa oral, bahan tertulis, maupun bahasa non-verbal seperti bahasa tubuh dan cara berbusana (Wiseman, 1993). Secara historis, munculnya model interaksionisme simbolik bermula dari perspektif baru yang dikembangkan oleh para pakar psikologi sosial dan sosiologi madzhab Chicago. Perspektif itu dikembangkan dengan tujuan untuk memahami gejala-gejala simbolik dalam hidup sosial (Denzin, 1995).

Model studi kasus merupakan proses analisis secara mendalam terhadap suatu obyek penelitian yang unit analisisnya bersifat individual. Sebagai suatu jenis penelitian yang bersifat ideografis, penelitian studi kasus menekankan unit analisisnya pada aspek-aspek yang bersifat khusus dan yang bersifat individual. Dalam penelitian psikologi, penelitian studi kasus tidak memiliki tujuan untuk membuat generalisasi (Smith dkk., 1995). Contoh penelitian studi kasus adalah dalam bidang psikologi lingkungan adalah penelitian tentang persepsi seorang penduduk tentang suara bising yang ditimbulkan oleh sebuah pabrik yang berada di dekat rumahnya.

### **Pengumpulan Data dan Analisis Data**

Segera setelah rancangan penelitian selesai ditetapkan maka kemudian peneliti dapat melakukan proses pengumpulan data di lapangan. Terdapat berbagai instrumen pengumpulan data yang dapat dimanfaatkan oleh peneliti. Instrumen pengumpulan data untuk penelitian berpendekatan kuantitatif misalnya adalah wawancara terstruktur, pengamatan terkontrol, dan melalui angket. Instrumen pengumpulan data untuk penelitian berpendekatan kualitatif misalnya adalah etnografi, observasi partisipan, wawancara, sejarah lisan, dan dokumen sejarah (Walker, 1985). Dalam suatu penelitian kualitatif, metode pengumpulan data itu dapat dipilih salah satu atau dapat dipilih lebih dari satu secara simultan. Masalah pemilihan metode

pengumpulan di atas sangat bergantung pada masalah, tujuan, dan kebutuhan penelitian.

Etnografi adalah deskripsi dan analisis faktual tentang aspek-aspek dari cara hidup suatu kelompok kebudayaan khusus. Observasi partisipasi adalah pengamatan terhadap kehidupan sosial budaya berdasarkan pengamatan dari dalam kehidupan itu sendiri, untuk mendapatkan pengetahuan yang bersifat sistematis.

Selain alat-alat pengumpul data yang telah diuraikan sebelumnya, dalam psikologi lingkungan juga dikenal alat-alat pengumpul data khusus. Alat-alat pengumpul data khusus itu misalnya adalah instrumen pengukur tekanan darah untuk meneliti pengaruh kebisingan terhadap stabilitas tekanan darah seseorang; instrumen pengukur kepekaan kulit untuk meneliti pengaruh hembusan angin yang mengarah pada kulit seseorang terhadap perilakunya; berbagai tes biokimiawi (tes analisis urin) dapat digunakan untuk meneliti pengaruh lingkungan terhadap proses kimiawi individu. Para peneliti psikologi lingkungan juga dapat menggunakan rekaman-rekaman kejadian dalam masyarakat sebagai sumber data bagi penelitian mereka. Rekaman-rekaman kejadian dalam masyarakat itu meliputi statistik kematian, statistik kelahiran, data-data kehakiman, data-data pemilu, rekaman penjualan pada periode waktu tertentu, dan dokumen-dokumen pribadi (Veitch & Arkkelin, 1995).

Setelah pengumpulan data selesai dilakukan maka dilakukan tahap analisis data. Teknik analisis data dalam penelitian berpendekatan kuantitatif misalnya adalah teknik statistik analisis faktor, analisis jalur, analisis kanonikal, analisis diskriminan atau bahkan sampai pada teknik analisis yang bersifat integratif, seperti meta-analisis. Teknik analisis data dalam penelitian berpendekatan kualitatif misalnya adalah analisis semiotik, analisis naratif, dan analisis isi (Denzin & Lincoln, 1994).

Khusus dalam penelitian berpendekatan kualitatif, sebelum sampai pada kesimpulan akhir, seorang peneliti harus melakukan verifikasi atau validasi kesimpulan berdasar pada hasil analisis data itu. Proses validasi itu sebagai sarana untuk mengukuhkan atau memperbaiki kembali kesimpulan yang ditarik, berdasar komunikasi

dan konfirmasi balik dengan partisipan atau informan penelitian (Walker, 1985). Terdapat banyak teknik untuk memvalidasi kesimpulan, seperti triangulasi, cek terhadap keterwakilan data, cek terhadap pengaruh peneliti selama pengumpulan data, membuat perbandingan, dan umpan balik partisipan penelitian (Wiseman, 1993).

## **Penulisan Laporan Penelitian**

Penulisan laporan penelitian merupakan salah satu bagian penting dalam suatu proses penelitian sebagai suatu kegiatan ilmiah. Sebuah laporan penelitian menggambarkan proses yang terjadi selama proses penelitian. Melalui laporan penelitian maka seorang peneliti diharapkan dapat mengkomunikasikan hasil-hasil perolehan ilmiahnya kepada peneliti-peneliti atau ilmuwan-ilmuwan yang lain.

Dilihat dari pendekatan-pendekatan yang digunakan, laporan penelitian dalam bidang psikologi dapat dibagi menjadi dua, yaitu laporan penelitian berpendekatan kuantitatif dan laporan penelitian berpendekatan kualitatif. Dalam bagian ini laporan penelitian berpendekatan kuantitatif tidak disinggung secara mendalam karena laporan penelitian berpendekatan kuantitatif pada umumnya sudah bersifat baku. Struktur laporan pada laporan penelitian berpendekatan kuantitatif dapat mengacu pada aturan-aturan yang sudah digariskan oleh *American Psychological Association* dan *British Psychological Society*.

Sebenarnya tidak ada satu cara struktur yang dianggap paling baku dalam membuat sebuah laporan penelitian kualitatif (Hanurawan, 2016b). Dalam konteks ini terdapat berbagai cara yang dianggap relevan untuk membuat sebuah laporan penelitian kualitatif dalam lingkup penelitian ilmu-ilmu sosial maupun ilmu-ilmu perilaku, seperti dalam ilmu antropologi budaya, sosiologi, psikologi, dan pendidikan.

Struktur penelitian berpendekatan kualitatif yang diuraikan berikut lebih mengikuti struktur yang biasa ada dalam penulisan jurnal-jurnal ilmiah secara umum. Bagian pertama adalah judul. Sebuah judul dalam sebuah laporan penelitian harus menggambarkan wilayah penelitian yang telah dilakukan dan mampu memberi informasi secara singkat

namun lengkap tentang topik inti penelitian. Berdasar pada pemikiran itu maka judul laporan penelitian kualitatif harus menghindarkan diri dari pembuatan judul yang terlalu umum. Judul yang terlalu umum misalnya adalah “Pemahaman dari Dalam tentang Kehidupan Seorang Informan”. Judul yang terlalu umum seperti itu seharusnya dirubah agar dapat lebih spesifik, tepat sasaran, dan mencerminkan topik inti sebuah penelitian, seperti “Studi Fenomenologis Terhadap Persepsi Kesusakan (Crowding) Pada Remaja Etnik Jawa Pedalaman yang Melakukan Urbanisasi Ke Daerah Perkotaan Jakarta”.

Bagian kedua adalah abstrak. Abstrak sebuah laporan penelitian biasanya berisi ringkasan tentang: rancangan atau model penelitian yang telah digunakan, laporan tentang proses-proses yang telah dilakukan, hasil-hasil penelitian, dan interpretasi terhadap hasil-hasil penelitian itu. Berdasar suatu kenyataan bahwa metodologi dalam penelitian kualitatif sering kali belum terlalu luas dipahami oleh banyak orang, sekurangnya dalam bidang psikologi sampai saat ini, maka penulis laporan penelitian seyogyanya memberikan sedikit uraian deskriptif tentang metode pendekatan yang digunakan, seperti metode observasi partisipasi, analisis wacana, fenomenologi, dan penelitian tindakan partisipatoris.

Bagian ketiga laporan penelitian adalah Pendahuluan. Pada bagian ini diuraikan pengantar umum tentang bidang yang diteliti dan kemudian dilanjutkan dengan perumusan masalah. Pada uraian pengantar umum sangat penting untuk diajukan pembahasan terhadap pustaka-pustaka terbaru yang relevan dengan bidang-bidang yang diteliti, sebelum sampai pada diskusi lebih rinci terhadap fokus penelitian yang dilakukan.

Berdasar rasional bahwa pendekatan kualitatif dalam bidang psikologi merupakan pendekatan yang masih baru sampai saat ini (Smith, 1995), maka cukup relevan untuk mengetengahkan sedikit uraian introduksi latar belakang metode kualitatif yang digunakan. Sebagai contoh dapat diuraikan pengertian tentang karakteristik penelitian studi kasus, fenomenologi, atau simbolik interaksionisme.

Pada akhir bagian pendahuluan, penulis seyogyanya memberikan rumusan pernyataan tentang tujuan-tujuan dan manfaat-manfaat penelitiannya. Pada dasarnya, bagian pendahuluan ini sejauh mungkin mampu meyakinkan pembaca bahwa penelitian ini memiliki cukup makna, cukup memiliki kegunaan, dan dilaksanakan menurut pendekatan penelitian yang sesuai.

Bagian keempat adalah Metode. Pada bagian ini, penulis laporan harus memberikan informasi-informasi yang cukup sehingga para pembaca dapat memahami proses-proses yang terjadi selama penelitian (Smith dkk., 1995). Secara umum bagian metode mencakup: rancangan atau model penelitian; penelitian awal apabila dilakukan; alat pengumpul data; subjek atau partisipan penelitian dan karakteristik mereka; karakteristik lokasi penelitian; waktu pengumpulan data; dan kronologi pengumpulan data (Banister dkk., 1994).

Bagian kelima adalah Analisis dan Hasil Penelitian. Berdasar rasional bahwa dalam pendekatan penelitian kualitatif, cara analisis sangat beragam dan memiliki jenis masing-masing, maka pelaporan proses analisis ini sangat bergantung pada model atau rancangan penelitian yang telah dipilih oleh peneliti.

Berkenaan dengan perbedaan ragam analisis itu maka analisis dan hasil penelitian terkadang digabung menjadi satu dengan bagian diskusi. Contoh dari teknik pelaporan dengan cara penggabungan misalnya adalah apabila seorang peneliti melakukan proses analisis fenomenologis terhadap bahan-bahan wawancara, kemudian langsung mengajukan interpretasi hasil dan selanjutnya diajukan diskusi berhubungan dengan hasil interpretasi itu.

Bagian keenam adalah Diskusi. Apabila bagian diskusi tidak dijadikan satu dengan bagian analisis dan hasil penelitian maka seyogyanya bagian ini ditulis secara terpisah.

Bagian terakhir adalah Kesimpulan yang berisi tentang rangkuman umum tentang semua yang telah ditulis sebelumnya dan saran-saran yang dikemukakan berdasar dengan temuan-temuan yang telah diperoleh. Pada bagian ini penulis diperbolehkan untuk menulis tentang refleksi kritis berkenaan dengan segala sesuatu yang telah dilalui selama penelitian.

## **KESIMPULAN**

Istilah metode penelitian ilmiah sebenarnya mengacu pada prosedur-prosedur yang seharusnya dipatuhi dalam usaha untuk memahami, menjelaskan, meramalkan, merekayasa suatu fenomena yang menjadi objek suatu kegiatan penelitian. Metode penelitian ilmiah yang digunakan dalam bidang-bidang psikologi lingkungan tidak memiliki perbedaan yang bersifat signifikan dengan metode penelitian ilmiah yang digunakan dalam bidang-bidang ilmu-ilmu sosial secara umum, ilmu-ilmu perilaku lain, dan cabang-cabang psikologi lain secara khusus.

Prosedur penelitian dalam psikologi lingkungan dapat mengikuti tahap-tahap sebagai berikut:

- perumusan masalah penelitian
- pemilihan metode penelitian
- pengumpulan data dan analisis data
- penulisan laporan hasil penelitian.





# IV

## TEORI-TEORI PSIKOLOGI LINGKUNGAN

### PENDAHULUAN

Dalam wacana yang bersifat umum, aktivitas-aktivitas keilmuan memiliki tujuan utama untuk mengembangkan teori-teori dalam kerangka menjelaskan secara komprehensif objek-objek yang dikaji. Pada konteks psikologi lingkungan, teori-teori psikologi lingkungan dapat digunakan sebagai semacam cetak biru untuk menjelaskan saling hubungan yang ada di antara perilaku organisme dengan lingkungannya.

Teori adalah penjelasan lengkap tentang suatu fenomena (Hanurawan & Suhariyadi, 2019). Teori psikologi lingkungan adalah penjelasan lengkap tentang fenomena psikologi lingkungan. Dalam psikologi lingkungan terdapat banyak teori yang dapat digunakan untuk menjelaskan saling hubungan yang ada di antara perilaku organisme dengan lingkungannya. Beberapa teori utama dalam psikologi lingkungan di antara banyak teori psikologi lingkungan adalah sebagai berikut: teori beban rangsang (*stimulus load theory*), teori pembangkitan (*arousal theory*), teori kendala perilaku (*behaviour constraint*), teori tingkat adaptasi (*adaptation level theory*), teori stres lingkungan (*environmental stress theory*), dan teori psikologi ekologis (*ecological psychological theory*).

### TEORI-TEORI PSIKOLOGI LINGKUNGAN

#### Teori-Teori

- **Teori Beban Rangsang**

Teori ini menjelaskan bahwa manusia memiliki kemampuan yang terbatas dalam melakukan pemrosesan terhadap

informasi-informasi (rangsang) yang diterimanya. Dalam hal ini, menurut Cohen pada tahun 1978 (dalam Veitch & Arkkelin, 1995) apabila masukan-masukan informasi oleh seseorang dianggap telah melebihi kemampuan dirinya, maka ia akan cenderung mengabaikan masukan-masukan informasi yang dinilai tidak begitu penting dan lebih cenderung memusatkan perhatian pada masukan-masukan yang dinilai paling penting.

Contoh yang menggambarkan keadaan kognitif semacam itu adalah perilaku seorang pengemudi di jalan raya pada kondisi lalu lintas padat. Pada kondisi semacam itu seorang pengemudi mobil akan cenderung memusatkan perhatian perilakunya pada posisi mobil lain, truk, dan bus, ketimbang mendengarkan suara penyiar radio yang keluar dari radio mobil, kondisi cuaca hari itu, atau ia akan cenderung enggan diajak berbicara dengan penumpang mobilnya. Dalam situasi seperti itu, seorang pengemudi mobil tentu berpikir bahwa pemusatan perhatian semacam itu akan dapat menjamin keselamatan berkendara dalam menghadapi situasi lalu lintas yang sibuk dan padat.

Meskipun banyak manfaat dari pemrosesan informasi yang terbatas itu, tapi untuk beberapa segi terdapat akibat-akibat negatif yang dapat ditimbulkannya. Akibat-akibat negatif itu misalnya adalah kemungkinan timbulnya kesalahan berpikir karena mengabaikan informasi-informasi penting yang oleh seseorang secara relatif tidak dianggap penting, menurunnya ambang toleransi terhadap stres, dan mengabaikan orang lain yang membutuhkan bantuan. Teori ini menjelaskan bahwa karena seorang pengendara mobil terlalu memusatkan perhatian pada keadaan lalu lintas di sekelilingnya maka ia menjadi kurang konsentrasi kepada rambu-rambu lalu lintas. Pengabaian rambu-rambu lalu lintas ini dapat berakibat fatal karena ia bisa tersesat atau bahkan secara tidak sadar melakukan pelanggaran terhadap rambu-rambu tersebut.

Selain mampu menjelaskan perilaku manusia dalam konteks rangsang lingkungan yang terlalu berlebihan, teori beban rangsang juga mampu menjelaskan perilaku manusia dalam

konteks lingkungan yang terlalu sedikit memberi rangsang (*understimulation*). Dalam lingkungan yang terlalu sedikit rangsang, seperti di dalam kapal selam atau di dalam lembaga pemsayarakatan, teori ini mengemukakan bahwa kekurangan rangsang dapat menimbulkan akibat-akibat negatif bagi perilaku manusia. Akibat-akibat negatif itu misalnya adalah rasa jenuh atau bosan yang dialami oleh para prajurit di dalam lingkungan kapal selam dan para narapidana yang merasa bosan dengan lingkungan lembaga pemsayarakatan yang monoton.

#### - **Teori Pembangkitan**

Teori pembangkitan (*arousal theory*) banyak melakukan titik tekan kajiannya pada pengaruh pembangkitan (*arousal*) pada kinerja manusia. Teori ini menjelaskan bahwa secara umum kinerja individu dapat menjadi maksimal pada tingkat pembangkitan menengah. Sebaliknya, penurunan kinerja akan terjadi pada tingkat pembangkitan tingkat tinggi atau pada tingkat pembangkitan level rendah.

Menurut hukum Yerkes dan Dodson (dalam Veitch & Arkkelin, 1995) hubungan tingkat pembangkitan dan kinerja berkaitan dengan pemberian tingkat kesulitan tugas untuk diselesaikan. Tingkat kesulitan tugas itu adalah tingkat kesulitan tugas yang terlalu rendah, sedang, dan terlalu tinggi. Individu cenderung berkinerja baik pada tugas dengan tingkat kesulitan menengah. Berlyne (dalam Veitch & Arkkelin, 1995) mengemukakan bahwa fenomena itu sesuai dengan hasil-hasil penelitian yang menunjukkan bahwa seseorang cenderung selalu mencari tingkat rangsang yang bersifat menengah. Secara umum, teori ini mendukung pendapat teori ahli sejarah Arnold Toynbee bahwa suatu peradaban akan mengalami perkembangan pesat hanya pada lingkungan yang memberikan tantangan yang bersifat menengah.

Fakta-fakta empiris tentang hasil-hasil penelitian yang mendukung pendapat teori pembangkitan adalah terdapatnya perubahan kinerja searah dengan terjadinya perubahan suhu lingkungan. Kinerja akan mengalami perubahan secara bervariasi

secara kurvelinier searah dengan peningkatan suhu lingkungan dapat ditemui dalam penelitian dengan seting kinerja karyawan perusahaan pakaian, pertambangan emas, dan seting laboratorium. Hasil-hasil penelitian itu menjelaskan bahwa kenaikan suhu lingkungan akan menyebabkan tingkat pembangkitan. Hasil-hasil penelitian itu menunjukkan bahwa kenaikan awal pembangkitan karena suhu lingkungan akan menyebabkan timbulnya peningkatan kinerja para karyawan, namun pada saat kenaikan pembangkitan sudah berlebihan maka akan timbul penurunan kinerja. Pada situasi yang lain, kebisingan ternyata dapat memberi pengaruh terhadap perubahan pembangkitan dan pada kesempatan selanjutnya dapat menyebabkan terjadinya perubahan kinerja (Evans & Cohen dalam Veitch & Arkkelin, 1995).

Pakar-pakar lain memanfaatkan teori pembangkitan untuk menjelaskan reaksi fisiologis yang timbul terhadap rangsang lingkungan. Perubahan tekanan darah, tingkat respirasi, reaksi kulit galvanik, dan sekresi adrenalin, akan timbul apabila terjadi perubahan suhu lingkungan. Peningkatan suhu lingkungan dapat mengakibatkan penggumpalan darah dalam jumlah besar, percepatan detak jantung, penurunan tekanan darah, dan penurunan jumlah pasokan oksigen yang memadai untuk otak.

#### - **Teori Kendala Perilaku**

Teori ini memfokuskan studinya pada kendala-kendala yang dihadapi oleh organisme dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Kendala-kendala itu dapat bersifat nyata maupun bersifat perseptual. Menurut Stokols pada tahun 1987 (dalam Veitch & Arkkelin, 1995) lingkungan dapat membatasi dan menghambat perilaku organisme yang menempati lingkungan itu. Sebagai contoh, suara bising yang berkesinambungan dapat menyebabkan terganggunya proses komunikasi timbal balik antar pengunjung di sebuah pasar besar Kota Malang. Teori ini sangat menekankan situasi tempat seseorang merasa kehilangan kontrol terhadap lingkungannya.

Brehm dan Brehm pada tahun 1981 (dalam Veitch & Arkkelin,

1995) menjelaskan bahwa bila seseorang merasa kehilangan kontrol terhadap lingkungannya, maka pada saat pertama kali ia akan merasa tidak nyaman dengan keadaan ini. Selanjutnya, pada kesempatan berikutnya ia kemudian berupaya untuk merebut kontrol itu kembali. Upaya itu dalam bahasa teknis psikologi dapat disebut sebagai reaksi psikologis (*psychological reactance*).

Contoh dari keadaan reaksi psikologis adalah dalam kepadatan lalu lintas di kota Jakarta yang menyebabkan keterlambatan untuk sampai di tempat kerja, maka seorang karyawan mungkin dapat menciptakan strategi pemecahan masalah akibat kendala lalu lintas itu. Strategi pemecahan masalah sebagai suatu reaksi psikologis itu adalah melalui cara memilih jalan alternatif yang lebih lenggang atau memilih berangkat lebih pagi pada saat jalan masih sepi. Contoh lain adalah pada kondisi suhu ruang kerja yang panas maka seseorang kemudian memasang alat penyejuk udara atau kipas angin guna mengurangi suhu panas tersebut.

Contoh-contoh di atas menunjukkan bahwa pada situasi itu, seseorang memiliki persepsi bahwa ia telah kehilangan kontrol, berupaya mengantisipasinya, dan pada akhirnya menimbulkan reaksi psikologis. Apabila upaya-upaya yang telah dilakukan itu berulang kali mengalami kegagalan dan tidak memiliki pengaruh apa pun terhadap keberhasilan berinteraksi dengan lingkungan maka seseorang mulai memiliki keyakinan bahwa ia telah secara menetap kehilangan kontrol perilaku berkenaan dengan interaksi dengan lingkungannya. Keputusan ini secara evolusioner dapat menyebabkan terjadinya depresi klinis pada diri seseorang. Pada kasus-kasus yang ekstrim, apabila gejala-gejala seperti itu tidak ditangani secara cepat dan memadai maka dapat menyebabkan seseorang akan menderita penyakit-penyakit fisik dan berujung pada kematian.

Sebaliknya pada sudut situasi yang berbeda, ternyata persepsi kontrol terhadap suatu lingkungan dapat memperbaiki dampak-dampak negatif yang mungkin diakibatkan oleh suatu lingkungan. Glass dan Singer (dalam Veitch & Arkkelin, 1995) menjelaskan bahwa kontrol yang dipersepsi terhadap kebisingan

(*noise*) memberikan pengaruh positif terhadap respon perilaku individu dalam menghadapi bervariasi rangsang lingkungan. Sebagai contoh, pasien rumah sakit yang mendapat kontrol dan tanggung jawab terhadap kesehatannya, menunjukkan peningkatan suasana hati ke arah lebih baik dan lebih aktif melakukan kegiatan-kegiatan, dibanding para pasien rumah sakit yang tidak diberi wewenang kontrol. Pada situasi yang hampir sama, para karyawan dalam sebuah perusahaan yang memiliki kontrol terhadap alat pengatur suhu dilaporkan lebih memiliki sedikit masalah-masalah kesehatan selama musim dingin, dibanding para karyawan tidak memiliki kontrol.

#### - **Teori Tingkat Adaptasi**

Seperti telah dikemukakan oleh teori beban rangsang, teori tingkat adaptasi ini memiliki asumsi bahwa tingkat rangsang menengah adalah tingkat yang dapat memaksimalkan perilaku. Tingkat rangsang yang berlebihan dan tingkat rangsang yang sangat sedikit ditengarai oleh para ahli psikologi lingkungan memiliki efek merugikan terhadap keadaan emosi dan perilaku seseorang (Gifford dkk., 2011). Tokoh-tokoh teori tingkat adaptasi ini adalah Helson dan Wohlwill (Veitch & Arkkelin, 1995).

Sementara sebagian besar ahli psikologi lingkungan menekankan kajiannya pada saling hubungan antara organisme dan lingkungan, teori tingkat adaptasi mengkaji secara spesifik pada 2 proses yang mewarnai hubungan itu, yaitu proses adaptasi (*adaptation*) dan penyesuaian diri (*adjustment*). Dalam kehidupan, organisme melakukan mekanisme adaptasi dan penyesuaian diri pada saat menghadapi rangsang lingkungan. Adaptasi adalah perubahan respon perilaku agar sesuai dengan keadaan lingkungan, sedang penyesuaian adalah perubahan lingkungan agar sesuai dengan perilaku. Contoh mekanisme adaptasi adalah seseorang memutuskan mengenakan baju tipis dalam ruang kantor yang bersuhu panas. Contoh penyesuaian diri adalah orang membuka semua jendela, pintu, atau menyalakan alat penyejuk agar suhu ruang kantor yang panas menjadi dalam keadaan sedang. Kedua mekanisme itu memiliki tujuan agar suatu

lingkungan kembali dalam keadaan serba seimbang bagi keadaan dan perilaku manusia.

Manfaat lain teori ini adalah bahwa teori ini mengakui perbedaan tingkat adaptasi yang dimiliki oleh masing-masing orang. Perbedaan itu terjadi karena individu-individu memiliki kebiasaan-kebiasaan atau harapan-harapan yang berbeda-beda terhadap suatu lingkungan. Berdasar pada paradigma ini maka teori ini memiliki kemampuan untuk menjelaskan timbulnya perbedaan respon dua orang atau lebih terhadap suatu lingkungan yang sama. Contoh perbedaan respon itu adalah bahwa dalam sebuah pesta yang meriah dapat dipersepsi oleh seseorang sebagai tempat yang menyenangkan karena ia memiliki kebutuhan tingkat pencerapan yang tinggi, namun pesta itu menjadi tempat yang tidak menyenangkan bagi orang lain yang membutuhkan tingkat pencerapan rendah. Tingkat adaptasi yang berbeda itu membawa akibat berupa perilaku yang berbeda-beda. Orang yang memiliki kebutuhan tingkat pencerapan tinggi akan selalu mencari pusat-pusat keramaian, sebaliknya orang lain yang membutuhkan tingkat pencerapan rendah akan lebih senang beraktivitas di kamar secara mandiri atau bertetirah di daerah pegunungan yang asri dan sepi.

#### - **Teori Stres Lingkungan**

Secara umum, ciri-ciri lingkungan yang dicerap oleh organisme dapat dilihat sebagai penyebab terjadinya respon stres dalam diri organisme (Beck, 1992). Respon stres dari organisme timbul terutama karena ciri-ciri lingkungan itu melebihi batas optimal ambang penerimaan dirinya. Secara otomatis, setelah menghadapi keadaan semacam itu maka kemudian organisme menciptakan cara-cara perilaku tertentu untuk dapat mengakhiri stres itu.

Tanda-tanda awal respon terhadap stresor (penyebab stres) muncul dalam gejala-gejala reaksi fisiologis. Perlawanan terhadap stresor diikuti dengan perilaku aktif organisme menciptakan percobaan-percobaan psikologis untuk menghentikan stres yang dialami (Bell dkk., 1996). Akhirnya apabila setelah semua sumber

daya penyesuaian diri dalam diri inivididu habis dikerahkan, maka terjadi kondisi kelelahan psikologis dalam diri seseorang.

Secara khusus terdapat pakar-pakar psikologis yang berminat untuk meneliti aspek-aspek tambahan respon stres. Sebagai contoh, Lazarus (dalam Veitch & Arkkelin, 1995) menekankan kajian pada mekanisme penilaian (*appraisal*). Lazarus menjelaskan bahwa seseorang yang sebelum stres terjadi secara kognitif menilai suatu lingkungan sebagai suatu ancaman maka pada akhirnya perilakunya menjadi terpengaruh. Seseorang yang mengemudi mobil pada jam-jam sibuk dan macet tidak akan mengalami stres kecuali apabila ia memiliki penilaian bahwa jam-jam sibuk dan kemacetan lalu lintas merupakan sebuah ancaman terhadap kenyamanan perilaku mengemudinya.

#### - **Teori Psikologi Ekologi**

Tokoh teori psikologi ekologis yang juga seorang pengikut setia Kurt Lewin, Barker (dalam Veitch & Arkkelin, 1995) mengemukakan pendapat tentang pentingnya kesesuaian antara perilaku organisme dan lingkungan. Lingkungan dirancang atau dikembangkan untuk memenuhi standard perilaku tertentu. Seting perilaku dinilai berdasar pada kualitas kesesuaian antara ciri-ciri lingkungan yang interdependen dengan perilaku yang akan dilakukan dalam lingkungan itu. Sebagai contoh, lingkungan seperti lapangan sekolah, masjid, kolam renang, ruang kelas, dan kantor pemerintahan kota memiliki seting perilaku baku tertentu. Masing-masing lingkungan itu dinilai berdasar kesesuaian dengan perilaku yang akan dilakukan. Dalam hal ini misal lapangan sekolah adalah tempat untuk bermain anak-anak Sekolah Dasar Laboratorium Universitas Negeri Malang atau masjid Al-Hikmah adalah tempat untuk mengadakan sholat Jum'at warga muslim Universitas Negeri Malang (UM) dan sekitarnya.

Dalam teori ini, terdapat interaksi di antara seting fisik dan seting budaya, yang terwujud ke dalam pola perilaku baku yang secara sosial telah disetujui oleh suatu kelompok masyarakat budaya tertentu dan keadaan lingkungan tertentu. Pola perilaku baku dalam ruang kuliah sebuah universitas misalnya adalah



dosen memberi ceramah, mahasiswa dan dosen saling mendengar, mahasiswa saling berdiskusi, mahasiswa membuat catatan, dan mahasiswa mengajukan pertanyaan-pertanyaan selama kuliah berlangsung. Kadaan fisik lingkungan yang melingkupi pola perilaku itu adalah ruang kelas dan segenap atributnya, seperti meja, kursi, papan tulis, dan LCD. Berdasar pada rasional bahwa perilaku baku selalu terjadi dalam suatu seting lingkungan tertentu, maka para pakar psikologi ekologi mengemukakan bahwa pemahaman terhadap seting lingkungan tertentu dapat membantu seseorang untuk meramalkan peristiwa-peristiwa yang akan terjadi dalam seting lingkungan itu.

### **Evaluasi terhadap Teori-Teori Psikologi Lingkungan**

Secara umum, setiap teori psikologi lingkungan memiliki kelemahan dan kelebihan dalam menjelaskan saling hubungan antara perilaku organisme dan lingkungannya. Teori pembangkitan, teori beban rangsang, dan teori tingkat adaptasi memiliki kelebihan dalam menggabungkan sejumlah variasi luas karakteristik lingkungan fisik dan sosial ke dalam bidang tingkat rangsang. Berbagai faktor lingkungan, seperti bising, suhu ekstrim, kepadatan, dan warna ruangan, dapat dikonseptualisasikan sebagai pemberi sumbangan terhadap tingkat rangsang lingkungan. Selain kelebihan-kelebihan, ketiga teori juga memiliki kelemahan-kelemahan. Apabila ditinjau dari segi metode penelitian, ketiga teori itu memiliki kelemahan dalam konteks reliabilitas dan pengukuran konsep-konsep dasar mereka. Sebagai contoh, pengukuran pembangkitan fisiologis (detak jantung atau respon kulit galvanik) dan pembangkitan psikologis (contoh: keadaan emosi yang dilaporkan secara mandiri) yang dilakukan secara simultan menunjukkan hasil-hasil yang bersifat kontradiktif. Demikian pula, pengukuran yang sistematis dan valid terhadap beban rangsang sangat sulit untuk dilakukan. Akibat keterbatasan-keterbatasan metode penelitian itu maka ketiga teori itu akan mengalami kesulitan dalam membuat ramalan tentang tingkat rangsang optimal dan membuat ramalan tentang tingkat rangsang yang dianggap menyimpang dari tingkat rangsang optimal. Hal ini pada akhirnya akan membatasi kemampuan prediksi respon perilaku pada berbagai tingkat rangsang.

Teori stres lingkungan mencoba menggabungkan unsur-unsur yang terdapat dalam 3 pendekatan sebelumnya. Teori ini mengemukakan bahwa stres ini dapat disebabkan oleh kondisi fisik dan sosial yang menyimpang dari tingkat yang bersifat optimal. Kondisi fisik dan sosial yang menyimpang dari tingkat yang bersifat optimal itu misalnya adalah suara bising atau bus yang penumpangnya penuh sesak. Stres dapat dikonseptualisasikan sebagai respon fisiologis (keadaan kesehatan yang menurun), respon afektif (rasa tidak senang yang bersifat subjektif), dan respon kognitif (pikiran tentang suatu keadaan lingkungan) terhadap kondisi-kondisi lingkungan. Teori ini cukup bermanfaat untuk menjelaskan akibat-akibat bervariasi aneka kondisi lingkungan objektif pada beberapa mediator penting pada hubungan lingkungan dan perilaku berdasar pada konstruk umum stres. Teori stres lingkungan juga menjelaskan perilaku koping dan konsekuensi perilaku koping yang tidak efektif. Selain kelebihan-kelebihan, teori stres lingkungan juga memiliki kelemahan-kelemahan dalam pengukuran konstruk-konstruk penelitiannya. Sebagai contoh: sangat sulit untuk menentukan secara objektif kondisi-kondisi lingkungan yang disimpulkan paling menimbulkan stres (suara musik rock atau suara musik jazz) atau perbedaan individu dalam memberikan respon pada kondisi-kondisi itu (usia remaja atau usia tua).

Teori kendala perilaku merupakan pendekatan yang paling terbatas. Namun demikian konsep reaksi psikologis dan terajarkan tidak berdaya (*learned of helplessness*) yang diajukan teori ini dapat membantu peramalan yang bermanfaat bagi terkendalanya suatu kemudahan perilaku.

Teori psikologi ekologi merupakan teori yang paling luas dengan konsep seting perilaku baku. Teori ini berguna untuk memahami perilaku orang banyak dalam seting lingkungan yang berbeda-beda. Kelemahan teori ini adalah pada kemampuan meramal terhadap perbedaan individual dalam seting suatu lingkungan tertentu. Kelemahan metodologis teori ini adalah kecenderungan pada observasi lapangan sehingga akan sulit untuk melakukan penyimpulan sebab akibat seperti pada penelitian eksperimen atau pada penelitian

eksperimen lapangan.

## **KESIMPULAN**

Dalam upaya para ahli psikologi lingkungan untuk mampu secara efektif menjelaskan saling hubungan yang ada di antara perilaku organisme dengan lingkungannya timbul berbagai teori yang dapat dimanfaatkan. Beberapa teori utama dalam psikologi lingkungan di antara banyak teori psikologi lingkungan adalah:

- teori beban rangsang (*stimulus load theory*),
- teori pembangkitan (*arousal theory*),
- teori kendala perilaku (*behaviour constraint*),
- teori tingkat adaptasi (*adaptation level theory*), teori stres lingkungan (*environmental stress theory*),
- teori psikologi ekologis (*ecological psychological theory*).

Setiap teori memiliki kelebihan dan kelemahan, oleh karena itu dalam pemanfaatan setiap teori sangat bergantung dengan kebutuhan objek masalah psikologi lingkungan yang ingin dijelaskan, dikontrol, dan diperbaharui.





# V

## **PERSEPSI, KOGNISI, DAN SIKAP LINGKUNGAN**

---

### **PENDAHULUAN**

Psikologi adalah ilmu yang mempelajari proses berpikir, berperasaan, dan berperilaku maka dalam psikologi lingkungan pun dilakukan kajian proses berpikir, berperasaan, dan berperilaku dalam konteks hubungan antara manusia dan lingkungan. Kajian yang relevan dengan konteks berpikir, berperasaan, dan berperilaku adalah proses psikologis yang ada dalam diri individu dalam membentuk persepsi, kognisi, dan sikap terhadap lingkungan di sekitarnya. Pada bagian ini dideskripsikan persepsi, kognisi, dan sikap individu terhadap lingkungan di sekitarnya.

### **PERSEPSI LINGKUNGAN**

#### **Pengertian**

Persepsi lingkungan adalah pemahaman individu terhadap lingkungan. Dalam hal ini persepsi sangat penting bagi kelangsungan hidup manusia karena persepsi dapat dikatakan secara simbolik sebagai jembatan yang menghubungkan manusia dengan dunia sekitarnya.

Banyak orang memberikan penilaian bahwa apabila kita membicarakan persepsi maka itu berarti adalah persepsi yang bersifat visual atau persepsi yang berlandaskan pada penglihatan. Penilaian itu kemungkinan besar terjadi karena banyak orang memperoleh pengetahuan melalui alat bantu pencerapan penglihatan, di samping melalui bantuan alat bantu pencerapan pendengaran. Contoh pemerolehan pengetahuan semacam itu adalah: melalui perantaraan

foto, televisi, majalah, buku, dan koran, maka manusia dapat menerima dan memproses pengetahuan tentang lingkungan di sekitarnya.

Namun demikian, sebenarnya persepsi tidak semata-mata ditentukan oleh input sensorik yang berasal dari indera penglihatan. Sebagai gambaran tentang hal itu dapat dikemukakan contoh-contoh tentang keterbatasan indera penglihatan dalam menentukan keseluruhan proses persepsi individu. Contoh-contoh itu adalah: indera penglihatan memiliki keterbatasan dalam mencerpah eksistensi gejala-gejala lingkungan tertentu, seperti panas, gas alam, dan suara tanda peringatan kedatangan kereta api (Veitch & Arkkelin, 1995).

Demikian pula, dalam konteks yang lebih luas, persepsi lingkungan tidak hanya mengandalkan pada proses persepsi sensorik, namun juga terdapat proses kognitif di dalamnya. Proses kognitif meliputi pembuatan label, pemberian deskripsi, dan pemberian makna terhadap lingkungan itu.

### **Basis Kognitif Persepsi**

Setiap lingkungan memiliki makna-makna yang berhubungan dengan latar belakang fisik, sosial, estetik, dan ekonomik yang bersifat unik. Makna itu dirangkum dari lingkungan oleh perseptor dalam konteks sikap, keyakinan, nilai yang dimiliki, dan keterbatasan-keterbatasan fisik yang terdapat dalam dirinya. Kita mungkin memberi nilai positif tinggi pada sebuah apel Batu yang tumbuh di daerah kawasan perkebunan di Batu karena keindahan alamiahnya, bau yang khas, madu yang dihasilkan oleh tawon yang hidup di sekitar tumbuhan apel itu, dan apel yang dibudidayakan pada musim-musim tanam tertentu. Selain itu, kita juga dapat melihat nilai ekonomi yang terdapat dalam sebuah apel bagi seorang petani apel Batu, distributor di Pasar Besar, dan penjual apel di pinggir jalan sekitar daerah Comboran, Malang. Kita mempersepsi semua kandungan makna itu dan melakukan respon terhadapnya beserta aroma yang dibaui dan keindahan yang dapat dilihat oleh mata. Demikian, manusia adalah makhluk kognitif yang memberi deskripsi dan memberi makna terhadap suatu lingkungan berkaitan dengan peran-peran lingkungan bagi mereka.

## **Basis Sosial dan Kontekstual Persepsi**

Secara umum proses persepsi memiliki sifat sosial dan kontekstual. Dalam hal ini faktor-faktor perbedaan individual, jender, dan sosial cukup memberi pengaruh terhadap persepsi seseorang. Sebagai contoh, penelitian Deregowski pada tahun 1980 (dalam Veitch & Arkkelin, 1995) bahwa orang Afrika yang relatif kurang terpelajar akan mengalami kesulitan melihat kedalaman yang ada dalam gambar dua dimensi. Perbedaan jender ternyata juga mempengaruhi proses persepsi individu terhadap penglihatan, pencerapan rasa, pendengaran, dan kemampuan spasial visual.

Di sini dapat diambil suatu kesimpulan bahwa persepsi tidak dapat secara sederhana hanya dilihat sebagai masalah individu yang memberi tanggapan terhadap pencerapan-pencerapan yang dilakukan oleh organ-organ sensorik. Perbedaan latar belakang, pengalaman, tujuan, dan nilai yang dimiliki individu juga dapat memberi pengaruh terhadap hasil akhir pemrosesan informasi-informasi yang berasal dari lingkungan di sekitar dirinya.

## **KOGNISI LINGKUNGAN**

Kognisi lingkungan adalah cara berpikir individu terhadap lingkungan. Para ahli psikologi lingkungan memberikan penekanan pada pemahaman bagaimana individu merespon terhadap peristiwa-peristiwa sehari-hari yang kompleks, termasuk lingkungan fisik mereka (Gifford dkk., 2011). Kognisi lingkungan meliputi cara individu memproses informasi dan mengatur pengetahuan tentang ciri-ciri lingkungan itu. Proses kognisi lingkungan seseorang dapat dicontohkan ke dalam contoh tanggapan individu terhadap lingkungan yang baru.

Pada saat memasuki lingkungan yang baru dikenal, seperti kampus baru, asrama baru, mall baru, atau jalan baru, Proshansky dkk. pada tahun 1974 (dalam Veitch & Arkkelin, 1995) mengemukakan enam jenis tanggapan kognitif individu yang berkaitan satu dengan yang lain.

Enam tanggapan itu adalah sebagai berikut:

Pertama adalah tanggapan afektif. Tanggapan afektif individu terhadap lingkungan akan sangat bergantung pada banyak faktor. Salah satu faktor dalam konteks itu adalah besarnya tingkat kesadaran

dan *arousal* yang merupakan hasil dari kebutuhan-kebutuhan untuk mengetahui, memperkirakan, dan pada kesempatan berikutnya merasa memiliki kontrol terhadap suatu seting lingkungan. Sebagai contoh, mahasiswa baru yang memiliki hobi bermain bola basket yang tinggal di asrama barunya akan timbul perasaan senang pada saat ia mengetahui bahwa di dekat asrama terdapat fasilitas lapangan bola basket. Sebaliknya, dalam diri seseorang akan timbul perasaan takut pada dirinya pada saat tahu bahwa di dekat rumahnya yang baru terdapat kompleks pekuburan yang nampak sangat misterius. Kesan pertama terhadap suatu lingkungan baru dapat menimbulkan dan menetapkan akibat-akibat terhadap perilaku individu pada saat-saat berikutnya.

Kedua adalah tanggapan orientasi. Individu dalam seting lingkungan yang baru selalu secara aktif berusaha mencari kedudukan dirinya dalam lingkungan itu. Dalam hari pertama di kompleks asrama barunya, seorang mahasiswa akan mengajukan beberapa pertanyaan: Di manakah letak kamar saya? Di manakah letak lapangan basket? Di manakah letak perpustakaan untuk meminjam buku kuliah? Di manakah tempat untuk berekreasi? Dalam hal ini Ittleson (dalam Veitch & Arkkelin, 1995) menjelaskan bahwa proses untuk mendapat jawaban terhadap pertanyaan-pertanyaan itu dapat disebut dengan istilah orientasi. Dalam kalimat yang bersifat teknis, orientasi menunjukkan kehendak seseorang untuk mengetahui kedudukan dirinya secara fisik dalam kaitan dengan keseluruhan lingkungan. Dalam hal ini secara kognitif individu mencoba mengidentifikasi lokasi-lokasi stimulus-stimulus penting dalam lingkungan baru berkaitan dengan kedudukan dirinya.

Ketiga adalah tanggapan kategorisasi. Dalam lingkungan yang baru, individu tidak hanya melakukan orientasi, tapi juga melakukan kategorisasi. Kategorisasi adalah proses pemberian makna suatu lingkungan melalui upaya-upaya pemberian hubungan fungsional berbagai aspek lingkungan dengan kebutuhan-kebutuhan, nilai-nilai, dan kecenderungan-kecenderungan yang dimiliki oleh individu. Stimulus-stimulus lingkungan berupa aspek-aspek khusus itu dibagi ke dalam kategori-kategori khusus yang menunjukkan masing-masing kegunaan setiap kategori bagi kebutuhan-kebutuhan yang ada dalam



diri seseorang. Dalam hal ini, contoh aspek-aspek lingkungan asrama mahasiswa dapat dikategorikan oleh seseorang mahasiswa menjadi fungsi rekreasi, fungsi belajar, fungsi ibadah, dan fungsi bermain.

Keempat adalah tanggapan sistematisasi. Dalam tanggapan ini, individu mengorganisasi stimulus lingkungan ke dalam struktur yang lebih bermakna dan lebih kompleks. Dalam hal ini, melalui proses sistematisasi, mahasiswa yang tinggal di asrama akan dapat mengetahui waktu yang paling tepat untuk pergi ke lapangan bola basket. Waktu yang paling tepat itu didasarkan pada alasan-alasan sebagai berikut: banyak pemain bola basket yang handal pada waktu itu, cuaca yang mendukung permainan bola basket, dan banyak gadis yang menonton pada waktu tersebut.

Kelima adalah tanggapan manipulasi. Apabila individu dapat mengatur dan memahami lingkungan barunya melalui proses sistematisasi maka ia pun akan dapat memanipulasi atau mengontrol pengetahuan itu demi kepentingan dirinya. Misalnya apabila seorang mahasiswa mendapati warung nasi pecel pincuk Tlogomas yang tarifnya termurah sedang tutup untuk beberapa hari, maka ia akan dapat memilih warung lain yang memiliki tarif lebih mahal sedikit, atau bahkan ia akan memilih makan di warung soto Lamongan yang tempatnya berada di dekat warung nasi pecel pincuk termurah tersebut.

Keenam adalah tanggapan pemberian kode (*encoding*). Dalam usaha untuk dapat berkomunikasi secara efektif dengan orang lain dan untuk membangun peta mental suatu lingkungan baru, maka individu-individu harus dapat menyepakati sebutan-sebutan atau nama-nama untuk bagian-bagian spesifik dari lingkungan itu. Pemberian sebutan atau pemberian nama ini secara teknis lazim disebut dengan pemberian kode. Pemberian kode menggambarkan tingkat yang paling tinggi dari pemahaman individu terhadap lingkungan karena ia tidak lagi menyandarkan pemahaman itu pada persepsi yang bersifat kongkret. Individu-individu dapat berfungsi secara lebih efektif dengan pengetahuan ini dan selanjutnya dapat juga berkomunikasi dengan orang lain melalui penggunaan simbol-simbol bersama ini. Contoh komunikasi berdasar penggunaan simbol adalah dua orang

penggemar sepak bola Aremania di kota Malang tidak perlu saling menjelaskan letak lokasi suatu lokasi yang disebut stadion Gajayana atau stadion Kanjuruhan karena mereka sudah sampai pada tingkat pemahaman simbolik terhadap lingkungan tersebut.

Demikian, kognisi lingkungan mengacu pada pengetahuan individu tentang lingkungan. Melalui contoh tentang tanggapan individu terhadap lingkungan yang baru dapat dilihat arti penting kognisi lingkungan bagi individu dalam melakukan perjalanan dari satu tempat ke tempat yang lain atau untuk menemukan suatu lokasi tempat tertentu. Secara lebih spesifik, pemahaman kognisi spasial terhadap lingkungan dapat dipelajari lebih lanjut pada bagian yang membahas peta kognitif. Bahasan tentang peta kognitif dapat dilihat pada bagian berikutnya, yaitu bagian tentang perilaku keruangan manusia.

## **SIKAP LINGKUNGAN**

### **Masalah Hubungan Sikap dan Perilaku**

Dalam wacana yang bersifat umum, Baron dan Byrne (1997) mengemukakan bahwa sikap adalah penilaian subjektif seseorang terhadap suatu objek. Sikap adalah respon evaluatif yang diarahkan oleh seseorang terhadap orang, benda, peristiwa, dan perilaku diri sendiri atau perilaku orang lain sebagai objek sikap. Sikap melibatkan kecenderungan respon yang bersifat preferensial. Sikap sebagai respon evaluatif menunjukkan ekspresi suka atau tidak suka, setuju atau tidak setuju, mendekati atau menghindari, dan tertarik atau tidak tertarik terhadap objek sikap. Dalam konteks itu, seseorang memiliki kecenderungan untuk puas atau tidak puas, positif atau negatif, dan suka atau tidak suka terhadap suatu objek sikap (Eagly & Chaiken, 1993).

Terdapat tiga komponen sikap, yaitu komponen respon evaluatif kognitif, komponen respon evaluatif afektif, dan komponen respon evaluatif perilaku. Ketiga komponen respon evaluatif itu secara bersama merupakan penentu bagi jumlah keseluruhan sikap seseorang (Beck, 1992).

Berdasar pada penjelasan itu perlu diberi catatan bahwa meskipun satu dari tiga komponen sikap itu adalah komponen perilaku, namun perilaku di sini adalah dalam bentuk respon evaluatif. Jadi komponen perilaku dalam sikap bukan dalam arti perilaku yang bersifat terbuka (*overt*). Ini terjadi karena respon evaluatif perilaku sebagai salah satu komponen pembentuk sikap merupakan konstruk hipotetis yang tidak dapat diukur secara langsung (Manstead, 1996).

Berhubungan dengan pengertian sikap sebagai proses pembuatan evaluasi maka proses itu selalu dikaitkan dengan suatu objek sikap tertentu yang menjadi sasaran penilaian. Objek sikap adalah segala sesuatu yang memungkinkan untuk dibedakan (*discriminable*) sehingga dapat dievaluasi. Dalam hal ini objek sikap dapat berupa sesuatu yang khusus atau dapat berupa segolongan sesuatu. Sesuatu yang khusus misalnya adalah seorang politikus Partai Demokrasi Indonesia Perjuangan atau seorang pemain sepak bola klub Persija, sedang segolongan sesuatu misalnya adalah kumpulan politikus Indonesia atau kumpulan pemain sepak bola Indonesia. Perilaku juga dapat menjadi objek sikap (Eagly & Chaiken, 1993). Contoh perilaku sebagai objek sikap adalah sikap seseorang terhadap bermain bola basket atau sikap seseorang terhadap perilaku merokok.

Dalam perkembangan telaah psikologi sosial, sikap merupakan salah satu topik yang mendapat kedudukan cukup penting. Salah satu topik utama tentang psikologi sikap adalah hubungan sikap dan perilaku terbuka. Namun demikian, sampai sekarang terdapat banyak debat berkenaan dengan kejelasan hubungan antara sikap dan perilaku seseorang. Terdapat banyak penelitian yang menunjukkan korelasi yang rendah di antara sikap dan perilaku (Stephan & Stephan, 1990).

Diantarabanyakpenelitianyangmenggambarkankekurangjelasan hubungan sikap dan perilaku adalah penelitian dalam bidang psikologi lingkungan. Dua buah penelitian, yaitu yang dilakukan Lipsey (dalam Thomposon & Barton, 1994) dan yang dilakukan Tracy dan Oskamp (Thompson & Barton, 1994) menemukan korelasi yang rendah di antara sikap terhadap lingkungan hidup secara umum dan perilaku pro-lingkungan hidup. Hubungan yang rendah itu memberikan suatu problem tersendiri bagi usaha-usaha pendidikan lingkungan ke arah perilaku yang ramah lingkungan melalui teknik-teknik perubahan sikap.

Terdapat banyak perdebatan tentang hubungan di antara sikap dan perilaku. Meskipun banyak temuan penelitian menunjukkan hubungan yang rendah di antara sikap dan perilaku, salah satu penelitian terbaru dalam penelitian psikologi lingkungan (Kaiser dkk., 1999) menemukan bahwa sikap lingkungan hidup merupakan prediktor yang cukup kuat bagi perilaku yang bersifat ekologis.

Berkenaan dengan perdebatan tentang kebenaran hubungan sikap dan perilaku lingkungan hidup itu sampai saat ini, Arcury (dalam Veitch & Arkelin, 1995) menyatakan bahwa penelitian-penelitian tentang hubungan sikap dan perilaku lingkungan hidup masih tetap memiliki manfaat yang sangat signifikan bagi peningkatan perilaku lingkungan hidup yang lebih bertanggung jawab.

Berhubungan dengan masalah itu maka para ahli psikologi sikap, di antaranya Bowman dan Fishbein (dalam Beck, 1992), serta Stephan dan Stephan (1990), mengemukakan bahwa sikap akan memiliki kemampuan prediksi terhadap perilaku yang memadai apabila memenuhi dua syarat. Syarat-syarat itu adalah: (1) Peneliti memiliki alat ukur sikap yang memiliki validitas dan reliabilitas yang akurat berdasar prinsip agregasi (*aggregation*) dan kompatibilitas (*compatibility*); (2) Peneliti memahami terdapat faktor-faktor lain yang mempengaruhi perilaku seseorang, seperti kemudahan untuk melakukan suatu tindakan dalam rentang waktu tertentu.

### **Teori Tindakan Beralasan**

Berkenaan dengan perdebatan yang timbul tentang kemampuan meramal sikap terhadap perilaku seseorang, Fishbein dan Ajzen (1975; 1980) mengemukakan teori tindakan beralasan (*reasoned action theory*). Melalui teori ini, mereka berupaya memecahkan masalah inkonsistensi hubungan yang ada di antara sikap dan perilaku. Teori tindakan beralasan mengemukakan bahwa sebab terdekat (*proximal cause*) dari timbulnya suatu perilaku bukan sikap, melainkan niat (*intention*) untuk melaksanakan perilaku itu. Niat adalah keputusan seseorang untuk melaksanakan suatu perilaku.

Eagley dan Chaiken (1993) mengemukakan bahwa dalam kerangka teori tindakan beralasan, sikap ditransformasikan secara

tidak langsung dalam wujud perilaku terbuka melalui perantara proses psikologis yang disebut dengan niat. Jadi niat di sini adalah proses psikologis yang terletak di antara sikap dan perilaku. Dalam teori tindakan beralasan, sebab terdekat dalam pelaksanaan suatu perilaku bukan sikap melainkan niat untuk melaksanakan suatu perilaku.

Niat sebagai suatu konstruk psikologis menggambarkan motivasi seseorang dalam membuat perencanaan yang bersifat sadar untuk mencapai pelaksanaan suatu perilaku. Giles dan Cairns (1995) mengemukakan bahwa niat dapat dilihat sebagai isyarat langsung (*immediate precursor*) bagi terbentuknya suatu perilaku. Putte dkk. (1996) mengemukakan bahwa dalam hampir semua penerapan penelitian bermodel teori tindakan beralasan, perilaku diprediksi oleh niat untuk melaksanakan suatu perilaku.

Dalam menjelaskan bahwa suatu perilaku adalah berada di bawah kendali niat, teori tindakan beralasan membatasi objeknya hanya pada golongan perilaku yang dapat dikategorikan sebagai perilaku yang bersifat sukarela (*volitional behavior*). Menurut Fishbein dan Ajzen (1980) model teori tindakan beralasan menyajikan teori yang memadai untuk menjelaskan objek perilaku yang bersifat sukarela. Perilaku yang bersifat sukarela adalah perilaku yang dapat dilaksanakan oleh seseorang karena ia mampu secara mandiri memutuskan untuk melaksanakannya. Pembatasan pada perilaku yang bersifat sukarela ini sangat penting, karena jenis-jenis perilaku lain yang membutuhkan ketrampilan khusus, sumber daya tertentu, dan kesempatan yang tidak selalu ada, bukan merupakan perilaku yang bersifat sukarela.

Dalam teori tindakan beralasan, sikap yang digunakan adalah sikap terhadap suatu perilaku. Dalam model ini, sikap terhadap suatu perilaku hanya merupakan salah satu determinan bagi terbentuknya niat untuk melaksanakan suatu perilaku. Determinan lain bagi terbentuknya niat untuk melaksanakan suatu perilaku adalah norma subjektif. Norma subjektif adalah persepsi tentang pengaruh orang-orang lain yang dianggap penting tentang bagaimana seharusnya seseorang melaksanakan suatu perilaku. Eagly dan Chaiken (1993) berpendapat bahwa norma subjektif sebagai gambaran dari tekanan

norma-norma sosial dalam diri individu dapat dilihat sebagai salah satu kendala situasional dalam perilaku seseorang sehingga ia mengalami kesulitan untuk mewujudkan konsistensi di antara sikap dan perilakunya.

Berdasar uraian sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa niat individu untuk melaksanakan suatu perilaku ditentukan oleh sikapnya terhadap suatu perilaku dan norma subjektif berkenaan dengan suatu perilaku. Niat individu untuk melaksanakan suatu perilaku merupakan fungsi regresi linier dari sikap terhadap suatu perilaku dan norma subjektif berkenaan dengan suatu perilaku. Dalam model teori tindakan beralasan, individu melaksanakan suatu perilaku karena ia telah memutuskan (niat) untuk melaksanakan perilaku itu. Keputusan itu (niat) berasal dari pertimbangan karena suatu perilaku cenderung memiliki konsekuensi-konsekuensi positif bagi dirinya dan karena orang lain yang dianggap penting mengharapkan dirinya untuk melaksanakan perilaku itu.

## **Teori Tindakan Beralasan dalam Niat untuk melaksanakan**

### **Perilaku Pro-lingkungan Hidup**

Aronson dkk. (1997) mengemukakan bahwa teori tindakan beralasan dapat dipandang sebagai salah satu teori yang paling sesuai untuk menjelaskan keterkaitan yang ada di antara sikap dan perilaku. Kashima dkk. (1993) menyatakan bahwa teori tindakan beralasan merupakan salah satu teori psikologi sosial yang paling berpengaruh dalam pengambilan keputusan tentang suatu tindakan.

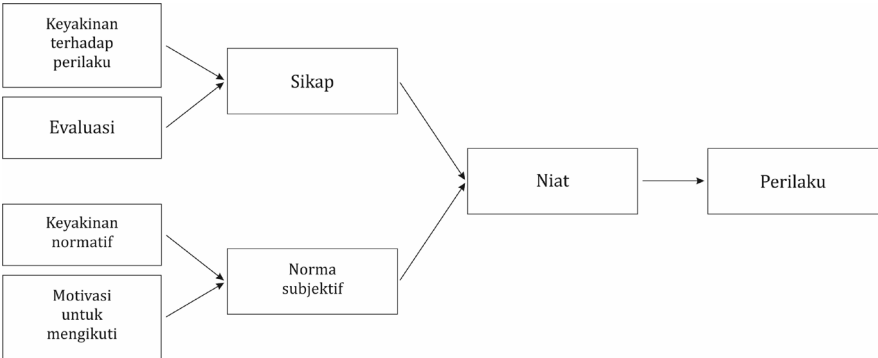
Elliot dkk. (1995) mengemukakan bahwa teori tindakan beralasan memiliki validitas prediktif yang memadai dalam berbagai penelitian. Teori ini dapat dijadikan sebagai model teoretis untuk mengkaji perilaku rasional dalam bidang psikologi. Model teoretis ini sangat sesuai untuk memahami perilaku individu dalam lingkungan sosial. Giles dan Cairns (1995) mengemukakan bahwa teori tindakan beralasan memberikan salah satu sumbangan paling penting dalam kajian pengukuran sikap dan prediksi terhadap perilaku sosial.

Selanjutnya dalam meta-analisis yang dilakukan oleh Sheppard dkk. tahun 1988 (dalam Giles & Cairns, 1995) disimpulkan bahwa

model ini dapat memberikan prediksi terhadap perilaku secara memadai dan menyajikan suatu basis untuk mengidentifikasi tempat dan cara memilih berbagai strategi yang sesuai untuk memodifikasi perilaku. Kesimpulan yang kurang lebih sama juga diperoleh dari hasil penelitian meta-analisis yang dilakukan oleh Van den Putte pada tahun 1991 (dalam Eagly & Chaiken, 1993).

Teori tindakan beralasan sangat sesuai untuk menjelaskan hubungan sikap dan perilaku seseorang dalam konteks perilaku yang memiliki ciri-ciri sederhana, umum dan mudah dilakukan di bawah kontrol individu yang bersangkutan (Eagly,1992). Dalam perkembangan selanjutnya banyak variasi model yang masih berbasis pada teori tindakan beralasan yang mengkaji hubungan sikap dan perilaku. Variasi model dilakukan dengan menambah berbagai variabel tambahan sebagai determinan niat untuk melaksanakan suatu perilaku. Salah satu variasi penelitian teori tindakan beralasan itu misalnya adalah Teori tindakan terencana (*planned behaviour theory*) yang dikembangkan oleh Ajzen. Teori tindakan terencana memberi variabel tambahan kontrol perilaku yang dipersepsi (*perceived behavioral control*). Variabel tambahan ini adalah persepsi seseorang tentang kesulitan-kesulitan untuk melakukan suatu perilaku. Variasi model ini cukup sesuai untuk menjelaskan perilaku yang kurang dapat dikontrol oleh individu, yaitu perilaku yang lebih bersifat spesifik dan lebih kompleks (Eagly, 1992).

Model teori tindakan beralasan (Fishbein & Ajzen, 1980) secara rinci dapat dideskripsikan melalui Gambar 1.



Gambar 1. Teori Tindakan Beralasan

Dalam model teori tindakan beralasan, perilaku seseorang diramal melalui niat perilaku, sedang niat untuk melakukan suatu perilaku dipengaruhi oleh dinamika sikap dan norma subjektif (Putte dkk.; 1996; Albarracia dkk., 2001).

Teori tindakan beralasan yang dikemukakan oleh Fishbein dan Ajzen (1975; 1980) secara eksplisit menguji sumbangan relatif informasi internal (sikap) dan informasi eksternal (norma subjektif) terhadap pertimbangan individu untuk mengambil keputusan (niat) untuk melaksanakan suatu perilaku. Fisher dkk. (1995) mengemukakan bahwa pada satu sisi terdapat jenis-jenis perilaku yang menunjukkan pengaruh teman, keluarga, guru, dan teman sebaya (norma subjektif) lebih besar daripada otonomi diri (sikap) dalam mengambil keputusan tentang pelaksanaan suatu perilaku (niat). Sebaliknya terdapat jenis-jenis perilaku yang menunjukkan otonomi diri (sikap) lebih kuat daripada pengaruh eksternal (norma subjektif) dalam mengambil keputusan tentang pelaksanaan suatu perilaku (niat). Pengujian dinamika sumbangan relatif dan norma subjektif terhadap niat individu untuk melaksanakan perilaku pro-lingkungan hidup cukup relevan untuk melihat dinamika pengaruh eksternal dan pengaruh internal dalam niat individu untuk melaksanakan perilaku pro-lingkungan hidup.

Penelitian Hanurawan (2009) merupakan salah satu penerapan teori tindakan beralasan dalam perilaku pro-lingkungan hidup. Perilaku teori tindakan beralasan dalam perilaku pro-lingkungan hidup itu adalah pada santri putra dan putri di Kabupaten Ponorogo.

## **KESIMPULAN**

Persepsi lingkungan adalah pemahaman individu terhadap lingkungan. Persepsi sangat penting bagi kelangsungan hidup manusia karena persepsi dapat dikatakan secara simbolik sebagai jembatan yang menghubungkan manusia dengan dunia sekitarnya. Kognisi lingkungan adalah cara berpikir individu terhadap lingkungan. Kognisi lingkungan meliputi cara individu memproses informasi dan mengatur pengetahuan tentang ciri-ciri lingkungan itu. Proses kognisi lingkungan seseorang dapat dicontohkan ke dalam contoh tanggapan



individu terhadap lingkungan yang baru. Sikap lingkungan adalah evaluasi subjektif seseorang terhadap objek lingkungan. Teori tindakan beralasan dapat dipandang sebagai salah satu teori yang paling sesuai untuk menjelaskan keterkaitan yang ada di antara sikap dan perilaku.



# VI

## PERILAKU KERUANGAN MANUSIA

### PENDAHULUAN

Salah satu aspek yang menunjukkan keeratan hubungan antara perilaku manusia dan lingkungan adalah pemanfaatan ruang. Pemanfaatan ruang oleh manusia mengacu pada latar belakang organisasi sosial yang memiliki dasar pada latar belakang sosial budaya, seperti nilai-nilai sosial, gradasi relasi sosial, konflik sosial, dan dinamika kelompok (Beck, 1992). Oleh karena perilaku pemanfaatan ruang oleh manusia sebagian besar berkaitan dengan interaksi sosial maka cukup relevan diadakan pembahasan perilaku keruangan sosial atau sosiospasial manusia.

Sejarah penelitian psikologi terhadap gejala sosiospasial dapat dibagi menjadi tiga tahap perkembangan. Tahap perkembangan pertama adalah penelitian di bidang psikologi binatang yang meliputi teritori, pemberian tanda pada suatu ruang, dan mekanisme pertahanan terhadap gangguan keruangan. Tahap perkembangan kedua adalah pengaruh penelitian Robert Sommer tentang perilaku manusia yang hidup dalam lingkungan publik, seperti lingkungan pasar atau lingkungan sekolah. Sommer dan para pengikutnya mengkaji sistem spasial (keruangan) yang secara sosial dilembagakan dalam peraturan. Selain itu, mereka juga melakukan identifikasi terhadap faktor-faktor psikologis dan situasi lingkungan yang dapat menjelaskan variasi perilaku yang teramati. Tahap perkembangan ketiga diinspirasi oleh dipublikasikannya buku Hall tentang masalah keruangan yang berjudul *The Hidden Dimension* (dimensi tersembunyi). Buku itu secara khusus membahas jarak antar individu yang dipengaruhi oleh situasi budaya, kepribadian, dan faktor-faktor psikologi sosial lain (Bell dkk., 1996)..

## PERILAKU KERUANGAN MANUSIA

### Teritori

Dalam psikologi lingkungan, teritori (*territoriality*) adalah perilaku yang berhubungan dengan kepemilikan suatu ruang geografis tertentu (Veitch & Arkkelin, 1995). Menurut Gifford dkk. (2011) teritori dalam diri manusia adalah pola perilaku dan pengalaman yang berhubungan dengan kontrol, yang sering kali tanpa instrumen kekerasan, terhadap ruang fisik. Timbulnya topik ini banyak diilhami oleh penelitian-penelitian dalam psikologi binatang. Namun demikian merupakan suatu hal yang terlalu menyederhanakan masalah apabila perilaku manusia secara sempit diinterpretasi berdasar pada temuan penelitian-penelitian tentang perilaku binatang. Altman dkk. (dalam Levi-Leboyer, 1982) mengemukakan bahwa manusia dengan kemampuan rasio memiliki kemampuan ketrampilan sosial dan budaya untuk mempertahankan wilayahnya. Manusia tidak hanya mengandalkan insting biologis seperti binatang dalam mempertahankan wilayahnya, tapi lebih jauh lagi mengandalkan variabel-variabel lain yang lebih canggih. Beberapa hasil penelitian berhubungan dengan teritori manusia, seperti DeLong pada tahun 1973, Sundstrom dan Altman pada tahun 1976, dan Newell pada tahun 1995 (dalam Veitch & Arkkelin, 1995) menemukan hubungan antara perilaku teritori dengan hirarki sosial orang-orang dalam suatu masyarakat.

Altman (dalam Levi-Leboyer, 1982) memilah tiga jenis teritori manusia menjadi teritori primer, teritori sekunder, dan teritori publik. Teritori primer adalah wilayah yang dimiliki secara permanen oleh seseorang atau suatu kelompok. Gangguan pada jenis teritori ini dapat dilihat sebagai suatu serangan langsung terhadap keseluruhan identitas pribadi penghuninya. Contoh jenis teritori ini adalah ruang dokter di rumah sakit yang tidak boleh dimasuki oleh pasien, kecuali mendapat ijin khusus dari dokter yang bersangkutan. Contoh lain teritori primer adalah kamar kos mahasiswa tempat seorang mahasiswa melakukan segenap aktivitas personalnya.

Teritori sekunder adalah teritori yang dikontrol oleh seseorang atau sebuah kelompok untuk suatu tujuan tertentu dan waktu yang

bersifat terbatas. Contoh jenis teritori ini adalah ruang kelas psikologi lingkungan untuk mahasiswa psikologi angkatan 2002 pada setiap hari Jum'at sore atau persimpangan jalan tempat sekelompok Pak Ogah (pengatur jalan liar) beroperasi setiap pagi sampai sore hari.

Teritori publik adalah wilayah yang digunakan dalam waktu yang sangat terbatas dan relatif bebas bagi setiap orang atau setiap kelompok yang ingin memanfaatkannya, misal museum, plaza, pantai, atau taman bermain di alun-alun kota Malang.

Terdapat berbagai cara pada diri seseorang untuk menandai suatu tempat sebagai wilayah yang tersedia untuknya, sementara ia meninggalkan tempat itu. Di ruang baca perpustakaan Universitas Negeri Malang, seseorang dapat meninggalkan tanda yang lebih bersifat personal, seperti jaket, agar ia dapat secara berhasil mengontrol atau menggunakan lagi sebuah meja baca, ketimbang hanya sebuah buku kuliah yang tidak bernama. Keberadaan jaket itu dapat dipersepsi oleh orang lain sebagai suatu tanda teritori yang tidak boleh dilanggar.

Reaksi terhadap gangguan privasi cukup memiliki variasi berdasar pada kategori teritori. Reaksi perlawanan akan menjadi semakin kuat apabila serangan itu ditujukan pada teritori yang lebih bersifat pribadi, seperti teritori primer. Reaksi perlawanan dapat diwujudkan dalam penggunaan bahasa oral yang bersifat terbuka atau melalui sikap tersirat dengan bahasa tubuh yang mengesankan pesan penolakan.

Altman dan kawan-kawan pada tahun 1971 (dalam Levi-Leboyer, 1982) mengemukakan bahwa teritori dapat berfungsi sebagai mekanisme adaptif yang bersifat efisien untuk suatu kondisi yang tidak menyenangkan. Pada konteks itu, teritori dapat memenuhi kebutuhan seseorang terhadap kesendirian dan ketenangan. Dalam rumah yang dihuni oleh sebuah keluarga terdapat batas-batas teritori yang jelas. Setiap anggota keluarga memiliki wilayah khusus, seperti bapak memiliki kursi malas, anak memiliki tempat bermain, dan ibu memiliki ruang dapur untuk memasak. Batas-batas yang jelas itu membuat hidup menjadi lebih teratur dan memiliki aturan-aturan baku sehubungan dengan pemanfaatan suatu lingkungan.

Terdapat dua fungsi utama teritori. Fungsi pertama adalah untuk menyelaraskan perbedaan tujuan di antara anggota suatu kelompok

komunitas sehingga mereka dapat berkumpul pada suatu lingkungan yang sama. Fungsi kedua adalah memberi kebebasan pada setiap anggota untuk mengembangkan identitas sosialnya, melalui sarana objek atau ruang yang menjadi miliknya.

Beck (1992) mengemukakan keuntungan-keuntungan praktis dari kepemilikan sebuah teritori berkenaan dengan perilaku pemilikinya. Seekor anjing bertubuh kecil tidak perlu berkelahi untuk mengusir anjing-anjing yang lebih besar karena ia telah memamerkan tanda-tanda teritorinya dengan membuang urinnya pada sudut-sudut tertentu di sekitar rumahnya. Keuntungan teritori juga dapat diperoleh oleh sebuah tim sepak bola. Tim sepak bola Arema Malang akan lebih sering menang apabila bertanding di kandang stadion Gajayana atau stadion Kanjuruhan, dibanding apabila mereka bertanding di kandang lawan. Dalam hal ini dukungan para suporter fanatik dan keakraban terhadap lingkungan stadion mereka merupakan faktor-faktor lingkungan yang sangat menentukan dalam memberikan kontribusi bagi kemenangan mereka.

### **Pembagian Ruang Bersama**

Terdapat tujuan tertentu apabila seseorang mengambil posisi dalam suatu ruang lingkungan. Seseorang memanfaatkan suatu ruang sebagai upaya untuk mencapai tujuan pemenuhan kebutuhan tertentu, seperti kebutuhan untuk bekerja di kamar belajar sendirian, berbicara dengan orang lain di ruang tamu, dan melakukan aktivitas-aktivitas lain. Dalam konteks ini, perilaku dengan tujuan-tujuan tertentu itu juga mencakup pengambilan posisi dalam ruang bersama. Pengambilan posisi dalam ruang bersama sangat dipengaruhi oleh faktor psikologis dan faktor sosial budaya.

Secara lebih khusus, perilaku pengambilan posisi itu sangat bergantung padaniatseseorangdanpengambilanjarakyangterintegrasi dengan niat itu sendiri. Pengambilan posisi itu juga menggambarkan fungsi status sosial seseorang dalam kelompok pada saat ia mengambil tempat tertentu pada suatu peristiwa tertentu, seperti tempat duduk presiden pada acara Sidang Umum Majelis Permusyawaratan Rakyat. Di samping itu, pengalaman sosiospasial masa lalu, baik yang disadari

maupun tidak disadari, juga mempengaruhi perilaku keruangan seseorang. Pada suatu hubungan sosial, relasi transaksional yang melibatkan interpretasi dan komunikasi simbolik sangat memberi pengaruh pada perilaku pengambilan posisi dalam suatu situasi tertentu.

Dalam ruangan kelas, pembagian posisi dapat menentukan keberhasilan seorang siswa atau mahasiswa untuk melakukan proses komunikasi interpersonal dengan guru atau dosen atau sesama peserta belajar. Menurut Bell dkk. (1996) posisi baris depan bagian tengah merupakan posisi yang paling baik untuk melakukan komunikasi interpersonal dalam proses belajar. Posisi itu merupakan wilayah komunikasi yang paling kondusif. Siswa atau mahasiswa yang menempati tempat duduk pada wilayah itu akan meningkatkan verbalisasi dan memudahkan konsentrasi. Selain kesempatan berkomunikasi dan konsentrasi, hasil penelitian Hillman dkk. (dalam Bell dkk., 1996) yang dipublikasikan pada tahun 1996 menemukan bahwa siswa yang duduk pada posisi tersebut memiliki penilaian diri (*self esteem*) paling tinggi. Selanjutnya penelitian Sommer (dalam Bell dkk., 1996) yang dipublikasikan pada tahun 1972 menemukan bahwa siswa yang duduk pada posisi tersebut memperoleh nilai tertinggi di kelas.

## **Ruang Pribadi**

Ruang pribadi (*personal space*) adalah gelembung ruang psikologis yang mengelilingi individu. Ruang personal adalah jarak dinamis dan komponen orientasi dari hubungan interpersonal (Gifford dkk., 2011). Manusia cenderung untuk mempertahankan jarak minimum yang paling disukai apabila berinteraksi dengan orang lain. Pengambilan ruang merupakan suatu bentuk perlindungan terhadap batas-batas pribadi individu dan memiliki fungsi komunikasi yang bersifat sosial. Pengambilan ruang dapat mempertahankan persepsi kebebasan dan kontrol dalam situasi yang penuh dengan orang atau dalam situasi sesak. Situasi sesak itu dapat menjadi potensi bagi hilangnya persepsi kebebasan dan kontrol pada diri seseorang. Selain itu, pengambilan ruang juga dapat mengkomunikasikan pesan-pesan non verbal kepada orang lain agar ia mendekat atau menjauh. Sinyal-sinyal non verbal itu

dapat membantu seseorang untuk mengontrol interaksi dengan orang lain (Beck, 1992).

Pemahaman tentang ruang pribadi sangat penting untuk setiap diskusi tentang privasi. Hal itu terjadi karena gelembung ruang pribadi (*personal space bubble*) adalah suatu wilayah yang apabila dimasuki oleh orang lain yang tidak diundang dapat dipersepsi sebagai serangan atau pelanggaran terhadap privasi individu (Newell, 1995)

Secara umum, gangguan terhadap ruang pribadi dapat mengakibatkan reaksi pertahanan dalam diri seseorang. Hall pada tahun 1966 (dalam Levi-Leboyer, 1982) membagi jarak ruang personal yang berkaitan dengan interaksi sosial menjadi jarak intim, jarak, pribadi, jarak sosial, dan jarak publik.

- a. Dalam jarak intim yang berkisar antara 0 centimeter sampai 45 centimeter seseorang dapat menerima stimulus dari orang lain berupa informasi visual, suara, sentuhan, dan suhu badan.
- b. Dalam jarak pribadi yang berkisar antara 45 centimeter sampai 75 centimeter di samping memiliki fungsi perlindungan, juga berfungsi untuk melayani hubungan interpersonal seseorang dengan orang lain. Pada tingkat ruang pribadi ini tidak dimungkinkan interaksi saling sentuh, namun ekspresi wajah dan suara masih dapat dicerap secara mudah.
- c. Jarak sosial berkisar dari 75 centimeter sampai 3,5 meter yang berfungsi melayani kebutuhan akan suatu interaksi sosial. Biasanya ini berlaku dalam hubungan yang bersifat cukup formal atau dalam urusan pekerjaan yang membutuhkan kontak langsung dan dalam suasana yang akrab.
- d. Jarak publik berkisar antara 3,5 meter sampai dengan sejauh pencerapan indera untuk mampu mengadakan komunikasi. Ini merupakan jarak komunikasi yang sangat formal. Meskipun pada rentang jarak yang relatif besar, namun ekspresi muka dan gerak tubuh masih dapat dicerap oleh indera. Pada kondisi publik ini biasanya orang menyesuaikan



diri dalam suasana yang bersifat resmi. Contoh jarak publik adalah jarak komunikasi antara dosen dan mahasiswa dalam kuliah umum atau pada sidang dengar pendapat antara seorang menteri dan para anggota parlemen.

Meskipun pembuatan klasifikasi jenis ruang pribadi dalam situasi sosial di atas cukup bermanfaat, namun klasifikasi itu masih dapat diperdebatkan dalam konteks lintas budaya. Perbedaan dalam pengaturan ruang pribadi sangat ditentukan oleh variasi latar belakang kebudayaan. Orang Jerman cenderung memberi reaksi yang sangat keras terhadap gangguan ruang pribadi mereka. Orang Prancis lebih menyukai kontak yang lebih dekat dan penekanan pada komunikasi visual. Secara umum orang Arab lebih menyukai hubungan interpersonal dalam jarak yang sangat dekat daripada orang yang berlatarbelakang budaya Barat.

Terdapat kemungkinan untuk beradaptasi dan bereaksi terhadap gangguan ruang pribadi. Salah satu faktor yang dapat menyebabkan perilaku adaptif itu adalah interpretasi seseorang terhadap situasi gangguan. Altman dan Vinsel pada tahun 1977 (dalam Levi-Leboyer, 1982) mengemukakan bahwa ketidakmampuan mengontrol suatu situasi gangguan dapat meningkatkan jarak interpersonal suatu hubungan, sebaliknya orang yang merasa memiliki kontrol akan cenderung menurunkan jarak interpersonalnya. Konsisten terhadap kesimpulan itu, Mercer pada tahun 1975 (dalam Levi-Leboyer, 1982) mengemukakan bahwa pengaturan jarak merupakan cara untuk menseleksi kontak interpersonal yang diinginkan.

### **Persepsi Kesesakan (*Crowding*) dan Kepadatan (*Density*)**

Persepsi kesesakan (*crowding*) adalah persepsi subjektif seseorang terhadap jumlah orang yang terlalu banyak dalam ruang tertentu. Mengutip Stokols, Gifford dkk. (2011) mengemukakan bahwa persepsi kesesakan adalah pengalaman subjektif yang hanya memiliki hubungan yang rendah dengan indeks objektif kepadatan populasi.

Dalam hal ini banyak orang memiliki pendapat bahwa persepsi tentang kesesakan dapat memberi dampak negatif kesehatan organisme dan terhadap perilaku organisme. Pendapat itu dapat diuji dalam

penelitian-penelitian yang dapat dikategorikan sebagai penelitian psikologi lingkungan. Salah satu penelitian itu adalah penelitian yang dilakukan oleh Calhoun pada tahun 1962 (dalam Baron & Byrne, 1997). Penelitian Calhoun memberikan bukti tentang pengaruh buruk kesesakan yang berlebihan terhadap perilaku binatang, yaitu tikus. Meskipun tikus-tikus mendapat pasokan makan dan minum yang relatif cukup, namun karena mereka hidup dalam lingkungan yang sesak maka kemudian muncul perilaku yang menyimpang, seperti agresi, kanibal, atau mudah terserang penyakit. Penelitian lain yang dilakukan oleh Massey dan Vandenbergh pada tahun 1980 (dalam Baron & Byrne, 1997) menunjukkan temuan yang relatif sama.

Berdasar pada temuan penelitian hasil penelitian di atas muncul suatu pertanyaan yang cukup krusial. Pertanyaan itu adalah: Apakah persepsi tentang kesesakan juga dapat memberi pengaruh buruk terhadap diri manusia? Banyak hasil penelitian sosiologis menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara kepadatan penduduk dan timbulnya masalah-masalah sosial kemasyarakatan. Namun kritik terhadap penelitian itu adalah bahwa umumnya dalam daerah padat penduduk penghasilan ekonominya cukup rendah dan kesempatan-kesempatan lebih terbatas. Booth pada tahun 1975 (dalam Baron & Byrne, 1997) menyimpulkan bahwa masalah-masalah sosial di daerah padat penduduk lebih karena faktor kemiskinan, dibandingkan persepsi tentang kesesakan itu sendiri. Penelitian Galle dkk. (dalam Baron & Byrne, 1997) yang meneliti variabel tingkat penghasilan dan kesesakan secara bersama ditemukan bahwa tidak ada korelasi antara besar populasi dan masalah-masalah sosial.

Beberapa alasan yang dapat dikemukakan berkenaan dengan fakta bahwa manusia tidak menunjukkan perilaku negatif seperti binatang dalam menghadapi kesesakan. Pertama, binatang hanya melakukan reaksi instingtif terhadap kesesakan, sedang manusia memiliki kemampuan sosial dan kemampuan kognitif terhadap situasi yang sama sehingga reaksinya tidak terlalu ekstrim. Kedua, manusia memiliki kemampuan untuk mencari cara untuk menghindari dari lingkungan yang terlalu sesak, sekurangnya untuk beberapa saat.

Menurut Stokols pada tahun 1972 (dalam Baron & Byrne, 1997) terdapat perbedaan antara persepsi tentang kesesakan (*crowding*) dan

kepadatan (*density*). Dalam hal ini kepadatan mengacu pada jumlah nyata (objektif) orang-orang yang menempati suatu tempat tertentu, sedangkan persepsi tentang kesesakan mengacu pada tanggapan psikologis negatif terhadap jumlah orang pada suatu tempat tertentu. Tanggapan psikologi ini bersifat relatif bergantung pada latar belakang dan keadaan psikologis setiap individu.

Kepadatan jumlah orang dapat menjadi faktor pemicu timbulnya persepsi tentang kesesakan, namun kepadatan tidak selalu menimbulkan persepsi kesesakan dalam diri seseorang. Sebagai contoh, para penggemar musik rock yang menghadiri konser kelompok musik rock El Pamas dalam jumlah penonton yang sangat berjubel mungkin tidak akan mengalami persepsi kesesakan dalam dirinya, meskipun tingkat kepadatan sangat tinggi. Dengan kalimat lain, jumlah orang yang sedemikian banyak tidak selalu menimbulkan tanggapan psikologis yang bersifat negatif, berupa persepsi tentang kesesakan (*crowding*).

### **Peta Kognitif (*Cognitive Map*)**

Apabila seseorang menutup matanya dan berpikir tentang suatu lingkungan maka ia kemudian dapat melihat semacam peta (*map*) dari lingkungan sekitar tempat dirinya berada. Melalui proses semacam itu untuk kasus-kasus yang lain, orang itu dapat menggambarkan peta kampus, rumah tinggalnya, toko langganannya, dan rumah kos temannya. Peta kognitif adalah suatu peta yang terdapat dalam proses mental seseorang tentang ciri-ciri geografis fisik suatu lingkungan

Tolman (dalam Beck, 1992) mengemukakan bahwa bahkan binatang pun memiliki mekanisme berpikir yang disebut dengan peta kognitif (*cognitive map*) dari lingkungan mereka. Dalam hal ini banyak yang dipelajari oleh manusia tentang suatu lingkungan, peristiwa-peristiwa yang terjadi dalam lingkungan itu, dan cara-cara efektif untuk mencapai lingkungan itu dari lingkungan lain. Contoh: setelah mempelajari tata letak geografis sebuah kota maka kita kemudian dapat membuat semacam peta perjalanan keliling kota atau dapat menggambarkan cara-cara terbaik untuk bepergian tanpa melihat peta fisiknya.

Namun demikian peta kognitif kita tidak selalu akurat, karena peta kognitif bersifat psikologis dan terbentuk berdasar pengalaman-pengalaman yang bersifat individual. Sering kali terjadi seseorang cenderung untuk menggambarkan ciri-ciri fisik ruang di sekitar lingkungan tertentu yang familiar dengan dirinya secara lebih besar dan secara lebih rinci, ketimbang pada saat ia menggambarkan ciri-ciri fisik ruang yang kurang dikenalnya atau kurang familier dengan dirinya.

Veitch dan Arkkelin (1995) menjelaskan beberapa fungsi utama peta kognitif, yaitu:

- a. Fungsi pertama peta kognitif adalah untuk memudahkan individu dalam melakukan proses adaptasi terhadap suatu lingkungan. Melalui kepemilikan peta kognitif yang cukup akurat maka seorang anak bernama Fithra dapat mengetahui jalur perjalanan dari sekolahnya menuju rumah neneknya sehingga ia tidak tersesat.
- b. Fungsi kedua peta kognitif adalah untuk memudahkan individu memecahkan masalah pengambilan keputusan dalam aktivitas sehari-hari. Peta kognitif dapat digunakan oleh seseorang untuk mencapai suatu tempat tujuan pada jalur yang tepat dan bersifat efektif apabila ditinjau dari segi waktu dan sumberdaya biaya. Seorang karyawan sebuah kantor pemerintah yang terletak di pusat kota yang lalu lintasnya cukup sibuk tentu akan berupaya mencari jalur-jalur alternatif sehingga ia tidak terlambat masuk kantor. Dalam hal ini peta kognitif yang berfungsi sebagai instrumen pemecahan masalah dapat memudahkan orang untuk melakukan perencanaan kegiatan sehari-harinya secara efisien dan efektif.
- c. Fungsi ketiga peta kognitif adalah sebagai sarana komunikasi. Fungsi ini menggambarkan dimensi sosial peta kognitif. Melalui pemahaman bersama tentang lokasi dan nama suatu tempat maka individu-individu dapat berbagi dengan orang lain. Contoh dari fungsi komunikasi peta kognitif adalah para turis mancanegara dapat berdiskusi tentang pengalaman

mereka selama mengunjungi jalan Malioboro di Yogyakarta. Dalam berkomunikasi tentang suatu tempat, orang dapat saling berbagi simbol tentang suatu lokasi, seperti Malang sebagai kota dingin, Yogyakarta sebagai kota seni, dan Batu sebagai kota apel.

## **Privasi**

Dimensi terakhir dari perilaku keruangan manusia adalah privasi. Privasi adalah pemanfaatan lingkungan fisik sebagai upaya untuk membatasi kontak sosial sehingga mencapai pada tingkat yang disukai oleh seseorang. Privasi berfungsi untuk membangun otonomi diri dan sekaligus mengurangi pengaruh yang berasal dari luar.

Para filsuf memandang privasi sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari eksistensi manusia. Ini berarti bahwa manusia akan kehilangan eksistensi kemanusiaannya apabila mereka kehilangan privasinya. Berdasar sudut pandang para ahli psikologi, privasi memiliki fungsi utama untuk pengembangan pribadi dan pemeliharaan pribadi. Para ahli sosiologi memfokuskan nilai keutamaan privasi pada pemeliharaan hubungan antar manusia secara umum dan pemeliharaan keintiman pribadi secara khusus (Newell, 1995).

Altman pada tahun 1975 (dalam Fisher, 1982) mengembangkan suatu model integratif perilaku proksemik yang menghubungkan privasi dengan perilaku ruang pribadi, teritori, dan persepsi tentang kesesakan. Menurut Altman, esensi privasi adalah terletak pada kontrol selektif seseorang terhadap akses (jalan masuk) menuju diri seseorang. Seseorang membuka atau menutup diri dari orang lain melalui pengaturan interaksi sosial dengan orang lain, sebagai salah satu upaya untuk mencapai tingkat kontak sosial yang dianggap optimal. Tingkat interaksi sosial yang berlebihan, yang dengan sendirinya dapat menimbulkan persepsi tentang kesesakan, merupakan situasi yang dirasakan tidak nyaman oleh kebanyakan orang. Dalam hal ini persepsi tentang kesesakan merupakan gambaran tentang adanya gangguan terhadap privasinya. Ini terjadi karena tingkat privasi yang diperoleh tidak sesuai dengan yang diharapkan (privasi terlalu terbatas).

Altman (dalam Fisher, 1982) membagi empat mekanisme untuk mengatur privasi seseorang. Empat mekanisme itu berhubungan dengan perilaku verbal, perilaku non verbal, mekanisme-mekanisme lingkungan, dan norma-norma sosial. Ruang pribadi dan teritori masuk dalam model sebagai mekanisme lingkungan dan sebagai batas yang dapat digunakan untuk mengendalikan akses ke dalam diri seseorang. Dalam keadaan semacam itu maka memungkinkan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan yang disukai, yaitu keseimbangan tingkat privasi yang diharapkan dan tingkat privasi yang telah dicapai.

Apabila seseorang memperbolehkan orang lain untuk memasuki wilayah tertentu dalam ruang pribadi seseorang maka ia dengan sendirinya telah membuka pintu masuk ke dalam dirinya dan ini sekaligus mengurangi privasinya. Sebaliknya, dengan memberi tanda, membatasi, atau menutup wilayah ruang pribadinya maka orang itu telah berupaya untuk meningkatkan privasinya.

Dalam kehidupan nyata, terdapat fakta bahwa banyak orang memiliki variasi kebutuhan privasi yang berbeda-beda, baik dilihat dari sudut intensitas maupun dari sudut waktu. Berdasar variasi kebutuhan privasi itu maka kemudian dapat dideskripsikan beberapa tipe privasi, yaitu ketersendirian (*solitude*), isolasi, anonimitas, kehati-hatian (*reserve*), keintiman, kerahasiaan (*secrecy*), dan fantasi.

Ketersendirian adalah keinginan seseorang untuk berada dalam kondisi sendirian dan tidak teramati oleh orang lain. Ketersendirian itu dapat dilihat sebagai suatu keadaan yang memberikan kesempatan kepada seseorang untuk mendapat ruang intelektual yang dibutuhkan untuk melakukan perenungan dan berpikir tentang masalah-masalah hidupnya.

Isolasi terjadi apabila seseorang berupaya untuk berhubungan dengan orang lain, namun mengalami kendala-kendala psikologis maupun fisik. Para pakar psikologi lingkungan, seperti Ittleson dan kawan-kawan (dalam Veitch & Arkkelin, 1995), menjelaskan bahwa isolasi adalah kasus yang menunjukkan individu-individu memiliki pilihan-pilihan yang terbatas dan kebebasan yang sangat sedikit.

Anonimitas adalah suatu jenis privasi yang ada apabila seseorang

mencoba hadir dalam suatu komunitas atau suatu keramaian, namun tanpa mampu dikenali jati dirinya atau sedapat mungkin tidak menjadi objek perhatian publik. Seseorang melakukan perilaku anonimitas ini berdasar alasan bahwa sering kali orang kehilangan privasi karena hampir semua perilaku dirinya menjadi pusat perhatian publik. Banyak figur publik, seperti para selebritis, sering merasa terganggu privasinya karena banyak segi dalam kehidupan pribadinya menjadi pusat perhatian publik.

Kehati-hatian (*reserve*) adalah tipe privasi yang dilakukan dengan cara menempatkan batas-batas psikologis untuk tujuan menghindari gangguan-gangguan privasi yang tidak diinginkan. Dalam tipe privasi ini, orang hanya menerima masukan yang dianggap penting bagi dirinya.

Keintiman adalah tipe privasi yang berhubungan dengan keinginan individu atau kelompok untuk mengembangkan hubungan pribadi yang bersifat lebih akrab. Contoh dari tipe privasi ini adalah sering kali para penghuni kos tidak ingin mengganggu pasangan sejiwa yang sedang melakukan pembicaraan sangat pribadi di ruang tamu tempat kos mereka.

Kerahasiaan masih diperdebatkan sebagai suatu tipe privasi. Dalam hal ini memang orang boleh memiliki rahasia pribadi sepanjang tidak termasuk isu-isu publik, seperti isu tentang moral, kewajiban warga negara, dan kewajiban hukum.

Fantasi adalah mekanisme pelarian diri apabila itu dimungkinkan oleh lingkungan, khususnya di dalam desain arsitektural yang bersifat terbuka. Kebutuhan terhadap suatu tempat yang dapat dimanfaatkan untuk berfantasi merupakan unsur penting dalam pengembangan identitas diri. Fantasi dapat dilakukan di rimbunan pepohonan atau sebuah goa di sebuah lereng gunung yang indah.

## **KESIMPULAN**

Pemanfaatan ruang adalah salah satu aspek yang menunjukkan keeratan hubungan antara perilaku manusia dan lingkungan. Perilaku keruangan manusia meliputi:

- teritori,
- pembagian ruang bersama,
- ruang pribadi,
- persepsi kesesakan
- kepadatan,
- peta kognitif,
- privasi.





# VII

## STRES LINGKUNGAN

---

### PENDAHULUAN

Ternyata dalam melakukan interaksi dengan lingkungan, individu-individu juga mengalami dampak negatif terkait dengan stimulus lingkungan yang mampu memberikan stres terhadap kondisi kesehatan mental dan kesehatan fisik mereka (Billota dkk., 2019). Pada bagian ini dideskripsikan stres yang dialami oleh individu-individu terkait dengan karakteristik lingkungan yang tidak sesuai dengan keadaan kejiwaan mereka.

### STRES LINGKUNGAN

#### Pengantar

Pada situasi tertentu, kondisi lingkungan dapat memberikan dampak psikologis negatif terhadap kesehatan mental seseorang. Salah satu dampak psikologis negatif itu adalah stres yang dialami oleh seseorang. Pakar kesehatan mental, Hans Selye pada tahun 1936 (dalam Levi-Leboyer, 1982) mengemukakan bahwa stres adalah reaksi organisme terhadap rangsang (*stimulation*) yang tidak menyenangkan.

Berdasar definisi tentang stres maka kemudian dapat dikemukakan definisi tentang stres lingkungan. Stres lingkungan adalah reaksi organisme terhadap rangsang (*stimulation*) lingkungan yang tidak menyenangkan. Dalam hal ini stres harus dipahami sebagai relasi interaktif yang terjadi di antara sistem fisik, fisiologis, psikologis, dan perilaku (Veitch & Arkkelin, 1995). Menurut Selye terdapat 3 tahap adaptasi terhadap stres, yaitu tahap peringatan (*alarm*), perlawanan

(*resistance*), dan kelelahan (*exhaustion*). Apabila proses adaptasi mengalami kegagalan maka seseorang akan mengalami gangguan kesehatan fisik maupun gangguan kesehatan mental yang bersifat serius.

Dalam kaitan dengan stresor lingkungan, Lazarus dan Cohen pada tahun 1977 (dalam Levi-Leboyer, 1982) mengajukan klasifikasi reaksi-reaksi (*respons*) terhadap situasi yang dapat dikategorikan menimbulkan stres. Klasifikasi reaksi pertama adalah reaksi somatik, yang mencakup indikator-indikator hormonal seperti indikator tingkat *catecholamines* dan indikator *neurorecticular*. Indikator-indikator di atas tampak secara langsung pada gejala-gejala perubahan kardiovaskuler, resistensi elektrodermal, dan perubahan tingkat respirasi. Reaksi-reaksi itu pada akhirnya dapat menyebabkan penyakit-penyakit somatik yang secara tidak langsung terkait dengan stres. Klasifikasi reaksi kedua adalah respons perilaku yang terdiri dari perilaku adaptif, gangguan perilaku, dan perilaku ekspresif. Perilaku adaptif adalah perilaku penyesuaian untuk mengatasi stres. Gangguan perilaku dapat dicontohkan dengan terganggunya prestasi kerja atau gangguan pemerolehan informasi. Perilaku ekspresif ditunjukkan dengan kemungkinan terjadinya perubahan sikap. Klasifikasi ketiga adalah perilaku subjektif, yang meliputi ekspresi verbal, respon emosional, dan tanggapan spontan terhadap sumber stres.

Berkaitan dengan topik stres lingkungan maka pada kesempatan ini dideskripsikan sejumlah gambaran kondisi-kondisi lingkungan yang dapat menimbulkan stres dalam diri manusia. Kondisi lingkungan itu meliputi fenomena kota sebagai lingkungan yang dapat menimbulkan stres, kepadatan sosio-spasial, suhu lingkungan, bising, dan faktor-faktor stres yang disebabkan oleh kelebihan rangsang lingkungan, dan kontrol lingkungan.

### **Stres di Lingkungan Perkotaan**

Urbanisasi di Indonesia sejak tahun 1970an dan 1980an menyebabkan populasi penduduk perkotaan berkembang dengan pesat. Pada saat ini, urbanisasi dilihat sebagai salah satu penyebab timbulnya masalah-masalah yang berhubungan dengan kesejahteraan

manusia, termasuk masalah-masalah perilaku yang terdapat di sektor perkotaan. Masalah-masalah perilaku itu misalnya yang berhubungan dengan kebisingan, kriminalitas, biaya hidup tinggi, dan kemiskinan. Secara spesifik psikologi lingkungan, kota merupakan tempat yang menyajikan rangsang yang kondusif bagi timbulnya stres. Kebisingan, kepadatan, suhu panas, dan pencemaran udara merupakan kondisi yang memudahkan bagi timbulnya stres, karena menyajikan rangsang yang melebihi kemampuan penerimaan manusia untuk mengelolanya (Beck, 1992). Manusia menemukan banyak ragam dan kontinum stresor lingkungan, khususnya bagi mereka yang tinggal di daerah perkotaan. Stresor lingkungan di daerah perkotaan yang paling umum muncul adalah bising, persepsi kesesakan, kualitas perumahan yang buruk, dan kemacetan lalu lintas (Billota, 2019).

Meskipun terdapat aspek-aspek negatif bagi kesehatan mental maupun kesehatan fisik, namun dalam kenyataan semakin banyak orang berpindah ke kota. Dalam hal ini, urbanisasi itu sendiri terjadi karena terdapat banyak daya tarik yang melekat pada lingkungan perkotaan, seperti motif ekonomi, citra kemajuan, sumber daya yang lengkap, kesejahteraan hidup, dan ketersediaan sarana hiburan.

Berkenaan dengan masalah-masalah lingkungan perkotaan, terdapat 2 asumsi yang patut diajukan: Pertama, lingkungan perkotaan kondusif untuk terjadinya gangguan kesehatan mental dan penyimpangan perilaku. Kedua, lingkungan perkotaan kondusif bagi penurunan hubungan sosial dan menghambat perkembangan nilai peradaban manusia. Dalam kenyataan penelitian, kedua asumsi itu masih dapat diperdebatkan kebenarannya. Penelitian terhadap penyimpangan perilaku dan patologi sosial perkotaan di berbagai negara, menunjukkan hasil yang kurang konklusif.

Carlestam dan Levi pada tahun 1973 (dalam Levi-Leboyer, 1982) menemukan bahwa Stockholm yang penduduknya mencapai 16 % dari jumlah keseluruhan populasi Swedia ditemukan sejumlah 39% dari jumlah keseluruhan tindak perilaku pencurian di negara itu. Pada penelitian itu tindak kriminalitas memang berkorelasi dengan jumlah kepadatan penduduk. Penelitian Schmitt pada tahun 1957 (dalam Levi-Leboyer, 1982) menemukan korelasi tinggi di antara tingginya

kepadatan penduduk kota Honolulu dengan tingkat kriminalitas. Dalam penelitian lanjut di kota Minneapolis dan Seattle, Schmitt pada tahun 1966 (dalam Levi-Leboyer, 1982) menyimpulkan terdapat hubungan positif antara tingginya kepadatan penduduk dengan tingkat kriminalitas di pusat-pusat kota.

Hubungan yang bersifat positif antara kepadatan dan kriminalitas sektor perkotaan di atas dapat diperbandingkan dengan penelitian Srole pada tahun 1972 (dalam Levi-Leboyer, 1982) tentang patologi kejiwaan di pedesaan dan perkotaan. Hasil penelitian Srole menunjukkan bahwa anak-anak yang berasal dari daerah kumuh, baik di perkotaan maupun di pedesaan, memiliki sifat patogenik. Kesimpulan kedua penelitian Srole mengemukakan bahwa dalam kaitan dengan upaya orang untuk mengubah lingkungan, ternyata lingkungan perkotaan lebih menyajikan kemudahan-kemudahan ketimbang masyarakat pedesaan yang bersifat tertutup. Pada penelitian Dohrenwend pada tahun 1972 (dalam Levi-Leboyer, 1982) ditemukan kecenderungan gangguan kepribadian dan neurosis pada penduduk perkotaan, sedang kecenderungan psikosis lebih sering ditemui pada penduduk pedesaan. Dengan demikian dapat dikemukakan bahwa sangat sulit untuk memberikan kesimpulan secara sederhana bahwa lingkungan perkotaan merupakan wilayah yang mudah menimbulkan gejala patologis dibanding lingkungan pedesaan (Veitch & Arkkelin, 1995).

Apabila dilihat secara keseluruhan, beberapa hasil penelitian tentang hubungan lingkungan dan stres di atas maka dapat diajukan beberapa kritik. Kritik pertama terkait dengan kekurangakuratan tentang definisi variabel yang diteliti dan terlalu umumnya variabel yang diteliti. Misal apabila variabel-variabel sosial ekonomi dikontrol, maka hasil penelitian memberikan hasil yang berbeda. Penelitian awal Winsborough pada tahun 1965 (dalam Levi-Leboyer, 1982) menemukan bahwa kepadatan per *acre* di Chicago berhubungan dengan kematian pada masa balita, penyebaran tuberkulosis, dan menjadi sasaran untuk pelayanan sosial. Namun setelah dilakukan kontrol terhadap variabel sosial ekonomi, hubungan itu menjadi tidak nampak. Kesimpulan serupa juga ditemukan dalam penelitian-penelitian lain (Freedman n.d.; Hollingshead dan Redlich, 1952 dalam

Levi-Leboyer, 1982). Berdasar pada kesimpulan hasil-hasil penelitian itu maka kita tidak dapat secara ekstrim berpendapat bahwa kota merupakan sumber penyakit kejiwaan, meskipun terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan keluarga miskin yang tinggal di daerah kumuh lebih cenderung mengalami gangguan kesehatan mental.

Kritik kedua adalah terkait dengan faktor perbedaan lintas budaya dalam penelaahan gangguan kesehatan mental dan penyimpangan perilaku. Beberapa penelitian lintas budaya menunjukkan terdapat perbedaan cara adaptasi manusia terhadap kepadatan rumah dan perbedaan cara pemilihan tingkat privasi. Mitchell dalam tahun 1974 (dalam Levi-Leboyer, 1982). mengemukakan bahwa orang Cina mampu menerima tingkat kepadatan rumah tinggi, karena mereka merasa secara emosional terlindungi dan hal itu sudah menjadi suatu tradisi yang biasa untuk hidup dalam suatu keluarga besar. David dan Canter pada tahun 1971 (dalam Levi-Leboyer, 1982) menjelaskan bahwa kehidupan yang marak, terjaminnya keamanan, dan rendahnya kriminalitas di Tokyo tercipta karena kota itu terdiri dari kumpulan desa. Orang Jepang beradaptasi terhadap kepadatan lingkungan melalui cara meminiaturkan aspek-aspek lingkungan tertentu dan membuat detail-detail yang indah pada lingkungan, seperti memelihara tanaman Bonzai. Penelitian Roger pada tahun 1967 (dalam Levi-Leboyer, 1982) serta Munroe dan Munroe pada tahun 1972 (dalam Levi-Leboyer, 1982) juga menemukan pengaruh faktor-faktor nilai budaya terhadap pengembangan adaptasi dalam kondisi lingkungan yang sangat padat.

Kritik ketiga adalah ketidaktepatan ide tentang kepadatan itu sendiri. Sebenarnya terdapat alternatif untuk memilah konsep kepadatan menjadi kepadatan internal dan kepadatan eksternal. Kepadatan internal mengacu pada jumlah orang pada suatu ruangan, sedang kepadatan eksternal mengacu pada jumlah orang pada suatu wilayah luar ruangan. Kedua parameter itu dapat digunakan secara terpisah untuk menjelaskan situasi keruangan yang berbeda. Kedua jenis kepadatan itu bertingkat rendah di daerah pinggiran dan bertingkat tinggi di daerah pusat perkotaan. Di daerah pedesaan, kepadatan eksternal bertingkat rendah karena sepi orang

berkumpul di luar rumah, sedang kepadatan internal bisa sangat tinggi karena banyak penghuni di sebuah rumah. Pada kompleks perumahan mewah di kota besar kepadatan di luar rumah sangat tinggi, sedang di dalam rumah sangat rendah.

Masih berhubungan dengan psikologi lingkungan perkotaan. Berdasar penelitian terhadap kota New York, dapat disimpulkan bahwa penduduk kota besar cenderung kurang kooperatif ketimbang penduduk kota kecil dalam perilaku prososial, seperti membantu orang mencari alamat, memberi tahu pejalan kaki yang kuncinya jatuh, dan memberi tanggapan terhadap pewawancara di jalan umum. Kesimpulan di atas cukup jelas untuk kota sebesar New York, namun itu belum tentu berlaku untuk kota sedang dan kota kecil.

Pada penelitian di Belanda terhadap populasi kota-kota besar dan kota-kota kecil ditemukan tidak terdapat perbedaan perilaku penduduk dalam membantu orang-orang asing. Dalam konteks itu, mungkin perilaku kurang kooperatif penduduk New York terjadi karena mereka merasa tidak begitu aman dengan orang yang belum dikenal.

Karakteristik perilaku khusus penduduk kota mungkin lebih baik dijelaskan melalui pemahaman regional dan budaya. Zimbardo pada tahun 1969 (dalam Levi-Leboyer, 1982) yang sengaja meninggalkan mobil di daerah berbeda menemukan perbedaan perilaku yang cukup signifikan. Pada daerah kumuh Bronx, mobil dijarah oleh sebuah keluarga dalam waktu 10 menit pertama. Pada daerah pinggiran satelit, mobil itu tidak mendapat gangguan apa pun. Pada penelitian lintas budaya tentang perilaku prososial di kota Athena (Yunani), Paris (Prancis) dan Boston (Amerika Serikat) ditemukan perbedaan yang cukup signifikan. Penduduk Paris dan Athena lebih sering membantu orang asing yang membutuhkan bantuan, ketimbang penduduk kota Boston.

Selain faktor regional dan budaya, terdapat faktor-faktor lingkungan lain yang mempengaruhi perilaku lingkungan penduduk kota, seperti tingkat suara, kepadatan lalu lintas, kepadatan pejalan kaki, dan jumlah gedung di suatu wilayah. Intensitas rangsang berlebihan juga dapat menimbulkan stres yang pada akhirnya secara

ekstrim terwujud dalam perilaku menyimpang, seperti mudah melakukan tindak agresi.

### **Kepadatan Sosiospasial**

Penelitian tentang dampak psikologis dari kepadatan banyak mendapat inspirasi dari penelitian terhadap binatang. Penelitian Dubos pada tahun 1965 (dalam Levy-Leboyer, 1982) menunjukkan reaksi kematian dalam diri binatang setelah populasi kelompok mereka mengalami pertambahan ekstrim. Pada binatang-binatang itu ditemukan gangguan-gangguan metabolisme. Penelitian laboratorium yang dilakukan oleh Calhoun pada tahun 1962 (dalam Beck, 1992) menyimpulkan bahwa kepadatan yang berlebihan mengakibatkan gangguan serius terhadap perilaku seks, pengasuhan, dan agresi tikus. Perilaku menyimpang tikus pada penelitian di atas dapat diperbandingkan dengan penyimpangan perilaku yang sering terjadi di wilayah perkotaan dengan tingkat kepadatan sangat tinggi. Namun demikian perbandingan itu harus dipertimbangkan lagi, mengingat sesuatu asumsi yang terlalu menyederhanakan masalah apabila interpretasi terhadap perilaku manusia didasarkan pada hasil penelitian psikologi binatang.

Berkenaan dengan ciri-ciri kepadatan, beberapa pakar psikologi lingkungan (Stokols, 1975; Proshansky et al., 1970; Stokols, 1972 dalam Veitch & Arkkelin, 1995) membedakan antara kepadatan (*density*) dan persepsi kesesakan (*crowding*). Kepadatan mengacu pada variabel kondisi fisik, yaitu jumlah orang pada suatu unit area (misal penduduk per kilometer persegi). Di sisi lain, kesesakan mengacu pada persepsi subjektif terhadap jumlah orang yang menempati suatu area yang terbatas. Pakar psikologi lingkungan, Stokols pada tahun 1972 (Billota, 2019) mengemukakan bahwa persepsi kesesakan adalah keadaan psikologis seseorang yang terjadi apabila seseorang mempersepsi keberadaan jumlah orang yang dianggap melebihi preferensi atau kenyamanan seseorang. Ini berarti persepsi kesesakan lebih bersifat subjektif atau lebih bersifat psikologis ketimbang objektif. Berdasar sifat kesesakan yang bersifat subjektif maka terdapat perbedaan persepsi antara satu orang dengan orang yang lain. Orang yang biasa

naik kendaraan pribadi mungkin akan merasa kesesakan apabila ia naik kendaraan umum yang hampir semua tempat duduknya terisi, sedang seseorang yang terbiasa menumpang kendaraan umum tidak akan mengalami perasaan kesesakan semacam itu.

Berdasar pembagian itu dapat disimpulkan bahwa kepadatan memiliki aspek subjektif dan dipengaruhi oleh pengalaman seseorang. Oleh karena itu tidak mengherankan apabila penelitian eksperimen tentang pengaruh kepadatan terhadap perilaku manusia menunjukkan hasil kurang konklusif. Selain karena sebab itu, para peneliti menggunakan alat ukur yang berbeda-beda sehingga akan mengukur aspek-aspek yang berbeda dan juga karena rentang waktu penelitian yang terbatas.

Ittelson dan kawan-kawan pada tahun 1971 (dalam Levi-Leboyer, 1982) yang mengamati perilaku pasien dalam kamar pribadi rumah sakit psikiatrik, menyimpulkan bahwa mereka memiliki perilaku lebih aktif dan lebih sosial ketimbang pasien yang tinggal di ruangan untuk lebih dari 1 orang. Namun, Loo pada tahun 1973 (dalam Levi-Leboyer, 1982) yang melakukan penelitian terhadap anak pra sekolah menemukan bahwa anak laki-laki lebih menunjukkan kecenderungan agresi pada ruangan yang paling luas, sedang perilaku anak perempuan tidak mengalami perubahan. Dalam konteks itu, Murray pada tahun 1977 (dalam Levi-Leboyer, 1982) menjelaskan bahwa anak laki-laki yang berasal dari keluarga dengan rumah berpenghuni padat cenderung melakukan perilaku agresi dan memiliki tendensi neurotik, ketimbang anak wanita dari latar belakang yang sama. Dalam rumah sesak, anak laki-laki memiliki unjuk perilaku interpersonal cukup banyak, sehingga mereka sering mengalami konflik dengan saudaranya. Oleh karena itu mereka sering mendapat hukuman dari orang tuanya yang selanjutnya menyebabkan neurotik. Pada sisi lain, anak wanita dari keluarga besar lebih memiliki tanggung jawab terhadap kehidupan keluarga sehingga itu memberi pengaruh pada keseimbangan kepribadian yang mantap.

Penelitian dalam seting laboratorium tentang pengaruh kepadatan terhadap perilaku manusia memberikan kesimpulan yang kurang konsisten. Secara umum, subjek-subjek penelitian merasa tidak nyaman terhadap kepadatan, namun jarang ditemukan gejala kecemasan pada



diri mereka. Beberapa penelitian (Griffith & Veitch, 1971; Sunstrom, 1973 dalam Levi-Leboyer, 1982) tentang pengaruh kepadatan dan panas menunjukkan bahwa subjek memang menilai situasi lingkungan dalam arah negatif, namun mereka tidak mengemukakan bahwa situasi itu menyebabkan stres atau kecemasan. Tidak hadirnya pengaruh kepadatan dan panas itu, kemungkinan terjadi karena jangka waktu penelitian eksperimen yang pendek tidak cukup untuk menimbulkan gejala stres atau kecemasan pada diri seseorang.

Perbedaan hasil penelitian antara konteks penelitian lapangan dan laboratorium tentang pengaruh kepadatan, cukup menyulitkan bagi usaha penyusunan generalisasi teori pengaruh kepadatan terhadap perilaku manusia. Namun demikian, hasil-hasil penelitian itu sekurangnya dapat memberi wawasan tentang usaha untuk menjelaskan hubungan kepadatan dan perilaku manusia dalam berbagai situasi dan berbagai karakteristik subjek.

## **Panas**

Terdapat berbagai penelitian yang mencoba melihat pengaruh panas terhadap kinerja. Poneton dan Kerslake pada tahun 1965 (dalam Levi-Leboyer, 1982) yang melakukan penelitian terhadap kinerja dalam 2 tugas berbeda secara simultan, menemukan bahwa dalam suhu paling panas (45 derajat Celcius) hasil terbaik dapat dicapai, namun pada suhu paling rendah (21 derajat Celcius) kinerja tidak mencapai hasil yang memuaskan. Namun pada penelitian lain (Dean dan McGlothlen, 1975 dalam Levi-Leboyer, 1982) melaporkan bahwa tidak terdapat pengaruh suhu terhadap kinerja pilot yang melakukan tugas pengawasan dan pelacakan secara simultan.

Kontradiksi lain jugadapatditemukanpadapenelitianlaboratorium dan penelitian lapangan. Pada perilaku sosial, peningkatan suhu panas mengakibatkan penurunan hubungan interpersonal (lebih dari 32 derajat Celcius), dibandingkan pada suhu normal (20 derajat Celcius). Pada penelitian lebih aktual (Anderson dkk., 1995 dalam Baron & Byrne, 1997) dijelaskan bahwa suhu yang panas dapat menimbulkan pemikiran benci, perasaan benci, dan peningkatan arousal fisik. Berdasar hasil penelitian itu dapat disimpulkan bahwa suhu yang

panas akan menimbulkan respon interpersonal yang bersifat negatif. Dalam penelitian lain yang dilakukan oleh Bell (1990 dalam Baron & Byrne, 1997) disimpulkan bahwa dalam suhu yang panas terdapat kecenderungan penurunan kemenarikan interpersonal (*interpersonal attraction*). Penelitian Kenrick dan McFarlane pada tahun 1986 (dalam Baron & Byrne, 1997) menyimpulkan bahwa pada suhu yang panas pengendara mobil cenderung membunyikan klakson terhadap mobil di depannya pada saat lampu hijau menyala.

Terdapat dua penjelasan kerkaitan dengan dengan kontradiksi hasil penelitian itu. Penjelasan pertama berhubungan dengan variabel yang berhubungan dengan karakteristik subjek dan karakteristik tugas yang diselesaikan. Dalam konteks itu, selain panas terdapat faktor-faktor lain yang ditengarai dapat memberikan pengaruh, seperti tingkat motivasi yang tinggi untuk menyelesaikan tugas meskipun dalam kondisi suhu yang tidak menyenangkan. Penjelasan kedua adalah kemungkinan arousal akan timbul apabila suhu melebihi atau kurang dari ambang batas arousal dalam penyelesaian suatu tugas. Dalam hal ini, ambang batas untuk mengerjakan suatu tugas berbeda sesuai dengan ciri-ciri tugas. Misal pada suhu panas yang sama (36 derajat Celcius) akan memiliki pengaruh yang berbeda antara mengerjakan tugas mencuci mobil yang bersifat motorik mekanistik dan mengerjakan tugas tes statistik lanjut yang membutuhkan konsentrasi pikiran tinggi.

## **Bising**

Bising adalah suara atau kumpulan suara yang dirasakan mengganggu oleh seseorang, baik secara fisiologis maupun psikologis (Vetch & Arkkelin, 1995; Baron & Byrne, 1997). Menurut Veitch & Arkkelin (1995) bising dapat menyebabkan respon stres yang dapat mengakibatkan terganggunya keseimbangan sistem hormonal, sistem syaraf, sistem pencernaan, dan sistem kardiovaskuler. Bising dikarakteristikkan oleh intensitas (satuan decibel), frekuensi, periodisasi (berkesinambungan atau terputus-putus), dan durasi (akut atau kronis) (Billota, 2019).

Penelitian bising dalam jangka waktu panjang terhadap belajar kognitif dan perseptual siswa menunjukkan kesimpulan yang secara

umum sama (Wachs dkk., 1971; Goldman dan Sanders, 1969 dalam Levi-Leboyer, 1982). Konsentrasi dan penyelesaian tugas menjadi terhambat dalam lingkungan bising. Penelitian Sibony tahun 1979 (dalam Levi-Leboyer, 1982) mengemukakan bahwa anak yang belajar di lingkungan bising cenderung kurang mengalami kemajuan dalam membaca, dibanding anak yang belajar di lingkungan sekolah yang relatif tenang.

Kelompok penelitian lain berupaya mengungkap pengaruh langsung bising terhadap penyelesaian tugas. Secara umum, hasil-hasil penelitian itu kurang dapat memberi penjelasan memadai. Di satu sisi, terdapat pengaruh negatif bising terhadap estimasi waktu dan kinerja intelektual, namun pada sisi lain ternyata bising dapat memberi pengaruh yang positif, misalnya berupa pemusatan konsentrasi. Stres akibat menghadapi bising dapat mengalihkan stres karena sebab lain. Subjek yang tidak dapat tidur pada malam hari sebelum eksperimen, berkinerja lebih baik dalam ruang bising daripada dalam ruang yang tenang (Concoran, 1962; Wilkinson, 1963 dalam Levi-Leboyer, 1982). Keadaan bising yang tidak memberi pengaruh negatif itu sebenarnya dapat dijelaskan pada konsep bising sebagai suara yang secara subjektif dipersepsi individu sebagai suatu situasi yang tidak menyenangkan.

Dalam upaya untuk meneliti biaya adaptasi terhadap kondisi stres, peneliti perilaku dapat melakukan penelitian terhadap pengaruh bising setelah kebisingan itu berhenti. Glass dan Singer pada tahun 1972 (dalam Levi-Leboyer, 1982) mengemukakan bahwa meskipun bising tidak memiliki pengaruh langsung selama keadaan bising, namun bising dapat memberi pengaruh tidak langsung atau berupa pengaruh tersembunyi. Subjek yang dihadapkan pada suara bising selama mengerjakan tugas kantor sederhana, cenderung meminta tugas yang lebih sulit. Kinerja pada saat bising memang tidak terpengaruh, namun setelah kebisingan berakhir kinerja menunjukkan penurunan. Di samping itu, para subjek menjadi cenderung untuk enggan melakukan pekerjaan lain yang diberikan oleh orang lain.

Para ahli psikologi lingkungan berusaha untuk melihat pengaruh bising terhadap perilaku prososial dalam setting laboratorium maupun kehidupan nyata. Pada penelitian Page pada tahun 1977 (dalam Levi-

Leboyer, 1982) dalam konteks kehidupan nyata dan laboratorium ditemukan bahwa dalam situasi sosial, subjek cenderung kurang kooperatif ketika kondisi lingkungan dalam keadaan bising. Pengaruh bising menjadi lebih kuat pada subyek wanita. Terhadap perilaku kurang prososial itu, Page memberikan lima penjelasan. Penjelasan pertama, subjek mengalami kelebihan beban disebabkan rangsang sensorik bising sehingga ia akan menseleksi setiap informasi yang masuk. Penjelasan kedua, bising itu sangat mengganggu sehingga subjek menjadi kurang menyadari keberadaan orang yang membutuhkan bantuan. Penjelasan ketiga, bising menghambat komunikasi interpersonal dalam situasi yang tidak menyenangkan. Penjelasan keempat, bising menciptakan situasi yang tidak menyenangkan, sehingga mengakibatkan subjek mengalami suasana hati yang tidak menyenangkan. Penjelasan kelima, bising merupakan rangsang negatif yang menyebabkan orang menghindari dari suatu tempat yang bising.

Berdasar pada analisis terhadap beberapa penelitian, Veitch dan Arkkelin (1995) menyimpulkan bahwa peningkatan suara bising tidak selalu mengakibatkan perilaku agresi. Menurut kedua pakar psikologi lingkungan itu, peningkatan suara bising akan dapat mempermudah timbulnya perilaku agresi pada orang yang sebelumnya memang sudah terdapat kecenderungan berperilaku agresi. Dalam konteks penelitian lapangan, Glass dan Singer tahun 1972 (dalam Veitch & Arkkelin, 1995) menyimpulkan bahwa apabila suara bising dapat dikendalikan, baik secara nyata maupun secara psikologis, maka pengaruh suara bising terhadap kecenderungan perilaku agresi dapat dihindari.

### **Kualitas Rumah yang Buruk**

Kualitas rumah yang buruk dapat menyebabkan terjadinya stres dalam diri para penghuninya. Penelitian terhadap siswa yang berasal dari orang tua berpenghasilan rendah dan sedang di area pedesaan Amerika Serikat bagian timur menunjukkan bahwa mereka yang tinggal di rumah dengan kualitas buruk mengalami tingkat hormon stres yang lebih tinggi. Kualitas rumah yang buruk tersebut ditunjukkan dengan standard kualitas rumah di bawah rata-rata, kepadatan yang tinggi, dan bising di dalam rumah (Billota, 2019).

Dampak yang sama yang disebabkan oleh kualitas rumah yang buruk juga dialami oleh remaja dan orang dewasa. Remaja dan orang dewasa yang tinggal di rumah berkualitas buruk menunjukkan gejala-gejala masalah kesehatan mental. Gejala-gejala masalah kesehatan mental itu adalah kecemasan dan depresi. Selain itu, penelitian longitudinal yang dilakukan Coley dkk. Tahun 2013 (dalam Billota, 2019) menemukan bahwa kualitas rumah yang buruk berhubungan dengan hambatan tumbuh kembang anak dan dewasa (Billota, 2019). Hambatan tumbuh kembang anak dan dewasa itu meliputi fungsi-fungsi perilaku, emosi, dan kognisi yang memburuk. Peningkatan kualitas kondisi rumah ternyata dapat meningkatkan kebahagiaan dan kepuasan hidup di antara penghuni perumahan yang berpindah dari rumah dengan kualitas buruk ke rumah dengan kualitas lebih baik atau rumah mereka dilakukan renovasi.

### **Kemacetan Lalu Lintas**

Di daerah perkotaan kemacetan lalu lintas adalah sebuah fenomena yang lazim terjadi. Bahkan di kota pendidikan, seperti kota Malang, pada jam-jam masuk sekolah dan masuk kuliah, kepadatan dapat menyebabkan terjadinya kemacetan lalu lintas. Kemacetan tinggi, seperti di kota metropolitan Jakarta dan Surabaya, ternyata dapat menimbulkan stres fisiologis dan afek negatif. Penelitian Haider dkk. (dalam Billota, 2019) menyimpulkan bahwa komuter atau penjelajah ulang alik yang mengalami kemacetan lalu lintas 3 kali seminggu merasakan tingkat stres yang lebih tinggi dibanding mereka yang tidak mengalami kemacetan lalu lintas pada level itu.

Selain itu kemacetan lalu lintas juga berdampak buruk terhadap hubungan sosial seseorang. Penelitian Novaco dkk. Tahun 1991 (dalam Billota, 2019) menunjukkan bahwa pengendara mobil yang mengalami kemacetan memiliki tingkat hubungan social yang buruk dengan anggota keluarga di rumah. Penelitian Hensy tahun 2008 (dalam Billota, 2019) menemukan bahwa komuter yang mengalami stres akibat kemacetan lalu lintas menunjukkan gejala perilaku agresi di tempat kerja. Berdasar berbagai penelitian psikologi lingkungan tersebut maka pihak-pihak yang berwenang, seperti departemen

perhubungan, pemerintah kota, dan kepolisian, perlu melakukan tindakan pemecahan masalah terhadap terjadinya kepadatan lalu lintas dan kemacetan lalu lintas. Reduksi stres akibat kemacetan lalu lintas dapat membantu pengembangan kesehatan mental warga yang pada kesempatan selanjutnya dapat membantu penghematan anggaran di bidang kesehatan mental (Hanurawan, 2018).

## **Faktor-Faktor Internal yang Mampu Menyebabkan Stres**

### **(Kelebihan Beban dan Kontrol Lingkungan)**

Konsep kelebihan beban lingkungan (*environmental overload*) dikembangkan pertama kali oleh ahli sosiologi G. Simmel pada tahun 1903 tentang kehidupan perkotaan sebagai sumber gangguan kejiwaan karena melubernya informasi. Peluberaan informasi itu menyebabkan individu membentengi diri dengan cara menseleksi setiap stimulus atau melalui cara menghindari kontak sosial (Veitch & Arkkelin, 1995). Selanjutnya Miller pada tahun 1964 (dalam Levi-Leboyer, 1982) menghubungkan konsep ini dengan menekankan bahwa kelebihan stimulus memaksa penciptaan strategi perilaku adaptif.

Milgram pada tahun 1976 (dalam Levi-Leboyer, 1982) mengembangkan konsep perilaku adaptif sebagai akibat kelebihan beban dengan membagi menjadi enam kategori. Kategori itu adalah:

- a. Karena terlalu banyaknya informasi maka lebih sedikit waktu yang disediakan untuk setiap stimulus;
- b. Hanya informasi yang dianggap penting dapat diterima;
- c. Beban masukan informasi dikeluarkan lagi untuk mengurangi kelebihan beban;
- d. Beraneka proses dilakukan untuk menutup masukan informasi yang tidak diinginkan, seperti pemanfaatan mesin penjawab telpon;
- e. Intensitas stimulus dikurangi melalui pendayagunaan pembatas fisik maupun psikologis;
- f. Pranata-pranata diciptakan secara khusus untuk mengatasi kelebihan beban sosial, misalnya layanan telpon hot-line. Perilaku defensif di atas dapat menyebabkan akibat perilaku

sosial sebagai berikut: berkurangnya kesadaran tanggung jawab sosial, berkurangnya kesadaran sopan santun dalam hubungan interpersonal, dan timbulnya anonimitas hidup bersosial.

Selain faktor kelebihan beban, faktor lain yang dapat menjelaskan stres lingkungan adalah kemampuan seseorang untuk mengontrol lingkungan (Veitch & Arkkelin 1995). Ide awal tentang kemampuan pengontrolan lingkungan berasal dari Glass dan Singer pada tahun 1972 (dalam Levi-Leboyer, 1982) yang mengemukakan bahwa pengaruh tersembunyi akibat menghadapi stresor lingkungan, seperti bising, sangat bergantung pada tingkat kontrol yang dimiliki seseorang terhadap stresor itu. Kontrol terhadap sumber stres dapat bersifat nyata atau dapat bersifat perseptual. Misal seorang yang bernama Dul Joni tidak mengalami stres apabila mendengar suara bising musik dangdut dari sebuah radio karena ia memiliki kendali terhadap radio miliknya itu. Ia dapat setiap saat mematikan radio (nyata) atau ia dapat memperkirakan keteraturan suara bising itu (perseptual). Fakta yang sama dapat juga terjadi pada kesesakan seperti dikemukakan oleh Rapoport pada tahun 1976 (dalam Levi-Leboyer, 1982).

## **KESIMPULAN**

Dapat disimpulkan bahwa pengaruh negatif stres lingkungan merupakan fungsi stimulus tidak menyenangkan yang tidak dapat diprediksi atau dikontrol oleh seseorang. Kegagalan untuk memiliki kemampuan kontrol dan prediksi terhadap kehadiran suatu stimulus menunjukkan hubungan yang tidak serasi di antara manusia dan lingkungannya. Hubungan tidak serasi itu sebagai konsekuensinya mengakibatkan stres sebagai hasil dari usaha perilaku adaptif yang mengalami kegagalan.

Stres lingkungan meliputi berbagai sumber bagi terjadinya stres lingkungan. Berbagai sumber stres lingkungan meliputi fenomena: lingkungan perkotaan, kepadatan sosiospasial, panas, bising, kualitas rumah yang buruk, dan kemacetan lalu lintas.







# VIII BENCANA

## PENDAHULUAN

Dalam kehidupan, manusia sangat sering mengalami bencana. Bencana yang dialami oleh manusia dapat dibagi menjadi bencana alam dan bencana teknologi. Contoh-contoh bencana alam adalah gempa bumi, meletusnya gunung api, badai, banjir bandang, dan tanah longsor. Contoh-contoh bencana teknologi adalah tabrakan pesawat terbang, kecelakaan reaktor nuklir, pencemaran udara, dan pencemaran air disebabkan oleh limbah industri.

Kajian tentang psikologi lingkungan terkait bencana, baik itu bencana alam maupun bencana teknologi, penting untuk dilakukan di Indonesia. Ini terjadi karena telah banyak berbagai bentuk bencana terjadi di Indonesia. Ini berarti kajian psikologi lingkungan diharapkan mampu membantu kesiapan psikologis orang-orang Indonesia dalam menghadapi bencana maupun meningkatkan resiliensi pasca menjadi korban bencana.

## PENGARUH BENCANA ALAM TERHADAP PERILAKU MANUSIA

### Respon Perilaku Manusia terhadap Bencana

Secara umum, bencana alam menyebabkan timbulnya perubahan-perubahan dramatis terhadap lingkungan yang pada saat sebelum terjadi bencana, yaitu lingkungan yang dalam kondisi stabil. Perubahan-perubahan yang terjadi pada konteks lingkungan itu pada kesempatan berikutnya memunculkan kebutuhan-kebutuhan dalam diri manusia untuk melakukan coping (penyesuaian) agar perilaku mereka dapat kembali pada fungsi-fungsi normal (Lindell, 2012).

Sering terjadi, bencana alam tidak mampu diramal secara baik dan tidak dapat dikontrol secara maksimal oleh manusia. Usaha-usaha coping manusia terhadap bencana alam yang bersifat sulit diramalkan dan sulit dikontrol itu melibatkan usaha-usaha fisik yang berat, menghabiskan energi psikologis, dan menghabiskan dana yang cukup banyak. Contoh bencana alam semacam ini adalah bencana banjir yang terjadi di Jakarta pada awal tahun 2020 lalu atau bencana Tsunami di Aceh pada tahun 2006.

Bencana alam cukup memberi pengaruh signifikan terhadap banyak segi dalam kehidupan manusia. Namun demikian, sering kali usaha-usaha penanganan akibat-akibat bencana alam lebih ditekankan pada rekonstruksi-rekonstruksi yang bersifat fisik. Penekanan pada rekonstruksi-rekonstruksi yang bersifat fisik memiliki tujuan agar lingkungan fisik dalam kondisi normal seperti pada saat sebelum terjadinya bencana alam. Usaha-usaha penanganan bencana alam pada arah rekonstruksi psikologis sangat minimal dilakukan (Veitch & Arkkelin, 1995). Sebenarnya, usaha-usaha rekonstruksi psikologis sangat penting untuk dilakukan agar kehidupan mental warga dapat kembali dalam keadaan normal seperti pada saat sebelum terjadinya bencana alam.

Secara spesifik, respon-respon perilaku manusia berkaitan dengan bencana alam dapat dijelaskan dalam konteks tahap-tahap terjadinya peristiwa bencana alam: Tahap pertama terjadinya peristiwa bencana alam adalah tahap peringatan (*warning*). Tanda-tanda peringatan terhadap terjadinya peristiwa bencana alam terkadang memberikan waktu yang cukup bagi manusia untuk mempersiapkan diri.

Tanda-tanda itu misalnya adalah prediksi terhadap prakiraan kemungkinan terjadinya badai di suatu daerah tertentu atau kemungkinan Gunung Merapi di Pulau Jawa menunjukkan tanda-tanda akan meletus. Namun, pada peristiwa-peristiwa lain, seperti terjadinya peristiwa bencana angin topan Tornado, manusia tidak memiliki waktu yang cukup untuk mempersiapkan diri. Bahkan untuk bencana-bencana lain yang terjadi secara tiba-tiba, seperti gempa bumi di Bengkulu, manusia tidak memperoleh tanda-tanda peringatan apa pun tentang kemungkinan terjadinya suatu bencana.

Penelitian Bolin pada tahun 1985 (dalam Veitch & Arkkelin, 1995) menjelaskan bahwa apabila tanda-tanda peringatan diberikan secara memadai maka bila kemudian terjadi bencana yang sesungguhnya, manusia dapat mengurangi dampak-dampak psikologis negatif dalam dirinya menjadi seminimal mungkin. Hal itu terjadi terutama karena tanda-tanda peringatan dini tentang bencana telah menjadi semacam mekanisme sosialisasi mengenai antisipasi perilaku yang memungkinkan untuk dilakukan oleh manusia. Pada kesempatan berikutnya antisipasi itu dapat menjadi faktor penting bagi pengurangan stres yang mungkin timbul akibat dampak bencana. Austin pada tahun 1991 (dalam Veitch & Arkkelin, 1995) mengemukakan bahwa terdapat bukti yang cukup kuat bahwa kemampuan manusia meramal dan melakukan persiapan diri dalam menghadapi bencana badai dapat meningkatkan persepsi kontrol terhadap pengalaman-pengalaman yang berkaitan dengan bencana badai. Sebaliknya, menurut Baum dan Davidson pada tahun 1985 (dalam Veitch & Arkkelin, 1995) apabila isi informasi tanda-tanda peringatan bencana bersifat membingungkan dan bahkan kontradiktif maka hal itu dapat menjadi faktor yang memicu timbulnya stres dalam diri manusia.

Tahap kedua terjadinya peristiwa bencana alam adalah tahap dampak agen bencana. Bolin pada tahun 1989 (dalam Veitch & Arkkelin, 1995) mengemukakan ciri-ciri dampak agen bencana yang dapat memberi pengaruh terhadap kesehatan mental. Ciri-ciri itu adalah sebagai berikut:

- (1) Situasi-situasi yang lebih mengancam kehidupan individu cenderung menjadi faktor timbulnya stres ketimbang situasi-situasi yang kurang mengancam kehidupan individu.
- (2) Ancaman pasca dampak yang berulang kali dipikirkan dan dibicarakan lebih menimbulkan stres, ketimbang stres pra-dampak bencana.
- (3) Bencana dengan rasio kerusakan tinggi terhadap suatu lingkungan yang sebelumnya sangat nyaman dihuni akan lebih cenderung menimbulkan terjadinya pengaruh negatif terhadap kesehatan mental para penghuninya.

- (4) Bencana yang terjadi secara tiba-tiba dan tak terantisipasi cenderung lebih menimbulkan akibat stres ketimbang bencana yang timbul secara bertahap dan dapat terantisipasi.
- (5) Bencana yang tidak familier cenderung lebih menimbulkan akibat stres ketimbang bencana yang sudah biasa dialami oleh individu.

Tahap ketiga terjadinya peristiwa bencana alam adalah tahap akibat pasca-dampak. Selain akibat yang berpengaruh kepada karakteristik agen bencana, ternyata terdapat faktor-faktor lain yang memberi pengaruh terhadap timbulnya stres akibat terjadinya bencana. Faktor-faktor lain itu adalah respon individual dan respon kolektif terhadap suatu bencana. Respon-respon itu dapat dicontohkan pada perilaku evakuasi, penampungan sementara, dan aktivitas-aktivitas pemulihan. Secara umum kegiatan evakuasi dan penampungan sementara tidak membawa perluasan terhadap stres. Hal itu terjadi karena individu-individu melakukan evakuasi dan berkumpul dalam suatu lokasi penampungan sementara pada satu unit keluarga. Demikian pula dalam proses semacam itu mereka sering kali banyak mendapat bantuan dari para kerabat dan para teman, baik bantuan yang bersifat fisik maupun psikologis.

Apabila proses evakuasi sebuah keluarga tidak dilakukan secara bersama dan kemudian mereka pun tidak tinggal dalam penampungan sementara yang sama maka mereka cenderung akan mengalami kondisi stres. Stres dalam diri individu akan cenderung timbul apabila pemindahan tempat penampungan terjadi berulang kali dan pada setiap penampungan itu memiliki karakteristik lingkungan dan sosial yang berbeda-beda. Secara umum, dampak relokasi penampungan sementara yang berulang kali adalah:

- (1) Individu merasa kehilangan dukungan sosial (*social support*).
- (2) Individu merasa kehilangan tempat tinggal.
- (3) Individu mengalami luka-luka akibat perpindahan itu.
- (4) Individu mengeluarkan beban dana yang terakumulasi.

Dampak relokasi akan menjadi lebih besar apabila individu merasa tidak memiliki kemampuan kontrol dalam kegiatan relokasi ke tempat penampungan sementara.

Tahap keempat terjadinya peristiwa bencana alam adalah tahap pemulihan (*recovery*). Dalam hal ini setelah terjadinya bencana dan pertolongan dilakukan maka manusia perlu untuk memulihkan diri seperti dalam kondisi semula. Faktor utama timbulnya stres pada tahap pemulihan adalah proses penyaluran dan pemanfaatan bantuan pemerintah dan masyarakat umum kepada kelompok sasaran korban bencana. Penelitian Bolin pada tahun 1989 (dalam Veitch & Arkkelin, 1995) menemukan bahwa korban bencana yang tidak mendapat akses bantuan dana, tempat tinggal yang layak, dan bantuan-bantuan fisik lain, akan mengalami kesulitan untuk masuk ke dalam tahap pemulihan dan mereka akan cenderung mengalami gangguan-gangguan psikologis pasca bencana dalam waktu yang cukup lama. Dalam hal ini kelompok minoritas orang kulit hitam di Amerika Serikat, kelompok miskin, orang kelompok lanjut usia cenderung untuk tidak mendapat bantuan yang memadai. Berdasar pada kondisi kekurangan bantuan ini maka mereka pun akan mengalami banyak kesulitan dan memerlukan jangka waktu lama untuk sampai pada keadaan pulih seperti pada saat sebelum terjadinya bencana.

### **Bencana Alam dan Gangguan Stres Pasca Trauma**

Wujud paling umum dari akibat-akibat terjadinya bencana alam yang memiliki ciri berkelanjutan adalah gangguan stres pasca trauma (*post-traumatic stress disorder*). Gangguan stres pasca trauma adalah gangguan kecemasan karena mengalami peristiwa-peristiwa traumatik, seperti bencana alam. Gangguan stres pasca trauma ini dikarakteristikkan dengan gejala pikiran-pikiran yang sering kali muncul namun tidak diinginkan dan tidak dapat dikontrol tentang suatu peristiwa yang menyebabkan trauma, gangguan tidur, dan penarikan diri dari keterlibatan diri dalam sosial (*social withdrawal*). Gangguan stres pasca trauma ini banyak dialami oleh veteran perang Vietnam atau veteran perang Irak yang berasal dari Amerika Serikat, korban bencana alam tsunami dan korban bencana alam gempa bumi Yogyakarta dan Klaten, dan korban tindak perkosaan.

Solomon dan Canino (dalam Bell dkk., 1996) menjelaskan bahwa gangguan stres pasca trauma dihubungkan dengan pikiran-pikiran yang mengganggu (*intrusive thoughts*) dan munculnya episode-episode terkait dengan kembalinya ingatan tentang pengalaman-pengalaman mengalami bencana. Penelitian Steinglass dan Gerrity (dalam Bell dkk., 1996) yang dipublikasikan tahun 1990 menemukan bahwa hasil diagnosis menunjukkan bahwa gangguan stres pasca trauma dialami korban bencana sampai empat bulan setelah terjadinya bencana angin topan tornado dan banjir. Banyak dari para korban bencana akan mengalami reduksi stres atau pengurangan stres pada kurun waktu sekitar setahun setelah terjadinya bencana.

Penjelasan terkait dengan pertanyaan: Mengapa peristiwa-peristiwa bencana alam dalam skala besar dapat menimbulkan stres jangka panjang? adalah sebagai berikut:

Pikiran yang mengganggu yang berulang kali muncul tentang suatu bencana membuat peristiwa traumatik itu menjadi hidup kembali (*re-live*) dalam diri korban pada saat itu berpikir tentang bencana tersebut. Berpikir tentang pengalaman yang bersifat mengancam atau pengalaman traumatik, meskipun itu telah terjadi beberapa tahun yang lalu, dapat merangsang timbulnya stres dan tanggapan-tanggapan yang dihubungkan dengan terjadinya peristiwa itu.

Selain itu, stres yang berlarut akibat bencana dapat pula terjadi karena keberadaan stresor tingkat kedua. Stresor tingkat kedua adalah peristiwa-peristiwa yang terjadi disebabkan oleh bencana alam sebagai stresor tingkat pertama yang dapat mengakibatkan timbulnya masalah-masalah dalam hitungan waktu harian, mingguan, atau bulan. Contoh-contoh stresor tingkat kedua ini adalah korban-korban bencana alam mengalami masalah-masalah terkait toko-toko bahan sembako yang tutup, tidak berfungsinya jaringan telepon, tidak berfungsinya jaringan kelistirikan, dan kehilangan pekerjaan akibat terjadinya bencana. Stres ini timbul karena terjadinya perubahan hidup yang cukup besar akibat terjadinya bencana.

### **Teori-Teori Psikologi Lingkungan terkait Bencana**

Terdapat beberapa teori psikologi lingkungan yang dapat dimanfaatkan untuk menjelaskan pengaruh bencana terhadap perilaku manusia. Salah satu teori psikologi lingkungan adalah teori

stres lingkungan. Teori stres lingkungan menjelaskan dalam hal ini kerusakan yang terjadi akibat bencana alam dapat mengakibatkan kendala-kendala perilaku (*behavioural constraints*) bagi diri seseorang. Kendala-kendala perilaku adalah suatu keadaan yang menyebabkan seseorang mengalami pengurangan kesempatan untuk melaksanakan suatu perilaku. Dalam hal ini terdapat pembatasan terhadap kebebasan untuk melaksanakan suatu perilaku yang ingin dilaksanakan. Contoh kendala-kendala perilaku adalah apabila terjadi bencana maka banyak orang dipaksa meninggalkan rumah mereka dan berpindah ke tempat pengungsian yang memiliki luas lebih besar. Perpindahan ini menyebabkan mereka harus mematuhi aturan-aturan perilaku baru sesuai dengan aturan-aturan darurat yang ada pada tempat pengungsian. Contoh fenomena ini adalah pada korban Lumpur Lapindo Porong Sidoarjo pada tahun 2007-2008 yang berpindah dari rumah penuh lumpur ke tempat pengungsian Pasar Porong yang kurang dalam penyediaan fasilitas untuk pengungsi dalam melaksanakan perilaku yang biasa dilakukan di rumah asal.

Apabila pelaksanaan perilaku terkendala maka seseorang dapat memberikan tanggapan pikiran negatif terhadap hilangnya kebebasan untuk melaksanakan perilaku tersebut, mengembangkan perasaan negatif, dan berupaya untuk memperoleh kembali kebebasan untuk melaksanakan suatu perilaku. Kendala-kendala perilaku berkelanjutan yang tidak dapat dihilangkan atau tidak dapat dipecahkan akan menyebabkan seseorang mengalami suatu keadaan psikologi yang disebut dengan istilah *helplessness*. Dalam bahasa Indonesia *helplessness* berarti tidak berdaya atau pasrah. Ini berarti mereka berupaya untuk menerima keadaan itu sebagai suatu realitas dalam diri mereka.

Keadaan darurat terkait dengan peristiwa-peristiwa bencana alam tidak berlangsung selamanya. Pada suatu saat apabila keadaan darurat itu sudah berakhir, kendala-kendala perilaku mulai berkurang dan pada akhirnya menghilang. Para korban bencana pulang kembali ke rumah mereka dan layanan-layanan kemasyarakatan berjalan secara normal. Dalam hal ini mereka kemudian memperoleh kembali kebebasan dalam berperilaku seperti sebelum terjadi bencana.

Namun demikian, para korban yang kehilangan rumah maupun kehilangan sanak saudara atau teman dekat terus menghadapi

kendala-kendala dalam berperilaku dan akibat-akibat negatif dari bencana. Pembangunan kembali atau penempatan kembali pada lokasi lain diperlukan agar mereka dapat mengatasi problem-problem perilaku pasca bencana.

Teori lain yang dapat menjelaskan problem-problem perilaku pasca bencana adalah teori konservasi sumber daya (*conservation of resources*) yang dikembangkan oleh Hobfoll (dalam Bell dkk., 1996) pada tahun 1989. Teori konservasi sumber daya ini menjelaskan bahwa pada saat terjadi bencana keadaan seseorang yang mengalami kehilangan sumber daya dapat menentukan stres yang dialami oleh seseorang. Sumber daya adalah segala sesuatu yang dapat membantu manusia memncapai suatu tujuan. Kehilangan sumber daya dapat berupa sumber daya material, sosial, dan psikologis. Contoh sumber daya material adalah uang dan rumah tinggal. Contoh sumber daya sosial adalah peran keluarga dan peran pekerjaan. Contoh sumber daya psikologis adalah optimisme, daya hidup, dan kemampuan koping.

Dalam konteks ini, apabila seseorang kehilangan sumber daya atau merasa terancam karena kehilangan sumber daya maka itu dapat menimbulkan stres dalam diri seseorang. Sebaliknya, apabila seseorang dapat mempertahankan sumber daya maka itu dapat meminimalisir timbulnya stres dalam diri seseorang. Demikian pula apabila korban bencana dapat merestorasi sumber daya yang hilang akibat bencana maka itu dapat mengurangi stres dalam diri mereka.

## **KESIMPULAN**

Psikologi lingkungan juga mempelajari pengaruh bencana terhadap respon perilaku individu. Secara spesifik, respon-respon perilaku manusia berkaitan dengan bencana alam dapat dijelaskan dalam konteks tahap-tahap terjadinya peristiwa bencana alam. Tahap-tahap terjadinya peristiwa bencana alam adalah tahap peringatan, tahap dampak agen, tahap akibat pasca dampak, dan tahap pemulihan. Beberapa teori psikologi lingkungan dapat digunakan untuk menjelaskan akibat-akibat yang ditimbulkan pasca bencana.



# IX

## PSIKOLOGI LINGKUNGAN DAN LINGKUNGAN KERJA

### PENDAHULUAN

Aktivitas kerja adalah bagian yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Pentingnya aktivitas kerja bagi kehidupan manusia digambarkan secara orisinil oleh salah seorang filsuf yang mengemukakan hakekat manusia adalah sebagai makhluk bekerja (*homo faber*). Dalam upaya agar manusia dapat berperilaku secara nyaman dalam aktivitas kerja maka psikologi lingkungan dan bidang-bidang psikologi lain, seperti ergonomi dan psikologi kesehatan, dapat memberi sumbangsih terkait pengaturan lingkungan yang kondusif untuk bekerja sehingga produktivitas yang menjadi tujuan suatu organisasi kerja dapat tercapai secara optimum (Hadi & Hanurawan, 2017). Selain itu, pengaturan lingkungan kerja yang kondusif menjadi penting karena alasan bahwa manusia banyak menghabiskan waktunya di tempat kerja. Dalam hal ini lingkungan kerja memberi pengaruh terhadap berbagai fenomena psikologis dalam diri seseorang. Fenomena psikologis itu adalah kebahagiaan, kenyamanan (*comfort*), kepuasan, kinerja, dan kesehatan.

Berdasar rasional pentingnya lingkungan kerja bagi perilaku manusia maka pada kesempatan ini dideskripsikan tentang kajian psikologi lingkungan tentang lingkungan kerja. Kajian psikologi lingkungan tentang lingkungan kerja dapat membantu kita mendeskripsikan, meramalkan, dan memecahkan masalah interaksi antara perilaku manusia dan lingkungan kerja mereka.

Lingkungan kerja dapat memberi pengaruh yang signifikan terhadap kondisi kesehatan fisik karyawan, maupun kondisi kesehatan

psikologis karyawan. Kondisi kesehatan psikologis karyawan maupun kondisi kesehatan fisik karyawan itu pada akhirnya dapat memberi pengaruh pada kepuasan kerja karyawan dan produktivitas karyawan. Berdasar pada kesimpulan itu maka dalam upaya untuk mencapai tujuan pada kepuasan kerja karyawan dan produktivitas karyawan maka desain lingkungan suatu tempat kerja harus memperhatikan standar lingkungan yang memenuhi syarat untuk memfasilitasi perilaku bekerja, seperti standar pencahayaan, standar suara, dan standar ventilasi yang memadai (Gifford dkk., 2011; Veitch & Arkkelin, 1995).

## **PENGARUH LINGKUNGAN KERJA TERHADAP PERILAKU KARYAWAN**

### **Lingkungan Sekitar (*Ambient Environment*)**

#### **- Bising**

Bising adalah suara yang keberadaannya secara subjektif tidak diharapkan oleh seseorang (Veitch & Arkkelin, 1995). Tidak seperti distraktor visual, suara bising tidak dapat dihindari secara langsung dengan menggeser kepala seseorang. Berdasar perspektif teori kelebihan beban, karyawan yang bekerja dalam suasana kantor yang bising akan sulit untuk menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan kepada mereka karena gangguan suara yang dianggap mengganggu. Penelitian Sundstrom (dalam Bell dkk., 1996) yang dipublikasikan pada tahun 1994 menjelaskan bahwa bising dapat menjadi penyebab timbulnya penurunan kepuasan kerja karyawan.

#### **- Musik**

Musik yang diperdengarkan dalam suatu lingkungan kerja dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan kepuasan kerja dan produktivitas kerja. Berdasar pada perspektif teori pembangkitan, musik dapat meningkatkan kepuasan kerja dan produktivitas kerja apabila masuk pada level pembangkitan (arousal) yang optimum. Dalam hal ini volume suara yang sesuai dengan kondisi kerja dan jenis musik yang disukai dapat dilihat sebagai syarat

agar suara musik tidak menjadi gangguan bagi karyawan dalam melaksanakan pekerjaannya. Dalam hal ini gangguan suara yang berasal dari musik dapat disebut sebagai pembangkit yang melebihi batas normal (*overarousal*). Suara musik yang dalam kategori optimum dapat membantu meningkatkan atmosfer yang nyaman pada suatu lingkungan kerja.

#### - **Pencahayaan**

Kondisi pencahayaan pada suatu lingkungan kerja dapat memberi pengaruh pada kinerja karyawan di berbagai konteks, mulai pada penyelesaian tugas-tugas artifisial pada seting laboratorium sampai pada penyelesaian tugas-tugas nyata pada pabrikan assembling mobil. Pada dasarnya, pencahayaan dapat mempengaruhi penyelesaian tugas menjadi semakin ringan atau semakin sulit bergantung pada tugas yang diberikan. Pada satu ekstrim, pencahayaan yang kurang akan menyulitkan siswa melakukan penyelesaian tugas kertas tulis, sedang pada ekstrim lain, karena pencahayaan terlalu banyak pun siswa akan mengalami kesulitan dalam melaksanakan suatu tugas kertas tulis.

Rekayasa pencahayaan merupakan suatu tugas yang cukup kompleks. Dalam arti bahwa pencahayaan yang optimum harus memperhatikan aspek-aspek seperti berikut ini: warna cahaya, jumlah cahaya, lokasi sumber cahaya, pantulan cahaya karena keberadaan dinding, dan posisi tempat kerja, seperti meja, dalam suatu lingkungan kerja.

#### - **Jendela**

Hasil penelitian Hollister (dalam Bell dkk., 1996) di Swedia yang dipublikasikan pada tahun 1968 menjelaskan bahwa karyawan yang bekerja pada lingkungan pabrik yang jumlah jendela lebih sedikit cenderung mengalami kelelahan dan distress somatik (pusing), dan memiliki perasaan negatif terhadap lingkungan kerja mereka. Dalam situasi tertentu, jumlah jendela yang sedikit dapat dikompensasi melalui penyediaan cahaya yang lebih banyak dan pemasangan *air conditioning* (AC).

Jumlah jendela yang cukup juga diperlukan di lingkungan kantor. Penelitian Ruys (dalam Bell dkk., 1996) yang dipublikasikan pada tahun 1970 menjelaskan meskipun karyawan memiliki kepuasan terhadap fasilitas-fasilitas lingkungan kantor, namun apabila tidak ada jendela maka itu dapat menurunkan tingkat kepuasan mereka terhadap lingkungan kerja. Ini berarti bahwa keinginan karyawan terhadap keberadaan jendela dalam lingkungan kantor tanpa jendela mereka tidak dapat diganti dengan fasilitas lain, kecuali hanya dengan menginstalasi jendela di kantor tersebut.

Menurut Collins (dalam Bell dkk., 1996) dalam kantor-kantor yang tempatnya cukup terpencil dan pada suatu area yang terbatas, jendela diperlukan untuk memperoleh variasi rangsangan di luar pekerjaan yang bersifat rutin dan membosankan. Keberadaan jendela dapat membantu mereka menikmati lingkungan sosial di sekitar gedung perkantoran mereka atau menikmati lingkungan alam di sekitar gedung perkantoran mereka. Demikian pula, jendela dapat menjadi sumber informasi bagi kondisi cuaca atau posisi waktu.

### **Efisiensi dan Aliran Kerja**

Prinsip aliran kerja (*workflow*) adalah berdasar suatu pemikiran bahwa tata letak pabrik atau kantor menyajikan jarak sependek mungkin antara stasiun kerja (*workstations*) dan gerakan operasional dalam melakukan suatu tugas pekerjaan. Dalam gedung perkantoran sedapat mungkin ruang kerja seorang karyawan pada bagian tertentu sebagai stasiun kerja dirancang sedemikian rupa sehingga berdekatan dengan bagian lain yang merupakan bagian yang memiliki hubungan kerja yang erat dengan bagiannya tersebut. Sebagai contoh, apabila tugas-tugas pada bagian pemasaran berkaitan erat dengan bagian promosi maka tata letak kantor kedua bagian itu harus berada pada satu lantai dan bertetangga. Ini berarti bahwa sesuatu hal yang salah apabila kedua kantor yang memiliki tugas-tugas yang berhubungan diletakkan pada lantai yang berbeda, seperti bagian pemasaran pada lantai 1 sedangkan bagian promosi pada lantai 7. Tata letak yang didasarkan pada prinsip aliran kerja ini adalah dalam upaya

untuk memperhatikan prinsip efisiensi terkait dengan biaya perilaku yang diperlukan dalam melaksanakan suatu tugas dalam sebuah organisasi.

Selain dalam skala makro, pertimbangan psikologi lingkungan terkait tata letak suatu stasion kerja dapat pula ditinjau secara mikro, Tata letak mikro stasion kerja misalnya adalah pada penempatan komponen-komponen stasion kerja untuk individu-individu. Beberapa contoh stasion kerja untuk individu-individu adalah sebagai berikut: meja kerja, peralatan komputer, dan panel pengendali lalu lintas kereta api.

McCormick & Sanders (1993) menjelaskan bahwa diperlukan analisis jalur (*link analysis*) dalam membuat rancangan stasion kerja yang mampu membuat karyawan mampu bekerja dengan nyaman. Analisis jalur adalah penelitian sistematis tentang jumlah frekuensi gerak yang diperlukan karyawan dalam beroperasi dalam suatu stasion kerja. Perancangan terkait dengan penempatan yang cermat terhadap komponen-komponen stasion kerja dapat memfasilitasi keberadaan jarak yang optimum bagi karyawan pada saat mengoperasikan suatu instrumen kerja, terutama untuk tugas-tugas yang bersifat sensitif. Keberadaan jarak yang optimum ini akan dapat mengurangi seminimal mungkin potensi-potensi kesalahan-kesalahan dalam operasi dan kelelahan fisik maupun psikologis pada diri karyawan.

### **Lingkungan Kantor Berperalatan Teknologi Informasi**

Pada zaman revolusi informasi ini, pemanfaatan peralatan teknologi informasi yang bersifat elektronik dalam berbagai bidang kehidupan, sudah merupakan suatu hal yang bersifat umum. Pemanfaatan peralatan teknologi informasi yang bersifat elektronik juga dilakukan dalam berbagai aktivitas di kantor. Revolusi informasi yang memasuki wilayah perkantoran secara evolusioner akan menggusur keberadaan dan fungsi peralatan-peralatan kantor yang bersifat non-elektronik.

Namun demikian, sesuai dengan pemikiran filsafat teknologi yang berbunyi: Apakah teknologi menguasai manusia atau manusia menguasai teknologi? maka para ahli psikologi lingkungan atau pun

psikologi ergonomi harus dapat secara cermat melakukan perancangan dan implementasi pemanfaatan peralatan teknologi informasi elektronik. Perancangan dan implementasi pemanfaatan peralatan teknologi informasi elektronik secara cermat itu dalam upaya untuk menghindari dampak-dampak negatif dari keberadaan peralatan teknologi informasi, seperti komputer di ruangan kantor. Penelitian Carlopio dan Gardner (dalam Bell, dkk., 1996) yang dipublikasikan pada tahun 1992 menemukan dampak-dampak negatif penerapan terminal displei video (*video display terminals*) adalah terdapatnya keluhan-keluhan yang diajukan oleh sebagian karyawan, yaitu kepala pusing, mata lelah, nyeri punggung, dan fatik.

Penerapan penempatan terminal displei video harus dilakukan secara cermat sehingga dapat mereduksi dampak-dampak negatif itu. Dalam hal ini, sorotan cahaya (*glare*) yang menyilaukan dari sumber pencahayaan, seperti lampu dan jendela harus diperhatikan sehingga ketidaknyamanan aktivitas penglihatan dapat dikurangi. Ini berarti penempatan lokasi stasion kerja komputer harus dirancang sedemikian rupa sehingga tidak menyebabkan ketidaknyamanan mata akibat sorotan cahaya yang menyilaukan mata. Penempatan lokasi stasion kerja komputer itu terutama terkait dengan penempatan furnitur yang mampu memfasilitasi gerak dan istirahat dalam melaksanakan suatu tugas perkatoran.

Berdasar keluhan ketidaknyamanan itu maka perancangan stasion kerja komputer selayaknya memperhatikan prinsip-prinsip ergonomi. Ergonomi adalah disiplin yang mempelajari kesesuaian antara karakteristik manusia, termasuk perilaku manusia, dan instrumen kerja untuk tujuan produktivitas dan kesejahteraan manusia. Meskipun ada semacam keharusan untuk menerapkan prinsip-prinsip ergonomi dalam perencanaan dan implementasi stasion kerja komputer, namun banyak organisasi mengabaikan hal itu. Hasil penelitian Turnage (dalam Bell dkk., 1996) yang dipublikasikan pada tahun 1990 menemukan bahwa stres cenderung terjadi karena keberadaan stasion kerja komputer dalam melaksanakan tugas-tugas pekerjaannya. Dampak negatif lain keberadaan komputer di tempat kerja adalah: komputer mengurangi keinginan karyawan untuk

beraktivitas atau bersosialitas karena kerja di depan komputer sering kali menyita waktu dan itu menyebabkan orang harus memonitor proses yang terjadi di depan komputer.

Selain dampak-dampak negatif keberadaan stasiun kerja komputer dalam tugas-tugas perkantoran, banyak karyawan memperoleh dampak positif keberadaan stasiun kerja komputer dalam tugas-tugas perkantoran. Hasil penelitian Carlopio dan Gardner (dalam Bell dkk., 1996) yang dipublikasikan pada tahun 1992 menemukan bahwa karyawan yang bekerja dengan komputer cenderung lebih merasa puas dalam bekerja dibanding karyawan yang bekerja tidak dengan komputer. Hal itu terjadi karena alasan hubungan pekerjaan dengan komputer dan simbol status atau alasan efisiensi penyelesaian pekerjaan dengan bantuan fasilitas komputer.

#### Perancangan Tata Susun Ruang Perkantoran Rancangan Terbuka

Dalam perkantoran tradisional, biasanya manajer atau eksekutif dan memiliki ruang tersendiri, sedang para karyawan berada dalam ruang kerja bersama. Jenis rancangan perkantoran semacam itu sampai sekarang masih digunakan, namun demikian terdapat alternatif jenis rancangan ruang perkantoran dalam suatu area yang lebih luas. Alternatif jenis rancangan ruang perkantoran itu disebut ruang perkantoran rancangan terbuka (*open plan*).

Dalam ruang terbuka manajer atau eksekutif dan banyak karyawan berada dalam satu ruang besar. Keuntungan dari keberadaan secara bersama antara manajer dan karyawan dalam rancangan ruang perkantoran rancangan terbuka adalah sebagai berikut:

- Memudahkan aliran kerja antara manajer dan karyawan.
- Memudahkan komunikasi yang bersifat partisipatif, terutama dalam pengambilan keputusan organisasi.
- Efisiensi pendanaan karena mengurangi pembiayaan terkait pembangunan dinding penyekat dan pencahayaan.
- Efisiensi pemeliharaan karena dalam satu ruangan pemeliharaan kebersihan atau pencatan ulang dapat dilakukan dalam satu kali.
- Penataulangan posisi tempat duduk dapat dilakukan setiap

kali diperlukan, misalnya untuk tugas-tugas baru.

- Disebabkan karena tidak ada dinding yang bersifat tetap maka memudahkan supervisi manajer kepada para karyawan.
- Memudahkan fasilitas sosial pada saat para karyawan melaksanakan suatu tugas pekerjaan.

Selain keuntungan-keuntungan, ruang perkantoran rancangan terbuka juga memiliki kelemahan-kelemahan. Kelemahan-kelemahan ruang perkantoran rancangan terbuka adalah sebagai berikut:

- Peningkatan kebisingan. Dalam ruang terbuka, karena tidak terdapat dinding pembatas, maka suara bising yang muncul dari peralatan kantor tidak dapat dihindarkan (mesin komputer, foto copy, telepon).
- Peningkatan distraksi karena aktivitas-aktivitas perkantoran yang terdengar atau terlihat karyawan lain terjadi karena tidak ada sekat pembatas. Oleh karena itu diperlukan sekat-sekat pembatas portabel bukan dinding di sekitar setiap stasion kerja para karyawan.
- Berkurangnya privasi. Dalam ruang terbuka, komunikasi pribadi antar karyawan dan antara manajer dan karyawan cenderung sulit dijaga kerahasiaannya.

Berdasar pada keuntungan-keuntungan dan kelemahan-kelemahan ruang perkantoran rancangan terbuka maka pemilihan rancangan ruang perkantoran rancangan tradisional dan terbuka lebih didasarkan pada tujuan-tujuan kinerja yang ingin dicapai oleh suatu organisasi kerja.

## **TERAPAN PSIKOLOGI LINGKUNGAN DI LINGKUNGAN KERJA**

### **Kantor**

Kantor (office) dapat dilihat sebagai tempat kerja paling dominan sejak abad 20. Dominasi tersebut dapat dilihat dari jumlah angkatan kerja di seluruh dunia yang bekerja di ruang kantor. Dalam hal ini psikologi lingkungan dapat memberikan deskripsi dan solusi terkait dengan keberadaan lingkungan kantor dan perilaku penghuninya.



Salah satu fenomena yang dapat dianalisis terkait keberadaan ruang kantor dan perilaku penghuninya atau karyawan. Keputusan tentang ukuran dan susunan dalam ruang kantor adalah sesuatu yang penting dalam membuat desain sebuah ruang kantor. Pengambilan keputusan tersebut memiliki dimensi fungsional, keuangan, gaya, dan praktis. Perencanaan sebuah kantor pertama-tama dititikberatkan pada keputusan tentang ruang. Keputusan tentang ruang memberi pengaruh terhadap persepsi tentang ruang pribadi, privasi, persepsi kesesakan (*crowding*), dan teritori (Veitch, 2012).

Salah satu karakteristik lingkungan yang dapat membantu perilaku kerja yang optimum adalah jenis atau tipe ruang juga dikaji oleh para pakar psikologi lingkungan. Seperti telah diuraikan sebelumnya, salah satu tipe kantor yang menjadi kajian psikologi lingkungan adalah tipe kantor open plan (tipe kantor terbuka atau tanpa sekat). Tipe kantor ini ditunjukkan dengan keberadaan sebuah ruang yang besar terdapat meja kursi karyawan yang minim atau tanpa sekat yang bersifat visual. Salah satu alasan utama diterapkannya desain open plan ini adalah alasan ekonomi karena dengan penerapan desain ini maka dapat dilakukan penghematan ruang dan kemudahan untuk dilakukan pengaturan kembali apabila diperlukan. Alasan lain diterapkannya desain open plan adalah memaksimalkan interaksi sosial. Dalam hal ini dengan mereduksi batas antar individu karyawan maka itu dapat menyebabkan peningkatan dalam interaksi interpersonal dan komunikasi interpersonal maupun sosial. Peningkatan dalam interaksi interpersonal dan komunikasi interpersonal maupun sosial pada akhirnya dapat pula meningkatkan kerja kelompok (*team work*), kerja sama antar individu, dan pemecahan masalah secara kreatif. Tipe open plan ini menjadi sangat populer pada dekade sejak tahun 1970an di Amerika Serikat dan banyak pula diterapkan di Indonesia sejak dekade tahun 1980an.

Selain kelebihan-kelebihan yang dimiliki oleh tipe open plan ini terdapat pula masalah-masalah yang muncul. Salah satu masalah yang muncul terkait tipe open plan ini adalah adanya pembatasan terhadap privasi karyawan dan peningkatan kebisingan (*noise*), dan gangguan-gangguan lain yang menyebabkan ketidaknyamanan.

Brennan dkk tahun 2002 (dalam Veitch, 2012) melakukan penelitian tentang fenomena perpindahan karyawan dari daerah pusat kota yang menempati kantor dengan tipe tertutup (*enclose office*) ke wilayah suburban atau pinggiran yang menempati kantor dengan tipe *open plan*. Hasil penelitian longitudinal tersebut menunjukkan bahwa karyawan mengalami pembatasan privasi, penurunan rasa aman, dan stres secara fisik.

### **Privasi**

Privasi adalah fenomena psikologi lingkungan yang sangat penting bagi karyawan dalam berperilaku kerja di kantor. Hasil penelitian Brill dkk. (dalam Veitch, 2012) mengemukakan bahwa karyawan menyatakan privasi yang bersifat akustik dan visual adalah elemen-elemen yang paling penting dalam desain ruang kerja. Salah satu strategi untuk memperoleh privasi yang bersifat akustik dan visual adalah pembuatan panel yang lebih tinggi antar kubik. Tinggi panel tersebut adalah dalam kisaran 140 cm samapai dengan 165 cm. Semakin tinggi panel maka itu akan mampu meningkatkan persepsi privasi di antara para karyawan.

Kebisingan di tempat kerja *open plan* dalam ruang kubik memiliki potensi kebisingan yang menyebabkan pembatasan privasi akustik. Rendahnya privasi akustik memungkinkan adanya potensi lebih besar bagi terjadinya distraksi di antara para karyawan. Distraksi akibat privasi akustik pada kesempatan berikutnya dapat menyebabkan terjadinya penurunan kepuasan kerja.

### **Komunikasi dan Kerja Sama**

Reduksi pembatas antar ruang kerja dapat menciptakan budaya komunikasi yang bersifat terbuka. Selain itu, reduksi pembatas antar ruang kerja dapat pula melancarkan peredaran informasi antar karyawan dan dengan pihak manajer. Namun demikian, kebijakan reduksi pembatas antar ruang perlu mempertimbangkan keseimbangan antara kesempatan untuk melakukan aktivitas komunikasi dan berkonsentrasi saat bekerja secara di antara karyawan, unit kerja, dan jenis aktivitas yang dilakukan.

Heerwagen dkk. tahun 2004 (dalam Veitch, 2012) mengemukakan kerja sama dalam ruang kerja memiliki 3 dimensi sosial. 3 dimensi sosial tersebut adalah dimensi pemahaman, dimensi interaksi singkat, dan kolaborasi. Dimensi pemahaman terkait dengan pengetahuan seseorang tentang sesuatu yang terjadi di sekelilingnya. Pemahaman adalah sesuatu yang penting dalam organisasi yang memiliki tekanan waktu dan kebutuhan koordinasi yang tinggi antar individu. Dimensi interaksi adalah pertukaran singkat atau hubungan interpersonal. Interaksi sosial yang memiliki manfaat dilihat dari akses sosial. Ini terjadi karena orang cenderung berinteraksi dengan orang yang dapat mereka lihat dan orang yang secara geografis dekat. Dengan demikian desain dan tata letak kantor yang menempatkan kelompok-kelompok dalam kedekatan yang erat. Dimensi kolaborasi yang terjadi selama beberapa menit atau beberapa jam. Kolaborasi memiliki bervariasi interaksi seperti juga terkait dengan waktu yang telah dihabiskan. Bervariasi bentuk desain terbuka untuk proyek atau kerja kelompok dapat memfasilitasi komunikasi antar anggota kelompok dan koordinasi semacam ini dapat menghemat waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas.

### **Kepadatan**

Ruang personal (*personal space*) berhubungan dengan regulasi interaksi interpersonal dan interaksi sosial manusia. Kebutuhan untuk meregulasi atau mengatur interaksi sosial antar individu juga merupakan fungsi kepadatan (*density*) dari hubungan yang mungkin terjadi.

Para ahli membuat klasifikasi jenis kepadatan. Jenis kepadatan itu adalah kepadatan sosial dan kepadatan spasial. Dalam hal ini kepadatan sosial yang tinggi maupun kepadatan sosial yang rendah dapat meningkatkan terjadinya persepsi kesesakan (*crowding*) yang dapat menjadi stresor. Dalam ekstrim yang lain, kepadatan sosial dan kepadatan spasial yang rendah dapat menyebabkan munculnya fenomena isolasi. Ini berarti kepadatan pada tingkat menengah disarankan dalam suatu ruangan kantor agar karyawan dapat meningkatkan kepuasan lingkungan. Veitch (2012) menjelaskan tempat kerja yang berukuran lebih kecil dari 4,5 meter persegi meningkatkan resiko ketidakpuasan terkait privasi dan pencahayaan.

## **Teritori**

Teritori adalah proses yang menunjukkan individu-individu memberi tanda ruang sebagai milik seseorang atau kelompok dengan tujuan untuk melindungi kepemilikan dan meregulasi atau mengatur interaksi sosial yang diinginkan. Teritori di ruang kantor biasanya difokuskan pada personalisasi yang menunjukkan tanda sebuah teritori. Sebagian besar orang meyakini bahwa dengan meletakkan item-item tertentu sebagai teritori seseorang maka itu dapat menunjukkan perilaku personalisasi. Tanda teritori semacam itu menunjukkan status seseorang dalam sebuah organisasi. Dalam hal ini semakin tinggi status atau posisi seorang dalam sebuah organisasi maka personalisasi itu menjadi lebih jelas. Semakin jelas kebijaksanaan organisasi terkait personalisasi sebuah teritori maka itu akan berpengaruh terhadap kepuasan kerja dan kebahagiaan karyawan dalam organisasi.

## **Atensi dan Distraksi**

Pengetahuan individu tentang kerja menempati kedudukan yang penting dalam organisasi. Sebagian besar aktivitas dalam organisasi dilakukan secara individual. Dalam aktivitas tersebut, stimulus audio dan visual yang berasal dari orang lain dan instrumentasi sering dapat memberi gangguan pada konsentrasi. Suara-suara yang tidak diinginkan dapat mengganggu kinerja kognitif. Level suara yang masih dapat ditoleransi adalah antara 48 desibel sampai dengan 80 desibel.

Suara yang terjadi secara berulang cenderung dirasakan kurang mengganggu ketimbang suara yang mengalami perubahan dalam nada dan tempo secara tidak terduga. Keadaan suara yang berubah-ubah memberi stimulus terhadap atensi dan pada kesempatan berikutnya menyebabkan distraksi atau gangguan pada pemrosesan informasi kognitif terkait dengan tugas yang sedang dikerjakan. Namun demikian, ternyata bukan hanya kinerja kognitif yang terpengaruh oleh distraksi, tapi dimensi afektif juga terpengaruh dan bahkan penurunan kepuasan akustik.

Pencahayaan ruang. Ruang kerja perlu memberi dukungan terhadap fungsi-fungsi visual. Pencahayaan dapat berasal dari berbagai sumber, seperti: sumber daya kelistrikan atau cahaya

matahari (McCoi, 2006). Lingkungan kerja yang baik adalah fungsi dari kombinasi sumber-sumber cahaya, lokasi dan kontrol, dan permukaan ruang dan objek yang berkesesuaian dengan kebutuhan kebutuhan fungsional, kognitif, dan emosi penghuni ruang kantor. Kombinasi ini juga diseimbangkan dengan karakteristik arsitektural suatu ruang dan kendala lingkungan dan energi sesuai konteks.

Dalam kantor, pencahayaan disesuaikan dengan keadaan lingkungan ruang dan tugas-tugas yang akan dikerjakan. Pencahayaan untuk ruang kantor yang direkomendasikan adalah di bawah 300 – 500 lx. Distribusi pencahayaan yang tepat akan membantu meningkatkan kepuasan kerja dan kepuasan kerja karyawan.

Dalam upaya mencapai tingkat pencahayaan yang tinggi sekaligus penghematan konsumsi energi adalah peningkatan pemanfaatan cahaya matahari seoptimum mungkin. Dalam upaya mengoptimalkan pencahayaan yang berasal dari sinar matahari maka desain jendela perlu diatur sedemikian rupa sehingga cahaya bisa masuk dan membuat penghuni merasa nyaman.

## **Udara**

Kualitas udara yang perlu diperhatikan dalam ruang kerja. Dalam hal ini agar ada peredaran udara yang baik maka ruang kerja perlu memiliki ventilasi yang cukup. Ventilasi berguna untuk memberi udara luar ruangan yang cukup untuk mereduksi polutan-polutan, termasuk gas karbondiosida yang berasal dari penghuni. Di negara dengan empat musim, seperti Amerika Serikat dan Australia, pada saat musim dingin dipasang peralatan pemanas dan di musim dingin dipasang peralatan penyejuk (*air conditioning*). Penjagaan kondisi udara yang nyaman memiliki tujuan agar penghuni dapat merasa nyaman dalam berperilaku saat bekerja, menjaga kesehatan, dan penghematan energi (Veitch, 2012).

Kenyamanan suhu sangat bergantung pada faktor-faktor sebagai berikut:

- Tipe tugas
- Jenis busana
- Lama waktu di tempat kerja
- Kondisi kesehatan karyawan

Kualitas udara dapat memberi pengaruh terhadap kesehatan pada penghuni gedung. Gedung yang berada di dekat jalan besar akan akan banyak memperoleh polusi udara beracun. Kualitas udara yang buruk dapat menyebabkan munculnya simtom-simtom sindrom gedung sakit (*sick building syndrome*). Simtom-simtom itu antara lain adalah sebagai berikut:

- Kelelahan
- Mata gatal
- Batuk
- Sakit punggung.

Simtom-simtom tersebut memberi pengaruh terhadap peningkatan stres psikologis di tempat kerja yang pada kesempatan berikutnya berdampak terhadap kepuasan kerja dan kinerja selama beraktivitas kerja.

## **Suara**

Bising adalah suara suara yang secara subjektif tidak diinginkan. Bising di tempat kerja antara lain adalah sebagai berikut:

- Suara orang lain
- Suara musik
- Suara dari sistem mekanik gedung
- Suara dari jalan yang masuk ke dalam ruang kerja.

Karena esensi bising bersifat subjektif, suara yang ada yang dirasakan menyenangkan dan ada suara yang dirasakan mengganggu. Perbedaan subjektif ini sangat bergantung pada psikologi individu dan situasi yang ada. Suara di kantor sebagai ruang kerja sangat penting dan memberi pengaruh yang signifikan terhadap kinerja dan kepuasan kerja karyawan. Suara yang tidak dapat dikontrol oleh karyawan memiliki efek distraksi sebagai stresor yang mempengaruhi kinerja dan kebahagiaan karyawan.

## **KESIMPULAN**

Lingkungan kerja dapat memberi pengaruh yang signifikan terhadap kondisi kesehatan fisik karyawan, maupun kondisi kesehatan psikologis karyawan. Kondisi-kondisi itu akhirnya dapat memberi pengaruh pada kepuasan kerja karyawan dan produktivitas karyawan. Desain lingkungan suatu tempat kerja harus memperhatikan standar lingkungan yang memenuhi syarat untuk memfasilitasi perilaku bekerja, seperti standar pencahayaan, standar suara, dan standar ventilasi yang memadai. Prinsip aliran kerja (*workflow*) harus memperhatikan prinsip efisiensi. Analisis psikologi lingkungan juga dapat dilakukan pada pemanfaatan peralatan teknologi informasi yang bersifat elektronik juga dilakukan dalam berbagai aktivitas di kantor. Pemilihan rancangan ruang perkantoran rancangan tradisional dan terbuka lebih didasarkan pada tujuan-tujuan kinerja yang ingin dicapai oleh suatu organisasi kerja.







# X

## LINGKUNGAN ALAM DAN KESEHATAN

---

### PENDAHULUAN

Terdapat suatu asumsi yang secara akal sehat diterima terkait keberadaan lingkungan alam yang dapat membantu peningkatan kesehatan dan kesejahteraan. WHO tahun 1948 mengemukakan kesehatan adalah keadaan sejahtera fisik, mental, dan sosial dan tidak hanya ketiadaan penyakit. Asumsi itu didukung oleh penelitian van den Berg tahun 2012 (dalam van den Berg dkk., 2019) yang menemukan bahwa para subjek penelitian setuju dengan pernyataan yang menyatakan bahwa kunjungan ke lingkungan alam memberi perasaan sehat.

Berdasar asumsi seperti itu maka kemudian tidak heran banyak penelitian empiris tentang kontribusi alam (lingkungan alam) terhadap kesehatan dan kebahagiaan manusia. Dalam hal ini para ilmuwan psikologi lingkungan mulai melakukan studi empiris tentang hubungan antara lingkungan alam dan kesehatan. Selain bidang psikologi kesehatan, bidang psikologi lain yang terkait dengan studi tentang hubungan lingkungan dan kesehatan tentu saja adalah psikologi lingkungan. Psikologi lingkungan adalah bidang psikologi yang mempelajari proses psikologis dan behavioral tentang kesehatan, sakit, dan perawatan kesehatan.

### HUBUNGAN LINGKUNGAN ALAM DAN KESEHATAN

#### Kesehatan

Menurut badan dunia PBB, WHO, pada tahun 1948, kesehatan adalah keadaan sejahtera secara fisik, mental, dan sosial. Dari

definisi tersebut berarti sehat sebagai keadaan sejahtera tidak hanya karena ketidakhadiran penyakit (van den Berg dkk., 2019). Bersifat melengkapi definisi WHO tersebut maka kemudian dilengkapi definisi yang diberikan oleh Huber (dalam van den Berg dkk., 2019). Huber mengemukakan kesehatan adalah kemampuan beradaptasi dan pengelolaan mandiri dalam menghadapi tantangan emosi, fisik, dan sosial. Definisi Huber ini dianggap menggambarkan kesehatan dari sisi yang bersifat dinamis, realistis, dan positif. Dalam masyarakat religius maka definisi kesehatan seperti itu kemudian dapat dikembangkan sebagai berikut: sehat adalah kemampuan adaptasi dan pengelolaan mandiri dalam menghadapi tantangan emosi, fisik, sosial, dan spiritual.

Apabila definisi Huber tersebut kemudian diterapkan ke dalam status sehat seseorang atau kelompok maka status sehat tersebut dapat diukur melalui indikator-indikator kesehatan. Indikator-indikator kesehatan tersebut dapat diklasifikasikan ke dalam indikator-indikator kesehatan klinis dan indikator-indikator kesehatan publik. Indikator-indikator kesehatan klinis adalah pengukuran objektif dan subjektif terkait keberfungsian pasien, seperti keparahan simptom, mortalitas, penggunaan obat, ketidaknyamanan, dan kepuasan pasien. Indikator-indikator kesehatan publik menunjukkan indikasi status kesehatan populasi. Status kesehatan populasi meliputi indikator: pengukuran berdasar statistik kelahiran dan kematian.

## **Alam**

Alam adalah suatu istilah yang menunjukkan kategori luas lingkungan alamiah dan karakteristik lingkungan alamiah tersebut, seperti tanaman atau pohon. Istilah alam secara umum dapat didefinisikan untuk melingkupi setiap jenis lingkungan, tempat, atau seting di mana vegetasi dan unsur-unsur lingkungan yang lain (seperti air atau udara) secara dominan ada. Pengukuran tentang keberadaan, jumlah, dan kualitas ruang hijau di suatu area tertentu secara umum mengacu pada indikator-indikator ruang hijau. Untuk dapat mengungkap indikator-indikator ruang hijau tersebut maka dapat dilakukan asesmen melalui cara objektif dan subjektif

Indikator-indikator ruang hijau yang bersifat objektif antara lain adalah sebagai berikut:

- prosentase sebuah area yang terdapat di dalamnya vegetasi (tumbuhan atau air yang dapat dikalkulasi dari peta),
- foto
- basis data tanah
- observasi situs secara sistematis.

Indikator-indikator subjektif dapat diperoleh melalui deskripsi yang telah diuraikan oleh subjek secara subjektif tentang kuantitas dan kualitas ruang hijau di suatu lingkungan.

### **Manfaat Alam untuk Kesehatan**

Penelitian Robert Ulrich dkk. tahun 1984 (dalam van den Berg dkk., 2019) menyimpulkan bahwa keterpaparan di lingkungan alam ternyata dapat membantu peningkatan kesehatan mental manusia. Ini berarti apabila manusia ingin menjaga kesehatan mental dengan baik maka mereka harus selalu hidup secara harmonis bersama lingkungan alam yang ada di sekelilingnya.

Hasil kajian psikologi lingkungan menunjukkan adanya hubungan erat antara ruang hijau dan kesehatan publik. Penelitian De Vries dkk. 2003 di negara Belanda (Netherland) menemukan suatu fakta bahwa penghuni di lingkungan perumahan yang memiliki ruang hijau dengan luas 1 km persegi atau 3 km persegi memiliki kesehatan umum dan kesehatan mental yang lebih baik dibanding penghuni perumahan yang memiliki luas ruang hijau yang lebih sedikit. Selain itu, mereka mereka yang tinggal di perumahan dengan prosentase ruang hijau lebih tinggi jarang menyatakan keluhan-keluhan tentang kesehatan.

### **Mekanisme yang menghubungkan alam dan kesehatan**

Mekanisme yang menunjukkan hubungan antara alam dan kesehatan dapat dijelaskan melalui keberadaan kualitas udara, aktivitas fisik, kohesi sosial, dan reduksi stres.

- Kualitas udara

Tanaman dan pohon diketahui memiliki kemampuan untuk menghancurkan polutan dari udara sekaligus mereduksi panas. Tanaman dan pohon mampu melakukan itu melalui penyediaan

dengan memberikan keteduhan dan meningkatkan tingkat kelembapan.

- **Aktivitas fisik**

Untuk populasi anak dan orang tua ada hubungan positif antara aktivitas fisik dan keberadaan ruang hijau. Penelitian Wilson tahun 1962 menemukan bahwa ketika anak bermain di lingkungan alam maka mereka cenderung memilih tipe bermain yang bersifat kreatif dan eksploratif. Permainan seperti itu akan sangat kondusif bagi perkembangan kognitif, afektif, dan psikomotorik anak.

- **Kohesi sosial**

Manusia sebagai makhluk sosial membutuhkan interaksi sosial dengan orang lain. Dalam hal ini lingkungan akan dapat membantu interaksi sosial antar individu dalam masyarakat. Penelitian De Vries dkk. tahun 2012 (dalam van den Berg dkk., 2019) menunjukkan bahwa ruang-ruang hijau, seperti taman di kompleks perumahan dapat meningkatkan kontak sosial dan kohesiantarwarga perumahan melalui penyediaan tempat-tempat yang menarik untuk pertemuan dan bersosialisasi. Penelitian van den Berg tahun 2010 (dalam van den Berg dkk., 2019) bahkan menemukan bahwa keberadaan taman dapat membantu mereduksi perasaan kesepian dalam diri warga perumahan. Taman-taman semacam itu perlu secara teratur dipelihara agar mampu mereduksi perasaan tidak nyaman warga.

- **Reduksi Stres**

Alam dan ruang hijau sangat berguna untuk mereduksi stres. Pada umumnya orang yang memiliki pengalaman berada di lingkungan alam dan ruang hijau mampu merasakan lebih rileks, mengurangi tekanan fisik, dan mengurangi tekanan mental. Penelitian Collado tahun 2017 (dalam van den Berg dkk., 2019) menemukan lingkungan alam memiliki kemampuan meningkatkan restorasi lebih cepat dan lebih komprehensif simtom-simtom stres mental dan fisik dibanding lingkungan yang bersifat buatan.

## **PENILAIAN DAN PERANCANGAN LINGKUNGAN BUATAN UNTUK PROMOSI KESEJAHTERAAN DAN PERILAKU SEHAT**

Lingkungan buatan diharapkan dapat membantu kesejahteraan dan perilaku sehat manusia. Dalam hal ini pembangunan suatu lingkungan perlu memahami tujuan kesejahteraan dan perilaku sehat manusia. Pada bagian ini dideskripsikan tentang cara orang melakukan penilaian (*appraisal*) dan perancangan lingkungan yang memperhatikan tujuan kesejahteraan dan perilaku sehat para penghuninya.

### **Penilaian Estetis terhadap Arsitektur**

Ahli psikologi lingkungan berusaha untuk menemukan perbedaan individual dan perbedaan rancangan atau desain yang digunakan untuk memberikan penilaian variasi dan persamaan terkait penilaian lingkungan sehingga mereka dapat memberi sumbangan dalam perancangan lingkungan perumahan, gedung, dan kota (Gifford & McCunn, 2019). Pada bagian ini dideskripsikan keseragaman dalam penilaian seting bangunan berdasar pada kualitas fisik. Selanjutnya dideskripsikan variasi penilaian yang dihubungkan dengan perbedaan karakteristik personal seseorang.

Para ahli psikologi lingkungan menghabiskan banyak waktu untuk melakukan identifikasi kualitas lingkungan buatan yang menghasilkan penilaian yang konsisten di antara para pengamat suatu lingkungan buatan. Salah satu atribut adalah eksterior bangunan atau fasad (*facade*). Fasad adalah sisi luar sebuah bangunan. Sisi luar itu umumnya adalah bagian depan, namun itu juga bisa menjadi bagian samping dan bagian belakang. Sebagian besar menyukai fasad yg mengekspresikan masa lalu atau bersifat historis. Selain itu banyak orang juga menyukai fasad yang memiliki permukaan yang memiliki detail, memiliki dekorasi, berkarakter ceria, dan berkarakter 3 dimensi yang terlihat menyajikan kesan keteduhan dan menstimulus sentuhan dan eksplorasi (van den Berg, 2019).

3 jenis kualitas abstrak dan estetis yang dapat menyebabkan penilaian khusus adalah sebagai berikut:

- Kualitas formal. Kualitas formal meliputi konsep-konsep yang bersifat abstrak seperti kompleksitas, keteraturan, dan kaya.

- Kualitas simbolis. kualitas simbolis terekspresi melalui gaya desain seperti art deco atau postmodern.
- Kualitas skematik. kualitas skematik mengacu pada desain kekhususan pada kategori fungsional, seperti rumah makan atau rumah belanja.

Kombinasi 3 kualitas akan menghasilkan hasil penilaian yang berbeda. Contoh: gedung dengan gaya desain yang familier yang menunjukkan keteraturan dan kompleksitas yang menengah (moderat) sering dievaluasi sebagai “nyaman”, sedang gedung dengan gaya yang kompleks dan tidak familier sering kali dinilai sebagai “menarik”. Hubungan antara kompleksitas dan preferensi ada dalam bentuk U terbalik, yaitu gedung dengan tingkat kompleksitas menengah, cenderung disukai oleh orang-orang yang menyukai kompleksitas tinggi dan rendah. Ini berbeda dengan alam di mana semakin kompleks yang dihubungkan dengan preferensi yang lebih besar untuk gaya desain, baik arsitek maupun orang awam menilai gedung dengan gaya tudor (gedung rumah dengan atap bercorak dalam dan berdekorasi kayu) dan gaya pertanian sebagai yang paling diinginkan.

Gedung dengan gaya mediteranian dan gudang garam (rumah kayu dengan atap miring adalah yang paling tidak disukai, gaya pertanian adalah yang paling familier. Gaya Tudor dan kolonial adalah gaya dengan status paling tinggi, dan gaya gudang garam dan mediterian adalah gaya dengan status paling rendah (Nasar, 1989 dalam van den Berg, 2019). Demikian, terkadang preferensi gaya gedung bagi seorang arsitek dan orang awam dapat bersatu dengan baik.

Pengaruh keunikan dalam penilaian atau evaluasi estetis struktur bangunan bergantung pada keinginan seseorang tentang struktur. Persepsi tentang keunikan mempengaruhi preferensi secara positif tapi semakin unik akan semakin meningkatkan preferensi terhadap tempat yang telah diinginkan seperti lanskap pastoral berumput hijau, dan mereduksi preferensi tempat yang tidak diinginkan, seperti gang-gang di daerah perkotaan.

## **Perbedaan Pengamat**

Selain keberagaman, penilaian juga memungkinkan terjadi keberagaman atau variasi dari orang per orang. Contoh keadaan semacam itu adalah: Sebagian orang menyukai gedung-gedung yang bercorak tradisional, sedang sebagian yang lain menyukai lingkungan jalanan yang ramai. Secara umum perbedaan individual terkait tujuan, intensi, pengetahuan, suasana hati, budaya, dan pengalaman hidup yang berinteraksi dengan karakteristik fisik sebuah seting gedung untuk menentukan penilaian seting. Terkadang konteks negatif di sekitar lingkungan dapat menurunkan tingkat kenyamanan lingkungan sekitar, sedangkan di waktu yang lain konteks keruangan negatif dapat memperkuat penilaian terhadap kenyamanan suatu tempat yang lebih jauh.

Tingkat pendidikan dan tingkat penghasilan juga mempengaruhi kesimpulan seseorang tentang gaya arsitektural. Contoh dari fenomena semacam itu adalah: semakin terjadi peningkatan tingkat pendidikan dan berpenghasilan, preferensi terhadap rumah bergaya kolonial menjadi turun dan preferensi rumah bergaya kontemporer menjadi mengalami peningkatan (Nasar 1989 dalam van den Berg, 2019).

Pelatihan dan pekerjaan juga mempengaruhi penilaian lingkungan. Contoh: arsitek tersosialisasi selama proses pendidikan untuk memiliki preferensi terhadap desain tertentu dibanding desain yang lain dan menggunakan skema tertentu untuk menilai sebuah bangunan. Dalam hal ini, ini mungkin terjadi mengapa arsitek sering kali tidak mampu untuk memprediksi apa yang diinginkan oleh non arsitek yang bertemu dalam suatu struktur. Umumnya arsitek cenderung untuk memiliki preferensi sendiri tentang bentuk-bentuk gaya rumah yang konvensional. Arsitek dan non arsitek memiliki perbedaan dalam preferensi terkait fasad gedung.

Perbedaan peran yang lain juga memberi pengaruh terhadap preferensi terkait desain atau organisasi suatu gedung. Sebagai contoh, apabila administrator rumah perawatan, desainer, dan residen ditunjukkan dengan pilihan-pilihan, desainer rumah perawatan dan administrator menyukai rencana yang mendukung interaksi sosial untuk residen, sedang residen lebih memilih untuk memberi privasi paling baik.

## **Makna Arsitektur**

Ahli psikologi lingkungan berusaha untuk mengetahui perbedaan penandaan bagaimana seseorang mengevaluasi suatu seting lingkungan. Arsitek dan non arsitek berbeda dalam menilai suatu lingkungan karena mereka memiliki perbedaan pemberian makna arsitektural, yaitu apa macam asosiasi dari kehidupan seseorang dengan gambaran visual suatu bangunan yang membangkitkan peristiwa historis, gaya, preferensi, dan relasi kekuasaan. Contoh perbedaan pemaknaan tersebut adalah sebagai berikut:

Seorang arsitek memilah bangunan modern dan postmodern berdasar kualitas, desain, gaya, bentuk, dan kemungkinan signifikansi historisnya, sedangkan seorang non arsitek memaknai suatu bangunan berdasar preferensi dan jenisnya (rumah tinggal, kantor, atau griya belanja). Seorang non arsitek tidak mengenal perbedaan bangunan atau gedung modern atau postmodern seperti halnya seorang arsitek yang memiliki pengetahuan itu.

Tujuan arsitek dalam mendesain suatu gedung yang mengkomunikasikan makna terkait kekhasan, fungsi (museum harus sesuai dengan fungsi kemusiuman atau sekolah harus sesuai dengan fungsi kesekolahannya). Secara umum seting dengan gedung dengan makna identitas yang bervariasi sering tidak disukai, sedang seting gedung dengan makna dan penggunaan yang jelas (1 makna) lebih disukai.

## **Pendekatan Desain 3 Gedung yang Meningkatkan Kebahagiaan dan Perilaku Sehat**

3 pendekatan desain gedung yang diharapkan dapat meningkatkan kebahagiaan dan perilaku sehat adalah desain sosial, desain biofilik, dan desain berbasis eviden.

### **- Desain sosial.**

Desain sosial adalah pembuatan desain gedung dengan tujuan untuk memenuhi secara optimal kebutuhan dan keinginan manusia. Dalam masyarakat industri modern terdapat kesenjangan antara desain gedung dan pengguna gedung. Sering kali, arsitek tidak berdiskusi rencana proyek gedung mereka



dengan orang-orang yang akan menjadi penggunaanya kecuali apabila mereka membangun rumah tinggal pribadi. Mereka hanya melakukan komunikasi dengan dewan direktur, pemilik gedung, atau manajer fasilitas yang mereka ironisnya sering kali tidak beraktivitas di dalam gedung tersebut setelah selesai dibangun.

Kesenjangan tersebut tidak berarti kebutuhan-kebutuhan perilaku khusus pengguna gedung tidak selalu dipenuhi dalam desain gedung dan rasional keputusan arsitek tidak menjelaskan kepada sebagian besar pengguna gedung. Desain sosial berupaya menjembatani kesenjangan yang terjadi antara desainer gedung dan pengguna gedung. Pendekatan desain sosial ini memiliki perbedaan dari desain formal tradisional karena desain ini tidak dalam dalam skala besar, korporat, dan pendekatan biaya tinggi. Fokus desain sosial lebih pada skala kecil, orientasi kemanusiaan, dan pendekatan demokratis. Informasi tentang calon penghuni suatu gedung, pemaknaan gedung, dan konteks lokal dimanfaatkan untuk membantu memastikan desain yang akan mampu menguatkan kebahagiaan dan perilaku yang meningkatkan kesehatan.

Desainer gedung berpendekatan sosial melakukan penelitian terhadap sikap dan perilaku calon penghuni. Mereka dapat melakukan penelitian melalui wawancara dan survei terhadap ekspektasi dan kebutuhan calon pengguna tentang berbagai area dari sebuah gedung. Pendekatan yang berbasis pada ekspektasi dan harapan pada calon pengguna ini dapat dikatakan berhasil karena melibatkan partisipasi calon pengguna. Partisipasi calon pengguna tersebut melibatkan kerja sama ahli psikologi (khususnya psikologi lingkungan dan psikologi ergonomi), arsitek, sosiologi, antropologi, dan berbagai pakar bidang-bidang lain yang relevan. Kerja sama ahli psikologi lingkungan dan arsitek dapat dilihat sebagai usaha untuk mengintegrasikan prinsip kemudahan layanan perilaku dalam suatu ruang tertentu dan aspek estetis atau aspek keindahan.

### - **Desain Biofilik**

Sejak zaman pra-sejarah sampai zaman milenium ini manusia memiliki karakteristik yang disebut dengan biofilia. Biofilia adalah tendensi asli atau tendensi bawaan untuk berafiliasi dengan alam dan unsur-unsur alam. Apabila tendensi biofilia ini diintegrasikan ke dalam desain sebuah gedung maka diharapkan penghuni gedung dapat merasakan pengalaman positif dan restoratif selama tinggal di gedung tersebut.

Ini berarti desain semacam ini yang disebut dengan istilah desain biofilik adalah menekankan keterwakilan alam ke dalam fasad dan interior, ventilasi natural, dan pencahayaan alamiah. Penekanan keterwakilan alam tersebut diharapkan dapat meningkatkan kesehatan dan kebahagiaan penghuninya.

### - **Desain berbasis evidensi**

Pendekatan desain berbasis evidensi mengemukakan bahwa semua gedung baru yang dibangun perlu diinformasikan dengan bukti-bukti yang akurat terkait dengan efektifitas desain bagi para penghuni. Pendekatan ini mengemukakan bahwa pembuatan desain yang hanya melalui pendekatan intuisi, teori, atau estetika akan menghasilkan gedung yang tidak dapat ditempati secara optimum. Dalam hal ini mereka mengemukakan bahwa pembuatan desain berdasar hasil penelitian akan menghasilkan gedung yang dapat ditempati secara optimum. Gifford & McCunn (2019) mengemukakan bahwa para ahli psikologi lingkungan menemukan ada dampak positif berupa kebahagiaan dan fungsi perilaku yang optimum pada diri para pengguna terhadap karakteristik desain bangunan sebagai hasil dari evidensi penelitian. Karakteristik itu antara lain adalah: reduksi bising, penguatan pencahayaan, ventilasi udara yang memadai, saluran pembuangan yang baik, tempat beraktivitas yang mendukung, desain yang memenuhi syarat ergonomis, penyediaan kontrol personal, dan penyempurnaan tata letak.

## **KESIMPULAN**

Beberapa kesimpulan terkait kajian psikologi lingkungan tentang hubungan antara lingkungan dan kesehatan adalah sebagai berikut:

- Keberadaan lingkungan alam yang dapat membantu peningkatan kesehatan dan kesejahteraan.
- Keterpaparan di lingkungan alam dapat membantu peningkatan kesehatan mental manusia.
- Lingkungan buatan diharapkan dapat membantu kesejahteraan dan perilaku sehat manusia. Ini berarti pembangunan suatu lingkungan perlu memahami tujuan kesejahteraan dan perilaku sehat manusia.



# XI

## KELEKATAN TEMPAT

### PENDAHULUAN

Dalam kehidupan interpersonal atau kehidupan sosial, individu dapat membangun hubungan keterikatan emosional (*emotional bond*) dengan orang lain atau dalam suatu kelompok. Fenomena keterikatan emosional ini ternyata juga berlaku dalam kaitan dengan tempat. Fenomena yang terkait dengan keterikatan individu dengan tempat oleh para ahli psikologi lingkungan disebut dengan istilah kelekatan tempat (*place attachment*).

Pada bagian ini diuraikan tentang fenomena kelekatan tempat sebagai salah satu fenomena dalam psikologi lingkungan. Fenomena kelekatan tempat ini terutama dilakukan berdasar kajian psikologi lingkungan yang menitikberatkan hubungan selaras antara kondisi psikologis individu dan lingkungan fisik tempat mereka hidup. Kajian tentang kelekatan tempat memiliki banyak manfaat dalam kehidupan, seperti perancangan desain suatu lingkungan dan kebahagiaan para penghuni dalam suatu lingkungan tertentu.

### KELEKATAN TEMPAT

#### Pengertian

Kelekatan tempat (*place attachment*) adalah keterikatan emosional yang dimiliki oleh individu atau kelompok terhadap suatu tempat yang bersifat geografis. Ini berarti kelekatan tempat sangat terkait dengan salah satu dimensi yang menjadi objek psikologi, yaitu dimensi afektif. Istilah kelekatan tempat sering kali digunakan dengan istilah “perasaan tentang tempat” (*sense of place*), yaitu

identifikasi personal seseorang dengan suatu lokasi atau lanskap dalam suatu tingkat yang bersifat emosional sebagai individu atau anggota suatu komunitas. Kelekatan tempat adalah keterikatan orang-tempat yang terbentuk dari kondisi yang bersifat spesifik suatu tempat dan karakteristik orang yang tinggal di dalamnya (Wolf dkk., 2014). Eksplorasi kelekatan tempat berasal dari filsafat fenomenologi tentang makna dan topophilia (cinta pada tempat) dan tertarik dengan fenomena bagaimana keterikatan emosional terhadap suatu tempat yang berkembang melalui pengalaman individu dalam suatu lingkungan fisik (Manzo & Devine-Wright, 2019).

### **Jenis-Jenis Kelekatan Tempat**

Dalam kajian psikologi lingkungan terdapat bervariasi jenis-jenis kelekatan tempat. Variasi tersebut mulai dari tempat yang memiliki banyak pohon sampai dengan tempat dalam bentuk suatu negara. Dalam konteks preferensi atau kesukaan pada suatu tempat maka itu dapat menimbulkan fenomena-fenomena psikologi yang mencakup 3 ranah, yaitu kognitif, afektif, dan perilaku.

Selanjutnya, orang dapat memiliki pengalaman keterikatan terhadap suatu tempat karena keteraturan kunjungan pada tempat tersebut. Contoh fenomena semacam ini, seorang mahasiswa memiliki kelekatan tempat terhadap sebuah warung kopi karena sering nongkrong di tempat tersebut bersama teman-teman sesama mahasiswa. Selain itu, orang dapat memiliki kelekatan tempat karena berpikir tentang suatu tempat meskipun ia tidak pernah berkunjung ke tempat tersebut. Fenomena seperti ini dapat terjadi pada anak imigran Indonesia yang tinggal di Amerika Serikat memiliki kelekatan tempat terhadap negara Indonesia.

Bahkan, orang dapat pula memiliki kelekatan tempat meskipun tempat yang menjadi objek kelekatan tempat telah tidak ada atau hilang. Tempat tersebut menjadi tidak ada karena telah dihancurkan atau telah dialihfungsikan. Kelekatan tempat tersebut bisa menimbulkan respon afektif sedih atau respon afektif nostalgia. Fenomena semacam ini dapat dilihat pada ilustrasi sebagai berikut: Sekelompok alumni Sekolah Dasar Proyek Perintis Sekolah Pembangunan IKIP Malang

(sekolah nasional percobaan di masa orde baru) yang berkunjung pada kompleks bangunan gedung sekolah yang telah menjadi sekolah beridentitas lain pada masa orde reformasi. Dalam upaya untuk mengembangkan teori tentang fenomena-fenomena psikologi terkait kelekatan tempat maka dilakukan penelitian psikologi lingkungan tentang kelekatan tempat. Penelitian kelekatan tempat tersebut dapat berpendekatan kuantitatif maupun berpendekatan kualitatif (Hanurawan, 2016).

### **Unsur-Unsur Kelekatan Tempat**

Salah satu model yang menjelaskan unsur-unsur kelekatan tempat adalah kerangka 3 dimensi kelekatan tempat yang tercakup unsur-unsur:

#### **Orang – Proses – Tempat**

#### **Bagan1. Hubungan antar Unsur Kelekatan Tempat**

Penjelasan tentang keberadaan unsur-unsur tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

- Unsur orang ada karena pemaknaan suatu tempat merujuk pada orang atau kelompok khusus yang memiliki sejarah, pengalaman, dan identitas yang bersifat tersendiri.
- Unsur proses mempertimbangkan bagaimana kelekatan tempat terbentuk melalui kombinasi kognitif, afektif, dan perilaku.
- Unsur tempat ada sebagai penekanan karakteristik fisik dan kualitas suatu tempat. Unsur tempat mencakup skala spasial dan aspek simbolik atau aspek sosial.

Selain model di atas, model lain yang dikemukakan oleh Raymond dkk. (dalam Manzo & Devine-Wright, 2019) yang mengidentifikasi unsur-unsur lain dari kelekatan tempat. Model lain itu mengemukakan bahwa unsur-unsur kelengkapan tempat adalah sebagai berikut:

- Identitas tempat
- Ketergantungan tempat

- Keterikatan alam
- Keterikatan keluarga
- Keterikatan teman

### **Jenis Keterikatan Tempat**

Penelitian Lemicka tahun 2011 (dalam Manzo & Devine-Wright, 2019) membagi jenis-jenis keterikatan tempat menjadi jenis kelekatan tempat (tradisionil dan keterikatan aktif). Kelekatan tradisional mengacu pada akar yang sudah terjadi pada wilayah kebertetanggan, kota, dan regional seseorang. Kelekatan aktif adalah kesadaran kelekatan tingkat tinggi terhadap suatu lingkungan fisik dari tempat yang bersifat lokal sampai pada tempat yang jauh.

Contoh fenomena penggolongan kelekatan tradisional dan kelekatan aktif adalah sebagai berikut:

Orang yang hidup belasan tahun di lingkungan bertetangga dilaporkan memiliki kelekatan tradisional dibandingkan dengan orang yang tinggal di lingkungan kebertetanggaan pada waktu yang lebih singkat.

Selain itu, orang yang aktif melekatkan diri pada suatu tempat cenderung lebih aktif secara sosial di lingkungan kebertetanggaannya. Scannill dan Gifford tahun 2011 (dalam Manzo & Devine-Wright, 2019) menciptakan penggolongan kelekatan tempat kewargaan (civic) dan kelekatan tempat alam. Kelekatan tempat kewargaan terjadi pada level perkotaan yang cenderung menjadi sosial dan bersifat simbolik. Hal ini berhubungan dengan simbolisasi asosiasi seseorang dengan identitas kolektif yang lebih besar, seperti perasaan bangga seseorang dengan kotanya.

Kelekatan tempat alamiah (natural) adalah jenis kelekatan afektif yang diarahkan terhadap karakteristik alam yang ada pada suatu lingkungan alam tertentu.

### **Kelekatan Tempat Melibatkan Emosi**

Kelekatan tempat seringkali dipahami dalam hubungannya dengan keterikatan emosional terhadap suatu tempat. Kelekatan



tempat terhadap suatu lingkungan perumahan dapat ditunjukkan dengan keberadaan berbagai jenis perasaan yang ada dalam diri penghuninya. Perasaan-perasaan terkait kelekatan tempat lingkungan perumahan tersebut antara lain adalah:

- cinta
- kebahagiaan
- keamanan
- rasa memiliki
- kenyamanan

Selain itu kelekatan tempat dapat pula meningkatkan harga diri positif (*positive self-esteem*) dan perasaan bangga terhadap lingkungan perumahan mereka atau terhadap kota mereka. Harga diri ini penting untuk meningkatkan kebahagiaan para penghuni sebuah tempat.

Kelekatan tempat dapat pula menghadirkan perasaan yang negatif atau perasaan ambivalen. Kelekatan tempat yang melibatkan perasaan-perasaan tersebut terjadi karena beberapa keadaan:

- Apabila tempat yang menjadi sumber kelekatan telah mengalami perubahan atau telah hilang.
- Apabila tempat yang menjadi sumber kelekatan secara simultan memberikan pengalaman positif dan negatif. Orang dapat memiliki perasaan campur aduk tentang suatu tempat, namun masih memiliki perasaan kelekatan.

### **Kelekatan tempat sebagai Fenomena Dinamis dan Sebagai Hasil Produk Sosial**

Kelekatan tempat terhadap suatu tempat adalah suatu fenomena psikologis yang bersifat dinamis dan merupakan hasil dari proses sosial dalam masyarakat. Dalam hal ini tempat di mana seseorang melekatkan diri dan pemaknaan yang diberikan oleh seseorang sehingga ia memiliki kelekatan tempat terhadap suatu tempat juga merupakan hasil dari konteks sistem sosio budaya, ekonomi, dan politik. Makna tempat sebagai tanah air akan menjadi lebih bermakna apabila orang ikut terlibat secara langsung dalam usaha-usaha melakukan perjuangan membela negara. Usaha-usaha pembelaan

negara itu secara langsung atau tidak langsung melibatkan aspek eksistensial emosi yang sangat mendalam sehingga orang lebih merasa memiliki keterikatan tempat ketimbang dengan orang lain yang tidak melakukan hal yang sama. Dinamika kelekatan tempat dapat dilihat dalam proses sosialisasi generasi muda terkait suatu tempat melalui saluran pendidikan, bahasa, dan komunikasi yang menyebabkan kelekatan tempat terkonstruksi menjadi makna yang terdistribusi dalam sebuah komunitas.

### **Terapan Kelekatan Tempat dalam Penelitian Psikologi Lingkungan**

Konsep kelekatan tempat mendorong berbagai topik penelitian dalam psikologi lingkungan. Penelitian-penelitian tersebut membantu pemahaman terkait fenomena kelekatan tempat dan konteks hubungan selaras antara fenomena kejiwaan dan perilaku dengan lingkungan di sekitarnya. Topik-topik utama dalam penelitian kelekatan tempat adalah sebagai berikut:

- mobilitas dan relokasi
- penghancuran lingkungan (environmental demolition)
- ketegangan di antara kelompok-kelompok lokal dalam komunitas-komunitas lokal
- tantangan desain urban dan proyek lokal.

Penelitian tentang kelekatan tempat dalam konteks mobilitas dan relokasi membantu kita memahami konsekuensi-konsekuensi yang tidak diinginkan dari perubahan-perubahan tempat. Pemahaman terhadap konsekuensi-konsekuensi yang tidak diinginkan dari perubahan-perubahan tempat terutama yang terjadi karena di luar kendali penghuni suatu tempat. Contoh dari keadaan tersebut adalah dampak program regenerasi yang meliputi penghancuran perumahan kelompok berpenghasilan rendah menunjukkan banyak kesulitan-kesulitan yang dialami oleh para penghuni apabila kelekatan tempat terhadap perumahan tersebut cukup kuat. Hasil penelitian tentang kelekatan tempat yang berhubungan dengan mobilitas dan relokasi ini memberi informasi terkait kebijakan mobilitas dan relokasi yang perlu mempertimbangkan dimensi emosional (keterikatan tempat).

Selain itu, hasil penelitian semacam ini juga memberi informasi tentang perlunya usaha-usaha untuk mempertahankan kebersatuan sosial dan kebersatuan antar anggota keluarga dalam proses mobilitas dan relokasi.

Hasil penelitian psikologi lingkungan menunjukkan dampak negatif dari penghancuran suatu lingkungan terhadap kebahagiaan anggota suatu komunitas perumahan (Manzo & Devine-Wright, 2019). Penelitian Brown & Perkins tahun 1992 (dalam Manzo & Devine-Wright, 2019) terkait pengaruh penghancuran lingkungan terhadap keterikatan lingkungan menyimpulkan konsekuensi beberapa perubahan tempat keterikatan tempat di rumah dan area lokal, yang meliputi pembongkaran dan tanah longsor, yang menimbulkan perasaan stres dan merasa teralienasi di antara penghuni lokal. Beberapa penelitian ini menghasilkan suatu rekomendasi kepada perusahaan pengembang untuk melakukan redesain atau perancangan kembali melalui suatu konsultasi dengan penghuni lokal tentang bagaimana pembangunan infrastruktur tidak hanya bermanfaat bagi negara tapi juga bermanfaat bagi penduduk lokal. Dalam pembangunan infrastruktur semacam ini tidak merusak karakter historis dan karakter unik suatu area.

Kelekatan tempat juga memberi pengaruh terhadap aspek-aspek khusus dari terjadinya ketegangan sosial dan konflik antar kelompok di suatu area lingkungan. Penelitian dilakukan terhadap respon penghuni lama terkait perubahan lingkungan disebabkan adanya arus keberadaan kelompok luar. Contoh dari keadaan semacam ini adalah penelitian tentang makna tempat dan kelekatan tempat para penghuni di Afrika Selatan menunjukkan bahwa kelekatan tempat berubah setelah desegregasi ketika penduduk kulit putih mengemukakan oposisi terhadap desegregasi dalam bahasa terkait ancaman lingkungan dalam rangka mengaburkan bias-bias budaya. Penduduk kulit putih menceritakan kembali sejarah awal segregasi di masa lalu dan sekarang tentang pantai yang bersifat multirasial dalam konteks kepedulian terhadap hilangnya tempat yang dicintai tersebut karena integrasi yang menyebabkan kapasitas pantai dirusak sebagai lingkungan yang bersifat restoratif (Manzo & Devine-Wright, 2019).

Pemerintah lokal dan pengambil keputusan akan memperoleh lebih banyak manfaat pemahaman tentang bagaimana ketidakamanan identitas dan kepemilikan menguatkan wacana nostalgia dan ancaman yang meliputi usaha-usaha “merebut kembali” kontrol terhadap suatu teritori dalam usaha untuk memperkuat batas-batas fisik dan untuk mengeluarkan ‘orang lain” atau “kelompok lain”. Dalam hal ini pembuat kebijakan dapat memanfaatkan pemahaman informatif terkait penelitian tentang kelekatan tempat untuk mengembangkan narasi tentang suatu perubahan sosial dalam usaha untuk melakukan interpretasi secara lebih positif (kesempatan) ketimbang negatif (ancaman) tentang karakter suatu tempat khusus.

Penelitian kelekatan tempat dapat memberi informasi kepada praktisi kerja untuk memperkuat kualitas dan relevansi sosial desain proyek urban melalui usaha-usaha untuk membantu menyelamatkan tempat yang dicintai dari penghancuran melalui pelibatan anggota-anggota komunitas dalam proses perancangan. Pelibatan mereka itu terutama untuk memberi informasi tentang nilai-nilai dan makna yang melekat pada suatu situs khusus.

Perancangan dapat memperoleh manfaat yang besar terkait pertimbangan kelekatan tempat. Dalam hal ini, perancang perlu memahamibahasuatu tempatmemilikisignifikansiemosionalsebagai pertimbangan dalam merancang suatu desain atau rancangan yang baru. Selain itu, penilaian tentang suatu tempat memiliki perbedaan antara penilaian oleh penghuni dan para ahli yang berasal dari luar area yang dapat dijadikan dasar bagi keberadaan pendekatan partisipatif warga dalam proses desain suatu wilayah lokal yang bersifat sensitif kelekatan tempat (Manzo & Devine-Wright, 2019).

Secara khusus Wolf dkk. (2014) mengemukakan kelekatan tempat dan pemaknaan tempat secara khusus relevan dengan isu pengembanan wilayah perkotaan dan pergedungan suatu komunitas seperti rumah susun. Kelekatan dan pemaknaan tempat terbentuk dari bervariasi pengalaman dan situasi yang berhubungan dengan situs-situs yang bersifat khusus, seperti taman, ruang hijau dan wilayah kealaman. Kelekatan tempat dapat memiliki fungsi promosi dan memotivasi perilaku lingkungan yang bertanggung jawab dengan

memanfaatkan penghargaan terhadap tempat sebagai identitas diri dan tempat bergantung para penghuni.

### **Ruang Publik dan Kebertetangaan**

Keterikatan pada tempat kebertetangaan hijau dapat menjadi bersifat individual dan personal maupun kolektif dan sosial. Ruang publik luar ruangan memberi kesempatan kepada orang-orang yang berasal dari latar belakang berbeda datang bersama untuk bersenang-senang. Ini berarti ruang publik dapat membentuk makna komunal yang bersifat positif. Dalam hal ini penghuni-penghuni yang lebih terlekat pada komunitas memiliki tingkat kohesi lebih tinggi dan kontrol sosial, mengekspresikan ketakutan lebih rendah terhadap kejahatan, dan memberi sumbangan terhadap vitalitas kebertetangaan (Brown dkk., 2003).

Ruang publik dapat dinilai sebagai suatu kesempatan untuk mengamati orang lain. Ini berarti monitoring sosial dan spasial dapat memberi sumbangan kepada kepuasan personal. Orang-orang dengan usia dewasa sering memanfaatkan plaza untuk mengamati kehidupan sehari-hari dan bertemu dengan teman. Mengembangkan kelekatan tidak hanya pada plaza sebagai keseluruhan tapi juga bagian-bagian yang terdapat di dalamnya, seperti bangku dan tumbuhan di sekitarnya. Ruang luar ruangan yang dapat digunakan untuk berjalan-jalan dapat digunakan untuk membangun perasaan berkomunitas dan keterikatan yang mampu mengembangkan interaksi sosial.

Kelekatan kebertetangaan juga dihasilkan oleh interaksi yang lebih personal. Kelekatan tempat secara langsung berhubungan dengan jangka waktu penghuni tinggal di suatu tempat. Jumlah waktu, energi, dan investasi yang dihabiskan untuk suatu tempat juga memberi pengaruh terhadap suatu tempat. Penghuni melaporkan kelekatan lebih kuat kepada kebertetangaan mereka apabila mereka mempersepsi area taman dan rekreasi cukup luas, menarik, dan tidak padat (Amberger & Eder, 2012).

Penghuni lokal biasanya lebih terlekat daripada pengunjung luar terhadap komponen-komponen lingkungan lokal. Hal itu terjadi karena mereka merasa memiliki privilese (keistimewaan) perasaan

terhadap tempat tersebut dan mereka merasa orang lain perlu diedukasi terkait makna dan nilai yang terdapat dalam lanskap lokal. Sementara penghuni jangka panjang terikat oleh suatu tempat melalui interaksi sosial kultural, seseorang dapat pula menjadi terlekat dalam suatu periode waktu yang relatif pendek apabila menggunakan lanskap fisik sebagai kerangka rujukan personal, seperti apabila seseorang mengunjungi suatu tempat sebagai wisatawan.

### **Tempat dan Keberlanjutan**

Salah satu topik penting terkait kajian tentang kelekatan tempat adalah hubungan yang mungkin ada antara tempat dan keberlanjutan (*sustainability*). Kelekatan tempat dapat mengarahkan penghuni pada perasaan tanggungjawab lingkungan (*sense of environmental responsibility*). Melakukan integrasi lingkungan kealaman yang bermakna

sehingga penduduk kota dapat membangunketerikatan perawatan lingkungan menjadi lebih instingtif dan mereka merasa adanya manfaat personal dari perilaku keterlibatan tersebut. Fenomena semacam ini dapat dilihat dari gambaran berikut ini:

Orang yang memiliki keterikatan emosional dengan alam dan mempersepsi lingkungan sebagai restorative cenderung melakukan proteksi ruang alam dan terlibat dalam aktivitas-aktivitas pro-lingkungan.

Frekuensi kunjungan terhadap lingkungan alam dapat meningkatkan identitas tempat seperti halnya juga perasaan tanggung jawab lingkungan diri pengunjung suatu tempat. Orang yang bekerja untuk melakukan perbaikan lingkungan melalui kesukarelaan dan aktivisme dapat menciptakan dalam diri individu tersebut sikap “aku bisa” yang mampu mengembangkan perilaku lingkungan yang bertanggungjawab.

## KESIMPULAN

Beberapa kesimpulan terkait kajian kelekatan tempat adalah sebagai berikut:

- Kelekatan tempat (*place attachment*) adalah keterikatan emosional yang dimiliki oleh individu atau kelompok terhadap suatu tempat yang bersifat geografis.
- Unsur-unsur kelekatan tempat, yaitu orang, proses dan tempat.
- Terdapat beberapa jenis keterikatan tempat.
- Kelekatan tempat melibatkan emosi.
- Kelekatan tempat sebagai fenomena dinamis dan sebagai hasil produk sosial.
- Konsep kelekatan tempat mendorong berbagai topik penelitian dalam psikologi lingkungan, yaitu: mobilitas dan relokasi; penghancuran lingkungan; ketegangan di antara kelompok-kelompok lokal dalam komunitas-komunitas lokal; dan tantangan desain urban dan proyek lokal.
- Kelekatan tempat dapat terjadi di area ruang publik dan kebertetangaan.
- Salah satu topik penting terkait kajian tentang kelekatan tempat adalah hubungan yang mungkin ada antara tempat dan keberlanjutan





# XII

## TEKNOLOGI PERSUASI UNTUK PENGEMBANGAN PERILAKU PRO LINGKUNGAN

### PENDAHULUAN

Secara umum, sejak zaman dahulu, manusia berhadapan dengan masalah-masalah lingkungan. Masalah-masalah lingkungan itu antara lain adalah:

- Pencemaran air.
- Pencemaran udara.
- Limbah pabrik.
- Kemiskinan

Dalam konteks ini, psikologi lingkungan dapat memiliki peran membantu mengembangkan perilaku pro-lingkungan yang dapat memecahkan masalah-masalah lingkungan tersebut. Perilaku pro-lingkungan adalah perilaku yang memihak kepada keberadaan lingkungan.

Dalam upaya memecahkan masalah lingkungan melalui pengembangan perilaku pro-lingkungan, psikologi dapat menggunakan teknologi persuasi untuk mengubah kognisi, sikap, dan perilaku yang kurang pro-lingkungan ke arah perilaku yang lebih pro-lingkungan. Teknologi persuasi memiliki tujuan untuk menjembatani kesenjangan antara kontribusi teknologi dan kontribusi persuasi dalam memecahkan masalah-masalah lingkungan melalui mekanisme intervensi sistem pengguna teknologi interaktif yang memiliki konsekuensi-konsekuensi lingkungan.

# TEKNOLOGI PERSUASI UNTUK PERILAKU PRO-INGKUNGAN

## Pendahuluan

Teknologi adalah hasil aplikasi ilmu untuk mencapai tujuan-tujuan yang bersifat praktis. Persuasi adalah usaha aktif oleh seseorang untuk mengubah sikap, keyakinan, atau emosi orang lain yang berhubungan dengan objek isu, orang, konsep, atau objek (American Psychological Association, 2022). Ini berarti teknologi persuasi adalah aplikasi ilmu dan hasil penelitian psikologi tentang persuasi dalam rangka mengubah sikap, keyakinan, atau emosi orang lain yang berhubungan dengan objek isu. Teknologi media memiliki peran signifikan memiliki peran yang signifikan dalam memfasilitasi pesan persuasi untuk melakukan suatu perilaku, termasuk perilaku pro-lingkungan. Bentuk teknologi media sebagai salah satu bentuk teknologi persuasi meliputi billboard di jalan raya sampai dengan televisi dan media sosial (Llsseljstein dkk., 2006). Meskipun teknologi persuasi di masa kini teknologi persuasi teknologi digunakan untuk memasarkan suatu produk barang atau layanan, namun terdapat potensi yang memungkinkan teknologi persuasi digunakan untuk mengembangkan perilaku pro-lingkungan. Di masa kini teknologi persuasi telah menjadi instrumen yang penting sebagai bagian dari rekayasa sosial (social engineering) untuk mengubah perilaku manusia. Perubahan -perilaku termasuk perilaku-perilaku yang mendukung pembangunan berkelanjutan (sustainable development).

Perilaku pro lingkungan adalah perilaku yang memihak pada kesejahteraan atau keberlanjutan lingkungan. Salah satu metode psikologi lingkungan untuk membantu agar lingkungan terus berlanjut adalah melalui penggunaan teknologi persuasi. Dalam konteks teknologi persuasi untuk mengembangkan perilaku pro-lingkungan maka itu berarti aplikasi hasil ilmu dan penelitian psikologi persuasi untuk mengubah sikap, keyakinan, atau emosi orang lain yang berhubungan dengan objek lingkungan ke arah perilaku pro-lingkungan. Teknologi persuasi berfungsi untuk menjembatani kesenjangan antara teknologi dan kontribusi psikologi untuk memecahkan masalah-masalah lingkungan melalui intervensi dalam interaksi sistem pengguna.

## Teknologi dan Perilaku

Kebijakan lingkungan dan penelitian ilmiah sering menggunakan teknologi dengan menekankan inovasi teknologi untuk mereduksi dampak terhadap lingkungan atau kebutuhan untuk mengubah penggunaan teknologi dan sumber daya oleh manusia. Namun demikian, baik pendekatan teknologi maupun pendekatan perilaku masing-masing memiliki keterbatasan karena keduanya saling bersinggungan. Fenomena-fenomena yang menunjukkan keterbatasan itu adalah hasil inovasi teknologi harus diterima oleh konsumen. Contoh dari keadaan semacam itu adalah pabrikan telah melakukan inovasi terhadap sistem teknologi mobil yang ramah lingkungan (efisiensi bahan bakar) namun penggunaan mobil tetap menjadi sumber polusi udara di berbagai kota besar. Ini terjadi karena semakin banyak terjadi peningkatan kepemilikan mobil sebagai sarana transportasi. Selain itu, terkait perilaku konsumen, karena mobil hasil inovasi efisiensi bahan bakar pada mobil maka konsumen semakin memaksimalkan penggunaan mobil dalam melakukan perjalanan (Midden & Ham, 2019). Fenomena ini dapat disebut dengan istilah efek bumerang.

Tidak hanya perilaku manusia mempengaruhi penerimaan dan dampak teknologi, sebaliknya teknologi pun dapat mempengaruhi perilaku manusia. Dalam hal ini sesuai dengan teori medan yang dikembangkan oleh pakar teori psikologi lapangan, Kurt Lewin, perilaku manusia adalah hasil dari interaksi dengan konteks lingkungannya. Salah satu konteks itu adalah hasil teknologi yang mempengaruhi perilaku manusia. Contoh fenomena tersebut adalah pemilihan alat transportasi oleh penduduk perkotaan sangat tergantung pada teknologi alat transportasi yang ada, seperti tingkat kenyamanan sistem transportasi publik, jalur untuk pesepeda angin, dan fasilitas parkir. Fenomena peningkatan ini dapat dilihat pada perilaku penggunaan moda transportasi publik meningkat seiring dengan penyediaan fasilitas alat transportasi yang semakin baik, seperti penyediaan monorel oleh pemerintah Daerah Khusus Ibu Kota Jakarta di masa penghujung akhir 2010an atau penyediaan Bus Pintas (cepat dan terbatas).

Ini berarti perancangan lingkungan teknologi diperlukan agar dampak teknologi terhadap perilaku yang mendukung keberlanjutan

hidup menjadi nyata. Dalam konteks ini, teknologi persuasi yang dapat digunakan untuk mengubah proses kognitif, sikap, dan perilaku manusia (Midde & Ham, 2019).

### **Teknologi Persuasi**

Teknologi persuasi adalah instrumen yang digunakan untuk melakukan persuasi. Persuasi adalah proses pengubahan keyakinan, sikap, dan perilaku ke arah yang diinginkan oleh pemberi persuasi (Hanurawan, 2010). Dalam konteks perilaku lingkungan, persuasi ini adalah proses pengubahan keyakinan, sikap, dan perilaku ke arah yang diinginkan oleh pemberi persuasi, yaitu ke arah perilaku pro lingkungan.

Mekanisme persuasi yang dilakukan adalah melalui argumentasi, memuji, ketertimbalbalikan, aktivasi norma, dan otoritas. Faktor-faktor yang terkait dengan keberhasilan persuasi adalah sebagai berikut:

- Faktor sumber. Contoh faktor sumber itu adalah orang yang dapat dipercaya informasinya.
- Faktor pesan. Contoh faktor pesan ini adalah kekuatan argumen yang terkandung dalam suatu pesan persuasi.
- Faktor penerima. Contoh faktor penerima adalah seberapa jauh keterlibatan seseorang dalam suatu isu.

Dalam konteks teknologi persuasi maka yang menjadi subjek pelaku persuasi adalah teknologi. Teknologi telah banyak membantu menyampaikan pesan-pesan persuasif mulai saluran yang bersifat tradisional (contoh: papan nama) sampai teknologi modern berbasis sistem yang bersifat interaktif (contoh: search internet). Teknologi modern yang bersifat interaktif dapat menggantikan manusia sebagai agen persuasi karena pada umumnya manusia memiliki kecenderungan untuk senang berkomunikasi.

Persuator bersosok teknologi memiliki beberapa relatif kelebihan ketimbang persuator manusia. Kelebihan-kelebihan itu adalah sebagai berikut:

- Persuator teknologi lebih konsisten ketimbang persuator manusia.

- Persuator teknologi lebih membolehkan orang lain untuk menunjukkan keberadaannya secara anonim, khususnya apabila isu yang diperbincangkan bersifat sensitif.
- Persuator teknologi dapat mendeskripsikan sejumlah data virtual yang relatif banyak dalam rangka melakukan persuasi.
- Persuator teknologi dapat menggunakan berbagai jenis interaksi. Jenis interaksi itu adalah audio, video, lingkungan virtual, dan permainan (game) dalam upaya mendeskripsikan pesan dan memberikan pengalaman yang meyakinkan kepada target persuasi.
- Persuator teknologi melalui media internet dapat lebih mudah diakses oleh siapa saja dan di mana saja.

### **Pendekatan Untuk Menerapkan Teknologi Persuasi**

Teknologi persuasi dapat memiliki berbagai fungsi. Berbagai fungsi itu adalah sebagai berikut:

- Persuator teknologi berfungsi sebagai pelaku sosial yang mampu mengembangkan hubungan sosial yang menjadi dasar pengaruh sosial.
- Persuator teknologi dapat menjadi media perantara yang memungkinkan terjadinya pengalaman persuasi.
- Persuator teknologi dapat menyediakan diri sebagai alat untuk mengarahkan atau mendukung perilaku

(Fogg dalam Midden & Ham, 2019).

Sebagai pelaku sosial persuator teknologi menerapkan yang digunakan oleh manusia untuk mempengaruhi orang lain melalui mekanisme sosial. Mekanisme sosial itu antara lain adalah persetujuan sosial, aktivasi norma, atau perbandingan sosial (Midden & Ham, 2019)

### **Pengaruh Sosial Melalui Sistem Pintar (*Smart System*)**

Secara umum, manusia menggunakan 3 tipe strategi pengaruh sosial dalam rangka untuk mampu memberi pengaruh kepada orang lain. 3 tipe strategi dalam rangka untuk mampu memberi pengaruh kepada orang lain itu adalah sebagai berikut:

- norma sosial
- konformitas
- kepatuhan (*compliance*)

Dalam konteks ini sistem intelejen (*intelligent system*) memiliki kemampuan untuk menerapkan strategi pengaruh sosial tersebut (norma sosial, konformitas, dan pengetahuan). Hal ini terjadi karena sistem pintar ini membuat orang atau pengguna ketika berinteraksi dengan sistem ini merasa melakukan proses interaksional seperti halnya dengan manusia. Contoh dari fenomena semacam ini adalah bahwa manusia atau pengguna komputer memiliki sensitifitas yang sama ketika memperoleh pujian dari komputer seperti halnya memperoleh pujian dari manusia. Pengguna akan sama senangnya ketika memperoleh pujian dari komputer seperti halnya memperoleh pujian dari manusia secara riil dan langsung.

Midden dan Ham (2019) mengemukakan teknologi persuasi yang menerapkan strategi pengaruh sosial memiliki pengaruh lebih kuat ketimbang teknologi persuasi yang tidak menerapkan strategi pengaruh sosial. Dalam konteks ini umpan balik yang bersifat negatif yang diberikan oleh teknologi (*robot* atau *komputer*) ternyata mampu memberi pengaruh positif terhadap niat manusia untuk melakukan perilaku pro-lingkungan, seperti konservasi energi.

### **Penyajian Pengalaman Persuasif**

Pemerintah memproduksi kampanye media massa dalam rangka untuk meningkatkan kesadaran terhadap isu-isu lingkungan, resiko lingkungan, dan perubahan perilaku yang diperlukan agar lingkungan menjadi lebih lestari. Namun demikian, kampanye tersebut tidak selalu menghasilkan hasil yang diinginkan, yaitu perilaku masyarakat ke arah yang lebih pro-lingkungan. Ketidakberhasilan ini terjadi karena adanya kesulitan-kesulitan dalam mengembangkan kesadaran kepada masyarakat tentang isu-isu lingkungan yang terkadang dilihat sebagai isu yang bersifat abstrak, jauh dari jangkauan pemikiran orang awam, dan sulit untuk dipikirkan. Contoh dari isu lingkungan yang seperti itu adalah perubahan iklim atau konservasi energi.

Teknologi media baru dapat memberi perspektif baru terhadap persuasi melalui komunikasi yang bersifat tradisional. Contoh persuasi melalui komunikasi yang bersifat tradisional adalah media berbasis teks atau kata-kata yang bersifat oral. Teknologi media baru memberi pengalaman sensorik secara langsung (sentuhan) yang menunjukkan keberadaan dari suatu realitas objek. Teknologi media baru itu mampu membuat orang melakukan koseptualisasi lebih baik terhadap isu-isu lingkungan yang biasanya dianggap terlalu abstrak. Teknologi media baru menggunakan teknologi informasi canggih, seperti presentasi 3 dimensi (3D), pengguna kontrol inisiasi simulasi, dan umpan balik haptik melalui sentuhan. Perangkat yang menggunakan teknologi haptik melibatkan kontak fisik antara komputer dan pengguna.

### **Teknologi Persuasi sebagai Instrumen Pengembangan Perubahan Perilaku**

Teknologi persuasi sebagai instrumen pengembangan perubahan perilaku dapat diuraikan dapat dibagi menjadi dua, yaitu persuasi ambien dan intervensi kelompok. Persuasi ambien (*ambient persuasion*) adalah persuasi kepada lingkungan di sekitarnya. Persuasi ambien dapat menjadi efektif apabila dalam komunikasi persuasi orang memfokuskan perhatian pada orang yang melakukan persuasi. Namun demikian tidak selalu dalam proses komunikasi persuasi semacam itu orang memiliki cukup kapasitas kognitif untuk memproses informasi yang bersifat kompleks dibanding dengan umpan balik yang bersifat *factual*. Oleh karena itu tantangan teknologi persuasi adalah menciptakan bentuk teknologi persuasi yang tidak memerlukan perhatian kesadaran orang lain untuk menjadi efektif.

Salah satu bentuk teknologi semacam itu adalah kecerdasan ambien (*ambient intelligence*). Kecerdasan ambien adalah kehadiran yang bersifat pervasif dari teknologi informasi dalam kehidupan sehari-hari yang memiliki karakter sensitif dan reponsif terhadap kehadiran manusia. Kecerdasan ini adalah bentuk yang relatif baru dalam memberi pengaruh melalui tanda-tanda tidak kentara dari lingkungan. atau penyegeraan (*prompting*) yang menggambarkan perubahan dalam bentuk, gerakan, suara, warna, bau, atau cahaya.

Manfaat utamayang sangat penting dari teknologi persuasi ambien adalah bahwa intrumen semacam itu dapat memberlangsungkan pemberian pengaruh kepada orang. Sebagai contoh, partisipan yang memproses umpan balik pencahayaan interaktif tentang konsumsi energi mereka dalam suatu tugas tertentu dapat berkinerja secara mudah pada tugas kedua dalam waktu yang sama, sedang partisipan yang memproses umpan balik konsumsi energi faktual tidak mampu.

Teknologi persuasi yang dimanfaatkan sebagai instrumen pengembangan perubahan perilaku dapat pula dilakukan dalam konteks interaksi kelompok. Perilaku pro-lingkungan biasanya terjadi dalam sistem sosial dan itu terjadi sebagai hasil tindakan individu-individu sebagai anggota kelompok. Dinamika sosial dalam kelompok tersebut terjadi apabila kelompok mampu memberi pengaruh bagi terjadinya perilaku pro-lingkungan kepada para anggotanya. Berdasar signifikansi pengaruh kelompok untuk perilaku pro-lingkungan maka intervensi persuasi teknologi seharusnya juga dilakukan pada level kelompok.

Dalam konteks kelompok, teknologi persuasi ini dapat dilakukan di kelompok rumah tangga dan kelompok perkantoran. Teknologi persuasi dapat memberi penawaran agar mampu melakukan mengobservasi perilaku anggota kelompok dan memfasilitasi komunikasi dalam kelompok yang dengan demikian memudahkan terhadinya intervensi yang bersifat efektif. Secagai contoh, teknologi yang membuat anggota kelompok yang dapat teridentifikasi dapat membuat umpan balik yang diberikan kepada kelompok lebih spesifik dan akurat.

## **KESIMPULAN**

Beberapa kesimpulan terkait topik teknologi persuasi untuk pengembanagan perilaku pro-lingkungan adalah sebagai berikut:

- Dalam upaya memecahkan masalah lingkungan melalui pengembangan perilaku pro-lingkungan, psikologi lingkungan dapat menggunakan teknologi persuasi untuk mengubah kognisi, sikap, dan perilaku yang kurang pro-lingkungan ke arah perilaku yang lebih pro-lingkungan.



- Perilaku pro lingkungan adalah perilaku yang memihak pada kesejahteraan atau keberlanjutan lingkungan.
- Kebijakan lingkungan dan penelitian ilmiah sering menggunakan teknologi dengan menekankan inovasi teknologi untuk mereduksi dampak terhadap lingkungan atau kebutuhan untuk mengubah penggunaan teknologi dan sumber daya oleh manusia.
- Pengaruh sosial dapat dilakukan melalui sistem pintar (*smart system*).





# XIII

## LINGKUNGAN PENDIDIKAN

---

### PENDAHULUAN

Lingkungan fisik adalah salah satu unsur penting dalam sistem pendidikan atau persekolahan. Perubahan desain arsitektur lingkungan sangat dipengaruhi oleh filsafat pendidikan, kondisi sosial politik kebudayaan, serta kondisi ekonomi dalam suatu kurun waktu dan area tertentu. Gambaran pengaruh semacam itu dapat dilihat pada perubahan-perubahan di abad 20 dan abad 21 Masehi yang mulai cenderung memberi kesempatan pada keberadaan proses belajar yang bersifat aktif (*active learning*). Keberadaan proses belajar yang bersifat aktif tersebut kemudian mendorong perubahan-perubahan dalam kondisi lingkungan sekolah di masa kini, baik di Indonesia maupun di seluruh dunia. Pembelajaran aktif tersebut dipelopori oleh salah satu tokoh filsafat pendidikan progresivisme Amerika Serikat, John Dewey (Hanurawan, 2020). Dalam upaya memfasilitasi sistem pendidikan dan pembelajaran aktif maka lingkungan pendidikan perlu melakukan perubahan-perubahan yang sesuai dengan sistem tersebut.

### PSIKOLOGI LINGKUNGAN UNTUK LINGKUNGAN PENDIDIKAN

Pendidikan adalah proses pemerolehan pengetahuan, keterampilan, dan nilai (American Psychological Association, 2022). Menurut pendapat penulis, pendidikan adalah proses transformasi kognisi, afektif, dan perilaku yang diberikan oleh pendidikan kepada peserta didik. Pendidikan penting untuk kelangsungan berkelanjutan suatu bangsa atau negara.

Lingkungan pendidikan, termasuk sekolah atau apabila di Indonesia untuk tingkat perguruan tinggi lazim disebut sebagai kampus, memiliki peran yang penting dalam menentukan hasil belajar atau prestasi belajar siswa. Selain itu dalam konteks ilmu psikologi, lingkungan pendidikan yang baik adalah lingkungan yang mampu mengembangkan kesehatan mental dan kebahagiaan dalam diri peserta didik (Hanurawan, 2016a).

Bertolakbelakang dengan siswa yang belajar di lingkungan yang baik, siswa yang belajar di lingkungan yang buruk akan banyak mengalami masalah-masalah terkait kondisi fisik dan sosial lingkungan yang buruk tersebut. Lingkungan sekolah atau kampus yang buruk diindikasikan dengan beberapa karakteristik seperti pewarnaan cat dinding yang kusam, pencahayaan yang tidak memadai, lingkungan yang bising, dan ventilasi udara yang tidak memadai.

Karakteristik fasilitas sekolah, seperti usia dan kondisi gedung, kualitas dan frekuensi pemeliharaan, pencahayaan, dan warna dapat memberikan pengaruh terhadap kesehatan mental, kesehatan fisik, kesehatan sosial, dan kesehatan spiritual penghuni sekolah atau lembaga pendidikan yang lain. Penghuni lembaga pendidikan itu antara lain guru atau dosen, tenaga administrasi, tenaga kependidikan, dan tentu saja siswa atau mahasiswa.

Lewinski (2015) mendeskripsikan beberapa komponen yang perlu ada dalam lingkungan kelas di sekolah atau kampus sebagai lingkungan belajar. Beberapa komponen yang perlu ada dalam lingkungan kelas di sekolah atau kampus sebagai lingkungan belajar tersebut adalah sebagai berikut:

- Akustik yang baik.

Dalam konteks belajar dan mengajar suara bising atau suara yang mengganggu memberi distraksi terhadap aktivitas-aktivitas belajar, seperti membaca, menulis, memahami teks, dan keseluruhan kinerja akademis yang lain. Bising di sekolah atau di kampus dan sekitarnya menyebabkan siswa atau peserta didik mengalami kesulitan untuk fokus pada tugas yang diujikan. Selain itu bising di kelas juga dapat menyebabkan penurunan motivasi belajar siswa untuk berprestasi (Billota dkk., 2019).

- Pencahayaan yang cukup

Kualitas dan kuantitas pencahayaan di lingkungan sekolah atau kampus perlu diberikan secara memadai sesuai dengan tugas-tugas atau aktivitas-aktivitas yang dikerjakan. Pencahayaan yang kurang di bagian tertentu di lingkungan sekolah atau kampus, seperti lorong atau area di sekitar toilet, memungkinkan menjadi stimulus bagi terjadinya perilaku vandalisme atau bahkan perilaku kriminal (perundungan, pemalakan, agresi, dan pelecehan seksual). Selain itu pencahayaan yang kurang juga dapat menimbulkan suasana hati yang bersifat depresif di antara para penghuni lingkungan pendidikan

- Warna

Agar kinerja belajar menjadi optimum maka warna di lingkungan sekolah atau kampus perlu disesuaikan dengan aktivitas belajar dan tugas belajar yang dikerjakan oleh siswa. Warna cerah atau netral lebih direkomendasikan agar aktivitas belajar menjadi lebih terfokus dan mengembangkan afek positif bagi siswa atau mahasiswa. Selain itu warna yang kusam juga dapat menimbulkan suasana hati yang bersifat depresif di antara para penghuni lingkungan pendidikan, seperti guru dan siswa. Warna yang cerah dan hangat dapat membawa suasana yang ceria, sedang warna yang sejuk memfasilitasi siswa sekolah menengah pertama (SMP) dan sekolah menengah atas (SMA) dalam suasana rileks dan memfokuskan diri pada konsentrasi belajar.

- Suhu

Dalam lingkungan belajar agar pembelajaran menjadi lebih optimum maka rekomendasi suhu terbaik adalah pada kisaran 20 derajat Celcius sampai dengan 24 derajat Celcius.

- Penyusunan bangku dan meja

Jenis-jenis penyusunan meja-kursi adalah dalam bentuk gugus (*cluster*), baris (*row*), dan lingkaran (*circle*). Susunan terbaik untuk belajar adalah penyusunan meja dan kursi dalam bentuk lingkaran. Susunan terbaik kedua adalah dalam bentuk kluster, sedang susunan yang paling minimalis adalah dalam

bentuk baris. Perilaku belajar terkait susunan meja-kursi adalah mengacungkan tangan, mengemukakan pendapat, mendengar, bertanya, dan presentasi.

Penyusunan meja kursi di kelas tradisional adalah susunan meja kursi berbaris ke depan di mana segenap informasi belajar mengajar terutama berpusat pada guru yang berada di depan. Penyusunan meja kursi di kelas tradisional tersebut menggambarkan filsafat pendidikan, kebijakan pendidikan, dan praktik pendidikan yang berpusat pada guru (*teacher centred education*) di mana proses pendidikan utamanya diarahkan oleh guru sebagai otoritas.

Namun seiring dengan perubahan filsafat pendidikan, kebijakan pendidikan, dan praktik pendidikan yang berpusat pada siswa (*student centred education*) maka penyusunan ruang kelas pun diharapkan mengalami perubahan. Bahkan pada ekstrim yang lain, susunan kelas pun di masa depan adalah berbentuk semacam studio di mana siswa atau mahasiswa dapat beraktivitas belajar di dalam ruang kerja dengan segenap produk portofolio. Selain itu ruang kelas masa depan juga memungkinkan interaksi kerja sama anatar siswa dan mahasiswa, ruang personal, dan kerja belajar secara interdependen (Hadi & Hanurawan, 2017). Susunan meja kursi dalam kelas yang memiliki praktik pendidikan atau praktik pembelajaran berpusat pada siswa seyogyanya bersifat melingkar. Susunan meja kursi bentuk melingkar memungkinkan mobilitas dan interaksi sosial secara lebih aktif. Dalam hal ini susunan meja kursi bentuk melingkar dapat dikatakan bersifat suportif untuk partisipasi aktif siswa dalam segenap aktivitas belajar (Sanoff & Walden, 2012).

Lokasi meja kursi siswa atau mahasiswa dapat memberi pengaruh terhadap kinerja belajar, kebahagiaan, dan perilaku sosial mereka. Lokasi meja kursi di bagian depan tengah adalah posisi yang paling optimal untuk prestasi yang paling baik. Hasil penelitian Marx tahun 1999 (Tapia-Fonliem, 2020) menemukan bahwa siswa atau mahasiswa yang menempati susunan meja kursi berbentuk semi lingkaran cenderung lebih aktif mengajukan

pertanyaan ketimbang siswa atau mahasiswa yang menempati susunan meja kursi berbentuk baris. Ini terjadi karena siswa atau mahasiswa yang menempati susunan meja kursi berbentuk semi lingkaran adalah dalam posisi tatap muka sehingga lebih memungkinkan terjadi saling interaksi dan komunikasi antar siswa atau mahasiswa.

Selain empat komponen yang telah diuraikan sebelumnya (akustik, susunan kursi dan meja, cahaya, dan warna) komponen lingkungan pendidikan lain yang perlu diperhatikan adalah:

- Perpustakaan

Salah satu pusat belajar yang pening di institusi pendidikan adalah perpustakaan. Dalam konteks psikologi lingkungan perpustakaan di sekolah atau di kampus perguruan tinggi perlu memiliki kondisi-kondisi fisik dan sosial yang bersifat ergonomis terkait aktivitas membaca, menulis, penelusuran bahan pustaka, diskusi, relaksasi, dan presentasi bagi para mahasiswa, siswa, dosen, tenaga kependidikan, alumni dan khalayak ramai luar sekolah atau kampus (Tapia-Fonliem, 2020). Pengalaman penulis di perpustakaan perguruan tinggi di Amerika Serikat tahun 2009 - 2010, Ohio State University, cukup menggambarkan kondisi perpustakaan sebagai lingkungan Pendidikan yang bersifat kondusif.

- Ukuran sekolah

Pada kurun waktu dekade 1970an dan 1980an di Amerika Serikat dan negara-negara Barat lain melakukan pembangunan sekolah yang memiliki ukuran besar. Alasan pembangunan sekolah yang memiliki ukuran besar tersebut adalah alasan ekonomi dan siswa belajar dalam kurikulum yang lebih komprehensif. Namun demikian, penelitian yang dilakukan pada tahun 1980an dan awal tahun 1990an menyimpulkan bahwa sekolah dengan ukuran lebih kecil ternyata lebih efektif dan lebih produktif dibanding gedung sekolah dengan ukuran lebih besar. Dalam hal ini di gedung sekolah dengan ukuran lebih kecil rata-rata kelulusan lebih baik, siswa lebih memiliki kepuasan belajar, perilaku yang baik, tingkat ketidaklulusan lebih rendah, dan partisipasi lebih

aktif, dan lebih personal. Selain itu sekolah dengan ukuran lebih kecil menyebabkan lebih jarang terjadi adanya masalah-masalah disiplin, insiden vandalisme, penyalahgunaan narkoba, dan perilaku membolos. Gifford tahun 2007 (dalam Sanoff & Walden, 2012) mengemukakan bahwa siswa yang tinggal di gedung sekolah yang baru dibangun atau direnovasi lebih merasa memiliki kepuasan.

- Privasi di ruang kelas.

Salah satu topik penting dalam perilaku keruangan manusia adalah privasi. Dalam lingkungan pendidikan, siswa memiliki kebutuhan menetapkan privasi di ruang sosialnya, termasuk dalam kelas pada saat mereka mengikuti program pembelajaran. Kepadatan yang tinggi di ruang kelas memiliki pengaruh negatif terhadap kinerja belajar siswa dalam tugas-tugas yang sulit, kerja dalam kelompok kecil, atau penyelesaian tugas yang membutuhkan gerakan. Selain itu kelas dengan model open plan yang bersifat baris ternyata lebih membatasi privasi yang menyebabkan kinerja belajar tidak optimum.

- Jumlah siswa dalam suatu kelas yang terbatas akan memberi pengaruh terhadap hasil belajar, interaksi, dan sikap positif terhadap proses pembelajaran.

### **Kelas Teknologi Informasi**

Perkembangan teknologi di abad 21 ini telah sampai pada perkembangan yang disebut sebagai teknologi informasi. Teknologi informasi dalam wujud komputer, tablet dan papan smart telah banyak digunakan dalam seting pembelajaran. Perkembangan teknologi informasi seperti itu perlu diintegrasikan ke dalam seting lingkungan fisik sekolah / perguruan tinggi dan kelas. Oleh karena itu agar integrasi teknologi informasi ke dalam lingkungan pendidikan menjadi efektif maka sekolah atau kampus perlu menyediakan fasilitas-fasilitas sebagai berikut:

1. Ruang kelas untuk belajar mandiri dengan fasilitas teknologi informasi.
2. Aksesibilitas pusat sumber belajar sebagai prioritas sekolah.



3. Furnitur dan stasion kerja yang didesain sesuai karakteristik teknologi informasi.
4. Promosi sumber daya manusia yang memiliki keterampilan teknologi informasi, Promosi ini dapat dilakukan melalui pelatihan keterampilan teknologi informasi kepada guru dan tenaga kependidikan.

### **Lingkungan Luar Ruangan**

Lingkungan luar ruangan (*outdoor environment*) perlu dimiliki oleh lingkungan sekolah dan lingkungan kampus perguruan tinggi agar pelaksanaan proses pendidikan dan pembelajaran secara efektif dan efisien. Di era pendidikan dan pembelajaran aktif seperti sekarang ini proses belajar mengajar tidak hanya terbatas di dalam ruangan. Ini berarti proses pendidikan dan pembelajaran dapat dilakukan di luar ruangan. Bahkan belajar di luar ruang kelas, seperti di area bermain, menjadi suatu aktivitas belajar yang bersifat inovatif dan kreatif.

Di lapangan sekolah dan area bermain, siswa atau mahasiswa dapat mengembangkan keterampilan sosial dan kemampuan kognitif mereka. Siswa atau mahasiswa perlu untuk diperkenalkan aktivitas belajar di lingkungan alam agar mereka tidak mengalami gangguan defisit kealaman (*natural deficit disorder*). Gangguan defisit kealaman ini disebabkan oleh beberapa hal, yaitu:

1. Masyarakat yang semakin teknologis sehingga anak kurang dikenalkan dengan lingkungan sosial maupun lingkungan alam.
2. Anak kurang memiliki akses terhadap lingkungan alam. Hal ini terjadi karena sejak tahun 1980an perpindahan penduduk dari desa ke kota menyebabkan banyak populasi di suatu negara, termasuk Indonesia, mayoritas mulai tinggal di daerah perkotaan yang notabene lingkungannya kurang bersifat alami.

Dalam menghadapi kondisi seperti itu maka sekolah perlu memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengenal lingkungan alam yang jauh dari sekolah. Selain itu, lingkungan hijau di sekolah dapat digunakan oleh para siswa atau mahasiswa untuk

belajar, bermain, atau berekreasi. Koneksi yang baik antar siswa dan lingkungan hijau tidak hanya mampu membantu meningkatkan kesejahteraan fisik, namun juga kemampuan sosial dan kemampuan akademis, kreatif, dan kerja sama.

Agar lapangan sekolah dan arena bermain dipastikan aman maka kedua fasilitas itu perlu memiliki jalan masuk dan jalan keluar yang aman, Keberadaan jalan masuk dan jalan keluar yang aman tersebut berarti dapat diawasi oleh guru, administrator, dan tenaga kependidikan sehingga jaminan keamanan terhadap potensi perilaku kriminal dan perilaku vandalisme dapat direduksi seminimal mungkin. Pengawasan itu menjadi lebih efektif apabila terdapat instrumen kamera pengawas CCTV dan papan petunjuk tentang keberadaan kamera pengawas CCTV.

### **Perencanaan Desain Lingkungan Pendidikan**

Pembangunan sekolah atau kampus perguruan tinggi yang dapat meningkatkan kinerja dan mereduksi biaya itu dapat dilakukan berdasar pedoman, konstruksi, operasi, dan pemeliharaan. Beberapa desain untuk pedoman untuk desain sekolah yang perlu diperhatikan adalah sebagai berikut:

- Memilih lokasi sekolah yang dekat atau terintegrasi dengan sistem transportasi umum.
- Menempatkan gedung dalam suatu lokasi yang dapat meminimalkan dampak lingkungan dan mendayagunakan cahaya alami.

Sanoff. & Walden (2012) mengemukakan beberapa karakteristik lingkungan sekolah yang perlu dihindari. Beberapa karakteristik tersebut adalah sebagai berikut:

- Pergedungan di sekolah atau kampus sebaiknya tidak terlalu besar. Pergedungan yang besar dapat menyebabkan timbulnya dampak negatif berupa anonimitas pada para penghuninya. Dampak anonimitas ini dapat menimbulkan kurangnya rasa memiliki (*sense of belonging*) dan perilaku menyimpang pada para penghuni.

- Sekolah atau kampus harus mampu memproteksi para penghuni dari potensi terjadinya delikueni, kecelakaan, dan kekerasan disebabkan ketidakhadiran staf administrasi, staf keamanan atau sekuriti, pendidik, dan peralatan-peralatan bermain yang tidak aman.
- Sekolah atau kampus perlu menghindari pembangunan gedung yang terlalu kecil. Gedung yang terlalu kecil membuat ruang-ruang di dalamnya menjadi terlalu sempit untuk aktivitas pembelajaran, terutama yang berhubungan dengan penyelesaian tugas-tugas kelompok.
- Sekolah atau kampus perlu menghindari hubungan yang terlalu terbatas antara pintu masuk utama dan ruang kelas.
- Sekolah perlu menghindari pemborosan energi karena adanya gedung-gedung yang terpisah.
- Sekolah atau kampus perlu menghindari lorong-lorong dan ruang gelap yang membutuhkan pencahayaan buatan.
- Sekolah atau kampus perlu menghindari atap rendah.
- Sekolah atau kampus perlu menghindari kelas terlalu kecil.
- Sekolah atau kampus perlu menghindari terlalu sedikit atau kualitas yang rendah fasilitas publik untuk siswa / mahasiswa dan guru / dosen (peralatan teknis, ergonomi, furniture, bising), ruang administrasi yang terlalu sedikit dan terlalu kecil.
- Sekolah atau kampus perlu menghindari pembuatan kelas yang hanya untuk aktivitas yang bersifat terbatas, seperti hanya untuk presentasi dan ujian.
- Sekolah atau kampus perlu membuat partisi antar kelas yang cukup kedap suara sehingga suara dari luar kelas yang tidak diinginkan dapat mengganggu perilaku guru, siswa, dan administrator.
- Sekolah atau kampus perlu memberi fasilitas kepada kelompok difabel. Fasilitas itu misalnya adalah jalur khusus untuk kursi roda bagi siswa atau mahasiswa difabel.

- Sekolah atau kampus perlu melakukan pemeliharaan gedung secara rutin dilakukan sehingga memprevensi terjadinya vandalisme.
- Sekolah atau kampus perlu mempersiapkan sarana-sarana kebersihan sehingga kebersihan menjadi terjaga.

## **KESIMPULAN**

Beberapa kesimpulan terkait lingkungan Pendidikan adalah sebagai berikut:

- Pendidikan adalah proses transformasi kognisi, afektif, dan perilaku yang diberikan oleh pendidikan kepada peserta didik. Pendidikan penting untuk kelangsungan berkelanjutan suatu bangsa atau negara.
- Lingkungan fisik adalah salah satu unsur penting dalam sistem pendidikan atau persekolahan.
- Perubahan desain arsitektur lingkungan sangat dipengaruhi oleh filsafat pendidikan, kondisi sosial politik kebudayaan, serta kondisi ekonomi dalam suatu kurun waktu dan area tertentu.
- Pengembangan lingkungan fisik dan sosial sekolah perlu memperhatikan aspek-aspek psikologi lingkungan.

# XIV

## PSIKOLOGI LINGKUNGAN DAN PEMBANGUNAN BERKELANJUTAN

### PENDAHULUAN

Seiring dengan dinamika yang terjadi di negara-negara di dunia untuk mencapai kesejahteraan bagi rakyatnya maka pelaksanaan pembangunan adalah suatu kenyataan yang tidak dapat dielakkan. Pembangunan adalah proses untuk meningkatkan kualitas kehidupan manusia. Kualitas kehidupan itu dapat meliputi peningkatan kualitas dalam bidang ekonomi, politik, sosial, dan lingkungan hidup.

Selain hasil-hasil positif yang terhasil dalam pembangunan di berbagai negara namun terdapat pula suatu kenyataan yang menunjukkan bahwa pembangunan juga memberikan dampak-dampak negatif terhadap lingkungan hidup dan kehidupan kemanusiaan. Masalah-masalah lingkungan yang timbul akibat pembangunan antara lain adalah pencemaran udara, pencemaran air, penyebaran penyakit, penggundulan lahan hijau, dan penyempitan ruang-ruang sosial di perkotaan maupun di pedesaan. Masalah-masalah kemanusiaan yang timbul akibat pembangunan antara lain adalah kemiskinan, ketimpangan sosial, ketidakberhasilan pelaksanaan hukum, kelaparan, marginalisasi kelompok-kelompok asli tempat terjadinya pembangunan, dan pelanggaran hak asasi manusia.

Masalah-masalah lingkungan dan masalah-masalah kemanusiaan yang terjadi akibat pembangunan yang tidak memperhatikan prinsip-prinsip keberlanjutan dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup lingkungan fisik maupun manusia yang tinggal dalam lingkungan tersebut. Secara khusus penurunan kualitas lingkungan fisik dan penurunan kualitas lingkungan kemanusiaan membuat manusia

mengalami keadaan tidak sejahtera dan tidak pula mengalami kebahagiaan (Baumgardner & Crothers, 2010).

Fenomena masalah-masalah lingkungan dan kemanusiaan sebagai akibat pengiring pelaksanaan pembangunan perlu untuk segera dipecahkan. Pemecahan masalah-masalah lingkungan dan kemanusiaan sebagai akibat pengiring pelaksanaan pembangunan dapat dilakukan melalui konsep pembangunan berkelanjutan (*sustainability development*). Dalam bahasa yang bersifat relatif sederhana dapat dikemukakan bahwa pembangunan berkelanjutan adalah pembangunan yang mempertemukan pemenuhan kebutuhan-kebutuhan generasi di masa sekarang dan juga memperhatikan pemenuhan kebutuhan-kebutuhan generasi di masa mendatang. Dalam kaitan dengan lingkungan fisik dan lingkungan kemanusiaan maka pembangunan seharusnya memberlanjutkan kondisi lingkungan dan kondisi masyarakat yang lestari dan sejahtera.

Seperti pernah dikemukakan oleh filsuf Britania Raya, Francis Bacon, yang menyatakan pengetahuan adalah kekuasaan (*knowledge is power*) maka ilmu sebagai salah satu jenis pengetahuan pun memiliki tugas untuk membantu ketercapaian tujuan-tujuan pembangunan berkelanjutan. Dalam konteks ilmu yang memiliki kekuasaan untuk membantu pemecahan masalah-masalah yang ada dalam kehidupan manusia maka salah satu jenis ilmu kemanusiaan yang relevan adalah ilmu psikologi. Ilmu psikologi adalah ilmu yang, mendeskripsikan, merekayasa, memprediksi, mengendalikan, dan memecahkan fenomena jiwa dan perilaku dalam diri manusia. Secara khusus terkait dengan isu pembangunan berkelanjutan maka bidang psikologi yang paling relevan adalah psikologi lingkungan.

Berdasar relevansi psikologi lingkungan dengan pembangunan berkelanjutan maka pada bagian ini diuraikan pembahasan secara mendalam hubungan antara psikologi lingkungan dan pembangunan berkelanjutan. Selain itu dalam pembahasan selanjutnya juga diuraikan peran psikologi lingkungan yang memungkinkan untuk membantu mengaselerasikan pembangunan berkelanjutan yang menekankan hubungan yang selaras antara lingkungan dan perilaku manusia.

# PSIKOLOGI LINGKUNGAN DAN PEMBANGUNAN BERKELANJUTAN

## Pembangunan Berkelanjutan

Pembangunan adalah usaha-usaha yang dilakukan manusia untuk mensejahterakan dirinya. Namun dalam kenyataan banyak fenomena pembangunan di dunia bahkan tidak mampu mensejahterakan manusia atau makhluk-makhluk lain yang tinggal di bumi dan lingkungan alam. Ancaman terhadap pembangunan yang menimbulkan ketidaksejahteraan segenap makhluk di bumi antara lain adalah: pertumbuhan populasi dunia yang berlebih, konsumsi yang berlebih, dan defisiensi konservasi sumber daya lingkungan. Secara khusus pakar psikologi lingkungan Oskamp (2000) mengemukakan bahaya-bahaya yang dihadapi oleh kerusakan lingkungan di masa kini yaitu antara lain adalah: pemanasan global disebabkan oleh efek rumah kaca, kerusakan lapisan ozon yang menyebabkan masalah-masalah kesehatan, perubahan iklim global dan kerusakan keanekaragaman hayati karena kerusakan hutan tropis, semakin berkurangnya jumlah ikan karena perburuan ikan yang berlebihan, hujan asam yang merusak hutan dan tanaman dan sekaligus membunuh ikan, tanaman, dan organisme lain di sungai dan di danau, pencemaran udara dan air, dan kerusakan genetik dan hormonal serta kanker karena terekspos pada bahan kimia beracun.

Dalam upaya memecahkan masalah-masalah tersebut maka kemudian manusia mulai mengembangkan konsep pembangunan berkelanjutan. Pembangunan berkelanjutan adalah pembangunan yang memenuhi kebutuhan-kebutuhan generasi di kini sekaligus memperhatikan pemenuhan kebutuhan-kebutuhan generasi di masa masa mendatang. Oskamp (2000) menjelaskan Brundtland Report of the World Commission on Environment and Development (WCED) pada tahun 1987 mendefinisikan pembangunan berkelanjutan adalah pembangunan yang mempertemukan kebutuhan-kebutuhan generasi di masa kini dan kebutuhan-kebutuhan generasi di masa mendatang. Ini berarti pembangunan berkelanjutan adalah pembangunan yang berorientasi pada tujuan dunia yang dapat dihidupi oleh generasi penerus dan makhluk-makhluk lain di bumi.

The World Bank (2018) menjelaskan pembangunan berkelanjutan adalah pembangunan yang mengakui bahwa pertumbuhan harus bersifat inklusif dan berpihak pada lingkungan dalam upaya mereduksi kemiskinan dan membangun martabat bersama untuk populasi di masa sekarang dan selanjutnya memenuhi kebutuhan-kebutuhan generasi di masa yang akan datang. Pembangunan berkelanjutan harus efisien dalam pemanfaatan sumber daya alam dan perencanaan yang cermat untuk kebermanfaatan keuntungan di masa kini dan jangka panjang bagi manusia dan lingkungan alam. 3 pilar pembangunan berkelanjutan adalah dalam bidang ekonomi, lingkungan, dan sosial. Secara generasional, pembangunan berkelanjutan memiliki dua implikasi, yaitu sekaligus implikasi intragenerasi dan implikasi intergenerasi. Implikasi intragenerasi memiliki makna bahwa pembangunan berkelanjutan memenuhi kebutuhan-kebutuhan generasi di masa sekarang untuk hidup sejahtera dan meningkatkan kualitas kehidupan mereka. Implikasi intergenerasi memiliki makna bahwa pembangunan berkelanjutan memenuhi kebutuhan-kebutuhan solidaritas terhadap generasi di masa yang akan datang. Ini berarti bahwa melalui pembangunan berkelanjutan, subjek pelaksana pembangunan memiliki tanggung jawab terhadap keberlangsungan generasi masa mendatang melalui pelestarian dan konservasi sumber daya alam untuk generasi di masa mendatang (Pol, 2002).

Dua implikasi tersebut akan menjamin peningkatan kualitas hidup generasi di masa kini dan menjamin pelestarian sumber daya untuk generasi di masa mendatang. Ini berarti keseimbangan pembangunan berkelanjutan dalam bidang ekonomi, sosial, dan teknologi yang meningkatkan kualitas hidup akan menjamin kesejahteraan atau kebahagiaan manusia di masa kini maupun di masa yang akan datang. Peningkatan kualitas hidup manusia yang membantu proses kesejahteraan dan kebahagiaan adalah salah satu tujuan penting dalam hidup manusia yang pada masa kini menjadi salah satu isu penting dalam aliran psikologi yang utama pada abad 21, yaitu psikologi positif (Baumgardner & Crothers, 2010). Melalui perspektif kesejahteraan dan kebahagiaan di masa kini dan masa mendatang maka ini berarti subjek pembangunan yang melaksanakan pembangunan tidak hanya



berpikir, berperasaan, dan berperilaku untuk generasinya saja tapi juga untuk kesejahteraan dan kebahagiaan generasi di masa mendatang.

Keseimbangan pembangunan di masa kini dan perspektif keberlanjutan di masa mendatang secara teoritis adalah sebuah idealisme (*das sollen*) namun dalam dunia riil (*das sein*) terjadi proses dialektika tesis, antitesis, dan sintesis. Sering kali terjadi ketegangan antara kepentingan masa kini yang bersifat kapitalistik material dan kepentingan masa depan lingkungan yang bersifat radikal. Dalam hal ini institusi-institusi keilmuan, termasuk psikologi lingkungan, memiliki tugas mensintesis ketegangan-ketegangan antara dua kepentingan ekstrim tersebut.

### **Psikologi Lingkungan**

Pakar psikologi sosial, Baron & Byrne (2004) mengemukakan bahwa psikologi lingkungan adalah disiplin yang membahas saling hubungan di antara dunia fisik dan perilaku manusia. Psikologi lingkungan adalah cabang psikologi yang menekankan perhatiannya pada isu-isu lingkungan berdasar pada sudut pandang pengetahuan dan metode yang telah dikembangkan oleh cabang-cabang psikologi yang lain. Berdasar pada pengertian itu maka dapat diajukan kesimpulan bahwa psikologi lingkungan adalah disiplin psikologi yang mengkaji saling hubungan yang selaras di antara perilaku manusia dengan lingkungan buatan dan lingkungan alamiah.

Veitch dan Arkkelin (1995) memberikan definisi psikologi lingkungan sebagai disiplin perilaku yang bersifat multidisipliner memiliki fokus pada saling hubungan antara perilaku dan pengalaman seseorang dengan lingkungan fisik maupun sosial. Disiplin ini memiliki orientasi bersifat teoritis maupun yang bersifat praktis. Melalui definisi semacam itu maka dapat disimpulkan bahwa psikologi lingkungan mencoba melakukan pemahaman integratif dan sistematis terhadap proses yang saling terkait dalam hubungan yang ada di antara organisme dan lingkungan.

Nasar (2015) mengemukakan bahwa psikologi lingkungan adalah bidang interdisipliner yang memiliki pandangan bahwa manusia dan lingkungan fisik bersifat interdependen. Eksplorasi keilmuan

psikologi lingkungan menggunakan metode penelitian ilmu-ilmu sosial untuk mendeskripsikan dan memahami hubungan antara manusia dan lingkungan. Pendekatan keilmuan dalam psikologi lingkungan bersifat multidisipliner dan pendekatan yang bersifat sosial-ekologi. Topik-topik umum yang diteliti dalam psikologi lingkungan sangat beranekaragam, di antaranya adalah:

- Kognisi lingkungan,
- Persepsi lingkungan,
- Sikap dan perilaku lingkungan.
- Stres lingkungan,
- Bising,
- Kesusakan (crowding),
- Kepadatan (density),
- Ruang pribadi,
- Teritori,
- Privasi,
- Lingkungan institusional,
- Lingkungan residensial,
- Perencanaan lingkungan dan partisipasi lingkungan,
- Pelestarian lingkungan.

Dalam upaya untuk mampu mendeskripsikan, menjelaskan, meramal, dan memecahkan masalah hubungan selaras antara perilaku manusia dan lingkungan sekitar, psikologi lingkungan menggunakan metode penelitian sebagai sarana utama. Metode penelitian dalam penelitian psikologi lingkungan meliputi metode positivistik kuantitatif, metode interpretif kualitatif (Connole, 1993; Hanurawan, 2016a), metode kritis (penelitian tindakan), dan metode penelitian & pengembangan (research and development). Pemilihan metode dilakukan secara parsimoni sesuai dengan objek penelitian dan tujuan penelitian.

## **PERAN PSIKOLOGI LINGKUNGAN UNTUK PEMBANGUNAN BERKELANJUTAN**

Pembangunan berkelanjutan adalah prinsip-prinsip organisasi untuk memenuhi tujuan-tujuan pembangunan manusia sementara pada waktu yang sama memberlanjutkan sistem alam untuk menyediakan layanan sumber alam dan ekosistem di mana ekonomi dan masyarakat bergantung. Salah satu isu penting dalam pembangunan berkelanjutan yang terkait langsung dengan psikologi lingkungan adalah keberlanjutan lingkungan (*environmental sustainability*). Dalam hal ini isu keberlanjutan lingkungan menjadi interes banyak negara di dunia pada abad 21, khususnya di negara-negara yang sudah maju. Dalam hal ini Oskamp (2000) mengemukakan bahwa dalam upaya membantu memecahkan masalah pembangunan yang merusak lingkungan tidak hanya menjadi tugas ilmu alam atau ilmu rekayasa namun juga menjadi tugas ilmu-ilmu kemanusiaan atau ilmu-ilmu sosial. Alasan perlunya keberadaan ilmu-ilmu sosial tersebut dikarenakan masalah-masalah pembangunan timbul karena perilaku manusia dan upaya-upaya memecahkan masalah itu perlu melalui penanganan terhadap perilaku manusia.

Ilmu-ilmu sosial dan ilmu perilaku memiliki posisi yang penting dalam pencapaian tujuan pembangunan berkelanjutan lingkungan secara berhasil. Vlek dan Steg (2007) mengemukakan penelitian ilmu-ilmu sosial dan penelitian ilmu-ilmu perilaku adalah krusial untuk melindungi keberlanjutan lingkungan dan sekaligus meningkatkan lingkungan tempat hidup manusia. Keberlanjutan lingkungan memiliki tujuan untuk melindungi kualitas lingkungan yang memadai. Perlindungan terhadap kualitas lingkungan yang memadai meliputi perlindungan terhadap sumber daya alam, keanekaragaman hayati, keanekaragaman binatang, ekosistem, dan lingkungan tempat tinggal manusia.

Salah satu ragam ilmu-ilmu sosial atau ilmu-ilmu kemanusiaan adalah ilmu psikologi. Dalam hal ini psikologi adalah ilmu tentang perilaku manusia yang dalam kaitan dengan pembangunan bertugas menjelaskan dan memecahkan perilaku manusia yang menyebabkan terjadinya ancaman dan kerusakan lingkungan. Lebih spesifik,

bidang psikologi yang berhubungan dengan ancaman dan kerusakan lingkungan akibat pembangunan yang tidak berkelanjutan adalah psikologi lingkungan.

### **Definisi dan Ruang Lingkup Psikologi Lingkungan Bersifat Pro-Pembangunan Berkelanjutan**

Secara definisi dan ruang lingkup kajian psikologi lingkungan, psikologi lingkungan terlihat secara otomatis sudah memihak pada pembangunan yang berkelanjutan. Apabila ditelaah secara mendalam tentang pengertian psikologi lingkungan maka kita dapat melihat bahwa definisi tersebut memiliki makna bahwa psikologi lingkungan di dalam dirinya (an sich) adalah bidang ilmu yang mendukung konsep pembangunan berkelanjutan. Seperti telah diuraikan sebelumnya bahwa psikologi lingkungan adalah bidang psikologi yang memdeskripsikan, menjelaskan, memprediksi, dan merekayasa hubungan yang selaras antara perilaku manusia dan lingkungan sekitar. Konsep hubungan selaras antara perilaku manusia dan lingkungan sekitar tersebut mengandung makna bahwa hubungan tersebut secara resiprokal bersifat saling menguntungkan, baik untuk manusia maupun lingkungan. Konsep seperti ini mengandung makna bahwa konsep saling menguntungkan tidak hanya di masa kini tapi juga untuk di masa mendatang. Ini terjadi karena manusia dan lingkungan terus mengalami siklus perkembangan antar generasi. Pengertian psikologi lingkungan tersebut menggambarkan perspektif yang bersifat berkelanjutan.

Demikian pula apabila pengertian psikologi lingkungan diderivasikan ke dalam topik-topik psikologi lingkungan maka topik-topik itu dapat dilihat dari perspektif pembangunan yang berkelanjutan atau sebaliknya pembangunan berkelanjutan berperspektif psikologi lingkungan. Seperti telah dikemukakan sebelumnya topik-topik yang menjadi ruang lingkup kajian psikologi lingkungan antara lain adalah: kognisi lingkungan, persepsi lingkungan, sikap lingkungan, stres lingkungan, bising, kesesakan (crowding), kepadatan (density), ruang pribadi, teritori, privasi, lingkungan institusional, lingkungan residensial, sikap dan perilaku pro-lingkungan hidup dan perencanaan lingkungan dan partisipasi lingkungan, dan pelestarian lingkungan.

Contoh dari penerapan topik-topik psikologi lingkungan dalam pembangunan berkelanjutan adalah dalam pembangunan lingkungan residensial berupa perumahan di daerah perkotaan. Pembangunan perumahan di daerah perkotaan perlu memperhatikan kriteria-kriteria antara lain adalah sebagai berikut: **Aspek ketenangan (tidak bising)**. Bising adalah suara yang dianggap mengganggu. Aspek bising (*noise*) di pembangunan lingkungan perumahan di daerah urban kota besar Indonesia perlu diantisipasi. Ini berarti dalam konteks pembangunan berkelanjutan aspek ketenangan perlu untuk diperhatikan, baik untuk masa kini maupun untuk masa mendatang. Antisipasi untuk masa depan itu adalah dalam kerangka agar lokasi perumahan tersebut di masa mendatang tidak menjadi daerah yang bising atau super bising. Secara psikologis, bising dapat menimbulkan masalah stres lingkungan maupun masalah kesehatan fisik (kerusakan alat pendengaran).

**Reduksi kepadatan dan kesesakan.** Kepadatan adalah jumlah orang pada suatu lokasi tertentu sedang kesesakan adalah persepsi tentang kesesakan dalam suatu lingkungan tertentu. Aspek kepadatan dan kesesakan dalam pembangunan lingkungan perumahan di daerah urban kota besar Indonesia perlu diantisipasi. Ini berarti dalam konteks pembangunan berkelanjutan aspek jumlah orang dalam rumah dan lingkungan perumahan perlu untuk diperhatikan, baik untuk masa kini maupun untuk masa mendatang. Antisipasi untuk masa depan itu adalah dalam kerangka agar lokasi perumahan tersebut di masa mendatang tidak menjadi daerah yang padat atau sesak. Secara psikologis, kepadatan dan sesak dapat menimbulkan masalah stres lingkungan maupun masalah kesehatan fisik, dan perilaku komunikasi.

Demikian beberapa kriteria psikologi lingkungan yang perlu diperhatikan agar pembangunan lingkungan dapat menjadi pembangunan yang berperspektif berkelanjutan. Kriteria lain yang dapat diterapkan adalah ruang pribadi, teritori, privasi, lingkungan institusional, lingkungan residensial, sikap dan perilaku pro-lingkungan hidup, dan perencanaan lingkungan dan partisipasi lingkungan.

Secara metode penelitian, psikologi lingkungan dapat menggunakan berbagai pendekatan penelitian. Dalam upaya untuk

memperoleh informasi deskriptif tentang hubungan perilaku manusia dan lingkungan dalam konteks pembangunan berkelanjutan maka digunakan penelitian kuantitatif dan penelitian kualitatif. Dalam upaya melakukan perubahan-perubahan agar pembangunan menjadi lebih berkelanjutan maka dilakukan penelitian tindakan, dan apabila bermaksud mengembangkan suatu produk yang memiliki wawasan pembangunan berkelanjutan maka digunakan pendekatan penelitian dan pengembangan (R & D).

### **Tiga Profesi Psikologi Lingkungan untuk Pembangunan Berkelanjutan**

Dalam filsafat ilmu terdapat suatu pendapat bahwa ilmu perlu memiliki manfaat langsung untuk kehidupan manusia, termasuk untuk mencapai tujuan kesejahteraan dan kebahagiaan manusia. Pendapat ini juga berlaku untuk bidang ilmu psikologi lingkungan. Dalam hal ini psikologi lingkungan pun perlu mengabdikan dirinya untuk membantu tercapainya kesejahteraan dan kebahagiaan manusia.

Salah satu manfaat penting psikologi lingkungan untuk kesejahteraan manusia dan kebahagiaan manusia adalah melalui aplikasi teori dan hasil penelitian untuk pembangunan berkelanjutan. Manfaat itu memiliki fondasi pada dasar aksiologi filsafat ilmu psikologi lingkungan untuk pembangunan berkelanjutan. Apabila dilakukan penelaahan terkait dengan hubungan yang mungkin ada antara psikologi lingkungan dengan pembangunan berkelanjutan maka dapat dikemukakan bahwa hubungan itu sangat erat. Keeratan hubungan antara psikologi lingkungan dengan pembangunan berkelanjutan terutama terakait dengan salah satu topik dalam filsafat ilmu. Topik itu adalah yang berhubungan dengan dasar aksiologis ilmu atau dasar nilai terkait dengan eksistensi ilmu. Topik tersebut adalah:

Apakah ilmu bebas nilai (*value free*) atau apakah ilmu terkandung nilai (*value laden*)? Jawaban terhadap pertanyaan tersebut secara jelas pada abad 21 adalah ilmu tidak bebas nilai atau terkandung konsekuensi-konsekuensi nilai di dalamnya.

Berdasar asumsi paradigmatik bahwa ilmu tidak bebas nilai maka hubungan yang ada antara ilmu psikologi lingkungan dan

pembangunan berkelanjutan pun seharusnya (*das sollen*) tidak bebas nilai. Ini berarti bahwa psikologi lingkungan perlu memperhatikan nilai-nilai yang diyakini oleh masyarakat terkait dengan pembangunan yang ada dalam suatu masyarakat. Dalam hal ini psikologi lingkungan perlu memiliki peran langsung untuk membantu proses pembangunan berkelanjutan.

Bidang-bidang yang terkait dengan masalah lingkungan hidup antara lain adalah keberlanjutan sumber daya lingkungan, kontrol terhadap pertumbuhan populasi dunia, pencemaran lingkungan (udara, air, dan tanah). Topik terkait dengan keberlanjutan sumber daya lingkungan dapat dianalisis melalui pengembangan keyakinan, sikap, dan perilaku pro-lingkungan yang memihak pada pemeliharaan sumber daya lingkungan yang berkelanjutan, baik dalam skala individu maupun dalam skala kelompok. Fenomena terkait dengan pencemaran lingkungan (udara, air, dan tanah) dapat dibantu oleh para ahli psikologi lingkungan dengan mengembangkan kesadaran kritis masyarakat melalui pembentukan opini publik tentang isu-isu pencemaran lingkungan berdasar teori-teori dan hasil-hasil penelitian psikologi sosial yang relevan, seperti teknik-teknik persuasi dan komunikasi massa yang efektif.

Secara operasional peran psikologi lingkungan untuk pembangunan berkelanjutan dapat dilihat pada peran orang-orang yang memiliki kompetensi psikologi lingkungan untuk pembangunan berkelanjutan. Peran orang yang memiliki kompetensi psikologi lingkungan dapat dirinci sebagai berikut: **Ahli psikologi lingkungan menjadi ilmuwan murni**. Ilmuwan murni adalah ilmuwan yang melakukan penelitian yang bersifat murni. Penelitian yang bersifat murni adalah penelitian yang bertujuan untuk memperoleh penjelasan-penjelasan umum berupa teori dasar (*basic theory*) tentang hubungan selaras antara perilaku manusia dan lingkungan sekitar. Teori-teori dasar psikologi lingkungan misalnya adalah teori pembangkitan (*arousal theory*), teori beban rangsang (*stimulus load theory*), teori kendala perilaku (*behaviour constraint theories*), teori tingkat adaptasi (*adaptasi level theory*), dan teori ekologi (*ecology theory*). Keberadaan teori dasar tentang hubungan harmonis antara manusia dan lingkungan

dapat pula diarahkan untuk menjelaskan keberadaan fenomena perilaku manusia dalam hubungannya dengan pembangunan yang berkelanjutan. Dalam pembangunan yang berkelanjutan, teori dasar tersebut dapat digunakan untuk menjelaskan dan meramalkan masalah-masalah lingkungan yang timbul akibat pembangunan yang tidak berperspektif masa depan. Selain itu teori dasar tersebut dapat digunakan pula sebagai dasar teoritis untuk mengembangkan pemecahan masalah-masalah lingkungan sehingga pembangunan mampu mencapai keberlanjutan.

Ahli psikologi lingkungan sebagai ilmuwan terapan. Ahli psikologi lingkungan sebagai ilmuwan terapan melakukan penelitian dan pengembangan teori dalam penelitian yang bersifat terapan. Ilmuwan psikologi lingkungan terapan melakukan penelitian tentang masalah-masalah lingkungan yang sedang terjadi dalam masyarakat, termasuk topik-topik yang terkait dengan psikologi berkelanjutan, seperti perilaku konsevasi sumberdaya alam, sikap dan perilaku lingkungan untuk rekayasa perilaku pro-lingkungan. Penelitian yang bersifat terapan adalah penelitian yang bertujuan untuk memperoleh pemecahan langsung bagi masalah-masalah yang sedang terjadi dalam masyarakat (Steg & Rothengatter, 2008).

Pakar psikologi lingkungan terapan berminat untuk mengaplikasikan teori-teori psikologi sosial ke dalam bidang-bidang nyata kehidupan. Aktivitas ilmuwan psikologi sosial terapan terutama ditujukan pada aplikasi teori-teori terhadap masalah-masalah aktual dan pemecahan langsung terhadap masalah-masalah sosial. Salah satu contoh penelitian yang dilakukan oleh ilmuwan terapan adalah penelitian yang memiliki rancangan penelitian evaluasi. Penelitian evaluasi memanfaatkan berbagai metode ilmu-ilmu sosial untuk menilai proses dan hasil suatu kebijakan sosial atau suatu program sosial. Contoh penelitian seperti itu adalah: Pengaruh pelaksanaan program jaring pengaman sosial terhadap peningkatan perilaku pro-lingkungan hidup warga kota Malang di era krisis ekonomi. Apabila sebagian besar ilmuwan psikologi lingkungan murni bekerja di lingkungan akademis, ahli psikologi lingkungan terapan lebih cenderung bekerja pada departemen-departemen yang ada dalam pemerintahan



atau pada perusahaan-perusahaan swasta yang bersentuhan langsung dengan masalah-masalah keberlanjutan lingkungan yang ada dalam komunitas, masyarakat, maupun negara.

**Ahli psikologi lingkungan sebagai praktisi profesional.** Para ahli psikologi lingkungan terapan sebagai praktisi profesional dapat menempati bervariasi posisi dalam masyarakat. Posisi-posisi itu adalah sebagai pelatih (trainer), konsultan, pengembang masyarakat terkait isu-isu lingkungan, anggota tim advokasi masyarakat terkait kerusakan lingkungan, dan pengembang program pemberdayaan masyarakat untuk perilaku pro-lingkungan. Sebagai seorang praktisi profesional, mereka berupaya menerapkan pengetahuan dan keterampilan psikologi lingkungan yang berlandaskan pada teori dan paradigma psikologi sosial untuk membangun hubungan selaras antara manusia dan lingkungan yang bersifat efektif, melalui pemberian pelatihan, pemberian konsultasi, pengembangan masyarakat, pemberian advokasi kepada masyarakat, dan pengembangan program pemberdayaan masyarakat.

Ahli psikologi lingkungan sebagai pelatih dalam pelaksanaan hubungan antar manusia melakukan perancangan dan pemberian fasilitas kondisi-kondisi belajar yang memberi kesempatan kepada para partisipan untuk meningkatkan keterampilan-keterampilan dalam melaksanakan perencanaan, implementasi, evaluasi, dan tindak lanjut terkait pembangunan lingkungan yang memiliki wawasan berkelanjutan.

Ahli psikologi lingkungan sebagai konsultan yang berperan sebagai pakar dalam proses-proses psikologi lingkungan dan teori-teori psikologi lingkungan memiliki kemampuan membantu kelompok, organisasi, dan masyarakat dalam memecahkan masalah-masalah lingkungan yang sedang dihadapi. Contoh dari peran semacam ini adalah pemberian saran-saran yang diberikan oleh para pakar psikologi lingkungan terapan sebagai konsultan perusahaan tentang cara pembangunan suatu pabrik yang pro keberlanjutan.

Ahli psikologi lingkungan sebagai pengembang program bertujuan untuk mencari dan memilih pendekatan-pendekatan yang paling efektif untuk mengembangkan program-program

pembangunan yang berwawasan lingkungan berkelanjutan. Mereka dapat mengkombinasikan teori-teori, hasil-hasil penelitian, dan praktek psikologi lingkungan untuk menciptakan program-program pembangunan yang efektif.

Ahli psikologi lingkungan yang bertugas memberi advokasi kepada masyarakat terhadap isu-isu publik terkait pembangunan berkelanjutan, berperan langsung dalam kancah wacana politik. Dalam konteks ini, mereka memanfaatkan kepakarannya sebagai kekuatan penekan terhadap insititusi-institusi tertentu agar terjadi perubahan-perubahan yang lebih menguntungkan kesejahteraan untuk pihak publik. Dalam usaha itu, para ahli psikologi lingkungan sering bekerja sama dengan kelompok-kelompok atau institusi-institusi lain. Contoh peran advokasi ini adalah rekomendasi para ahli psikologi lingkungan sebagai praktisi profesional tentang pengembangan sebuah kompleks industri yang sesuai dengan prinsip-prinsip psikologi lingkungan dan prinsip-prinsip pembangunan berkelanjutan.

### **Bekerja Sama dengan Ilmu-Ilmu Lain**

Dalam upaya untuk melaksanakan pembangunan berkelanjutan, psikologi lingkungan tidak bekerja sendiri. Psikologi lingkungan melakukan kerja sama secara interdisipliner dengan ilmu-ilmu lain. Kerja sama tersebut dapat dilakukan dengan cabang-cabang psikologi yang lain dan dengan ilmu-ilmu di luar psikologi.

Cabang-cabang psikologi lain yang relevan dengan pembangunan berkelanjutan di antaranya adalah: psikologi ergonomi, psikologi sosial, psikologi industri dan organisasi, psikologi klinis, dan psikologi pendidikan. Ilmu-ilmu di luar psikologi yang dapat bekerja sama dengan psikologi lingkungan untuk melaksanakan pembangunan berkelanjutan adalah ilmu-ilmu humaniora atau ilmu-ilmu kemanusiaan dan ilmu-ilmu alam. Secara lebih khusus, ilmu-ilmu yang termasuk ilmu-ilmu humaniora adalah: filsafat, sosiologi, ekonomi, pendidikan, antropologi, dan manajemen. Ilmu-ilmu yang termasuk ilmu-ilmu alam antara lain adalah: fisika, kimia, biologi, geografi, kehutanan, dan teknik. Kerja sama dengan ilmu-ilmu lain perlu dilakukan agar tujuan-tujuan pencapaian pembangunan berkelanjutan menjadi lebih optimum.

## **KESIMPULAN**

Beberapa kesimpulan dan saran berdasar uraian tentang psikologi lingkungan dan pembangunan berkelanjutan adalah sebagai berikut:

- Pembangunan adalah upaya-upaya yang dilakukan manusia untuk meningkatkan kesejahteraan hidup.
- Pembangunan dapat menghasilkan dampak negatif berupa masalah-masalah lingkungan dan masalah-masalah kemanusiaan.
- Solusi agar pembangunan dapat mampu mensejahterakan manusia dan lingkungan adalah melalui pembangunan berkelanjutan. Pembangunan berkelanjutan adalah pembangunan yang memperhatikan kebutuhan generasi di masa kini sekaligus kebutuhan generasi di masa mendatang.
- Psikologi lingkungan adalah salah satu cabang psikologi yang dapat dimanfaatkan untuk melaksanakan pembangunan berkelanjutan. Secara definisi dan ruang lingkup kajian psikologi lingkungan, psikologi lingkungan memiliki pemihakan pada pembangunan yang berkelanjutan.
- Peran seorang yang memiliki kompetensi psikologi lingkungan untuk pembangunan berkelanjutan adalah sebagai ilmuwan murni, ilmuwan terapan, dan praktisi.
- Dalam upaya mencapai tujuan pembangunan berkelanjutan, psikologi lingkungan melakukan kerja sama secara interdisipliner dengan ilmu-ilmu lain, baik cabang-cabang psikologi lain, ilmu-ilmu humaniora lain, dan ilmu-ilmu alam.





# GLOSARIUM

Bising adalah suara atau kumpulan suara yang dirasakan mengganggu oleh seseorang, baik secara fisiologis maupun psikologis.

Gangguan stres pasca trauma (PTSD) adalah gangguan kecemasan karena mengalami peristiwa-peristiwa traumatik.

Ilmu adalah susunan pengetahuan tentang suatu fenomena yang diperoleh melalui metode penelitian ilmiah yang kebenarannya telah disepakati secara intersubjektif oleh suatu komunitas ilmiah tertentu.

Kepadatan (density) adalah kepadatan yang mengacu pada jumlah nyata (objektif) orang-orang yang menempati suatu tempat tertentu.

Kesehatan adalah keadaan sejahtera secara fisik, mental, dan sosial.

Kelekatan tempat (*place attachment*) adalah keterikatan emosional yang dimiliki oleh individu atau kelompok terhadap suatu tempat yang bersifat geografis.

Kognisi lingkungan (*environmental cognition*) adalah cara berpikir individu terhadap lingkungan.

Metode penelitian psikologi lingkungan adalah prosedur yang memungkinkan bagi seorang ilmuwan untuk memperoleh kebenaran tentang pemahaman, penjelasan, peramalan, rekayasa, dan pemberdayaan terhadap suatu gejala kejiwaan dan perilaku manusia terkait lingkungan fisik.

Persepsi kesesakan (crowding) adalah pengalaman subjektif yang berhubungan dengan jumlah orang yang dianggap melebihi ambang batas seseorang.

Persepsi lingkungan adalah pemahaman individu terhadap lingkungan.

Privasi adalah pemanfaatan lingkungan fisik sebagai upaya untuk membatasi kontak sosial sehingga mencapai pada tingkat yang disukai oleh seseorang.

Privasi (*privacy*) adalah pemanfaatan lingkungan fisik sebagai upaya untuk membatasi kontak sosial sehingga mencapai pada tingkat yang disukai oleh seseorang.

Psikologi adalah ilmu tentang fenomena perilaku dan kejiwaan manusia.

Psikologi lingkungan sebagai disiplin psikologi yang mengkaji saling hubungan di antara perilaku individu dengan lingkungan buatan dan lingkungan alamiah.

Pembangunan berkelanjutan adalah prinsip-prinsip organisasi untuk memenuhi tujuan-tujuan pembangunan manusia wementara pada waktu yang sama memberlanjutkan sistem alam untuk menyediakan layanan sumber alam dan ekosistem di mana ekonomi dan masyarakat bergantung

Psikologi lingkungan tentang lingkungan kerja adalah bidang psikologi lingkungan yang membantu mendeskripsikan, meramalkan, dan memecahkan masalah interaksi antara perilaku manusia dan lingkungan kerja mereka.

Ruang pribadi (*personal space*) adalah gelembung ruang psikologis yang mngelilingi individu. Ruang pribadi adalah jarak dinamis dan komponen orientasi dari hubungan interpersonal

Sikap lingkungan adalah evaluasi subjektif seseorang terhadap suatu objek lingkungan.

Stres lingkungan adalah reaksi organisme terhadap rangsang (*stimulation*) lingkungan yang tidak menyenangkan.

Teori beban rangsang adalah teori yang menjelaskan bahwa manusia memiliki kemampuan yang terbatas dalam melakukan pemrosesan terhadap informasi-informasi (rangsang) yang diterimanya.

Teori kendala perilaku adalah teori yang memfokuskan studinya pada kendala-kendala yang dihadapi oleh organisme dalam berinteraksi dengan ligkungannya.

Teori pembangkitan menjelaskan bahwa secara umum kinerja individu dapat menjadi maksimal pada tingkat pembangkitan menengah.

Teori psikologi lingkungan adalah penjelasan lengkap tentang fenomena psikologi lingkungan.

Teori psikologi ekologi mengemukakan pentingnya kesesuaian antara perilaku organisme dan lingkungan.

Teori stres lingkungan adalah teori yang mengemukakan respon stres dari organisme timbul terutama karena ciri-ciri lingkungan itu melebihi batas optimal ambang penerimaan dirinya. Secara otomatis, setelah menghadapi keadaan semacam itu maka kemudian organisme menciptakan cara-cara perilaku tertentu untuk dapat mengakhiri stres itu.

Teori tingkat adaptasi adalah teori yang mengemukakan tingkat rangsang menengah adalah tingkat yang dapat memaksimalkan perilaku.

Teritori adalah pola perilaku dan pengalaman yang berhubungan dengan kontrol, yang sering kali tanpa instrumen kekerasan, terhadap ruang fisik.





# DAFTAR PUSTAKA

- Albarracia, D., Johnson, B., Fishbein, M., & Muellerleile, P.A. (2001). Theories of Reasoned Action and Planned Behavior as Models of Condom Use: A Meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 127, 142-161.
- Amberger, A. & Eder, R. 2012. The Influence of Green Space on Community Attachment of Urban and Suburban Residents. *Urban Forestry & Urban Greening*, 11 (1), 41-49.
- American Psychological Association. 2022. *APA Dictionary of Psychology*. Washington: American Psychological Association.
- Aronson, E., Wilson, T.D., & Akert, R.M. 1997. *Social Psychology*. New York: Longman.
- Banister, P., Burman, E., Parker, L., Taylor, M., dan Tindall, C. 1994. *Qualitative Methods In Psychology: A Research Guide*. Buckingham Philadelphia: Open University Press.
- Baron, R.A. & Byrne, D. 1997. *Social Psychology. Understanding Human Interaction*. Boston: Allyn And Bacon, Incorporation.
- Baron, R.A. & Byrne, D. 2004. *Social Psychology. Understanding Human Interaction*. Boston: Allyn & Bacon.
- Baumgardner, S.R. & Crothers, M.K. 2010. *Positive Psychology*. Upper Saddle River, New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Bechtel, R.B. 2010. *Environmental Psychology*. Corsini Encyclopedia of Psychology. ResearchGate. [https://www.researchgate.net/.../278307417\\_Corsini\\_Encyclopedia\\_of Psychology](https://www.researchgate.net/.../278307417_Corsini_Encyclopedia_of_Psychology). Diakses pada 24 Juli 2018.
- Beck, R.C. 1992. *Applying Psychology: Critical And Creative Thinking*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice Hall.

- Bell, P.A., Greene, T.C., Fisher, J.D., & Baum, A. 1996. *Environmental Psychology*. Forth Worth: Hartcourt Brace College Publishers.
- Billota, E., Vaid, U., & Evans, G.W. 2019. Environmental Stress. L. Steg & J.I.M. (Eds.). *Environmental Psychology. An Introduction* (pp. 36-44). River Street, Hoboken, NJ: John Wiley & Sons Ltd.
- Bonnes, M. & Carrus, G. 2004. Environmental Psychology. C. Speilberger (Ed.). *Encyclopedia of Applied Psychology. Volume 1* (pp. 801-814). New York: Elsevier Academic Press.
- Brown, B., Perkins, D.D., & Brown, G. 2003. Place Attachment in Revitalizing Neighborhoods: Individual and Block Level Analysis. *Journal of Environmental Psychology*, 23 (3), 259-271.
- Colman, A.M. 2006. *A Dictionary of Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Dalton, J.H. Elias, M.J., & Wandersman, A. 2007. *Community Psychology: Linking Individuals and Communities*. Belmont CA: Thomson.
- Cohen, C. & Manion, L. 1989. *Research Methodology in Education*. Sydney: Fourthworth.
- Colman, A.M. 2006. *A Dictionary of Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Connole, H.C. 1993. Issues and Methods in Research. Dalam H.C. Connole, B. Smith, & R. Wiseman (Eds.). *Research Methodology 1: Issues and Methods in Research* (pp 1-9). Geelong: Deakin University.
- Coolican, H. 2014. *Research Methods and Statistics in Psychology*. New York: Psychology Press.
- Dalton, J.H. Elias, M.J., & Wandersman, A. 2007. *Community Psychology: Linking Individuals and Communities*. Belmont CA: Thomson.
- Denzin, N.K. (1995). Symbolic Interactionism. Dalam A.J. Smith, R. Harre & L. Van Langenhove (Eds.). *Rethinking Psychology*. London: Sage Publications.
- Denzin, N.K. & Lincoln, Y.S. (1994). Introduction: Entering the field

- of Qualitative Research. Dalam N.K. Denzin & Y.S. Lincoln (Eds.). *Handbook of Qualitative Research*. Thousand Oaks, C.A.: Sage Publications.
- Elliot, R., Jobber, D., & Sharp, J. 1995. Using Theory of Reasoned Action To Understand Organizational Behaviour: The Role of Belief Salience. *British Journal of Social Psychology*, 34, 161-172.
- Eagly, A.H. 1992. Uneven Progress: Social Psychology and the Study of Attitudes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 693-710.
- Eagly, A.H., & Chaiken, S. 1993. *The Psychology of Attitudes*. Fortworth, Florida: Harcourt Brace Jovanovich College Publishers.
- Fishbein, M., & Ajzen, I. 1975. *Belief, Attitudes, Intention, and Behavior: An Introduction to Theory and Research*. Armherst, Massachusetts: Addison Wesley.
- Fishbein, M., & Ajzen, I. 1980. *Understanding Attitudes and Predicting Social Behavior*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice Hall.
- Fisher, R.J. 1982. *Social Psychology. An Applied Approach*. New York: St. Martin Press.
- Fernandez-Ballesteros, R. 2002. Challenges of Applied Psychology for the Third Millenium: Introduction to the Special Issue. *Applied Psychology: An International Review*, 51 (1), 1-4.
- Gifford, R., Steg, L. & Reser, J.P. 2011. Environmental Psychology. Dalam P.M. Martin, F.M. Cheung, M.C. Knowles, M. Kyrios, L. Littlefield, J.B. Overmier, & J.M. Prieto (Eds.) *The IAAP Handbook of Applied Psychology* (pp. 440-470). New York: Blackwell Publishing Ltd.
- Gifford, R. & McCunn, L.J. 2019. Appraising and Designing Built Environments that Promoting Well-Being and Healthy Behaviour. Dalam L. Steg & J.I. de Groot (Eds). *Environmental Psychology. An Introduction* (pp. 194-112). Hoboken, N.J.: John Wiley & Sons Ltd.
- Giles, M. & Cairns, E. 1995. Blood Donation And Ajzen's Theory Of Planned Behaviour: An Examination Of Perceived Behavioural Control. *British Journal of Social Psychology*, 34, 173-188.

- Giorgi, A. 1995. *Phenomenological Psychology*. Dalam A.J. Smith, R. Harre & L. Van Langenhove (Eds.), *Rethinking psychology*. London: Sage Publications.
- Hadi, C. & Hanurawan, F. 2017. *Psikologi Industri dan Organisasi*. Suatu Pengantar Singkat. Sidoarjo: Zifatama Jawara..
- Hanurawan, F. 2009. Hubungan Sikap, Norma Subjektif, dan Niat Perilaku Remaja Meniru Penampilan Fisik Pemusik Rock. *Ilmu Pendidikan. Jurnal Kajian Teori dan Praktik Kependidikan*, 36 (2): 161-165.
- Hanurawan, F. 2010. *Psikologi Sosial. Suatu Pengantar*. Bandung: Universitas Negeri Malang & PT Remaja Rosdakarya.
- Hanurawan, F. 2014. *Prevensi Psikologi Sosial terhadap Perilaku Kekerasan Seksual. Makalah dipresentasikan dalam Seminar Nasional Pendekatan Integratif Pendidikan Seksual dalam Menyiapkan Generasi Emas Indonesia yang diselenggarakan Fakultas Pendidikan Psikologi*. Malang, 2 November.
- Hanurawan, F. 2016a. *Psikologi Pendidikan Alternatif*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Hanurawan, F. 2016b. *Metode Penelitian Kualitatif untuk Ilmu Psikologi*. Jakarta: PT RadjaGrafindoPersada
- Hanurawan, F. 2018a. *Pengembangan Buku Panduan Lingkungan Perguruan Tinggi Untuk Prevensi Perilaku Agresi Berbasis Kehidupan Pancasila*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Hanurawan, F. 2018b. *Psikologi Sosial Terapan untuk Pemecahan Masalah-Masalah Perilaku Sosial*. Jakarta: PT RadjaGrafindo Persada.
- Hanurawan, F. 2020. *Filsafat Manusia untuk Psikologi*. Bandung: PT Rosdakarya.
- Hanurawan, F. & Diponegoro, A.M. 2005. *Psikologi Sosial Terapan dan Masalah-Masalah Sosial*. Yogyakarta: UAD Press.
- Hanurawan, F. & Suhariyadi, F. 2019. *Filsafat Ilmu Psikologi*. Bandung:

PT Remaja Rosdakarya.

- Kaiser, F.G., Wolfing, S., & Fuhrer, U.C. 1999. Environmental Attitudes and Ecological Behaviour. *Journal of Environmental Psychology*, 19, 1-19.
- Kashima, Y., Gallois, C., & McCamish, M. 1993. The Theory Of Reasoned Action and Cooperative Behaviour: It Takes Two To Use A Condom. *British Journal of Social Psychology*, 32, 227-239.
- Kuther, T.L. 2003. *Your Career in Psychology: Industrial-Organizational Psychology*. Belmont, CA: Thomson Wadsworth.
- Levi-Leboyer, C. 1982. *Psychology and Environment*. London: Sage Publications.
- Lewinski, P. 2015. Effects of of Classrooms' Architecture on Academic Performance in View Telic Versus Paratelic Motivation: A Review. *Frontier Psychology*, 6, 746..
- Ljsselsteijn, W., de Kort, Y., Midden, C., Eggen, B. 2006. Dalam W. Ijsselstein (Ed.). *Persuasive* (pp. 1-5). Berlin, Heidelberg: Springer-Verlag.
- Lindell, M.K. 2012. Responses to Environmental Disaster. Dalam S.D. Clayton (Ed.) *The Oxford of Environmental Psychology* (pp. 1-18). Oxford: Oxford University Press.
- Manstead, A.S.R. (1996). Attitudes and Behaviour. Dalam G.R. Semin & K. Fiedler (Eds.) *Applied Social Psychology* (pp. 33-49). London: Sage Publications.
- Manzo, L.C. & Devine-Wright, P. 2019. Place Attachment. Dalam L. Steg & J.I. de Groot (Eds). *Environmental Psychology. An Introduction* (pp. 135-143). Hoboken, N.J.: John Wiley & Sons Ltd.
- Maton, K.I. 2004. Community Psychology. C.D. Spielberger (Ed.) *Encyclopedia of Applied Psychology* (pp. 421-428). New York: Elsevier Academic Press.
- McCoi, J.M. 2006. Work Environment. Bechtel, R.B. & Churchman (Eds.) *A Handbook of Environmental Psychology* (pp. 443 - 460). New

- York: John Wiley & Son, Inc.
- McCormick, E.J. & Sanders, M.S. 1993. *Human Factors In Engineering And Design*. Mc Graw-Hill: New York.
- Midden, C. & Ham, J. 2019. Persuasive Technology To Promote Pro-environmental Behaviour. Dalam L. Steg & J.I.M. de Groot (Eds.). *Environmental Psychology. Introduction* (pp. 283-294). John Wiley and Sons Ltd. River Street, Hoboken: NJ.
- Newell, P.B. 1995. Perspectives on Privacy. *Journal of Environmental Psychology*, 15, 67-104.
- Nasar, J.N. 2015. Advances in Environmental Psychology (Editorial). *Behavioral Sciences*, 5, 384-387.
- Oltmann, T.F. & Emery, R.E. 2007. *Abnormal Psychology*. Upper Saddle River, New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Oskamp, S. 2000. Psychological Contributions to Achieving an Ecologically Sustainable Future For Humanity. *Journal of Social Issues*, 56 (3), 373-390.
- Pakasi, S. 1982. *Anak dan Perkembangannya. Sebuah Tinjauan Psiko-Pedagogis*. Jakarta: PT Gramedia.
- Persell, C.H. 1987. *Understanding Society. An Introduction to Sociology*. New York: Harper & Row Publishers, Inc.
- Pol, E. 2002. Environmental Management: A Perspective from Environmental Psychology. R.B. Bechtel & A. Churchman (Eds.) *Handbook of Environmental Psychology* (pp. 55-84). Danvers, MA: John Wiley and Sons, Inc.
- Putte, B.V.D., Hoogstraten, J., & Meerstens, R. 1996. A Comparison of Behavioral Alternative Models in the Context of the Theory of Reasoned Action. *British Journal of Social Psychology*, 35, 257-288.
- Riggio, R.E. 2010. *Introduction to Industrial/Organizational Psychology*. Prentice Hall: Upper Saddle River, New Jersey.
- Sanoff, H. & Walden, R. 2012 School Environment. Dalam S.D. Clayton

- (Eds.) *The Oxford Handbook of Environmental and Conversation Psychology* (pp- 1-24). Oxford: Oxford Library of Psychology.
- Segall, M.H., Dasen, P.R., Berry, J.W., & Poortinga, Y.H. 1990. *Human Behavior in Global Perspectives. An Introduction to Cross-cultural Psychology*. Boston: Allyn and Bacon.
- Smith, J.A. Harre, R. & Langenhove, L.V. 1995. Dalam A. Smith, R. Harre, & L.V. Langenhove (Eds.). *Rethinking Psychology*. Thousand Oaks: London Sage Publications.
- Steg, L. & Rothengatter, T. 2008. Introduction to Applied Social Psychology. L. Steg, A.P. Buunk, & T. Rothengatter (Eds.) *Applied Social Psychology* (pp. 1-27). Cambridge: Cambridge University Press.
- Steg, L., van den Berg, A.E., de Groot J.L.M. 2019. Environmental Psychology. History, Scope, and Methods L. Steg & J.I.M. de Groot (Eds.) *Environmental Psychology. An Introduction* (pp. 1-12). Hoboken NJ: John Wiley and Sons Ltd.
- Stephan, C.W., & Stephan, G.W. 1990. *Two Social Psychologies*. Belmont, California: Wodsworth Publisihing Company.
- Strickland, B. R. (Ed.). 2001. *Gale Encyclopedia of Psychology*. Farmington Hills, M.I.: Gale Groups.
- Tapia-Fonliem, C., Fraijo-Sing, B., Corral-Verdugo, V., Garza-Teran, G., & Moreno-Budahura, M. 2020. School Environments and Elementary School Children's Wellll Being in North Western Mexico. *Frontiers in Psychology*, 11, 11-8.
- The World Bank. 2018. *Sustanibility development*. Washington DC: The World Bank Group.
- Thompson, S.C.G. & Barton, M.A. 1994 Ecocentric and Anthropocentric Attitudes toward the Environment. *Journal of Environmental Psychology*, 14, 149-157.
- van den Berg, A.E., & Joye, Y., de Vries, S. 2019. *Health Benefits of Nature*. Dalam L. Steg & J.I. de Groot (Eds). *Environmental Psychology. An Introduction* (pp. 55-64). Hoboken, N.J.: John Wiley & Sons Ltd.

- Veitch, J.A. 2012. Work Environments. Dalam S.D. Clayton (Eds.). *The Oxford Handbook of Environmental and Conversation Psychology* (pp- 1-34). Oxford: Oxford Library of Psychology.
- Veitch, R. & Arkkelin, D. 1995. *Environmental Psychology. An Interdisciplinary Perspective*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice Hall.
- Vlek, C. & Steg, L. 2007. Human Behaviour and Environmental Sustainability: Problems, Driving Forces, And Research Topics. *Journal of Social Issues*, 63 (1), 1-19.
- Walker, R. 1985. *Applied Qualitative Research*. Vermont: Gower Publishing Company.
- Wiseman, R. 1993. The Interpretive Approach. Dalam H.C. Connole, B. Smith, & R. Wiseman (Eds.). *Research Methodology 1: Issues and Methods in Research*. Geelong: Deakin University.
- Wolf, K.L., K, Krueger, S. & Flora, K. 2014. *Place Attachment and Meaning. A Literature Review*. Washington: College of Environment, University of Washington.