

Preferensi Generasi Z pada Taman Kota untuk Meringankan Stres di Kota Makassar Berdasarkan Healing Environment

Ahmad Fauzan Khabir¹, Elfydha Siti Safrina², Andi Safira Rosa Nur Febryanti³, Imam Adryzal Rias⁴, Besse Nurfatimah⁵

^{1,3,4}Program Studi Perencanaan Wilayah dan Kota, Fakultas Teknik, Universitas Hasanuddin,

²Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Hasanuddin

⁵Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Hasanuddin

Email : fauzankhabir.ahmad@gmail.com¹, elfydhastisafrina@gmail.com²,
andisafira0202@gmail.com³, imamadryzal@gmail.com⁴, bessenurfatimah@gmail.com⁵

Abstrak

Generasi Z merupakan generasi yang lahir pada tahun 1995-2010 yang memiliki karakteristik yang memicu timbulnya stres. Salah satu faktor yang mempengaruhi stres adalah lingkungan dimana lingkungan perkotaan lebih beresiko terkena stres. Salah satu sarana yang dapat digunakan untuk meringankan stres yaitu Ruang Terbuka Hijau (RTH) Publik dimana fokus penelitian adalah taman kota dengan indikator yang digunakan adalah healing environment. Tujuan yang dicapai dalam penelitian ini adalah untuk melihat taman kota di Kota Makassar telah memenuhi healing environment dan faktor yang mempengaruhi taman kota untuk meringankan stres yang menjadi preferensi bagi generasi Z di Kota Makassar. Adapun metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan analisis digunakan adalah analisis deskriptif dan analisis faktor. Pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner dengan sampel yang dikumpulkan sebanyak 80 orang menggunakan purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa enam dari sembilan taman kota yang dikunjungi generasi Z di Kota Makassar telah memenuhi indikator healing environment dan terdapat enam faktor yang terbentuk yang menjadi preferensi Generasi Z yaitu stimulasi terhadap indra, sarana dan prasarana taman, desain teman, pendistribiran, fasilitas disabilitas, dan vegetasi.

Kata Kunci: *Generasi Z, Taman Kota, Healing Environment.*

Abstract

Generation Z is a generation born in 1995-2010 which has characteristics that trigger stress. One of the factors that influence stress is the environment where the urban environment is more at risk of being exposed to stress. One of the facilities that can be used to relieve stress is the Public Green Open Space (RTH) where the focus of the research is city parks with the indicator used is the healing environment. The aim of this research is to see that city parks in Makassar City have fulfilled the healing environment and the factors that influence city parks to relieve stress which is a preference for generation Z in Makassar City. The method used is quantitative research with the analysis used is descriptive analysis and factor analysis. The data collection used is a questionnaire with a sample of 80 people using purposive sampling. The results showed that six of the nine city parks visited by Generation Z in Makassar City had met the healing environment indicators and there were six factors formed that became the preferences of Generation Z, namely stimulation of the senses, park facilities and infrastructure, friend design, distribution, disability facilities, and vegetation.

Keywords: *Generation Z, City Parks, Healing Environment.*

PENDAHULUAN

Generasi Z merupakan generasi yang lahir pada tahun 1995-2010 dan sering juga disebut sebagai *igeneration* atau *Generasi Internet* (Christiani & Iksari, 2020). Berdasarkan hasil survei Badan Pusat Statistik pada tahun 2020 diperoleh bahwa generasi Z mendominasi komposisi penduduk di Indonesia dengan persentase sebesar 27,94 persen. Generasi Z lebih rentan terkena stres dibanding generasi lainnya. Hal ini dilihat dari karakteristik generasi Z.

Bencsik & Juhász (dalam Hastini dkk, 2020) mengemukakan bahwa generasi Z merupakan generasi yang memiliki reaksi cepat terhadap setiap hal, hidup untuk saat ini, kurang berpikir panjang, mencari kesenangan sehingga terkadang tumpang tindih batas antara pekerjaan dan hiburan, tidak adanya keinginan untuk memahami sesuatu, serta kurang berpikir konsekuensi. Selain itu perkembangan teknologi juga mempengaruhi stres bagi generasi Z. Sehingga mengakibatkan Generasi Z sering melakukan multitasking dan perhatiannya terbagi ke dalam beberapa hal (Ambarsarie dkk, 2021). Selain itu, faktor lain yang menyebabkan generasi Z mengalami stres adalah karena pengeluarannya lebih besar dibandingkan pendapatan yang disebabkan oleh gaya hidup dari generasi Z (Negara dkk, 2022).

Ambarsarie, dkk (2022) menjelaskan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan stres adalah lingkungan. Salah satu lingkungan yang rentan menyebabkan stres adalah perkotaan. Hal tersebut diperkuat dengan hasil penelitian Gruebner dkk (2017) yang menunjukkan bahwa masyarakat perkotaan lebih beresiko terkena penyakit psikis dibandingkan masyarakat pedesaan. Sehingga apabila dikaitkan dengan generasi Z, tentunya generasi Z yang tinggal di daerah perkotaan lebih rentan terkena stres.

Salah satu sarana yang dapat digunakan untuk meringankan stres khususnya bagi generasi Z adalah Ruang Terbuka Hijau (RTH) Publik yang dimana dalam penelitian ini berfokus pada taman kota. Indikator yang digunakan untuk melihat apakah RTH Publik tersebut dapat meringankan stres yaitu *healing environment*. Murphy (dalam Arifin dkk, 2019) menyatakan bahwa *healing environment* memiliki 3 aspek yaitu aspek alam, aspek psikologis dan aspek indra. Penerapan ketiga aspek *healing environment* tersebut dapat dilakukan pada taman kota yang merupakan bagian dari ruang terbuka hijau (RTH) Publik. Mashar (2021) menjelaskan bahwa RTH dapat mempengaruhi kesehatan mental melalui peningkatan aktivitas fisik, dengan menyediakan tempat bagi warga sekitar untuk bertemu, memfasilitasi ikatan sosial, serta mengurangi stres dan kelelahan mental.

Tujuan yang dicapai dalam penelitian ini adalah untuk melihat taman kota di Kota Makassar telah memenuhi *healing environment* dan faktor yang mempengaruhi taman kota untuk meringankan stres yang menjadi preferensi bagi generasi Z di Kota Makassar.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli-Agustus 2022. Lokasi penelitian berada di Kota Makassar dengan 9 titik taman kota yaitu Taman Gajah, Taman Pattimura, Taman BBD, Taman Macan, Taman Maccini, Taman Hasanuddin, Taman Refleksi, Taman Indosat dan Taman Kakatua.

Pengumpulan Data

Pada penelitian ini, data dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner dalam bentuk skala likert yang dilakukan secara online dalam bentuk google form. Kuesioner disusun berdasarkan aspek-aspek

healing environment yang menjadi faktor dalam mengurangi stres pada individu yaitu aspek alam, aspek psikologis dan aspek indra.

Populasi pada penelitian ini merupakan Generasi Z yang berada di Kota Makassar dan pernah mengunjungi salah satu taman di Kota Makassar. Adapun pengambilan sampel penelitian dilakukan dengan cara purposive sampling. Purposive sampling merupakan teknik penentuan sampel dengan mengacu pada kriteria tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti berdasarkan tujuan penelitian (Sugiono, 2012). Sampel dalam penelitian ini berjumlah 80 orang dengan rentang usia 15-27 tahun.

Analisis Data

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dan analisis faktor melalui aplikasi SPSS versi 26. Analisis deskriptif kuantitatif digunakan untuk melihat persepsi Generasi Z terhadap penerapan healing environment pada ruang terbuka hijau sebagai sarana meringankan stres. Penilaian persepsi responden mengacu pada aspek-aspek healing environment, yaitu aspek alam, aspek indra dan aspek psikologis.

Hasil tanggapan responden melalui kuesioner selanjutnya dikelompokkan dan diolah untuk mendapatkan perolehan total skor terhadap indikator yang akan diukur. Nilai rata-rata perolehan skor responden akan dikelompokkan ke dalam kategori sangat tidak sesuai, tidak sesuai, sesuai, dan sangat sesuai dengan rumus sebagai berikut.

$$\begin{aligned}\text{Skor penilaian} &= \frac{\text{skor tertinggi} - \text{skor terendah}}{\text{jumlah kategori}} \\ &= \frac{4 - 1}{4} \\ &= 0.75\end{aligned}$$

Hasil perhitungan adalah 0.75, sehingga dapat dikategorikan penilaian sebagai berikut:

Tabel 1. Kategori Penilaian		
Skor		Kategori
1.00 – 1.75		Sangat tidak sesuai
1.76 – 2.50		Tidak sesuai
2.56 – 3.25		Sesuai
3.26 – 4.00		Sangat sesuai

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Hasil penelitian mendapatkan sejumlah 80 responden yang merupakan Generasi Z di Kota Makassar dan pernah mengunjungi salah satu di antara sembilan taman yang dikelola oleh Dinas Lingkungan Hidup Kota Makassar dalam jangka waktu satu tahun terakhir.

Tabel 2. Karakteristik Responden Menurut Jenis Kelamin

No	Tahun Lahir	Frekuensi	%
1	Perempuan	42	52.5
2	Laki-laki	38	47.5
Σ		80	100

Sumber : Data Primer

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa dari 80 responden, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebesar 52,5% dan sebanyak 47,5% merupakan responden yang berjenis kelamin laki-laki.

Tabel 3. Karakteristik Responden Menurut Taman

No	Taman	Frekuensi	%
1	Taman Hasanuddin	34	42.5%
2	Taman Macan	30	37.5%
3	Taman Refleksi	5	6.5%
4	Taman Gajah	2	2.5%
5	Taman Maccini	5	6.25%
6	Taman BBD	4	5%
Σ		80	100

Sumber : Data Primer

Tabel 2 di atas menunjukkan bahwa dari 80 responden, mayoritas responden mengunjungi Taman Hasanuddin dan Taman Macan dengan besaran persentase pengunjung masing-masing yaitu 42.5% dan 37.5%. Adapun empat taman lainnya memiliki pengunjung dengan persentase tidak mencapai 10% dari total responden. Dari 80 responden yang didapatkan, tidak ada satupun responden yang mengunjungi tiga taman lainnya yang dikelola oleh Dinas Lingkungan Hidup Kota Makassar yaitu Taman Kakatua, Taman Indosat dan Taman Pattimura.

Tabel 4. Karakteristik Responden Menurut Pendidikan

No	Tahun Lahir	Frekuensi	%
1	1995-2000	15	18.75
2	2001-2003	62	77.5
3	2004-2007	3	3.75
Σ		80	100

Sumber : Data Primer

Persepsi Generasi Z

Tabel 5. Persepsi Generasi Z

No	Indikator	Rata-rata	Kategori
1	Aspek alam	2.907	Sesuai
2	Aspek alam	2.643	Sesuai
3	Aspek indra	2.975	Sesuai
Total		8.525	
Mean		2.941	Sesuai

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa pengunjung enam taman yang merupakan RTH Publik di Kota Makassar yaitu Taman Hasanuddin, Taman Maccini, Taman BBD, Taman Refleksi, Taman Hasanuddin, Taman Macan dan Taman Gajah rata-rata menyatakan bahwa taman tersebut telah sesuai dengan aspek-aspek healing environment sehingga dapat digunakan dalam mengurangi stress bagi Generasi Z di Kota Makassar. Hafidz & Nugrahaini (2019) menyatakan bahwa konsep healing environment merupakan wujud dari pengembangan serta pengaplikasian konsep atas terbuktinya penelitian yang menunjukkan bahwa lingkungan memiliki pengaruh terhadap kesembuhan pasien. Murphy (dalam Arifin dkk, 2019) menyatakan bahwa healing environment memiliki 3 aspek pendekatan yaitu aspek alam, aspek psikologis dan aspek indra.

Penerapan aspek psikologis yaitu pada elemen arsitektural yang berpengaruh positif terhadap kondisi psikis individu sehingga secara psikologis, healing environment membantu dalam mengurangi stres pada individu. Penerapan aspek alam yaitu dengan menerapkan unsur alam yang merupakan alat yang mudah diakses dan melibatkan pancaindra (Arifin dkk, 2019). Alam memiliki efek restoratif seperti membantu dalam menurunkan tekanan darah, memberikan pengaruh pada terciptanya emosi yang positif, membantu dalam menurunkan kadar hormon stres dan meningkatkan energi (Hafidz & Nugrahainy, 2020). Penerapan aspek indera yaitu dengan menerapkan elemen-elemen yang mempunyai respon positif terhadap indera pendengaran, penglihatan, peraba, penciuman, dan perasa (Arifin dkk, 2020).

Indra pendengaran berupa suara yang menyenangkan dan menenangkan dapat mengurangi tekanan darah dan detak jantung, sehingga menimbulkan sebuah suasana yang kemudian mempengaruhi sistem saraf. Beberapa suara yang dapat memberikan efek tenang pada pikiran, seperti suara musik, suara air mancur, dan suara di alam. Adapun pada indera penciuman, bau yang menyenangkan dapat menurunkan tekanan darah dan detak jantung. Kemudian indera penglihatan dapat mempengaruhi perasaan seseorang. Pemandangan alam, cahaya matahari, dan warna-warna tertentu dapat membuat mata menjadi santai. Indra peraba atau sentuhan merupakan mekanisme dasar dalam menjelajahi dunia selama masa kanak-kanak karena sentuhan menegaskan apa yang mereka lihat, cium, rasa dan dengar. Penggunaan tekstur dapat mempengaruhi stimulasi indera peraba (Aziza dkk, 2017).

Preferensi Generasi Z

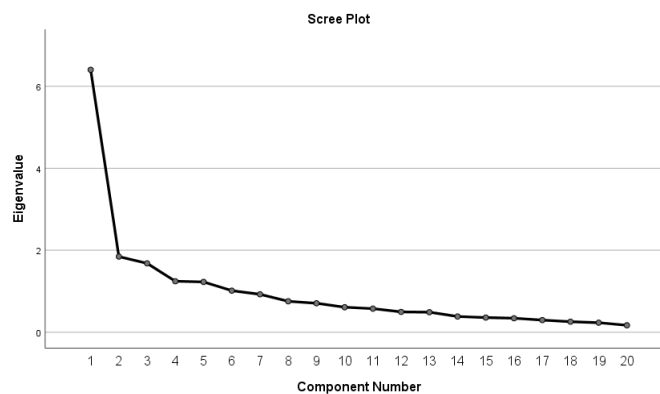
Jawaban yang diberikan oleh responden pada 20 pernyataan terkait taman di Kota Makassar juga dianalisis dengan menggunakan analisis faktor melalui aplikasi SPSS versi 26 dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 6. Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Preferensi Generasi Z

KMO and Bartlett's Test		
<hr/>		
Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.		.799
<hr/>		
	Approx. Chi-Square	608.544
Bartlett's Test of Sphericity	Df	190
	Sig.	.000
<hr/>		

Besarnya nilai KMO and Bartlett Test (Tabel 6) untuk korelasi antar variabel yang mempengaruhi preferensi generasi Z dalam memilih taman dimana nilai yang diinginkan adalah $> 0,5$ dan signifikansi penelitian adalah 0,05. Berdasarkan hasil perhitungan nilai KMO sebesar 0,799 yang berarti lebih besar dari 0,5. Sementara hasil signifikansi bartlett's test of sphericity sebesar 0,000. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel dan sampel yang digunakan dalam penelitian memungkinkan untuk dilakukan analisis lebih lanjut.

Setelah melihat nilai KMO and Bartlett Test, selanjutnya perlu untuk melihat korelasi antar variabel independen yang ditunjukkan oleh nilai MSA pada hasil analisis. Nilai MSA yang diperoleh dari masing-masing variabel independen yang dianalisis lebih besar dari 0,5. Artinya, seluruh variabel tersebut dapat dianalisis lebih lanjut.



Grafik scatterplot di atas digunakan untuk menentukan banyaknya faktor yang terbentuk dari banyaknya variabel penelitian. Banyaknya faktor yang terbentuk dilihat dari nilai titik component yang memiliki nilai Eigenvalue > 1. Pada grafik scree plot di atas, terdapat 6 titik component yang memiliki nilai Eigenvalue > 1 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat 6 faktor yang terbentuk.

Tabel 7. Nilai Rotated Component Matrix^a

No	Indikator	Component					
		1	2	3	4	5	6
1	Kemudahan menyelesaikan pekerjaan	-.123	.095	.771	.169	.092	.022
2	Kemudahan melakukan kegiatan sesuai kebutuhan	.174	.394	.432	.383	-.370	-.054
3	Fasilitas keamanan	.501	.526	.159	.217	.293	-.126
4	Kondisi fasilitas	.162	.791	-.053	.102	.014	-.077
5	Ketersediaan fasilitas penunjang	.042	.632	.171	.071	-.136	.290
6	Ketersediaan fasilitas bagi disabilitas	.182	.203	.199	.060	.779	.017
7	Desain taman	.396	.333	.579	.036	-.015	.223
8	Keragaman vegetasi	.052	.170	.020	.203	-.008	.847
9	Kondisi taman	.250	.654	.153	.243	-.019	.263
10	Kebersihan taman	.162	.627	.224	.112	.184	.033
11	Kenyamanan akses	.554	.019	.489	.417	.082	.089
12	Kemudahan akses	.297	.294	-.064	.674	.098	.192
13	Pendistrian	.032	.100	.061	.893	-.019	.084
14	Kondisi taman yang menangkan	.412	.040	.545	-.190	.075	-.105
15	Fasilitas yang memberikan energi spiritual	.158	.491	.527	-.180	.029	-.208
16	Dampak positif dari vegetasi	.759	.141	-.015	.102	-.155	.238
17	Kondisi pencahayaan dari sinar matahari	.567	.206	.091	.063	-.606	.048
18	Luas taman	.455	.121	.218	.415	-.296	-.429
19	Aroma yang menenangkan dari vegetasi	.708	.166	.173	.076	.086	-.306
20	Elemen yang merangsang indra peraba	.730	.308	.066	.136	.120	.051

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.^a

a. Rotation converged in 7 iterations.

Tabel 7 merupakan hasil rotasi dari rangkaian analisis faktor yang menunjukkan faktor yang terbentuk di masing-masing variabel. Faktor tersebut harus memiliki nilai faktor loading $>0,5$. Berdasarkan tabel terbentuk enam faktor yang merupakan gabungan dari beberapa indikator yang mendukung Ruang Terbuka Hijau (RTH) sebagai sarana untuk meringankan stres bagi Generasi Z yaitu sebagai berikut.

- a. Faktor pertama terdiri atas kenyamanan akses, dampak positif dari vegetasi, kondisi pencahayaan dari sinar matahari, vegetasi yang asri dan membawa aroma yang menenangkan dan elemen yang merangsang indra peraba. Indikator-indikator tersebut terdiri atas indikator yang memberikan stimulasi terhadap panca indra dan akses ke taman, sehingga faktor pertama dinamakan stimulasi terhadap panca indra.
- b. Faktor kedua terdiri atas fasilitas keamanan, kondisi fasilitas, ketersediaan fasilitas penunjang, kondisi taman dan kebersihan taman. Indikator-indikator tersebut terdiri atas sarana dan prasarana taman sehingga faktor kedua dinamakan sarana dan prasarana taman.
- c. Faktor ketiga terdiri atas kemudahan menyelesaikan pekerjaan, desain taman, kondisi taman yang menenangkan dan fasilitas yang memberikan energi spiritual. Indikator-indikator tersebut merupakan indikator yang berkaitan dengan desain taman sehingga faktor ketiga dinamakan desain taman.
- d. Faktor keempat terdiri atas kemudahan dan pendistrian. Faktor keempat ini dinamakan pendistrian.
- e. Faktor kelima terdiri atas ketersediaan fasilitas bagi disabilitas, sehingga faktor ini dinamakan fasilitas disabilitas.
- f. Faktor keenam terdiri atas keragaman vegetasi, sehingga faktor ini dinamakan vegetasi.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mendukung Ruang Terbuka Hijau (RTH) sebagai sarana untuk meringankan stres bagi Generasi Z terdiri atas stimulasi taman terhadap panca indra, sarana dan prasarana taman, desain taman, pendistrian, fasilitas bagi disabilitas dan vegetasi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil yang telah dilakukan, maka kesimpulan yang dapat ditarik yaitu seluruh taman kota yang dikunjungi generasi Z di Kota Makassar telah memenuhi healing environment dan terdapat enam faktor yang menjadi preferensi generasi Z dalam meringankan stres di taman kota yaitu stimulasi terhadap indra, sarana dan prasarana taman, desain temen, pendistiran, fasilitas disabilitas, dan vegetasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarsarie, R., Yunita, E., & Sariyanti, M. 2021. Buku Saku untuk Guru Bimbingan Konseling SMU: Strategi Coping pada Generasi Z. Bengkulu: Unit Penerbitan dan Publikasi FKIP Univ. Bengkulu.
- Arifin, Y.A., Setyaningsih, W., & Nirawati, M.A. Penerapan Aspek Healing Environment Pada Pusat Pelayanan Perempuan Terpadu di D.I. Yogyakarta. Jurnal SENTHONG. 2 (1):143-152.
- Aziza, M.I., Yuliarso, H., & Hardiyati. 2019. Konsep Healing Environment pada Strategi Perancangan Pusat Pelayanan Lanjut Usia di Surakarta. Jurnal Ilmiah dan Arsitektur Lingkungan Binaan. 17(2): 177-184.
- Badan Pusat Statistik. 2020. Hasil Sensus Penduduk 2020. Edisi Ke-1. Badan Pusat Statistik. Jakarta.
- Christiani, L.C. and Ikasari, P.N., 2020. Generasi Z dan pemeliharaan relasi antar generasi dalam perspektif budaya Jawa. Jurnal komunikasi dan kajian media. 4(2):84-105.
- Hafidz, I.Y.N., & Nugrahaini, F.T. 2020. Konsep Healing Environment untuk Mendukung Proses Penyembuhan Pasien Rumah Sakit. Sinektika: Jurnal Arsitektur. 16(2):94-100.

- Hastini, L.Y., Fahmi, R., dan Lukito, H. 2020. Apakah Pembelajaran Menggunakan Teknologi dapat Meningkatkan Literasi Manusia pada Generasi Z di Indonesia. *Jurnal Manajemen Informatika (JAMIKA)*. 10(1): 12-28.
- Gruebner, O., Rapp, M.A., Adli, M., Kluge, U., Galea, S. and Heinz, A., 2017. Cities and mental health. *Deutsches Ärzteblatt International*.114(8):121.
- Mashar, M.F., 2021. Fungsi Psikologis Ruang Terbuka Hijau. *Jurnal Syntax Admiration*, 2(10):1930-1943.
- Negara, A. D., Febrianto, H. G., & Fitriana, A. I. 2022. Mengelola Keuangan dalam Pandangan Gen Z. *AKUNTABEL: Jurnal Akuntansi Dan Keuangan*, 19(2): 296-304.