



Submitted:
28-02-2020

Revised:
13-03-2020

Accepted:
21-03-2020

Published:
01-12-2020

**KESESAKAN SEBAGAI *PREDIKTOR* KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS
(STUDI DI KAMPUNG BIRU AREMA KOTA MALANG)**

Agung Minto Wahyu¹, Luky Karisma², Qoni'atur Ridwan³, Anita Hariyanti⁴ & Mochammad Sa'id⁵

¹agungminto.pelajar2@gmail.com; ²luckykarisma12@gmail.com; ³qoniatur.ridwan@yahoo.com;

⁴hariyanti_anita@yahoo.co.id; ⁵mochammad.sa'id.fppsi@um.ac.id

Universitas Negeri Malang

Abstract

Every human who lives in the world has aspirations for prosperity in his life. This well-being is not only materially, but also psychological well-being. However, the increasing density of the physical environment will potentially lead to the perception of crowding and have an impact on the psychological well-being of individuals. This study aims to investigate the effect of distress on psychological well-being in the community in Kampung Biru Arema Malang. This study uses a quantitative correlational design with regression analysis to determine the effect of the crowding variable on the psychological well-being variable. Respondents selected as samples in this study were 38 people who were residents of Kampung Biru Arema. The samples were conducted research using non-probability sampling technique is purposive sampling. Data collected by using two scales, the scale of distress and the psychological well-being scale. The results of this study indicate that adversity has a significant negative influence as a predictor of psychological well-being in communities in Kampung Biru Arema Malang ($t_{hitung} = -3,213$; $p < 0.05$; $R Square = 0,223$). This study concludes that individuals who perceive the density as crowding will decrease their psychological well-being.

Keywords: density, crowded, psychological well-being, slum village

Abstrak

Setiap manusia yang hidup di dunia, tentu memiliki cita-cita untuk sejahtera dalam hidupnya. Kesejahteraan tersebut tidak hanya secara material, akan tetapi juga kesejahteraan secara psikologis (*psychological well-being*). Akan tetapi, kepadatan lingkungan fisik (*density*) yang terus bertambah akan berpotensi menimbulkan persepsi kesesakan (*crowding*) dan berdampak pada kesejahteraan psikologis individu. Penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi pengaruh kesesakan terhadap kesejahteraan psikologis pada masyarakat di Kampung Biru Arema Kota Malang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan analisis regresi untuk mengetahui pengaruh variabel kesesakan terhadap variabel kesejahteraan psikologis. Responden yang dipilih menjadi sampel dalam penelitian ini berjumlah 38 orang yang merupakan penduduk Kampung Biru Arema. Penentuan sampel penelitian dilakukan dengan menggunakan teknik *non-probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan dua skala, yaitu skala kesesakan dan skala kesejahteraan psikologis. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kesesakan memiliki pengaruh negatif yang signifikan sebagai prediktor terhadap kesejahteraan psikologis pada masyarakat di Kampung Biru Arema Kota Malang ($t_{hitung} = -3,213$; $p < 0.05$; $R Square = 0,223$). Penelitian ini menyimpulkan bahwa individu yang

mempersepsikan kepadatan lingkungan fisiknya (*density*) sebagai kesesakan (*crowding*) akan menurunkan kesejahteraan psikologisnya (*psychological well-being*).

Kata Kunci : kepadatan, kesesakan, kesejahteraan psikologis, kampung kumuh

PENDAHULUAN

Setiap manusia yang hidup di dunia, tentu memiliki cita-cita untuk sejahtera dalam hidupnya. Kesejahteraan tersebut tidak hanya secara material, akan tetapi juga kesejahteraan secara psikologis atau yang lebih dikenal dengan *psychological well-being*. Kesejahteraan psikologis adalah sebuah kondisi pada diri individu yang dicirikan dengan empat ciri khas (Ryff, 1989). Pertama, memiliki sikap yang positif terhadap dirinya sendiri dan orang lain. Kedua, dapat membuat keputusan sendiri dan mengatur tingkah lakunya sendiri. Ketiga, dapat menciptakan dan mengatur lingkungan yang kompatibel dengan kebutuhannya. Keempat, memiliki tujuan hidup dan membuat hidup mereka lebih bermakna serta berusaha dan mengeksplorasi dirinya. Dalam pandangan Ryff (1989), terdapat enam dimensi dalam kesejahteraan psikologis, yaitu penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain, otonomi, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi, dan penguasaan lingkungan.

Salah satu faktor yang sangat mungkin berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis adalah kepadatan lingkungan fisik yang dipersepsikan oleh individu (Oliver, 2002). Kepadatan (*density*) adalah gambaran mengenai kepadatan lingkungan fisik tertentu yang dapat diukur secara obyektif dan melibatkan penghitungan jumlah orang yang hadir dalam area tersebut (Oliver, 2002). Ketika individu merasa bahwa kepadatan lingkungannya tinggi, ia akan mempersepsikannya sebagai kesesakan (*crowding*). Kesesakan adalah persepsi subjektif individu terhadap kepadatan lingkungan fisiknya (Oliver, 2002). Maka dari itu, setiap individu akan berbeda-beda dalam memaknai kepadatan lingkungan fisiknya. Kesesakan yang dirasakan oleh individu merupakan sebuah proses evaluasi yang dilakukan oleh individu terhadap pengalaman hidupnya (Ryff, dalam (Sarafino & Smith, 2012)).

Kondisi kepadatan yang dipersepsikan sebagai kesesakan membuat individu merasa bahwa lingkungannya tidak sesuai dengan keinginannya. Individu yang memiliki penguasaan lingkungan yang rendah akan mengalami kesulitan dalam mengatur situasi sehari-hari terkait lingkungannya (Ryff & Keyes, 1995 ; Sarwono, 2017). Selain itu, ia juga akan merasa tidak mampu mengubah atau meningkatkan kualitas lingkungannya, sehingga akan berdampak pada kesejahteraan psikologis dari individu tersebut (Ryff & Keyes, 1995).

Hubungan antara variabel kesesakan dengan kesejahteraan psikologis individu hingga saat ini masih belum banyak diteliti di Indonesia. Secara umum, penelitian-penelitian mengenai hubungan kesesakan dan kesejahteraan psikologis sejauh ini telah banyak dilakukan di luar negeri, khususnya di negara-negara barat (mis. Hu & Coulter, 2017 ; Temitope & Maria, 2016 ; Adegoke, 2014 ; Jones-Rounds, Evans, & Braubach, 2014 ; Riva, Larsen, & Bjerregaard, 2014 ; Solari & Mare, 2012 ; Evans, Lercher, & Kofler, 2002). Sebagian besar subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah anak dan remaja. Selain itu, kesesakan yang diukur sebagian besar merupakan kesesakan di dalam rumah, bukan kesesakan lingkungan tempat tinggal secara umum.

Sedangkan di Indonesia sendiri, hanya ada dua penelitian mengenai hubungan di antara kedua variabel tersebut (Fauzia, 2016 ; Fatwa, 2014). Kedua penelitian tersebut memasukkan kesejahteraan psikologis sebagai salah satu dimensi kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*). Dari sekian banyak penelitian sebelumnya, penelitian-penelitian tersebut kebanyakan dilakukan pada subjek anak-anak. Belum banyak yang menggunakan subjek penduduk dewasa, sejauh ini hanya penelitian Fauzia (2016) yang menggunakannya.

Urgensi lain dari penelitian ini adalah karena budaya yang dianut oleh sebagian besar negara-negara barat dengan Indonesia sangat berbeda. Penelitian Oyserman, Coon, & Kimmelmeier (2002) menunjukkan bahwa sebagian besar negara barat seperti Amerika Serikat lebih menganut individualisme dibandingkan negara-negara seperti Jepang, Indonesia, dan Vietnam yang lebih menganut budaya kolektivisme. Adanya perbedaan budaya tersebut tentu menjadi pertimbangan penting untuk melakukan penelitian di Indonesia yang masih tergolong penganut budaya kolektivisme (Oyserman et al., 2002). Perbedaan budaya tersebut akan memiliki pengaruh terhadap cara berperilaku dan memaknai lingkungannya, misalnya di dalam budaya negara individualisme akan terjadi kecenderungan untuk menempatkan identitas individu di atas identitas kelompok sehingga akan sulit untuk memenuhi kebutuhan individu yang tinggal di kawasan yang padat. Hal tersebut disebabkan karena di kawasan padat harus berbagi penggunaan fasilitas sosial yang ada dengan penduduk lainnya (William B. Gudykunst & Lee, 2002). Di sisi lain, Hofstede (1994) berpendapat bahwa dalam masyarakat kolektivistis, kepentingan kelompok berlaku di atas kepentingan individu. Individu di dalam masyarakat kolektivistisme lahir dalam integrasi dengan *in-group* yang akan memiliki kohesi sosial kuat sehingga meskipun hidup dalam lingkungan padat tidak akan mengganggu kesejahteraannya (W. B. Gudykunst & Kim, 1997).

Berdasarkan pemaparan di atas, penelitian ini dilakukan untuk menginvestigasi

lebih jauh hubungan antara kesesakan dan kesejahteraan psikologis pada orang-orang dewasa di Indonesia. Penelitian ini dilakukan di Kampung Biru Arema Kota Malang. Hal ini berangkat dari adanya fenomena menarik yang ada di masyarakat, yaitu bagaimana perkampungan-perkampungan kumuh bertransformasi menjadi kampung wisata. Salah satunya adalah yang terjadi di Kampung Biru Arema Kota Malang. Kampung ini merupakan salah satu fenomena kepadatan perkampungan-perkampungan kumuh di Kota Malang, yang kemudian diubah menjadi kampung wisata. Tujuan utamanya adalah untuk mengubah kekumuhan lingkungan yang ada menjadi lingkungan yang lebih bersih dan tertata rapi (Kumparan, 2018). Selain itu, transformasi kampung kumuh menjadi kampung wisata juga diharapkan akan menarik orang-orang untuk datang dan berkunjung ke Kampung Biru Arema tersebut. Dengan demikian, kondisi perekonomian masyarakat dapat menjadi lebih baik dan sejahtera. Adapun hipotesis yang diuji dalam penelitian ini yaitu terdapat peran yang signifikan dari kesesakan sebagai prediktor terhadap kesejahteraan psikologis masyarakat Kampung Biru Arema Kota Malang.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional untuk mengetahui hubungan antara variabel kesesakan dengan variabel kesejahteraan psikologis. Populasi penelitian ini adalah penduduk Kampung Biru Arema Kota Malang. Sedangkan pemilihan sampel penelitian menggunakan teknik *non-probability sampling* yang merupakan pengambilan sampel yang tidak memberi peluang atau kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel (Sugiyono, 2016). Teknik pemilihan sampel yang digunakan adalah teknik *purposive sampling*, yaitu dengan menetapkan kriteria-kriteria tertentu yang harus dipenuhi oleh sampel-sampel yang terdapat dalam penelitian ini. Kriteria-kriteria yang harus dipenuhi anggota sampel tersebut di antaranya adalah penduduk dewasa pada rentang usia antara 20-60 tahun yang merupakan penduduk asli atau minimal tinggal di Kampung Biru Arema 5 tahun, dan mengetahui proses transformasi Kampung Biru Arema sebelum dan sesudah menjadi kampung wisata. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 38 responden.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen yang terdiri dari dua skala, yaitu skala kesesakan dan skala kesejahteraan psikologis. Skala kesesakan disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Gifford (2012), yang terdiri dari aspek situasional, behavioral, dan emosional. Skala tersebut telah diuji coba dan menghasilkan nilai validitas berkisar antara 0,503 hingga 0,783. Kemudian nilai reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0,876. Sedangkan skala kesejahteraan psikologis menggunakan skala yang telah disusun oleh

Tarigan (2017) berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Ryff & Keyes (1995), yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan diri. Skala kesejahteraan psikologis tersebut memiliki nilai validitas berkisar antara 0,303 hingga 0,684. Kemudian nilai reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0,728.

Data penelitian yang telah diperoleh dengan menggunakan instrumen yang sudah valid dan reliabel kemudian dilakukan uji asumsi klasik yang terdiri dari uji normalitas, uji linearitas, dan uji heteroskedastisitas. Setelah dilakukan uji asumsi klasik, uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan regresi linear.

Paparan Hasil

Berikut adalah pemaparan hasil yang terdapat dalam penelitian.

Tabel 1. Analisis Deskriptif

Variabel	N	Min.	Max.	Mean	SD
Kesesakan	38	42	98	65,63	13,444
Kesejahteraan Psikologis	38	53	81	63,05	5,711

(Sumber: Pengolahan Data Lapangan, 2019)

Berdasarkan tabel 1, jumlah responden adalah sebanyak 38 orang. Untuk variabel kesesakan (X), skor tertinggi sebesar 98, skor terendah sebesar 42, skor *mean* sebesar 65,63, dan standar deviasi sebesar 13,444. Kategorisasi dari variabel kesesakan ini adalah sebagai berikut.

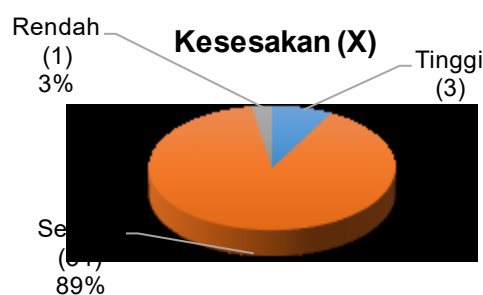
Tabel 2. Kategorisasi Skala Kesesakan

Variabel	Kategori	Skor
Kesesakan (X)	Tinggi	>65
	Sedang	35,01 – 65
	Rendah	≤ 35

(Sumber: Pengolahan Data Lapangan, 2019)

Dari kategorisasi tersebut kemudian diperoleh hasil kategorisasi responden pada variabel kesesakan.

Gambar 1. Hasil Kategorisasi Variabel Kesesakan



(Sumber : Pengolahan Data Lapangan, 2019)

Gambar 1 menunjukkan hasil kategorisasi variabel kesesakan menjadi tiga kategori, yakni tinggi, sedang, dan rendah. Dari keseluruhan responden, terdapat 3 responden yang mendapat skor tinggi atau sebesar 8 persen, 34 responden yang mendapat skor sedang atau sebesar 89 persen, dan sisanya 1 responden yang mendapat skor rendah atau sebesar 3 persen.

Data deskriptif untuk variabel kesejahteraan psikologis (Y) menunjukkan bahwa skor tertinggi sebesar 81, skor terendah sebesar 53, skor *mean* sebesar 63,05, dan skor standar deviasi sebesar 5,711. Kategorisasi dari variabel kesejahteraan psikologis ini adalah sebagai berikut.

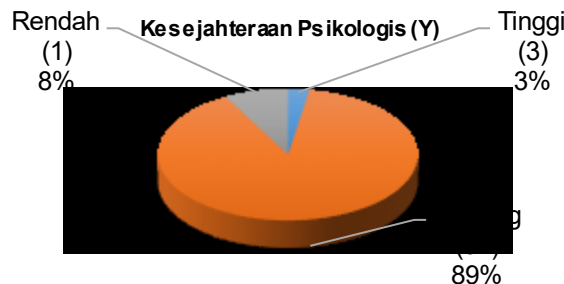
Tabel 3. Kategorisasi Skala Kesejahteraan Psikologis

Variabel	Kategori	Skor
Kesesakan (X)	Tinggi	>65
	Sedang	35,01 – 65
	Rendah	≤ 35

(Sumber : Pengolahan Data Lapangan, 2019)

Dari kategorisasi tersebut kemudian diperoleh hasil kategorisasi responden pada variabel kesesakan.

Gambar 2. Hasil Kategorisasi Variabel Kesejahteraan Psikologis



(Sumber : Pengolahan Data Lapangan, 2019)

Gambar 2 menunjukkan hasil kategorisasi variabel kesejahteraan psikologis menjadi tiga kategori, yakni tinggi, sedang, dan rendah. Dari keseluruhan responden, terdapat 1 responden yang mendapat skor tinggi atau sebesar 3 persen, 34 responden yang mendapat skor sedang atau sebesar 89 persen, dan sisanya 3 responden yang mendapat skor rendah atau sebesar 8 persen.

Uji Normalitas

**Tabel 4. Hasil Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

	Kesesakan	Kesejahteraan Psikologis
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,449	0,913

(Sumber : Pengolahan Data Lapangan, 2019)

Berdasarkan hasil uji normalitas dengan menggunakan One-Sample Kolmogorov-Smirnov, dapat diketahui bahwa nilai Asymp. Sig. (2-tailed) pada variabel kesesakan sebesar 0,449 dan variabel kesejahteraan psikologis sebesar 0,913. Nilai kedua variabel tersebut lebih dari 0,05 yang artinya kedua variabel dalam penelitian memiliki data yang berdistribusi normal.

Uji Linearitas

**Tabel 5. Hasil Uji Linearitas
ANOVA Table**

Keterangan	Signifikansi
Deviation from Linearity	0,562

(Sumber : Pengolahan Data Lapangan, 2019)

Berdasarkan pada ANOVA table, diperoleh nilai *deviation from linearity* dengan signifikansi sebesar 0,562. Nilai tersebut berada di atas 0,05. Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel bebas dan terikat memiliki hubungan yang sudah linear.

Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas dilakukan dengan menggunakan metode Glejser. Uji ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya ketidaksamaan varian dari residual untuk semua pengamatan pada model regresi.

Tabel 6. Hasil Uji Heterokedastisitas

Metode Glejser	Nilai Signifikansi
Prob (F-Statistic)	0,584

(Sumber : Pengolahan Data Lapangan, 2019)

Berdasarkan tabel tersebut, dapat diketahui nilai Prob (F-Statistic) sebesar 0,584. Nilai tersebut lebih besar dari nilai probabilitas 0,05 yang berarti bahwa tidak terjadi masalah heteroskedastisitas.

Uji Hipotesis

Tabel 7. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	B	t Hitung	Sig	R Square
Kesejahteraan Psikologis	78,227	-3,213	0,003	0,223
Kesesakan	-0,201			

(Sumber : Pengolahan Data Lapangan, 2019)

Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan regresi linear sederhana, diperoleh persamaan regresi sebagai berikut.

$$Y = a + bX$$

$$Y = 78,227 + -0,201.X$$

Dari persamaan tersebut, diperoleh angka konstan sebesar 78,227. Angka konstan tersebut dapat diinterpretasikan bahwa apabila tidak ada kesesakan (X) maka nilai konsistensi kesejahteraan psikologis (Y) adalah sebesar 78,227. Selain itu, angka koefisien regresi diperoleh sebesar -0,201 yang dapat diinterpretasikan bahwa setiap penambahan 1% tingkat kesesakan (X), maka kesejahteraan psikologis (Y) akan menurun sebesar 0,201.

Pada tabel hasil uji hipotesis diketahui bahwa nilai signifikansi regresi antara variabel bebas dan variabel terikat sebesar 0,003. Nilai tersebut kurang dari nilai probabilitas 0,05. Hal tersebut dapat diinterpretasikan bahwa kesesakan (X) memiliki pengaruh yang signifikan sebagai prediktor terhadap kesejahteraan psikologis (Y) pada masyarakat di Kampung Biru Arema. Variabel kesesakan (X) memengaruhi variabel kesejahteraan psikologis (Y) secara negatif. Artinya, semakin tinggi kesesakan yang dirasakan individu, maka semakin rendah kesejahteraan psikologisnya.

Berdasarkan nilai R Square pada tabel uji hipotesis, diperoleh nilai sebesar 0,223, yang berarti variabel kesesakan (X) memiliki kemampuan memprediksi variabel kesejahteraan psikologis (Y) sebesar 22,3%. Sisanya sebesar 77,7% dipengaruhi oleh variabel-variabel lainnya.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis deskriptif variabel bebas yang telah dilakukan sebelumnya, diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa kesesakan yang dirasakan oleh Masyarakat Kampung Biru Arema di Kota Malang berada dalam kategori sedang. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Fatwa (2014) yang menyatakan bahwa kesesakan yang dirasakan oleh individu yang berada dalam keluarga yang tinggal di permukiman marjinal tidak tinggi. Sarwono (2017) mengemukakan bahwa kesesakan adalah penilaian subjektif

seseorang terhadap kondisi yang padat, kondisi tersebut akan terjadi apabila individu yang tinggal di pemukiman tersebut belum mampu melakukan adaptasi dengan baik. Pernyataan tersebut terbukti dari hasil penelitian Ellisa (2016), dimana masyarakat yang telah beradaptasi akan lebih memilih untuk mengekspresikan hidupnya dalam lingkungan yang padat dengan memanfaatkan peluang ekonomi dan dukungan sosial yang ada daripada menganggap *crowding* sebagai suatu masalah.

Selain itu, durasi tinggal yang telah lama membuat penduduk di suatu pemukiman akan dapat memperlebar ambang toleransi terhadap lingkungannya (Iskandar, 2012 ; Gove, Hughes, & Galle, 1980). Hasil ini juga diperkuat dengan penelitian Clauson-Kaas et al., (1997) di Indonesia yang menghasilkan temuan bahwa kesesakan dipersepsikan sebagai sesuatu yang “ramai” yang dapat berkonotasi positif, sebab orang-orang dalam wilayah tersebut akan memiliki kemampuan yang lebih untuk dapat bertemu dengan orang lain.

Di sisi lain, hasil analisis deskriptif pada variabel terikat menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis pada Masyarakat Kampung Biru Arema di Kota Malang berada dalam kategori sedang. Hasil tersebut dapat terjadi karena individu yang hidup di suatu wilayah sudah mampu untuk mengatur dan memodifikasi lingkungan secara kreatif melalui aktivitas fisik maupun mental (Ryff, dalam Prabowo, 2016). Keberhasilan individu dalam menemukan makna dan tujuan hidup di dalam kondisi sesulit apapun juga menjadi alasan kuat kesejahteraan psikologis Masyarakat di Kampung Biru Arema tidak rendah (Ryff, 1989). Selain itu, Desiningrum (2014) menyatakan bahwa adanya dukungan sosial yang kuat di dalam suatu wilayah juga dapat memperbaiki kesejahteraan psikologis masing-masing individu di dalamnya. Hal tersebut juga didukung dengan hasil penelitian Desiningrum (2014) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kesesakan merupakan prediktor signifikan bagi kesejahteraan psikologis penduduk dewasa di Kampung Biru Arema Kota Malang. Kesesakan memengaruhi kesejahteraan psikologis secara negatif. Artinya, semakin tinggi kesesakan yang dirasakan individu, maka semakin rendah kesejahteraan psikologisnya. Hasil penelitian ini sejalan dengan apa yang disampaikan oleh Ryff (Sarafino & Smith, 2012). Mengacu pada pandangan Ryff, kesesakan yang dirasakan oleh individu merupakan sebuah proses evaluasi terhadap pengalaman kepadatan yang dialami terkait lingkungan fisiknya. Kesesakan yang dirasakan tersebut juga merupakan bentuk ketidakmampuan individu untuk mengatur lingkungannya, menciptakan, dan mengontrol lingkungan sesuai dengan kebutuhannya. Pada akhirnya, ketidakmampuan

mengubah dan mengontrol lingkungan ini berdampak pada kesejahteraan psikologis individu.

Penjelasan mengenai hasil penelitian ini juga dapat diambil dari salah satu faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis, yaitu *locus of control* dari masing-masing individu (Ryff & Keyes, 1995). Spector (dalam Karimi & Alipour, 2011) mendefinisikan *locus of control* sebagai kepercayaan umum bahwa keberhasilan dan kegagalan individu dikendalikan oleh perilaku individu (internal), atau sebaliknya, kegagalan dan keberhasilan individu dikendalikan oleh kekuatan lain seperti kesempatan, keberuntungan dan nasib (eksternal). Definisi lain disampaikan oleh Levenson (1981), dimana *locus of control* diartikan sebagai keyakinan individu mengenai sumber penyebab dari peristiwa-peristiwa yang dialami dalam hidupnya. Dalam kaitannya dengan kondisi kepadatan yang dialami individu, individu-individu yang memiliki kecenderungan *external locus of control* akan lebih mudah terpengaruh dan terganggu oleh keadaan lingkungan sekitar. Hal ini membuat mereka mempersepsikan kondisi kepadatan tersebut sebagai kesesakan yang merupakan sebuah stresor yang akan mengganggu kehidupannya. Dampaknya adalah mereka memiliki kesejahteraan psikologis yang kurang baik.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Temitope & Maria (2016), dimana kesesakan berpengaruh secara signifikan sebagai prediktor terhadap kesejahteraan psikologis. Upaya untuk mentransformasi Kampung Biru Arema dari kampung kumuh menjadi kampung wisata dengan melakukan renovasi secara serempak terhadap warna rumah dan beberapa fasilitas umum ternyata masih belum begitu mampu mengubah persepsi kesesakan yang dirasakan oleh warga kampung tersebut. Hal ini berdampak pada masih rendahnya tingkat kesejahteraan psikologis masyarakat. Temuan lain dalam penelitian Temitope & Maria (2016) juga menunjukkan bahwa persepsi terhadap kualitas rumah tidak signifikan dalam memengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Hal tersebut disebabkan karena individu cenderung tetap puas dan bahagia dengan kondisi rumah yang ditempatinya selama hal tersebut dirasakan sesuai dengan pendapatan atau kemampuan ekonomi yang dimiliki saat ini. Lebih lanjut, dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa perbaikan tata letak rumah akan jauh lebih efektif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis daripada hanya sekadar memperbaiki kualitas rumahnya.

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Casas, Bello, & UNICEF (2012) juga menyatakan bahwa salah satu faktor yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis adalah lingkungan tempat tinggal. Hal tersebut sejalan dengan penelitian ini. Lingkungan tempat tinggal yang dipersepsikan memiliki kesesakan akan membuat individu terganggu

dalam menjalankan segala aktivitasnya. Maka dari itu, ketika individu tersebut tidak memiliki kemampuan untuk mengubah lingkungannya, maka kesejahteraan psikologisnya akan menurun. Hal ini sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Ryff & Keyes (1995), dimana ketidakmampuan individu untuk memilih, mengontrol, atau memanipulasi keadaan lingkungan sesuai dengan tingkat kenyamanan yang diinginkannya akan berdampak pada kesejahteraan psikologis individu tersebut.

Altman (1975) menyatakan bahwa kesesakan yang dipersepsikan tinggi dapat menimbulkan permasalahan-permasalahan yang lebih kompleks. Bahkan permasalahan tersebut hingga menyentuh pada area yang *basic*. Sebagai missal adalah peningkatan jumlah kontak sosial yang dapat berpotensi mengakibatkan interaksi sosial yang tidak diinginkan, privasi setiap individu menjadi berkurang, bahkan hingga minimnya akses bermain pada anak-anak. Kurangnya privasi setiap individu di dalam tempat tinggal yang sesak juga sejalan dengan hasil penelitian dari Clauson-Kaas *et al.* (1997) yang melakukan penelitian di Jakarta. Temuan dalam penelitian tersebut mengatakan bahwa pada dasarnya di Indonesia kesesakan sering diistilahkan dengan sebutan “ramai”. Sebutan “ramai” tersebut dapat menjadi konotasi yang negatif ketika mengacu pada keadaan hilangnya privasi antar individu atau *out-group* mendiami tempat tinggalnya. Kondisi tersebut dapat menyebabkan perasaan *helplessness* karena tidak memiliki kemampuan untuk mengubah lingkungannya tersebut. Berdasarkan berbagai permasalahan tersebut dapat disimpulkan bahwa kesesakan akan dapat menimbulkan tekanan-tekanan baru secara fisik maupun psikologis sehingga dapat menurunkan kesejahteraan psikologis individu.

Kesesakan yang dipersepsikan penduduk yang tinggal di perumahan padat juga memiliki keterkaitan dengan permasalahan kesehatan. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kesesakan yang dipersepsikan tinggi akan meningkatkan risiko kesehatan dari masyarakat setempat. Hal tersebut akan semakin parah apabila kualitas fisik bangunan yang ditempati juga kurang baik. Maka dari itu, dampak dari sisi kesehatan yang dialami masyarakat akan secara otomatis memengaruhi kesejahteraan psikologisnya (Jones-Rounds *et al.*, 2014).

Terdapat beberapa keterbatasan pada penelitian ini, yaitu responden penelitian yang masih tergolong sedikit, yakni berjumlah 38 responden. Selain itu, penelitian ini belum mengontrol variabel lain yang dapat memengaruhi variabel kesejahteraan psikologis. Hal tersebut terlihat dari nilai *R Square* pada penghitungan uji hipotesis. Berdasarkan nilai *R Square* tersebut terlihat bahwa masih terdapat 77,3% variabel lain yang memengaruhi variabel kesejahteraan psikologis. Sehingga, hasil yang didapatkan

menunjukkan bahwa masih terdapat variabel lain yang memengaruhi kesejahteraan psikologis.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa kesesakan memiliki pengaruh negatif dan signifikan sebagai prediktor terhadap kesejahteraan psikologis pada masyarakat di Kampung Biru Arema Kota Malang. Hal tersebut dapat diinterpretasikan bahwa semakin tinggi kesesakan yang dirasakan, maka semakin rendah kesejahteraan psikologis masyarakat di Kampung Biru Arema. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah kesesakan yang dirasakan, maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis masyarakat di Kampung Biru Arema.

SARAN

Peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya untuk menambah jumlah responden penelitian agar lebih representatif. Penelitian yang sama di masa selanjutnya juga bisa dilakukan di tempat-tempat lain yang memiliki kepadatan tinggi. Selain itu, penelitian selanjutnya juga disarankan untuk melakukan kontrol terhadap variabel lain sebelum penelitian dilakukan. Penelitian-penelitian selanjutnya juga masih terbuka untuk menginvestigasi peran dari variabel-variabel lain selain kesesakan yang mungkin dapat menjadi prediktor yang lebih signifikan untuk memengaruhi kesejahteraan psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

- Adegoke, A. A. (2014). Perceived Effects of Overcrowding on the Physical and Psychological Health of Hostel Occupants in Nigeria. *IOSR Journal of Humanities and Social Science*. <https://doi.org/10.9790/0837-19980109>
- Altman, I. (1975). *The Effects of Crowding and Social Behaviour*. California: Brooks/Cole Publishing Co.
- Casas, F., Bello, A., & UNICEF. (2012). *Childrens Well-Being from Their Own Point of View*. Espana Madrid: UNICEF.
- Clauson-Kaas, J., Dzikus, A., Surjadi, C., Jensen, H., Hojlyng, N., Aaby, P., ... Stephens, C. (1997). *Crowding and Health in Low-Income Settlements, United Nations Centre for Human Settlements (Habitat)*. England: Avebury.
- Desiningrum, D. R. (2014). Kesejahteraan Psikologis Lansia Janda/Duda Ditinjau dari Persepsi terhadap Dukungan Sosial dan Gender. *Jurnal Psikologi Undip*, 13(2), 102–106.
- Ellisa, E. (2016). Coping with Crowding in High-Density Kampung Housing of Jakarta. *International Journal of Architecture Research (IJAR)*, 10(1), 195–212.

- <https://doi.org/10.26687/archnet-ijar.v10i1.790>
- Evans, G. W., Lercher, P., & Kofler, W. W. (2002). Crowding and Children's Mental Health: The Role of House Type. *Journal of Environmental Psychology*. <https://doi.org/10.1006/jevp.2002.0256>
- Fatwa, N. (2014). *Kepadatan, Kesesakan, Privasi, dan Kesejahteraan Subjektif Keluarga di Pemukiman Marginal Kota Bogor*. Institut Pertanian Bogor.
- Fauzia, A. (2016). Hubungan Crowding (Kesesakan) dengan Domain Children Well-Being pada Usia 10-12 Tahun di Panti Sosial Asuhan Anak Muhammadiyah Cabang Sumur. *Skripsi*. Bandung. Universitas Islam Bandung.
- Gifford, R. (2012). Environmental Psychology: Principles and Practice. *Encyclopedia of Human Behavior: Second Edition*. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-375000-6.00150-6>
- Gove, W. R., Hughes, M., & Galle, O. R. (1980). Overcrowding in the Home: an Empirical Investigation of Its Possible Pathological Consequences (Chicago). *The Consumer Experience of Housing*, 44, 59–80.
- Gudykunst, W. B., & Kim, Y. Y. (1997). *Communicating With Strangers: An Approach to Intercultural Communication*. Boston: McGraw-Hill.
- Gudykunst, William B., & Lee, C. M. (2002). *The Handbook of Intercultural Communication*. Germany: Mouton de Gruyter
- Hofstede, G. (1994). *Culture and Organizations*. New York: McGraw-Hill.
- Hu, Y., & Coulter, R. (2017). Living Space and Psychological Well-Being in Urban China: Differentiated Relationships Across Socio-Economic Gradients. *Environment and Planning A*, 49(4), 911–929. <https://doi.org/10.1177/0308518X16680213>
- Iskandar, Z. (2012). *Psikologi Lingkungan Teori dan Konsep*. Bandung: Reflika Aditama.
- Jones-Rounds, M. L., Evans, G. W., & Braubach, M. (2014). The Interactive Effects of Housing and Neighbourhood Quality on Psychological Well-Being. *Journal of Epidemiology and Community Health*.
- Karimi, R., & Alipour, F. (2011). Reduce Job Stress in Organization: Role of Locus of Control. *International Journal of Business and Social Science*, 18(2), 231–236.
- Tim Redaksi Kumparan. (2018). Kampung Biru Arema: Dulu Kumuh Kini Jadi Lokasi Wisata Baru. *Kumparan*. Retrieved from <https://kumparan.com/kumparantravel/kampung-biru-arema-dulu-kumuh-kini-jadi-lokasi-wisata-baru>
- Levenson, H. (1981). Differentiating Among Internality, Powerful Others, and Chance. *Research with the Locus of Control Construct*, 1(-), 15–63. <https://doi.org/10.1016/b978-0-12-443201-7.50006-3>
- Oliver, K. (2002). *Psychology in Practice: Environment*. London: Hodder Arnold.
- Oyserman, D., Coon, H. M., & Kemmelmeier, M. (2002). Rethinking Individualism and Collectivism: Evaluation of Theoretical Assumptions and Meta-analyses. *Psychological Bulletin*, 128(1), 3–72. <https://doi.org/10.1037//0033-2909.128.1.3>
- Prabowo, A. (2016). Kesejahteraan psikologis remaja di sekoah. *Jurnal Ilmiah Psikologi*

- Terapan*, 4(1), 246–260.
- Riva, M., Larsen, C. V., & Bjerregaard, P. (2014). Household Crowding and Psychosocial Health among Inuit in Greenland. *International Journal of Public Health*.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is Everything, or is it? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2012). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions (7th ed.)*. United States of America : John Willey & Sons Inc.
- Sarwono, S. W. (2017). *Psikologi Lingkungan dan Pembangunan*. Bogor: Mitra Wacana Media.
- Solari, C. D., & Mare, R. D. (2012). Housing Crowding Effects on Children's Wellbeing. *Social Science Research*, 41(2), 464–476. <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2011.09.012>
- Sugiyono. (2016). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta.
- Tarigan, N. B. (2017). *Hubungan Perilaku Prososial dengan Psychological Well Being pada Pelayan Khusus di GBKP*. Universitas Sumatera Utara.
- Temitope, B. E., & Maria, O. (2016). Effects Of Housing Quality And Overcrowding On Psychological Wellbeing Of Residents In Lagos State, Nigeria. *Journal Of Humanities And Social Science (IOSR)*, 21(11), 14–22. <https://doi.org/10.9790/0837-2111091422>