

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

1.1.1. Latar Belakang Masalah

Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) dikenal luas sebagai kota pelajar. Julukan tersebut muncul karena Yogyakarta memiliki berbagai fasilitas pendidikan, mulai dari sekolah hingga perguruan tinggi, yang berkualitas dan telah terakreditasi baik di tingkat nasional (Yulianto, 2021). Oleh sebab itu, banyak anak muda dari berbagai daerah datang ke Yogyakarta untuk menempuh pendidikan tinggi. Fenomena ini menjadikan Yogyakarta sebagai salah satu kota tujuan utama bagi pelajar dan mahasiswa di Indonesia.

Secara sosiologis, proses transisi kaum muda tidak terlepas dari peran institusi-institusi yang dianggap sah dalam masyarakat, seperti keluarga, pendidikan, dan dunia kerja. Generasi Z (Gen Z) umumnya melewati tiga tahapan penting, yaitu peralihan menuju kehidupan berumah tangga, kemandirian dalam memiliki atau menempati hunian sendiri, serta perpindahan dari dunia pendidikan ke dunia kerja (Wyn & White, 1996). Transisi menuju kemandirian tempat tinggal merupakan salah satu fase yang cukup menantang bagi kaum muda, karena pada tahap ini mereka dituntut untuk hidup mandiri dan melepaskan ketergantungan dari orang tua. Fase tersebut erat kaitannya dengan kemampuan finansial yang stabil sebagai penopang kemandirian. Selain itu, masa transisi ini sering disertai dengan kebingungan, tekanan psikologis, serta ketidakstabilan emosi dalam menentukan berbagai keputusan penting yang berkaitan dengan masa depan (Yuninda, 2025).

Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) melalui Sensus Penduduk 2020 (SP2020), mayoritas penduduk Indonesia didominasi oleh Gen Z dengan proporsi 27,94%, yaitu mereka yang lahir antara tahun 1997 hingga 2012. Muncul stereotipe negatif yang menganggap Gen Z sebagai generasi yang mengalami tekanan tinggi dan memiliki kesejahteraan mental yang rendah. Gen Z memang cenderung lebih rentan terhadap stres, yang salah satunya dipengaruhi oleh pola pengasuhan yang protektif serta kondisi lingkungan yang dinamis dan penuh ketidakpastian (Rayya et al., 2023). Data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa gangguan

kesehatan mental pada Gen Z mengalami peningkatan yang signifikan hingga mencapai 200%. Berdasarkan laporan tersebut, sekitar 6,1% penduduk Indonesia berusia 15 tahun ke atas mengalami gangguan kesehatan mental. Spesialis kedokteran jiwa, dr. Lahargo Kembaren, Sp.KJ, membenarkan tren peningkatan ini dan menjelaskan bahwa gangguan yang paling sering dialami oleh Gen Z meliputi kecemasan, depresi, serta kecenderungan bunuh diri. Temuan tersebut sejalan dengan data terbaru yang menunjukkan bahwa sekitar 32 juta penduduk Indonesia mengalami gangguan mental, dengan prevalensi gangguan kecemasan dan depresi yang terus meningkat. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2024, angka gangguan kecemasan mencapai 16%, sedangkan depresi sebesar 17,1% dari total populasi. Fakta ini menegaskan bahwa isu kesehatan mental telah menjadi permasalahan serius dalam masyarakat modern (Ulyana & Levandani, 2025).

Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 48 Tahun 2016, faktor lingkungan fisik memiliki peran penting terhadap kondisi psikologis seseorang. Unsur-unsur seperti suhu, kelembapan, sirkulasi udara, pencahayaan, kebisingan, getaran mekanis, bau, hingga warna lingkungan juga terbukti memengaruhi kenyamanan dan kestabilan emosi manusia (Sedarmayanti & Pd, 2001).

Permasalahan tersebut menunjukkan perlunya solusi yang mampu menjawab tantangan kesehatan mental dan lingkungan fisik secara bersamaan. Salah satu alternatif yang dapat dikembangkan adalah membangun hunian vertikal bagi Gen Z yang tidak hanya fungsional, tetapi juga mampu mendukung kesejahteraan psikologis penghuninya. Hunian ini dirancang sebagai ruang yang mendukung proses pemulihan emosional atau *healing space*, dengan memperhatikan aspek kenyamanan termal, pencahayaan alami, serta kualitas lingkungan yang dapat membantu menurunkan tingkat stres dan meningkatkan kesejahteraan Gen Z di perkotaan.

1.1.2. Urgensi Proyek

Peningkatan jumlah penduduk pendatang di Yogyakarta, baik sebagai mahasiswa maupun pekerja muda, menimbulkan kebutuhan hunian yang semakin mendesak. Keterbatasan lahan perkotaan menjadikan hunian vertikal sebagai solusi logis untuk mengakomodasi pertumbuhan tersebut. Namun, pembangunan hunian saat ini umumnya masih berfokus pada aspek fungsional dan ekonomi, tanpa mempertimbangkan kebutuhan psikologis penghuni, khususnya Gen Z yang rentan

mengalami stres dan gangguan mental akibat tekanan akademik, pekerjaan, dan lingkungan urban yang padat. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan psikologi arsitektur yang mampu menjawab tantangan tersebut dengan menghadirkan hunian vertikal yang tidak hanya efisien secara ruang, tetapi juga mendukung kesejahteraan psikologis Gen Z di lingkungan perkotaan.

1.1.3. Latar Belakang Pendekatan

Coping mechanism yang umum dilakukan oleh Generasi Z dalam mengatasi stres cenderung berkaitan dengan aktivitas yang memberikan rasa nyaman, relaksasi, dan distraksi positif. Aktivitas tersebut meliputi mendengarkan musik, beristirahat atau tidur, menghabiskan waktu di luar ruangan, bersosialisasi dengan teman, serta melakukan kegiatan ringan seperti olahraga, membaca buku, memasak, atau merawat tanaman dan hewan peliharaan. Selain itu, sebagian Gen Z juga memilih aktivitas berbasis hobi dan hiburan visual sebagai sarana untuk menenangkan diri dan memulihkan kondisi emosional. Pola *coping* ini menunjukkan bahwa Gen Z membutuhkan ruang yang mampu mengakomodasi kebutuhan akan ketenangan, interaksi sosial, aktivitas kreatif, serta kedekatan dengan unsur alam sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan mental.

Pendekatan yang digunakan dalam perancangan proyek ini adalah psikologi arsitektur. Pendekatan ini bertujuan menciptakan hunian yang tidak hanya berfungsi secara fisik, tetapi mampu juga memberikan kenyamanan psikologis bagi penghuninya. Melalui pendekatan ini, desain akan diarahkan memahami hubungan antara ruang dan perilaku manusia, sehingga setiap elemen arsitektur dapat mendukung kesejahteraan mental dan menurunkan tingkat stress penghuninya. Hunian vertikal ini diharapkan tidak hanya menjadi tempat tinggal yang efisien, tetapi juga berfungsi sebagai *healing space* yang membantu Gen Z memulihkan keseimbangan emosional, meningkatkan kualitas hidup, serta menghadirkan ketenangan di tengah dinamika hidup perkotaan.

1.2. RUMUSAN MASALAH

Bagaimana penerapan pendekatan psikologi arsitektur dapat menghasilkan konsep hunian vertikal yang berfungsi sebagai ruang pemulihan (*healing space*) bagi Gen Z di

kawasan perkotaan Yogyakarta, melalui pengaturan tata ruang dalam serta rancangan lanskap?

1.3. TUJUAN DAN SASARAN

1.3.1. Tujuan

Tujuan dari perancangan ini adalah menciptakan hunian vertikal di Kota Yogyakarta yang mampu menjawab kebutuhan tempat tinggal bagi Gen Z sekaligus memberikan kenyamanan psikologis dan kesejahteraan emosional bagi penghuninya. Melalui pendekatan psikologi arsitektur desain hunian diarahkan untuk menciptakan lingkungan yang menenangkan, sehat, serta berkelanjutan dengan memanfaatkan unsur alam seperti vegetasi, pencahayaan alami, dan sirkulasi udara yang baik.

1.3.2. Sasaran

Terciptanya rancangan hunian vertikal bagi Gen Z yang mampu memberikan kenyamanan psikologis serta mendukung kesejahteraan mental melalui penerapan prinsip psikologi arsitektur untuk membentuk ruang pemulihan (*healing space*) yang sehat, alami, dan menenangkan pada tata ruang dalam dan lanskap.

1.4. LINGKUP STUDI

1.4.1. Lingkup Substansial

Lingkup substansial mencakup kajian penerapan konsep psikologi arsitektur dalam perancangan hunian vertikal bagi Gen Z. Fokus utamanya meliputi aspek kualitas ruang berupa pencahayaan, tata ruang, proporsi, warna, dan tekstur yang berpengaruh terhadap persepsi, emosi, serta kenyamanan psikologis penghuni. Tujuannya adalah menciptakan lingkungan hunian yang mampu mendukung kesejahteraan mental dan keseimbangan emosional dalam kehidupan perkotaan.

1.4.2. Lingkup Spasial

Lingkup spasial penelitian ini berfokus pada kawasan perkotaan Yogyakarta yang memiliki tingkat kepadatan bangunan tinggi serta dinamika kehidupan yang padat. Area ini dipilih karena merepresentasikan kondisi lingkungan tempat tinggal Gen Z yang rentan terhadap stress dan tekanan psikologis. Objek rancangan berupa hunian

vertikal yang menerapkan prinsip psikologi arsitektur untuk menciptakan ruang tinggal yang nyaman, adaptif, dan mendukung kesejahteraan mental penghuninya.

1.5. METODE PENGUMPULAN DATA

1) Data Primer: Data primer diperoleh secara langsung dari lapangan dengan tujuan mendapatkan informasi aktual yang sesuai dengan kondisi nyata di lokasi penelitian. Metode yang digunakan meliputi:

- Survei Lokasi

Survei dilakukan untuk mengetahui kondisi fisik dan nonfisik tapak yang dipilih di Kota Yogyakarta. Aspek yang diperhatikan mencakup ketersediaan lahan, kondisi infrastruktur, aksesibilitas terhadap fasilitas umum, serta hubungan tapak dengan kawasan sekitarnya. Melalui survei, peneliti dapat memahami peluang maupun kendala yang muncul pada saat perancangan.

- Observasi Lapangan

Observasi dilakukan dengan cara mengamati langsung aktivitas masyarakat di kawasan sekitar tapak, pola pergerakan, serta bentuk interaksi sosial yang terjadi. Tujuan dari observasi ini adalah untuk menangkap dinamika urban yang berhubungan dengan kebutuhan hunian, seperti preferensi lokasi tinggal, pola mobilitas, serta karakteristik sosial ekonomi penduduk di kawasan perkotaan Yogyakarta.

- Kuesioner / Formulir

Instrumen berupa kuesioner dibagikan kepada kelompok sasaran, yaitu Gen Z, baik yang masih lajang, pasangan muda, maupun keluarga kecil. Pertanyaan dalam kuesioner difokuskan pada aspek kebutuhan fasilitas, preferensi unit, serta faktor-faktor yang memengaruhi kenyamanan dan ketertarikan terhadap hunian. Selain itu, kuisisioner juga mencakup aspek kesejahteraan mental seperti tingkat stres, kebutuhan akan ruang relaksasi, dan persepsi terhadap lingkungan hunian yang mendukung kesehatan psikologis. Data yang diperoleh diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai kebutuhan dan harapan penghuni potensial terhadap hunian vertikal di kawasan perkotaan Yogyakarta.

1.6. SISTEMATIKA PENULISAN

BAB I. PENDAHULUAN

Pendahuluan berisi latar belakang, rumusan masalah, tujuan, sasaran, ruang lingkup penelitian (substansial, spasial, dan temporal), manfaat penelitian, serta sistematika penulisan laporan.

BAB II. TINJAUAN PUSTAKA

Tinjauan Pustaka membahas teori-teori dan konsep yang relevan, termasuk definisi hunian dan hunian vertikal, jenis-jenis hunian vertikal seperti rumah susun, apartemen, dan kondominium, serta konsep perancangan yang digunakan seperti psikologi arsitektur. Bab ini juga memuat studi literatur dan penelitian terdahulu yang menjadi dasar acuan.

BAB III. KAJIAN LOKASI

Bab ini diawali dengan pembahasan mengenai beberapa alternatif tapak yang diajukan beserta alasan pemilihannya. Selanjutnya, dilakukan analisis kondisi tapak di Yogyakarta yang meliputi aspek aksesibilitas, ketersediaan fasilitas penunjang, potensi, serta kendala. Analisis juga difokuskan pada karakteristik pengguna, khususnya Gen Z, sehingga dapat diperoleh lokasi yang paling tepat untuk mendukung perencanaan dan perancangan hunian vertikal.

BAB IV. METODE DAN ANALISIS

Bab ini menyajikan hasil analisis data primer dan sekunder yang meliputi analisis tapak, analisis persepsi Gen Z terhadap hunian vertikal serta analisis programming sesuai dengan pendekatan psikologi arsitektur.

BAB V. KONSEP DAN DESAIN SKEMATIK

Bab ini menguraikan konsep dasar perencanaan yang diajukan, meliputi tata ruang, organisasi massa, sistem sirkulasi, pencahayaan, penghawaan melalui psikologi arsitektur. Selain itu, bab ini juga menjelaskan konsep dasar yang akan digunakan dalam mendesain sebagai acuan perancangan.