

**TUGAS AKHIR
(SKRIPSI)**

**PEMILIHAN FASILITAS *STRESS SHELTER*
SEBAGAI PEREDUKSI STRES
BERDASARKAN PREFERENSI MASYARAKAT
KOTA MALANG**

**Disusun Oleh:
Shela Morelli Bahan
19.24.032**



**PROGRAM STUDI PERENCANAAN WILAYAH DAN KOTA
FAKULTAS TEKNIK SIPIL DAN PERENCANAAN
INSTITUT TEKNOLOGI NASIONAL MALANG
2023**



PERHIMPUNAN PENGELOLA PENDIDIKAN UMUM DAN TEKNOLOGI NASIONAL MALANG
INSTITUT TEKNOLOGI NASIONAL MALANG

FAKULTAS TEKNOLOGI INDUSTRI
FAKULTAS TEKNIK SIPIL DAN PERENCANAAN
Kampus I: Jl. Bendungan Sigura-gura No.2. Telp. (0341) 551431 (Hunting). Fax. (0341) 553015 Malang 65145
Kampus II: Jl. Raya Karanglo, Km 2 Telp. (0341) 417636 Fax (0341) 417634 Malang

LEMBAR PENGESAHAN

Pemilihan Fasilitas *Stress Shelter* Sebagai Pereduksi Stres
Berdasarkan Preferensi Masyarakat Kota Malang

Skripsi Dipertahankan di Hadapan Majelis Penguji Sidang Skripsi
Jenjang Strata Satu (S-1)

Pada Hari : Rabu
Tanggal : 9 Agustus 2023

Diterima Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar
Sarjana Perencanaan Wilayah dan Kota

Disusun Oleh:
Shela Morelli Bahan
19.24.032

Disahkan Oleh:
Penguji II

Penguji I

Penguji III

Ir. Titik Poerwati, MT
NIP.Y. 103 940 0266

Mohammad Reza, ST., MURP
NIP.Y. 103 150 0483

Widiyanto Hari S.W., ST., MSc
NIP.Y. 103 150 0521



Mengetahui,
Ketua Program Studi Perencanaan Wilayah Dan Kota

Dr. Agung Wihaksono, ST., MT
NIP.Y. 103 960 0292



PERHIMPUNAN PENGELOLA PENDIDIKAN UMUM DAN TEKNOLOGI NASIONAL MALANG

INSTITUT TEKNOLOGI NASIONAL MALANG

FAKULTAS TEKNOLOGI INDUSTRI

FAKULTAS TEKNIK SIPIL DAN PERENCANAAN

Kampus I: Jl. Bendungan Sigura-gura No.2. Telp. (0341) 551431 (Hunting). Fnx. (0341) 553015 Malang 65145

Kampus II: Jl. Raya Karanglo, Km 2 Telp. (0341) 417636 Fax (0341) 417634 Malang

PERSETUJUAN SKRIPSI

Pemilihan Fasilitas *Stress Shelter* Sebagai Pereduksi Stres
Berdasarkan Preferensi Masyarakat Kota Malang

Disusun dan Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Program Studi Perencanaan Wilayah dan Kota S-1
Institut Teknologi Nasional Malang

Disusun Oleh:

Shela Morelli Bahan

19.24.032

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Ir. Ibnu Sasongko, MT
NIP.Y. 101 880 0178

Annisa Hamidah I., ST., Msc
NIP.Y. 103 150 0520



Mengetahui,

Ketua Program Studi Perencanaan Wilayah Dan Kota

Dr. Agung Witjaksana, ST., MT

NIP.Y. 107 960 0292



PERHIMPUNAN PENGELOLA PENDIDIKAN UMUM DAN TEKNOLOGI NASIONAL MALANG

INSTITUT TEKNOLOGI NASIONAL MALANG

FAKULTAS TEKNOLOGI INDUSTRI

FAKULTAS TEKNIK SIPIL DAN PERENCANAAN

Kampus I: Jl. Bendungan Sigura-gura No.2, Telp. (0341) 551431 (Hunting), Fax. (0341) 553015 Malang 65145

Kampus II: Jl. Raya Karanglo, Km 2 Telp. (0341) 417636 Fax (0341) 417634 Malang

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Shela Morelli Bahan
NIM : 1924032
Hari/Tgl : Rabu, 9 Agustus 2023
Judul : Pemilihan Fasilitas *Stress Shelter* Sebagai Pereduksi Stres
Berdasarkan Preferensi Masyarakat Kota Malang

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis ini benar-benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila kemudian hari dapat dibuktikan bahwa tugas akhir ini adalah jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Malang, 9 Agustus 2023
Yang Membuat Pernyataan



Shela Morelli Bahan
NIM. 1924032



LEMBAR PERBAIKAN

Sidang Komprehensif Tugas Akhir Tingkat Sarjana Program Studi
Perencanaan Wilayah dan Kota:

Nama : Shela Morelli Bahan
NIM : 1924032
Hari/Tgl : Rabu, 9 Agustus 2023
Judul : Pemilihan Fasilitas *Stress Shelter* Sebagai Pereduksi Stres
Berdasarkan Preferensi Masyarakat Kota Malang

Terdapat kekurangan yang meliputi:

1. Tinjauan Pustaka terkait dengan fasilitas *stress shelter*, pereduksi stres, dan preferensi masyarakat
2. Sasaran – Fasilitas, sinkronisasi dengan kesimpulan
3. Penentuan kelompok usia

Malang, 9 Agustus 2023

Penguji I

Ir. Titik Poerwati, MT
NIP. Y. 103 940 0266



PERHIMPUNAN PENGELOLA PENDIDIKAN UMUM DAN TEKNOLOGI NASIONAL MALANG

INSTITUT TEKNOLOGI NASIONAL MALANG

FAKULTAS TEKNOLOGI INDUSTRI

FAKULTAS TEKNIK SIPIL DAN PERENCANAAN

Kampus I: Jl. Bendungan Sigura-gura No.2. Telp. (0341) 551431 (Hunting). Fax. (0341) 553015 Malang 65145
Kampus II: Jl. Raya Karanglo, Km 2 Telp. (0341) 417636 Fax (0341) 417634 Malang

LEMBAR PERBAIKAN

Sidang Komprehensif Tugas Akhir Tingkat Sarjana Program Studi
Perencanaan Wilayah dan Kota:

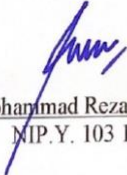
Nama : Shela Morelli Bahan
NIM : 1924032
Hari/Tgl : Rabu, 9 Agustus 2023
Judul : Pemilihan Fasilitas *Stress Shelter* Sebagai Pereduksi Stres
Berdasarkan Preferensi Masyarakat Kota Malang

Terdapat kekurangan yang meliputi:

1. Konsistensi data dan hasil preferensi
2. Perlu diterjemahkan dalam peta
3. Lokasi-lokasi preferensi yang dipilih, perlu ditata/ditambah ->fasilitas
4. Variabel umur, gender, dan genetik perlu didetailkan lagi

Malang, 9 Agustus 2023

Penguji II


Mohammad Reza, ST., MURP
NIP.Y. 103 150 0483



PERHIMPUNAN PENGELOLA PENDIDIKAN UMUM DAN TEKNOLOGI NASIONAL MALANG

INSTITUT TEKNOLOGI NASIONAL MALANG

FAKULTAS TEKNOLOGI INDUSTRI

FAKULTAS TEKNIK SIPIL DAN PERENCANAAN

Kampus I: Jl. Bendungan Sigura-gura No.2. Telp. (0341) 551431 (Hunting). Fax. (0341) 553015 Malang 65145

Kampus II: Jl. Raya Karanglo, Km 2 Telp. (0341) 417636 Fax (0341) 417634 Malang

LEMBAR PERBAIKAN

Sidang Komprehensif Tugas Akhir Tingkat Sarjana Program Studi
Perencanaan Wilayah dan Kota:

Nama : Shela Morelli Bahan
NIM : 1924032
Hari/Tgl : Rabu, 9 Agustus 2023
Judul : Pemilihan Fasilitas *Stress Shelter* Sebagai Pereduksi Stress
Berdasarkan Preferensi Masyarakat Kota Malang

Terdapat kekurangan yang meliputi:

1. Detailkan ruang lingkup stress shelter
2. Indikator stress shelter harus jelas

Malang, 9 Agustus 2023

Penguji III

Widiyanto H. S. Widodo, ST., MSc

NIP.Y. 103 150 0521

PEMILIHAN FASILITAS *STRESS SHELTER* SEBAGAI PEREDUKSI STRES BERDASARKAN PREFERENSI MASYARAKAT KOTA MALANG

ABSTRAK

Fenomena stres saat ini sudah menjadi sebuah atribut kehidupan modern dan menjadi bagian hidup yang tidak terelakkan. Ruang kota yang kita tinggali dapat berperan sebagai pemicu utama ataupun sebagai pereduksi stres. Tempat-tempat yang mereduksi ini dapat disebut dengan istilah stress shelter (Kalesaran et al., 2016), dimana setiap individu memiliki preferensi sendiri terhadapnya, preferensi ini dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya yakni usia. Tujuan dari penelitian ini yakni mengetahui preferensi masyarakat terhadap fasilitas stress shelter, dalam penelitian ini dikhususkan kepada masyarakat Kota Malang. Jenis dari penelitian ini adalah penelitian deskriptif-kualitatif, dengan variabel yang digunakan yakni preferensi masyarakat, stress shelter (jenis dan kriteria), kegiatan, dan usia yang kemudian dianalisis dengan analisis konseptual (Content analysis) dan analisis deskriptif. Berdasarkan hasil penelitian secara keseluruhan masyarakat paling menyukai lingkungan alam, taman, café, mall, tempat makan, dan pedestrian sebagai tempat untuk stress relief di Kota Malang dengan kegiatan yang juga paling disukai yakni istirahat/bersantai, kuliner, berinteraksi, olahraga, berbelanja dan melihat-lihat. Tempat-tempat ini kemudian ditinjau berdasarkan kelompok usianya dari segi tempat yang paling disukai dan kriteria tempatnya, beserta kegiatan yang dianggap dapat mereduksi stres.

Kata kunci: Stress Shelter, Pereduksi Stres, Preferensi Masyarakat

**SELECTION OF STRESS SHELTER FACILITIES
AS STRESS REDUCERS
BASED ON THE PREFERENCES OF THE PEOPLE
OF MALANG CITY**

ABSTRACT

The phenomenon of stress is now an attribute of modern life and an inevitable part of life. The urban space we live in can act as a major trigger or a stress reducer. These reducing places can be called stress shelters (Kalesaran et al., 2016), where everyone has their preferences for them, this preference is influenced by several factors, one of which is age. The purpose of this study is to determine people's preferences for stress shelter facilities, in this study is devoted to the people of Malang City. The type of this research is descriptive-qualitative research, with the variables used are community preferences, stress shelter (types and criteria), activities, and age which are then analyzed by conceptual analysis (Content analysis) and descriptive analysis. Based on the results of the research, overall, people like the natural environment, parks, cafes, malls, eating places, and pedestrians as places for stress relief in Malang City with the most preferred activities being resting/relaxing, culinary, interacting, sports, shopping, and sightseeing. These places are then reviewed by age group in terms of the most preferred places and place criteria, along with activities that are considered to reduce stress.

Keywords: *Stress Shelter, Stress Reducer, Community Preference*

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas segala karunia dan rahmatnya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian dengan judul “Pemilihan Fasilitas *Stress Shelter* Sebagai Pereduksi Stres Berdasarkan Preferensi Masyarakat Kota Malang” ini dengan baik. Penelitian ini digunakan sebagai skripsi yang merupakan syarat keululusan strata-1 di Program Studi Perencanaan Wilayah dan Kota, Fakultas Teknik Sipil dan Perencanaan, Institut Teknologi Nasional Malang.

Topik yang penulis angkat membahas terkait bagaimana sebuah ruang yang manusia tempati dapat berperan sebagai pengurai stres dalam wujud *stress shelter*. *Stress shelter* yang dimaksud merupakan fasilitas-fasilitas publik yang dapat meredakan stress seperti *kafe*, taman, dan tempat favorit lainnya dalam hal ini dinilai berdasarkan preferensi masyarakat yang berarti dari sisi penilaian individu. Dimana dengan mengunjungi dan melakukan kegiatan pada tempat-tempat tersebut sebagai bentuk wadah coping mechanism dari segi keruangan dapat membantu pemulihan fungsi kognitif seseorang dan membuat individu merasa lebih baik dan menghilangkan emosi negatif seperti stres atau ketegangan mental. Alasan penulis memilih judul ini karena penulis ingin mengangkat isu terkait kesehatan mental dan menghubungkannya dengan ruang kota tempat manusia hidup didalamnya.

Pembuatan skripsi ini tentunya tidak lepas dari kebaikan hati orang-orang yang telah membantu penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan, dengan ini maka penulis ingin mengucapkan Terima Kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah mendukung penulis dari berbagai aspek, penulis mengucapkan Terimakasih kepada:

1. Kepada kedua orang tua penulis yang telah memberikan dukungan baik secara moril dan materi kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir ini
2. Bapak Dr. Ir. Ibnu Sasongko, MT dan Ibu Annisaa H. Imaduddina, ST., MSc sebagai pembimbing yang telah membimbing dan membantu mengarahkan penulis dengan baik dalam menyelesaikan penelitian ini
3. Seluruh Bapak/Ibu Dosen Program Studi Perencanaan Wilayah Dan Kota Institut Teknologi Nasional Malang yang telah memberikan ilmu-ilmu yang bermanfaat kepada penulis selama penulis menempuh pendidikannya pada jenjang S1
4. Jajaran Staf Program Studi Perencanaan Wilayah Dan Kota Institut Teknologi Nasional Malang yang telah membantu penulis dalam segala kebutuhan administrasi

5. Teman-teman Amrify yang telah menjadi teman seperjuangan dan *suport system* penulis dari awal menjadi mahasiswa baru hingga menyelesaikan tugas akhir
6. Kepada seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu yang telah mebantu penulis dengan ikhlas.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas seluruh kebaikan yang telah penulis dapatkan dari pihak-pihak terkait. Penulis berharap penelitian ini dapat berguna dan bermanfaat bagi orang banyak terutama dalam bidang perencanaan wilayah dan kota. Terlepas dari usaha penulis menyusun skripsi ini dengan baik, tentunya skripsi ini tidaklah sempurna, saran dan kritik senantiasa diharapkan untuk perbaikan penelitian ini.

Malang, 23 Oktober 2022

Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL.....	v
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR PETA.....	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah.....	2
1.3. Tujuan dan Sasaran Penelitian	3
1.3.1. Tujuan Penelitian.....	3
1.3.2. Sasaran Penelitian.....	3
1.4. Ruang Lingkup	4
1.4.1. Ruang Lingkup Materi	4
1.4.2. Ruang Lingkup Lokasi	4
1.5. Keluaran Dan Manfaat	5
1.5.1. Keluaran Penelitian	6
1.5.2. Manfaat Penelitain.....	6
1.6. Sistematika Pembahasan.....	6
1.7. Kerangka Pemikiran	7
BAB II KAJIAN TEORI.....	8
2.1. Ruang Kota Sebagai Pereduksi Stres.....	9
2.2. Stress Shelter.....	14
2.2.1. Taman	15
2.2.2. Kafe	16
2.2.3. Department Store.....	16
2.3. Penelitian Terdahulu	16
2.4. Landasan Penelitian	19
BAB III METODE PENELITIAN.....	22
3.1. Pendekatan Penelitian	23
3.2. Jenis Penelitian	23
3.3. Variabel Penelitian.....	24
3.4. Metode Pengumpulan Data.....	25
3.5. Metode Sampling.....	26

3.6. Metode Analisa	27
BAB IV ANALISA DAN PEMBAHASAN.....	28
4.1. Gambaran Umum Wilayah	29
4.1.1. Stress Shelter Kota Malang	29
4.1.2. Kondisi Kependudukan	38
4.2. Preferensi Masyarakat.....	38
4.3. Preferensi Pemilihan Tempat Berdasarkan Usia	48
4.4. Preferensi Kegiatan Berdasarkan Usia	57
4.5. Preferensi Masyarakat Kepada Fasilitas Stress Shelter	59
BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI	74
5.1. Kesimpulan	74
5.2. Rekomendasi.....	75
DAFTAR PUSTAKA	77
LAMPIRAN.....	79

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah Penduduk Kota Malang Keseluruhan.....	5
Tabel 2. Penelitian Terkait	17
Tabel 3. Rumusan Variabel.....	20
Tabel 4. Defenisi Operasional Sasaran 1	24
Tabel 5. Defenisi Operasional Sasaran 2	25
Tabel 6. Defenisi Operasional Sasaran 3	25
Tabel 7. Rincian Penggunaan Lahan Detail-Unsur RBI	29
Tabel 8. Jumlah Penduduk (Usia)	38
Tabel 9. Tabel rekapan hasil wawancara tempat-kegiatan 2023.....	39
Tabel 10. Presentase Pemilihan Tempat (Kelompok Usia)	49
Tabel 11. Presentase Preferensi Tempat Keseluruhan	50
Tabel 12. Kriteria Tempat (Aksesibilitas).....	51
Tabel 13. Kriteria Tempat (Karakteristik Tempat)	53
Tabel 14. Kriteria Tempat (Fasilitas Pendukung).....	55
Tabel 15. Kriteria Ruang (Kesan Ruang).....	56
Tabel 16. Presentase Pemilihan Kegiatan (Kelompok Usia)	57
Tabel 17. Presentase Preferensi Kegiatan Keseluruhan	59
Tabel 18. Matriks tempat-kegiatan (Frequency) Kelompok Usia A.....	60
Tabel 19. Matriks tempat-kegiatan (Frequency) Kelompok Usia B.....	61
Tabel 20. Matriks tempat-kegiatan (Frequency) Kelompok Usia C.....	62
Tabel 21. Hasil olahan matrix Tempat-Kegiatan-Usia	63
Tabel 22. Cluster Tempat-Kegiatan keseluruhan.....	64
Tabel 23. Cluster tempat-kegiatan Kelompok Usia A	67
Tabel 24. Analisis pola data Kelompok Usia A.....	68
Tabel 25. Cluster tempat-kegiatan Kelompok Usia B	69
Tabel 26. Analisis pola data Kelompok Usia B	70
Tabel 27. Cluster tempat-kegiatan Kelompok Usia C	72
Tabel 28. Analisis pola data Kelompok Usia C	72

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Pikir Pendahuluan.....	7
Gambar 2. Skema Metode Pengumpulan Data	26
Gambar 3. Metode Analisis.....	28
Gambar 4. Hasil Analisis Preferensi Tempat Berdasarkan Usia.....	48
Gambar 5. Preferensi Aksesibilitas	51
Gambar 6. Preferensi Karakteristik Tempat.....	53
Gambar 7. Preferensi Fasilitas	55
Gambar 8. Preferensi Kesan Ruang	56
Gambar 9. Hasil Analisis Jenis Kegiatan Berdasarkan Usia.....	57

DAFTAR PETA

Peta 1. Batas Administrasi Kota Malang	8
Peta 2. Alternatif Taman Di Kota Malang	34
Peta 3. Alternatif Kafe Di Kota Malang.....	35
Peta 4. Alternatif Mall Di Kota Malang.....	36
Peta 5. Alternatif Tempat Olahraga Di Kota Malang	37