

Ruang kota dan kesehatan mental: sensori sebagai pemicu = Urban spaces and mental health sensory as the trigger

Ivana Rahardja, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20457152&lokasi=lokal>

Abstrak

ABSTRAK

Ruang kota yang dilalui oleh manusia dapat memiliki andil dalam kesehatan mentalnya. Tujuan penulisan skripsi ini ialah untuk menyatakan secara jelas alur dampak ruang kota, sensori dan kesehatan mental manusia sebagai satu kesatuan. Skripsi ini akan mengkaji bagaimana seseorang dapat merasa kelelahan mental saat sensorinya menerima terlalu banyak rangsangan rangsangan sensori yang berlebihan dari ruang kota yang kurang baik. Penelitian dilakukan dengan mengobservasi partisipan dalam perjalanannya sehari-hari di Jakarta pada jam dengan kepadatan manusia dan kendaraan yang cukup tinggi. Penggolongan ruang kota yang dilalui partisipan dilakukan dengan lima faktor pembentuk ruang kota, sensori yang dominan digunakan, serta ekspresi partisipan sebagai indikator dari kesehatan mental manusia. Perjalanan partisipan akan menunjukkan bahwa ruang kota di Jakarta yang dilaluinya merangsang sensori secara berlebihan dan membuat partisipan menunjukkan ekspresi negatif dalam menjalaninya. Oleh karena itu, semakin banyak partisipan menunjukkan ekspresi negatif, semakin terlihat bahwa dirinya merasakan rangsangan sensori yang berlebihan dan sedang mengalami kelelahan mental.

<hr>

ABSTRACT

Urban spaces which human walk within, have certain impact on mental health. The purpose of this paper is to describe the impact of urban spaces to sensory and mental health as a single process. This paper will discuss how people can feel mental fatigue when their sensory is receiving a lot of stimulation from bad urban spaces, which is called sensory overload. The research was done with observing participants within their daily journey in Jakarta during the most crowded time. Urban spaces was classified by the five factors that form urban spaces, dominant sensory being used, and the expression of participants as the indicator of mental health. All participants rsquo journey will show that the urban spaces in Jakarta trigger the sensory excessively and make them express a lot of negative emotions in their journey. Therefore, the more they exhibit a negative expression, the more they indicate that they feel an excessive sensory stimulus and is suffering from mental fatigue.