

## **INTEGRASI KONSEP ARSITEKTUR PERILAKU DALAM PERENCANAAN RUMAH SEHAT: SEBUAH TINJAUAN LITERATUR SISTEMATIS**

*THE INTEGRATION OF BEHAVIORAL ARCHITECTURE CONCEPTS IN HEALTHY HOME DESIGN: A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW*

**Atha Galih Sugara, Evan Fauzi Rahman, Muhammad Arsy Meiza Rokhman, dan Muhammad Qothrunnada Al Wafi**

Program Studi Arsitektur Universitas Pendidikan Indonesia  
e-mail: [muhammadarsyaa@student.upi.edu](mailto:muhammadarsyaa@student.upi.edu), [evanfauzi@student.upi.edu](mailto:evanfauzi@student.upi.edu),  
[alwafiqothrunnada@student.upi.edu](mailto:alwafiqothrunnada@student.upi.edu) dan [aaathhhaaaaa@student.upi.edu](mailto:aaathhhaaaaa@student.upi.edu)

### **Abstrak**

Peran arsitektur dewasa ini tidak lagi dipandang sebatas penciptaan wujud fisik bangunan, melainkan sebagai instrumen aktif yang memengaruhi perilaku, kesehatan, dan kesejahteraan psikologis penggunanya. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan mensintesis literatur terdahulu guna merumuskan kerangka konseptual baru yang mengintegrasikan konsep arsitektur perilaku dengan prinsip desain rumah sehat. Metode yang digunakan adalah Tinjauan Literatur Sistematis (Systematic Literature Review) dengan mengekstraksi 17 artikel utama dari jurnal nasional bereputasi (terindeks Sinta 1–4) dalam rentang lima tahun terakhir melalui basis data Google Scholar. Berdasarkan analisis deskriptif menggunakan matriks literatur, hasil penelitian menunjukkan bahwa elemen spasial seperti sirkulasi, pencahayaan, estetika, dan teritorialitas secara deterministik mampu membentuk pola perilaku, mereduksi tingkat stres, dan meningkatkan kualitas interaksi sosial. Penelitian ini menyimpulkan bahwa paradigma perancangan 'rumah sehat' harus berevolusi dari sekadar pemenuhan standar fisik-struktural menuju ekosistem holistik berbasis desain yang berpusat pada manusia (human-centered design). Kerangka ini diharapkan dapat menjadi rujukan esensial bagi praktisi dalam menciptakan hunian adaptif yang menopang kualitas hidup penghuninya secara paripurna.

**Kata kunci:** *Arsitektur Perilaku, Desain Berpusat pada Manusia, Kesejahteraan Psikologis, Rumah Sehat, Tinjauan Literatur Sistematis*

### **Abstract**

*The role of architecture today is no longer perceived merely as the creation of physical structures, but as an active instrument that influences the behavior, health, and psychological well-being of its users. This research aims to explore and synthesize existing literature to formulate a new conceptual framework that integrates behavioral architecture concepts with healthy home design principles. The method employed is a Systematic Literature Review (SLR), extracting 17 primary articles from reputable national journals (indexed Sinta 1–4) published within the last five years via the Google Scholar database. Based on descriptive analysis using a literature matrix, the findings indicate that spatial elements such as circulation, lighting, aesthetics, and territoriality deterministically shape behavior patterns, reduce stress levels, and enhance the quality of social interaction. This study concludes that the 'healthy home' design paradigm must evolve from mere physical-structural compliance toward a holistic design-based ecosystem centered on human-centered design. This framework is intended to serve as an essential reference for practitioners in developing adaptive dwellings that comprehensively support the residents' quality of life.*

**Keywords:** *Behavioral Architecture, Human-Centered Design, Psychological Well-being, Healthy Home, Systematic Literature Review*

## **PENDAHULUAN**

Arsitektur merupakan bidang yang tidak hanya berfokus pada estetika dan kekuatan struktural, tetapi juga memiliki pengaruh mendalam terhadap psikologi dan perilaku manusia. Seiring dengan perkembangan zaman, masyarakat modern

menghabiskan lebih dari 70% waktu mereka di dalam ruangan (Widyakusuma, 2020). Hal ini menegaskan bahwa lingkungan binaan, khususnya hunian, bukan sekadar wadah statis, melainkan instrumen aktif yang membentuk kesehatan fisik dan mental penghuninya.

Lingkungan yang dirancang dengan buruk dapat memicu stres, sedangkan desain yang responsif terhadap kebutuhan manusia dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) (Satata et al., 2020).

Meskipun kesadaran akan pentingnya lingkungan yang sehat meningkat, konsep "rumah sehat" dalam praktik perancangan sering kali masih terbatas pada pemenuhan standar teknis fisik, seperti ketersediaan ventilasi alami dan pencahayaan (Hadibroto, 2023). Masih terdapat kesenjangan (*research gap*) di mana aspek perilaku dan kebutuhan psikososial penghuni belum terintegrasi secara utuh dalam definisi rumah sehat tersebut. Padahal, elemen interior seperti warna, sirkulasi, dan privasi memiliki dampak deterministik terhadap perilaku pengguna ruang (Prasetyo & Lissimia, 2024).

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana integrasi konsep arsitektur perilaku dapat memperluas paradigma rumah sehat menjadi lebih holistik. Dengan menggunakan metode Tinjauan Literatur Sistematis (SLR), penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi akademik berupa kerangka desain yang berpusat pada manusia (*human centered design*). Kontribusi praktisnya adalah memberikan panduan bagi para arsitek untuk menciptakan hunian yang tidak hanya sehat secara klinis, tetapi juga mampu meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan mental secara berkelanjutan.

## KAJIAN PUSTAKA

### 1. Arsitektur Perilaku

Arsitektur perilaku merupakan pendekatan desain yang mempelajari hubungan timbal balik antara manusia dengan lingkungan binaannya (Khairunnisa & Lissimia, 2024). Prinsip utama dalam pendekatan ini adalah bahwa desain harus mampu mewadahi pola aktivitas dan kebutuhan psikologis pengguna. Menurut Widyakusuma (2020), terdapat beberapa elemen kunci dalam arsitektur perilaku yang memengaruhi psikologi ruang, antara lain privasi, teritorialitas, kenyamanan spasial, dan aksesibilitas.

### 2. Konsep Rumah Sehat

Secara tradisional, rumah sehat didefinisikan sebagai hunian yang memenuhi syarat kesehatan lingkungan yang mencakup sanitasi, sirkulasi udara, dan cahaya matahari yang cukup. Namun, dalam perspektif yang lebih luas, rumah sehat harus mampu menunjang kesehatan fisik, mental, dan sosial. Paradigma baru menunjukkan bahwa rumah sehat adalah sebuah ekosistem adaptif yang mampu mereduksi stres lingkungan

dan mendukung interaksi sosial yang sehat (Hadibroto, 2023).

### 3. Kesejahteraan Psikologis dalam Ruang (*Psychological Well-being*)

Kesejahteraan psikologis ditinjau dari teknik desain mencakup perasaan puas, aman, dan nyaman yang dirasakan individu di dalam ruang. Desain yang memperhatikan aspek psikologi dapat meningkatkan kecerdasan emosional dan mengurangi potensi perundungan atau perilaku negatif lainnya, terutama pada kelompok usia rentan seperti anak-anak (Ningrum & Paryoko, 2025). Integrasi elemen alam (*biofilik*), pengaturan pencahayaan yang tepat, serta pemilihan material yang ramah lingkungan menjadi faktor krusial dalam menciptakan ruang yang mendukung kesehatan mental (Satata et al., 2020).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif melalui metode Tinjauan Literatur Sistematis (*Systematic Literature Review*). Pemilihan metode ini selaras dengan tujuan penelitian, yakni mengeksplorasi dan mensintesis literatur terdahulu guna membangun kerangka konseptual baru yang mengintegrasikan aspek perilaku, kesehatan fisik dan mental, serta kualitas lingkungan binaan dalam perancangan arsitektur yang holistik.

Pengumpulan data sekunder dilakukan melalui penelusuran basis data akademik *Google Scholar*. Untuk memastikan validitas dan kebaruan referensi, penyeleksian literatur didasarkan pada kriteria inklusi yang ketat, meliputi: (1) artikel merupakan publikasi dari jurnal nasional bereputasi yang terindeks Sinta 1 hingga Sinta 4; (2) artikel diterbitkan dalam rentang waktu lima tahun terakhir; dan (3) artikel memiliki relevansi langsung dengan elemen desain ruang dan dampaknya terhadap psikologi, kesejahteraan, serta interaksi pengguna. Berdasarkan tahapan seleksi tersebut, diperoleh 17 artikel utama yang memenuhi kriteria untuk dikaji secara mendalam.

Tahap analisis data dilakukan menggunakan teknik deskriptif analitis berbantuan matriks literatur (*literature review matrix*). Data esensial dari setiap artikel meliputi permasalahan, metode, dan hasil temuan diekstraksi dan disintesis secara naratif. Sintesis ini digunakan untuk memetakan tren penelitian, mengidentifikasi kesenjangan (*research gap*), serta merumuskan rekomendasi desain arsitektur yang adaptif, berorientasi pada kebutuhan esensial manusia, dan mampu

meningkatkan kualitas hidup penggunanya secara komprehensif.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Peran Aktif Arsitektur dalam Membentuk Persepsi, Perilaku, dan Interaksi Manusia

Kajian literatur secara konsisten mengonfirmasi bahwa lingkungan fisik memiliki peran krusial sebagai fasilitator yang merancang setting perilaku (*behavior setting*). Arsitektur tidak sekadar mewadahi aktivitas, tetapi secara aktif mendidik dan mengarahkan kebiasaan penggunanya melalui pengalaman ruang (*spatial perception*). Pada konteks ruang kerja, tata letak yang terbuka, manajemen akustik, hingga aplikasi psikologi warna terbukti meruntuhkan sekat hierarki, memfasilitasi fokus, dan mendorong kolaborasi silang antarpekerja. Fenomena pembentukan perilaku ini juga terbukti efektif pada tipologi ruang dengan kebutuhan pengguna khusus. Sebagai contoh, pada fasilitas rehabilitasi seperti lembaga pemasyarakatan (*lapas*), desain ruang yang terstruktur dan interaktif mampu menurunkan tingkat stres narapidana dan mendorong kebiasaan disiplin. Lebih jauh, desain spasial yang dirancang dengan alur pengalaman yang berulang dan interaktif (mengacu pada model transteoritikal) terbukti mampu menjadi sarana edukatif yang secara bertahap mengubah kesadaran penggunanya agar lebih peduli terhadap lingkungan.

### 2. Dampak Psikologis Ruang terhadap Kesejahteraan Emosional

Selain membentuk perilaku, arsitektur memiliki korelasi langsung terhadap kondisi psikologis penggunanya. Mengingat masyarakat modern menghabiskan lebih dari 70% waktunya di dalam ruangan, desain interior yang memperhatikan privasi, estetika, dan teritorialitas menjadi penentu utama kesejahteraan emosional. Studi pada fasilitas pendidikan membuktikan bahwa desain ruang yang adaptif—melalui pengorganisasian perabot, keamanan, dan stimulasi sensori berfungsi sebagai instrumen proaktif untuk menekan tingkat stres, mengurangi perilaku agresif, serta meningkatkan kecerdasan emosional secara inklusif (Khairunnisa & Lissimia, 2024; Ningrum & Paryoko, 2025). Keseluruhan temuan empiris pada berbagai tipologi bangunan ini memberikan landasan esensial bahwa prinsip arsitektur psikologis memiliki daya transformatif yang sangat kuat terhadap kesehatan mental penggunanya.

### 3. Integrasi Arsitektur Perilaku dalam Paradigma "Rumah Sehat" yang Holistik

Kapasitas arsitektur dalam membentuk perilaku dan menopang kesehatan mental pada berbagai fasilitas publik dan ruang kerja di atas menegaskan bahwa pendekatan yang sama sangat krusial untuk diaplikasikan ke dalam tipologi bangunan hunian. Rumah tinggal bukan lagi sekadar struktur fisik pelindung, melainkan sebuah ekosistem yang menjembatani kebutuhan biologis dan sosial penghuninya. Kualitas lingkungan fisik seperti sirkulasi udara yang baik, pencahayaan alami, dan akses ke ruang terbuka hijau terbukti secara klinis mampu memperbaiki ritme sirkadian dan kesehatan fisik. Namun, integrasi elemen-elemen tersebut dengan aspek psikologis tata ruang seperti penyediaan ruang personal, estetika, dan area komunal akan melahirkan kenyamanan komprehensif yang mendorong interaksi sosial yang sehat antarpenghuni. Sebaliknya, perancangan rumah yang mengabaikan aspek tersebut dapat memicu isolasi sosial hingga gangguan kesehatan fisik dan mental. Oleh karena itu, dalam merumuskan konsep 'rumah sehat', paradigma perancangan harus berevolusi menjadi desain yang berpusat pada manusia (*human-centered design*). Konsep ini tidak lagi direduksi pada pemenuhan syarat fisik struktural semata, melainkan mengintegrasikan elemen arsitektur perilaku secara holistik guna menopang kualitas hidup, kesehatan mental, dan kesejahteraan penghuninya secara paripurna (Satata et al., 2020; Widyakusuma, 2020).

## KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa desain arsitektur dan tata ruang interior memiliki peran yang sangat fundamental dan bersifat deterministik terhadap pola perilaku, kesehatan fisik, serta kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) penghuninya. Arsitektur terbukti bukan sekadar wadah statis bagi aktivitas manusia, melainkan instrumen aktif yang mampu memengaruhi persepsi, mereduksi tingkat stres, hingga meningkatkan kecerdasan emosional melalui pengaturan elemen-elemen spasial seperti pencahayaan, sirkulasi, estetika, dan teritorialitas.

Temuan utama dalam penelitian ini menegaskan adanya urgensi untuk melakukan pergeseran paradigma terhadap konsep "rumah sehat". Rumah sehat tidak lagi dapat direduksi hanya pada pemenuhan standar teknis fisik—seperti ketersediaan ventilasi atau pencahayaan alami semata—tetapi harus dipandang sebagai sebuah ekosistem holistik yang mampu mewadahi

kebutuhan psikologis dan sosial penghuninya secara inklusif. Integrasi prinsip arsitektur perilaku ke dalam desain hunian menjadi kunci untuk menciptakan lingkungan binaan yang adaptif, yang tidak hanya menunjang kesehatan raga secara klinis, tetapi juga memperkuat ketahanan mental dan kualitas interaksi sosial di dalamnya.

Sebagai kontribusi akademik, penelitian ini menawarkan kerangka pemikiran komprehensif yang menyatukan variabel perilaku dan kesehatan ke dalam praktik perancangan arsitektur. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi para arsitek dan akademisi untuk mulai memprioritaskan pendekatan desain yang berpusat pada manusia (*human-centered design*). Mengingat penelitian ini berbasis pada kajian literatur, disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan studi empiris langsung melalui metode eksperimen desain atau survei perilaku penghuni pada berbagai tipologi hunian guna memvalidasi efektivitas penerapan konsep rumah sehat berbasis arsitektur perilaku ini secara lebih luas.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Banamantuan, M. S. M., Fanggal, L. W., & Manu, A. K. A. (2023). Implementasi konsep-konsep arsitektur perilaku dalam perancangan study and co-working space di Kota Kupang. *Archimane*, 1(2), 165–176. <https://doi.org/10.59810/archimane/v1i2.18> (<https://doi.org/10.59810/archimane/v1i2.18>)
- Chandra, C. T., & Liauw, F. (2021). Peran aktif arsitektur dalam membentuk pola perilaku masyarakat yang sadar lingkungan melalui persepsi ruang. *Jurnal STUPA*, 3(2), 1349–1360.
- Gómez Flores, L. E., Almirón Cuentas, J. A., Bernedo-Moreira, D. H., & Velarde-Tejada, M. J. (2026). Architectural design and human behavior: Narrative review on the psychological influence on built space. *Land and Architecture*, 5, 297. <https://doi.org/10.56294/la2026297> (<https://doi.org/10.56294/la2026297>)
- Hadibroto, Y. (n.d.). Peran arsitektur dalam meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan penghuni. Fakultas Teknik Universitas Medan Area.
- Ibrahim, M. M., Agustin, M. D., & Kusyanto, M. (2025). Arsitektur rumah sehat: Peran desain ruang terhadap kualitas hidup keluarga. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS*, 8.
- Khairunnisa, R., & Lissimia, F. (2024). Kajian konsep arsitektur perilaku pada bangunan fasilitas penyandang berkebutuhan khusus studi kasus: SLB Negeri 2 Jakarta. *Jurnal Arsitektur PURWARUPA*, 8(1).
- Ningrum, W. K. T., & Paryoko, V. G. P. J. (2026). Pengaruh arsitektur psikologi terhadap kecerdasan emosional pada anak usia sekolah dasar. *Arsir*, 10(1).
- Prasetyo, S. A. N., & Lissimia, F. (2024). Kajian konsep arsitektur perilaku pada bangunan perkantoran di kawasan industri, studi kasus: Kantor pusat PT. Kawasan Berikat Nusantara. Fakultas Teknik Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Ratriana, A., & Basri, V. (2023). Implementasi pendekatan arsitektur perilaku pada desain Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA di Kabupaten Wajo. *JAUR (Journal of Architecture and Urbanism Research)*, 7(1). [<https://doi.org/10.31289/jaur.v7i1.8922>] (<https://doi.org/10.31289/jaur.v7i1.8922>)
- Widyakusuma, A. (n.d.). Dampak elemen interior terhadap psikologis dan perilaku pengguna ruang. Fakultas Teknik Universitas Borobudur.
- Syahfira, A., & Zulhasni, Z. (2023). Analisis Kenyamanan Termal pada Bangunan Masjid (Studi Kasus: Masjid Al-Ikhlas, Medan). *ARSIK: Jurnal Arsitektur dan Lingkungan*, 2(1), 25–34. <https://coursework.uma.ac.id/index.php/arsitek/article/view/887>
- Alhamidi, R., & Wibowo, A. S. (2024). Evaluation of Thermal Comfort in the Al-Kautsar Mosque at Universitas Pendidikan Indonesia. *Jurnal Arsitektur ZONASI*, 7(1), 12–23. <https://doi.org/10.17509/jaz.v7i1.67766>