

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. TINJAUAN TENTANG GENERASI Z DAN KESEHATAN MENTAL

2.1.1. Karakteristik Generasi Z

Gen Z merupakan kelompok masyarakat yang lahir pada tahun 1997 hingga 2012 dan dikenal sebagai generasi *digital native* pertama yang tumbuh sepenuhnya dalam era teknologi digital (Nabila et al., 2023). Sejak usia dini, Gen Z telah terbiasa menggunakan perangkat elektronik, internet, serta berbagai *platform digital* sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari. Paparan teknologi yang intens ini membentuk pola pikir, perilaku, serta cara berinteraksi Gen Z yang berbeda dengan generasi sebelumnya.

Perkembangan teknologi digital yang pesat menjadikan Gen Z memiliki tingkat literasi teknologi yang tinggi, khususnya dalam pemanfaatan media sosial sebagai sarana komunikasi, ekspresi diri, dan pembentukan identitas sosial. Media sosial tidak hanya digunakan sebagai alat hiburan, tetapi juga sebagai ruang untuk bertukar informasi, membangun jejaring, serta menyampaikan opini. Gen Z cenderung responsif terhadap informasi, menginginkan interaksi yang cepat dan berkelanjutan, serta memiliki ekspektasi tinggi terhadap kemampuan diri. Karakter tersebut mendorong mereka untuk terbiasa mengambil inisiatif, belajar secara mandiri, dan mencari informasi melalui sumber-sumber digital (Benítez-márquez et al., 2022).

Selain itu, Generasi Z dikenal memiliki kemampuan *multitasking* yang tinggi, yaitu mampu mengerjakan beberapa aktivitas secara bersamaan, seperti belajar, berkomunikasi, dan mengakses hiburan dalam satu waktu. Kemampuan ini didukung oleh kebiasaan mereka dalam menggunakan berbagai aplikasi dan *platform digital* secara simultan (Rasulong et al., 2024). Di sisi lain, lingkungan digital dan visual yang mendominasi kehidupan Gen Z turut memengaruhi preferensi mereka terhadap penyajian informasi yang ringkas, menarik secara visual, dan mudah diakses.

Dalam konteks kreativitas dan inovasi, Gen Z menunjukkan kecenderungan untuk berpikir terbuka dan adaptif terhadap perubahan. Mereka relatif cepat menerima perkembangan teknologi baru dan memanfaatkannya sebagai sarana untuk memecahkan masalah serta menciptakan peluang, baik dalam bidang pendidikan,

bisnis, maupun budaya populer. Adapun yang menyebutkan bahwa karakteristik tersebut menjadikan Gen Z sebagai generasi yang memiliki potensi besar dalam mendorong transformasi sosial dan perubahan di masa depan (Lukum, 2019).

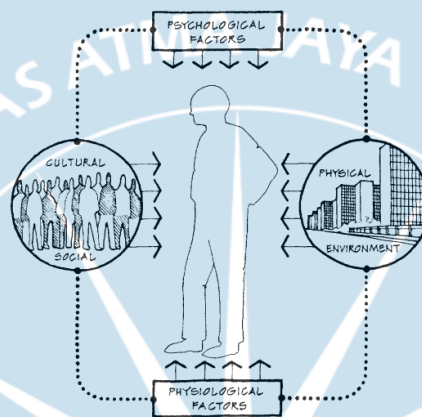
2.1.2. Tantangan Psikologis Gen Z di Era Modern

Terlahir di era digital dengan perkembangan teknologi dan internet yang sangat cepat, Gen Z menghadapi tekanan yang lebih besar, sehingga menjadikan mereka lebih rentan terhadap stres (Hamid & Taslim, 2024). Hasil survei yang dilakukan oleh *Alva Research Center* menunjukkan bahwa tingkat stres dan kecemasan pada Gen Z cenderung lebih tinggi dibandingkan dengan generasi-generasi sebelumnya. Temuan serupa juga disampaikan oleh *American Psychological Association* (APA), yang mengungkapkan bahwa Gen Z memiliki tingkat stres tertinggi dibandingkan generasi lainnya. Hanya sekitar 45% dari mereka yang melaporkan kondisi kesehatan mental yang baik atau sangat baik. Selain itu, penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa Gen Z lebih rentan mengalami berbagai gangguan mental seperti depresi, kecemasan, bipolar, dan ADHD, yang semakin menegaskan perlunya perhatian khusus terhadap kesejahteraan psikologis kelompok usia ini (Arrahmi Thahir et al., 2023).

Beberapa penyebab stres pada Gen Z antara lain tekanan kerja, tuntutan akademik, paparan media sosial yang berlebihan, serta masalah keluarga. Tekanan di tempat kerja, seperti jam kerja panjang, beban tugas berat, atau kurangnya apresiasi, juga dapat memperburuk kondisi stres karena mengganggu kualitas tidur dan menurunkan kesehatan fisik maupun mental (Azhari & Mulyani, 2025). Tuntutan akademik yang berlebihan, hasil ujian yang buruk, pekerjaan rumah yang menumpuk, dan tekanan lingkungan sosial juga menjadi faktor pemicu stres. Kondisi ini diperparah oleh harapan tinggi dari orang tua, guru, maupun teman sebaya untuk meraih prestasi akademik, yang sering kali tidak sejalan dengan kemampuan individu sehingga menimbulkan tekanan psikologis dan mengganggu proses belajar di sekolah (Andhayani et al., 2023). Salah satu cara untuk mengatasi tekanan dan stres tersebut adalah dengan menjalani kegiatan yang menyenangkan seperti menekuni hobi, berolahraga, atau sekadar melakukan *refreshing* di lingkungan yang nyaman. Aktivitas-aktivitas tersebut dapat membantu menurunkan tingkat stres, memperbaiki suasana hati, serta memberikan ruang bagi pikiran untuk beristirahat, sehingga kesejahteraan mental dapat kembali seimbang.

2.1.3. Hubungan Kesehatan Mental dengan Lingkungan Tempat Tinggal

Masalah gangguan kesehatan mental dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kondisi lingkungan fisik, sosial, dan ekonomi. Salah satu aspek penting dari kesehatan lingkungan adalah kondisi tempat tinggal, yang tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik tetapi juga berpengaruh terhadap kesehatan mental penghuninya. Lingkungan rumah yang tidak nyaman atau tidak memenuhi standar kesehatan dapat meningkatkan tingkat stres serta menurunkan kesejahteraan psikologis individu (Sukezi et al., 2023).



Gambar 2. 1 Faktor-faktor yang mempengaruhi psikologi manusia (Moore, 1979)

Ruang hijau seperti taman, kebun, dan lanskap alami memiliki peran signifikan dalam mereduksi dampak negatif stresor perkotaan terhadap kesejahteraan mental. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa keberadaan elemen alam memberikan pengaruh positif bagi kesehatan psikologis, seperti menurunkan tingkat stres, memperbaiki suasana hati, serta meningkatkan kemampuan kognitif seseorang (Kirmanto, 2012). Kemudahan akses terhadap ruang terbuka hijau juga mendorong masyarakat untuk beraktivitas fisik, yang pada akhirnya dapat memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesehatan mental (Yakınlar & Akpınar, 2022).

2.2. TINJAUAN TENTANG HUNIAN VERTIKAL

2.2.1. Pengertian Rumah atau Hunian

Rumah dalam wujud fisik merupakan tempat utama bagi manusia melakukan berbagai aktivitas. Seiring dengan berkembangnya pengetahuan dan peradaban, rumah mengalami perubahan dari bentuk sederhana menuju tingkat yang lebih kompleks. Konsep kemapanan dalam bertempat tinggal juga mencerminkan keberadaan serta

status sosial seseorang, yang memberinya kendali terhadap ruang spasial yang dimiliki. Pada dasarnya, rumah merupakan salah satu bentuk nyata dari upaya manusia untuk menghuni suatu tempat, yang tidak hanya berfungsi sebagai struktur bangunan fisik, tetapi juga memuat dimensi simbolis, sosial, dan praktis (Santosa, 2000). Rumah tidak hanya dipahami sebagai bangunan fisik yang berfungsi sebagai tempat tinggal atau hunian, tetapi juga sebagai sarana pembinaan keluarga serta menjadi ruang awal bagi pengembangan kehidupan (Yudohusodo, 1991). Adapun menurut KBBI, hunian diartikan sebagai tempat tinggal atau kediaman yang dihuni. Hunian berfungsi tidak hanya sebagai tempat berlindung, tetapi juga sebagai wadah berkumpul bersama keluarga, sehingga menjadi salah satu kebutuhan pokok manusia, khususnya kebutuhan akan papan.

2.2.2. Pengertian Hunian Vertikal

Menurut Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2011, hunian vertikal diartikan sebagai gedung bertingkat yang dibangun dalam suatu lingkungan, yang secara fungsional terbagi ke dalam bagian-bagian horizontal maupun vertikal. Setiap bagian tersebut merupakan satu kesatuan yang dapat dimiliki serta digunakan secara terpisah, dengan tetap berada dalam satu kawasan pemukiman dan sebidang tanah yang digunakan bersama (Mahdi Ahmed, Azni Idris et al., 2011).

Terdapat pendapat lain mengenai hunian vertikal, yaitu merupakan tempat tinggal yang dibangun secara bertingkat dan layak huni. Umumnya, hunian ini hadir di kawasan yang menghadapi keterbatasan lahan (Tania, 2022). Keberadaan hunian vertikal menjadi salah satu alternatif pemenuhan kebutuhan tempat tinggal di kota dengan kepadatan penduduk tinggi. Pembangunan hunian vertikal di wilayah perkotaan juga dapat menjadi solusi atas keterbatasan ruang, sekaligus menciptakan tata kota yang lebih efisien (Romli et al., 2024).

Jenis hunian vertikal terbagi berdasarkan berbagai hal, antara lain Rumah Susun Sewa (Rusunawa), Rumah Susun Milik (Rusunami), Apartemen, Kondominium, serta Rumah Susun Negara.

- 1) Rumah Susun Sewa (Rusunawa): Penyelenggaraan rumah susun bertujuan untuk menyediakan hunian yang layak dan terjangkau serta meningkatkan efisiensi pemanfaatan ruang. Pembangunannya menjadi solusi atas keterbatasan lahan dan meningkatnya kebutuhan tempat tinggal di perkotaan. Rusunawa sendiri merupakan rumah susun yang disewakan kepada penghuninya (Rubiati, 2023).

- 2) Rumah Susun Milik (Rusunami): Rusunami memiliki konsep serupa dengan Rusunawa, namun perbedaannya terletak pada status kepemilikan. Rusunami merupakan rumah susun sederhana yang memberikan hak milik kepada penghuninya (Fauzan, 2017).
- 3) Apartemen: Apartemen merupakan bangunan bertingkat yang terdiri atas beberapa unit hunian terpisah dalam satu lingkungan bersama, yang dapat dihuni oleh lebih dari satu rumah tangga yang dapat dimiliki maupun disewakan. Hunian jenis ini biasanya dilengkapi dengan berbagai fasilitas penunjang dan umumnya diminati oleh masyarakat golongan menengah ke atas (Ramadhiny et al., 2014).
- 4) Kondominium: Kondominium merupakan bentuk kepemilikan hunian di mana seseorang memiliki bagian tertentu dari bangunan, seperti unit apartemen, secara pribadi. Namun, area dan fasilitas bersama seperti koridor, sistem pemanas, *lift*, serta bagian eksterior bangunan digunakan secara kolektif dan diatur melalui peraturan kepemilikan bersama (Sutedi, 2010).
- 5) Rumah Susun Negara: Menurut Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2011 Pasal 1 ayat 9, rumah susun negara merupakan bangunan rumah susun yang dimiliki oleh negara dan berfungsi sebagai tempat tinggal atau hunian, sarana pembinaan keluarga, serta sebagai fasilitas penunjang bagi pelaksanaan tugas para pejabat atau pegawai negeri.

2.2.3. Pengertian Apartemen

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), apartemen adalah kamar atau beberapa kamar atau ruangan yang diperuntukkan sebagai tempat tinggal, yang terdapat dalam suatu bangunan yang biasanya memiliki kamar atau ruang lain. Adapun ahli yang menyatakan bahwa apartemen merupakan jenis bangunan hunian yang terbagi secara horizontal maupun vertikal sehingga setiap unitnya berdiri secara mandiri. Bangunan ini dapat berupa gedung bertingkat rendah maupun tinggi, serta dilengkapi dengan berbagai fasilitas yang memenuhi standar tertentu (Neufert & Neufert, 2012).

Tabel 2. 1 Klasifikasi Apartemen

No	Klasifikasi berdasarkan	Jenis-jenis
1	Sistem kepemilikan (De Chiara & Callender, 2001)	1. Apartemen Sewa 2. Apartemen Beli
2	Ketinggian bangunan	1. Apartemen <i>Low-rise</i>

	(Paul, 1967)	2. Apartemen <i>Mid-rise</i> 3. Apartemen <i>High-rise</i>
3	Golongan Ekonomi (Paul, 1967)	1. Apartemen golongan bawah 2. Apartemen golongan menengah 3. Apartemen mewah
4	Penghuni (De Chiara & Callender, 2001)	1. Apartemen Keluarga 2. Apartemen Lajang / Mahasiswa 3. Apartemen Pebisnis 4. Apartemen Manula
5	Tujuan Pembangunan (Akmal, 2007)	1. Komersial 2. Umum 3. Khusus
6	Tipe Unit (Akmal, 2007)	1. Studio 2. Apartemen 1, 2, 3 Kamar / Apartemen Keluarga 3. <i>Loft</i> 4. <i>Penthouse</i>
7	Jumlah Ruang Tidur (De Chiara & Callender, 2001)	1. <i>Efficiency Apartement</i> 2. <i>One Bedroom Apartement</i> 3. <i>Two Bedroom Apartement</i>
8	Bentuk Denah (De Chiara & Callender, 2001)	1. <i>Tower Plan</i> 2. <i>Expanded Tower Plan</i> 3. <i>Cross Plan</i> 4. <i>Circular plan</i> 5. <i>Centre Coridor Plan</i> 6. <i>Open Coridor Plan</i> 7. <i>Five Wing Plan</i> 8. <i>Skip stop plan</i>
9	Bentuk Massa Bangunan (Paul, 1967)	1. Apartemen berbentuk Slab 2. Apartemen berbentuk Tower 3. Apartemen dengan bentuk Varian (campuran antara <i>Slab</i> dan <i>Tower</i>)
10	Sirkulasi Vertikal (Lynch, 1960)	1. <i>Walk-up Apartment</i> 2. <i>Elevator Apartment</i>

Berdasarkan tabel 2.1, dapat diketahui bahwa apartemen memiliki beragam jenis sesuai dengan klasifikasinya. Perkembangan apartemen umumnya terjadi di kawasan

yang strategis dan memiliki dukungan fungsi dari bangunan sekitarnya. Setiap apartemen memiliki karakteristik tertentu, baik yang serupa dengan apartemen pada umumnya maupun yang memiliki ciri khasnya sendiri.

Apartemen di Indonesia umumnya memiliki beberapa klasifikasi seperti yang tercantum pada tabel sebelumnya. Umumnya, apartemen ini merupakan bangunan bertingkat tinggi (*high rise*) dengan sistem pengelolaan individu. Apartemen jenis ini dibangun untuk kebutuhan masyarakat umum, dengan sirkulasi horizontal berupa koridor dan sirkulasi vertikal dengan tangga darurat dan *lift*. Fasilitas yang biasanya disediakan antaralain kolam renang, pusat kebugaran, dan mini market. Tipe unit yang ditawarkan beragam, mulai dari tipe studio hingga unit lebih dari dua kamar tidur, menyesuaikan dengan variasi penghuninya (Nydia et al., 2016).

2.2.4. Prinsip Dasar Apartemen

Prinsip dasar apartemen meliputi sirkulasi vertikal, bentuk denah, dan bentuk massa pada apartemen, serta fasilitas dasar lainnya.

1) Sirkulasi Vertikal

- *Walk Up Apartment*

Merupakan jenis apartemen yang menggunakan tangga sebagai sistem sirkulasi vertikal utama. Umumnya bangunan jenis ini memiliki tinggi maksimal empat lantai dengan koridor yang minimal, serta unit-unit hunian yang ditempatkan dekat dengan area tangga.



Gambar 2. 2 Walk Up Apartment,
sumber: www.propertyguru.com.sg

Berdasarkan letak tangga sirkulasinya, walk up apartment terbagi menjadi dua tipe yaitu *core type walk up apartment* (tangga sirkulasi di tengah dan dikelilingi beberapa unit hunian) dan *corridor type walk up apartment* (koridor sebagai jalur sirkulasi utama untuk mengakses unit-unit hunian).

- *Elevator Apartment*

Menggunakan *lift* sebagai sirkulasi vertikal utama, dengan tangga darurat berfungsi sebagai jalur evakuasi sekunder.



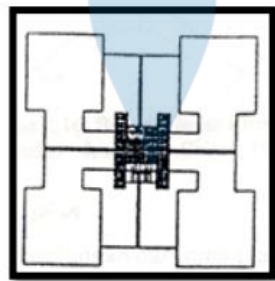
Gambar 2. 3 Elevator Apartment,
sumber: elevatemonitoring.com

Bangunan jenis ini umumnya memiliki lebih dari empat lantai dan dilengkapi dengan area lobby atau ruang tunggu *lift*. Sistem *lift* yang digunakan dapat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu *lift* yang berhenti di setiap lantai dan yang hanya berhenti di lantai-lantai tertentu.

2) Bentuk Denah

- *Tower Plan*

Bentuk denah *Tower Plan* memiliki beberapa kelebihan antara lain mampu mengurangi panjang koridor publik sehingga sirkulasi menjadi lebih efisien, setiap unit memperoleh ventilasi silang (bukaan dua arah), dan bentuk denah ini bersifat lebih terbuka dan fleksibel. Kekurangannya adalah kapasitas unit yang dapat ditampung relatif lebih sedikit.

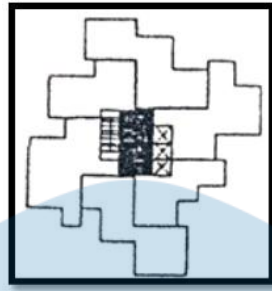


Gambar 2. 4 Bentuk Denah Tower Plan

- *Expanded Tower Plan*

Bentuk denah *expanded tower plan* memiliki keuntungan dalam hal efisiensi biaya karena dapat mengurangi kebutuhan penyediaan core *lift* dan tangga.

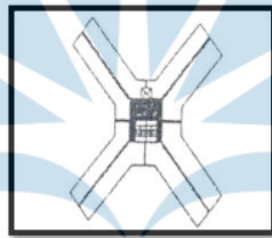
Kekurangannya adalah beberapa lantai pada bangunan ini kehilangan akses terhadap ventilasi silang dan bukaan alami.



Gambar 2. 5 Bentuk Denah Expanded Tower Plan

- *Cross Plan*

Bentuk *cross plan* memiliki keunggulan dalam mendukung sirkulasi udara melalui penerapan ventilasi silang serta memastikan setiap ruang mendapatkan pencahayaan alami yang optimal. Namun, kekurangannya terletak pada kesulitan orientasi ruang, yang dapat mempersulit pengaturan tata letak atau arah pandang bangunan.



Gambar 2. 6 Bentuk Denah Cross Plan

- *Circular plan*

Bentuk denah *circular plan* merupakan bentuk tata massa hunian yang tersusun melingkar dengan pusat ruang terbuka di bagian tengah. Keunggulannya antara lain, mengurangi panjang koridor publik dan memungkinkan bukaan dua arah. Bentuknya yang melingkar juga mampu menampung lebih banyak unit hunian dalam massa bangunan. Kekurangannya adalah ventilasi silang tidak dapat terjadi secara optimal.



Gambar 2. 7 Bentuk Denah Circular Plan

- *Centre Corridor Plan*

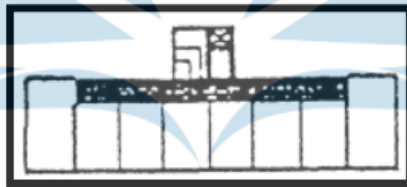
Bentuk denah ini memiliki kelebihan dari segi efisiensi karena lebih ekonomis dan memungkinkan penambahan jumlah unit per lantai dengan mudah, memudahkan penempatan core dan sirkulasi vertikal juga. Kekurangannya adalah tidak tersedianya ventilasi silang kecuali unit bagian sudut, bukaan hanya satu arah.



Gambar 2. 8 Bentuk Denah Coridor Plan

- *Open Coridor Plan*

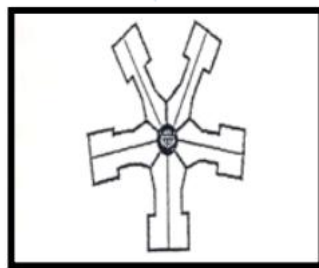
Bentuk denah yang merupakan sistem denah dengan koridor terbuka yang memungkinkan sirkulasi udara dan pencahayaan alami masuk dalam bangunan. Kelebihannya adalah setiap unit mendapatkan ventilasi silang, serta seluruh ruang mendapatkan pencahayaan alami yang optimal. Kekurangannya adalah panjang koridor yang berlebihan dan jarak antara elevator terlalu jauh dari unit hunian.



Gambar 2. 9 Bentuk Denah Open Coridor Plan

- *Five Wing Plan*

Bentuk denah yang berkembang dari bentuk cross plan dengan tambahan sayap bangunan sehingga membentuk lima arah utama. Kelebihan bentuk ini memungkinkan terjadinya ventilasi silang. Kekurangannya adalah pembatasan orientasi bangunan yang lebih kompleks dibandingkan cross plan.



Gambar 2. 10 Bentuk Denah Five Wing Plan

- *Skip stop plan*

Bentuk denah dengan pengaturan lantai yang tidak sepenuhnya berhenti di setiap level, melainkan pada lantai tertentu saja, sehingga membentuk unit hunian tipe duplex. Kelebihannya adalah sistem ini adalah mengurangi area non hunian, sehingga biaya konstruksi jadi lebih efisien dan ruang digunakan secara optimal. Kekurangannya adalah kurang ramah bagi lansia atau pengguna mobilitas terbatas.

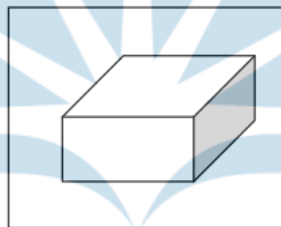


Gambar 2. 11 Bentuk Denah Skin Stop Plan

3) Bentuk Massa

- *Slab Block*

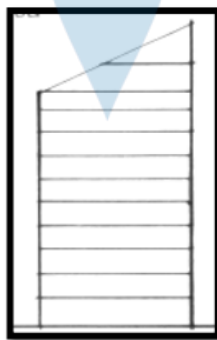
Bangunan yang memiliki dua atau lebih sistem pencapaian ke unit hunian secara terpisah.



Gambar 2. 12 Bentuk Slab Block

- *Tower*

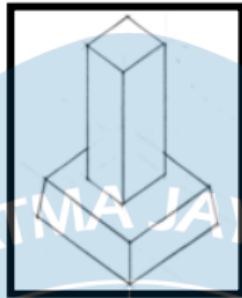
Bentuk di mana koridor utama terletak di bagian tengah bangunan sebagai sumbu sirkulasi utama.



Gambar 2. 13 Bentuk Tower

- *Slab Block* dan *Tower* (Kombinasi)

Tipe kombinasi ini merupakan gabungan antara bentuk slab block dan tower. Umumnya, area podium dimanfaatkan sebagai ruang untuk fasilitas bersama karena mudah diakses dan mampu menampung berbagai aktivitas penghuni.



Gambar 2. 14 Bentuk Kombinasi Slab Block dan Tower

4) Fasilitas Dasar

Standar hunian apartemen adalah memiliki fasilitas ruang tamu, dapur, tempat tidur, kamar mandi dan fasilitas pendukung di dalam bangunan maupun luar bangunan apartemen seperti AC (*air conditioner*), fasilitas olahraga serta fasilitas parkir bagi kebutuhan penghuninya (De Chiara & Callender, 2001). Adapun bagi Gen Z yang masih menempuh pendidikan sebagai mahasiswa memiliki kebutuhan lebih spesifik yang membedakan dengan apartemen lain yaitu lokasinya yang dekat dengan kampus, memiliki fasilitas belajar, memiliki fasilitas bersosialisasi, memiliki fasilitas olahraga dan fasilitas komersil seperti *foodcourt*, *cafe* dan *laundry*.

2.3. PSIKOLOGI ARSITEKTUR

2.3.1. Pengertian Psikologi Arsitektur

Psikologi arsitektur dapat dimaknai sebagai kajian yang meneliti hubungan antara bangunan dan pengaruhnya terhadap perilaku manusia di dalamnya, atau sebagai studi yang berfokus pada kondisi psikologis sekelompok pengguna ruang dengan karakteristik yang serupa (Deddy Halim, 2005).

Psikologi dalam arsitektur merupakan studi yang meneliti keterkaitan antara lingkungan binaan dan perilaku manusia, di mana keduanya saling memengaruhi satu sama lain. Tujuan utama dari kajian ini adalah untuk memahami dan mengatasi

permasalahan yang berkaitan dengan interaksi manusia dan lingkungannya dalam proses perancangan, pengelolaan, pemeliharaan, serta perbaikan lingkungan binaan, sehingga dapat tercipta perilaku dan kenyamanan yang sesuai dengan harapan (Nabilah & Hardiyati, 2020).

2.3.2. Prinsip dan Aspek Psikologi dalam Arsitektur

Arsitektur memiliki peran penting dalam memengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Kondisi lingkungan fisik terbukti dapat memengaruhi suasana hati, tingkat stres, serta kualitas hidup seseorang. Desain ruang yang dirancang dengan baik mampu menciptakan rasa tenang, mendorong interaksi sosial, dan menumbuhkan rasa aman (Ramadhan & Gandha, 2024).

Tata letak ruang memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kondisi psikologis penggunanya, baik melalui pemilihan warna, bentuk, ukuran, maupun elemen interior lainnya. Di sisi lain, ruang juga dapat mengalami perubahan sebagai respons terhadap perilaku penggunanya. Hal ini menunjukkan bahwa ruang dan manusia memiliki hubungan yang saling memengaruhi, ruang tidak hanya sebagai wadah aktivitas saja tetapi juga turut membentuk pengalaman dan perilaku penghuninya (Razani & Yuli, 2021).

Oleh karena itu, dalam arsitektur penting untuk memperhatikan aspek-aspek yang mampu membentuk suasana ruang, mendukung kenyamanan, serta menciptakan keseimbangan antara kebutuhan fisik dan emosional penggunanya. Beberapa di antaranya meliputi:

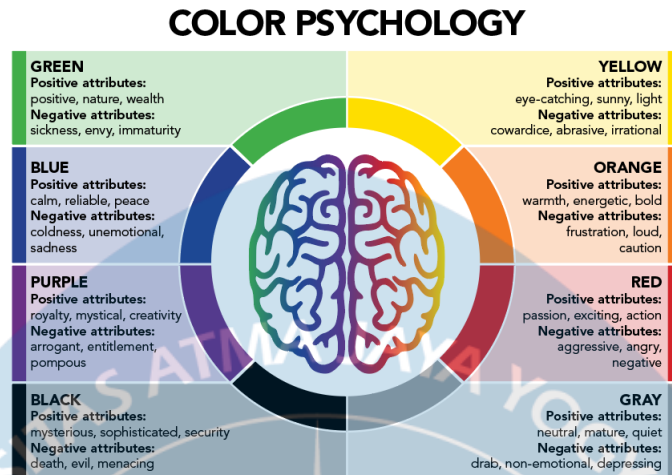
a) Tekstur dan Material

Tekstur adalah karakteristik permukaan material yang dapat dirasakan melalui pengelihatannya maupun sentuhan. Variasi seperti kasar, halus, lembut dan keras menciptakan efek visual yang beragam. Dalam desain interior, tekstur berperan penting dalam menghadirkan kesan ruang yang dinamis dan hidup, sekaligus menambah kedalaman visual agar ruang tampak lebih luas dan menarik (Maulana & Aisyah, 2025).

b) Warna

Warna memiliki peran yang sangat penting dalam arsitektur karena setiap elemen visual yang kita lihat selalu mengandung warna, yang mampu memengaruhi persepsi dan emosi manusia terhadap suatu ruang. Dalam konteks desain, warna

tidak hanya berfungsi sebagai unsur estetika, tetapi juga sebagai elemen psikologis yang dapat membentuk suasana dan pengalaman pengguna ruang (Rahayu, 2011).

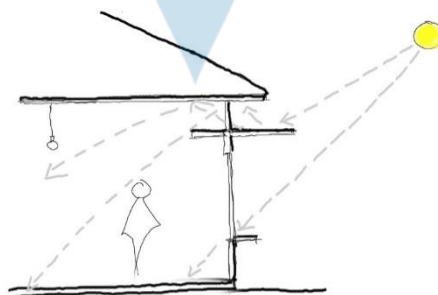


Gambar 2. 15 Psikologi Warna,
sumber: sinarkreasi.co.id

Warna material berperan dalam menciptakan suasana emosional yang berpengaruh terhadap tingkat kenyamanan penghuni. Warna-warna netral sering digunakan untuk menimbulkan kesan luas dan bersih, sedangkan aksent warna hangat dapat menambah nuansa akrab dan menghadirkan perasaan nyaman di dalam ruang (Maulana & Aisyah, 2025).

c) Pencahayaan

Pencahayaan dalam ruang berfungsi untuk menerangi berbagai elemen di dalamnya sehingga suasana ruang dapat terlihat dan dirasakan secara visual. Selain memberikan aspek estetika, cahaya juga berperan penting dalam mendukung kenyamanan serta membantu pengguna ruang dalam beraktivitas dengan optimal (Stephanus P. Honggowidjaja, 2003).



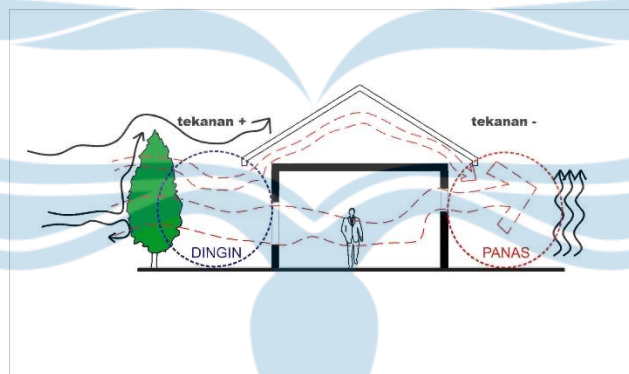
Gambar 2. 16 Optimalisasi pencahayaan alami dalam ruang,
sumber: iaa-untan.weebly.com

Dalam bangunan, pencahayaan berperan penting untuk menjaga keselamatan pengguna, mendukung aktivitas visual, serta menciptakan suasana estetis dalam ruangan (Lisa, 2016).

d) Ventilasi dan sirkulasi udara

Ventilasi alami adalah proses pertukaran udara di dalam bangunan secara alami. Sirkulasi udara ini menjadi bagian dari aspek iklim yang berperan dalam mengurangi panas di dalam bangunan sekaligus menyediakan pasokan udara segar bagi penghuninya (Nugroho, 2019). Penerapan ventilasi silang (*cross ventilation*) memungkinkan pergerakan udara di dalam ruangan berlangsung lebih efektif. Sistem ini membantu mengalirkan udara segar sekaligus mengeluarkan udara kotor di dalam ruangan. Dengan demikian, ventilasi alami tidak hanya menjaga kualitas udara tetapi juga meningkatkan kenyamanan termal bagi penghuni (Winardo et al., 2023).

Di Indonesia, acuan yang digunakan adalah SNI 6572-2001, yang menetapkan bahwa ventilasi alami harus disediakan melalui bukaan permanen seperti jendela, pintu, atau sarana lain yang dapat dibuka. Luas total bukaan ventilasi tersebut minimal 5% dari luas lantai ruangan yang memerlukan ventilasi.



Gambar 2. 17 Penerapan cross ventilation yang baik pada ruang,
sumber: 19design.wordpress.com

e) Tata letak ruang

Tata letak ruang berperan penting dalam mengatur penggunaan area secara efisien dan menciptakan kepuasan bagi penggunanya. Pengaturan ruang yang baik dapat memengaruhi kondisi intelektual, fisik dan psikologis individu. Sebuah tata letak yang optimal harus memperhatikan aspek fungsionalitas, kenyamanan serta keamanan agar ruang dapat mendukung aktivitas dengan efektif (Tata et al., 2025).

f) Kebisingan

Menurut *World Health Organization* (WHO), kebisingan merupakan suara yang tidak diinginkan dan dapat memberikan dampak negatif terhadap kualitas hidup, kesehatan serta kesejahteraan seseorang. Paparan kebisingan dalam jangka panjang yang tidak segera ditangani dapat menyebabkan gangguan pendengaran, kesulitan berkomunikasi, stres, serta menurunkan konsentrasi dan kestabilan psikologis seseorang (Rahman, 2020).

g) Elemen visual dan dekoratif

Estetika visual dalam desain bangunan berperan penting dalam membentuk pengalaman emosional dan psikologis seseorang di dalam ruangan. Desain yang menarik secara visual mampu menciptakan suasana positif dan menyenangkan. Proporsi simetris dan penggunaan elemen dekoratif dapat menimbulkan respons emosional dan memperkuat persepsi terhadap keindahan ruang (Kurniawan & Tamami, 2025).

2.3.3. Pengaruh Desain Ruang terhadap Kondisi Psikologis Penghuni

Desain arsitektur yang mengintegrasikan aspek empati memiliki peran penting dalam menciptakan ruang yang tidak hanya berfungsi secara fisik, tetapi juga mampu menjadi wadah bagi terciptanya interaksi sosial yang positif. Pendekatan ini berkaitan erat dengan upaya meningkatkan kesejahteraan mental, di mana ruang yang dirancang dengan mempertimbangkan aspek psikologis pengguna dapat mendorong kolaborasi, memperkuat hubungan emosional antarindividu, serta menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental. Dengan demikian, desain yang berorientasi pada empati dapat menjadi elemen kunci dalam membangun ruang yang tidak hanya nyaman secara fisik, tetapi juga berkontribusi terhadap penurunan stres dan pencegahan gangguan mental seperti depresi (Ramadhan & Gandha, 2024).

Berdasarkan Buku *100 Things Every Designer Needs to Know About People* karya Susan M. Weinschenk, terdapat sepuluh prinsip dasar yang dapat dijadikan acuan dalam merancang ruang atau objek yang mempertimbangkan aspek perilaku serta persepsi manusia.

Tabel 2. 2 Prinsip Psikologi dalam Mendesain

No.	Prinsip Psikologi dalam Mendesain
1	<i>How people see</i> (Bagaimana seseorang melihat sesuatu)

2	<i>How people read</i> (Bagaimana seseorang membaca sesuatu)
3	<i>How people remember</i> (Bagaimana cara seseorang mengingat)
4	<i>How people think</i> (Bagaimana cara seseorang berpikir)
5	<i>How people focus their attention</i> (Bagaimana cara seseorang memfokuskan perhatian)
6	<i>What motivates people</i> (Bagaimana cara memotivasi seseorang)
7	<i>How people feel</i> (Bagaimana seseorang merasakan sesuatu)
8	<i>How people decide</i> (Bagaimana seseorang mengambil keputusan)
9	<i>People make mistakes</i> (Seseorang bisa berbuat kesalahan)
10	<i>People are social animals</i> (Bagaimana cara seseorang bersosialisasi)

Sumber: Buku 100 Things Every Designer Needs to Know About People (Susan M. Weinschenk)

2.4. STUDI PRESEDEN

2.4.1. Kampung Admiralty, Singapura

Kampung Admiralty adalah proyek hunian terpadu yang dikembangkan oleh *Housing and Development Board* (HDB) di Singapura dan dikenal sebagai contoh sukses penerapan konsep *integrated community living* di kawasan perkotaan padat. Proyek ini dirancang sebagai hunian bagi lansia, namun juga berfungsi sebagai pusat kegiatan sosial, kesehatan dan komersial yang terintegrasi dalam satu kompleks vertikal.



Gambar 2. 18 Kampung Admiralty Singapura

Kampung Admiralty terdiri dari beberapa lapisan fungsi:

- a) Lapisan bawah berisi area publik (*Community Plaza*) yang terdiri dari ruang berkumpul masyarakat, tempat acara, pasar dan area kuliner
- b) Lapisan tengah terdapat *Medical Centre*, yang menyediakan layanan kesehatan dasar hingga spesialis sehingga penghuni lansia dapat mengakses fasilitas medis secara cepat dan mudah
- c) Lapisan atas adalah *Community Park*, ruang hijau terbuka untuk berolahraga, bercocok tanam dan bersosialisasi



Gambar 2. 19 Gambar Lapisan Kampung Admiralty

Kompleks ini terdapat 104 unit hunian vertikal yang dirancang dengan ventilasi alami, pencahayaan optimal dan desain universal agar mudah diakses oleh penghuni lanjut usia.



Gambar 2. 20 Tampak atas Bangunan Kampung Admiralty

Hal yang dapat diterapkan dalam perancangan dari studi preseden Kampung Admiralty adalah pendekatan desain yang berfokus pada kenyamanan dan aksesibilitas sesuai dengan sasaran penghuninya, serta bagaimana cara menerapkan hunian vertikal di kawasan padat dengan fasilitas terpadu yang memudahkan penghuni memenuhi kebutuhan sehari-hari secara lebih efisien.

2.4.2. *Healing Hills Villa*, China

Healing Hills Villa merupakan transformasi halaman terbengkalai di puncak bukit yang dikelilingi 48 pohon kapur tua. Desainnya dibangun berdasarkan hubungan harmoni pepohonan tanpa ditebang, mengusik atau memisahkannya dengan bangunan. Proyek ini menerapkan tiga strategi utama: menyatukan bangunan yang tersebar menjadi tiga halaman, mengaburkan batas antara arsitektur dengan alam, serta memberikan fungsi baru sesuai karakter tiap ruang.



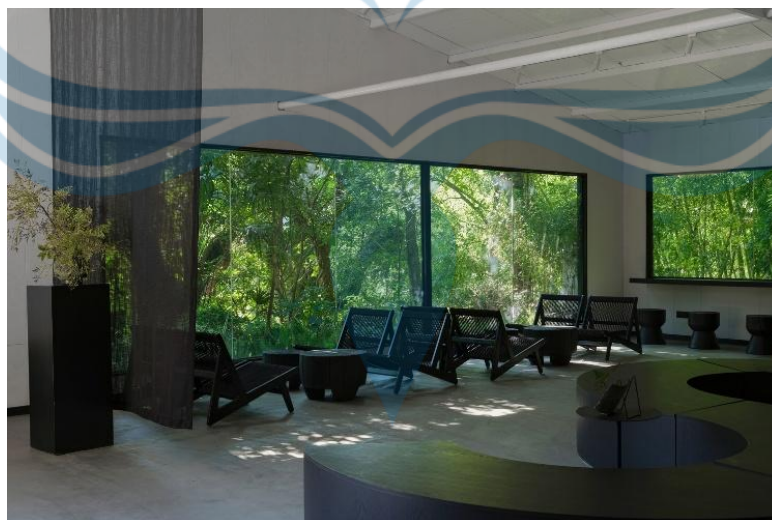
Gambar 2. 21 *Healing Hills Villa*, China

Hubungan bangunan dengan pepohonan dirumuskan melalui enam pendekatan: *encircled*, *encirclement*, *retreat*, *gaze*, *impaction* dan *contrast*. Desainnya mengolah bentuk alami dan prinsip visual dari lukisan Tiongkok menjadi empat elemen: *Rolling Mountain* (atap bergelombang), *Stacked Platform* (platform bertingkat), *Floating Clouds* (jembatan yang menghubungkan halaman), dan *Towering Stones* (massa penanda ruang).



Gambar 2. 22 Siteplan Healing Hills Villa

Tiga halaman dibagi berdasarkan topografi: halaman depan dan tengah sebagai area publik, sedangkan halaman belakang sebagai zona kamar tamu yang lebih tenang. Beberapa bangunan dibongkar dan disesuaikan untuk menjaga keberadaan pohon. Bukaannya diperbesar agar lanskap pepohonan tersambung dengan ruang dalam. Terdapat delapan kamar yang didesain minimalis dengan fokus pemandangan alam, serta terdapat jembatan yang menghubungkan tiga halaman yang juga menjadi media mempertemukan manusia, arsitektur dan alam.



Gambar 2. 23 Interior Healing Hills Villa

Healing Hills Villa menunjukkan bahwa kualitas *healing* dalam arsitektur muncul Ketika bangunan dirancang menyatu dengan alam, menghadirkan ruang yang terbuka, tenang dan mengalir. Integrasi pepohonan tua, batas ruang yang kabur antara luar dan dalam serta jalur sirkulasi yang mengundang eksplorasi menciptakan suasana

yang menenangkan dan memulihkan penghuninya. Dengan memanfaatkan pemandangan alami sebagai elemen utama dan menata fungsi ruang berdasarkan tingkat ketenangan, proyek ini membuktikan bahwa hubungan manusia dengan alam dapat menjadi fondasi utama terciptanya ruang pemulihan.

2.4.3. *SLK Outdoor Learning Space*, Indonesia

Proyek ini berawal dari upaya untuk memanfaatkan lahan yang sebelumnya direncanakan untuk perluasan sekolah lalu kemudian diubah menjadi ruang belajar luar yang hijau. Area yang semula hanya berupa hamparan beton ditata ulang dengan meninggikan permukaan lantai, sehingga ruang di bawahnya dapat dimanfaatkan sebagai *planter box* untuk pohon dan vegetasi. Strategi ini memungkinkan terciptanya suasana alam yang kuat meskipun berada di atas struktur eksisting.



Gambar 2. 24 *SLK Outdoor Learning Space*

Berbagai bukaan pada lantai dirancang untuk membentuk karakter ruang yang berbeda beda, mulai dari area yang lebih tenang untuk aktivitas yang membutuhkan konsentrasi hingga area duduk yang lebih terbuka untuk interaksi sosial. Di bagian lain, terdapat dinding panjat dan *greenhouse* yang menghadirkan pengalaman belajar yang lebih variatif dan interaktif.



Gambar 2. 25 Interaksi di SLK Outdoor Learning Space

Desain *SLK Outdoor Learning Space* menunjukkan bahwa ruang luar yang hijau dapat menjadi media pemulihan mental bagi penggunanya. Kehadiran vegetasi yang masif, ruang-ruang duduk dengan karakter berbeda, serta zonasi yang memungkinkan pilihan antara privasi dan interaksi sosial menciptakan pengalaman ruang yang adaptif terhadap kebutuhan emosional. Elemen seperti *greenhouse* juga memperkaya pengalaman sensorik, mendorong keterhubungan dengan alam dan secara keseluruhan memperkuat kualitas *healing* dari lingkungan tersebut.