

## Perilaku Pro-Lingkungan dan Motivasi Sosial dalam Mengurangi Penggunaan Plastik Sekali Pakai

Andri Ardhiyansyah<sup>1</sup>, Yusuf Iskandar<sup>2</sup>, Wa Ode Riniati<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Universitas Nusa Putra dan [andri.ardhiyansyah@nusaputra.ac.id](mailto:andri.ardhiyansyah@nusaputra.ac.id)

<sup>2</sup> Universitas Nusa Putra dan [yusuf.iskandar@nusaputra.ac.id](mailto:yusuf.iskandar@nusaputra.ac.id)

<sup>3</sup> Universitas Muhammadiyah Buton dan [riniatiwaode@gmail.com](mailto:riniatiwaode@gmail.com)

---

### ABSTRAK

---

Meningkatnya kepedulian terhadap lingkungan terkait polusi plastik sekali pakai telah mendorong munculnya kebutuhan untuk menyelidiki perilaku pro-lingkungan dan motivasi sosial di kalangan pelajar di Kota Bandung. Penelitian ini menggunakan pendekatan metode campuran, menggabungkan survei kuesioner terstruktur dan wawancara semi-terstruktur, untuk mengeksplorasi faktor-faktor yang memengaruhi tindakan dan sikap siswa dalam mengurangi penggunaan plastik sekali pakai. Hasil kuantitatif dari survei tersebut menunjukkan bahwa 70% siswa terlibat dalam perilaku pro-lingkungan, sementara 30% masih sangat bergantung pada plastik sekali pakai. Norma sosial dan pendidikan lingkungan diidentifikasi sebagai faktor penentu yang signifikan dalam menentukan pilihan siswa, dengan pengaruh teman sebaya dan pengetahuan tentang polusi plastik yang berdampak pada perilaku berkelanjutan mereka. Kenyamanan dan aksesibilitas alternatif yang berkelanjutan juga ditemukan memainkan peran penting. Wawasan kualitatif menyoroti pentingnya pengaruh teman sebaya, kebutuhan untuk meningkatkan pendidikan lingkungan, dan tantangan yang terkait dengan melepaskan diri dari kebiasaan yang didorong oleh kenyamanan. Tindakan kolektif muncul sebagai solusi potensial untuk menumbuhkan rasa tanggung jawab bersama. Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan kontribusi yang berharga untuk mempromosikan praktik berkelanjutan dan mengurangi konsumsi plastik sekali pakai di kalangan pelajar di Kota Bandung.

**Kata Kunci:** Lingkungan, Polusi Plastik Sekali Pakai, Perilaku Pro-Lingkungan, Motivasi Sosial, Perilaku Berkelanjutan

### ABSTRACT

---

Growing environmental concerns related to single-use plastic pollution have prompted the need to investigate pro-environmental behaviors and social motivations among students in Bandung City. This study used a mixed methods approach, combining a structured questionnaire survey and semi-structured interviews, to explore the factors that influence students' actions and attitudes in reducing single-use plastic use. Quantitative results from the survey showed that 70% of students engage in pro-environmental behaviors, while 30% still rely heavily on single-use plastics. Social norms and environmental education were identified as significant determinants in determining students' choices, with peer influence and knowledge of plastic pollution impacting their sustainable behavior. Convenience and accessibility of sustainable alternatives were also found to play an important role. Qualitative insights highlighted the importance of peer influence, the need to improve environmental education, and the challenges associated with breaking away from convenience-driven habits. Collective action emerged as a potential solution to foster a sense of shared responsibility. Overall, this study provides a valuable contribution to promoting sustainable practices and reducing single-use plastic consumption among students in Bandung City.

**Keywords:** Environment, Single-Use Plastic Pollution, Pro-Environmental Behavior, Social Motivation, Sustainable Behavior

---

### PENDAHULUAN

Kota-kota metropolitan sering kali ditandai dengan kepadatan penduduk yang tinggi, kemacetan lalu lintas, polusi, terbatasnya ruang terbuka hijau, dan polusi suara, di antara tantangan-tantangan lainnya. Stresor lingkungan ini dapat berdampak buruk pada kesehatan mental dan kesejahteraan penduduk (Abubakar et al., 2015; Yakınlar & Akpınar, 2022). Sebagai contoh, paparan polusi udara telah dikaitkan dengan peningkatan risiko kecemasan dan depresi, sementara

kelangkaan ruang hijau dapat berkontribusi pada perasaan terisolasi dan berkurangnya kepuasan hidup (Heidarzadeh et al., 2021).

Di sisi lain, daerah perkotaan menawarkan banyak kesempatan untuk interaksi sosial, pengalaman budaya, dan akses ke layanan, yang dapat secara positif mempengaruhi kesejahteraan. Oleh karena itu, untuk memahami dampak bersih dari lingkungan perkotaan terhadap kesejahteraan psikologis, diperlukan penilaian yang komprehensif terhadap pemicu stres dan penyangga potensial (Dsikowitzky et al., 2018; Fitri et al., 2020; Risma & Subulussalam, n.d.).

Urbanisasi dan pertumbuhan kota-kota metropolitan telah mengubah lanskap global, yang mengarah pada perubahan signifikan pada lingkungan dan cara hidup masyarakat. Seiring dengan berkembangnya kota untuk mengakomodasi peningkatan populasi, kualitas lingkungan di pusat-pusat kota ini menjadi perhatian penting. Interaksi antara lingkungan perkotaan dan kesejahteraan individu yang tinggal di daerah ini telah menarik perhatian para peneliti, pembuat kebijakan, dan perencana kota (Hatuka et al., 2018; Kirmanto et al., 2012).

Konsep kesejahteraan psikologis, yang mencakup kesehatan mental, kepuasan hidup, dan kebahagiaan secara keseluruhan, telah menjadi terkenal dalam beberapa tahun terakhir karena masyarakat menyadari pentingnya membangun komunitas yang tangguh dan berkembang (El-Bana et al., 2015; Kaniasty, 2012; Roy et al., 2013; Tortajada et al., 2013). Memahami faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis dalam konteks perkotaan sangat penting untuk mengatasi tantangan yang ditimbulkan oleh urbanisasi dan menciptakan lingkungan hidup yang lebih sehat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyelidiki pengaruh kualitas lingkungan terhadap kesejahteraan psikologis individu yang tinggal di kota metropolitan. Meskipun penelitian sebelumnya telah mengeksplorasi hubungan antara lingkungan perkotaan dan kesehatan, namun masih sedikit yang secara khusus berfokus pada kesejahteraan psikologis. Penelitian ini berusaha untuk mengisi kesenjangan ini dengan memeriksa bagaimana berbagai aspek lingkungan perkotaan berdampak pada kesejahteraan mental penduduk kota.

## LANDASAN TEORI

### A. *Lingkungan Perkotaan dan Kesejahteraan Psikologis*

Lingkungan perkotaan dicirikan oleh banyak faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Salah satu pemicu stres utama adalah paparan polusi lingkungan. Polusi udara, khususnya, telah dikaitkan dengan dampak buruk terhadap kesehatan mental, termasuk peningkatan tingkat kecemasan dan depresi (Castells-Quintana et al., 2021; Liang & Gong, 2020). Polusi suara, pemicu stres lain yang lazim di perkotaan, telah dikaitkan dengan tingkat stres yang lebih tinggi dan penurunan fungsi kognitif (Adedoyin & Bekun, 2020).

Namun, penting untuk diketahui bahwa tidak semua aspek lingkungan perkotaan memiliki efek negatif pada kesejahteraan psikologis. Kehidupan perkotaan juga menawarkan kesempatan untuk interaksi sosial, akses ke fasilitas, dan pengalaman budaya, yang dapat mempengaruhi kesehatan mental secara positif. Hubungan sosial yang kuat dan rasa kebersamaan telah dikaitkan dengan tingkat kesejahteraan yang lebih tinggi di antara penduduk perkotaan (Balakrishnan et al., 2019; Syuhada et al., 2023).

### B. *Ruang Hijau dan Kesejahteraan Psikologis*

Ruang hijau, seperti taman, kebun, dan lanskap alam, memainkan peran penting dalam mengurangi dampak negatif dari stresor perkotaan terhadap kesejahteraan psikologis. Sejumlah penelitian telah menyoroti efek positif dari ruang hijau terhadap kesehatan mental. Paparan terhadap alam telah dikaitkan dengan berkurangnya tingkat stres, perbaikan suasana hati, dan peningkatan fungsi kognitif (Chen & Whalley, 2012; Firdaus et al., 2013; Jaman et al., 2022; Kirmanto et al., 2012).

Keberadaan ruang hijau di daerah perkotaan telah dikaitkan dengan peningkatan kepuasan hidup dan rasa sejahtera di antara penduduk (Gainza & Lobach, 2021). Akses terhadap ruang terbuka hijau juga dapat memfasilitasi aktivitas fisik, yang selanjutnya berkontribusi terhadap peningkatan kesehatan mental (Yakinlar & Akpınar, 2022).

### *C. Kesenjangan Sosial Ekonomi dan Kualitas Lingkungan*

Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa kualitas lingkungan tidak merata di seluruh wilayah perkotaan dan sering kali dipengaruhi oleh faktor sosio ekonomi. Individu dengan latar belakang sosial ekonomi yang lebih rendah lebih cenderung tinggal di daerah dengan kondisi lingkungan yang buruk, termasuk tingkat polusi yang lebih tinggi dan akses yang terbatas terhadap ruang terbuka hijau (Braubach et al., 2017). Akibatnya, populasi ini mungkin lebih rentan terhadap dampak buruk lingkungan perkotaan terhadap kesejahteraan psikologis mereka.

Kesenjangan dalam kualitas lingkungan dapat berkontribusi pada distribusi hasil kesehatan mental yang tidak merata, dengan individu yang berpenghasilan rendah mengalami tingkat stres dan tantangan kesehatan mental yang lebih tinggi (Evans & Kantrowitz, 2002).

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan desain penelitian dengan metode campuran, yang mengintegrasikan pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Kombinasi ini memungkinkan eksplorasi yang komprehensif dari topik penelitian, memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku pro-lingkungan dan motivasi sosial di kalangan mahasiswa di Kota Bandung terkait pengurangan penggunaan plastik sekali pakai.

### *Populasi dan Sampel Penelitian*

Populasi target terdiri dari siswa yang terdaftar di berbagai institusi pendidikan di Kota Bandung. Untuk memastikan sampel yang representatif, teknik pengambilan sampel acak bertingkat akan digunakan. Kota Bandung akan dibagi menjadi beberapa strata berdasarkan jenis institusi pendidikan (sekolah dasar, sekolah menengah atas, perguruan tinggi, universitas), dan jumlah peserta yang proporsional akan dipilih dari setiap strata, sebanyak 500 sampel terlibat dalam penelitian ini.

### **Pengumpulan Data**

#### *Survei Kuesioner*

Kuesioner terstruktur dikembangkan untuk menilai perilaku pro-lingkungan dan motivasi sosial siswa terkait dengan pengurangan penggunaan plastik sekali pakai. Kuesioner dirancang berdasarkan teori yang relevan, termasuk Teori Perilaku Terencana (Ajzen, 1991), dan mencakup bagian-bagian berikut:

- a) Informasi Demografis: Mengumpulkan data mengenai usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan kesadaran lingkungan dari para peserta.
- b) Perilaku Pro-Lingkungan: Menilai frekuensi siswa dalam melakukan tindakan pro-lingkungan, seperti mengurangi, menggunakan kembali, dan mendaur ulang plastik sekali pakai.
- c) Norma Sosial: Mengeksplorasi pengaruh norma sosial dan perilaku teman sebaya terhadap keputusan siswa terkait penggunaan plastik.
- d) Pendidikan Lingkungan: Mengevaluasi dampak pendidikan dan informasi lingkungan terhadap pengetahuan dan pemahaman siswa tentang polusi plastik.
- e) Kenyamanan dan Alternatif: Menginvestigasi persepsi siswa tentang ketersediaan dan praktisan alternatif yang berkelanjutan dari plastik sekali pakai.

### *Wawancara Semi-terstruktur*

Wawancara semi-terstruktur dilakukan dengan sebagian peserta untuk mendapatkan wawasan yang lebih dalam tentang sikap, persepsi, dan pengalaman mereka terkait perilaku pro-lingkungan dan motivasi sosial. Pertanyaan wawancara dirancang untuk mengeksplorasi alasan dan motivasi yang mendasari keputusan siswa terkait penggunaan plastik sekali pakai, pengalaman mereka dengan praktik berkelanjutan, dan persepsi mereka tentang pengaruh sosial.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Kuantitatif**

Survei kuesioner terstruktur menghasilkan tanggapan dari total 500 siswa di berbagai institusi pendidikan di Kota Bandung. Profil demografis dari para peserta menunjukkan distribusi yang seimbang antara laki-laki dan perempuan, dengan mayoritas berada dalam rentang usia 18 hingga 24 tahun. Analisis data survei menunjukkan beberapa temuan utama berikut ini:

- Perilaku pro-lingkungan: Mayoritas siswa (70%) melaporkan terlibat dalam tindakan pro-lingkungan yang berkaitan dengan pengurangan penggunaan plastik sekali pakai, seperti menggunakan tas dan botol yang dapat digunakan kembali. Namun, sebagian besar (30%) masih mengakui bahwa mereka masih menggunakan plastik sekali pakai.
- Norma Sosial: Norma sosial ditemukan memainkan peran penting dalam mempengaruhi perilaku pro-lingkungan siswa. Peserta yang menganggap tindakan pro-lingkungan sebagai tindakan yang diterima secara sosial lebih cenderung mengadopsi praktik berkelanjutan, sementara mereka yang menganggap penggunaan plastik sekali pakai sebagai norma cenderung tidak mengubah perilaku mereka.
- Pendidikan Lingkungan: Siswa yang menerima pendidikan dan informasi lingkungan menunjukkan tingkat kesadaran yang lebih tinggi tentang polusi plastik dan konsekuensinya. Pengetahuan ini berkorelasi positif dengan perilaku pro-lingkungan, karena siswa yang berpendidikan lebih cenderung mengurangi ketergantungan mereka pada plastik sekali pakai.
- Kenyamanan dan Alternatif: Para siswa menyatakan bahwa ketersediaan dan aksesibilitas alternatif yang berkelanjutan, seperti tas dan botol air minum yang dapat terurai secara hayati, mempengaruhi pilihan mereka. Para peserta melaporkan bahwa kehadiran alternatif

yang nyaman memainkan peran penting dalam kesediaan mereka untuk beralih dari plastik sekali pakai.

### Hasil Kualitatif

Wawancara semi-terstruktur memberikan wawasan mendalam tentang motivasi dan persepsi yang mendasari perilaku pro-lingkungan dan motivasi sosial siswa. Tema-tema utama yang muncul dari wawancara meliputi:

- Pengaruh Teman Sebaya: Banyak siswa menyebutkan bahwa melihat teman sebaya mereka terlibat dalam perilaku pro-lingkungan mendorong mereka untuk mengikutinya. Tekanan sosial untuk menyesuaikan diri dengan praktik-praktik berkelanjutan berdampak positif pada keputusan mereka.
- Kurangnya Kesadaran: Beberapa peserta mengakui kurangnya kesadaran tentang konsekuensi lingkungan dari plastik sekali pakai. Mereka menekankan perlunya pendidikan lingkungan yang lebih komprehensif untuk meningkatkan pemahaman dan mendorong perilaku yang bertanggung jawab.
- Kenyamanan dan Kebiasaan: Hambatan yang signifikan dalam mengurangi penggunaan plastik sekali pakai adalah kenyamanan dan kebiasaan yang terkait dengan penggunaannya. Para siswa merasa kesulitan untuk melepaskan diri dari pilihan yang sudah dikenal dan tersedia.
- Aksi Kolektif: Para siswa menyatakan antusiasme mereka untuk terlibat dalam upaya kolektif untuk mengurangi konsumsi plastik. Mereka percaya bahwa inisiatif kelompok dan keterlibatan masyarakat dapat memperkuat dampak dari tindakan individu.

### Pembahasan

Temuan penelitian menyoroti kompleksitas perilaku pro-lingkungan dan motivasi sosial di kalangan pelajar di Kota Bandung terkait pengurangan penggunaan plastik sekali pakai. Korelasi positif antara pendidikan lingkungan dan perilaku pro-lingkungan menunjukkan pentingnya memasukkan pendidikan keberlanjutan ke dalam kurikulum. Peningkatan kesadaran tentang polusi plastik dan alternatif yang berkelanjutan dapat mendorong perubahan perilaku di kalangan siswa. Norma sosial muncul sebagai penentu yang signifikan dalam menentukan pilihan siswa terkait plastik sekali pakai. Temuan ini menggarisbawahi potensi pengaruh sosial untuk bertindak sebagai pendorong yang kuat dalam perilaku berkelanjutan. Memanfaatkan pengaruh teman sebaya dan menumbuhkan budaya tanggung jawab terhadap lingkungan dapat mendorong perilaku pro-lingkungan di kalangan pelajar.

Ketersediaan dan kenyamanan alternatif yang berkelanjutan ditemukan sebagai faktor penting dalam mendorong siswa untuk mengadopsi praktik ramah lingkungan. Pembuat kebijakan dan bisnis dapat memainkan peran penting dengan mempromosikan dan membuat alternatif yang berkelanjutan lebih mudah diakses, mendorong penggunaan opsi tersebut di kalangan siswa dan masyarakat luas.

Wawasan kualitatif memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang perspektif siswa, menjelaskan hambatan dan fasilitator perilaku pro-lingkungan. Aksi kolektif muncul sebagai solusi potensial, karena siswa menyatakan kesediaan mereka untuk berpartisipasi dalam inisiatif berbasis komunitas untuk mengatasi polusi plastik.

### KESIMPULAN

Penelitian tentang perilaku pro-lingkungan dan motivasi sosial dalam mengurangi penggunaan plastik sekali pakai di kalangan pelajar di Kota Bandung telah memberikan wawasan yang sangat penting untuk mengatasi masalah polusi plastik yang mendesak. Temuan ini menunjukkan lanskap perilaku pro-lingkungan yang beragam, dengan sebagian besar siswa telah mengadopsi praktik-praktik berkelanjutan, sementara yang lain masih mengandalkan plastik sekali pakai. Pentingnya norma sosial dan pengaruh teman sebaya menunjukkan pentingnya menumbuhkan budaya tanggung jawab lingkungan di kalangan pelajar. Kampanye dan intervensi pemasaran sosial yang menggambarkan perilaku pro-lingkungan sebagai norma dapat secara efektif mendorong perubahan perilaku dan meningkatkan adopsi alternatif yang berkelanjutan. Pendidikan lingkungan muncul sebagai alat yang ampuh untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa tentang dampak polusi plastik. Memasukkan pendidikan lingkungan yang komprehensif ke dalam kurikulum dapat memainkan peran penting dalam memberdayakan siswa untuk membuat pilihan yang lebih terinformasi dan secara aktif berpartisipasi dalam upaya pengurangan plastik. Kenyamanan plastik sekali pakai dan kebiasaan yang sudah mendarah daging menjadi tantangan tersendiri bagi perubahan perilaku. Upaya untuk membuat alternatif yang berkelanjutan menjadi lebih mudah diakses dan nyaman dapat membantu mengatasi hambatan ini dan mendorong transisi menuju praktik ramah lingkungan. Aksi kolektif dan keterlibatan masyarakat memiliki potensi besar dalam mengatasi polusi plastik. Inisiatif yang melibatkan siswa dalam upaya kolektif, seperti gerakan bersih-bersih dan kampanye kesadaran, dapat menumbuhkan rasa tanggung jawab bersama dan memberdayakan mereka untuk menjadi agen perubahan di komunitas mereka.

## REFERENSI

- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211.
- Arulnayagam, A. (2020). Public perception towards plastic pollution in the marine ecosystems of Sri Lanka. *American Journal of Marine Science*, 8(1), 6–13.
- Bidashimwa, D., Hoke, T., Huynh, T. B., Narkpitaks, N., Priyonugroho, K., Ha, T. T., Burns, A., & Weissman, A. (2023). Plastic pollution: how can the global health community fight the growing problem? *BMJ Global Health*, 8(Suppl 3), e012140.
- Cialdini, R. B., Kallgren, C. A., & Reno, R. R. (1991). A focus theory of normative conduct: A theoretical refinement and reevaluation of the role of norms in human behavior. In *Advances in experimental social psychology* (Vol. 24, pp. 201–234). Elsevier.
- Costa, K. (2020). *Public perceptions of single-use plastic bans in Rhode Island*. University of Rhode Island.
- Hahladakis, J. N., Velis, C. A., Weber, R., Iacovidou, E., & Purnell, P. (2018). An overview of chemical additives present in plastics: Migration, release, fate and environmental impact during their use, disposal and recycling. *Journal of Hazardous Materials*, 344, 179–199.
- Huang, S., Wang, H., Ahmad, W., Ahmad, A., Ivanovich Vatin, N., Mohamed, A. M., Deifalla, A. F., & Mehmood, I. (2022). Plastic waste management strategies and their environmental aspects: A scientometric analysis and comprehensive review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(8), 4556.
- Hutagalung, I. R., & Rachman, I. (n.d.). Analysis of Consumer Preferences on Online Delivery Plastic Packaging Consumption Behavior: An Indonesian Survey. *Jurnal Presipitasi: Media Komunikasi Dan Pengembangan Teknik Lingkungan*, 1(20), 85–92.
- Maryono, M., Seruyaningtyas, K., Roynaldi, A. D., Hastuti, C. M., & Rahma, N. N. (2020). Regional model development of plastic waste monitoring: basic framework from population and public

- market in Central Java-Indonesia. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 448(1), 12098.
- Nafisa, A., Muhammad, H., & Sari, N. P. (2022). Corporate bankruptcy: Evidence from the plastics and packaging industry in Indonesia. *International Journal of Research in Business and Social Science (2147-4478)*, 11(6), 165–174.
- Permana, R., Rizal, A., & Hasan, Z. (2020). Plastic Consumption in Group of Teens and Young Adults from Pangandaran District, Indonesia: A Glimpse of Environmental Awareness among the Locals outside Big Cities. *Asian Journal of Advanced Research and Reports*, 12(2), 1–9.
- Sang, Y. N., Othman, N. S., & Jazari, I. N. (2019). What do we know about the intention to discard single-use plastic? Empirical evidence in Malaysia. *International Journal of Recent Technology and Engineering (IJRTE)*, 8(4), 2277–3878.
- Van Zomeren, M., Spears, R., & Leach, C. W. (2010). Experimental evidence for a dual pathway model analysis of coping with the climate crisis. *Journal of Environmental Psychology*, 30(4), 339–346.
- Vriend, P., Hidayat, H., van Leeuwen, J., Cordova, M. R., Purba, N. P., Löhr, A. J., Faizal, I., Ningsih, N. S., Agustina, K., & Husrin, S. (2021). Plastic pollution research in Indonesia: state of science and future research directions to reduce impacts. *Frontiers in Environmental Science*, 9, 187.
- Wright, S. L., & Kelly, F. J. (2017). Plastic and human health: a micro issue? *Environmental Science & Technology*, 51(12), 6634–6647.