

MSLK5110
Edisi 1

MODUL 01

Pengantar Psikologi Lingkungan

Dr. Dipl. Psych. Ratna Djuwita, Psikolog
Dra. Amarina Ariyanto, M.Psi., Ph.D

Daftar Isi

Modul 01	1.1
Pengantar Psikologi Lingkungan	
Kegiatan Belajar 1	1.6
Mengapa Psikologi Lingkungan Penting?	
Latihan	1.12
Rangkuman	1.12
Tes Formatif 1	1.12
Kegiatan Belajar 2	1.13
Definisi dan Ruang Lingkup Psikologi Lingkungan	
Latihan	1.16
Rangkuman	1.17
Tes Formatif 2	1.17
Kegiatan Belajar 3	1.18
Sejarah Psikologi Lingkungan	
Latihan	1.22
Rangkuman	1.23
Tes Formatif 3	1.23
Kunci Jawaban Tes Formatif	1.24
Glosarium	1.25
Daftar Pustaka	1.26



Pendahuluan

Hubungan manusia dan lingkungan tidak terpisahkan, keduanya saling memengaruhi secara timbal balik. Sejak keberadaannya di bumi, manusia berusaha untuk dapat bertahan hidup. Untuk kelangsungan hidupnya manusia bereproduksi, dan tentunya makan dan minum dari alam sampai satu saat manusia akan wafat. Sejarah menunjukkan bahwa pada hampir semua budaya, pada umumnya seseorang yang telah wafat akan dikembalikan ke alam, misalnya dengan dimakamkan di tanah baik dalam keadaan utuh ataupun dibakar. Walaupun kita tidak dapat menghitung berapa jumlah pasti manusia yang sudah wafat, kenyataan menunjukkan bahwa dalam beberapa ratus tahun terakhir, jumlah populasi manusia selalu bertambah. Oleh karena bertambah banyak maka manusia menyebar dan melakukan berbagai kegiatan di bumi yang disadari atau tidak, pasti membawa perubahan terhadap bumi. Perubahan pada bumi ini kembali berpengaruh pada manusia. Jadi, manusia dan bumi atau yang dalam modul ini dinyatakan sebagai lingkungan fisik, saling memengaruhi secara terus-menerus.

Peran lingkungan fisik dalam kehidupan manusia sering kali dianggap tidak penting. Fakta bahwa manusia adalah makhluk hidup paling cerdas di bumi terkadang membuat kita beranggapan bahwa manusialah yang paling berkuasa dalam menentukan pilihan perilakunya. Oleh karena merasa paling cerdas dan berkuasa, manusia menebang hutan, menutup danau, membangun berbagai fasilitas tanpa memikirkan dampak jangka panjang yang akan terjadi. Manusia yakin bahwa pembangunan dan perubahan di alam akan meningkatkan kenyamanan hidup manusia dan semua ada di bawah kendali manusia.

Keyakinan ini akan berbalik ketika bencana alam telah terjadi. Contoh sederhana, jika banjir terjadi, manusia cenderung menyalahkan alam. Alamlah yang menyebabkan semua bencana terjadi dan manusia seolah-olah tak berdaya untuk mencegahnya. Padahal hubungan manusia dan alam saling memengaruhi satu sama lain. Misalnya saja bencana banjir yang sering terjadi di perkotaan jika ditelusuri sebabnya maka umumnya akan ditemukan bahwa banyak got dan sungai yang tersumbat sampah dan kemungkinan besar hal ini disebabkan manusia membuang sampah secara sembarangan. Jika ditelusuri lebih dalam lagi akan ditemukan bahwa lahan hijau di perkotaan sangat kurang, padahal lahan hijau sangat penting peranannya dalam menyerap air hujan. Kurangnya lahan hijau tentu tidak terjadi dengan sendirinya, melainkan karena keputusan yang dibuat manusia.

Ada juga bencana alam yang memang kemungkinan besar terjadi bukan karena campur tangan manusia seperti misalnya tsunami yang terjadi karena pergeseran lempeng bumi di dalam laut atau letusan gunung berapi. Namun yang sangat penting diingat—terlepas dari asal mula sebuah gejala alam terjadi—semua kejadian yang terjadi di alam, di bumi kita, dampaknya pasti akan memengaruhi kehidupan manusia. Seperti misalnya sekarang ini banyak sekali perubahan alam yang terjadi yang secara tidak disadari sudah memengaruhi perilaku manusia. Pemanasan global adalah salah

satu gejala alam serius yang nyata-nyata terjadi, tetapi tampaknya sebagian besar manusia menganggap hal ini bukan sebagai ancaman. Sebuah survei untuk mengetahui pandangan masyarakat tentang dampak pemanasan global mengungkapkan bahwa 18% orang Indonesia tidak percaya bahwa aktivitas manusia dapat menyebabkan perubahan iklim, dan 6% lainnya bahkan yakin bahwa tidak terjadi perubahan iklim. Bahkan 8% beranggapan bahwa isu pemanasan global adalah *hoax* (Heriyanto, 2019). Survei ini menunjukkan bahwa masih cukup banyak orang Indonesia yang tidak menyadari bahwa mereka berperan terhadap perubahan-perubahan yang terjadi di bumi.

Bumi yang diperkirakan para peneliti telah berusia kurang lebih 4,54 miliar tahun telah bertahan dan akan tetap bertahan menghadapi berbagai bencana alam, seperti perubahan cuaca yang drastis, gempa bumi, letusan gunung, kebakaran, banjir, juga tsunami. Bahkan, jika terjadi perang dan setiap negara menggunakan persenjataan nuklirnya yang mengakibatkan kepunahan semua makhluk hidup di bumi, bumi tetap akan ada dan secara perlahan proses evolusi dan kehidupan akan dimulai kembali (Barrow, 2014). Memang, mungkin bumi akan memerlukan beberapa miliar tahun lagi untuk dapat merestorasi diri dan bumi kembali mencapai keadaannya seperti sekarang. Namun bumi akan bertahan. Pertanyaannya justru apakah manusia dan makhluk hidup lainnya masih ada?

Penebangan hutan secara ilegal, membuang sampah ke sungai sehingga merusak biota laut, polusi udara, dan banyak contoh lainnya menjadi bukti bahwa manusia bertindak secara tidak bertanggung jawab terhadap bumi. Manusia lupa bahwa manusialah yang membutuhkan bumi untuk bertahan hidup. Sebuah pepatah tua dari Afrika, yaitu “rawatlah bumi dengan baik; bumi bukanlah warisan orang tuamu; melainkan dipinjamkan oleh anak cucumu”. Dari pepatah ini, dapat disimpulkan bahwa manusia sudah sejak lama menyadari bahwa manusia yang membutuhkan bumi untuk bertahan hidup. Contoh yang paling sederhana mungkin dapat dilihat dari bagaimana berbagai tanaman masih dapat bertahan tanpa air, tetapi manusia hanya dapat bertahan beberapa hari tanpa air.



Gambar 1.1

Manusia Membutuhkan Bumi untuk Mempertahankan Eksistensi Spesies Manusia.
Oleh karena itu, Manusia Perlu Lebih Peduli dan Berperilaku Ramah Terhadap Bumi.

Jika memang manusia yang membutuhkan bumi untuk bertahan hidup maka sudah sepatutnya manusia yang proaktif berusaha melestarikan kehidupan di bumi ini. Ada banyak cara yang dapat dilakukan untuk melestarikan bumi, salah satunya adalah dengan menerapkan teori-teori psikologi melalui psikologi lingkungan.

Setelah mempelajari modul ini, Anda diharapkan mampu:

1. Menjelaskan kembali bagaimana peranan psikologi dalam mencegah dan menyelesaikan permasalahan lingkungan yang terjadi.
2. Menjelaskan kembali definisi psikologi lingkungan dan memberikan berbagai contoh dari ruang lingkup psikologi lingkungan.
3. Menjelaskan kembali sejarah perkembangan psikologi lingkungan.

Selamat belajar!

Mengapa Psikologi Lingkungan Penting?

Mengapa psikologi lingkungan penting untuk dipelajari? Para ilmuwan telah mendokumentasikan berbagai ancaman yang berdampak buruk pada kelangsungan hidup seluruh biosfer di planet bumi, seperti polusi, kelebihan penduduk, perubahan iklim, kepunahan spesies, penggundulan hutan, penipisan lapisan ozon, hilangnya lapisan atas tanah, dan kerusakan terumbu karang (Carson, 2002). Saat ini, salah satu ancaman besar lingkungan yang sangat mengkhawatirkan adalah bencana banjir besar yang disebabkan oleh semakin luasnya penyusutan gunung-gunung es di Kutub Utara akibat pencairan es yang semakin cepat sehingga membuat permukaan air laut semakin meningkat. Jika mencairnya es di kutub terjadi secara lebih cepat daripada perhitungan manusia, tentu akan terjadi bencana alam yang sangat besar.

Sebagian besar orang mengatakan bahwa bencana alam merupakan hal yang tidak terhindarkan. Benarkah demikian? Apakah semua bencana alam memang merupakan proses alam dan tanpa keterlibatan manusia? Jika durenungkan secara mendalam, mungkin hanya letusan gunung berapi dan gempa bumi yang dapat dikatakan sebagai bencana alam murni yang terjadi tanpa campur tangan manusia. Akan tetapi, peningkatan suhu udara global yang memicu mencairnya gunung-gunung es di wilayah kutub, kebakaran hutan, polusi, dan banyak permasalahan lingkungan lainnya sering kali terjadi karena perilaku manusia. Adanya kemajuan teknologi dan kegiatan industri berdampak pada kerusakan bumi akibat perilaku manusia. Kerusakan pun semakin parah dan cepat.

Lalu, apa kaitannya keberlangsungan manusia maupun bumi dengan psikologi? Ketika kita membicarakan kerusakan di bumi yang kita tinggali, bukankah ini merupakan ranah ilmu para pakar biologi, geologi, mungkin teknik lingkungan? Lalu di mana peranan psikologi?

Psikologi memang bukan merupakan ilmu yang langsung terkait dengan gejala-gejala alam yang terjadi di bumi kita. Tetapi saat ini, tidak dapat dipungkiri bahwa peranan psikologi sebagai ilmu yang membahas tentang dinamika perilaku manusia sangat penting. Sekarang bayangkan, Anda sedang berjalan di sebuah kawasan pertokoan, lalu ada seorang *sales* membagikan brosur tawaran pembelian kendaraan. Saat ini, Anda tidak berminat untuk membeli kendaraan tersebut. Anda segera mencari tempat sampah karena Anda memutuskan untuk membuang brosur tersebut. Setelah mencari, Anda tidak menemukan tempat sampah, namun Anda melihat bahwa di pojok ruangan terdapat tumpukan sampah yang berserakan. Mungkin Anda seperti sebagian besar orang di Indonesia akan membuang brosur tersebut di tumpukan sampah yang

terlihat. Perilaku Anda akan berbeda jika ruangan tersebut sangat bersih. Kemungkinan besar, Anda akan mengantongi brosur tersebut sampai menemukan tempat sampah. Di sinilah peranan ilmu psikologi menjadi penting karena akan membahas mengapa manusia akan berperilaku berbeda.

Mengapa perilaku Anda berbeda? Hal ini disebabkan konteks lingkungan fisik yang berbeda. Peristiwa ini adalah salah satu bukti bahwa lingkungan fisik tempat kita berada akan memengaruhi perilaku yang kita pilih. Penelitian yang dilakukan oleh (Cialdini, Reno, & Kallgren, 1990) menunjukkan bahwa keadaan lingkungan yang kotor dengan sampah atau tidak bersih dapat menyiratkan norma sosial yang berlaku dan akan memengaruhi pilihan perilaku individu dalam konteks tersebut. Ketika berada di lingkungan kotor, manusia tersebut akan berpikir bahwa adalah hal yang wajar untuk membuang sampah sembarangan di tempat itu. Sebaliknya, ketika ia berada di lingkungan yang sangat bersih, manusia akan mempersepsikan bahwa ia diharapkan untuk tidak mengotori tempat tersebut. Jadi, lingkungan fisik memengaruhi manusia dan kemudian manusia juga memengaruhi lingkungan fisik tersebut. Kesimpulannya, interaksi manusia dengan lingkungan fisik selalu berjalan timbal balik.

Berbagai penelitian terkait psikologi lingkungan telah menunjukkan bahwa ada interaksi timbal balik antara manusia dengan lingkungan fisik di mana manusia berada. Yang dimaksud dengan lingkungan fisik adalah semua benda hidup maupun mati yang ada di bumi, yang ada di lingkungan di mana manusia hidup. Lingkungan fisik dapat dibedakan sebagai lingkungan alamiah dan lingkungan buatan. Lingkungan alamiah adalah gunung, hutan, pantai, tanah, air, berbagai kekayaan bumi, dan semua makhluk hidup termasuk juga berbagai tanaman. Lingkungan alamiah adalah bagian dari bumi yang terbentuk melalui proses evolusi. Lingkungan fisik dapat juga merupakan buatan manusia, seperti gedung-gedung, taman bermain, jalanan, dan termasuk juga lingkungan hijau buatan, seperti hutan kota, danau buatan, dan sebagainya. Mengapa ada interaksi timbal balik antara lingkungan fisik dengan manusia? Interaksi timbal balik ini terjadi karena manusia membutuhkan lingkungan untuk dapat bertahan hidup. Manusia tidak dapat melepaskan diri dari lingkungan fisik di mana ia berada.

Tanpa memperhatikan lingkungan fisik maka perilaku manusia menjadi tidak jelas apakah dapat dianggap baik atau buruk, sesuai atau tidak sesuai. Keberadaan lingkungan akan menjadi konteks dan memberi makna pada perilaku manusia (Bonnes & Secchiaroli, 1995). Contohnya, ketika seseorang memakai baju renang di pantai maka perilakunya akan dinilai sebagai perilaku yang normal. Tetapi, jika orang yang sama menggunakan baju renang untuk pergi kuliah, tentu dia akan dianggap sebagai orang yang aneh. Jika misalnya, seorang laki-laki dewasa berloncat-loncat gembira di stadion olahraga karena dia gembira dengan kemenangan tim favorit sepak bolanya maka perilakunya akan dianggap wajar. Namun, perilaku yang sama—loncat-loncat gembira—akan dianggap orang lain sebagai perilaku tidak wajar, jika dilakukan di acara pemakaman.

Selain memberi makna pada perilaku, tidak dapat dipungkiri bahwa manusia dan makhluk hidup lainnya sangat tergantung pada lingkungan fisik untuk kelangsungan hidup. Walaupun teknologi telah berkembang dengan sangat canggih, manusia dan

makhluk hidup lainnya tetap sangat tergantung pada alam. Semua makhluk hidup membutuhkan udara untuk bernafas, sinar matahari, air, dan makanan yang semuanya disediakan oleh alam. Ada pula beberapa tokoh yang berpandangan bahwa ada keterikatan instingtif antara manusia dengan keseluruhan sistem makhluk hidup di bumi ini (Wilson, 1984). Artinya, tanpa diajari sekalipun manusia akan selalu mencari, ingin selalu dekat dengan lingkungan yang alamiah yang memberinya kehidupan.

Wilson (1984) menyebut keterikatan ini dengan istilah *biophilia*. Menurut pandangan *biophilia*, kebutuhan manusia akan lingkungan alam bukan hanya untuk kelangsungan hidupnya, melainkan karena ada hubungan afektif yang mendalam. Sayangnya, dengan perkembangan zaman, manusia semakin berjarak dengan lingkungan alamnya dan tidak peduli akan keberlangsungan bumi dan segala isinya. Banyak perbuatan manusia terhadap bumi yang dilakukan hanya karena mementingkan faktor ekonomi. Perbuatan manusia ini telah menyebabkan degradasi atau kerusakan lingkungan. Jika manusia dibiarkan untuk terus melakukan pengrusakan bumi, maka apakah bumi akan punah? Tidak. Yang kemungkinan punah adalah manusia dan berbagai binatang yang sebenarnya telah mengalami masa evolusi yang panjang.

Dari perjalanan sejarah, tampaknya sebagian besar manusia masih keliru menafsirkan hubungannya dengan bumi dan alam, seolah-olah manusia dapat mengatur semua dengan teknologi yang merupakan hasil industri moderen. Dalam abad ke-21 ini, sebagian besar manusia hidup menggunakan berbagai alat bantu yang merupakan hasil industri modern. Contoh bahwa masyarakat masih berpikir keliru dapat dilihat di kota Jakarta, dengan kemacetan dan tingkat polusi sudah mencapai titik kritis. Dalam keadaan seperti ini, untuk memperbaiki kenyamanan dan kesehatan lingkungan hidupnya jika penduduk Jakarta berpikir secara rasional dan tidak egois, mereka akan berusaha mengurangi pembelian kendaraan motor pribadi. Namun, kenyataan tingkat pembelian kendaraan roda dua maupun mobil pribadi di Jakarta selalu meningkat (Kundalini & Latif, 2018; Widowati, 2019). Kita dapat mempertanyakan apakah orang Jakarta tidak menyadari bahaya polusi dan tidak menyadari bahwa dengan makin banyaknya kendaraan maka kemacetan kota sulit dihindari? Informasi tentang tingkat polusi di Jakarta sudah sering disiarkan baik melalui media televisi, radio surat kabar maupun media-media sosial yang tidak resmi, namun sampai saat ini belum terjadi perubahan perilaku penggunaan kendaraan dari mayoritas penduduk Jakarta.

Gejala-gejala perilaku manusia yang seolah tidak peduli pada risiko akibat perubahan dan pencemaran lingkungan bukan hanya terjadi di Jakarta saja, melainkan juga terjadi secara umum di dunia. Mengapa demikian? Jawaban dari pertanyaan ini sangat terkait dengan Ilmu Psikologi, yaitu bagaimana kita dapat memahami cara manusia memersepsikan risiko. Pemahaman tentang cara berpikir ini menjadi penting karena akan memberikan informasi yang bermanfaat tentang cara mengintervensi maupun mencegah terjadinya kerusakan lingkungan di masa yang akan datang.

Berikut akan dijelaskan beberapa kecenderungan yang keliru (bias) dalam proses berpikir manusia terkait permasalahan-permasalahan yang terjadi di bumi kita (Böhm, 2019; Mensah, 2019). Proses yang keliru ini juga dilakukan dalam menilai risiko dari berbagai masalah lingkungan.

A. PENYIMPULAN RISIKO SECARA HEURISTIK

Heuristik juga disebut sebagai *mental shortcut* merupakan kecenderungan manusia untuk mengambil keputusan secara cepat tanpa menganalisisnya berdasarkan data-data yang tepat. Proses berpikir heuristik ini kadang memberi hasil yang baik, namun sebenarnya penyimpulannya cenderung dilakukan secara simpel dan intuitif sehingga hasilnya mungkin keliru. Misalnya, dalam menilai risiko berbagai masalah di lingkungan kita, proses berpikir heuristik ini juga dilakukan. Manusia cenderung membesarkan risiko dari kejadian-kejadian yang sensasional, meskipun jarang terjadi dan justru mengecilkan risiko dari kejadian-kejadian ‘biasa’ yang lebih sering terjadi.

Contohnya polusi di Jakarta. Oleh karena setiap hari langit di Jakarta di pagi hari telah tertutup *smog* maka warga Jakarta memersepsikannya sebagai sesuatu yang biasa, sedangkan jika ada isu penyakit langka (misalnya ketika terjadi flu Hongkong), warga justru akan lebih cenderung panik. Padahal tingkat kemungkinan masyarakat akan mengalami penyakit terkait pernafasan jauh lebih tinggi akibat *smog* daripada flu Hongkong. Contoh ini menjelaskan mengapa masyarakat seolah tidak peduli dengan tingkat polusi yang sedang terjadi.

Proses berpikir heuristik juga dapat terjadi dalam kecenderungan yang disebut ***unrealistic optimism*** (Böhm, 2019), di mana manusia menilai bahwa mereka akan lebih mungkin mengalami hal yang positif dan bukan hal/kejadian yang negatif dibandingkan orang lain. Menghadapi risiko masalah lingkungan, seperti banjir, gempa ataupun polusi udara, penilaian tentang kemungkinan mereka mengalami banjir atau masalah lingkungan lain dianggap sangat kecil dibandingkan orang lain sehingga manusia tidak melakukan apa yang disebut dengan perilaku melindungi lingkungan atau pro lingkungan, misalnya memilah sampah, mematikan lampu, tidak membuang sampah ke kali, dan lain-lain.

Kesalahan penyimpulan juga dapat terjadi karena “**kemasan informasi**” yang diberikan. Penulisan informasi yang berbeda tentang sebuah masalah yang sama dapat mengubah penilaian dan keputusan yang diambil (Tversky & Kahneman, 1981). Bagaimana informasi tentang risiko masalah lingkungan dirumuskan sangat menentukan respon yang muncul. Jika informasi dikemas dengan menekankan kerugian yang akan dialami atau biaya yang harus dikeluarkan maka manusia akan cenderung tidak melakukannya, sedangkan jika informasi dikemas dengan menekankan hal-hal yang akan berdampak positif pada mereka misalnya, keuntungan, manfaat yang akan didapat, atau kebanggaan maka lebih besar kemungkinannya masyarakat akan tergerak untuk melakukan perilaku yang diharapkan.

Hal ini dapat kita amati dalam kejadian sehari-hari. Misalnya, ketika masyarakat diminta menjaga kebersihan di acara pertandingan sepak bola atau bahkan setelah sholat Idul Fitri, maka biasanya hanya sedikit orang yang akan memenuhi permintaan panitia. Tetapi himbauan yang diberikan oleh panitia Asian Games di tahun 2018, ternyata diikuti oleh para pengunjung karena permintaan dikemas secara positif: “Untuk menunjukkan kebanggaan bangsa di hadapan kontingen negara lain”. Ada beberapa artikel di surat kabar maupun media sosial yang menceritakan bagaimana penonton Asian Games dengan sukarela membersihkan sampah (Diananto, 2018).



Gambar 1.2
Masyarakat yang Menjadi Relawan Membersihkan Stadion
pada Asian Games 2018

Ada pula pemikiran heuristik yang disebut dengan ***availability heuristik***, yaitu kecenderungan untuk menyimpulkan sesuatu berdasarkan sering dan mudahnya kejadian tersebut terjadi. Terkait risiko masalah lingkungan, orang menjadi lebih percaya dan menjadi peduli terhadap *global warming* pada hari di mana ia mengalami hari yang panasnya ekstrem karena informasi tentang *global warming* telah begitu banyak ia dengar dan disampaikan oleh media maupun pihak lain (Joireman, Truelove & Duell, 2010).

Belakangan ini juga mulai diteliti heuristik yang bukan merupakan proses kognitif, namun lebih merupakan proses emosi dalam pengambilan keputusan. ***Affect heuristik*** menggambarkan kondisi *affekt* (emosi) seseorang berperan penting dalam menentukan penilaian risiko. Bila seseorang merasa positif akan sesuatu, ia akan menilai hal tersebut memberikan risiko yang kecil, namun memberi manfaat besar bagi dirinya. Penilaian yang sebaliknya akan terjadi bila ia merasa negatif tentang sesuatu (Joireman dkk., 2010).

B. PENYIMPULAN PENGURANGAN RISIKO BERDASARKAN WAKTU (*TEMPORAL DISCOUNTING*)

Temporal discounting merupakan kecenderungan untuk menganggap risiko yang masih lama akan terjadi sebagai risiko yang kecil dibandingkan risiko yang langsung dirasakan. Manusia cenderung memersepsikan dampak dari sebuah gejala atau masalah secara subjektif, terutama jika dampaknya tidak langsung dirasakan. Dalam kenyataannya, banyak sekali dampak dari kerusakan lingkungan yang baru akan terlihat atau dirasakan setelah bertahun-tahun terjadi. Contoh nyata adalah akibat tragedi di Minamata Jepang. Dampak dari pencemaran air raksa (*methylmercury*) di air laut baru

mulai terlihat sekitar 18 tahun kemudian. Pada awalnya ikan-ikan dan kucing menunjukkan perilaku yang janggal dan beberapa tahun setelahnya korban manusia yang meninggal akibat kelumpuhan syaraf otak mulai terjadi. Limbah air raksa tersebut berasal dari sebuah pabrik baterai (Harada, 1995). Bahaya dari pencemaran air raksa ini juga sudah diketahui para pengusaha emas di Indonesia, namun para pelaku yang terkait seolah tidak mengindahkan himbauan pemerintah (Pambagio, 2017). Kemungkinan besar ketidakpedulian ini terjadi karena efek samping penggunaan air raksa pada penambangan emas tidak langsung terlihat.

C. CARA BERPIKIR SECARA DERET TAMBAH

Pengurangan risiko juga terjadi karena masyarakat awam memperkirakan dampak buruk dari kerusakan lingkungan akan terjadi lebih lambat daripada kenyataan. Orang awam akan berpikir dengan deret tambah, sedangkan banyak permasalahan lingkungan terjadi menurut deret ukur. Misalnya saja kalau seorang awam diminta menghitung berapa lama sebuah danau akan tertutup oleh enceng gondok, jika satu tanaman enceng gondok memerlukan waktu 52 hari untuk mencapai diameter 1 m². Kemungkinan besar orang awam akan membagi luas danau dengan diameter enceng gondok, lalu dikalikan dengan 52 hari. Hal yang sering dilupakan orang awam adalah bahwa setiap enceng gondok akan memiliki beberapa tunas yang akan berkembang biak secara bersamaan. Hal yang sama juga terjadi pada populasi manusia.

Memahami bagaimana manusia memersepsikan risiko lingkungan ini merupakan pemahaman yang penting untuk memperkirakan secara ilmiah apa yang terjadi ketika manusia dihadapkan pada beberapa isu lingkungan. Perilaku melindungi lingkungan juga dikenal dengan berbagai istilah: ramah lingkungan, pro-lingkungan, peduli lingkungan, dan masih banyak istilah lainnya. Inti dari makna perilaku-perilaku ini adalah mengajak dan mendorong manusia untuk melindungi, memelihara, menghargai berbagai hal yang meningkatkan keselarasan dan keberlanjutan kondisi lingkungan. Makin banyak orang yang menunjukkan kepeduliannya pada lingkungan, akan lebih banyak orang yang melindungi lingkungan, melihat lingkungan sebagai bagian penting untuk keberlanjutan kehidupan manusia. Namun perilaku peduli lingkungan dipengaruhi oleh banyak hal lain seperti pengalaman masa kecil, pengetahuan dan pendidikan, kepribadian, nilai, sikap, tanggung jawab dan komitmen moral, *place attachment*, norma dan kebiasaan, perasaan dan banyak faktor demografi lain.

Selain itu, interaksi antara manusia dan lingkungan juga sangat berperan dalam meningkatkan perilaku pro lingkungan. Penelitian menemukan adanya hubungan antara tipe kepribadian *big five* dengan perilaku konservasi energi, transportasi, makanan, pembuangan limbah dan pembelian barang —meskipun kekuatan dampaknya berbeda beda— tergantung apakah perilaku tersebut berada pada domain sosial privat, publik atau organisasi (Gifford, 2014). Berdasarkan pemahaman tentang faktor ini dan proses kognitif yang menimbulkan berbagai bias di atas maka dapat dipertimbangkan pendekatan yang sesuai agar permasalahan yang lebih besar dapat dicegah.



Latihan

Untuk memperdalam pemahaman Anda mengenai materi di atas, kerjakanlah latihan berikut!

Carilah beberapa contoh berita dari surat kabar atau media sosial yang menceritakan peranan manusia dalam mencegah kerusakan lingkungan dan diskusikan faktor-faktor apa saja yang berperan dalam peristiwa tersebut?

Petunjuk Jawaban Latihan

Saat ini cukup banyak insiatif yang dilakukan baik oleh pemerintah maupun pihak-pihak nonpemerintah, seperti LSM atau perusahaan swasta yang menggunakan dana CSR (*Corporate Social Responsibility*) untuk memperbaiki kerusakan lingkungan. Motivasi yang mendasari kegiatan-kegiatan ini dapat disebabkan faktor internal, seperti sikap ataupun nilai-nilai yang terinternalisasi dalam diri manusia, tetapi juga mungkin disebabkan faktor-faktor eksternal, misalnya motif ekonomi, ”ikut-ikutan”, paksaan, dan sebagainya. Selain itu ada banyak faktor lain yang juga berperan, seperti pendidikan, pengetahuan, sikap, nilai, komitmen moral, *place attachment*, dan lain-lain.



Rangkuman

Hubungan manusia dan lingkungan tidak terpisahkan, keduanya saling memengaruhi secara timbal balik. Apa yang terjadi di bumi akan memengaruhi bumi atau lingkungan fisik. Kondisi alam dan lingkungan ini akan memengaruhi perilaku dan kehidupan manusia; dan tidak dapat dihindarkan pula, berbagai kegiatan manusia kemudian akan memengaruhi keadaan bumi. Banyak sekali permasalahan yang sekarang terjadi di bumi merupakan akibat dari perilaku manusia. Perilaku pro lingkungan tampaknya belum banyak menjadi perilaku yang dianggap penting, benar dan dianjurkan untuk dilakukan. Selain itu, masalah lingkungan juga terjadi karena cara berpikir manusia yang *bias* dalam memersepsikan risiko-risiko permasalahan alam yang sedang terjadi. Oleh karena itu, terkait dengan perilaku dan cara berpikir manusia maka psikologi lingkungan dapat berperan dalam menyelesaikan maupun mencegah masalah-masalah lingkungan.



Tes Formatif 1

Mengapa manusia cenderung mengecilkan atau meremehkan risiko yang dapat terjadi akibat kerusakan lingkungan? Carilah beberapa kasus nyata dan bahas kesalahan berpikir apa yang telah terjadi?

Kegiatan
Belajar

2

Definisi dan Ruang Lingkup Psikologi Lingkungan

Jika kita berbicara tentang definisi dari psikologi lingkungan maka sebelumnya kita harus memahami apa yang dimaksud dengan Ilmu Psikologi itu sendiri. Psikologi berasal dari kata *psyche* (jiwa) dan *logos* (ilmu). Pada awalnya, psikologi memang didefinisikan sebagai ilmu jiwa. Namun, dengan berkembangnya ilmu, psikologi kini didefinisikan sebagai ilmu tentang perilaku (Lahey, 2012). Salah satu persyaratan ilmu adalah bahwa gejala yang diamati harus dapat diukur. Perilaku manusia ada yang dapat diobservasi sehingga dapat diukur secara objektif. Sedangkan jiwa sulit untuk diobservasi, itu sebabnya jiwa diartikan sebagai proses mental. Proses mental memang tidak dapat diobservasi secara langsung, namun proses mental manusia seperti misalnya sikap, pandangan, cara pengambilan keputusan, dan hal-hal lain yang tidak dapat diobservasi secara langsung tetap dapat diukur secara objektif melalui metode dan alat ukur.

Jika psikologi adalah ilmu tentang perilaku maka psikologi lingkungan adalah satu cabang psikologi. Banyak orang yang beranggapan bahwa psikologi hanya perlu dipelajari untuk menjadi seorang psikolog yang nantinya akan menangani klien secara individual. Pandangan seperti ini tidak sepenuhnya benar. Memang ada beberapa cabang ilmu psikologi yang fokus utamanya adalah apa yang terjadi di dalam diri manusia dan bagaimana membantu manusia menyelesaikan masalah yang dipersepsikan, namun ada beberapa cabang ilmu psikologi yang sangat menekankan interaksi manusia dengan lingkungan di luar diri manusia. Salah satu cabang ilmu psikologi yang sangat menekankan interaksi dengan lingkungan sekitar adalah psikologi sosial. Psikologi sosial sendiri sangat dipengaruhi ilmu-ilmu sosial lainnya, seperti sosiologi, antropologi, hukum, politik, ekonomi, dan masih banyak ilmu lain yang memengaruhi perkembangan psikologi sosial. Psikologi lingkungan sendiri sering kali dianggap sebagai salah satu topik psikologi sosial, namun dalam perkembangannya saat ini, psikologi lingkungan dapat dikatakan sebagai cabang psikologi yang juga terkait dengan berbagai ilmu lainnya.

Dalam psikologi lingkungan, manusia dilihat sebagai unit analisis yang tidak dapat dipisahkan dengan lingkungan di mana ia berada. Dari berbagai definisi yang ada, dapat disimpulkan bahwa psikologi lingkungan adalah cabang ilmu psikologi yang meneliti bagaimana hubungan timbal balik antara individu dengan lingkungan fisik, baik lingkungan yang alami maupun lingkungan fisik yang dibangun manusia (tidak alami) (Bell, Greene, Fisher & Baum, 2001; Gifford, 2014; Steg, Van Den Berg & De Groot, 2013). Dari definisi ini dapat disimpulkan bahwa ruang lingkup psikologi

lingkungan dapat dibedakan menjadi dua topik bahasan, yaitu bagaimana dampak lingkungan terhadap perilaku manusia dan bagaimana dampak perilaku manusia terhadap lingkungan.

Lingkungan alami adalah bumi dengan semua aspeknya, seperti sinar matahari, suhu udara, hujan, hutan, sungai, laut, tumbuh-tumbuhan, binatang, dan masih banyak lagi yang terbentuk secara alamiah. Mungkin Anda agak meragukan apakah lingkungan alamiah dapat akan memengaruhi perilaku dan kegiatan manusia. Sebuah penelitian yang dilakukan (Klimstra dkk., 2011) menemukan bahwa keadaan cuaca dapat memengaruhi suasana hati tergantung dari jenis tipe manusia. Tipe manusia pecinta musim panas akan memiliki suasana hati yang lebih baik jika cuaca cerah dan suhu hangat. Sebaliknya, tipe pembenci musim panas justru akan lebih baik suasana hatinya ketika musim hujan.

Selain lingkungan alamiah, kita juga dikelilingi oleh lingkungan fisik yang merupakan hasil karya manusia atau kadang disebut sebagai lingkungan buatan atau lingkungan binaan. Lingkungan buatan dapat menyerupai lingkungan alamiah, misalnya hutan kota, danau buatan, dan berbagai tiruan alam lainnya, namun dapat juga berbentuk benda mati. Umumnya, sebagian besar lingkungan fisik buatan yang diteliti dalam psikologi adalah ruang/gedung dengan semua tata ruang, interior maupun peletakan benda-benda sebagai isi ruang. Yang menjadi topik penelitian, misalnya dampak dari warna, cahaya, pengudaraan, tata letak ruang, dan benda terhadap perilaku manusia berinteraksi dalam ruang.

Perlu juga diingat bahwa ruang tidak selalu harus berarti berada di dalam bangunan. Ruang luar yang sengaja dibuat, seperti taman bermain, jalan, dan sebagainya juga merupakan lingkungan fisik. Salah satu penelitian yang dapat menjadi contoh bagaimana lingkungan fisik buatan manusia berdampak pada perilaku manusia adalah eksperimen (Heydarian, Pantazis, Carneiro, Gerber & Becerik-Gerber, 2016). Mereka memanipulasi iluminasi cahaya dalam ruang kerja kantor dan menemukan bahwa partisipan cenderung lebih menyukai pencahayaan yang lebih mendekati dengan pencahayaan alami (dengan keberadaan jendela dan derajat keterangan yang menyerupai pencahayaan alami). Selain itu, partisipan akan lebih cepat membaca dan memahami sebuah tugas bacaan jika mereka berada dalam ruang dengan simulasi pencahayaan yang mendekati pencahayaan alami.

Tata ruang bangunan juga dapat memengaruhi interaksi antar manusia. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh (Beijersbergen, Dirkzwager, van der Laan & Nieuwbeerta, 2016) menunjukkan bahwa arsitektur penjara akan memengaruhi persepsi para narapidana tentang hubungannya dengan para sipir penjara. Ternyata, para narapidana yang ditempatkan di penjara yang berbentuk "*panopticon*" akan memersepsikan hubungan interpersonal dengan para sipir lebih negatif daripada para narapidana yang ditempatkan di gedung dengan desain yang lebih modern (misalnya desain kampus).



Sumber: diambil dari Beijersbergen dkk. (2016)

Gambar 1.3

Sebelah Kiri adalah Penjara dengan Desain *Panopticon* dan Sebelah Kanan adalah Desain Penjara yang Mengikuti Tata Letak Kampus

Selain membahas dampak lingkungan fisik terhadap perilaku manusia baik lingkungan alam maupun lingkungan buatan manusia, psikologi lingkungan juga membahas tentang bagaimana interaksi perilaku manusia dan lingkungan secara timbal balik. Interaksi yang timbal balik ini oleh para tokoh psikologi lingkungan juga disebut sebagai ‘transaksi’ (Gifford, 2014; Steg, Berg & de Groot, 2013). Disebut sebagai ‘transaksi’ karena lingkungan fisik dan manusia selalu saling memengaruhi.

Pada dasarnya, ketika mengalami masalah maka manusia akan selalu berusaha untuk bertahan hidup ‘mencari jalan keluar’ dalam keadaan lingkungan apapun. Sering kali, manusia berhasil mengatasi masalah yang ia persepsikan berasal dari lingkungan dan merasakan dampak positif bagi dirinya. Namun, bukan tidak mungkin cara tersebut justru menyebabkan konsekuensi negatif (*cost*) terhadap lingkungan yang kemudian berbalik kembali pada manusia sebagai masalah yang harus diatasi sehingga ada proses saling memengaruhi antara manusia dan lingkungan yang terus-menerus terjadi.

Contohnya, penciptaan kantong plastik sebagai pengganti kemasan makanan. Kemasan atau pembungkus makanan selalu berubah mengikuti zaman. Pada masa manusia primitif dan mulai menetap di satu daerah, mereka mulai menggunakan kayu dan dedaunan untuk menyimpan makanan mereka. Dengan kemajuan industri, manusia kemudian berhasil menciptakan gelas sebagai tempat menyimpan makanan. Namun karena gelas sangat mudah pecah sehingga manusia mencoba berbagai sumberdaya alam sebagai kemasan dan ditemukanlah berbagai bentuk kemasan yang masih kita gunakan saat ini, seperti kemasan dari logam, kertas maupun plastik (Risch, 2009). Pada awalnya dianggap sebagai terobosan yang positif karena plastik merupakan kemasan yang memiliki sejumlah karakteristik yang sangat menguntungkan, seperti kekuatan, fleksibilitas, dapat menjadi isolator listrik dan relatif murah. Namun, ketika plastik menjadi sampah yang sangat sulit terurai, mencemari tanah maupun lautan (Nkwachukwu, Chima, Ikenna & Albert, 2013), saat ini masyarakat diimbau untuk menghindari penggunaan plastik satu kali pakai. Para ilmuwan juga sedang berupaya untuk mencari jalan keluar akibat dari sampah plastik dan para ilmuwan sosial juga

berupaya menemukan pendekatan yang dapat mengubah perilaku manusia agar mengurangi sampah-sampah yang sulit diurai.

Selain masalah plastik ini, masih banyak contoh masalah lingkungan akibat ‘transaksi’ antara manusia dengan lingkungan fisiknya. Topik-topik seperti perilaku membuang sampah, polusi, pengrusakan hutan, penambahan populasi manusia dan masih banyak lagi masalah lingkungan yang kini terjadi, perlu dicarikan jalan keluarnya. Itu sebabnya beberapa tokoh berpandangan bahwa saat ini *sustainable psychology* dan *pro-environmental behavior* menjadi tema yang sangat penting (Bonnes & Bonaiuto, 2002).

Dalam modul-modul berikutnya akan dibahas tentang metode-metode yang sering digunakan dalam penelitian psikologi lingkungan, berbagai teori yang menjadi dasar analisis gejala interaksi manusia dengan lingkungan fisik, dampak lingkungan terhadap persepsi manusia, dampak perilaku manusia terhadap lingkungan, peranan lingkungan buatan terhadap persepsi manusia akan ruangan, peranan lingkungan fisik dalam merestorasi stres dan atensi, penerapan konsep psikologi lingkungan dalam bangunan-bangunan yang diperuntukkan bagi masyarakat luas, perilaku peduli lingkungan dan dilema sosial.

Manusia adalah pihak yang paling bertanggung jawab terhadap kondisi lingkungan sekarang ini. Perilaku manusia merupakan penyebab utama keadaan lingkungan alam yang memprihatinkan saat ini, sekaligus menjadi satu-satunya solusi untuk permasalahan ini. Masalah lingkungan yang terjadi sekarang ini terjadi karena perilaku manusia, dan perilaku manusia terkait dengan cara pikir, keyakinan, nilai-nilai juga cara pandang manusia tentang bagaimana seharusnya ia berinteraksi dengan bumi itu sendiri (Smith, Shearman & Positano, 2007; Winter & Koger, 2014). Jika kita berbicara tentang perilaku manusia, maka psikologi adalah cabang ilmu yang paling tepat untuk menjelaskan mengapa manusia berperilaku tertentu.



Latihan

Untuk memperdalam pemahaman Anda mengenai materi di atas, kerjakanlah latihan berikut!

Jelaskan mengapa ruang lingkup psikologi lingkungan tidak hanya terbatas pada dampak lingkungan terhadap manusia saja? Beri beberapa contoh!

Petunjuk Jawaban Latihan

Ruang lingkup psikologi lingkungan dapat dibedakan menjadi dua topik bahasan, yaitu bagaimana dampak lingkungan terhadap perilaku manusia dan bagaimana dampak perilaku manusia terhadap lingkungan. Tetapi kedua hal ini sebenarnya tidak terpisahkan. Lingkungan fisik dapat memengaruhi manusia, misalnya air sungai atau laut yang meluap menyebabkan banjir dan akan memengaruhi perilaku manusia. Tetapi

manusia juga dapat memengaruhi lingkungan fisik, misalnya dengan membuang sampah sembarangan dalam jangka waktu lama juga akan menyebabkan banjir. Selain manusia dapat memengaruhi lingkungan secara negatif, manusia juga berpotensi menjaga kelestarian lingkungan.



Rangkuman

Psikologi Lingkungan adalah cabang dari Ilmu Psikologi yang meneliti bagaimana hubungan timbal balik antara individu dengan lingkungan fisik, baik lingkungan alamiah maupun lingkungan yang dibangun manusia. Yang dimaksud dengan lingkungan fisik adalah seluruh bagian dari bumi yang alamiah dan juga lingkungan fisik yang dibangun oleh manusia. Ruang lingkup psikologi lingkungan meliputi gejala-gejala yang terjadi sebagai dampak pengaruh lingkungan fisik terhadap manusia maupun dampak manusia terhadap lingkungan fisik, khususnya terhadap alam.

Manusia adalah pihak yang paling bertanggung jawab terhadap kondisi lingkungan sekarang ini. Perilaku manusia merupakan penyebab utama keadaan lingkungan alam yang memprihatinkan saat ini, sekaligus menjadi satu-satunya solusi untuk permasalahan ini. Oleh karena itu, peranan psikologi sebagai ilmu perilaku menjadi sangat penting.



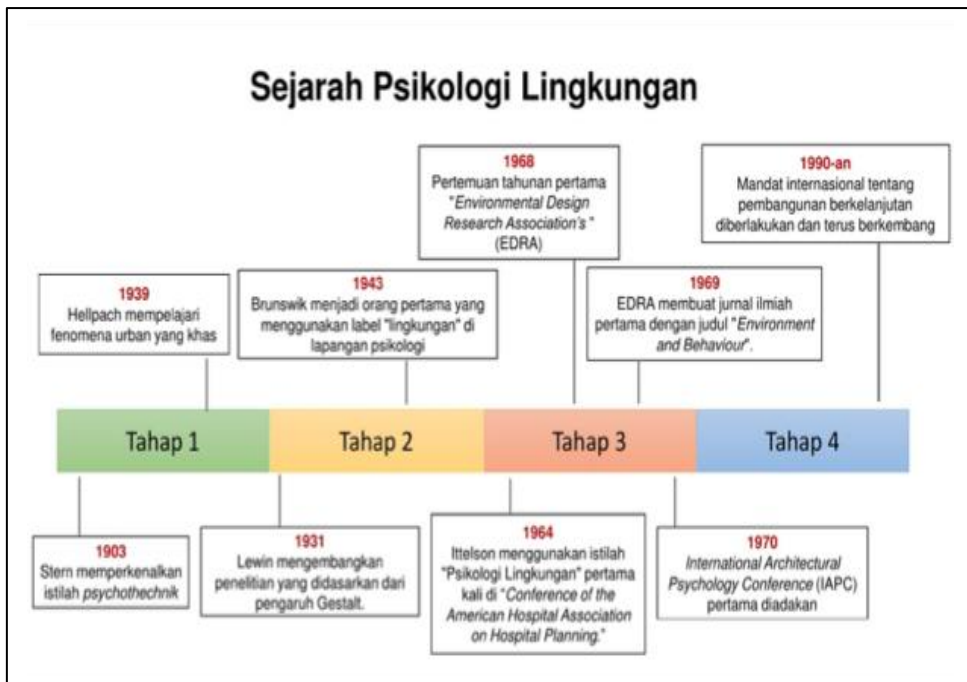
Tes Formatif 2

Ada pendapat yang menyatakan bahwa terjadi transaksi antara manusia dengan lingkungan fisik. Mengapa disebut transaksi, apa maksudnya?

Sejarah Psikologi Lingkungan

Ilmu psikologi lingkungan mulai dikenal sebagai salah satu cabang psikologi di akhir tahun 1960-an. Dapat dikatakan bahwa usia psikologi lingkungan relatif muda dibandingkan dengan cabang-cabang psikologi lainnya. Ilmu psikologi sendiri juga merupakan ilmu yang masih muda, walaupun para filsuf, seperti Aristotele (384-322 SM) dan Plato (427-347 SM) telah memikirkan tentang dasar-dasar psikologi. Namun secara resmi, psikologi dianggap sebagai ilmu adalah ketika Wundt (1832-1920) mendirikan laboratorium di Leipzig, di tahun 1879. Laboratorium tersebut didirikan dengan tujuan untuk meneliti *mind* manusia yang terbentuk melalui pandangan, pengalaman, emosi, dan elemen-elemen dasar lainnya secara ilmiah dan objektif. Itu sebabnya Wundt dianggap sebagai Bapak dari Ilmu Psikologi (Ciccarelli & Meyer, 2010). Jadi, dapat dikatakan bahwa psikologi sebagai ilmu baru berusia sekitar 140 tahun.

Jika ditelusuri, ada dua masa yang menandai kelahiran dari psikologi lingkungan: masa ketika psikologi baru saja lahir di pertengahan abad 18 dan setelah masa akhir abad ke-19. Pemikiran tokoh-tokoh psikologi bahwa ada interaksi antara lingkungan fisik dengan perilaku manusia, telah muncul tidak lama setelah lahirnya psikologi. Tokoh pertama yang diketahui menggagas ide psikologi lingkungan adalah Hellpach (1877-1955). Hellpach adalah salah seorang mahasiswa Wundt yang meneliti dampak alam seperti matahari dan bulan terhadap kegiatan manusia. Hellpach dianggap sebagai tokoh pertama yang memperkenalkan istilah *Psychologie der Umwelt* yang berarti psikologi lingkungan. Selain Hellpach, ada juga kakak beradik Hans Muchow dan Martha Muchow yang juga meneliti isu-isu yang terkait psikologi lingkungan. Salah satu karya kakak beradik Muchow yang terkenal adalah *Der Lebensraum des Großstadtkindes* (Ruang Kehidupan Anak di Kota Besar). Buku ini beberapa kali dicetak ulang dan memengaruhi munculnya ide dari Stern, seorang tokoh psikologi lingkungan modern yang membahas tentang adanya *personal world* yang menjadi cikal bakal konsep psikologi lingkungan yang penting (Pol, 2006). Namun, hasil penelitian dari kakak beradik Muchow tersebut belum dapat dikatakan sebagai ilmu yang berdiri sendiri karena penelitian mereka belum dilakukan secara sistematis dan tidak secara khusus meneliti interaksi manusia dengan lingkungannya (Steg dkk., 2013).



Gambar 1.4
Tahapan Sejarah Psikologi Lingkungan

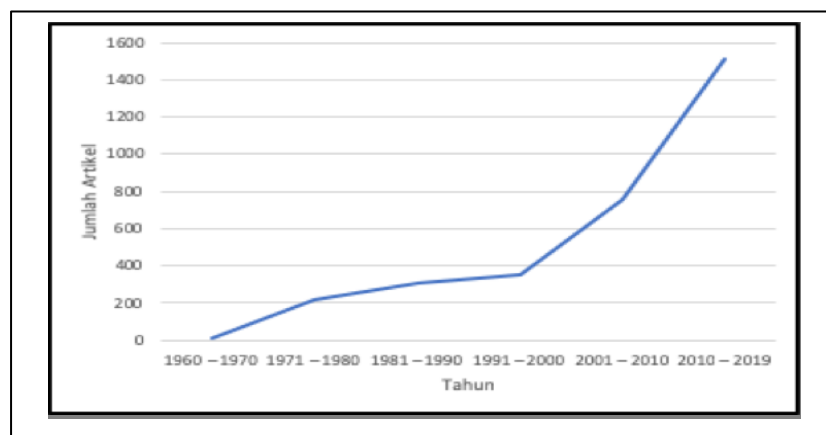
Akar-akar psikologi lingkungan yang lebih modern ditemukan pada ide-ide yang dikemukakan oleh Egon Brunswik (1903-1955) dan Kurt Lewin (1890-1947). Pemikiran kedua tokoh ini dipengaruhi oleh pandangan psikologi Gestalt pada masa itu yang menekankan bahwa perilaku tidak dapat dilepaskan dari konteks lingkungan di mana perilaku itu terjadi. Kedua tokoh ini, terutama Lewin dianggap sebagai Bapak dari psikologi lingkungan modern (Pol, 2006). Karya-karya Lewin nantinya akan menginspirasi para perintis psikologi lingkungan, seperti Roger Barker, Urie Bronfenbrenner, dan Robert Sommer.

Penelitian psikologi lingkungan mulai sangat berkembang pada akhir 1940-an dan 1950-an. Pada masa ini, Perang Dunia bisa dianggap telah selesai dan negara-negara yang kuat mulai membangun kembali kota-kota yang hancur akibat perang. Salah satu tokoh penting yang menyadari pentingnya peranan lingkungan fisik adalah Perdana Menteri Inggris Winston Churchill (1874-1965). Dalam salah satu pidatonya di tahun 1944, ia mengatakan: *"First we shape our buildings, and afterwards, our buildings shape us."* Perkataan Churchill ini sering dipakai dalam artikel atau buku psikologi lingkungan untuk menjelaskan pemahaman bahwa terdapat interaksi timbal balik antara lingkungan yang dibangun manusia dan manusia itu sendiri (Bell, Green, Fisher & Baum, 2001). Beberapa tokoh yang juga sangat berperan dalam kelahiran kedua psikologi lingkungan pada masa ini adalah William Ittelson dan Harold Proshansky dari City University of New York. Mereka mendapatkan dana penelitian dari pemerintah Amerika Serikat untuk meneliti bagaimana pengaturan spasial atau arsitektur dari sebuah rumah sakit jiwa akan berpengaruh pada perilaku pasien (Bonnes & Secchiaroli, 1995). Dari penelitian di rumah sakit jiwa ini, mereka menyimpulkan bahwa cara

pengaturan ruang di rumah sakit akan memengaruhi pola interaksi pasien (Holahan, 1972). Pada tahun 1964, Ittelson untuk pertama kalinya memperkenalkan istilah ‘*environmental psychology*’ di New York di tahun 1964 pada sebuah Konferensi Asosiasi Rumah. Pada kurun waktu yang tidak jauh berbeda, ada peneliti-peneliti lain di Kanada, Inggris, Swedia, dan Jepang yang tertarik pada isu-isu interaksi bangunan fisik dengan perilaku manusia (Bonnes & Secchiaroli, 1995). Maka dari itu, dapat dikatakan bahwa pada masa 1960-an sampai 1970-an, psikologi lingkungan paling berkembang di Amerika Serikat.

Penelitian-penelitian di awal perjalanan psikologi lingkungan memang sering dilakukan dalam *setting* laboratorium. Adalah Roger Barker (1963, 1965) yang tidak menyetujui penelitian-penelitian yang dilakukan di laboratorium. Barker juga dianggap sebagai salah satu pendiri psikologi lingkungan dan beliau mengusulkan istilah *ecological psychology*. Pendekatan ekologis yang kemudian banyak diikuti para peneliti lingkungan ini mementingkan penelitian dilakukan di situasi yang alamiah yang mempertimbangkan baik faktor manusia, situasi sosial pada saat itu, termasuk juga faktor ruang dan keadaan fisik (Bonnes & Secchiaroli, 1995; Corral-Verdugo, Garcia-Cadena & Frías-Armenta, 2010). Pandangan Barker dan beberapa tokoh lain yang akhirnya memberi ‘warna’ yang agak berbeda dengan cabang psikologi lain, yaitu bahwa psikologi lingkungan adalah ilmu yang perlu dikembangkan dari data-data yang berasal dari gejala alamiah dan bukan direayasa di laboratorium.

Jika kata kunci “*environmental psychology*” dan “*ecological psychology*” ditelusuri melalui situs Google Cendekia maka terlihat ada peningkatan yang pesat dari artikel hasil penelitian maupun buku-buku dengan topik psikologi lingkungan sejak 1960-an. Tentu, ada kemungkinan bahwa peningkatan ini disebabkan kemajuan teknologi yang memudahkan para peneliti dan penulis dalam mendiseminasikan hasil penelitian mereka. Dari data-data ini juga terlihat bahwa topik psikologi lingkungan masih merupakan topik yang banyak diminati dan dianggap penting. Berikut adalah grafik dari jumlah artikel atau buku yang ditemukan melalui penelusuran Google Cendekia (diunduh pada tanggal 3 Mei 2019).



Gambar 1.5
Jumlah Artikel Psikologi Lingkungan

Dari Gambar 1.5 dapat dilihat bahwa ada peningkatan minat yang signifikan terhadap topik-topik psikologi lingkungan sejak tahun 2000-an. Dari data-data ini dapat disimpulkan bahwa saat ini, kaum ilmuwan menganggap bahwa kaitan antara perilaku manusia dengan lingkungan merupakan topik yang penting untuk dipelajari. Topik-topik yang menjadi pembahasan psikologi lingkungan sekarang ini makin bervariasi dan banyak sekali penelitian tentang lingkungan dilakukan secara multidisiplin ataupun inter dan intra disiplin.

Jika ditelusuri lebih dalam, dapat dilihat bahwa topik-topik yang muncul di awal sejarah psikologi lingkungan sangat berbeda dengan topik-topik yang sekarang. Pada awal kelahiran psikologi lingkungan, topik-topik yang dibahas cenderung terkait dengan psikologi arsitektur. Salah satu penelitian yang menjadi tonggak penting dalam perkembangan psikologi lingkungan adalah penelitian dari Ittelson dan Proshansky yang berjudul “*Some Factors Influencing the Design and Function of Psychiatric Facilities*”. Ittelson adalah tokoh yang pertama kali memperkenalkan istilah ‘*environmental psychology*’ pada *Conference of the American Hospital Association on Hospital Planning* di New York, di tahun 1964. Judul presentasi Ittelson pada waktu itu adalah ‘*Environmental Psychology and Architectural Planning*’. Mereka meneliti kaitan desain rumah sakit dengan perilaku pasien di dalamnya. Minat akan topik ini ternyata juga terjadi di beberapa negara lainnya dan sejak saat itu artikel-artikel yang membahas kaitan lingkungan fisik dan manusia bertambah terus (Bonnes & Secchiaroli, 1995).

Dalam sepuluh tahun pertama perjalanan psikologi lingkungan, topik-topik yang dibahas dan diteliti cenderung bernuansa arsitektur, misalnya *proxemics*, *interpersonal space*, *crowding*, *territoriality*, *privacy*, *cognitive map* (Bonnes & Secchiaroli, 1995). Namun, topik-topik yang berwarna arsitektur hanya mendominasi sampai tahun pertengahan tahun 1980-an. Setelah pertengahan tahun 1980-an, topik-topik yang cenderung mempermasalahkan isu keberlanjutan (*sustainability*) mulai muncul (Gifford, 2007a; Pol, 2007). Kemungkinan besar perubahan arah minat pada topik keberlanjutan ini terjadi karena makin kuatnya dukungan terhadap *Greenpeace* (Gifford, 2007b).

Greenpeace adalah sebuah lembaga swadaya masyarakat (LSM) yang terbentuk di awal tahun 1970-an. Pada masa itu sekelompok orang Amerika dan Kanada yang terdiri dari kelompok pencinta kedamaian, para *hippie*, veteran Perang Dunia II dan putus sekolah memprotes keberadaan pembangkit tenaga nuklir. Dukungan terhadap *Greenpeace* ini secara perlahan membawa perhatian para peneliti lingkungan pada hal-hal yang terkait kelangsungan hidup semua makhluk hidup, termasuk manusia.



Sumber: diunduh dari <https://twitter.com/greenpeaceid?lang=en>

Gambar 1.6
Salah Satu Kampanye *Greenpeace* di Media Sosial

Saat ini *Greenpeace* adalah salah satu LSM terbesar dan berpengaruh di dunia (Zelko, 2017). Oleh karena mereka konsisten menyuarakan pentingnya menjaga bumi untuk keberlanjutan semua makhluk hidup di muka bumi ini dan karena kekhawatiran mereka juga terbukti secara empiris maka *Greenpeace* telah menginspirasi dan memengaruhi banyak LSM maupun kebijakan-kebijakan politik berbagai negara. Oleh karena itu, penelitian-penelitian di atas tahun 1980-an juga banyak yang mendalami isu keberlanjutan ini. Perkembangan psikologi lingkungan mungkin memang tidak secepat cabang-cabang psikologi lainnya—seperti yang diramalkan oleh (Stokols, 1995)—karena sulitnya mengembangkan teori-teori besar (*grand theory*) yang dapat memayungi berbagai disiplin ilmu, selain juga beragamnya permasalahan akibat interaksi lingkungan fisik dengan manusia yang muncul dan harus dicarikan jalan keluarnya.



Latihan

Untuk memperdalam pemahaman Anda mengenai materi di atas, kerjakanlah latihan berikut!

Carilah beberapa judul dan abstrak penelitian psikologi lingkungan yang dilakukan pada awal sejarah psikologi lingkungan (1960 – 1980) dan bandingkan dengan penelitian yang dilakukan di antara 1980 – 2000 maupun di antara tahun 2000 sampai dengan sekarang. Kesimpulan apa yang dapat ditarik?

Petunjuk Jawaban Latihan

Topik dan judul penelitian psikologi lingkungan pada kurun waktu tertentu mencerminkan isu yang sedang diminati atau menjadi kebutuhan pada masa itu. Di awal perjalanan psikologi lingkungan, perang dunia baru saja selesai dan negara-negara Barat sedang membangun kembali. Saat ini bumi sedang mengalami krisis air, polusi, dan banyak masalah lingkungan lainnya termasuk juga dampak dari kemajuan teknologi. Hal ini juga tercermin dari topik-topik penelitian yang menjadi minat kaum akademis.



Rangkuman

Jika ditelusuri, ada dua masa yang menandai kelahiran dari psikologi lingkungan: masa ketika psikologi baru saja lahir di pertengahan abad 18 dan setelah masa akhir abad ke-19. Secara resmi, psikologi lingkungan diakui sebagai sebuah ilmu yang berdiri sendiri di tahun 1960-an. Pada awal kelahiran psikologi lingkungan, topik-topik yang dibahas cenderung terkait dengan psikologi arsitektur dan saat ini topik-topik psikologi lingkungan justru lebih mengarah ke isu keberlanjutan atau *sustainability*.



Tes Formatif 3

Topik-topik penelitian yang muncul di awal sejarah psikologi lingkungan sangat berbeda dengan topik-topik penelitian yang dilakukan sekarang. Jelaskan perbedaannya.

Kunci Jawaban Tes Formatif

Jawaban Tes Formatif 1

Pada dasarnya manusia ingin hidup dalam keadaan 'harmonis'. Namun, ketika ada permasalahan yang muncul dan sulit diselesaikan, ada kemungkinan manusia tidak mau mengakui adanya permasalahan tersebut. Manusia kemudian mengecilkan masalah tersebut, dampaknya dan kemungkinan risiko yang bisa terjadi. Manusia melakukan proses berpikir heuristik yang cenderung intuitif, cepat, dan bias.

Tidak dapat kita pungkiri bahwa berbagai permasalahan yang terkait dengan keberlangsungan alam memang memerlukan berbagai terobosan teknologi dan bantuan dari berbagai ilmu lain. Ilmu yang terkait dengan perbaikan lingkungan fisik atau bumi tidak hanya dapat dimonopoli oleh psikologi. Namun, peranan psikologi memang penting karena pada dasarnya justru perilaku manusia yang perlu diubah. Psikologi dapat membantu memahami mengapa manusia berperilaku tidak ramah pada lingkungannya dan faktor-faktor apa yang dapat mengubahnya. Dengan memahami cara berpikir manusia terhadap alam maka dapat dikembangkan intervensi-intervensi yang dapat mencegah maupun mengatasi makin buruknya permasalahan lingkungan di bumi ini.

Jawaban Tes Formatif 2

Hubungan antara manusia dan lingkungan disebut transaksi karena manusia dan lingkungan selalu saling memengaruhi. Ketika lingkungan fisik memengaruhi manusia (misalnya udara yang terlalu panas menyebabkan seorang individu sulit berkonsentrasi). Kemungkinan besar manusia akan mencari cara untuk memengaruhi keadaan akibat keadaan lingkungan fisiknya (misalnya dengan menyalakan pendingin udara). Dampak dari alat pendingin udara akan memengaruhi kualitas udara yang kembali akan memengaruhi manusia dan proses ini akan berjalan terus-menerus.

Jawaban Tes Formatif 3

Pada awal kelahiran psikologi lingkungan, topik-topik penelitian yang dibahas cenderung terkait dengan psikologi arsitektur. Sebagai contoh, desain rumah sakit terhadap perilaku pasien di dalamnya. Topik-topik yang berwarna arsitektur hanya mendominasi sampai pertengahan tahun 1980-an. Setelah pertengahan tahun 1980-an hingga kini, topik-topik penelitian terkait psikologi lingkungan cenderung mempermasalahkan isu keberlanjutan (*sustainability*).

Glosarium

<i>Biophilia</i>	: Keterikatan atau keinginan manusia untuk selalu dekat dengan lingkungan alamiah yang memberinya kehidupan atau makhluk hidup lain di sekitarnya. Keterikatan atau keinginan tersebut merupakan kecenderungan bawaan atau muncul tanpa diajari sekalipun.
<i>Heuristic</i>	: Proses mental cepat (<i>mental shortcut</i>) yang memungkinkan manusia untuk memecahkan masalah dan mengambil keputusan dengan cepat dan efisien.
Interaksi timbal balik	: Hubungan saling memengaruhi antara manusia dan lingkungan fisik di sekitarnya.
Lingkungan alamiah	: Lingkungan fisik yang terbentuk secara alami melalui proses evolusi. Contohnya: gunung, hutan, pantai, tanah, air, berbagai kekayaan bumi, dan semua makhluk hidup lainnya termasuk hewan dan tumbuhan.
Lingkungan buatan	: Lingkungan fisik yang merupakan buatan atau karya manusia, seperti gedung-gedung, taman bermain, jalanan, termasuk juga lingkungan hijau buatan, seperti hutan kota, danau buatan, dan sebagainya.
Lingkungan fisik	: Semua benda hidup maupun mati yang ada di bumi, di lingkungan sekitar manusia, dan berhubungan timbal balik dengan manusia.
Psikologi	: Ilmu yang mempelajari perilaku dan proses mental manusia.
Psikologi lingkungan	: Cabang Ilmu Psikologi yang meneliti hubungan timbal balik antara individu dengan lingkungan fisik di sekitarnya, lingkungan alamiah maupun buatan.

Daftar Pustaka

- Barrow, C. (2014). *Environmental change and human development: Controlling nature?* Routledge.
- Beijersbergen, K. A., Dirkzwager, A. J., van der Laan, P. H., & Nieuwbeerta, P. (2016). A social building? Prison architecture and staff–prisoner relationships. *Crime & Delinquency*, 62(7), 843-874.
- Bell, P. A., Green, T., Fisher, J. D., & Baum, A. (2001). *Environmental psychology*. New Jersey.
- Bell, P. A., Greene, T. C., Fisher, J. D., & Baum, A. (2001). *Environmental psychology* (5th edition). London: Lawrence Erlbaum.
- Böhm, G. (2019). Environmental Risk Perception. In L. Steg & Judith I. M. de Groot (Eds.), *Environmental psychology: an introduction* (second edition). John Wiley & Sons Ltd.
- Bonnes, M., & Bonaiuto, M. (2002). Environmental psychology: From spatial-physical environment to sustainable development. In R. B. Bechtel & A. Churchman (Eds.), *Handbook of environmental psychology* (pp. 28-54). New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Bonnes, M., & Secchiarioli, G. (1995). *Environmental psychology: A psycho-social introduction*: SAGE.
- Carson, R. (2002). *Silent spring*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Cialdini, R. B., Reno, R. R., & Kallgren, C. (1990). A focus theory of normative conduct: Recycling the concept of norms to reduce littering in public places. *Journal of personality and social psychology*, 58(6), 1015.
- Ciccarelli, S., & Meyer, G. (2010). *Psychology*. New Delhi: Pearson Education.
- Corral-Verdugo, V., Garcia-Cadena, C. H., & Frías-Armenta, M. (2010). *Psychological approaches to sustainability: Current trends in theory, research and applications*.
- Diananto, W. (2018). *Hingga hari ke-15 Asian Games, 15.000 kg sampah plastik terkumpul*. In teras.id.

- Gifford, R. (2007a). Environmental psychology and sustainable development: Expansion, maturation, and challenges. *Journal of Social Issues*, 63(1), 199-212.
- Gifford, R. (2007b). *Environmental psychology: Principles and practice*. Optimal books Colville, WA.
- Gifford, R. (2014). Environmental psychology matters. *Annual review of psychology*, 65, 541-579.
- Harada, M. (1995). Minamata disease: methylmercury poisoning in Japan caused by environmental pollution. *Critical reviews in toxicology*, 25(1), 1-24.
- Heriyanto, D. (2019). One in five Indonesians don't believe human activity causes climate change. *The Jakarta Post*.
- Heydarian, A., Pantazis, E., Carneiro, J. P., Gerber, D., & Becerik-Gerber, B. (2016). Lights, building, action: Impact of default lighting settings on occupant behaviour. *Journal of Environmental Psychology*, 48, 212-223.
- Holahan, C. (1972). Seating patterns and patient behavior in an experimental dayroom. *Journal of Abnormal Psychology*, 80(2), 115.
- Joireman, J., Truelove, H. B., & Duell, B. (2010). Effect of outdoor temperature, heat primes and anchoring on belief in global warming. *Journal of Environmental Psychology*, 30(4), 358-367.
- Klimstra, T. A., Frijns, T., Keijsers, L., Denissen, J. J., Raaijmakers, Q. A., Van Aken, M. A., dkk. (2011). Come rain or come shine: Individual differences in how weather affects mood. *Emotion*, 11(6), 1495.
- Kundalini, D., & Latif, A. (Eds.). (2018). *Statistik transportasi DKI Jakarta 2018*. Jakarta: Badan Pusat Statistik Provinsi DKI Jakarta.
- Lahey, B. B. (2012). *Psychology: An introduction* (eleventh edition). New. York: The MacGraw-Hill Companies, Inc.
- Mensah, J. (2019). Sustainable development: Meaning, history, principles, pillars, and implications for human action: Literature review. *Cogent Social Sciences*, 5(1), 1653531.
- Nkwachukwu, O. I., Chima, C. H., Ikenna, A. O., & Albert, L. (2013). Focus on potential environmental issues on plastic world towards a sustainable plastic recycling in developing countries. *International Journal of Industrial Chemistry*, 4(1), 34.

- Pambagio, A. (2017). *Tragedi Minamata mengancam Indonesia*.
- Pol, E. (2006). Blueprints for a history of environmental psychology (I): From first birth to American transition. *Medio Ambiente y Comportamiento Humano*, 7(2), 95-113.
- Pol, E. (2007). Blueprints for a history of environmental psychology (II): From architectural psychology to the challenge of sustainability. *Medio Ambiente y Comportamiento Humano*, 8(1/2), 1-28.
- Risch, S. J. (2009). Food packaging history and innovations. *Journal of agricultural food chemistry*, 57(18), 8089-8092. doi:10.1021/jf900040r
- Smith, J., Shearman, D., & Positano, S. (2007). *Climate change as a crisis in world civilization: why we must totally transform how we live*. Edwin Mellen Press.
- Steg, L., Berg, A. E. v. d., & de Groot, J. I. M. (2013). *Environmental psychology: An introduction*. The British Psychological Society and John Wiley & Sons, Ltd.
- Steg, L. E., Van Den Berg, A. E., & De Groot, J. I. (2013). *Environmental psychology: An introduction*. BPS Blackwell.
- Stokols, D. (1995). The paradox of environmental psychology. *American Psychologist*, 50(10), 821.
- Tversky, A., & Kahneman, D. (1981). The framing of decisions and the psychology of choice. *Science*, 211(4481), 453-458. doi:10.1126/science.7455683
- Widowati, H. (2019). *Berapa jumlah kendaraan di DKI Jakarta?* From databoks.
- Wilson, E. O. (1984). *Biophilia*. Harvard University Press.
- Winter, D. D. N., & Koger, S. M. (2014). *The psychology of environmental problems: Psychology for sustainability*. Psychology Press.
- Zelko, F. (2017). Scaling Greenpeace: From local activism to global governance. *Historical Social Research/Historische Sozialforschung*, 318-342.