

**HUBUNGAN *CROWDING* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-
BEING* PENGHUNI DI KAWASAN RUMAH SUSUN
MUHARTO**

SKRIPSI



Disusun oleh:

Anggita Nuha Mutiarini

NIM 220401110217

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2026

HALAMAN JUDUL

**HUBUNGAN *CROWDING* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*
PENGHUNI DI KAWASAN RUMAH SUSUN MUHARTO**

SKRIPSI

Diajukan Kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar

Oleh:

Anggita Nuha Mutiarini

NIM. 220401110217

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2026

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN
HUBUNGAN *CROWDING* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL BEING*
PENGHUNI DI KAWASAN RUMAH SUSUN MUHARTO

SKRIPSI

oleh

Anggita Nuha Mutiarini
NIM. 220401110217

Telah disetujui pada tanggal, ^{19 Juni 2026}.....

Oleh:

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Dosen Pembimbing 1 Nurul Hikmah, M.Pd. NIP. 198808082023212081		19 Juni 2026
Dosen Pembimbing 2 Selly Candra Ayu, M.Si. NIP. 199402172023212040		19 Juni 2026

Malang, Juni 2026
Mengetahui,
Ketua Program Studi

Dr. Chana Hidayati, MA
NIP. 198610092015032002

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN *CROWDING* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*

PENGHUNI DI KAWASAN RUMAH SUSUN MUHARTO

SKRIPSI

Oleh

Anggita Nuha Mutiarini
NIM. 220401110217

Telah diujikan dan dinyatakan LULUS oleh Dewan
Penguji Skripsi dalam Majelis Sidang Skripsi
Pada tanggal 22 Juli 2026

Susunan Dewan Penguji	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Penguji Utama Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M. Si. NIP.19830429201608012038		22 Juli 2026
Ketua Penguji Selly Candra Ayu, M.Si. NIP. 199402172023212040		22 Juli 2026
Sekretaris Penguji Nurul Hikmah, M.Pd NIP. 198808082023212081		22 Juli 2026

Disahkan Oleh
Dekan,

Prof. Dr. Siti Mahmudah, M.Si
NIP. 196710291994032001

NOTA DINAS

NOTA DINAS

Kepada Yth.,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul:

**HUBUNGAN *CROWDING* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL BEING*
PENGHUNI DI KAWASAN RUMAH SUSUN MUHARTO**

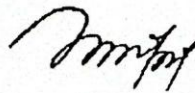
Yang ditulis oleh:

Nama : Anggita Nuha Mutiarini
NIM : 220401110217
Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Malang, 19 Juni 2026
Dosen Pembimbing 1



Nurul Hikmah, M.Pd.
NIP. 198808082023212081

NOTA DINAS

NOTA DINAS

Kepada Yth.,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul:

HUBUNGAN *CROWDING* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL BEING* PENGHUNI DI KAWASAN RUMAH SUSUN MUHARTO

Yang ditulis oleh:

Nama : Anggita Nuha Mutiarini
NIM : 220401110217
Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Malang, 19 Juni 2026
Dosen Pembimbing 2



Selly Candra Ayu, M.Si.
NIP. 199402172023212040

SURAT PERNYATAAN

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anggita Nuha Mutiarini

NIM : 220401110217

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul “**Hubungan Crowding dengan *Psychological well-being* Penghuni di Kawasan Rumah Susun Muharto**” adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika di kemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi

Malang, 19 Juni 2026

Penulis



Anggita Nuha Mutiarini

NIM. 220401110217

MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾

Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan."

(QS. Al-Insyirah: 5–6)

"Lihatlah kepada orang yang berada di bawah kalian dan jangan melihat kepada orang yang berada di atas kalian. Yang demikian itu lebih pantas agar kalian tidak meremehkan nikmat Allah."

(HR. Bukhari No. 6490; Muslim No. 2963)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahillāhirabbil ‘ālamīn, segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, nikmat, kemudahan, serta pertolongan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Perjalanan dalam menyelesaikan penelitian ini bukanlah proses yang mudah. Banyak cerita, perjuangan, doa, air mata, dan pembelajaran berharga yang menyertai setiap langkahnya. Oleh karena itu, dengan penuh rasa syukur dan kerendahan hati, karya sederhana ini penulis persembahkan kepada:

1. Papa dan Mama tercinta, terima kasih atas kasih sayang yang tidak pernah berkurang, doa yang tidak pernah putus, dukungan yang tidak pernah berhenti dan menjadi alasan terbesar bagi penulis untuk terus berjuang, belajar, dan bertahan hingga berada di titik ini. Karya sederhana ini penulis persembahkan sebagai wujud rasa hormat, cinta, dan terima kasih atas segala yang telah diberikan.
2. Untuk diriku sendiri, terima kasih telah memilih untuk terus melangkah meskipun sering kali merasa lelah, takut, dan ragu. Maafkan segala kekurangan dan ketidaksempurnaan selama proses ini. Skripsi ini menjadi bukti bahwa setiap usaha, sekecil apa pun, memiliki arti dan layak untuk dihargai.
3. Teman-teman Kelas Everlasting yang telah hadir ke cerita penulis selama perkuliahan di Malang terima kasih atas segala bantuan, dukungan, semangat, doa, serta kebersamaan yang diberikan.
4. Siti Layli Fatimah, Baiq Nana, Bintang Rachmatullah, Hiban Muharom, Intan Rahma Dewi terima kasih telah menjadi teman seperjuangan, baik dalam organisasi maupun di masa perkuliahan serta kebersamaan, dukungan, pengalaman, cerita, dan tawa yang telah dibagikan selama ini. Kalian menghadirkan lingkungan pertemanan yang hangat, suportif, serta penuh makna.

Akhirnya, skripsi ini mungkin masih jauh dari kata sempurna. Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan yang telah diberikan dengan balasan yang terbaik. Aamiin.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, karunia, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "*Hubungan Crowding dengan Psychological well-being pada Penghuni di Kawasan Rumah Susun Muharto*".

Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari berbagai hambatan dan tantangan. Namun, berkat bantuan, dukungan, bimbingan, serta doa dari berbagai pihak, skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Hj. Ilfi Nur Diana, M.Pd.I, sebagai rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Prof. Dr. Hj. Siti Mahmudah, M.Si, sebagai dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Dr. Fina Hidayati, MA selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi, atas dukungan dan fasilitas yang diberikan selama penulis menempuh studi hingga penyusunan skripsi ini.
4. Nurul Hikmah, M.Pd. sebagai dosen pembimbing pertama yang telah membimbing penulis dengan memberikan masukan, arahan, dan pembelajaran dalam proses penyusunan skripsi ini.
5. Selly Candra Ayu, M.Si. sebagai dosen pembimbing dua yang juga telah memberikan masukan, arahan, dan pembelajaran dalam proses penyusunan skripsi ini.

6. Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si. sebagai dosen penguji utama atas waktu, perhatian, serta saran dan masukan yang telah diberikan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan lebih baik.
7. Bapak/Ibu Dosen serta civitas akademika Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah memberikan ilmu serta bantuan kepada penulis selama masa perkuliahan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan karya ilmiah ini. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat serta menjadi tambahan referensi bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya yang berkaitan dengan kontrol diri dan kesejahteraan psikologis.

Malang, 18 Juni 2026

Penulis

Anggita Nuha Mutiarini

NIM. 220401110217

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
NOTA DINAS.....	v
NOTA DINAS.....	vi
SURAT PERNYATAAN.....	vii
MOTTO.....	viii
PERSEMBAHAN	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
ABSTRAK.....	xvii
ABSTRACT	xviii
مستخلصُ البحث.....	xix
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	9
E. Batasan Masalah.....	9
BAB II	10
TINJAUAN PUSTAKA	10
A. <i>Psychological well-being</i>	10
B. <i>Crowding</i>	15
C. Rumah Susun Muharto	21

D. Kerangka Konseptual	22
E. Hipotesis Penelitian	22
BAB III	24
METODE PENELITIAN	24
A. Desain Penelitian	24
B. Identifikasi Variabel Penelitian	24
C. Definisi Operasional	25
D. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel.....	26
2. Sampel	26
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	27
E. Teknik Pengumpulan Data	27
3. Reliabilitas dan Validitas	30
4. Teknik Analisis Data.....	33
BAB V.....	59
PENUTUP	59
A. Simpulan	59
B. Keterbatasan Penelitian	60
C. Saran dan Arah Penelitian Selanjutnya.....	61
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN	68

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blue print Skala <i>Psychological well-being</i>	28
Tabel 3. 2 Blue print <i>Crowding</i>	29
Tabel 3. 3 Hasil Validitas Item Skala <i>Crowding</i>	31
Tabel 3. 4 Hasil Uji Validitas Item <i>Psychological well-being</i>	32
Tabel 3. 5 Hasil Uji Reabilitas <i>Crowding-PWB</i>	33
Tabel 4. 1 Distribusi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	38
Tabel 4. 2 Distribusi Subjek Berdasarkan Usia	38
Tabel 4. 3 Distribusi Subjek Berdasarkan Pekerjaan	39
Tabel 4. 4 Distribusi Subjek Berdasarkan	39
Tabel 4. 5 Hasil Analisis Deskriptif Variabel <i>Crowding</i>	40
Tabel 4. 6 Kategorisasi <i>Crowding</i>	40
Tabel 4. 7 Distribusi <i>Crowding</i> Berdasarkan Jenis Kelamin	41
Tabel 4. 8 Distribusi Kategori <i>Crowding</i> Berdasarkan Usia.....	41
Tabel 4. 9 Distribusi Kategori <i>Crowding</i> Berdasarkan	42
Tabel 4. 10 Distribusi Kategori <i>Crowding</i>	42
Tabel 4. 11 Kategorisasi Aspek <i>Crowding</i>	43
Tabel 4. 12 Hasil Analisis Deskriptif Variabel PWB	44
Tabel 4. 13 Kategorisasi <i>Psychological well-being</i>	44
Tabel 4. 14 Distribusi Kategori <i>Psychological well-being</i>	45
Tabel 4. 15 Distribusi Kategori <i>Psychological well-being</i>	45
Tabel 4. 16 Distribusi Kategori <i>Psychological well-being</i>	46
Tabel 4. 17 Distribusi Kategori <i>Psychological well-being</i>	47
Tabel 4. 18 Kategorisasi Aspek <i>Psychological well-being</i>	48
Tabel 4. 19 Uji Normalitas	49
Tabel 4. 20 Uji Korelasi Pearson's.....	50
Tabel 4. 21 Uji Korelasi pada Rusun A	50
Tabel 4. 22 Uji Korelasi pada Rusun B	51
Tabel 4. 23 Uji Koefisien Determinasi	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Bangunan Rumah Susun.....	36
Gambar 4. 2 Bangunan Rumah Susun A	36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Blueprint Skala <i>Crowding</i>	68
Lampiran 2	Blueprint Skala <i>Psychological well-being</i>	68
Lampiran 3	Pertanyaan Pra Penelitian	69
Lampiran 4	Instrumen Peneleitian	70
Lampiran 5	Surat Izin Pra Penelitian Rumah Susun Muharto	72
Lampiran 6	Surat Izin Penelitian Rumah Susun Muharto	72
Lampiran 7	Analisis Data	73
Lampiran 8	Proses Pengambilan Data.....	75

ABSTRAK

Anggita Nuha Mutiarini, 220401110217. Hubungan *Crowding* dengan *Psychological well-being* Penghuni di Kawasan Rumah Susun Muharto. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2026.

Dosen Pembimbing: Nurul Hikmah, M.Pd., Selly Candra Ayu, M.Si.

Rumah susun merupakan salah satu bentuk hunian vertikal yang banyak dihuni oleh masyarakat dengan keterbatasan ruang tempat tinggal. Kondisi hunian yang padat berpotensi menimbulkan *crowding*, yaitu persepsi subjektif individu terhadap kesesakan akibat keterbatasan ruang dan tingginya interaksi sosial. *Crowding* dapat memengaruhi kenyamanan, privasi, serta kondisi psikologis penghuni. Di sisi lain, *psychological well-being* merupakan kondisi kesejahteraan psikologis yang ditandai dengan kemampuan individu dalam menerima diri, menjalin hubungan positif dengan orang lain, memiliki tujuan hidup, mengembangkan diri, serta mampu mengelola lingkungannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat *crowding*, tingkat *psychological well-being*, serta hubungan antara *crowding* dan *psychological well-being* pada penghuni Rumah Susun Muharto Malang.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain non-eksperimental dan metode survei cross-sectional. Populasi penelitian berjumlah 150 penghuni rumah susun yang telah berkeluarga, dengan sampel sebanyak 107 responden yang diperoleh menggunakan rumus Slovin. Variabel *crowding* diukur menggunakan skala berdasarkan teori Gifford yang mencakup aspek situasional, behavioral, dan emosional, sedangkan *psychological well-being* diukur menggunakan skala adaptasi Ryff yang meliputi dimensi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment dengan bantuan software JASP. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *crowding* dan *psychological well-being* penghuni Rumah Susun Muharto secara umum berada pada kategori sedang. Uji hipotesis menunjukkan nilai koefisien korelasi Pearson sebesar $r = -0,155$ dengan nilai signifikansi $p = 0,112$ ($p > 0,05$).

Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *crowding* dan *psychological well-being* pada penghuni Rumah Susun Muharto. Meskipun arah hubungan bersifat negatif, hubungan tersebut tergolong sangat lemah. Temuan ini mengindikasikan bahwa kesejahteraan psikologis penghuni tidak hanya dipengaruhi oleh persepsi kesesakan hunian, tetapi juga oleh faktor lain seperti dukungan sosial, kemampuan adaptasi, hubungan antar penghuni, dan karakteristik individu.

Kata kunci: *crowding*, *psychological well-being*, rumah susun, penghuni rumah susun

ABSTRACT

Anggita Nuha Mutiarini, 220401110217. Hubungan *Crowding* dengan *Psychological well-being* Penghuni di Kawasan Rumah Susun Muharto. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2026.

Supervisor: Nurul Hikmah, M.Pd., Selly Candra Ayu, M.Si.

Flats are a form of vertical housing widely occupied by communities with limited living space. Dense residential conditions may lead to *crowding*, which refers to an individual's subjective perception of *overcrowding* due to limited space and high levels of social interaction. *Crowding* can affect residents' comfort, privacy, and psychological condition. On the other hand, *psychological well-being* refers to a state of psychological wellness characterized by self-acceptance, positive relationships with others, purpose in life, personal growth, and the ability to manage one's environment effectively. This study aimed to determine the level of *crowding*, the level of *psychological well-being*, and the relationship between *crowding* and *psychological well-being* among residents of the Muharto Flats in Malang.

This study employed a quantitative approach with a non-experimental design and a cross-sectional survey method. The population consisted of 150 married residents living in the flats, and a sample of 107 respondents was selected using the Slovin formula. The *crowding* variable was measured using a scale based on Gifford's theory, encompassing situational, behavioral, and emotional aspects. Meanwhile, *psychological well-being* was measured using an adaptation of Ryff's scale, which includes the dimensions of self-acceptance, positive relations with others, autonomy, environmental mastery, purpose in life, and personal growth. Data were analyzed using the Pearson Product-Moment Correlation test with the assistance of JASP software.

The results showed that both *crowding* and *psychological well-being* among the residents of Muharto Flats were generally at a moderate level. Hypothesis testing revealed a Pearson correlation coefficient of $r = -0.155$ with a significance value of $p = 0.112$ ($p > 0.05$). These findings indicate that there is no significant relationship between *crowding* and *psychological well-being* among the residents of Muharto Flats. Although the direction of the relationship was negative, its strength was very weak. These findings suggest that residents' *psychological well-being* is influenced not only by perceptions of residential *crowding* but also by other factors such as social support, adaptability, interpersonal relationships, and individual characteristics.

Keywords: *crowding, psychological well-being, flats, flat resi*

مستخلص البحث

أنجبتا نوها موتياريني، ٢٠١٧. ٤٠١١١٠٢١٧. العلاقة بين الاكتظاظ والرفاه النفسي لدى سكان مجمع الشقق السكنية موهارتو. بحث جامعي. كلية علم النفس، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج، ٢٠٢٦.
المشرفة: نور الحكمة، الماجستير، سيلبي تشاندرا أيو، ماجستير في العلوم

تُعد الشقق السكنية أحد أشكال السكن العمودي التي يقطنها العديد من الأفراد ذوي المساحات السكنية المحدودة. وقد تؤدي الظروف السكنية المزدحمة إلى ظهور الشعور بالاكتظاظ، وهو إدراك ذاتي للفرد بالضيق الناتج عن محدودية المساحة وارتفاع مستوى التفاعل الاجتماعي. ويمكن أن يؤثر الاكتظاظ في الراحة والخصوصية والحالة النفسية للسكان. ومن ناحية أخرى، يشير الرفاه النفسي إلى حالة من الصحة النفسية الإيجابية التي تتمثل في تقبل الذات، وإقامة علاقات إيجابية مع الآخرين، وامتلاك هدف في الحياة، والنمو الشخصي، والقدرة على إدارة البيئة المحيطة بفعالية. هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى الاكتظاظ ومستوى الرفاه النفسي، وكذلك الكشف عن العلاقة بين الاكتظاظ والرفاه النفسي لدى سكان الشقق السكنية موهارتو بمدينة مالانج.

(Cross-Sectional) استخدمت الدراسة المنهج الكمي بتصميم غير تجريبي ومنهج المسح المقطعي. وتكون مجتمع الدراسة من ١٥٠ من سكان الشقق السكنية المتزوجين، وتم اختيار عينة مكونة من ١٠٧ مستجيبين باستخدام معادلة سلوفين. وتم قياس متغير الاكتظاظ باستخدام مقياس مستند إلى نظرية جيفورد التي تشمل الجوانب الموقفية والسلوكية والانفعالية، في حين تم قياس الرفاه النفسي باستخدام مقياس ريف المعدل الذي يتضمن أبعاد تقبل الذات، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، والاستقلالية، والقدرة على التحكم في البيئة، والهدف من الحياة، والنمو الشخصي. وتم تحليل البيانات باستخدام JASP بمساعدة برنامج (Pearson Product Moment) اختبار ارتباط بيرسون.

أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الاكتظاظ ومستوى الرفاه النفسي لدى سكان الشقق السكنية موهارتو يقعان بشكل عام ضمن الفئة المتوسطة. كما أظهرت نتائج اختبار الفرضية أن معامل ارتباط وهو أكبر من (٠,٠٥). وتشير هذه النتائج إلى عدم ($p=0.112$) عند مستوى دلالة ($r=-0.155$) بيرسون بلغ وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاكتظاظ والرفاه النفسي لدى سكان الشقق السكنية موهارتو. وعلى الرغم من أن اتجاه العلاقة كان سالبًا، إلا أن قوتها كانت ضعيفة جدًا. وتدل هذه النتائج على أن الرفاه النفسي للسكان لا يتأثر فقط بإدراكهم للاكتظاظ السكني، بل يتأثر أيضًا بعوامل أخرى مثل الدعم الاجتماعي، والقدرة على التكيف، والعلاقات الاجتماعية بين السكان، والخصائص الفردية.

الأساسيات: الاكتظاظ، الرفاه النفسي، الشقق السكنية، سكان الشقق السكنية

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Jumlah penduduk Indonesia tahun 2025 menduduki peringkat 4 negara terbanyak jumlah penduduknya, mencapai 284,438,800 juta jiwa (BPS, 2025). Melihat 4 tahun kebelakang, angka kependudukan tersebut mengalami kenaikan setiap tahunnya, pada tahun 2024 penduduk Indonesia mencapai 281,603,800 juta, tahun 2023 mencapai 278,696,200 juta, sedangkan pada tahun 2022 jumlah penduduk Indonesia 275,773,800 juta dan pada tahun 2021 penduduk Indonesia mencapai 272,682,500 juta jiwa. Peningkatan jumlah penduduk di Indonesia berdasarkan Bappenas oleh (Wardhana & Kharisma, 2020) disebabkan oleh beberapa faktor seperti fertilitas (kelahiran), mortalitas (kematian) dan migrasi ke wilayah perkotaan. Faktor sosial-budaya juga mendorong tingkat pernikahan dan kelahiran. Selain itu, perpindahan penduduk (migrasi) turut menyumbang angka penduduk yang dilatar belakangi oleh kebutuhan ekonomi, peluang pekerjaan dan akses pendidikan yang lebih baik. Tidak hanya itu, migrasi perpindahan penduduk didukung oleh faktor non ekonomi, seperti faktor sosial yang memberikan tekanan sosial-kultural serta faktor alam termasuk pengaruh iklim dan bencana meteorologis (Suartha, 2016).

Fertilitas merupakan proses pelepasan janin dari seorang ibu yang memiliki tanda-tanda menangis, bernafas dan bunyinya denyut jantung (Wayan et al., 2023). Fertilitas dianggap menjadi salah satu faktor kenaikan jumlah penduduk di Indonesia. Angka kelahiran total, atau tingkat kelahiran total (TFR) nasional, telah menurun dari 5,61 anak perempuan pada Sensus 1971 menjadi sekitar 2,18 anak perempuan pada Sensus Penduduk 2020, menurut data dari Badan Pusat Statistik 30 Januari 2023 (Banyuwangi, 2023) yang dikutip pada 28 November 2025. Di sisi lain, populasi perempuan Indonesia yang cukup besar masih memiliki peran penting dalam angka fertilitas; dengan demikian, meskipun rata-rata jumlah anak per ibu menurun, jumlah kelahiran absolut masih dapat bertahan. Faktor fertilitas lainnya termasuk norma sosial dan budaya, usia menikah yang relatif muda, dan akses yang tidak merata ke layanan keluarga berencana di berbagai tempat (Hardiani et al., 2021). Kondisi ini menunjukkan bahwa, meskipun telah mengalami penurunan, fertilitas masih merupakan komponen penting dari dinamika pertumbuhan penduduk Indonesia saat ini, dan karenanya layak dipertimbangkan dalam analisis demografi penelitian ini.

Mortalitas merujuk pada tingkat kematian dalam suatu populasi selama periode waktu tertentu. Konsep ini sering digunakan dalam bidang kesehatan

masyarakat, demografi, dan epidemiologi untuk mengukur risiko kematian serta menilai kualitas kesehatan suatu masyarakat. Analisis mortalitas tidak hanya mencakup jumlah kematian, tetapi juga distribusinya berdasarkan faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, penyebab kematian, dan lokasi geografis. Tingkat mortalitas yang tinggi dapat menunjukkan adanya masalah kesehatan masyarakat, kurangnya akses terhadap pelayanan medis, atau kondisi lingkungan yang tidak sehat (Anggryani et al., 2022). Selain itu, pemantauan mortalitas membantu pemerintah dan organisasi kesehatan dalam merencanakan intervensi yang tepat, menetapkan prioritas kesehatan, serta mengevaluasi efektivitas kebijakan dan program kesehatan. Dengan memahami mortalitas secara komprehensif, masyarakat dapat mengambil langkah-langkah preventif untuk meningkatkan harapan hidup dan kualitas hidup warganya.

Migrasi merupakan salah satu faktor penting dalam dinamika kependudukan, termasuk di kawasan perkotaan dan perumahan vertikal seperti rumah susun. Secara umum, migrasi didefinisikan sebagai perpindahan individu atau keluarga dari suatu tempat ke tempat lain dengan tujuan menetap, baik secara permanen maupun sementara (Zelinsky, 1971). Fenomena migrasi ini dapat dipicu oleh berbagai faktor, seperti kebutuhan ekonomi, kesempatan pekerjaan, akses terhadap fasilitas sosial, serta kondisi lingkungan yang lebih layak huni. Di konteks rumah susun, migrasi internal sering kali menyebabkan peningkatan kepadatan hunian atau *crowding*, karena penduduk yang berpindah dari lingkungan padat penduduk atau kawasan perkotaan lain memilih rumah susun sebagai tempat tinggal alternatif. Kepadatan yang tinggi di rumah susun ini dapat berdampak pada kualitas hidup penghuninya, termasuk kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*), karena interaksi sosial yang lebih intens dan terbatasnya ruang pribadi.

Pertumbuhan penduduk yang meningkat setiap tahunnya memiliki dampak signifikan pada kepadatan penduduk dan kebutuhan akan tempat tinggal yang meningkat (Mubarrak et al., 2025). Penelitian yang dilakukan di Surabaya sebagai kota metropolitan menunjukkan laju pertumbuhan penduduk yang relatif tinggi mempengaruhi kepadatan penduduk sekitar 3.094.732 jiwa dengan luas wilayah 326,81 km². Sedangkan, ketersediaan ruang untuk tempat tinggal terbatas. Kesenjangan tersebut menimbulkan masalah kependudukan, terutama tempat tinggal. Pertumbuhan penduduk juga lebih terpusat di perkotaan, yang mana tempat tinggal di perkotaan memiliki nilai jual tinggi dan menjadi masalah pula bagi masyarakat untuk memilih tempat sebagai tempat tinggalnya. Hal ini penting karena, kebutuhan tempat tinggal menjadi kebutuhan primer atau kebutuhan utama manusia dalam hidup.

Pemerintah menawarkan solusi sebagai bentuk upaya permasalahan kependudukan, dan untuk mengurangi potensi pemukiman kumuh, khususnya di

kota-kota besar dengan pembangunan rumah susun. Program pembangunan rumah susun ini didukung oleh peraturan perundang-undangan seperti Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2011 tentang Rumah Susun dan berbagai kebijakan pemerintah daerah dalam implementasinya. Penelitian menunjukkan bahwa rusunawa merupakan strategi pemerintah untuk menyediakan hunian layak bagi masyarakat yang tidak mampu memenuhi kebutuhan tempat tinggal di pasar perumahan umum, serta sebagai upaya meningkatkan efisiensi penggunaan lahan melalui hunian vertikal. Adanya rumah susun diperuntukkan untuk masyarakat berpenghasilan rendah (MBR), karena keterbatasan daya beli, sehingga adanya dukungan dari pemerintah untuk memperoleh rumah (Widjonarko, 2014). Hal ini diatur dalam Pasal 1 ayat 24 UU Nomor 1 Tahun 2011, bahwa pemerintah membantu menyediakan rumah hunian bagi masyarakat berpenghasilan rendah.

Studi perencanaan perumahan umum di Hangzhou, China di klasifikasikan menjadi 4 jenis, yaitu perumahan sewa murah, perumahan sewa publik, perumahan nyaman dan ekonomis serta perumahan bersubsidi moneter (Huang & Du, 2015). Keempat jenis perumahan tersebut memiliki sasaran penghuni yang berbeda-beda. Perumahan sewa murah diperuntukkan untuk rumah tangga perkotaan berpenghasilan rendah. Perumahan sewa publik diperuntukkan untuk lulusan baru dan migran. Perumahan nyaman dan ekonomis ditujukan untuk rumah tangga perkotaan berpenghasilan rendah dan menengah. Sedangkan perumahan bersubsidi moneter untuk rumah tangga perkotaan yang berpenghasilan rendah.

Pembangunan rumah susun mampu mengoptimalkan pemanfaatan lahan perkotaan yang terbatas, sehingga dapat menampung lebih banyak penduduk tanpa memperluas kawasan permukiman kumuh (Widiananda, 2018). Dari sisi lingkungan, keberadaan rumah susun mendorong perbaikan sanitasi, akses air bersih, dan sistem drainase, yang berdampak pada meningkatnya kesehatan masyarakat. Secara ekonomi, rumah susun menyediakan hunian yang lebih terjangkau bagi masyarakat berpenghasilan rendah, serta mengurangi beban biaya perumahan dibandingkan hunian informal. Selain itu, rumah susun mempermudah akses masyarakat terhadap fasilitas publik, transportasi, dan pusat kegiatan ekonomi karena umumnya dibangun di kawasan strategis (Pranata et al., 2025). Dari sisi sosial pun, hunian vertikal juga membuka peluang terbentuknya interaksi dan solidaritas sosial baru melalui ruang bersama, serta meningkatkan rasa aman dan keteraturan lingkungan melalui sistem pengelolaan yang lebih terstruktur.

Keberadaan rumah susun tidak hanya memberikan manfaat sebagai solusi penyediaan hunian, tetapi juga muncul berbagai permasalahan yang terjadi di dalamnya. Rumah susun sebagai hunian vertikal menghadapi permasalahan utama yang berkaitan dengan kepadatan hunian (*crowding*), keterbatasan privasi, dan penurunan kenyamanan tinggal (Ayuningtyas, 2021). Studi pada (Natalisa &

Rahmadani, 2020) menunjukkan bahwa tingginya kepadatan dan keterbatasan ruang personal dalam hunian vertikal dapat memicu persepsi sesak, stres psikologis, serta kelelahan emosional pada penghuni. Kondisi ini diperburuk oleh berkurangnya kontrol individu terhadap ruang privat, di mana batas antara ruang pribadi dan ruang sosial menjadi satu, sehingga meningkatkan potensi gangguan privasi. Artinya dalam hal ini, menegaskan bahwa meskipun rumah susun efektif dalam mengatasi keterbatasan lahan perkotaan. Namun, perlu perhatian khusus dari pemerintah dalam menjaga dan mengelola kebutuhan serta tata ruang di rumah susun yang tetap mengedepankan aspek kenyamanan dalam tempat tinggal.

Salah satunya adalah rumah susun Muharto yang terletak di Kedungkandang, Kota Malang. Peneliti melakukan observasi awal yang pada 22 September 2025, ditemukan bahwa kondisi rumah susun muharto memiliki 3 tingkat bangunan. Pada lantai dasarnya ditempati dengan 18 unit rumah, parkir dan musholla, pada tingkat 2 dan 3 ditempati unit-unit rumah. Pada setiap tingkat lantai nya terdapat kamar mandi umum yang berjumlah 5 kamar mandi di sisi kanan dan kiri pojok ruangan. Bentuk rumah susun ini meningkat keatas dengan atap kanopi tembus pandang menambah sinar pencahayaan ke dalam rusun. Ketika penggalan informasi awal bersama ketua RT, ruang hunian setiap unitnya berukuran sekitar 3×7 meter dan dihuni secara keseluruhan oleh 51 kartu keluarga di rusun b dan 24 kartu keluarga di rusun a. Mayoritas penghuninya didominasi oleh orang dewasa. Lama tinggal rata-rata penghuni rusun di atas 10 tahun. Ruang bermain anak dilakukan di lorong depan unitnya, tidak ada ruang terbuka hijau serta ruang pertemuan bersama.

Pra penelitian dilakukan dengan wawancara terhadap 8 orang penghuni usia dewasa. Beberapa pertanyaan diajukan terkait aspek-aspek pada kesejahteraan psikologis. Hasil wawancara menunjukkan, bahwa penghuni merasakan kenyamanan karena sudah tinggal selama lebih dari 10 tahun dan menerima kondisi untuk tetap tinggal di rusun atas alasan yang berbeda-beda. Antar penghuninya yang saling mendukung satu sama lain menambah kehangatan dalam kehidupan bertetangga. Namun, terdapat keinginan untuk pindah dari rumah susun yang juga tetap ada dirasakan oleh penduduknya. Keinginan itu muncul karena beberapa faktor yang mempengaruhi, seperti kebisingan dan terbatasnya ruang publik. Kondisi tersebut dapat menimbulkan persepsi sesak dan berpotensi memengaruhi kenyamanan fisik maupun psikologis penghuni. Selain itu, penggunaan fasilitas bersama menyebabkan minimnya privasi, baik antarwarga maupun di dalam lingkup keluarga sendiri, karena aktivitas personal sulit dipisahkan secara jelas dari ruang sosial. Namun demikian, kondisi hunian yang saling berdekatan juga mendorong interaksi sosial yang lebih intens dan mudah antar penghuni. Kedekatan ruang dan frekuensi pertemuan yang tinggi berkontribusi pada terbentuknya

kelekatan sosial (social bounding) yang relatif baik antarwarga, tercermin dari pola komunikasi yang terbuka, rasa saling mengenal, dan munculnya dukungan sosial dalam kehidupan sehari-hari. Fenomena ini menunjukkan bahwa meskipun Rumah Susun Muharto menghadapi persoalan *crowding* dan privasi, hunian vertikal tersebut juga menjadi ruang terbentuknya relasi sosial yang erat di antara penghuninya.

Seperti saat wawancara awal pada salah satu penghuni usia dewasa akhir mengatakan

“bising-bising sekali hampir setiap hari, kalau malam bapak-bapak suka main kerambel kesel”.

“kemarin itu ada ibu rw lagi ngaji di musholla, eh di atas malah setel-setel lagu dangdutan pakai sound besar”

Hal yang dirasakan oleh Ibu M (64 tahun) ini menunjukkan kondisi realita adanya keterbatasan ruang dan kontrol terhadap lingkungannya yang kurang.

Crowding tidak semata-mata ditentukan oleh kepadatan fisik, tetapi oleh bagaimana individu menilai ketersediaan ruang, kontrol terhadap lingkungan, dan batas privasi yang dimilikinya. *Crowding* menurut Gifford (2014) menegaskan bahwa persepsi *crowding* sangat dipengaruhi oleh desain hunian, ukuran unit, serta pola interaksi sosial yang terbentuk di dalamnya. Pada hunian padat seperti rumah susun, keterbatasan ruang personal sering kali membuat penghuni merasa ruang hidupnya terganggu, sehingga menurunkan persepsi kenyamanan dan kualitas hunian secara keseluruhan.

Hal itu juga disampaikan oleh Pak P(39 tahun) dan Y (19 tahun), terkait kurangnya kontrol terhadap lingkungan sekitar.

“ya kalau bisa disini itu dibuat aturan yang ketat tentang itu mba check sound, minum-minuman. Nah ini Y pelakunya sendiri kadang suka minum didepan situ” - Pak P

“pengen ada aturan tertulis tentang penggunaan sound sama miras”- Y

Berbagai penelitian kontemporer menunjukkan bahwa *crowding* memiliki hubungan yang signifikan dengan stres psikologis, ketidaknyamanan emosional, dan penurunan kesejahteraan subjektif. Evans, Wells, dan Moch (2003) serta Evans (2019) menemukan bahwa paparan jangka panjang terhadap hunian yang dipersepsikan sesak dapat meningkatkan stres kronis, kelelahan mental, serta memperburuk kualitas relasi sosial. Studi lain juga menunjukkan bahwa *crowding* dalam hunian vertikal berkontribusi terhadap meningkatnya iritabilitas dan konflik interpersonal, terutama ketika individu memiliki kontrol yang rendah terhadap

ruang pribadinya (Basthian, 2021). Oleh karena itu, *crowding* menjadi isu krusial dalam pembangunan rumah susun karena berdampak langsung pada kenyamanan psikologis dan kesejahteraan penghuni, bukan hanya pada aspek fisik hunian.

Psychological well-being merujuk pada kondisi optimal individu dalam menjalani kehidupan yang bermakna dan berfungsi secara positif. Salah satu kerangka teori yang paling banyak digunakan adalah model *psychological well-being* dari Carol D. Ryff, yang memandang kesejahteraan psikologis sebagai konstruk multidimensional. Ryff mengemukakan enam dimensi utama, yaitu penerimaan diri (self-acceptance), hubungan positif dengan orang lain (positive relations with others), otonomi (autonomy), penguasaan lingkungan (environmental mastery), tujuan hidup (purpose in life), dan pertumbuhan pribadi (personal growth). Model ini menekankan bahwa kesejahteraan psikologis tidak hanya ditandai oleh ketiadaan gangguan psikologis, tetapi juga oleh kemampuan individu dalam mengelola lingkungan, membangun relasi yang sehat, dan mengembangkan potensi diri secara berkelanjutan (Ryff, 2014).

Fenomena terkait *psychological well-being* terjadi di rumah susun Muharto, seperti perasaan kurang nyaman dari beberapa penghuni dalam berkehidupan sosial yang akhirnya mengakibatkan konflik. Perasaan kontrol terhadap lingkungannya yang kurang, seperti kebisingan yang terjadi menjadi salah satu faktor kurangnya kenyamanan. Munculnya efek negatif dari dinamika kehidupan di rumah susun, terdapat aspek positif seperti kualitas hubungan sosial yang baik antar penghuni. Penghuni di rumah susun Muharto dapat dikatakan memiliki hubungan positif karena sikap kepedulian antar sesama yang ditunjukkan. Seperti halnya ketika saat pra penelitian, Ibu N mengatakan bahwa

“orang sini tu pada baik-baik mba, kemarin ada orang pojok itu pindahan ya pada bantuin, terus ada hajatan apa gitu yang saling membantu enak lah mba orang-orang sini”

Hunian padat seperti rumah susun, *crowding* berpotensi memengaruhi berbagai dimensi *psychological well-being* tersebut. Persepsi ruang yang sempit dan minim kontrol terhadap lingkungan dapat menurunkan environmental mastery dan autonomy, karena individu merasa sulit mengatur ruang hidup sesuai kebutuhannya (Gusmini & Tetteng, 2023). Selain itu, paparan *crowding* yang berkepanjangan dapat memicu stres dan kelelahan emosional yang berdampak pada self-acceptance serta kualitas relasi sosial. Studi mutakhir menunjukkan bahwa hunian dengan tingkat *crowding* tinggi berhubungan dengan penurunan kesejahteraan psikologis, meningkatnya stres, dan menurunnya kepuasan hidup penghuni. Dengan demikian, *crowding* tidak hanya menjadi persoalan fisik hunian,

tetapi juga faktor penting yang memengaruhi kesejahteraan psikologis penghuni secara menyeluruh.

Kesejahteraan secara psikologi atau *psychological well-being* disebabkan oleh beberapa faktor yang mempengaruhinya, di antaranya seperti dukungan sosial, persepsi terhadap lingkungan, kontrol terhadap lingkungan (*perceived control*), kemampuan coping, karakteristik kepribadian, serta kualitas lingkungan fisik berperan penting dalam menentukan tingkat kesejahteraan psikologis seseorang. Menurut Ryff dan Singer (2008), *psychological well-being* dipengaruhi oleh faktor demografis, karakteristik individu, serta kualitas hubungan sosial yang dimiliki seseorang. Sementara itu, Robert Gifford (2014) menjelaskan bahwa dampak *crowding* terhadap kesejahteraan psikologis tidak hanya bergantung pada tingkat kepadatan fisik, tetapi juga pada persepsi individu terhadap ruang, kemampuan mengendalikan lingkungan, serta kualitas interaksi sosial yang dimiliki. Hal ini diperkuat oleh Daniel Stokols (1972) yang menyatakan bahwa *crowding* merupakan pengalaman psikologis yang bersifat subjektif, sehingga individu yang memiliki dukungan sosial yang baik, kemampuan beradaptasi, dan kontrol terhadap lingkungannya cenderung mampu mempertahankan *psychological well-being* meskipun tinggal di lingkungan dengan kepadatan tinggi.

Studi yang dilakukan oleh (Wahyuni, 2024) berjudul Analisa Pengaruh Kepadatan, Kesesakan dan Sosial Ekonomi terhadap Kesejahteraan Psikologis Ibu Rumah Tangga menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan desain cross-sectional untuk mengkaji keterkaitan kondisi lingkungan permukiman dengan kesejahteraan psikologis. Penelitian ini melibatkan ibu rumah tangga yang tinggal di kawasan permukiman padat di Kelurahan Tanah Datar, Kota Pekanbaru, dengan variabel yang dikaji meliputi kepadatan penduduk, kesesakan (*crowding*), dan status sosial ekonomi, sementara kesejahteraan psikologis diukur menggunakan Ryff's *Psychological well-being*. Fokus penelitian ini menempatkan kepadatan sebagai kondisi objektif dan kesesakan sebagai pengalaman subjektif yang dipengaruhi oleh interaksi sosial serta karakteristik lingkungan, sehingga memberikan gambaran konseptual mengenai dinamika psikologis penghuni permukiman padat dalam konteks perkotaan .

Penelitian yang dilakukan oleh (Musfirah et al., 2024) membahas pengaruh *crowding* (kesesakan) terhadap tingkat stres masyarakat perkotaan yang tinggal di daerah padat penduduk, dengan lokasi penelitian di Kelurahan Suangga, Kota Makassar. Latar belakang penelitian berangkat dari meningkatnya urbanisasi dan kepadatan penduduk perkotaan yang memunculkan berbagai masalah lingkungan, seperti keterbatasan ruang, kebisingan, polusi, dan intensitas interaksi sosial yang tinggi, yang berpotensi menimbulkan stres. *Crowding* dipahami sebagai pengalaman psikologis subjektif akibat terganggunya ruang personal karena terlalu

banyak orang, sedangkan stres dipandang sebagai hasil interaksi individu dengan lingkungan yang dirasakan menekan dan mengancam kesejahteraan psikologis. Penelitian ini mendasarkan kerangka teorinya pada psikologi lingkungan, dengan rujukan utama konsep *crowding* dari Gifford.

Penelitian ini dilakukan untuk memberikan gagasan terbarunya terkait hubungan *crowding* (kesesakan) dengan *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) di kawasan rumah susun. Penghuni di kawasan rumah susun muharto memiliki karakteristik saling tolong menolong. Hal itu disebabkan karena intensitas interaksi antar warganya yang terbuka. Selain itu, aspek privasi dalam penelitian ini lebih ditekankan, karena keterbatasan ruang yang mempengaruhi aktivitas penghuni rumah susun (Dhargawati & Lianto, 2023). Adanya unsur tersebut menjadikan penelitian ini untuk mengetahui ada dan tidaknya hubungan antara kedua variabel. Karakteristik fisik dan sosial di rusunawa muharto memiliki indikasi terhadap kesejahteraan psikologis.

Tujuan penelitian ini untuk mengkaji kondisi *crowding* (kesesakan) yang dialami oleh penghuni rumah susun serta tingkat *psychological well-being* yang dimiliki oleh penghuni tersebut. Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *crowding* dengan *psychological well-being* penghuni rumah susun, dengan meninjau kesejahteraan psikologis berdasarkan dimensi-dimensi yang relevan. Melalui penelitian ini diharapkan dapat diperoleh gambaran mengenai dinamika psikologis penghuni hunian vertikal serta pemahaman yang lebih komprehensif mengenai peran pengalaman kesesakan dalam memengaruhi kesejahteraan psikologis pada konteks hunian perkotaan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan mengenai kondisi kepadatan hunian, keterbatasan ruang personal, serta dinamika sosial di Rumah Susun Muharto, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat *crowding* (kesesakan) yang dialami oleh penghuni Rumah Susun Muharto Malang?
2. Bagaimana tingkat *psychological well-being* penghuni Rumah Susun Muharto Malang?
3. Apakah terdapat hubungan antara *crowding* dengan *psychological well-being* pada penghuni Rumah Susun Muharto Malang?

C. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui tingkat *crowding* (kesesakan) yang dialami oleh penghuni Rumah Susun Muharto Malang.
2. Mengetahui tingkat *psychological well-being* penghuni Rumah Susun Muharto Malang.

3. Menganalisis hubungan antara *crowding* dengan *psychological well-being* pada penghuni Rumah Susun Muharto Malang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi lingkungan, khususnya terkait konsep *crowding* sebagai pengalaman subjektif dan kaitannya dengan *psychological well-being* pada konteks hunian vertikal. Selain itu, penelitian ini dapat memperkaya literatur mengenai kesejahteraan psikologis dalam perspektif lingkungan dan sosial pada masyarakat perkotaan.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pengelola rumah susun dan pemerintah daerah dalam merancang kebijakan dan pengelolaan hunian vertikal yang lebih memperhatikan aspek psikologis penghuni. Bagi penghuni rumah susun, penelitian ini dapat meningkatkan pemahaman mengenai dampak *crowding* terhadap kesejahteraan psikologis serta mendorong upaya adaptasi dan penguatan relasi sosial yang sehat dalam lingkungan hunian padat.

E. Batasan Masalah

Agar penelitian ini lebih terfokus dan tidak menyimpang dari tujuan yang telah ditetapkan, maka batasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut. Penelitian ini hanya membahas *crowding* (kesesakan) sebagai pengalaman subjektif penghuni dan *psychological well-being* sebagai kondisi kesejahteraan psikologis, tanpa mengkaji faktor lingkungan lain seperti kualitas bangunan, kebisingan, sanitasi, maupun kondisi ekonomi secara mendalam. Subjek penelitian dibatasi pada penghuni Rumah Susun Muharto Malang, dengan karakteristik penghuni dewasa yang menetap di rumah susun tersebut. Pengukuran *crowding* dan *psychological well-being* dilakukan menggunakan instrumen skala psikologis, sehingga data yang diperoleh bersifat persepsional dan tidak mencakup pengukuran objektif kepadatan fisik. Penelitian ini juga dibatasi pada analisis hubungan antara *crowding* dan *psychological well-being*, tanpa meneliti hubungan sebab-akibat maupun memasukkan variabel moderator atau mediator lainnya.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. *Psychological well-being*

1. Pengertian *Psychological well-being*

Psychological well-being menurut Ryff yang dikutip pada (Pandey et al., 2025), memiliki makna keadaan individu yang mencapai kebahagiaan, sampai individu dapat mengaktualisasikan dirinya atau dapat dikatakan individu berfungsi penuh dalam hidupnya. Ryff juga memandang, bahwa kesejahteraan dalam diri, tidak hanya dari kesenangan saja (kesejahteraan hedonis) melainkan berfokus pada peningkatan diri dan pemenuhan kebutuhan secara berkelanjutan (kesejahteraan eudemoni). Konsep kesejahteraan bagi (Deci & Ryan, 2008) menjelaskan secara terpisah antara kesejahteraan hedonis dan eudemonia, namun sama-sama menekankan bahwa kesejahteraan tidak hanya membahas perasaan senang saja, tetapi ketika kondisi optimal seseorang dapat berfungsi secara penuh terhadap kebutuhan dasar otonomi, kompetensi, keterhubungan serta menjalani hidup yang bermakna sesuai nilai intrinsik, bukan sekedar perasaan emosi positif. Sedangkan, *psychological well-being* berdsasarkan perspektif Seligment, memaknai konsep kesejahteraan bukan hanya terkait kebahagiaan saja, tetapi juga menjalani kehidupan yang memuaskan dan bermakna. Konsep kesejahteraan berkontribusi pada psikologi positif, intervensi kesejahteraan dan praktik kesehatan mental yang mempromosikan pendekatan yang lebih komprehensif.

2. Aspek Psychology Well Being

Ryff mengemukakan 6 aspek untuk mencapai *psychological well-being*, di antaranya otonomi, pertumbuhan pribadi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, hubungan positif dengan orang lain dan penerimaan diri (Purnama et al., 2022). Hal tersebut dapat diuraikan seperti, keputusan individu tidak dipengaruhi oleh orang lain (otonomi), kemampuan untuk mengelola lingkungan dan sumber daya sesuai kebutuhan diri (penguasaan lingkungan), kehidupan yang sedang dijalani merupakan sebuah proses pembelajaran untuk meningkatkan potensi diri (pertumbuhan pribadi), individu menjalin hubungan positif dengan orang lain dengan saling percaya dan mendukung (hubungan positif dengan orang lain), individu perlu memaknai kehidupan agar memiliki arah dan tujuan yang jelas untuk dicapai, serta individu

mampu menerima kemampuan, kekuatan dan kelemahan diri sendiri (penerimaan diri). Dengan 6 aspek ini, dapat berperan penting untuk mencapai kesejahteraan psikologis individu secara utuh.

Konsep *Psychological well-being* (PWB) menurut Carol Ryff menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis tidak hanya sekadar perasaan bahagia, tetapi juga mencakup kemampuan individu untuk berfungsi secara optimal dalam kehidupannya (Purnama et al., 2022). Ryff memandang bahwa kesejahteraan sejati terbentuk dari bagaimana seseorang memaknai hidup, mengelola dirinya, serta menjalin hubungan dengan lingkungan sosialnya. Oleh karena itu, PWB terdiri dari beberapa dimensi yang saling melengkapi dan menggambarkan kualitas hidup secara menyeluruh.

Dimensi pertama adalah self-acceptance (penerimaan diri), yaitu kemampuan individu untuk menerima dirinya secara utuh, baik kelebihan maupun kekurangan. Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik cenderung memiliki pandangan positif terhadap dirinya dan masa lalunya. Selanjutnya, positive relations with others (hubungan positif dengan orang lain) menunjukkan kemampuan individu dalam membangun hubungan yang hangat, penuh empati, serta dilandasi rasa saling percaya dan kepedulian terhadap orang lain.

Dimensi berikutnya adalah autonomy (otonomi), yang merujuk pada kemandirian individu dalam mengambil keputusan dan tidak mudah terpengaruh oleh tekanan sosial. Selain itu, terdapat environmental mastery (penguasaan lingkungan), yaitu kemampuan individu dalam mengelola dan menyesuaikan lingkungannya agar sesuai dengan kebutuhan hidupnya, termasuk dalam menghadapi berbagai tuntutan kehidupan sehari-hari.

Purpose in life (tujuan hidup) dan personal growth (pengembangan diri) juga menjadi bagian penting dalam PWB. Purpose in life berkaitan dengan sejauh mana individu memiliki arah dan makna dalam hidupnya, sehingga hidup terasa lebih bernilai. Sementara itu, personal growth menggambarkan usaha individu untuk terus berkembang, terbuka terhadap pengalaman baru, dan meningkatkan potensi diri. Keenam dimensi tersebut secara bersama-sama membentuk gambaran kesejahteraan psikologis yang utuh menurut Carol Ryff.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Psychological well-being*

Kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh berbagai faktor internal maupun eksternal yang saling berinteraksi dalam mendukung kemampuan individu menjalani kehidupan secara sehat dan adaptif

(Humaidah et al., 2024). Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa faktor personal seperti resiliensi, optimisme, regulasi diri, regulasi emosi, konsep diri, dan cara berpikir positif berkontribusi signifikan terhadap tingkat kesejahteraan psikologis. Individu yang memiliki resiliensi dan optimisme cenderung mampu bangkit dari tekanan serta mempertahankan pandangan positif, sehingga meningkatkan kesejahteraan psikologis. Demikian pula, regulasi emosi dan regulasi diri terbukti membantu individu mengelola perasaan dan perilaku secara adaptif, sementara konsep diri yang positif serta keterbukaan diri (*self-disclosure*) memperkuat kemampuan seseorang membangun relasi sehat sebagai salah satu aspek penting dalam *psychological well-being*.

Selain faktor personal, faktor sosial dan lingkungan juga berperan besar dalam membentuk kesejahteraan psikologis. Dukungan sosial baik dari keluarga, teman, maupun lingkungan akademik berulang kali ditemukan memiliki kontribusi signifikan dalam meningkatkan kondisi psikologis positif. Dukungan tersebut tidak hanya memberikan rasa aman, tetapi juga berfungsi sebagai penyangga terhadap tekanan akademik maupun emosional. Sebaliknya, stres dan stres akademik menjadi faktor risiko yang menurunkan kesejahteraan psikologis, di mana tingkat stres yang tinggi terbukti berkorelasi dengan munculnya kecemasan, kelelahan emosional, dan perasaan tidak mampu (Zhavira & Palupi, 2022). Penelitian lain juga menyoroti peran kebersyukuran, religiusitas, serta ketahanan akademik (*academic hardiness*) sebagai faktor protektif yang memperkuat ketenangan batin, makna hidup, dan kemampuan individu menghadapi tantangan akademik (Wibowo & Semarang, 2022). Secara keseluruhan, temuan-temuan ini menegaskan bahwa kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh kombinasi faktor individu dan sosial, seperti resiliensi, optimisme, dukungan sosial, gratitude, religiusitas, regulasi emosi, konsep diri, regulasi diri, self-disclosure, berpikir positif, stres, stres akademik, serta ketahanan akademik.

4. *Psychological well-being* dalam Konsep Islam

Arti kesejahteraan sendiri dalam Islam adalah setiap tindakan hambanya yang memiliki niat untuk mengarahkannya kepada tujuan akhir, yakni semua untuk Allah (Sodiq, 2015). Dalam konteks ini, Islam memandang kesejahteraan sebagai kondisi holistik yang mencakup keseimbangan spiritual, psikologis, sosial dan fisik dan berorientasi pada kehidupan dunia dan akhirat. Konsep kesejahteraan sering disamakan dengan konsep al-falah, yakni keberhasilan, kebahagiaan, keselamatan. Al Falah dalam Al Quran menggambarkan suatu keadaan

ketika manusia mendapatkan petunjuk dari Allah, menjalankan perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya. Seperti yang tertulis dalam Al-Quran surat Al Baqarah:189

يَسْأَلُونَكَ عَنِ الْآهِلَةِ قُلْ هِيَ مَوَاقِيتُ لِلنَّاسِ وَالْحَجِّ وَلَيْسَ الْبِرُّ بِأَنْ تَأْتُوا الْبُيُوتَ
مِنْ ظُهُورِهَا وَلَكِنَّ الْبِرَّ مَنِ اتَّقَى وَأْتُوا الْبُيُوتَ مِنْ أَبْوَابِهَا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ
تُفْلِحُونَ ﴿١٨٩﴾

Artinya: “Mereka bertanya kepadamu (Nabi Muhammad) tentang bulan sabit. Katakanlah, “Itu adalah (petunjuk) waktu bagi manusia dan (ibadah) haji.” Bukanlah suatu kebajikan memasuki rumah dari belakangnya, tetapi kebajikan itu adalah (kebajikan) orang yang bertakwa. Masukilah rumah-rumah dari pintu-pintunya, dan bertakwalah kepada Allah agar kamu beruntung”

Pada dasarnya, kesejahteraan pada manusia itu adanya keterhubungan batin antara manusia dengan Allah. Seperti yang ditulis pada QS. Ar-Ra'd: 28

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

Artinya: “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram.”

Kesejahteraan psikologi dalam Islam menurut (Hamid, 2022) sangat berkaitan dengan konsep psikoterapiritual Qurani, melalui *iṭmi'nān al-qulūb* (ketenangan hati) dan *al-sakīnah* (ketenteraman jiwa). Dalam Islam menekankan bahwa ketenangan jiwa bukanlah sekedar kondisi mental tetapi suatu keadaan spiritual yang diperoleh melalui tauhid yang kuat, konsisten dalam ibadah, zikrullah, menjajaga hawa nafsu, tawakkal kepada Allah SWT. Pada intinya kesejahteraan menurut Islam bukanlah bebas dari masalah, tetapi kemampuan untuk tetap stabil, sabar, tenteram, dan yakin melalui bimbingan spiritual yang kuat, menjadikan individu mampu menghadapi tekanan hidup dengan hati yang damai dan reda.

Ketenangan hati didapatkan atas dasar keimanan kepada Allah, di tulis pada QS. Al- Fath:4

هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيْمَانِهِمْ وَلِلَّهِ جُنُودُ
السَّمُوتِ وَالْأَرْضِ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا ﴿٤﴾

Artinya: *“Dialah yang telah menurunkan ketenangan ke dalam hati orang-orang mukmin untuk menambah keimanan atas keimanan mereka (yang telah ada). Dan mili Allah-lah bala tentara langit dan bumi, dan Allah Maha Mengetahui, Maha Bijaksana”*

Seperti pada tafsir Al Misbah Quraish Shihab yang dari (Kusuma & Aziz, 2021) terkait ayat ini, terkait ketentraman hati yang muncul setelah adanya tekanan batin yang meluap. Ketenangan hati menjadi bentuk terwujudnya keimanan, kesabaran, ketakwaan, kesetiaan dan keikhlasan. Hal itu datang dari beberapa fase yang harus dilewati, di antaranya mengakui kesalahan, meratapi kesalahan dan tidak mengulangi nya serta berusaha memperbaiki diri dengan meningkatkan ketakwaan. Proses itu menunjukkan adanya peran aktif individu dalam mengelola dirinya. Salah satu dimensi kesejahteraan psikologis bagi Ryff adalah otonom, artinya memiliki kemandirian secara psikologis atau memiliki prinsip dan bertanggungjawab terhadap perilaku dirinya sendiri. Sejalan pula dengan firman Allah SWT pada QS Al Isra’: 15

مَنْ اهْتَدَىٰ فَإِنَّمَا يَهْتَدِي لِنَفْسِهِ وَمَنْ ضَلَّٰ فَإِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا وَلَا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ
أُخْرَىٰ وَمَا كُنَّا مُعَذِّبِينَ حَتَّىٰ نَبْعَثَ رَسُولًا ﴿١٥﴾

Artinya: *“Barang siapa berbuat sesuatu dengan petunjuk (Allah), maka sesungguhnya itu untuk (keselamatan) dirinya sendiri, dan barang siapa tersesat maka sesungguhnya (kerugian) itu bagi dirinya sendiri. Dan seorang yang berdosa tidak dapat memikul dosa orang lain, tetapi Kami tidak akan menyiksa sebelum Kami mengutus seprang rasul.”*

Tanggungjawab penuh manusia atas hidupnya sendiri mencerminkan kemandiriannya dan tidak terpengaruh dengan tekanan sosial di sekitarnya. Selain itu, kesejahteraan yang dibahas dalam Islam juga dikenal dengan istilah tuma’ninah (ketenangan jiwa) dan sakinah (ketenteraman).

وَعَنْ عَائِشَةَ قَالَتْ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ خَيْرُكُمْ خَيْرُكُمْ لِأَهْلِهِ
وَأَنَا خَيْرُكُمْ لِأَهْلِي وَإِذَا مَاتَ صَاحِبُكُمْ فَدَعُوهُ

Artinya: Daripada Aisyah RA dia berkata, Rasulullah SAW bersabda:
“Sebaik-baik kalian adalah yang paling baik terhadap ahli keluarganya, dan aku adalah orang yang paling baik terhadap ahli keluargaku, apabila sahabat kalian meninggal dunia maka biarkanlah dia (tinggalkanlah dia jangan membicarakan keburukan-keburukannya)

B. *Crowding*

1. Definisi *Crowding*

Crowding terjadi ketika kondisi seseorang merasa tertekan (distressed) atau terjadi kedekatan fisik yang terlalu dekat dengan orang lain. Secara Psikologis, *crowding* merupakan keadaan seseorang ketika merasa ruang yang ditempatinya tidak memadai bagi kebutuhan pribadinya, sehingga menimbulkan perasaan tidak nyaman, tertekan atau kehilangan kendali atas lingkungan sekitarnya. Minimnya ruang personal individu dengan situasi lingkungannya yang padat membuat individu tidak memiliki cukup privasi dan keleluasaan untuk bergerak maupun beraktivitas. Pandangan Stokols, *crowding* adalah suatu kondisi psikologis yang muncul ketika individu menilai bahwa ruang yang tersedia tidak memadai untuk kebutuhan pribadinya, sehingga menimbulkan ketegangan, stres, atau respon negatif lainnya. Stokols menegaskan bahwa *crowding is “some kind of negative psychological response”* yang muncul ketika seseorang merasakan ketidakcukupan ruang untuk berperilaku atau mempertahankan kenyamanan personal (Stokols, 1972)

Menurut Gifford (2014), *crowding* merupakan pengalaman subjektif yang muncul ketika individu memersepsikan jumlah orang atau keterbatasan ruang sebagai sesuatu yang mengganggu, tidak nyaman, atau menekan, terlepas dari tingkat kepadatan fisik yang sebenarnya. Gifford menekankan bahwa *crowding* berbeda dari *density* karena *crowding* berkaitan dengan penilaian psikologis individu terhadap lingkungannya, bukan sekadar ukuran ruang atau jumlah penghuni. Persepsi *crowding* dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti desain lingkungan, tingkat kontrol terhadap ruang, kebutuhan akan privasi, serta karakteristik personal dan sosial individu. Dalam konteks hunian padat, *crowding* terjadi ketika lingkungan tidak

mampu memenuhi kebutuhan psikologis penghuni akan ruang personal dan kenyamanan, sehingga memunculkan respons emosional negatif seperti stres, iritabilitas, dan ketegangan sosial. Dengan demikian, bagi Gifford, *crowding* merupakan hasil interaksi antara kondisi lingkungan fisik dan proses psikologis individu dalam memaknai ruang hunian yang ditempatinya.

Perspektif psikologi lingkungan, Gifford juga menjelaskan bahwa *crowding* memiliki konsekuensi terhadap aspek emosional, perilaku, dan sosial individu. Secara emosional, individu dapat mengalami peningkatan stres, frustrasi, dan ketidaknyamanan. Dari aspek perilaku, individu cenderung mengurangi interaksi sosial, menghindari keramaian, atau menunjukkan perilaku defensif untuk mempertahankan ruang personal. Sementara itu, pada aspek sosial, persepsi *crowding* yang berlangsung dalam jangka waktu lama dapat memengaruhi kualitas hubungan antarindividu, meningkatkan potensi konflik, serta menurunkan kepuasan terhadap lingkungan tempat tinggal.

2. Aspek *Crowding*

Konsep *crowding* (keselesakan) yang jelaskan oleh Gifford bukan sekadar kondisi kepadatan fisik, melainkan merupakan pengalaman psikologis yang bersifat subjektif. *Crowding* muncul ketika individu memersepsikan kepadatan sebagai sesuatu yang mengganggu, tidak nyaman, atau membatasi kebebasan dan kontrol diri, terutama terhadap ruang pribadi. Dengan demikian, *crowding* tidak selalu berkaitan langsung dengan jumlah orang atau ukuran ruang, tetapi lebih pada bagaimana individu menilai dan merasakan kondisi tersebut. Dalam konsepnya, gifford membagi aspek *crowding* menjadi 3;

1) Aspek Situasional

Aspek situasional berkaitan dengan karakteristik lingkungan fisik dan sosial yang membentuk pengalaman *crowding*. Menurut Gifford, kondisi seperti kepadatan fisik, ukuran dan tata ruang, jumlah individu yang hadir, serta keberadaan elemen pembatas ruang dapat memengaruhi bagaimana suatu lingkungan dipersepsikan. Selain faktor fisik, situasi sosial seperti tingkat familiaritas antarindividu dan konteks aktivitas yang dilakukan juga berperan penting. Lingkungan dengan kepadatan yang sama dapat menimbulkan persepsi *crowding* yang berbeda, tergantung pada bagaimana situasi tersebut dipersepsikan oleh individu yang berada di dalamnya.

2) Aspek Behavioral

Aspek perilaku merujuk pada respons atau strategi adaptif individu dalam menghadapi kondisi yang dipersepsikan sebagai sesak. Gifford menjelaskan bahwa ketika individu merasa kehilangan kontrol terhadap ruang pribadinya, mereka cenderung menampilkan perilaku tertentu seperti menjaga jarak, membatasi interaksi sosial, menghindari area tertentu, atau menarik diri dari lingkungan tersebut. Perilaku-perilaku ini berfungsi sebagai upaya untuk mengurangi ketegangan psikologis dan mengembalikan rasa nyaman serta kontrol terhadap lingkungan. Dengan demikian, *crowding* tidak hanya berdampak pada pengalaman internal, tetapi juga tercermin dalam perubahan perilaku individu.

3) Aspek Emosional

Aspek emosional berkaitan dengan reaksi afektif yang muncul akibat persepsi *crowding*. Menurut Gifford, kondisi *crowding* sering kali dikaitkan dengan munculnya emosi negatif seperti tidak nyaman, tertekan, cemas, mudah marah, atau stres. Reaksi emosional ini muncul ketika individu menilai bahwa kepadatan lingkungan telah melampaui batas toleransi pribadi dan mengganggu kebutuhan akan ruang pribadi serta kontrol diri. Namun, intensitas respons emosional tersebut sangat bergantung pada karakteristik individu dan konteks situasi, sehingga tidak semua kondisi padat selalu menimbulkan emosi negatif.

3. Faktor-faktor *Crowding*

Crowding dipahami sebagai pengalaman subjektif individu terhadap kondisi kepadatan lingkungan yang dipersepsikan sebagai tidak nyaman dan membatasi kebebasan personal. Berbagai kajian dalam psikologi lingkungan menunjukkan bahwa pengalaman *crowding* tidak hanya ditentukan oleh tingkat kepadatan fisik, melainkan merupakan hasil interaksi kompleks antara karakteristik lingkungan, kondisi sosial, serta faktor (Stokols, 1972). Oleh karena itu, faktor-faktor yang memengaruhi *crowding* perlu dipahami secara multidimensional.

Crowding dalam konteks permukiman tidak muncul semata-mata akibat tingginya jumlah penduduk, tetapi merupakan hasil interaksi kompleks antara kondisi fisik ruang, karakteristik sosial, serta faktor ekonomi penghuni (Muhliansyah, 2018). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa keterbatasan luas hunian yang tidak sebanding dengan jumlah penghuni menjadi faktor utama munculnya *crowding*. Dalam permukiman padat, ruang domestik sering kali harus

menampung berbagai fungsi sekaligus, sehingga meningkatkan frekuensi interaksi yang tidak dapat dihindari dan menurunkan tingkat privasi individu. Kondisi ini banyak ditemukan pada hunian berukuran kecil dengan rasio luas ruang per orang yang rendah, sebagaimana ditunjukkan pada studi permukiman kampung padat di Jakarta yang memiliki konsumsi ruang per orang di bawah standar kenyamanan hunian.

Selain aspek fisik, faktor sosial memiliki peran penting dalam membentuk pengalaman *crowding*. Kepadatan hunian yang tinggi sering kali disertai dengan intensitas interaksi sosial yang tinggi pula. Interaksi yang terjadi secara terus-menerus tanpa kontrol individu dapat memunculkan perasaan tertekan, terganggu, dan kehilangan ruang personal (Sunarti et al., 2021). Namun, persepsi *crowding* tidak selalu bersifat universal, karena sangat dipengaruhi oleh norma sosial, budaya, serta mekanisme adaptasi yang berkembang dalam komunitas. Penelitian di lingkungan kampung padat menunjukkan bahwa meskipun secara objektif ruang sangat terbatas, masyarakat mengembangkan strategi perilaku dan aturan sosial tertentu untuk mengelola kepadatan tersebut, seperti pengaturan waktu penggunaan ruang dan pembagian fungsi ruang secara informal.

Faktor ekonomi juga berkontribusi signifikan terhadap terjadinya *crowding* (Wahyuni, 2024). Keterbatasan kemampuan ekonomi membatasi pilihan hunian yang layak, sehingga keluarga berpenghasilan rendah cenderung tinggal di lingkungan padat dengan kualitas fisik bangunan yang kurang memadai. Kondisi ekonomi yang rendah mendorong penghuni untuk mempertahankan tempat tinggal yang sempit dalam jangka waktu lama, bahkan ketika jumlah anggota keluarga bertambah. Studi mengenai kepadatan dan kesejahteraan psikologis menunjukkan bahwa kondisi sosial ekonomi yang rendah sering berjalan beriringan dengan kepadatan hunian, yang selanjutnya berpotensi memicu tekanan psikologis dan ketidaknyamanan subjektif dalam kehidupan sehari-hari.

Lebih lanjut, faktor lingkungan dan tata ruang turut memengaruhi intensitas *crowding* yang dirasakan. Tata letak bangunan yang tidak terencana, minimnya ventilasi, pencahayaan alami yang buruk, serta keterbatasan ruang terbuka memperparah pengalaman kesesakan (Ellisa, 2016). Hunian yang berkembang secara swadaya dan bertahap, tanpa perencanaan desain yang memadai, cenderung menghasilkan ruang-ruang sempit dengan sirkulasi yang buruk. Kondisi ini tidak hanya meningkatkan kepadatan

fisik, tetapi juga memperkuat persepsi *crowding* sebagai pengalaman psikologis yang menekan

Dengan demikian, *crowding* dapat dipahami sebagai fenomena multidimensional yang dipengaruhi oleh kombinasi faktor fisik hunian, interaksi sosial, kondisi ekonomi, serta karakteristik lingkungan permukiman. Pendekatan ini menegaskan bahwa *crowding* bukan sekadar persoalan jumlah orang dalam suatu ruang, melainkan pengalaman subjektif yang terbentuk dari keterbatasan ruang dan kemampuan individu maupun komunitas dalam mengelola kondisi tersebut.

4. *Crowding* dalam Perspektif Al-Qur'an

Konsep *crowding* dalam Islam tidak dijelaskan dengan diksi modern melainkan efek kesesakan tersebut yang menjadi pembahasan dalam Al-Qur'an. Seperti yang dijelaskan di surat An Nahl: 80

وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِّنْ بُيُوتِكُمْ سَكَنًا وَجَعَلَ لَكُمْ مِّنْ جُلُودِ الْأَنْعَامِ بُيُوتًا تَسْتَخِفُّونَهَا يَوْمَ ظَعْنِكُمْ وَيَوْمَ إِقَامَتِكُمْ وَمِنْ أَصْوَابِهَا وَأَوْبَارِهَا وَأَشْعَارِهَا أَثَاثًا وَمَتَاعًا إِلَىٰ حِينٍ ﴿٨٠﴾

Artinya: “Allah menjadikan bagimu rumah sebagai tempat tinggal dan Dia menjadikan bagimu dari kulit binatang ternak (sebagai) rumah (kemah) yang kamu merasa ringan (membawa)-nya pada waktu kamu bepergian dan bermukim. (Dijadikan-Nya pula) dari bulu domba, bulu unta, dan bulu kambing peralatan rumah tangga serta kesenangan sampai waktu (tertentu)”

Allah Swt. berfirman dalam QS. An-Nahl ayat 80 bahwa rumah dijadikan sebagai tempat tinggal yang memberikan ketenangan, rasa aman, dan kenyamanan bagi manusia. Ayat ini menunjukkan bahwa hunian bukan sekadar tempat berlindung secara fisik, tetapi juga sarana untuk memenuhi kebutuhan psikologis dan emosional individu. Lingkungan tempat tinggal yang nyaman sebagaimana digambarkan dalam QS. An-Nahl ayat 80 dapat mendukung terpenuhinya aspek-aspek dalam *crowding*, terutama pada dimensi penguasaan lingkungan dan hubungan positif dengan orang lain. Oleh karena itu, ayat ini memberikan pemahaman bahwa kualitas lingkungan hunian memiliki peran penting dalam mendukung kesejahteraan psikologis individu. Semakin lingkungan tempat

tinggal mampu menghadirkan rasa aman, nyaman, dan ketenangan, maka semakin besar pula peluang individu untuk mencapai kondisi *psychological well-being* yang optimal dalam kehidupannya (Leuwol et al., 2023).

Dalam hadits Rasulullah juga membahas terkait tanggungjawab kolektif yang juga dapat dikaitkan dalam konteks rumah susun atas tanggungjawab dalam kehidupan sosial.

كُلُّكُمْ رَاعٍ، وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ

“Setiap kalian adalah pemimpin dan setiap kalian akan dimintai pertanggungjawaban atas yang dipimpinnya.” (HR. Sahih Muslim)

Hadis ini mengisyaratkan bahwa persoalan *crowding* tidak hanya dibebankan pada individu untuk bersabar, tetapi juga menjadi tanggung jawab struktural termasuk pengelola hunian dan pemangku kebijakan untuk menciptakan lingkungan hidup yang manusiawi dan mendukung ketenangan jiwa. Dengan terciptanya lingkungan hunian yang lebih baik, dampak negatif *crowding* dapat diminimalkan sehingga penghuni dapat menjalani kehidupan yang lebih nyaman dan sejahtera.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ
وَإِذَا قِيلَ انشُرُوا فَانْشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ
﴿١١﴾ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman, apabila dikatakan kepadamu, “Berlapang-lapanglah dalam majelis,” lapangkanlah, niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Apabila dikatakan, “Berdirilah,” berdirilah, niscaya Allah akan mengangkat (derajat) orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu beberapa derajat. Allah Mahateliti terhadap apa yang kamu kerjakan.”

Menurut Tafsir Ibnu Katsir, ayat ini turun berkaitan dengan adab dan etika dalam berbagi ruang. Perintah "berlapang-lapanglah" (tafassahu) merupakan anjuran langsung dari Al-Qur'an untuk

mencegah terjadinya *crowding* (kepadatan fisik) yang mengganggu kenyamanan. Menariknya, balasan dari memberikan ruang fisik kepada orang lain adalah "Allah akan memberi kelapangan untukmu" (yafsaillahu lakum). Kata kelapangan di sini ditafsirkan oleh para ulama bukan hanya kelapangan fisik, melainkan juga kelapangan rezeki dan kelapangan dada (kesejahteraan psikologis). Ini menjadi bukti nyata dalam Islam bahwa pengaturan kepadatan ruang fisik memiliki korelasi langsung dengan ketenangan dan kesejahteraan jiwa.

C. Rumah Susun Muharto

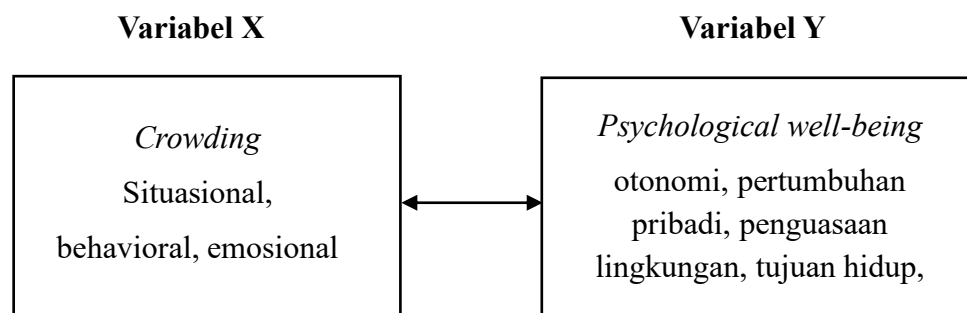
Rumah Susun Muharto merupakan kawasan hunian vertikal yang ditempati masyarakat berkependudukan wilayah Malang yang berpenghasilan di bawah rata-rata dengan keterbatasan ruang untuk tempat tinggal. Menurut Pasal 1 angka 1 UU Rusun diartikan bahwa rusun adalah bangunan gedung bertingkat yang dibangun di lingkungan yang terbagi menjadi bagian-bagian fungsional. Masing-masing bagian dapat dimiliki dan digunakan secara terpisah, terutama untuk tempat hunian yang dilengkapi dengan bagian bersama, benda bersama dan tanah bersama. Rumah susun yang dikaji dalam UU No.20 Tahun 2011 memiliki pengertian bangunan gedung bertingkat yang dibangun di lingkungan yang dibagi menjadi beberapa bagian fungsional dari arah horizontal maupun vertikal (BPK, 2011). Dibangunnya rumah susun memiliki tujuan untuk mewujudkan rumah hunian yang layak huni dan terjangkau, memanfaatkan ruang dan tanah, mengurangi pemukiman kumuh, memenuhi kebutuhan sosial-ekonomi masyarakat yang tetap menjaga kelayakan hunian. Pola hunian rumah susun Muharto memiliki karakteristik keterbatasan ruang fisik, penggunaan fasilitas bersama serta intensitas komunikasi yang tinggi antar penghuninya. Rumah Susun muharto memiliki unit-unit tempat tinggal yang berukuran 3x7 setiap unitnya, setiap unitnya berisi 3-4 anggota keluarga.

Rumah susun memiliki pengertian setiap jenisnya,

- a) Rumah Susun Umum adalah rumah susun yang diselenggarakan untuk memenuhi kebutuhan rumah bagi masyarakat berpenghasilan rendah
- b) Rumah Susun Khusus adalah rumah susun yang diselenggarakan untuk memenuhi kebutuhan khusus
- c) Rumah Susun Negara adalah rumah susun yang dimiliki negara dan berfungsi sebagai tempat tinggal atau hunian, sarana pembinaan

- keluarga, serta menunjang pelaksanaan tugas pejabat dan/atau pegawai negeri.
- d) Rumah Susun Komersial adalah rumah susun yang diselenggarakan untuk mendapatkan keuntungan.

D. Kerangka Konseptual



Tanda panah dua arah ($\longleftrightarrow$) pada kerangka konseptual penelitian menunjukkan adanya hubungan atau korelasi antara variable crowding dengan *psychological well-being*.

Kerangka konseptual penelitian ini menggambarkan hubungan (korelasi) antara *crowding* sebagai variabel X dan *psychological well-being* sebagai variabel Y. *Crowding* dipahami sebagai pengalaman subjektif individu terhadap keterbatasan ruang dalam hunian, yang tercermin melalui tiga dimensi, yaitu situasional, behavioral, dan emosional. *Psychological well-being* dalam penelitian ini mengacu pada konsep kesejahteraan psikologis menurut Ryff, yang meliputi enam dimensi, yaitu otonomi, pertumbuhan pribadi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, hubungan positif dengan orang lain, dan penerimaan diri. Kerangka konseptual ini memandang bahwa tingkat *crowding* berhubungan dengan variasi tingkat *psychological well-being* yang dimiliki. Penelitian ini menekankan adanya keterkaitan atau hubungan antara pengalaman *crowding* dan *psychological well-being* pada penghuni rumah susun.

E. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka konseptual yang telah disusun, *crowding* diposisikan sebagai variabel bebas yang diduga memiliki hubungan dengan *psychological well-being* sebagai variabel tergantung. Oleh karena itu, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan

yang signifikan antara *crowding* dengan *psychological well-being* pada penghuni hunian.

H₁: Terdapat hubungan yang signifikan antara *crowding* dengan *psychological well-being* pada penghuni hunian.

H₀: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *crowding* dengan *psychological well-being* pada penghuni hunian.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang menggunakan prinsip ilmiah seperti sistematis, rasional, konkret, objektif dan terukur (Nur et al., 2023). Metode kuantitatif menurut (Azwar, 2017) adalah bentuk analisis data menggunakan angka melalui prosedur pengukuran yang diolah melalui metode statistika. Mengukur variabel-variabel dengan jelas dan terstruktur. Metode ini digunakan untuk melihat pengujian hipotesis antar variabel independen dan dependennya. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif non-eksperimental karena tanpa perlakuan kepada subjek penelitian (Heryana, 2020). Desain ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *crowding* dan *psychological well-being* tanpa memberikan perlakuan atau manipulasi terhadap variabel yang diteliti. Penelitian ini menggunakan metode korelasional yang bertujuan untuk mendeskripsikan seberapa besar tingkat hubungan antara variabel yang sedang diteliti. Pandangan Yusuf yang dikutip oleh (L. Putri et al., 2025) tentang karakteristik penelitian korelasional cocok untuk menyelidiki variabel yang kompleks, variabel yang diteliti independen dan dependen serta variabel pengukuran bersamaan dalam situasi yang realistis. Pengumpulan data dilakukan pada satu waktu tertentu (cross-sectional), sehingga penelitian ini menggambarkan persepsi *crowding* dan tingkat kesejahteraan psikologis penghuni rumah susun pada saat penelitian berlangsung. Desain cross-sectional dipandang sesuai karena memungkinkan peneliti untuk memperoleh gambaran hubungan antar variabel secara efisien dan sesuai dengan konteks penelitian lingkungan hunian (Abduh et al., 2023).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan sesuatu yang didapatkan oleh peneliti berupa informasi yang dapat dipelajari kemudian disimpulkan (Sugiyono, 2017). Berdasarkan hipotesis penelitian yang telah dirumuskan, variabel-variabel yang diidentifikasi dalam penelitian ini terdiri atas variabel bebas, variabel terikat. Dikatakan variabel independen (bebas) adalah variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab timbulnya suatu variabel. Sedangkan variabel dependen (terikat) merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat dari adanya variabel lain (bebas). Pada penelitian ini yang menjadi variabel bebas dan variabel terikat adalah:

1. Variabel Independent (bebas) : *Crowding* (X)
2. Variabel Dependen (terikat) : *Psychological well-being* (Y)

C. Definisi Operasional

1. *Psychological well-being*

Menurut Ryff (1989), *psychological well-being* merupakan kondisi ketika individu mampu mengembangkan potensi dirinya secara optimal serta berfungsi secara positif dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. *Psychological well-being* tidak hanya diartikan sebagai perasaan bahagia, tetapi juga mencakup kemampuan individu untuk menerima diri, membangun hubungan positif dengan orang lain, memiliki kemandirian, mampu menguasai lingkungan, memiliki tujuan hidup, serta terus mengalami pertumbuhan pribadi. Konsep tersebut kemudian dikembangkan oleh Ryff dan hingga saat ini masih menjadi salah satu teori yang paling banyak digunakan dalam penelitian mengenai kesejahteraan psikologis.

Pendapat yang didukung oleh Revelia (2018) yang menjelaskan bahwa *psychological well-being* merupakan kemampuan individu untuk mengaktualisasikan seluruh potensi yang dimilikinya dalam menghadapi tantangan kehidupan secara berkelanjutan. Individu dengan *psychological well-being* yang baik tidak hanya berfokus pada kebahagiaan sesaat, tetapi juga pada pengembangan diri sepanjang kehidupan melalui enam dimensi yang dikemukakan oleh Ryff dan Keyes, yaitu *self-acceptance*, *positive relations with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*.

Muttaqin (2022) menjelaskan bahwa *psychological well-being* merupakan kondisi psikologis yang menggambarkan keberfungsian individu secara optimal dalam menjalani kehidupan. Kondisi tersebut tercermin melalui kemampuan individu untuk menerima dirinya, menjalin hubungan interpersonal yang positif, mengembangkan diri, serta mampu menghadapi berbagai tuntutan lingkungan secara adaptif.

Psychological well-being merupakan kondisi kesejahteraan psikologis yang ditandai dengan kemampuan individu dalam menerima diri apa adanya, membangun hubungan yang positif dengan orang lain, bertindak secara mandiri, mengelola lingkungan secara efektif, memiliki tujuan hidup yang jelas, serta terus mengembangkan potensi diri sehingga mampu menghadapi berbagai tantangan kehidupan secara optimal.

2. *Crowding*

Menurut Gifford (2014), *crowding* merupakan persepsi subjektif individu terhadap kondisi lingkungan yang dirasakan terlalu padat sehingga menimbulkan ketidaknyamanan, berkurangnya privasi, serta menurunnya kontrol terhadap lingkungan. Gifford menegaskan bahwa *crowding* berbeda dengan *density*, karena *density* mengacu pada jumlah individu dalam suatu ruang secara objektif, sedangkan *crowding* merupakan pengalaman psikologis yang dipengaruhi oleh karakteristik individu, kondisi fisik, serta situasi sosial.

Pandangan tersebut didukung oleh Maihayana et al., (2019) yang menjelaskan bahwa *crowding* (kesesakan) merupakan pengalaman subjektif yang tidak hanya ditentukan oleh kepadatan fisik, tetapi juga oleh persepsi individu terhadap situasi yang dihadapinya. Penulis juga menjelaskan bahwa pengalaman *crowding* dapat muncul dalam tiga bentuk, yaitu situasional, emosional, dan perilaku, sehingga respons setiap individu terhadap kondisi padat dapat berbeda-beda.

Menurut Musfirah et al., (2024) menyatakan bahwa *crowding* merupakan pengalaman psikologis ketika individu merasa berada pada lingkungan yang dipenuhi banyak orang. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh karakteristik pribadi, situasi sosial, serta kondisi ruang, sehingga dapat memunculkan perasaan tidak nyaman, tertekan, maupun stres.

Crowding merupakan persepsi subjektif individu terhadap kondisi tempat tinggal yang dirasakan terlalu padat sehingga menimbulkan perasaan tidak nyaman, berkurangnya privasi, terbatasnya ruang gerak, dan menurunnya kontrol terhadap lingkungan. Persepsi tersebut tidak hanya dipengaruhi oleh jumlah penghuni atau luas ruang secara fisik, tetapi juga oleh karakteristik individu, interaksi sosial, serta cara individu memaknai kondisi lingkungan yang ditempatinya. Dalam penelitian ini, *crowding* diukur berdasarkan aspek situasional, perilaku (*behavioral*), dan emosional (*emotional*).

D. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi diartikan oleh (Sugiyono, 2017) adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Partisipan penelitian ini adalah seluruh penghuni rumah susun muharjo yang sudah berkeluarga. Partisipan yang digunakan dari penghuni rusun a dan rusun b. Keseluruhan populasi dihitung dari banyaknya Kartu Keluarga (KK) di setiap rusunnya. Rusun A berjumlah 24 KK dan rusun B berjumlah 51 KK yang setiap Kartu Keluarganya memiliki 3-4 anggota keluarga. Populasi penelitian ini diketahui berjumlah 150 orang.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari jumlah populasi yang ada di suatu tempat penelitian (Title & Widiyanto, 2023). Penentuan jumlah sampel menggunakan rumus Slovin dengan *margin of permission error* 5% dengan umlah populasi di rumah susun sebanyak 150 masyarakat. Dapat diperhitungkan seperti berikut:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan:

n = jumlah sampel

N = jumlah populasi

e = margin of error (5%)

Maka dapat dihitung sebagai berikut

$$n = \frac{150}{1 + 150(0,5)^2}$$

$$n = \frac{150}{1,375}$$

$$n = 109,09$$

Hasil dari perhitungan sampel menggunakan rumus slovin dengan margin of error 5% didapatkan 109,09. Namun, untuk memudahkan peneliti dalam melakukan penelitian, dapat dibulatkan menjadi 109. Sehingga sampel penelitian ini adalah 109 responden.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Penentuan sampel dalam penelitian ini dipilih berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan penelitian disebut *purposive sample* (Sugiyono, 2017). Kriteria responden penelitian di antaranya:

1. Penghuni tetap rumah susun muharjo
2. Orang dengan usia dewasa yang sudah berkeluarga.

Kriteria ini ditetapkan agar partisipan memiliki pengalaman yang cukup terhadap lingkungan hunian sehingga mampu memberikan penilaian yang akurat terkait kondisi *crowding* dan kesejahteraan psikologis.

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Pra Penelitian

a. Observasi

Observasi dilakukan sebagai bentuk pengamatan objek penelitian secara langsung oleh peneliti. Dikutip oleh Marshall 1995 di dalam buku (Sugiyono, 2017), observasi dilakukan sebagai bentuk pengamatan perilaku dan mengetahui makna perilaku dari responden. Observasi yang diamatinkan pada penelitian ini, lokasi penelitian, objek-objek yang ada di dalamnya seperti fisik bangunan, perilaku masyarakat sehari-hari.

b. Wawancara

Proses interaksi secara langsung antara peneliti dengan responden yang mana melibatkan pengajuan pertanyaan dan jawaban dari kedua belah pihak disebut wawancara (Wardhani, 2023). Wawancara pada proses penelitian ini digunakan saat pra penelitian untuk penggalan informasi awal kepada masyarakat setempat. Wawancara digunakan untuk mengumpulkan sejumlah data dalam bentuk informasi untuk menemukan permasalahan yang harus di teliti (Sugiyono, 2017).

2. Penelitian

Kuesioner

Pengumpulan data responden pada penelitian ini menggunakan kuesioner (angket). Kuesioner yang diberikan dalam bentuk lembar kerta kepada setiap orangnya, karena adanya keterbatasan dalam pengambilan data jika menggunakan barang elektronik (smartphone) melalui *google form*.

Penilaian penelitian ini menggunakan skala likert guna mengukur *crowding* dan *psychological well-being* penghuni rumah susun. Skala likert pada *crowding* bernilai 5 dengan pilihan jawab “Sangat Setuju” sampai “Sangat Tidak Setuju” dan *psychological well-being* bernilai 4 dengan pilihan jawaban “Tidak Setuju” sampai “Sangat Setuju”.

Table 3.1 Skala Likert Variabel *Crowding*

Skala	Tahapan
1	Sangat Tidak Setuju
2	Tidak Setuju
3	Netral
4	Setuju
5	Sangat Setuju

Table 3.2 Skala Likert Variabel *Psychological well-being*

Skala	Tahapan
4	Sangat Setuju
3	Setuju
2	Tidak Setuju
1	Sangat Tidak Setuju

Instrumen penelitian pada variabel *crowding* didapatkan dari penelitian yang berjudul “Pengaruh *Crowding* Terhadap Tingkat Stress Masyarakat yang Tinggal di Daerah Padat Penduduk di Kelurahan Suangga Kota Makassar (Musfirah et al., 2024).” Alat ukur ini mengacu pada teori *crowding* milik

Gifford yang kemudian dikaji ulang dan dibentuknya suatu alat ukur dengan total 21 aitem .

Tabel 3. 3 *Blue print Crowding*

			Sebaran Aitem		
Variabel	Aspek	Indikator	Favorabel	Unfavorabel	Jumlah
Croding (X)	Situasional	Banyaknya orang yang saling berdekatan	1, 15, 9	7	4
		Lingkungan yang padat karena terlalu banyak orang	5,11	10	3
	Behavioral	Perilaku Agresi	4,19.6	3	4
		Menarik diri dari interaksi sosial	13	12,8,21	4
	Emosional	Reaksi negatif terhadap orang lain	18	14	2
		Suasana Hati	16,20	17,2	4
Total			12	9	21

Variabel *Psychological well-being* pada penelitian ini mengadopsi skala milik Ryff yang telah diadaptasi ke dalam konteks penelitian di Indonesia oleh (Humaidah & Mulyono, 2025) pada artikelnya yang berjudul “Ádaptasi Alat Ukur *Psychological well-being* Ryff”, short scale berjumlah 18 aitem.

Table 3.4 Blue Print *Skala Psychological well-being*

Variabel	Aspek	Sebaran Aitem		
		Favorabel	Unfavorabel	Jumlah
<i>Psychological well-being</i>	Penerimaan Diri	1,2	5	3
	Hubungan positif dengan orang lain	13	6,16	3
	Kemandirian	17,18	15	3
	Penguasaan Lingkungan	8,9	4	3
	Tujuan Hidup	3	7,10	3
	Pertumbuhan Pribadi	11,12	14	3
	Total	10	8	18

3. Reliabilitas dan Validitas

1. Uji Validitas

Uji validitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana butir-butir pernyataan dalam instrumen penelitian mampu mengukur konstruk yang dimaksud (Sugiyono, 2013). Pengujian validitas dalam penelitian ini menggunakan uji validitas empiris dengan teknik korelasi Pearson Product Moment antara skor setiap item dengan skor total (corrected item-total correlation). Analisis uji validitas dilakukan menggunakan software *Jeffrey's Amazing Statistics Program* (JASP). Kriteria pengambilan validitas setiap aitem didasarkan pada p-value. Artinya, sebuah aitem dinyatakan valid apabila nilai signifikan p-value kurang dari 0,05 ($<0,05$). Aitem yang tidak memenuhi kriteria validitas tidak digunakan dalam analisis selanjutnya.

1) Uji Validitas skala *Crowding*

Berikut hasil uji validitas aitem skala *crowding*:

Tabel 3. 5 Hasil Validitas Item Skala *Crowding*

Aitem	Pearson's r	p-value	Hasil
1	0.394	<.001	Valid
2	0.302	0.002	Valid
3	0.237	0.014	Valid
4	0.435	<.001	Valid
5	0.640	< .001	Valid
6	0.454	< .001	Valid
7	0.364	< .001	Valid
8	0.399	< .001	Valid
9	0.713	< .001	Valid
10	0.589	< .001	Valid
11	0.696	< .001	Valid
12	0.305	0.001	Valid
13	0.409	< .001	Valid
14	0.224	0.020	Valid
15	0.787	< .001	Valid
16	0.657	< .001	Valid
17	0.295	0.002	Valid
18	0.660	< .001	Valid
19	0.531	< .001	Valid
20	0.582	< .001	Valid
21	0.528	< .001	Valid

Pada tabel 3.3 didapatkan 21 aitem dari skala menunjukkan valid, yakni signifikansi <0.05 . Artinya, skala *crowding* keseluruhan valid dan dapat digunakan untuk mengukur tingkat *crowding*, terutama di Rumah Susun Muharto

2) Uji Validitas skala *Psychological well-being***Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas Item *Psychological well-being***

Aitem	Pearson's r	p-value	Hasil
1	0.534	< .001	Valid
2	0.554	< .001	Valid
3	0.403	< .001	Valid
4	0.311	0.001	Valid
5	0.272	0.005	Valid
6	0.583	< .001	Valid
7	0.529	< .001	Valid
8	0.536	< .001	Valid
9	0.497	< .001	Valid
10	0.014	0.882	Tidak Valid
11	0.658	< .001	Valid
12	0.527	< .001	Valid
13	0.369	< .001	Valid
14	0.448	< .001	Valid
15	0.342	< .001	Valid
16	0.274	0.004	Valid
17	0.372	< .001	Valid
18	0.549	< .001	Valid

Hasil uji validitas pada skala *psychological well-being* menunjukkan bahwa aitem dapat dikatakan valid <0.05 . Namun, pada aitem 10 aitem menunjukkan tidak valid karena tidak memenuhi syarat validitas signifikan <0.05 , aitem 10 memiliki nilai p-value 0.882 dan pearson's r 0.014. Sehingga, skala *psychological well-being* dapat digunakan dengan menggugurkan aitem 10.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui tingkat konsistensi dan keandalan instrumen penelitian dalam mengukur variabel penelitian. Pengujian reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan teknik Cronbach's Alpha dengan bantuan software JASP. Instrumen dinyatakan reliabel apabila nilai Cronbach's Alpha $\geq 0,70$, yang menunjukkan bahwa instrumen memiliki tingkat konsistensi internal yang baik. Apabila nilai Cronbach's Alpha berada di bawah kriteria tersebut, maka dilakukan evaluasi terhadap item-item pernyataan yang memiliki korelasi item-total rendah untuk meningkatkan reliabilitas instrumen. Adapun nilai reliabilitas pada skala *Crowding* dan *psychological well-being*:

Tabel 3. 7 Hasil Uji Reabilitas *Crowding*-PWB

<i>Reability Statistics</i>		
	<i>Crowding</i>	<i>Psychological well-being</i>
<i>Cronbach's Alpha</i>	0.839	0.760
<i>N of Items</i>	21	18

Berdasarkan hasil uji reabilitas kedua variabel *Crowding* dan *psychological well-being* menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0.839 dengan jumlah aitem 21 pada skala *Crowding*. Nilai tersebut memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi karena memiliki nilai di atas 0.70. Sedangkan, pada skala *psychological well-being* nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0.760 dengan jumlah aitem 18. Nilai tersebut juga menunjukkan nilai di atas 0.70 yang juga memiliki tingkat reliabilitas cukup tinggi. Sehingga, kedua variabel penelitian ini dinyatakan reliabel dan layak digunakan sebagai alat ukur penelitian.

4. Teknik Analisis Data

1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif merupakan teknik analisis statistik yang digunakan untuk menggambarkan, merangkum, dan menyajikan data penelitian sehingga karakteristik data dapat dipahami dengan lebih mudah. Hasil analisis deskriptif biasanya disajikan dalam bentuk tabel, grafik, diagram, serta ukuran statistik seperti mean (rata-rata), median, modus, frekuensi, persentase, nilai minimum, nilai maksimum, dan standar deviasi. Dalam penelitian, analisis deskriptif berfungsi memberikan gambaran umum mengenai karakteristik responden maupun variabel penelitian sebelum dilakukan analisis lebih lanjut.

2. Uji Asumsi Klasik

1) Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data variabel penelitian memiliki distribusi yang normal atau tidak. Pengujian normalitas penting dilakukan karena merupakan salah satu asumsi yang harus dipenuhi dalam analisis statistik parametrik. Data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi (p) > 0,05, sedangkan apabila nilai signifikansi (p) < 0,05 maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal. Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov melalui program JASP karena metode tersebut memiliki tingkat sensitivitas yang baik dalam mendeteksi normalitas data pada berbagai ukuran sampel.

2) Uji Linieritas

Uji linearitas merupakan uji asumsi yang dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat memiliki pola hubungan yang linear. Uji ini penting dilakukan sebelum analisis korelasi Pearson atau regresi linear karena kedua analisis tersebut mensyaratkan adanya hubungan linear antarvariabel. Hubungan dikatakan linear apabila perubahan pada variabel bebas diikuti oleh perubahan yang proporsional pada variabel terikat sehingga membentuk garis lurus. Dalam pengujian linearitas, hubungan antarvariabel dinyatakan linear apabila nilai signifikansi pada komponen linearity kurang dari 0,05 ($p < 0,05$) dan nilai signifikansi deviation from linearity lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$). Dengan demikian, hasil uji linearitas dapat digunakan untuk memastikan bahwa data memenuhi asumsi yang diperlukan sebelum dilakukan analisis hubungan antara variabel penelitian.

3) Uji Korelasi

Uji korelasi digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel *crowding* dan *psychological well-being* pada penghuni rumah susun. Mengingat data diperoleh melalui skala Likert dan diasumsikan berdistribusi normal, maka analisis hubungan dilakukan menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment dengan bantuan software JASP. Hasil uji korelasi ditunjukkan melalui nilai koefisien korelasi (r) dan nilai signifikansi (p). Hubungan antara kedua variabel dinyatakan signifikan apabila nilai $p < 0,05$. Nilai koefisien korelasi menunjukkan arah dan kekuatan hubungan, di mana nilai r positif menunjukkan hubungan searah, sedangkan nilai r negatif menunjukkan hubungan berlawanan arah. Penelitian ini menekankan pada hubungan atau keterkaitan antarvariabel tanpa menarik kesimpulan sebab-akibat.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Rumah Susun Muharto yang berada di Jl. Muharto Gg.5, Kotalama, Kedungkandang, Kota Malang, Jawa Timur. Bangunan vertikal ini dibangun pada masa kepemimpinan presiden Soeharto pada tahun 1998 dengan tujuan hunian bersama. Namun, pada masanya bangunan ini tidak digunakan secara berlanjut dengan jangka lama karena pajaknya yang terlalu tinggi. Hingga berjalannya waktu bangunan ini digunakan untuk hunian bersama yang diperuntukkan untuk masyarakat yang tinggal di bantaran sungai karena rentan terjadi longsor. Saat ini, rumah susun muharto diperuntukkan untuk masyarakat berpenghasilan rendah dan masyarakat dengan kependudukan Malang, Jawa Timur.

Rumah susun di kawasan muharto memiliki 2 bangunan rusun, yakni rusun A dan rusun B. Rusun ini memiliki 3 lantai yang mana setiap lantainya memiliki 18 unit yang sebagian besar diperuntukkan sebagai hunian serta satu unit digunakan sebagai musholla. Setiap lantai memiliki kamar mandi bersama yang berada di sisi sebelah kanan dan kiri berjumlah 5 ruang kamar mandi di setiap sisinya. Selain itu, terdapat dapur bersama di setiap lantai yang dapat digunakan untuk semua penduduk rusun. Fasilitas umum lainnya adalah lahan parkir yang terletak di lantai satu. Ruang terbuka hijau, ruang pertemuan bersama, serta ruang bermain anak tidak disediakan di rusun muharto ini.

Rumah susun A dihuni oleh 24 Kartu Keluarga dan Rumah susun B dihuni oleh 51 Kartu Keluarga. Unit tempat tinggal di rusun A dan B memiliki ukuran 3x7 setiap unitnya, setiap unitnya berisi 3-4 anggota keluarga. Penduduk di rusun muharto mayoritas bekerja sebagai karyawan swasta, pedagang dan Ibu Rumah Tangga. Kegiatan warga rutin dilakukan seperti khataman, tahlilan, pertemuan PKK. Selain karakteristik secara fisik bangunan, penduduk rumah susun muharto memiliki intensitas interaksi yang tinggi yang mana salah satu faktornya adalah kedekatan setiap ruang unitnya. Selain itu, kegiatan gotong royong dan kegiatan keagamaan rutin diselenggarakan setiap minggunya.



Gambar 4. 1 Bangunan Rumah Susun



Gambar 4. 2 Bangunan Rumah Susun A

B. Pelaksanaan Penelitian

Tabel 4.1 Pelaksanaan Penelitian

Tahapan	Waktu	Pelaksanaan Penelitian
Observasi dan Perizinan Awal	22 September-13 Oktober 2025	Penelitian diawali pada 22 September 2025 dengan melakukan observasi di kawasan Rumah Susun Muharto serta meminta izin secara langsung kepada Ketua RT Rusun B. Selanjutnya, pada 13 Oktober 2025 peneliti menyerahkan surat pra-penelitian kepada Ketua RT Rusun B dan melakukan wawancara dengan salah satu masyarakat yang menjabat sebagai Ketua PKK sekaligus Ketua RT.
Pra Penelitian	24 Januari 2026	24 Januari 2026, peneliti melaksanakan wawancara pra-penelitian kepada 8 orang penghuni Rumah Susun Muharto untuk memperoleh gambaran awal mengenai kondisi penghuni dan fenomena yang diteliti.
Pelaksanaan Pengambilan Data	7-21 Mei 2026	Pengambilan data dilaksanakan pada 7–21 Mei 2026 dengan membagikan kuesioner kepada setiap rumah. Kuesioner dibagikan pada hari yang sama dan diambil kembali keesokan harinya agar responden memiliki waktu untuk mengisi secara mandiri. Namun, beberapa responden dibantu oleh peneliti dalam proses pengisian kuesioner.
Penambahan Lokasi Penelitian	12-13 Mei	Penelitian pada awalnya hanya dilakukan di Rusun B. Akan tetapi, jumlah responden yang terkumpul hanya 53 orang, sehingga belum memenuhi jumlah sampel yang telah ditentukan. Oleh karena itu, pada 12 Mei 2026 peneliti mengajukan izin kepada Ketua RT Rusun A untuk melaksanakan penelitian di gedung tersebut. Selanjutnya, pada 13 Mei 2026 peneliti menyerahkan surat izin penelitian sebagai syarat administratif. Penelitian berakhir pada 21 Mei 2026 dengan jumlah responden 54 orang di Rusun A dan 53 orang di Rusun B, sehingga total responden yang diperoleh sebanyak 107 orang.
Selesai Penelitian	21 Mei 2026	Penelitian selesai pada Kamis, 21 Mei 2026 dengan jumlah responden yang terkumpul 107 responden. Reward juga diberikan pada waktu yang sama kepada masyarakat yang telah bersedia menjadi responden penelitian.

Selama pengambilan data penelitian terdapat beberapa hambatan seperti, beberapa masyarakat yang enggan untuk mengisi lembar kuesioner sehingga data tidak terpenuhi dengan cukup. Kedua, dalam proses pengambilan data, dilakukan pada sore sampai malam hari sekitar pukul 16.15-20.00. Waktu ini dipilih peneliti karena dirasa masyarakat yang memiliki waktu senggang karena pada waktu tersebut merupakan waktu selesai aktivitas kerja serta waktu peneliti yang hanya bisa dilakukan pada saat sore hari. Sehingga, beberapa faktor tersebut yang menjadi keterbatasan dalam proses pengambilan data responden.

C. Data Demografis Penelitian

Data demografis pada penelitian ini di antaranya jenis kelamin, usia, pekerjaan dan lama tinggal.

1. Data Demografis Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4. 2 Distribusi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
Laki-laki	51	47.7%
Perempuan	56	52.3%
Total	107	100%

Berdasarkan data demografis jenis kelamin, diketahui bahwa 107 responden didapatkan jumlah laki-laki sebanyak 51 orang (47.7%) dan perempuan sebanyak 56 orang (52.3%). Sehingga, pada responden penelitian ini di dominasi oleh perempuan.

2. Data Demografis Berdasarkan Usia

Tabel 4. 3 Distribusi Subjek Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Presentase
18-40	50	46.7%
41-60	47	43.9%
>61	10	9.3%
Total	107	100%

Berdasarkan tabel distribusi usia responden, peneliti membagi menjadi 3 kelompok berdasarkan usia perkembangan manusia. Usia dewasa awal rentang 18-40 tahun, usia dewasa tengah rentang 41-60 tahun dan dewasa akhir berada >61 tahun. Pada penelitian ini ditemukan usia 18-40 sebanyak 50 orang (46.7%), usia 41-60 sebanyak 47 orang (43.9%) dan usia >61 sebanyak 10 orang (9.3%)

3. Data Demografis Berdasarkan Pekerjaan

Tabel 4. 4 Distribusi Subjek Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi	Presentase
IRT	43	40.2%
Pedagang	15	14%
Karyawan Swasta	28	26.2%
Buruh	13	12.1%
Guru	1	0.9%
Tidak Bekerja	7	6.5%
Total	107	100%

Berdasarkan tabel 4.4, diketahui bahwa dari total 107 responden, sebagian besar responden bekerja sebagai IRT (Ibu Rumah Tangga) yaitu sebanyak 43 orang (40,2%). Selanjutnya, responden yang bekerja sebagai karyawan swasta berjumlah 28 orang (26,2%), pedagang sebanyak 15 orang (14%), buruh sebanyak 13 orang (12,1%), dan tidak bekerja sebanyak 7 orang (6,5%). Sementara itu, responden yang bekerja sebagai guru merupakan kelompok dengan jumlah paling sedikit, yaitu 1 orang (0,9%). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa karakteristik responden dalam penelitian ini didominasi oleh IRT, sedangkan profesi guru memiliki jumlah responden paling sedikit.

4. Data Demografis Berdasarkan Lama Tinggal

Tabel 4. 5 Distribusi Subjek Berdasarkan

Lama Tinggal di Rumah Susun

Lama Tinggal	Frekuensi	Presentase
<5 tahun	17	15.9%
5-15 tahun	31	29%
>15 tahun	59	55.1%
Total	107	100%

Diketahui bahwa dari total 107 responden, sebagian besar responden telah tinggal di rumah susun selama lebih dari 15 tahun, yaitu sebanyak 59 orang (55,1%). Selanjutnya, responden yang telah tinggal selama 5–15 tahun berjumlah 31 orang (29%), sedangkan responden yang tinggal selama <5 tahun berjumlah 17 orang (15,9%). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa karakteristik responden dalam penelitian ini didominasi oleh penghuni yang telah menetap di rumah

susun selama >15 tahun, sedangkan kelompok penghuni yang tinggal <5 tahun merupakan kelompok dengan jumlah responden paling sedikit.

D. Hasil Analisis Data

1. Hasil Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran mengenai karakteristik responden dan kondisi variabel penelitian berdasarkan data yang diperoleh. Analisis deskriptif pada penelitian ini menggunakan aplikasi SPSS dengan menyajikan nilai mean, nilai minimum, nilai maximum, dan standar deviasi. Kemudian, dari hasil nilai-nilai tersebut dapat dikategorisasikan menjadi tiga tingkatan, rendah, sedang dan tinggi pada variabel *crowding*.

a. Variabel *Crowding*

Tabel 4. 6 Hasil Analisis Deskriptif Variabel *Crowding*

Variabel	N	Min	Max	Mean	SD
<i>Crowding</i>	107	21	105	63	14

Berdasarkan tabel 4.6, diketahui variabel *crowding* memiliki nilai minimum 21, nilai maximum 105, mean 63 dan standar deviasi 14. Kemudian, variabel *crowding* dapat dikategorisasikan sebagai berikut:

Tabel 4. 7 Kategorisasi *Crowding*

Kategori	Norma	Frekuensi	Presentase
Rendah	$X < 49$	43	40.2%
Sedang	$49 \leq X < 77$	63	58.9%
Tinggi	$X \geq 77$	1	9%
Total		107	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi tingkat *crowding* pada tabel 4.7 diketahui bahwa pada kategori rendah sebanyak 43 orang (40.2%) yang tidak sepenuhnya merasakan kesesakan selama tinggal di rumah susun. Pada kategori sedang sebanyak 63 orang (58.9%) cukup merasakan kesekan tinggal di rumah susun, dan kategori tinggi hanya 1 orang (9%) yang merasakan sesak yang cukup kuat. Melalui hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini mempersepsikan tingkat *Crowding* (kesesakan) mereka berada pada kategori sedang (58,9%).

Kategorisasi berikutnya, peneliti mengkategorisasikan tingkat *crowding* berdasarkan jenis kelamin, usia, lama tinggal, pekerjaan:

1) Kategorisasi *Crowding* Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4. 8 Distribusi *Crowding* Berdasarkan Jenis Kelamin

Kategori	Laki-laki	Perempuan	Total
Rendah	22	21	43
Sedang	29	34	63
Tinggi	-	1	1
Total	51	56	107

Berdasarkan jenis kelamin, *crowding* (kesesakan) penghuni rumah susun baik laki-laki maupun perempuan di dominasi pada kategori sedang, dengan total 63 orang yang terbagi menjadi 29 orang laki-laki dan 34 orang perempuan. Kemudian, pada kategori rendah didapatkan total responden 43 dengan pembagian laki-laki 29 dan perempuan 21. Kategori tinggi hanya dirasakan oleh 1 orang saja. Sehingga, tingkat *crowding* di rumah susun lebih dirasakan oleh perempuan.

2) Kategorisasi *Crowding* Berdasarkan Usia

Tabel 4. 9 Distribusi Kategori *Crowding* Berdasarkan Usia

Kategori	18-40	41-60	>61	Total
Rendah	17	23	3	43
Sedang	32	24	7	63
Tinggi	1	-	-	1
Total	50	47	10	107

Berdasarkan tabel kategorisasi *crowding* berdasarkan usia, berada pada posisi sedang memiliki perasaan atas *crowding* lebih dominan, yakni sebanyak 63 responden, usia 18-40 (32 responden), usia 41-60 (24 responden), usia >61 (7 responden). Tingkat *crowding* kategori rendah pada usia 18-40 (17 responden), usia 41-60 (23 responden) dan usia >61 (3 responden). Dan pada kategori tinggi hanya 1 responden, yakni usi 18-40). Dapat dikatakan bahwa, pada usia 18-40 yang mana masuk dalam tahapan dewasa awal mengalami perasaan *crowding* (kesesakan) paling tinggi di antara kelompok usia lainnya.

3) Kategorisasi *Crowding* Berdasarkan Lama Tinggal

Tabel 4. 10 Distribusi Kategori *Crowding* Berdasarkan Lama Tinggal

Kategori	<5 tahun	5-15 tahun	>15 tahun	Total
Rendah	6	11	-	17
Sedang	10	21	-	31
Tinggi	27	31	1	59
Total	43	63	1	107

Berdasarkan hasil kategorisasi *crowding* berdasarkan lama tinggal, diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada kategori *crowding* tinggi dengan total 59 responden. Pada kelompok lama tinggal <5 tahun, mayoritas responden berada pada kategori *crowding* tinggi, yakni 27 responden, dan pada kelompok lama tinggal 5–15 tahun pada kategori tinggi, sebanyak 31 responden. Temuan ini menunjukkan bahwa persepsi kepadatan hunian cenderung tinggi pada penghuni rumah susun, baik pada penghuni yang relatif baru maupun yang telah tinggal lebih lama.

4) Kategorisasi *Crowding* Berdasarkan Pekerjaan

Tabel 4. 11 Distribusi Kategori *Crowding* Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Rendah	Sedang	Tinggi	Total
IRT	18	24	1	43
Pedagang	5	10	-	15
Karyawan Swasta	13	15	-	28
Buruh	5	8	-	13
Guru	-	1	-	1
Tidak Bekerja	2	5	-	7
Total	43	63	1	107

Berdasarkan tabel kategorisasi *crowding* berdasarkan pekerjaan, diketahui bahwa dari total 107 responden, sebanyak 63 responden berada pada kategori *crowding* sedang, 43 responden berada pada kategori *crowding* rendah, dan 1 responden berada pada kategori *crowding* tinggi. Pada kelompok

IRT yang berjumlah 43 responden, sebanyak 24 responden berada pada kategori *crowding* sedang, 18 responden pada kategori *crowding* rendah, dan 1 responden pada kategori *crowding* tinggi. Pada kelompok pedagang yang berjumlah 15 responden, sebanyak 10 responden berada pada kategori *crowding* sedang dan 5 responden pada kategori *crowding* rendah. Pada kelompok karyawan yang berjumlah 28 responden, sebanyak 15 responden berada pada kategori *crowding* sedang dan 13 responden pada kategori *crowding* rendah. Pada kelompok buruh yang berjumlah 13 responden, sebanyak 8 responden berada pada kategori *crowding* sedang dan 5 responden pada kategori *crowding* rendah. Sementara itu, responden yang bekerja sebagai guru berjumlah 1 orang dan berada pada kategori *crowding* sedang, sedangkan pada kelompok tidak bekerja yang berjumlah 7 responden, sebanyak 5 responden berada pada kategori *crowding* sedang dan 2 responden berada pada kategori *crowding* rendah. Secara umum, kategori *crowding* sedang merupakan kategori yang paling banyak ditemukan pada hampir seluruh kelompok pekerjaan.

5) Kategorisasi Aspek *Crowding*

Tabel 4. 12 Kategorisasi Aspek *Crowding*

Aspek	Presentase
Situasional	35%
Behavioral	37%
Emosional	28%

Berdasarkan tabel 4.12, dapat dijelaskan bahwa aspek behavioral memiliki persentase tertinggi, yaitu 37%. Hal ini menunjukkan bahwa kondisi *crowding* (kepadatan) lebih banyak memengaruhi perilaku individu, seperti perubahan interaksi sosial, kecenderungan menghindari keramaian, atau respons perilaku lainnya saat berada di lingkungan yang padat. Selanjutnya, aspek situasional memiliki persentase sebesar 35%, yang menunjukkan bahwa faktor-faktor yang berkaitan dengan kondisi lingkungan atau situasi tertentu, seperti keterbatasan ruang dan jumlah orang yang banyak dalam suatu tempat, juga memberikan kontribusi yang cukup besar terhadap persepsi *crowding*. Sementara itu, aspek emosional memiliki persentase terendah, yaitu 28%. Meskipun demikian, angka ini tetap

menunjukkan bahwa *crowding* dapat memengaruhi kondisi emosional individu, misalnya menimbulkan perasaan tidak nyaman, stres, atau cemas, namun pengaruhnya tidak sebesar aspek behavioral dan situasional. Sehingga *crowding* lebih dominan memengaruhi aspek perilaku dan situasional dibandingkan aspek emosional, dengan aspek behavioral menjadi aspek yang paling menonjol.

b. Variabel *Psychological well-being*

Tabel 4. 13 Hasil Analisis Deskriptif Variabel PWB

Variabel	N	Min	Max	Mean	SD
<i>Psychological well-being</i>	107	18	72	50	9

Berdasarkan tabel 4.12, diketahui variabel *psychological well-being*, memiliki nilai minimum 18, nilai maximum 72, mean 50 dan standar deviasi. Kemudian, variabel *psychological well-being* dapat dikategorisasikan sebagai berikut:

Kategorisasi variabel *psychological well-being* dapat disajikan melalui tabel sebagai berikut:

Tabel 4. 14 Kategorisasi *Psychological well-being*

Kategori	Frekuensi	Presentase
Rendah	1	0.9%
Sedang	99	92.5%
Tinggi	7	6.5%
Total	107	100%

Berdasarkan Tabel 4.13 Kategorisasi *psychological well-being*, diketahui bahwa dari total 107 responden, sebagian besar responden berada pada kategori *psychological well-being* sedang, yaitu sebanyak 99 orang (92,5%). Selanjutnya, sebanyak 7 responden (6,5%) berada pada kategori *psychological well-being* tinggi, sedangkan hanya 1 responden (0,9%) yang berada pada kategori *psychological well-being* rendah. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tingkat *psychological well-being* yang dirasakan oleh penghuni rumah susun dalam penelitian ini didominasi oleh kategori sedang, yang menunjukkan bahwa mayoritas responden

merasakan kepadatan hunian pada tingkat sedang dibandingkan kategori rendah maupun tinggi.

Kategorisasi variabel *psychological well-being* berdasarkan jenis kelamin, usia, pekerjaan, lama tinggal

- 1) Kategorisasi *Psychological well-being* Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4. 15 Distribusi Kategori *Psychological well-being* Berdasarkan Jenis Kelamin

Kategori	Laki-laki	Perempuan	Total
Rendah	1	-	1
Sedang	48	51	99
Tinggi	2	5	7
Total	51	56	107

Berdasarkan Tabel 4.15 kategori *psychological well-being* sedang, yang terdiri dari 48 responden laki-laki dan 51 responden perempuan. Pada kategori *psychological well-being* tinggi terdiri dari 2 responden laki-laki dan 5 responden perempuan. Sementara itu, pada kategori *psychological well-being* rendah hanya terdapat 1 responden dan seluruhnya berjenis kelamin laki-laki. Secara keseluruhan, jumlah responden perempuan sebanyak 56 orang dan laki-laki sebanyak 51 orang. Dengan demikian, baik responden laki-laki maupun perempuan didominasi oleh kategori *psychological well-being* sedang, sedangkan kategori *psychological well-being* rendah merupakan kategori yang paling sedikit ditemukan dalam penelitian ini.

- 2) Kategorisasi *Psychological well-being* Berdasarkan Usia

Tabel 4.16 Distribusi Kategori *Psychological well-being* Berdasarkan Usia

Kategori	18-40	41-60	>61	Total
Rendah	-	-	1	1
Sedang	46	44	9	99
Tinggi	4	3	-	7
Total	50	47	10	107

Berdasarkan tabel 4.16, mayoritas responden pada semua kelompok usia berada pada kategori *psychological well-being* sedang (99 dari 107 responden), yang menunjukkan bahwa secara umum tingkat kesejahteraan psikologis berada pada taraf cukup baik. Pada usia 18–40 tahun dan 41–60 tahun, hampir seluruh responden berada pada kategori sedang dengan sebagian kecil pada kategori tinggi, serta tidak ditemukan kategori rendah. Sementara itu, pada kelompok usia >61 tahun, meskipun masih didominasi kategori sedang, mulai muncul kategori rendah dan tidak ada yang mencapai kategori tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin bertambah usia, khususnya pada lansia, terdapat kecenderungan penurunan tingkat kesejahteraan psikologis pada sebagian individu.

3) Kategorisasi *Psychological well-being* Berdasarkan Lama Tinggal

Tabel 4. 17 Distribusi Kategori *Psychological well-being* Berdasarkan Lama Tinggal

Kategori	<5 tahun	5-15 tahun	>15 tahun	Total
Rendah	-	-	1	1
Sedang	15	30	54	99
Tinggi	2	1	4	7
Total	17	31	59	107

Berdasarkan Tabel 4.17 pada kelompok <5 tahun, sebagian besar berada pada kategori sedang (15 orang) dengan sedikit yang berada pada kategori tinggi (2 orang) dan tidak ada kategori rendah. Pada kelompok 5–15 tahun, pola serupa terlihat dengan dominasi kategori sedang (30 orang), serta masing-masing 1 orang pada kategori rendah dan tinggi. Sementara itu, pada kelompok >15 tahun, kategori sedang tetap mendominasi (54 orang), dengan jumlah kategori tinggi sedikit meningkat (4 orang) dan terdapat 1 orang pada kategori rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin lama tinggal, terdapat kecenderungan peningkatan pada kategori tinggi, meskipun secara keseluruhan kesejahteraan psikologis responden tetap berada pada tingkat sedang.

4) Kategorisasi *Psychological well-being* Berdasarkan Pekerjaan**Tabel 4. 18 Distribusi Kategori *Psychological well-being* Berdasarkan Pekerjaan**

Pekerjaan	Rendah	Sedang	Tinggi	Total
IRT	-	39	4	43
Pedagang	-	15	-	15
Karyawan Swasta	-	25	3	28
Buruh	-	13	-	13
Guru	-	1	-	1
Tidak Bekerja	1	6	-	7
Total	1	99	7	107

Berdasarkan tabel 4.18, Kelompok IRT memiliki jumlah responden terbanyak dengan dominasi kategori sedang (39 orang) dan sebagian kecil kategori tinggi (4 orang). Pada pekerjaan pedagang dan buruh, seluruh responden berada pada kategori sedang tanpa adanya kategori tinggi maupun rendah. Karyawan swasta juga didominasi kategori sedang (25 orang) dengan sebagian kecil kategori tinggi (3 orang). Sementara itu, pada guru hanya terdapat 1 responden yang berada pada kategori sedang. Pada kelompok tidak bekerja, terdapat variasi kategori dengan mayoritas sedang (6 orang) dan 1 orang berada pada kategori rendah. Secara keseluruhan, kategori tinggi hanya muncul pada beberapa jenis pekerjaan tertentu, sedangkan kategori rendah sangat minim, sehingga dapat disimpulkan bahwa jenis pekerjaan tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan terhadap tingkat *psychological well-being* yang cenderung berada pada kategori sedang.

5) Kategorisasi Aspek *Psychological well-being*

Pada analisis deskriptif peneliti mengkategorisasikan setiap aspek dari variabel. Nilai masing-masing aspek dihitung dengan menghitung total aspek dan membandingkannya terhadap total skor aspek keseluruhan variabel.

Tabel 4. 19 Kategorisasi Aspek *Psychological well-being*

Aspek	Presentase
Penerimaan Diri	18%
Hubungan Positif dengan Orang Lain	18%
Kemandirian	17%
Penguasaan Lingkungan	18%
Tujuan Hidup	12%
Pertumbuhan Pribadi	18%

Berdasarkan tabel kategorisasi aspek *psychological well-being*, dapat diinterpretasikan bahwa aspek penerimaan diri (18%), hubungan positif dengan orang lain (18%), penguasaan lingkungan (18%), dan pertumbuhan pribadi (18%) memiliki persentase tertinggi dan sama besar. Hal ini menunjukkan bahwa keempat aspek tersebut merupakan dimensi yang paling dominan dalam membentuk kesejahteraan psikologis responden. Responden cenderung mampu menerima diri apa adanya, menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, mengelola lingkungan di sekitarnya secara efektif, serta memiliki keinginan untuk terus berkembang dan meningkatkan potensi diri. Selanjutnya, aspek kemandirian memiliki persentase sebesar 17%, yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden juga memiliki kemampuan untuk bersikap mandiri, mengambil keputusan secara otonom, dan tidak mudah terpengaruh oleh tekanan sosial. Sementara itu, aspek tujuan hidup memiliki persentase terendah, yaitu 12%. Hal ini mengindikasikan bahwa dibandingkan aspek lainnya, tujuan hidup merupakan dimensi yang relatif kurang dominan pada responden. Meskipun demikian, aspek ini tetap berkontribusi dalam menggambarkan kesejahteraan psikologis, terutama terkait kemampuan individu dalam memiliki arah, makna, dan tujuan yang jelas dalam kehidupannya. Dengan demikian, tabel tersebut menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis responden lebih banyak ditunjang oleh aspek penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, penguasaan lingkungan, dan pertumbuhan pribadi, sedangkan aspek tujuan hidup menjadi dimensi yang paling rendah kontribusinya.

E. Uji Asumsi Klasik

1. Uji Normalitas

Uji normalitas berfungsi untuk melihat apakah data yang digunakan berdistribusi dengan normal. Uji normalitas pada penelitian menggunakan software JASP menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov dengan nilai signifikansi normalitas >0.05 .

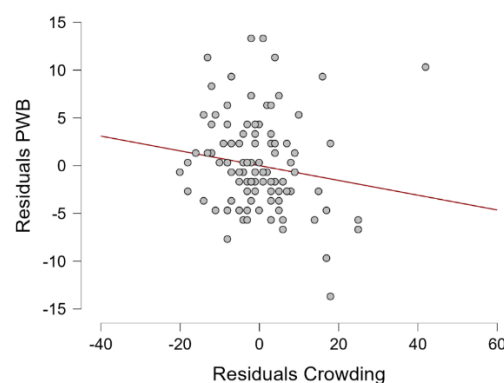
Tabel 4. 20 Uji Normalitas

<i>Kolmogorov-Smirnov</i>	
Variabel	Sig
<i>Crowding</i>	0.177
<i>Psychological well-being</i>	0.086

Berdasarkan tabel 4.19 uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov, diperoleh nilai signifikansi (Sig) untuk variabel *crowding* sebesar 0,177 dan *psychological well-being* sebesar 0,086. Karena kedua nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data pada kedua variabel berdistribusi normal. Dengan demikian, asumsi normalitas dalam analisis statistik telah terpenuhi, sehingga analisis lanjutan seperti uji korelasi parametrik dapat dilakukan.

2. Uji Linieritas

Gambar 4.3 Grafik Linieritas



Grafik scatterplot tersebut menunjukkan hubungan antara residual variabel *crowding* dan *psychological well-being* (PWB), di mana titik-titik data tersebar secara acak di sekitar garis nol tanpa membentuk pola tertentu. Hal ini menandakan bahwa model regresi yang digunakan sudah cukup baik karena tidak terjadi masalah heteroskedastisitas. Garis tren yang sedikit menurun mengindikasikan adanya hubungan negatif antara *crowding* dan

PWB, artinya semakin tinggi tingkat *crowding* maka *psychological well-being* cenderung menurun. Namun, karena sebaran titik cukup luas dan tidak mengikuti garis secara rapat, hubungan tersebut tergolong lemah. Secara keseluruhan, grafik ini menunjukkan bahwa model memenuhi asumsi dasar dan dapat digunakan untuk analisis lebih lanjut.

3. Uji Hipotesis

1) Uji Korelasi

Tabel 4. 21 Uji Korelasi Pearson's

Variabel	Pearson's r	p-value
<i>Crowding</i> -PWB	-0.155	0.112

Pada penelitian ini diperoleh nilai koefisien korelasi Pearson (r) sebesar -0,155 dengan nilai p-value sebesar 0,112. Nilai r yang negatif menunjukkan bahwa hubungan antara *crowding* dan *psychological well-being* (PWB) bersifat berlawanan arah, artinya semakin tinggi tingkat *crowding* maka cenderung diikuti oleh penurunan *psychological well-being*. Namun, kekuatan hubungan tersebut tergolong lemah karena nilai koefisien korelasi mendekati nol. Selain itu, karena nilai p-value lebih besar dari 0,05, maka hubungan tersebut tidak signifikan secara statistik, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *crowding* dan *psychological well-being* pada responden dalam penelitian ini.

a) Hubungan *Crowding* dengan *Psychological well-being* pada Rusun A

Tabel 4. 22 Uji Korelasi pada Rusun A

Variabel	Pearson's r	p-value
<i>Crowding</i> -PWB	-0.095	0.492

Berdasarkan hasil uji korelasi Pearson pada Rusun A, diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar -0,095 dengan nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,492. Nilai koefisien korelasi yang negatif menunjukkan arah hubungan yang berlawanan antara *crowding* dan *psychological well-being*, artinya semakin tinggi *crowding* maka *psychological well-being* cenderung menurun. Namun, nilai korelasi sebesar -

0,095 menunjukkan hubungan yang sangat lemah. Selain itu, nilai p-value 0,492 lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$), sehingga hubungan tersebut tidak signifikan secara statistik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *crowding* dan *psychological well-being* pada penghuni Rusun A.

- b) Hubungan *Crowding* dengan *Psychological well-being* pada Rusun B

Tabel 4. 23 Tabel Uji Korelasi pada Rusun B

Variabel	Pearson's r	p-value
<i>Crowding</i> -PWB	-0.253	0.068

Tabel 4.23 menunjukkan hasil uji korelasi Pearson antara variabel *Crowding* dan *Psychological well-being* (PWB) pada penghuni Rusun B. Hasil analisis menunjukkan nilai koefisien korelasi (r) sebesar -0,253 dengan nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,068. Nilai koefisien korelasi yang negatif menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang berlawanan arah antara *crowding* dan *psychological well-being*, yaitu semakin tinggi tingkat *crowding* maka *psychological well-being* cenderung semakin rendah. Nilai korelasi sebesar -0,253 menunjukkan bahwa hubungan tersebut berada pada kategori lemah. Namun, karena nilai p-value sebesar 0,068 lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$), maka hubungan tersebut tidak signifikan secara statistik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *crowding* dan *psychological well-being* pada penghuni Rusun B.

- 2) Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Tabel 4. 24 Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R Square
1	0.155	0.024

Pada pengujian ini diperoleh nilai R sebesar 0,155 dan R Square sebesar 0,024. Nilai R menunjukkan kekuatan hubungan antara variabel *crowding* dan *psychological well-being*, yang tergolong lemah karena mendekati nol. Sementara itu, nilai R Square sebesar 0,024 berarti bahwa variabel *crowding* hanya mampu menjelaskan sekitar 2,4% variasi dalam *psychological*

well-being, sedangkan sisanya sebesar 97,6% dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian ini. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kontribusi *crowding* terhadap *psychological well-being* dalam penelitian ini relatif kecil.

F. Pembahasan

1. Tingkat *Crowding* Penghuni Rumah Susun Muharto

Berdasarkan aspek *crowding*, diketahui aspek Behavioral memiliki nilai presentase tertinggi, yakni 37%, kemudian disusul oleh aspek situasional adalah 35%, serta aspek emosional 28%. Pada tingkatan *crowding* ini di dominasi oleh aspek behavioral. Aspek behavioral menunjukkan bahwa, interaksi dan kegiatan yang dilakukan penghuni rusun di dalam kawasan rumah susun cukup tinggi. Tingginya intensitas interaksi antar penghuni menjadi salah satu sumbangan munculnya kesesakan dalam fenomena di rumah susun muharto ini. Realita yang menggambarkan tingginya intensitas interaksi masyarakat ruang unit yang berdekatan serta kegiatan rutin yang dilakukan seperti khataman setiap minggunya.

Hasil penelitian mengenai tingkat *crowding* pada penghuni Rumah Susun Muharto menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori sedang dengan frekuensi penduduknya 63 orang (58.9%). Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar penghuni merasakan adanya keterbatasan ruang dan privasi dalam kehidupan sehari-hari. Karakteristik hunian Rumah Susun Muharto memiliki keterbatasan luas ruang dibandingkan dengan rumah pada umumnya. Penghuni rumah susun harus berbagi ruang dengan anggota keluarga dalam unit yang relatif terbatas, serta menggunakan beberapa fasilitas bersama dengan penghuni lainnya. Kondisi tersebut berpotensi menimbulkan perasaan sesak, berkurangnya privasi, serta meningkatnya frekuensi interaksi sosial yang cukup sering

Namun kondisi tersebut masih berada pada tingkat yang dapat ditoleransi dan dikelola oleh penghuni. Meskipun tinggal pada lingkungan hunian yang relatif padat, sebagian besar penghuni masih mampu melakukan penyesuaian diri terhadap kondisi fisik maupun sosial yang terdapat di lingkungan rumah susun. Sejalan dengan penelitian (Wahyuni, 2024) bahwa, kondisi tersebut terjadi karena penghuni telah mengembangkan berbagai strategi adaptasi, seperti pengaturan penggunaan ruang, pembagian fungsi ruangan, serta pembentukan norma sosial yang membantu mengurangi dampak negatif dari kepadatan lingkungan. Adaptasi tersebut

memungkinkan individu tetap menjalankan aktivitas sehari-hari meskipun berada dalam kondisi hunian yang terbatas.

Berdasarkan hasil kategorisasi, responden dengan tingkat *crowding* rendah berjumlah 43 orang (40,2%). Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden pada kelompok tersebut tidak terlalu merasakan kesesakan atau keterbatasan ruang dalam kehidupan sehari-hari meskipun tinggal di lingkungan rumah susun. Rendahnya tingkat *crowding* dapat dipengaruhi oleh kemampuan penghuni dalam beradaptasi dengan kondisi hunian, pengelolaan ruang yang efektif, serta terbentuknya toleransi terhadap kepadatan lingkungan. Hal ini dibuktikan dengan masa tinggal masyarakat yang relatif lama dengan rata-rata di atas 5 tahun menunjukkan kemampuan adaptasi yang cukup baik. Menurut Stokols (1972), *crowding* bukan hanya ditentukan oleh jumlah orang dalam suatu ruang, tetapi juga oleh persepsi individu terhadap kontrol, kenyamanan, dan kecukupan ruang yang dimilikinya. Individu yang merasa masih memiliki kontrol terhadap aktivitas dan ruang pribadinya cenderung menilai lingkungan sebagai kurang sesak. Persepsi *crowding* dapat berkurang ketika penghuni telah terbiasa dengan kondisi hunian padat dan memiliki penyesuaian psikologis yang baik terhadap lingkungannya (El-Didy et al., 2023). Dengan demikian, meskipun tinggal di rumah susun yang memiliki keterbatasan ruang, sebagian penghuni tetap dapat memandang lingkungannya sebagai cukup nyaman dan tidak terlalu menimbulkan perasaan sesak.

Meskipun sebagian besar responden tidak mengalami perasaan sesak yang berlebih, tetapi terdapat 1 responden (0,9%) yang berada pada kategori tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar penghuni Rumah Susun Muharto tidak mengalami perasaan sesak yang berlebihan, namun terdapat sebagian kecil penghuni yang merasakan tingkat *crowding* yang tinggi. Kondisi tersebut dapat disebabkan oleh persepsi individu terhadap keterbatasan ruang, kurangnya privasi, tingginya interaksi sosial yang tidak diinginkan, serta ketidakmampuan individu untuk mengontrol lingkungan tempat tinggalnya. Saat proses pengambilan data didapatkan 1 responden yang merasa bising karena aktivitas yang dilakukan penghuni lainnya, seperti menyalakan sound system dengan volume yang tinggi.

Menurut Baum dan Paulus (1987) di dalam penelitian (Hern et al., 2021) *crowding* merupakan respons psikologis yang muncul

ketika individu merasa kebutuhan akan ruang pribadi tidak terpenuhi, sehingga dapat menimbulkan ketidaknyamanan, stres, dan perasaan tertekan. Selain itu, penelitian (Evans & Wener, 2021) menemukan bahwa individu yang tinggal pada lingkungan dengan kepadatan tinggi lebih rentan mengalami stres psikologis akibat berkurangnya privasi dan meningkatnya tuntutan sosial dari lingkungan sekitar. Meskipun jumlah responden dengan tingkat *crowding* tinggi dalam penelitian ini sangat sedikit, temuan tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat penghuni yang mengalami kesulitan beradaptasi dengan kondisi hunian rumah susun sehingga memandang lingkungan tempat tinggalnya sebagai lingkungan yang sesak dan kurang nyaman untuk memenuhi kebutuhan personalnya.

2. Tingkat *Psychological well-being*

Berdasarkan aspek Penerimaan Diri, Hubungan Positif dengan Orang Lain, dan Pertumbuhan Pribadi memiliki persentase tertinggi yaitu masing-masing sebesar 18%, diikuti oleh aspek Kemandirian sebesar 17%, serta Penguasaan Lingkungan sebesar 12% dan Tujuan Hidup sebesar 12%. Tingginya persentase pada aspek penerimaan diri menunjukkan bahwa penghuni rumah susun mampu menerima kondisi diri serta pengalaman hidup yang telah dijalani secara positif. Selain itu, tingginya aspek hubungan positif dengan orang lain mengindikasikan bahwa penghuni memiliki kemampuan membangun hubungan sosial yang baik dengan keluarga maupun tetangga di lingkungan rumah susun (Putri et al., 2023). Aspek pertumbuhan pribadi yang juga memperoleh persentase tertinggi menunjukkan bahwa penghuni masih memiliki keinginan untuk berkembang, belajar dari pengalaman, dan meningkatkan kualitas dirinya. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ryff dan Singer yang menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis tidak hanya ditentukan oleh kondisi material, tetapi juga oleh kemampuan individu dalam menerima diri, menjalin hubungan sosial yang positif, dan terus mengembangkan potensi diri (Pedhu, 2022). Sementara itu, aspek penguasaan lingkungan dan tujuan hidup yang memiliki persentase lebih rendah menunjukkan bahwa sebagian penghuni masih menghadapi keterbatasan dalam mengendalikan kondisi lingkungan tempat tinggal serta dalam merumuskan arah dan tujuan hidup yang jelas. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis penghuni rumah susun lebih banyak didukung oleh faktor

internal dan hubungan sosial yang baik dibandingkan kemampuan mengelola lingkungan dan orientasi tujuan hidup.

Tingkat kesejahteraan psikologis responden dapat dikategorikan menjadi 3 kelompok, rendah, sedang, dan tinggi. Mayoritas responden memiliki tingkat *psychological well-being* pada kategori sedang, yaitu sebanyak 99 responden (92,5%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar penghuni Rumah Susun Muharto memiliki kondisi kesejahteraan psikologis yang cukup baik, meskipun belum mencapai tingkat yang optimal. Individu dengan tingkat *psychological well-being* sedang umumnya mampu menerima dirinya, menjalin hubungan sosial yang positif, serta menjalankan aktivitas sehari-hari dengan baik, namun masih menghadapi beberapa hambatan dalam mencapai pengembangan diri dan pemenuhan tujuan hidup secara maksimal. Menurut (Ryff, 2014) *psychological well-being* mencerminkan kemampuan individu dalam menerima diri, membangun hubungan positif dengan orang lain, memiliki kemandirian, menguasai lingkungan, memiliki tujuan hidup, dan terus mengalami pertumbuhan pribadi. Tingginya kategori sedang pada penelitian ini dapat mengindikasikan bahwa penghuni rumah susun telah mampu beradaptasi dengan kondisi lingkungan tempat tinggalnya, meskipun masih terdapat berbagai keterbatasan yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka.

Selanjutnya, responden yang berada pada kategori tinggi berjumlah 7 responden (6,5%). Hasil ini menunjukkan bahwa hanya sebagian kecil penghuni yang memiliki tingkat *psychological well-being* yang sangat baik. Individu dengan *psychological well-being* tinggi cenderung memiliki penerimaan diri yang positif, mampu membangun relasi sosial yang sehat, memiliki tujuan hidup yang jelas, serta mampu memanfaatkan potensi dirinya secara optimal. Individu dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi umumnya menunjukkan fungsi psikologis yang lebih baik, kepuasan hidup yang lebih tinggi, serta kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan (Purnama et al., 2022). Keberadaan responden pada kategori tinggi menunjukkan bahwa meskipun tinggal di lingkungan rumah susun yang memiliki berbagai keterbatasan, sebagian penghuni tetap mampu mempertahankan kesejahteraan psikologis yang optimal melalui kemampuan adaptasi, dukungan sosial, dan sumber daya pribadi yang dimiliki.

Sementara itu, kategori rendah merupakan kategori dengan frekuensi paling sedikit, yaitu 1 responden (0,9%). Hasil ini menunjukkan bahwa hanya sebagian kecil penghuni yang mengalami tingkat *psychological well-being* yang rendah. Individu dengan *psychological well-being* rendah umumnya mengalami kesulitan dalam menerima diri, memiliki hubungan sosial yang kurang memuaskan, kurang memiliki tujuan hidup yang jelas, serta mengalami hambatan dalam mengembangkan potensi diri. Menurut (Deci & Ryan, 2008) dalam *Self Determination Theory* (SDT) rendahnya kesejahteraan psikologis dapat dipengaruhi oleh tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis dasar individu, seperti kebutuhan akan otonomi, kompetensi, dan keterhubungan sosial (Mustikaati et al., 2025). Meskipun jumlahnya sangat kecil, temuan ini menunjukkan bahwa masih terdapat penghuni yang memerlukan perhatian lebih terkait kondisi psikologisnya agar dapat meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan psikologis yang dimiliki. Secara keseluruhan, dominasi kategori sedang menunjukkan bahwa penghuni Rumah Susun Muharto cenderung memiliki tingkat *psychological well-being* yang cukup baik dan mampu beradaptasi dengan kondisi lingkungan tempat tinggalnya.

3. Hubungan antara *Crowding* dengan *Psychological well-being*

Berdasarkan hasil uji korelasi Pearson diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0,155 dengan nilai signifikansi 0,112 ($p > 0,05$), yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *crowding* dan *psychological well-being* pada penghuni rumah susun. Meskipun arah hubungan menunjukkan korelasi negatif, artinya semakin tinggi persepsi *crowding* maka *psychological well-being* cenderung menurun, namun hubungan tersebut sangat lemah sehingga tidak cukup kuat untuk mendukung hipotesis penelitian.

Menurut teori *crowding* yang dikemukakan oleh Stokols (1972), *crowding* merupakan pengalaman psikologis yang muncul ketika individu merasa ruang yang tersedia tidak memadai dibandingkan dengan kebutuhan ruang pribadinya. Dengan demikian, *crowding* tidak hanya ditentukan oleh jumlah orang dalam suatu ruang, tetapi juga oleh bagaimana individu menafsirkan kondisi tersebut. Oleh karena itu, meskipun penghuni rumah susun tinggal pada lingkungan yang relatif padat, tidak semua penghuni akan merasakan *crowding* pada tingkat yang sama. Perbedaan persepsi tersebut dapat menjelaskan mengapa *crowding* tidak berhubungan

secara signifikan dengan *psychological well-being* dalam penelitian ini.

Selain itu, *psychological well-being* menurut teori Carol Ryff terdiri dari enam dimensi, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Keenam dimensi tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti usia, kondisi ekonomi, dukungan sosial, pengalaman hidup, serta kemampuan individu dalam menghadapi tekanan lingkungan. Dengan banyaknya faktor yang memengaruhi *psychological well-being*, *crowding* kemungkinan bukan menjadi faktor utama yang menentukan tingkat kesejahteraan psikologis penghuni rumah susun.

Temuan penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Lindsay T. Graham dan rekan-rekannya yang menunjukkan bahwa dampak lingkungan fisik terhadap kesejahteraan psikologis sering kali dimediasi oleh faktor sosial, seperti kualitas hubungan antarwarga, rasa memiliki terhadap lingkungan, dan dukungan sosial (Graham et al., 2015). Individu yang tinggal di lingkungan padat tetapi memiliki hubungan sosial yang baik tetap dapat mempertahankan tingkat kesejahteraan psikologis yang positif. Hal ini menunjukkan bahwa kepadatan hunian tidak selalu berujung pada penurunan kesejahteraan psikologis apabila terdapat sumber daya sosial yang memadai.

Hasil penelitian ini juga dapat dijelaskan melalui konsep adaptasi lingkungan. Penghuni rumah susun yang telah lama tinggal di lingkungan tersebut kemungkinan telah menyesuaikan diri dengan kondisi hunian yang ada. Kemampuan adaptasi ini memungkinkan individu mengembangkan strategi coping untuk mengurangi dampak negatif dari kepadatan lingkungan. Menurut penelitian terbaru dalam bidang psikologi lingkungan, kemampuan beradaptasi dan dukungan sosial komunitas dapat mengurangi pengaruh negatif persepsi *crowding* terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis.

Dengan demikian, tidak signifikkannya hubungan antara *crowding* dan *psychological well-being* dalam penelitian ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis penghuni rumah susun tidak hanya ditentukan oleh persepsi kepadatan lingkungan. Faktor-faktor lain seperti dukungan sosial, hubungan antar penghuni, kemampuan adaptasi, serta karakteristik individu

kemungkinan memiliki peran yang lebih besar dalam membentuk *psychological well-being*.

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Penelitian ini dapat disimpulkan menjadi 3 poin besar, di antaranya;

1. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan kepada 107 responden yang sudah berkeluarga, dapat disimpulkan bahwa tingkat *crowding* (kesesakan) yang dirasakan penghuni mayoritas berada pada kategori sedang dengan presentase 58.9%. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar penghuni cukup merasakan adanya keterbatasan ruang, privasi, dan kepadatan lingkungan hunian, namun masih dalam batas yang dapat ditoleransi dan dikelola dalam kehidupan sehari-hari. Dari ketiga aspek *crowding* yang diteliti, aspek *behavioral* menjadi aspek yang paling dominan, yang mengindikasikan bahwa pengalaman kesesakan lebih banyak tercermin melalui perubahan perilaku serta tingginya intensitas interaksi sosial antar penghuni rumah susun.
2. Sementara itu, tingkat *psychological well-being* penghuni Rumah Susun Muharto secara umum berada pada kategori sedang dengan presentase 92.5%. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar penghuni memiliki kesejahteraan psikologis yang cukup baik, yang ditandai dengan kemampuan menerima diri, membangun hubungan positif dengan orang lain, memiliki tujuan hidup, serta mampu mengelola dan menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat tinggalnya. Meskipun tinggal di lingkungan hunian vertikal yang relatif padat, mayoritas penghuni tetap mampu mempertahankan kondisi psikologis yang positif dan menjalani kehidupan sehari-hari dengan baik.
3. Hasil uji hipotesis menggunakan korelasi Pearson, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0,155 dengan nilai signifikansi sebesar 0,112 ($p > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *crowding* dengan *psychological well-being* pada penghuni Rumah Susun Muharto. Meskipun arah hubungan yang ditemukan bersifat negatif, yang berarti semakin tinggi persepsi *crowding* maka *psychological well-being* cenderung menurun, hubungan tersebut tergolong sangat lemah dan tidak signifikan secara statistik. Selain itu, hasil uji koefisien determinasi menunjukkan nilai R^2 sebesar 0,024, yang berarti variabel *crowding* hanya mampu menjelaskan 2,4% variasi *psychological well-being*, sedangkan 97,6%

sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar penelitian ini, seperti dukungan sosial antarwarga, kebersyukuran dalam menjalani kehidupan di rumah susun. Sebagian besar penghuni dalam penelitian ini juga telah menetap selama bertahun-tahun, sehingga mereka berpeluang mengembangkan strategi adaptasi dan membangun hubungan sosial yang baik dengan sesama penghuni

Sehingga pada penelitian ini tidak ditemukannya hubungan yang signifikan antara *crowding* dan *psychological well-being*. Hubungan ini mengindikasikan bahwa kesejahteraan psikologis penghuni rumah susun tidak hanya ditentukan oleh terhadap kepadatan atau kesesakan lingkungan hunian, namun, faktor-faktor lain seperti dukungan sosial, kualitas hubungan antar penghuni, kemampuan adaptasi terhadap lingkungan, pengalaman hidup, serta karakteristik individu diduga memiliki peran yang lebih besar dalam membentuk kesejahteraan psikologis penghuni. Dengan demikian, penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun penghuni Rumah Susun Muharto tinggal di lingkungan yang relatif padat, kondisi tersebut tidak secara langsung memengaruhi tingkat *psychological well-being* mereka. Serta kemampuan beradaptasi dan adanya dukungan sosial yang baik dalam lingkungan rumah susun menjadi faktor yang memungkinkan penghuni tetap memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang positif.

B. Keterbatasan Penelitian

Selama proses penelitian di Rumah Susun Muharto, peneliti mendapatkan beberapa keterbatasan dalam prosesnya, di antaranya:

1. Penelitian ini tidak memiliki catatan administrasi kependudukan yang resmi dan tercatat rapi terkait jumlah penduduk di rumah susun muharto baik A maupun B.
2. Tidak dilakukannya uji coba penelitian terhadap responden yang berbeda dengan responden penelitian, karena persyaratan administrasi yang harus dilakukan kepada pihak dinas untuk melakukan uji coba di rumah susun lainnya.
3. Waktu pengambilan data yang dilakukan di sore hari hingga malam, karena keterbatasan waktu peneliti karena pekerjaan yang harus dilakukan dari pagi sampai sore hari serta kegiatan masyarakat rumah susun yang mayoritas dapat ditemui di sore hari setelah pulang kerja
4. Adanya penolakan dari beberapa masyarakat untuk mengisi lembar kuesioner karena kondisi responden yang sedang tidak memungkinkan untuk mengisi, seperti sedang bekerja

C. Saran dan Arah Penelitian Selanjutnya

1. Saran Praktis

a. Saran Praktis bagi Penghuni Rumah Susun

1) Meningkatkan sikap toleransi dan empati

Mayarakat dapat meningkatkan kemampuan dalam bersikap toleransi dan empati terhadap lingkungan serta orang yang ada disekitarnya. Hal ini ditujukan untuk mengatasi kondisi kebisingan.

2) Membuat aturan tertulis

Pengelola rumah susun perlu membuat aturan tertulis terkait kegiatan masyarakat yang harus dipatuhi dengan kesepakatan bersama. Misalnya, aturan terkait minum-minuman keras serta penggunaan sound system yang dapat mengganggu.

b. Saran Praktis bagi Pemerintah

Bagi pemerintah deisarankan untuk menyediakan dan mengoptimalkan fasilitas bersama yang nyaman, aman, dan mudah diakses oleh penghuni, seperti ruang pertemuan, area bermain anak, ruang terbuka, maupun sarana kegiatan warga.

2. Saran Akademis

Saran akademis bagi penelitian selanjutnya adalah mengeksplorasi faktor-faktor yang diduga memengaruhi hubungan antara *crowding* dan *psychological well-being* pada penghuni rumah susun. Penelitian selanjutnya dapat mengkaji secara lebih spesifik peran dukungan sosial, strategi *coping*, kepuasan terhadap lingkungan tempat tinggal, kualitas hubungan antarwarga, *sense of community*, serta lama tinggal sebagai faktor yang berpotensi memengaruhi persepsi *crowding* maupun *psychological well-being*. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat mengembangkan model penelitian dengan menambahkan variabel moderator atau mediator, seperti dukungan sosial atau strategi *coping*, sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai mekanisme hubungan antara *crowding* dan *psychological well-being* pada penghuni rumah susun.

DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, M., Alawiyah, T., Apriansyah, G., Abdullah, R., & Afgani, M. W. (2023). Survey Design : Cross Sectional dalam Penelitian Kualitatif Jurnal Pendidikan Sains dan Komputer. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, 3(1), 31–39. <https://doi.org/https://doi.org/10.47709/jpsk.v3i01.1955>
- Anggryani, F., Santoso, A., Wicaksono, T., Anggit, B., Widi, B., Dan, P., Kesehatan, I., Dan, P., Kesehatan, I., Dan, P., Kesehatan, I., Dan, P., & Kesehatan, I. (2022). Analisis Tingkat Mortalitas pada Laporan Tahunan di Rumah Sakit Katolik Budi Rahayu Blitar. *Journal of Information Systems for Public Health*, 6(3), 1–9. <https://jurnal.ugm.ac.id/jisph/article/view/71078/32998>
- Aqli, W. (2016). Kajian *Crowding* di Anjungan Pengantar Bandara Internasional Adisucipto Yogyakarta. *Jurnal Arsitektur NALARs*, 15(2), 109–120. <https://doi.org/10.24853/nalars.15.2.109-120>
- Ayuningtyas, R. A. (2021). Tingkat Kenyamanan Hunian Berdasarkan Kondisi Fisik Rusunawa Blok A dan Blok B Jalan Kom Yos Sudarso Pontianak. *Journal of Urban and Regional Planning*, 2(1), 41–49. <https://doi.org/10.26418/uniplan.v2i1.45887>
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi* (2nd ed.). Pustaka Belajar.
- Banyuwangi, B. P. S. K. (2023). *Hasil Long Form SP2020: Angka Kelahiran Total Indonesia menuju Replacement Level*. Badan Pusat Statistik Kabupaten Banyuwangi. <https://banyuwangikab.bps.go.id/id/news/2023/01/30/10/hasil-long-form-sp2020--angka-kelahiran-total-indonesia-menuju-replacement-level.html?utm>
- Basthian, I. (2021). Spektrum Ruang Komunal sebagai Wadah Interaksi Sosial bagi Penghuni pada Rumah Susun Sederhana Sewa di Jakarta Spectrum of Communal Space as a Place for Social Interaction for Occupants in Social Housing in Jakarta. *Jurnal Lingkungan Binaan Indonesia*, 10(1), 132–137. <https://doi.org/http://.doi.org/10.32315/jlbi.v10i3.53>
- BPS. (2025). *Jumlah Penduduk Pertengahan Tahun, 2025*.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: an introduction. *Journal of Happiness Studies*, 9, 1–11. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9018-1>
- Dhiringawati, M., & Lianto, F. (2023). The Impact of Corridor “Mastery” on Benhil II Flats , Central Jakarta. *International Journal of Application on Social Science and Humanities*, 1(1), 1170–1179.
- El-Didy, M. H., Hassan, G. F., Afifi, S., & Ismail, A. (2023). *Crowding Between Urban Planning and Environmental Psychology: Guidelines for Bridging the Gap*. *Open House International*, 49(4), 670–695.

<https://doi.org/https://doi.org/10.1108/OHI-06-2023-0146>

- Ellisa, E. (2016). Coping with *Crowding* in High-Density Kampung Housing of Jakarta. *International Journal of Architectural Research*, 10(1), 195–212.
- Evans, G. W., & Wener, R. E. (2021). Corrigendum to “ *Crowding* and personal space invasion on the train : Please don ’ t make me sit in the middle ” [*Journal of Environmental Psychology* 27. *Journal of Environmental Psychology*, 76(June), 101638. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2021.101638>
- Gifford, R. (2014). Environmental Psychology Matters. *Department of Psychology, University of Victoria*, 65, 541–579. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010213-115048>
- Graham, L. T., Gosling, S. D., & Travis, C. K. (2015). The Psychology of Home Environments : A Call for Research on Residential Space. *Association For Psychological Acience*, 10(3), 346–356. <https://doi.org/10.1177/1745691615576761>
- Gusmini, & Tetteng, B. (2023). Pengaruh Persepsi Kesesakan Terhadap *Psychological well-being* Pada Penghuni Rumah Susun Di Kota Makassar. *MANDUB: Jurnal Politik, Sosial, Hukum Dan Humaniora*, 1(3), 262–272. <https://doi.org/https://doi.org/10.59059/mandub.v1i3.419>
- Hamid. (2022). Kawalan Kesejahteraan Psikologi Berasaskan Konsep Psikospiritual dalam Al-Quran : SUATU. *Journal of Islamic Social Sciences and Humanities*, 27(1), 115–129. <https://doi.org/10.33102/abqari.vol27no1.526>
- Hardiani, S., Thoyibah, Z., & Info, A. (2021). Hubungan Nilai Sosial Budaya dengan Penggunaan Kontrasepsi pada Wanita Kawin Usia Dini. *Indonesian Journal of Midwifery(IJM)*, 4(1), 57–61. <https://jurnal.unw.ac.id/index.php/ijm/article/view/860/pdf>
- Hern, E., Ruiz, C., Delgado, N., & Miguel, A. (2021). Journal of Destination Marketing & Management Exploring *crowding* in tourist settings: The importance of physical characteristics in visitor satisfaction. *Journal of Destination Marketing & Management*, 20. <https://doi.org/10.1016/j.jdmm.2021.100619>
- Heryana, A. (2020). Desain Penelitian Non Eksperimental. In *Bahan Ajar Mata Kuliah: Metodologi Penelitian Kuantitatif* (pp. 1–8). Esa Unggul.
- Huang, Z., & Du, X. (2015). Assessment and determinants of residential satisfaction with public housing in Hangzhou , China. *Habitat International*, 47, 218–230. <https://doi.org/10.1016/j.habitatint.2015.01.025>
- Humaidah, A., & Mulyono, R. (2025). Adaptasi *Psychological well-being* Short Scale pada Mahasiswa. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 7(1), 141–149. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/edukatif.v7i1.7990>

- Humaidah, A., Nihayah, Z., & Sumiati, N. T. (2024). *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan Scoping Review: Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa*. 6(5), 5931–5938.
- Kusuma, A. B., & Aziz, A. (2021). Kesehatan Mental Perspektif Tafsir Al-Misbah Karya M. Quraish Shihab. *Hikmah: Journal of Islamic Studies*, 17(2), 118–134. <https://doi.org/https://doi.org/10.47466/hikmah.v17i2.200>
- Leuwol, F. S., Yusuf, R., Wahyudi, E., & Jamin, N. S. (2023). Pengaruh Kualitas Lingkungan Terhadap Kesejahteraan Psikologis Individu di Kota Metropolitan. *Jurnal Multidisiplin West Science*, 02(08), 714–720. [https://wnj.westscience-press.com/index.php/jmws %0A](https://wnj.westscience-press.com/index.php/jmws%0A)
- Maihayana, Anward, H. H., & Mayangsari, M. D. (2019). Perbedaan Kesusakan Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran (Psikologi, Ilmu Keperawatan, Kesehatan Masyarakat) Yang Tinggal Di Rumah Sendiri, Tinggal Di Kos dan Tinggal Di Asrama Di Banjarbaru. *Jurnal Kognisia*, 2(2), 25–36. <https://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/kog/article/download/1689/1340?utm>
- Mubarrak, M. Z., Pertiwi, D. S., & Carnadi, C. (2025). Backlog Perumahan di Kota Yogyakarta sebagai Ancaman. *Jurnal Nuansa Akademeik: Jurnal Pembangunan Masyarakat*, 10(1), 259–278. <https://jurnal.ucy.ac.id/index.php/nuansaakademik/article/view/2814/2767>
- Muhliansyah. (2018). Pengaruh Kesusakan dan Adaptasi Terhadap Stress Lingkungan. *Psikoborneo*, 6(3), 341–351. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i3.4647>
- Musfirah, Patmawaty Taibe, & Titin Florentina Purwasetiawatik. (2024). Pengaruh *Crowding* Terhadap Tingkat Stres Masyarakat Kota Yang Tinggal di Daerah Padat Penduduk di Kelurahan Suangga Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 4(1), 64–70. <https://doi.org/10.56326/jpk.v4i1.3399>
- Mustikaati, W., Pramudya, A., Permata, D., & Hendranti, A. H. (2025). Urgensi Pemenuhan Kebutuhan Dasar Psikologis Peserta Didik dalam Meningkatkan Kualitas Proses Pembelajaran di Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 3(4), 267–273. <https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.15488524>
- Muttaqin, D. (2022). Internal Structure Evaluation on the Indonesian Version of *Psychological well-being* Scales. *PSYMPATHIC: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 1–16. <https://doi.org/10.15575/psy.v9i1.10710>
- Natalisa, A., & Rahmadani, I. I. (2020). Kajian ruang pada hunian vertikal untuk masyarakat berpenghasilan rendah dengan pendekatan aspek sosial dan protokol kesehatan di jakarta. *Jurnal Teknik Sipil-Arsitektur*, 20(1), 23–38. <https://doi.org/https://doi.org/10.54564/jtsa.v20i1.61>
- Nur., Aria, M., & Akbar, . (2023). *Metode penelitian Kuantitatif*. PT. Mifandi Mandiri Digital.

- Pandey, N., Sarraf, S. R., Saha, M. A., & Singh, M. A. (2025). Correlation Between Birth Order , *Psychological well-being* And Emotional Intelligence Among First Born , Middle Born , And Third Born Young Adults. *International Journal of Environmental Sciences*, 11(24), 6394–6401. file:///C:/Users/HP/Downloads/CorrelationBetweenBirthOrderPsychological Well-BeingAndEmotionalIntelligence.pdf
- Pedhu, Y. (2022). Kesejahteraan psikologis dalam hidup membiara. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 10(1), 65–78. <https://doi.org/https://doi.org/10.29210/162200>
- Pranata, V., Utama, A., Apriliandy, S. F., & Ilyanawati, R. Y. A. (2025). Pembangunan Rumah Susun Untuk Mengatasi Keterbatasan Lahan Di Kota Depok Dihubungkan Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2011 Tentang Rumah Susun. *Karimah Tauhid*, 2(2023), 679–687. <https://doi.org/https://doi.org/10.30997/karimahtauhid.v2i3.8381>
- Purnama, D. S., Farozin, M. U. H., & Astuti, B. (2022). The Ryff ' s *Psychological well-being* Scale for Indonesian Higher Education Students : A RASCH Model Analysis. *Indonesian Research Journal in Education*, 6(2), 222–231. <https://doi.org/https://doi.org/10.22437/irje.v6i2.20086>
- Putri, D. N. S. S., Shakiera, L., Nur, H., Aziz, & Wardah, F. M. (2023). *Psychological well-being* : Penerimaan Diri dan Penguasaan Lingkungan , Mengenal Mindfulness dari Sikap Negatif ke Surplus Sikap Positif Hidup. *Journal of Indonesian Psychological Science*, 03(2), 398–415. <https://doi.org/https://doi.org/10.18860/psi.v3i2.19427>
- Putri, L., Rezani, M. R., & Hermina, D. (2025). Correlational Research Design. *Jurnal Penelitian Multidisiplin Pendidikan*, 2(6), 306–317. <https://journal.hasbaedukasi.co.id/index.php/jurmie%09>
- Revelia, M. (2018). Uji Validitas Konstruk Pada Instrumen Ryff's *Psychological well-being*. *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia*, 7(1), 8–14. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.15408/jp3i.v7i1.12103>
- Ryff, C. D. (2014). *Psychological well-being* Revisited : Advances in the Science and Practice of Eudaimonia. *Psychoter Psychosom*, 83, 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Sodiq, A. (2015). Konsep Kesejahteraan dalam Islam. *Equilibrium*, 3(2), 381–405.
- Stokols, D. (1972). A Social-Psychological Model of Human Crowding Phenomena This article was downloaded by : [University of California Irvine] Journal of the American Planning Association A Social-Psychological Model of Human Crowding Phenomena. *Journal of the American Planning Association*, 38(2), 72–83. <https://doi.org/10.1080/01944367208977409>
- Suartha, N. (2016). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingginya Laju Pertumbuhan dan Implementasi Kebijakan Penduduk di Provinsi Bali.

PIRAMIDA, 12(1), 1–7.

- Sugiyono, P. D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta Bandung.
- Sugiyono, P. D. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Alfabeta Bandung.
- Sunarti, E., Fatwa, N., Rahmawati, Z., Faramuli, W., & Ramadhany, D. (2021). Spatial Environment of Home , Stress Management , and Welfare of Family Living in Two-Level Marginal Regions. *Journal of Family Sciences*, 06(01), 1–19. <https://doi.org/https://doi.org/10.29244/jfs.v6i1.35795>
- Title, J., & Widiyanto, C. (2023). Rumus Slovin: Panacea Masalah Ukuran Sampel? *Suksma : Jurnal Psikologi Universitas Sanata Dharma*, 4(2), 24–43. <https://doi.org/https://doi.org/10.24071/suksma.v4i2.6434>
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2011 tentang Rumah Susun (2011).
- Wahyuni, E. F. Z. S. S. (2024). Analisa Pengaruh Kepadatan, Kesusakan dan Sosial Ekonomi terhadap Kesejahteraan Psikologis (*Psychological well-being*) Ibu Rumah Tangga. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 10(September 2022), 1–7. <https://doi.org/https://doi.org/10.25311/keskom.Vol10.Iss1.1334>
- Wardhana, A., & Kharisma, B. (2020). Dinamika Penduduk dan Pertumbuhan Ekonomi di Indonesia. *Buletin Studi Ekonomi*, 25(1), 22–40. <https://doi.org/10.24843/BSE.2020.v25.i01.p02>
- Wardhani, Z. I. A. (2023). *Metode Penelitian*. CV. Eureka Media Aksara.
- Wayan, N., Agustin, Y., Wibowo, A., & Darki, A. (2023). Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Fertilitas di Indonesia : Review Literatur Factors Affecting Fertility Level in Indonesia : A Literature Review. *Media Gizi Kesmas*, 12(1), 530–536. <https://doi.org/https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.530-536>
- Wibowo, A. E., & Semarang, U. N. (2022). Hubungan Antara Kebersyukuran Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Penerima Beasiswa di Universitas Negeri Semarang (UNNES). *Indonesian Journal of Guidance and Counseling : Theory and Application*, 11(3), 1–12. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/ijgc.v11i3.57306>
- Widiananda, A. B. (2018). Peranan dan Pemanfaatan Ruang Publik pada Permukiman Kampung Vertikal Rusun Pekunden Kota Semarang. *Jurnal Pembangunan Wilayah Dan Kota*, 14(1), 1–16. <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/pwk/index>
- Widjonarko, Z. I. (2014). Penyediaan Rumah Susun Sederhana Sewa Ditinjau dari Preferensi Masyarakat Berpenghasilan Rendah di Kabupaten Kudus. *Jurnal Teknik PWK*, 3(4), 626–639. <http://www.jstor.org/stable/213996>

- Zelinsky, W. (1971). The Hypothesis of The Mobility Transition. *American Geographical Society*, 61(2), 219–249. <http://www.jstor.org/stable/213996>
- Zhavira, R., & Palupi, L. S. (2022). Academic Hardiness and *Psychological well-being* among University Students (Ketangguhan Akademis dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa). *Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 7(2), 145–155. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v7i22022.145-155>

LAMPIRAN

Lampiran 1 Blueprint Skala *Crowding*

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			<i>F</i>	<i>UF</i>	
1.	Aspek Situasional	Banyaknya orang yang saling berdekatan	1,15,9	7	4
		Lingkungan yang padat karena terlalu banyak orang	5,11	10	3
2.	Aspek Behavioral	Perilaku agresi	4,19,6	3	4
		Menarik diri dari interaksi sosial	13	12,8,21	4
3.	Aspek Emosional	Reaksi negatif terhadap orang lain	18	14	2
		Suasana hati	16,20	17,2	4
Total			12	9	21

Lampiran 2 Blueprint Skala *Psychological well-being*

No	Dimensi	Indikator	No. Item	Contoh Item
1	Penerimaan diri	Kemampuan menerima diri apa adanya	1,2,5*	Ketika melihat kembali kisah hidup saya, saya merasa senang dengan apa yang telah terjadi sejauh ini
2	Hubungan positif dengan individu lain	Kemampuan untuk mengembangkan hubungan yang baik dengan orang lain	6*,13,16*	Orang-orang akan menggambarkan saya sebagai orang yang bersedia berbagi waktu dengan orang lain.
3	Kemandirian	Kemampuan untuk bersikap independen tanpa terpengaruh orang lain	15*,17,18	Saya yakin dengan pendapat saya sendiri, meskipun pendapat saya berbeda dengan pendapat kebanyakan orang.

4	Penguasaan lingkungan	Kemampuan untuk mengelola lingkungan sekitar	4*,8,9	Secara umum, saya merasa saya bertanggung jawab atas situasi di mana saya hidup.
5	Tujuan hidup	Kemampuan untuk merencanakan dan mencapai tujuan hidup	3,7*,10*	Ada orang yang mengembara tanpa tujuan <u>dalam hidup, tapi</u>
6	Pertumbuhan pribadi	Kemampuan individu untuk mengembangkan potensi dalam diri	11,12,14*	Bagi saya, hidup adalah proses pembelajaran, perubahan, dan pertumbuhan yang berkelanjutan

Lampiran 3 Pertanyaan Pra Penelitian

Pertanyaan PRA Penelitian PWB Penghuni Rumah Susun Muharto

Nama: Usia: Pekerjaan: Lama tinggal:		Apakah aturan atau kondisi rumah susun pernah membuat Anda merasa tertekan atau tidak nyaman?	
☐ Bagaimana perasaan Anda selama tinggal di Rumah Susun Muharto?		Apakah tinggal di rumah susun memengaruhi semangat Anda dalam menjalani aktivitas sehari-hari?	
☐ Apakah Anda merasa nyaman tinggal di lingkungan rumah susun ini? Mengapa?		Apakah Anda memiliki harapan atau rencana hidup ke depan selama tinggal di rumah susun?	
☐ Apakah kondisi rumah susun (ramai, sempit, bising) memengaruhi perasaan atau pikiran Anda sehari-hari?		Apakah ada perubahan pada diri Anda sejak tinggal di Rumah Susun Muharto?	
☐ Apa yang biasanya Anda lakukan jika merasa tidak nyaman atau stres karena lingkungan tempat tinggal?		Menurut Anda, apakah lingkungan rumah susun membantu atau menghambat kenyamanan hidup Anda?	
☐ Bagaimana hubungan Anda dengan tetangga di sekitar tempat tinggal?		Hal apa yang paling membuat Anda betah tinggal di Rumah Susun Muharto?	
☐ Apakah Anda merasa mendapat dukungan atau bantuan dari tetangga saat membutuhkan?		Hal apa yang paling ingin Anda ubah atau perbaiki dari lingkungan rumah susun ini agar lebih nyaman?	
☐ Apakah Anda merasa bebas mengatur kehidupan pribadi Anda meskipun tinggal di rumah susun?			

Lampiran 4 Instrumen Peneleitian

LEMBAR ANGKET PENELITIAN

Hubungan Crowding dengan *Psychological Well-Being* Penghuni di Kawasan Rumah Susun
Muharto Malang

INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh:

Nama Peneliti : Anggita Nuha Mutiarini

Program Studi : Psikologi

Institusi : UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Penelitian ini bersifat sukarela dan bertujuan untuk memperoleh data mengenai kondisi psikologis serta pengalaman tinggal di rumah susun. Data yang diberikan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian dan dijamin kerahasiaannya.

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Saya telah memahami tujuan penelitian.
2. Saya bersedia mengisi angket dengan jujur sesuai keadaan yang saya alami.
3. Data yang saya berikan dapat digunakan untuk kepentingan penelitian.

Malang,.....2026

Responden

(.....)

IDENTITAS RESPONDEN

Nama Lengkap	
Utsia	
Pekerjaan	
Lama Tinggal	

PETUNJUK PENGISIAN

Berilah tanda centang (✓) pada salah satu kolom jawaban yang paling sesuai dengan kondisi yang Anda.

Keterangan

SS= Sangat Setuju

S= Setuju

N= Netral

TS= Tidak Setuju

STS= Sangat Tidak Setuju



variabel Crowding

No	Item Pertanyaan	JAWABAN				
		SS	S	N	TS	STS
1.	Saya merasa lingkungan yang saya tempati sudah terlalu sesak dengan banyaknya masyarakat setempat					
2.	Saya senang melakukan aktivitas bersama orang banyak					
3.	Saya mencoba untuk bersikap tenang dalam pertengkaran sekalipun					
4.	Saya akan berteriak menyuruh tetangga saya diam dan tenang jika mereka mulai ribut dan berisik					
5.	Saya merasa sesak karena terlalu banyak orang di lingkungan tempat tinggal saya					
6.	Saya sering bertengkar dan adu mulut dengan tetangga saya					
7.	Saya merasa leluasa dalam berinteraksi dengan masyarakat lain meskipun di lingkungan ramai dan padat					
8.	Lingkungan tempat tinggal yang padat membuat hubungan saya dengan tetangga menjadi lebih akrab					
9.	Saya terganggu dengan keramaian di sekitar saya					
10.	Walaupun jumlah penghuni di lingkungan saya banyak, saya merasakan lingkungan saya cukup memadai					
11.	Kepadatan yang terjadi di lingkungan tempat tinggal saya membuat saya tidak nyaman dan sulit beristirahat					
12.	Saya bercanda bersama masyarakat lainnya untuk mengurangi rasa bosan					
13.	Saya lebih suka memilih untuk melakukan aktivitas sendiri					

14.	Keberadaan banyaknya penghuni di lingkungan saya tidak mengurangi ketenangan pribadi saya					
15.	Banyaknya masyarakat yang tinggal di lingkungan saya, membuat saya sulit melakukan kegiatan tertentu					
16.	Saya merasa tertekan melakukan aktivitas di lingkungan saya					
17.	Saya merasa nyaman ketika berada ditengah keramaian					
18.	Keributan tetangga membuat saya cepat marah					
19.	Saya tidak segan-segan menegur bahkan memarahi orang yang mengganggu saya					
20.	Saya merasa jengkel dengan beberapa orang disekitar saya					
21.	Saya suka bergaul dengan banyak orang					

PETUNJUK PENGISIAN

Berilah tanda centang (✓) pada salah satu kolom jawaban yang paling sesuai dengan kondisi yang Anda. Jawaban Anda dijamin kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan akademik.

Skala Penilaian:

SS= Sangat Setuju

S= Setuju

TS= Tidak Setuju

STS= Sangat Tidak Setuju

2. Variabel *Psychological Well-Being*

NO	Aitem Pertanyaan	JAWABAN			
		STS	TS	S	SS
1.	Saya menyukai kepribadian yang ada pada diri sendiri				
2.	Ketika melihat perjalanan hidup, saya merasa puas karena semuanya berjalan dengan baik				
3.	Beberapa orang menjalani hidup tanpa tujuan, tetapi saya bukan bagian dari mereka				
4.	Tuntutan kehidupan sehari-hari sering membuat tertekan				
5.	Dalam banyak hal, saya merasa kecewa dengan pencapaian dalam hidup				
6.	Saya mengalami kesulitan menjaga hubungan dekat dengan orang lain sehingga membuat frustrasi				
7.	Saya menjalani hidup sehari-hari tanpa terlalu memikirkan masa depan				
8.	Secara umum, saya dapat mengendalikan situasi di tempat tinggal				
9.	Saya pandai mengelola tanggung jawab dalam kehidupan sehari-hari				
10.	Terkadang, saya merasa sudah melakukan semua yang bisa dilakukan dalam hidup.				
11.	Bagi saya, hidup adalah proses pembelajaran, perubahan, dan pertumbuhan yang berkelanjutan				
12.	Saya pikir, penting untuk memiliki pengalaman baru yang menantang cara berpikir tentang diri sendiri dan dunia				
13.	Orang-orang menggambarkan saya sebagai orang yang suka memberi dan berbagi waktu dengan orang lain.				
14.	Saya sudah lama menyerah untuk mencoba membuat perubahan besar dalam hidup				
15.	Saya cenderung mudah terpengaruh dengan orang yang berpendapat kuat				
16.	Saya belum pernah menjalani hubungan yang hangat dan memberikan kepercayaan penuh pada orang lain				
17.	Saya percaya pada pendapat diri sendiri, meskipun berbeda dengan orang lain				
18.	Saya menilai diri sendiri berdasarkan nilai pribadi, bukan nilai-nilai yang dianggap penting orang lain.				

Lampiran 5 Surat Izin Pra Penelitian Rumah Susun Muharto

6/10/2025, 7:05 AM Surat Mahasiswa

 KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI
Jalan Gayamsari 50 Malang, 65144, Telp: 0341-558916, Website: iain-un-malang.ac.id

Nomor : 1989/PPsi.1/PP.009/10/2025 13 Oktober 2025
Hal : IZIN OBSERVASI PRA SKRIPSI

Kepada Yth.
Ketua Rumah Susun Muharto
di Rumah Susun Muharto, Kotalama, Kec.
Kedungkandang

Assalamu 'alaikum wa Rahmatullah wa Barakatuh.

Dengan hormat,
Sehubungan dengan akan dilaksanakannya proses penyusunan skripsi bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan izin melakukan kegiatan observasi pra skripsi, kepada:

Nama / NIM : ANGITA NUHA MUTIARINI / 220401110217
Judul Proposal : Analisis Kondisi Sosial dan Fisik terhadap Kesehatan Mental Remaja di Rumah Susun Muharto
Dosen : 1. Nurul Hikmah, M.Pd.
Pembimbing : 2. Nurul Hikmah, M.Pd.

Tempat Observasi : Rumah Susun Muharto
Tanggal Observasi : 14-10-2025 s.d 24-10-2025
Model Kegiatan : Offline

Demikian permohonan ini, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

Wassalamu 'alaikum wa Rahmatullah wa Barakatuh.

a.n. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik,




Tembusan:
1. Wakil Dekan II dan III;
2. Ketua Prodi S1;
3. Kabag TU.

<https://apps-psikologi.iain-malang.ac.id/psychology/Approvals/Praspsi/ver.php?n=298>

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 6 Surat Izin Penelitian Rumah Susun Muharto

6/10/2025, 9:23 PM Surat Mahasiswa

 KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI
Jalan Gayamsari 50 Malang, 65144, Telp: 0341-558916, Website: iain-un-malang.ac.id

Nomor : 1067/PPsi.1/PP.009/5/2026 13 Mei 2026
Hal : IZIN PENELITIAN SKRIPSI

Kepada Yth.
Ketua Rumah Susun Muharto
Rumah Susun Muharto, Kotalama, Kec. Kedungkandang
di Tempat

Assalamu 'alaikum wa Rahmatullah wa Barakatuh.

Dengan hormat,
Dalam rangka pengembangan keilmuan bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian skripsi kepada:

Nama / NIM : ANGITA NUHA MUTIARINI/220401110217
Tempat Penelitian : Rumah Susun Muharto
Judul Skripsi : Hubungan Crowding dengan Psychological Well-Being Penghuni di Kawasan Rumah Susun Muharto Malang
Dosen Pembimbing : 1. Nurul Hikmah, M.Pd.
2. Selly Candra Ayu, M.Si

Tanggal Penelitian : 13-05-2026 s.d 20-05-2026
Model Kegiatan : Offline

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

Wassalamu 'alaikum wa Rahmatullah wa Barakatuh.

a.n. Dekan
Wakil Dekan Bidang Akademik,




Tembusan:
1. Wakil Dekan II dan III;
2. Ketua Prodi S1;
3. Kabag TU.

<https://apps-psikologi.iain-malang.ac.id/psychology/Approvals/Dispsi/ver.php?n=1064>

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 7 Analisis Data

1. Uji Validitas Crowding

Pearson's Correlations																						
Variable	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21	TOTAL
1. X1	Pearson's r p-value	—																				
2. X2	Pearson's r p-value	-0.093 0.941	—																			
3. X3	Pearson's r p-value	-0.034 0.585	-0.089 0.361	—																		
4. X4	Pearson's r p-value	0.220 0.039	-0.081 0.602	0.170 0.080	—																	
5. X5	Pearson's r p-value	0.033 0.882	0.020 0.901	0.102 0.117	0.368 0.001	—																
6. X6	Pearson's r p-value	0.168 0.094	-0.079 0.426	0.033 0.735	0.427 0.001	0.242 0.012	—															
7. X7	Pearson's r p-value	-0.098 0.581	0.073 0.601	0.043 0.607	-0.123 0.298	0.016 0.883	-0.002 0.999	—														
8. X8	Pearson's r p-value	-0.167 0.048	0.342 0.000	-0.003 0.993	-0.039 0.844	-0.026 0.844	0.400 0.000	—														
9. X9	Pearson's r p-value	0.309 0.001	0.223 0.021	-0.020 0.841	0.338 0.001	0.445 0.001	0.331 0.000	0.168 0.209	0.110 0.001	—												
10. X10	Pearson's r p-value	0.070 0.471	0.201 0.008	0.414 0.001	0.080 0.368	0.234 0.008	0.163 0.368	0.039 0.808	0.440 0.001	0.034 0.801	0.220 0.001	0.088 0.001	—									
11. X11	Pearson's r p-value	0.201 0.001	0.102 0.115	0.035 0.517	0.263 0.000	0.407 0.000	0.074 0.793	0.285 0.000	0.609 0.000	0.427 0.000	—											
12. X12	Pearson's r p-value	-0.128 0.190	0.094 0.001	-0.020 0.836	-0.109 0.263	0.020 0.800	-0.089 0.363	0.245 0.001	0.013 0.812	0.023 0.005	0.269 0.019	0.226 0.008	—									
13. X13	Pearson's r p-value	0.201 0.008	0.204 0.008	-0.104 0.113	0.044 0.608	0.224 0.027	0.163 0.020	0.039 0.840	0.440 0.000	0.034 0.844	0.220 0.001	0.088 0.001	—									
14. X14	Pearson's r p-value	-0.103 0.261	0.103 0.115	0.231 0.001	0.029 0.763	-0.018 0.803	-0.020 0.793	0.163 0.000	0.327 0.000	-0.026 0.793	0.309 0.000	0.205 0.001	0.087 0.001	-0.278 0.000	—							
15. X15	Pearson's r p-value	0.386 0.001	0.034 0.725	0.107 0.275	0.418 0.001	0.060 0.601	0.071 0.487	0.055 0.074	0.625 0.001	0.001 0.990	0.007 0.990	0.277 0.004	-0.040 0.885	—								
16. X16	Pearson's r p-value	0.216 0.030	0.040 0.621	0.021 0.827	0.227 0.014	0.444 0.001	0.020 0.825	0.217 0.394	0.033 0.601	0.033 0.601	0.007 0.373	-0.166 0.108	0.724 0.001	—								
17. X17	Pearson's r p-value	0.165 0.001	0.368 0.000	-0.003 0.993	-0.001 0.993	0.101 0.268	-0.004 0.988	0.336 0.000	0.333 0.000	0.031 0.793	0.263 0.000	0.011 0.910	0.379 0.000	0.074 0.844	0.183 0.000	-0.002 0.999	—					
18. X18	Pearson's r p-value	0.271 0.000	-0.031 0.703	0.179 0.000	0.420 0.001	0.433 0.001	0.102 0.226	0.079 0.442	0.033 0.601	0.236 0.002	0.415 0.001	-0.089 0.360	0.286 0.006	-0.026 0.790	0.034 0.001	0.000 0.990	-0.103 0.292	—				
19. X19	Pearson's r p-value	0.273 0.000	-0.031 0.703	0.180 0.000	0.428 0.001	0.433 0.001	0.102 0.226	0.079 0.442	0.033 0.601	0.236 0.002	0.415 0.001	-0.089 0.360	0.286 0.006	-0.026 0.790	0.034 0.001	0.000 0.990	-0.103 0.292	—				
20. X20	Pearson's r p-value	0.228 0.000	0.072 0.601	0.010 0.910	0.171 0.000	0.400 0.000	0.360 0.000	0.074 0.601	-0.010 0.910	0.400 0.000	0.104 0.361	-0.079 0.361	0.303 0.000	-0.099 0.814	0.004 0.990	0.021 0.340	0.340 0.000	—				
21. X21	Pearson's r p-value	0.103 0.190	0.403 0.001	-0.047 0.608	-0.048 0.608	0.201 0.000	0.109 0.360	0.403 0.000	0.170 0.233	0.203 0.000	0.079 0.361	0.274 0.001	0.301 0.000	0.222 0.000	0.543 0.000	0.170 0.233	-0.114 0.223	0.223 0.000	—			
22. TOTAL	Pearson's r p-value	0.094 0.001	0.302 0.000	0.014 0.910	0.401 0.000	0.401 0.000	0.101 0.360	0.401 0.000	0.101 0.360	0.401 0.000	0.101 0.360	0.401 0.000	0.101 0.360	0.401 0.000	0.101 0.360	0.401 0.000	0.101 0.360	0.401 0.000	0.101 0.360	0.401 0.000	0.101 0.360	0.401 0.000

2. Uji Validitas Psychological well-being

Pearson's Correlations																			
Variable	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y11_15	Y15	Y16	Y17	Y18	TOTAL
1. Y1	Pearson's r p-value	—																	
2. Y2	Pearson's r p-value	0.449 0.001	—																
3. Y3	Pearson's r p-value	0.217 0.025	0.359 0.001	—															
4. Y4	Pearson's r p-value	-0.036 0.718	0.103 0.299	-0.016 0.871	—														
5. Y5	Pearson's r p-value	0.068 0.488	0.052 0.399	-0.120 0.217	0.204 0.030	—													
6. Y6	Pearson's r p-value	0.167 0.053	0.152 0.117	0.125 0.199	0.157 0.105	0.326 0.001	—												
7. Y7	Pearson's r p-value	0.208 0.034	0.023 0.812	-0.011 0.914	0.189 0.001	0.150 0.001	0.478 0.000	—											
8. Y8	Pearson's r p-value	0.284 0.003	0.508 0.001	0.313 0.001	0.015 0.882	0.013 0.884	0.114 0.242	0.059 0.543	—										
9. Y9	Pearson's r p-value	0.319 0.001	0.393 0.001	0.177 0.069	0.131 0.178	0.113 0.248	0.112 0.290	0.200 0.039	0.502 0.001	—									
10. Y10	Pearson's r p-value	-0.051 0.602	-0.272 0.005	-0.022 0.745	-0.002 0.984	-0.002 0.404	0.162 0.061	0.055 0.958	-0.241 0.012	-0.426 0.001	—								
11. Y11	Pearson's r p-value	0.299 0.002	0.359 0.001	0.364 0.001	0.036 0.712	0.024 0.803	0.329 0.001	0.305 0.001	0.510 0.001	0.441 0.001	-0.102 0.296	—							
12. Y12	Pearson's r p-value	0.301 0.002	0.353 0.001	0.261 0.007	-0.003 0.973	-0.079 0.420	0.108 0.196	0.177 0.066	0.470 0.001	0.470 0.001	-0.218 0.001	0.624 0.001	—						
13. Y13	Pearson's r p-value	0.223 0.021	0.290 0.002	0.021 0.828	0.137 0.198	-0.071 0.465	0.162 0.095	0.138 0.157	0.271 0.005	0.331 0.001	-0.198 0.012	0.243 0.001	0.359 0.001	—					
14. Y11_15	Pearson's r p-value	0.068 0.316	-0.019 0.847	0.161 0.097	0.134 0.168	0.338 0.001	0.334 0.001	0.279 0.004	0.065 0.508	-0.080 0.413	0.149 0.126	0.090 0.359	0.032 0.741	-0.068 0.487	—				
15. Y15	Pearson's r p-value	0.361 0.000	-0.020 0.836	0.023 0.812	0.222 0.022	0.184 0.007	0.167 0.085	0.337 0.001	0.011 0.907	-0.074 0.448	0.142 0.145	0.069 0.480	-0.024 0.806	-0.026 0.787	0.234 0.015	—			
16. Y16	Pearson's r p-value	0.084 0.387	0.000 1.000	-0.119 0.221	0.042 0.664	0.114 0.242	0.434 0.001	0.470 0.327	-0.098 0.485	0.068 0.306	0.123 0.000	0.025 0.797	-0.247 0.010	-0.011 0.914	0.203 0.036	0.241 0.012	—		
17. Y17	Pearson's r p-value	0.268 0.006	0.322 0.001	0.108 0.266	-0.011 0.968	-0.120 0.219	0.017 0.864	-0.111 0.294	0.262 0.000	0.139 0.153	0.061 0.533	0.272 0.006	0.293 0.002	0.081 0.407	-0.026 0.749	-0.082 0.462	-0.141 0.149	—	
18. Y18	Pearson's r p-value	0.277 0.004	0.356 0.001	0.203 0.036	0.040 0.682	0.035 0.719	0.142 0.146	0.156 0.107	0.332 0.001	0.294 0.002	-0.167 0.086	0.316 0.001	0.388 0.001	0.199 0.004	0.274 0.004	-0.040 0.686	-0.150 0.122	0.510 0.001	—
19. TOTAL	Pearson's r p-value	0.034 0.901	0.584 0.001	0.403 0.001	0.311 0.001	0.272 0.000	0.583 0.000	0.529 0.001	0.536 0.001	0.497 0.001	0.014 0.882	0.658 0.001	0.527 0.001	0.369 0.001	0.448 0.001	0.342 0.001	0.274 0.001	0.372 0.001	0.549 0.001

3. Uji Reliabilitas Crowding

Unidimensional Reliability ▼

Frequentist Scale Reliability Statistics ▼

Estimate	Cronbach's α
Point estimate	0.839

4. Uji Reliabilitas *Psychological well-being*

Unidimensional Reliability

Frequentist Scale Reliability Statistics

Estimate	Cronbach's α
Point estimate	0.760

5. Uji Asumsi

Uji Normalitas

Fit Assessment ▼

Fit Statistics

Test	Statistic	p
Kolmogorov-Smirnov	0.106	0.177

Fit Assessment

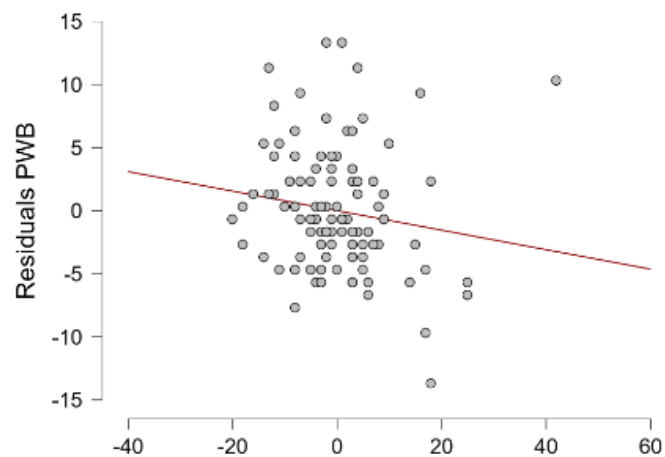
Fit Statistics

Test	Statistic	p
Kolmogorov-Smirnov	0.121	0.086

Uji Linieritas

Partial Regression Plot

PWB vs. Crowding



Uji Hipotesis

Correlation

Pearson's Correlations

Variable		Crowding	PWB
1. Crowding	Pearson's r	—	
	p-value	—	
2. PWB	Pearson's r	-0.155	—
	p-value	0.112	—

Lampiran 8 Proses Pengambilan Data

