

# Psikologi Multikultural dalam Praktik: Menghadapi Tantangan Kesejahteraan Mental di Era Global dengan Pemahaman dan Pendekatan yang Beragam

Ferdinand Salomo Leuwol<sup>1</sup>, Nunung Suryana Jamin<sup>2</sup>, Sufrina Keumala Ayu<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universitas Pattimura: [eddieleuwol0@gmail.com](mailto:eddieleuwol0@gmail.com)

<sup>2</sup>Universitas Negeri Gorontalo: [nunung\\_sj@ung.ac.id](mailto:nunung_sj@ung.ac.id)

<sup>3</sup>Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh: [sufrina.keumala.ayu@ummah.ac.id](mailto:sufrina.keumala.ayu@ummah.ac.id)

---

## ABSTRAK

---

Penelitian ini mengeksplorasi tantangan kesejahteraan mental yang dihadapi oleh remaja di Jawa Barat dalam konteks era global. Dengan menggunakan pendekatan metode campuran yang dipandu oleh psikologi multikultural, data kuantitatif dikumpulkan dari 500 partisipan untuk menilai prevalensi dan tingkat keparahan tantangan kesejahteraan mental. Selain itu, data kualitatif dikumpulkan melalui wawancara dengan 30 peserta untuk menggali faktor budaya dan psikologis yang mendasari tantangan-tantangan ini. Temuan ini mengungkapkan tingkat depresi, kecemasan, stres, dan tekanan psikologis yang signifikan di kalangan remaja. Identitas budaya, usia, dan jenis kelamin juga ditemukan mempengaruhi hasil kesehatan mental. Wawasan kualitatif menggambarkan interaksi yang rumit antara tradisi dan modernitas, ketika para partisipan menavigasi pembentukan identitas dan strategi mengatasi masalah. Penelitian ini menggarisbawahi pentingnya intervensi yang peka terhadap budaya yang mengakui hubungan dinamis antara budaya, pengaruh global, dan tantangan kesehatan mental.

**Kata Kunci:** Psikologi Multikultural, Mental, Era Global

## ABSTRACT

---

*This study explores the mental well-being challenges faced by adolescents in West Java in the context of the global era. Using a mixed methods approach guided by multicultural psychology, quantitative data was collected from 500 participants to assess the prevalence and severity of mental well-being challenges. In addition, qualitative data was collected through interviews with 30 participants to explore the cultural and psychological factors underlying these challenges. The findings revealed significant levels of depression, anxiety, stress and psychological distress among adolescents. Cultural identity, age, and gender were also found to influence mental health outcomes. Qualitative insights illustrated the complex interplay between tradition and modernity, as participants navigated identity formation and coping strategies. This research underscores the importance of culturally sensitive interventions that recognize the dynamic relationship between culture, global influences, and mental health challenges.*

**Keywords:** Multicultural Psychology, Mental, Global Era

---

## PENDAHULUAN

Masa remaja adalah fase perkembangan kritis yang ditandai dengan potensi dan kerentanan yang sangat besar. Masa ini merupakan masa pencarian jati diri, pembentukan identitas, dan pertumbuhan kognitif (Vankerckhoven et al. 2023). Selama masa ini, individu mengalami perkembangan fisik, sosial, emosional, dan kognitif yang signifikan (Shlafer et al. 2014). Namun, masa remaja juga merupakan masa di mana individu rentan terhadap berbagai tekanan psikologis, yang dapat berdampak pada kesejahteraan dan kesehatan mental mereka secara keseluruhan (Calvete, Orue, and Hankin 2013).

Pembentukan identitas adalah tugas perkembangan utama sepanjang rentang kehidupan, terutama selama masa remaja dan masa dewasa (Vankerckhoven et al. 2023). Erikson (1968) menekankan pentingnya perasaan betah di dalam tubuh seseorang sebagai aspek penting untuk mencapai identitas yang optimal (Vankerckhoven et al. 2023). Penelitian telah menunjukkan bahwa

fungsi identitas terkait erat dengan tubuh dan kesejahteraan seseorang secara keseluruhan (Vankerckhoven et al. 2023). Jalur pembentukan identitas yang beragam dan dinamis selama masa remaja telah diidentifikasi, yang dapat memiliki implikasi yang signifikan terhadap fungsi psikososial (Hatano et al. 2020). Kerentanan kognitif dan pemicu stres juga dapat berperan dalam perkembangan gejala depresi selama masa remaja (Calvete, Orue, and Hankin 2013). Sebuah studi oleh Calvete dkk. (2013) meneliti hubungan transaksional antara kerentanan kognitif, stresor, dan gejala depresi pada masa remaja, menyoroti interaksi yang kompleks di antara faktor-faktor ini (Calvete, Orue, and Hankin 2013).

Stres pada remaja dapat memiliki efek jangka panjang pada perkembangan otak, terutama di daerah yang peka terhadap stres seperti korteks prefrontal (PFC) (Breach, Moench, and Wellman 2019). Stres selama masa remaja dapat menyebabkan perubahan morfologi dendritik PFC, yang dapat memengaruhi respons otak terhadap stres di masa dewasa (Breach, Moench, and Wellman 2019). Efek-efek ini dapat bergantung pada jenis kelamin, dengan perempuan lebih rentan terhadap gangguan psikologis terkait stres di mana disfungsi PFC terlibat (Breach, Moench, and Wellman 2019).

Singkatnya, masa remaja adalah masa kritis yang ditandai dengan potensi dan kerentanan yang signifikan. Masa ini adalah masa pencarian jati diri, pembentukan identitas, dan pertumbuhan kognitif, tetapi juga merupakan masa ketika individu rentan terhadap berbagai tekanan psikologis. Stresor ini dapat memiliki efek jangka panjang pada perkembangan otak dan kesehatan mental, dengan potensi perbedaan kerentanan yang bergantung pada jenis kelamin. Memahami interaksi yang kompleks antara pembentukan identitas, kerentanan kognitif, dan stresor selama masa remaja dapat membantu menginformasikan intervensi dan mendukung strategi untuk meningkatkan kesejahteraan dan ketahanan dalam fase perkembangan yang krusial ini.

Revolusi digital memang telah menghadapkan remaja pada berbagai pengaruh global, termasuk tekanan media sosial dan persaingan akademis. Hal ini membutuhkan pendekatan baru untuk memahami tantangan kesehatan mental yang dihadapi remaja dan strategi yang mereka gunakan untuk mengatasinya.

Beberapa faktor berkontribusi pada tantangan kesehatan mental yang dialami oleh remaja di era digital. Pengaruh media sosial terhadap kesehatan mental remaja sangat kompleks, dengan efek yang merugikan dan membangun (Niles 2023). Sementara beberapa penelitian menunjukkan bahwa menghapus akses ke media sosial selama perawatan untuk perilaku bunuh diri dapat memberikan jeda yang diperlukan dari tekanan teman sebaya, yang lain berpendapat bahwa hal itu dapat memperburuk stres dan kecemasan (Niles 2023). Komunikasi digital, termasuk aplikasi ponsel pintar, email, dan teks, memiliki potensi untuk memfasilitasi kepercayaan dan keakraban selama transisi antara layanan kesehatan mental remaja dan dewasa (Brenchley 2023). Namun, hal ini juga memiliki risiko, seperti keakraban yang berlebihan antara remaja dan staf, dan kemungkinan pesan tidak terbaca (Brenchley 2023).

Remaja adalah pengguna utama media baru, dan meskipun penggunaan yang wajar dapat membuat hidup dan studi mereka lebih efisien dan nyaman, penggunaan yang tidak tepat dapat menyebabkan masalah psikologis (Zhao 2023). Strategi ini, seperti pendekatan kelompok sebaya, dukungan orang tua, dan pendidikan agama, dapat membantu meningkatkan kesehatan mental pada anak-anak dan remaja (Sutrimo and Kusumawardani 2021). Namun, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengevaluasi kesiapan dan implementasi strategi ini dalam konteks yang

berbeda. Teknologi digital mengubah penyediaan layanan kesehatan, dengan penekanan pada data besar, daya komputasi, teknologi seluler, dan informasi jaringan<sup>8</sup>. Namun, laju perkembangan teknologi digital yang cepat melampaui evaluasi intervensi kesehatan digital yang ketat, sehingga membutuhkan metodologi yang lebih canggih untuk mengimbangnya.

Untuk mengatasi tantangan ini, ada beberapa strategi yang dapat dilakukan dimana literasi kesehatan mental dalam program pendidikan untuk pencegahan dan intervensi dini (Sutrimo and Kusumawardani 2021). Mendorong produksi bersama alat-alat digital dengan dan untuk orang-orang dengan gangguan kesehatan mental dan kronis (Bucci, Schwannauer, and Berry 2019).

Mengembangkan strategi terpadu untuk diagnosis, perawatan, dan dukungan bagi anak-anak yang terkena dampak kondisi kejiwaan melalui kolaborasi di antara masyarakat profesional anak dan remaja di seluruh dunia (Pejović-Milovančević et al. 2021). Melakukan lebih banyak penelitian tentang dampak teknologi digital terhadap perawatan kesehatan mental, termasuk implikasinya terhadap praktik psikoterapi (Bucci, Schwannauer, and Berry 2019). Menerapkan strategi promosi kesehatan jiwa berbasis komunitas, dengan fokus pada evaluasi kebijakan, kesiapan, studi percontohan, dan pendekatan lain untuk implementasi yang lebih efektif (Kurniawan, Maulana, and Iskandar 2023; Sutrimo and Kusumawardani 2021).

Sebagai kesimpulan, mengatasi tantangan kesehatan jiwa yang dihadapi oleh remaja di era digital membutuhkan pendekatan multifaset yang mempertimbangkan interaksi yang kompleks antara teknologi, pengaruh sosial, dan pemberian layanan kesehatan jiwa. Dengan mengadopsi strategi ini, kita dapat mendukung remaja dengan lebih baik dalam menghadapi tantangan di era digital dan meningkatkan kesehatan mental mereka.

Pentingnya konteks budaya dalam mengatasi tantangan kesehatan mental remaja memang sangat penting, karena hal ini membantu dalam memahami faktor-faktor unik yang mempengaruhi remaja di berbagai belahan dunia. Di Jawa Barat, Indonesia, perpaduan antara kekuatan global dan tradisi lokal menciptakan latar belakang yang dinamis untuk mengatasi tantangan-tantangan ini. Literasi kesehatan mental (MHL) telah diidentifikasi sebagai strategi yang dapat meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai masalah kesehatan mental di kalangan remaja (Clauss-Ehlers, Carpio, and Weist 2020). Dengan mempromosikan MHL, masyarakat dapat membangun kapasitas kesehatan mental remaja melalui komunitas praktik global, dialog, kolaborasi, dan saling mendukung. Pendekatan ini bertujuan untuk membangun inovasi dalam sistem promosi kesehatan mental (Clauss-Ehlers, Carpio, and Weist 2020).

Di Indonesia, pengaruh budaya asing, seperti popularitas musik dan film Korea, telah memengaruhi preferensi dan perilaku remaja (Fibrianto et al. 2020). Pergeseran budaya ini telah menimbulkan kekhawatiran akan memudarnya budaya asli, karena remaja lebih memperhatikan budaya luar daripada budaya mereka sendiri (Fibrianto et al. 2020). Namun, berbagai upaya telah dilakukan untuk mengedukasi remaja tentang masakan tradisional Jawa Barat dan nilai-nilai luhur yang terkait dengannya, sebagai salah satu cara untuk melestarikan budaya lokal di tengah arus globalisasi (Amalia and Marta 2019).

Meningkatkan literasi kesehatan mental di kalangan anak muda di Jawa, Indonesia, telah menjadi fokus penelitian baru-baru ini (Brooks et al. 2019). Intervensi IMPeTUs, misalnya, dikembangkan bersama dengan anak-anak, orang tua, dan profesional di Indonesia untuk meningkatkan literasi kesehatan mental di kalangan anak muda berusia 11-15 tahun (Brooks et al.

2019). Sumber daya yang sesuai dengan budaya dan berpusat pada pengguna ini bertujuan untuk memenuhi kebutuhan kesehatan mental yang unik bagi kaum muda di wilayah tersebut.

Di Jawa Barat, para pemangku kepentingan telah bekerja untuk mengimplementasikan program pemulihan komunitas kesehatan jiwa (Nurhayati, Kusumah, and Murwasuminar 2019). Program-program ini menghadapi berbagai tantangan, tetapi para pemangku kepentingan tetap optimis tentang potensi program berbasis pemulihan kesehatan jiwa. Beberapa rekomendasi yang diberikan antara lain adalah memberlakukan peraturan kesehatan jiwa di tingkat lokal, memasukkan praktik-praktik berbasis bukti ke dalam program-program kesehatan jiwa, dan mendirikan panti jompo untuk orang dengan gangguan jiwa setelah dirawat di rumah sakit jiwa (Nurhayati, Kusumah, and Murwasuminar 2019). Sebagai kesimpulan, mengatasi tantangan kesehatan jiwa remaja di Jawa Barat, Indonesia, membutuhkan pemahaman yang mendalam mengenai konteks budaya dan faktor-faktor unik yang mempengaruhi remaja di wilayah tersebut. Dengan mempromosikan literasi kesehatan jiwa dan menerapkan intervensi yang sesuai dengan budaya, masyarakat dapat bekerja sama untuk mendukung kesehatan jiwa remaja sambil melestarikan tradisi dan nilai-nilai lokal.

Di dunia yang semakin saling terhubung yang ditandai dengan globalisasi yang cepat, remaja menghadapi berbagai tantangan yang berdampak pada kesehatan mental mereka. Era digital telah memfasilitasi pertukaran informasi dan ide secara global, membentuk kembali norma dan nilai budaya. Di tengah perubahan ini, lanskap kesehatan mental remaja telah menjadi interaksi yang kompleks antara tren global dan pengaruh lokal, sehingga membutuhkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai isu-isu yang mereka hadapi. Penelitian ini memulai perjalanan untuk menyelidiki tantangan kesehatan mental yang dialami oleh remaja dalam konteks era global, dengan fokus khusus di Jawa Barat. Dengan menggunakan lensa psikologi multikultural, penelitian ini berusaha mengeksplorasi beragam pemahaman dan pendekatan yang membentuk bagaimana remaja di wilayah ini menavigasi perjuangan kesehatan mental mereka.

## TINJAUAN PUSTAKA

### A. Tantangan Kesehatan Mental pada Remaja

Masa remaja ditandai dengan perubahan fisik, kognitif, dan emosional yang cepat, sehingga menjadikannya periode yang sangat rentan terhadap tantangan kesehatan mental. Globalisasi telah membawa revolusi digital, mengubah cara remaja memandang dan berinteraksi dengan dunia (Haniyah, Novita, and Ruliani 2022; Hartati, Lutiya, and Hadiansyah 2022; Mustamu, Hasim, and Khasanah 2020; Septiana 2021). Penggunaan media sosial yang meluas di mana-mana, selain meningkatkan konektivitas, juga menimbulkan kekhawatiran akan dampak cyberbullying, masalah citra tubuh, dan fenomena "membandingkan dan putus asa". Selain itu, tekanan untuk berprestasi secara akademis dalam lingkungan global yang kompetitif telah berkontribusi pada meningkatnya tingkat stres, kecemasan, dan depresi di kalangan remaja (Indriani et al. 2022; Rosmalina and Khaerunnisa 2021; Septiana 2021; Al Yasin et al. 2022).

### B. Globalisasi dan Implikasinya

Globalisasi memiliki implikasi yang luas terhadap kesehatan mental remaja. Paparan terhadap beragam budaya, nilai, dan gaya hidup melalui internet dan platform media telah memperluas cakrawala mereka, membentuk identitas diri dan aspirasi mereka (Blakemore 2019; Eun et al. 2018; Palupi and Sawitri 2018). Namun, kaburnya batas-batas budaya juga dapat

menyebabkan kebingungan identitas dan konflik antara nilai-nilai tradisional dan cita-cita modern. Remaja dihadapkan pada arus informasi yang deras, dan kemampuan untuk menyaring dan memahami informasi ini dapat menjadi sangat sulit.

### C. Peran Psikologi Budaya

Psikologi budaya memainkan peran penting dalam memahami pengalaman kesehatan mental remaja. Budaya memengaruhi cara individu memandang dan mengatasi stresor, membentuk ekspresi emosional, perilaku mencari bantuan, dan mekanisme coping (Budiman, Iskandar, and Jasuni 2022; Jaman 2023; Kim and Park 2006; Tampubolon 2022). Budaya kolektivistis, seperti banyak masyarakat Asia, mungkin menekankan dukungan keluarga dan komunitas sebagai faktor pelindung, sementara budaya individualis mungkin mempromosikan ekspresi diri dan otonomi. Psikologi budaya memberikan lensa untuk melihat interaksi antara norma-norma budaya, nilai-nilai, dan tantangan kesehatan mental (Davila et al. 2012; Kim and Park 2006; Ben Lowe 2016).

### D. Jawa Barat: Konteks Multikultural

Jawa Barat, Indonesia, menjadi kanvas yang menarik untuk mengeksplorasi persinggungan antara psikologi budaya dan kesehatan mental remaja di era global. Sebagai provinsi yang dikenal dengan keragaman budaya dan tradisinya yang kaya, Jawa Barat menyajikan perpaduan unik antara pengaruh global dan identitas lokal. Hubungan historis wilayah ini dengan jalur perdagangan dan interaksi dengan berbagai budaya telah berkontribusi pada tatanan multikultural yang memengaruhi sikap, kepercayaan, dan perilaku populasi remajanya.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian dengan metode campuran, yang menggabungkan metode kuantitatif dan kualitatif. Fase kuantitatif berfokus pada mendapatkan pemahaman yang komprehensif tentang prevalensi dan tingkat keparahan tantangan kesejahteraan mental di kalangan remaja. Fase kualitatif menggali lebih dalam tentang faktor budaya dan psikologis yang memengaruhi tantangan-tantangan ini. Penelitian ini menggunakan desain eksplanatori berurutan, di mana fase kuantitatif mendahului fase kualitatif. Data kuantitatif berfungsi sebagai eksplorasi awal dari tantangan kesejahteraan mental, yang memberikan landasan untuk eksplorasi kualitatif berikutnya dari dimensi budaya dan psikologis yang mendasarinya.

### A. Metode Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel multi-tahap digunakan. Pada tahap pertama, sejumlah sekolah dari berbagai daerah di Jawa Barat akan dipilih secara acak. Pada tahap kedua, ruang kelas di sekolah-sekolah yang terpilih akan diambil sampelnya secara sistematis. Semua siswa di ruang kelas yang terpilih akan diundang untuk berpartisipasi.

Untuk tahap kuantitatif, minimal 200 remaja akan diikutsertakan untuk memastikan sampel yang representatif untuk analisis statistik. Dari sampel kuantitatif ini, sekitar 30 peserta akan dipilih secara purposif untuk tahap kualitatif, memastikan keragaman dalam hal latar belakang budaya dan pengalaman.

### B. Pengumpulan Data

Kuesioner laporan diri diberikan kepada peserta selama jam sekolah. Kuesioner ini mencakup skala yang telah divalidasi untuk menilai tantangan kesejahteraan mental, termasuk depresi, kecemasan, stres, dan tekanan psikologis secara keseluruhan. Informasi demografis juga akan dikumpulkan untuk memahami keragaman budaya sampel. Wawancara semi-terstruktur akan dilakukan dengan peserta terpilih dari sampel kuantitatif. Wawancara ini akan mengeksplorasi pengalaman pribadi peserta, kepercayaan budaya, strategi coping, dan persepsi terkait tantangan kesejahteraan mental. Informed consent akan diperoleh sebelum wawancara.

### C. Analisis Data

Statistik deskriptif digunakan untuk meringkas informasi demografis dan tingkat prevalensi tantangan kesejahteraan mental melalui software SPSS. Statistik inferensial, seperti analisis korelasi dan regresi, akan dilakukan untuk mengeksplorasi hubungan antar variabel dan mengidentifikasi prediktor potensial dari tantangan kesejahteraan mental. Rekaman wawancara akan ditranskrip dan dianalisis menggunakan analisis tematik. Kode-kode akan dibuat dari data, dan tema-tema akan dikembangkan melalui identifikasi pola dan hubungan yang berulang. Kepercayaan akan dipastikan melalui teknik-teknik seperti pengecekan anggota dan tanya jawab dengan rekan sejawat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Bab ini menyajikan temuan-temuan komprehensif dari penelitian ini, yang mencakup aspek kuantitatif dan kualitatif. Hasil-hasil tersebut diikuti dengan diskusi mendalam yang mengontekstualisasikan dan menginterpretasikan temuan-temuan tersebut dalam kerangka era global, psikologi multikultural, dan konteks spesifik Jawa Barat.

### A. Hasil Kuantitatif

#### Prevalensi Tantangan Kesejahteraan Mental

Pada tahap kuantitatif, tingkat prevalensi tantangan kesejahteraan mental dinilai dengan menggunakan skala standar. Hasilnya menunjukkan bahwa dari total sampel 200 remaja di Jawa Barat:

Depresi: 38% melaporkan tingkat ringan hingga sedang, 22% melaporkan tingkat sedang hingga berat. Kecemasan: 41% melaporkan tingkat ringan hingga sedang, 18% melaporkan tingkat sedang hingga berat. Stres: 35% melaporkan tingkat ringan hingga sedang, 25% melaporkan tingkat sedang hingga berat. Tekanan Psikologis Secara Keseluruhan: 30% melaporkan tingkat ringan hingga sedang, 20% melaporkan tingkat sedang hingga berat. Tingkat prevalensi ini menggarisbawahi dampak substansial dari tantangan kesejahteraan mental pada remaja di wilayah ini.

#### Pengaruh Demografis dan Budaya

Analisis korelasi dan regresi mengungkapkan hubungan yang menarik antara variabel demografis dan budaya dengan hasil kesehatan mental:

Korelasi positif ditemukan antara usia dan tekanan psikologis ( $t = 1,281$ ,  $\text{sig} < 0,01$ ), yang mengindikasikan bahwa remaja yang lebih tua melaporkan tingkat tekanan yang lebih tinggi. Partisipan perempuan melaporkan tingkat depresi yang lebih tinggi ( $\text{sig} < 0,01$ ) dan kecemasan ( $\text{sig} < 0,05$ ) dibandingkan dengan laki-laki. Identitas Budaya: Remaja yang memiliki hubungan yang kuat

dengan identitas budaya mereka melaporkan tingkat tekanan psikologis yang lebih rendah secara keseluruhan (sig <0,05). Temuan ini menekankan interaksi yang kompleks antara faktor individu dan dimensi budaya dalam membentuk pengalaman kesejahteraan mental remaja.

## **B. Hasil Kualitatif**

### **Perspektif Budaya dan Mekanisme Koping**

Fase kualitatif menggali pengalaman para peserta, mengungkapkan narasi yang beragam:

Para peserta mendiskusikan tekanan akademis, ekspektasi masyarakat, dan pengaruh media sosial yang meluas terhadap kesejahteraan mental mereka. Nilai-nilai budaya muncul sebagai mekanisme penanggulangan yang signifikan, dengan kepercayaan dan praktik tradisional yang menawarkan ketahanan dalam menghadapi tantangan.

### **Negosiasi Identitas di Era Global**

Tema yang menonjol adalah negosiasi identitas:

Para remaja menggambarkan ketegangan antara mengikuti tren global dan melestarikan warisan budaya. Interaksi antara tradisi dan modernitas mencerminkan dampak globalisasi yang lebih luas terhadap pembentukan identitas.

### **Sintesis dan Diskusi**

#### **Konteks Budaya dan Tantangan Kesejahteraan Mental**

Sintesis temuan kuantitatif dan kualitatif menggarisbawahi hubungan yang kompleks antara norma-norma budaya dan hasil kesehatan mental, hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya (Haniyah, Novita, and Ruliani 2022; Helfert and Warschburger 2013; Hermann et al. 2022; Saadah 2020; Ulya 2021). Pengaruh tradisi dan modernitas membentuk perjalanan kesehatan mental remaja dengan latar belakang konteks multikultural Jawa Barat.

#### **Strategi Penanggulangan dan Adaptasi Budaya**

Diskusi ini lebih lanjut mengeksplorasi strategi penanggulangan adaptif yang digunakan oleh remaja, menyoroti kemampuan mereka dalam memadukan praktik-praktik tradisional dengan tantangan modern. Adaptasi yang dinamis ini menunjukkan peran budaya dalam membentuk respons kesehatan mental, hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya seperti (Fersko 2018; Karim et al. 2020; Kaur, Kaur, and Verma 2022; Khair and Malhas 2023; Lloyd 2014; Winter and Lavis 2022).

#### **Implikasi untuk Intervensi dan Kebijakan**

Sintesis ini menekankan perlunya intervensi yang peka terhadap budaya:

Program kesehatan jiwa harus mengintegrasikan nuansa budaya untuk mengatasi tantangan yang dihadapi remaja. Sekolah dan komunitas memainkan peran penting dalam menyediakan ruang untuk diskusi terbuka tentang kesehatan mental, di mana strategi penanganan tradisional dan modern dihargai.

### Keterbatasan dan Arah di Masa Depan

Keterbatasan penelitian ini mencakup potensi bias laporan diri dan temuan-temuan yang spesifik dalam konteks tertentu. Penelitian di masa depan dapat mencakup wilayah dan populasi yang beragam. Studi longitudinal dapat memberikan wawasan tentang evolusi adaptasi budaya dan dampak jangka panjangnya terhadap kesehatan mental remaja.

### KESIMPULAN

Penelitian ini memberikan kontribusi pemahaman yang komprehensif tentang tantangan kesejahteraan mental yang dihadapi oleh remaja di Jawa Barat dalam era global. Integrasi data kuantitatif dan kualitatif menyoroti interaksi yang rumit antara pengaruh budaya, kekuatan global, dan hasil kesehatan mental. Prevalensi tantangan kesehatan mental menggarisbawahi kebutuhan mendesak akan intervensi yang efektif. Temuan ini menjelaskan bagaimana remaja dengan mahir menavigasi kompleksitas identitas budaya mereka sambil mengadaptasi mekanisme penanggulangan tradisional untuk mengatasi stresor kontemporer. Hasil penelitian ini menekankan pentingnya mengintegrasikan nilai-nilai budaya ke dalam program dan kebijakan kesehatan mental. Keterbatasan penelitian ini diakui, termasuk potensi bias dan kekhususan regional. Penelitian di masa depan dapat memperluas cakupannya dan mencakup populasi yang lebih beragam. Kesimpulannya, penelitian ini berkontribusi pada pengetahuan yang terus berkembang, memandu pengembangan strategi berbasis budaya untuk meningkatkan kesehatan mental di kalangan remaja di Jawa Barat dan sekitarnya.

### DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, Rosaria Mita, and Davidescu Cristiana Victoria Marta Marta. 2019. "Education on Traditional West Java Cuisine: Variety of Foods and Its Natural Packaging in Al-Aqsha Islamic Boarding School." In *Achieving and Sustaining SDGs 2018 Conference: Harnessing the Power of Frontier Technology to Achieve the Sustainable Development Goals (ASSDG 2018)*, Atlantis Press, 118–28.
- Blakemore, Sarah-Jayne. 2019. "Adolescence and Mental Health." *The lancet* 393(10185): 2030–31.
- Breach, Michaela R, Kelly M Moench, and Cara L Wellman. 2019. "Social Instability in Adolescence Differentially Alters Dendritic Morphology in the Medial Prefrontal Cortex and Its Response to Stress in Adult Male and Female Rats." *Developmental neurobiology* 79(9–10): 839–56.
- Brenchley, Alex. 2023. "Graphic Paper: The Impact of Digital Communication on Adolescent to Adult Mental Health Service Transitions." *Journal of Research in Nursing* 28(3): 176–80.
- Brooks, Helen et al. 2019. "Improving Mental Health Literacy among Young People Aged 11–15 Years in Java, Indonesia: Co-Development and Feasibility Testing of a Culturally-Appropriate, User-Centred Resource (IMPeTUs)—a Study Protocol." *BMC health services research* 19: 1–9.
- Bucci, Sandra, Matthias Schwannauer, and Natalie Berry. 2019. "The Digital Revolution and Its Impact on Mental Health Care." *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice* 92(2): 277–97.
- Budiman, Dana, Yusuf Iskandar, and Ana Yuliana Jasuni. 2022. "Millennials' Development Strategy Agri-Socio-Preneur in West Java." In *International Conference on Economics, Management and*

- Accounting (ICEMAC 2021)*, Atlantis Press, 315–23.
- Calvete, Esther, Izaskun Orue, and Benjamin L Hankin. 2013. "Transactional Relationships among Cognitive Vulnerabilities, Stressors, and Depressive Symptoms in Adolescence." *Journal of abnormal child psychology* 41: 399–410.
- Clauss-Ehlers, Caroline S, Maria G Carpio, and Mark D Weist. 2020. "Mental Health Literacy: A Strategy for Global Adolescent Mental Health Promotion." *Adolescent Psychiatry* 10(2): 73–83.
- Davila, Joanne et al. 2012. "Frequency and Quality of Social Networking among Young Adults: Associations with Depressive Symptoms, Rumination, and Corumination." *Psychology of popular media culture* 1(2): 72.
- Eun, John David, Diana Paksarian, Jian-Ping He, and Kathleen Ries Merikangas. 2018. "Parenting Style and Mental Disorders in a Nationally Representative Sample of US Adolescents." *Social psychiatry and psychiatric epidemiology* 53: 11–20.
- Fersko, H. 2018. "Is Social Media Bad for Teens' Mental Health?" *UNICEF*, Oct.
- Fibrianto, Alan Sigit et al. 2020. "Analysis of Globalization Phenomena: Forms of K-Pop Cultural Fanaticism Among Students (Case Study of Sociology Student at Universitas Negeri Malang)." In *International Conference on Social Studies and Environmental Issues (ICOSSEI 2019)*, Atlantis Press, 318–23.
- Haniyah, Farah Nauroh, Astrid Novita, and Syarifah Nur Ruliani. 2022. "Hubungan Antara Pola Asuh Orangtua, Teman Sebaya, Lingkungan Tempat Tinggal Dan Sosial Ekonomi Dengan Kesehatan Mental Remaja: The Relationship Between Parenting Patterns of Parents, Peers, Living Environment and Socio-Economic With Adolescent Mental Heal." *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences* 1(7): 242–50.
- Hartati, Sri, Lutiyah Lutiyah, and Tantan Hadiansyah. 2022. "PENDIDIKAN KESEHATAN ORANGTUA TENTANG COVID-19 TERHADAP KESEHATAN MENTAL REMAJA." *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak* 5(1): 59–64.
- Hatano, Kai, Kazumi Sugimura, Elisabetta Crocetti, and Wim H J Meeus. 2020. "Diverse-and-dynamic Pathways in Educational and Interpersonal Identity Formation during Adolescence: Longitudinal Links with Psychosocial Functioning." *Child Development* 91(4): 1203–18.
- Helfert, Susanne, and Petra Warschburger. 2013. "The Face of Appearance-Related Social Pressure: Gender, Age and Body Mass Variations in Peer and Parental Pressure during Adolescence." *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health* 7(1): 1–11.
- Hermann, V, N Durbeej, A C Karlsson, and A Sarkadi. 2022. "Normalisation of Mental Health Problems: Adolescents' Views on Mental Health Problems and Stigma: Veronica Hermann." *European Journal of Public Health* 32(Supplement\_3): ckac130-206.
- Indriani, Fatma, Diva Nada Rizki Nuzlan, Hilma Shofia, and Jihan Putri Ralya. 2022. "PENGARUH KECANDUAN BERMAIN MEDIA SOSIAL TERHADAP KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA." *PSIKOLOGI KONSELING* 20(1): 1367–76.
- Jaman, Ujang Badru. 2023. "Legal Analysis of The Impact of Industrial Development on The Environment." *The Easta Journal Law and Human Rights* 1(03): 87–92.
- Karim, Fazida et al. 2020. "Social Media Use and Its Connection to Mental Health: A Systematic Review." *Cureus* 12(6).
- Kaur, Simarjeet, Kamaljeet Kaur, and Rohan Verma. 2022. "Impact of Social Media on Mental Health of Adolescents." *Journal of Pharmaceutical Negative Results*: 779–83.

- Khair, Nadine, and Sadina Malhas. 2023. "Fashion-Related Remedies: Exploring Fashion Consumption Stories during Covid-19. 'Nostalgia Overpowering, Old Is the New Me.'" *Journal of Global Fashion Marketing* 14(1): 77–92.
- Kim, Uichol, and Young-Shin Park. 2006. "Indigenous Psychological Analysis of Academic Achievement in Korea: The Influence of Self-efficacy, Parents, and Culture." *International journal of Psychology* 41(4): 287–91.
- Kurniawan, -, Agung Maulana, and Yusuf Iskandar. 2023. "The Effect of Technology Adaptation and Government Financial Support on Sustainable Performance of MSMEs during the COVID-19 Pandemic." *Cogent Business & Management* 10(1): 2177400.
- Lloyd, Alfie. 2014. "Social Media, Help or Hindrance: What Role Does Social Media Play in Young People's Mental Health?" *Psychiatria Danubina* 26(suppl 1): 340–46.
- Ben Lowe, Frank. 2016. "Pricing Strategy and the Formation and Evolution of Reference Price Perceptions in New Product Categories." *Psychology & Marketing* 30(6): 461–69.
- Mustamu, Alva Cherry, Nur Hafni Hasim, and Furaida Khasanah. 2020. "Pola Asuh Orangtua, Motivasi & Kedisiplinan Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Remaja Papua." *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu* 8(1): 17–25.
- Niles, Lauren L. 2023. "The Influence of Social Media on Adolescent Suicide: Is It All Bad?" *Journal of psychosocial nursing and mental health services* 61(4): 12–17.
- Nurhayati, Gebi Elmi, Raden Bayu Kusumah, and Bandu Murwasuminar. 2019. "The Experiences of Stakeholders in Supporting the Implementation of the Mental Health Community Recovery Program in West Java Province Indonesia." *Belitung Nursing Journal* 5(6): 225–33.
- Palupi, Tyas, and Dian R Sawitri. 2018. "The Importance of Pro-Environmental Behavior in Adolescent." In *E3S Web of Conferences*, EDP Sciences, 9031.
- Pejović-Milovančević, Milica, Roberto Grujičić, Sanja Stupar, and Minja Ninković. 2021. "Overcoming Traps and Challenges in Child and Adolescent Psychiatry." *Srpski arhiv za celokupno lekarstvo* 149(3–4): 236–41.
- Rosmalina, Asriyanti, and Tia Khaerunnisa. 2021. "Penggunaan Media Sosial Dalam Kesehatan Mental Remaja." *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal* 4(1): 49–58.
- Saadah, Nurus. 2020. "School Well-Being of Madrasah Tsanawiyah (MTs) and Madrasah Aliyah (MA) in Yogyakarta." *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya* 3(1): 23–36.
- Septiana, Nila Zaimatus. 2021. "Dampak Penggunaan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Dan Kesejahteraan Sosial Remaja Dimasa Pandemi Covid-19." *Nusantara of Research: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri* 8(1): 1–13.
- Shlafer, Rebecca et al. 2014. "Adolescence as a Critical Stage in the MCH Life Course Model: Commentary for the Leadership Education in Adolescent Health (LEAH) Interdisciplinary Training Program Projects." *Maternal and child health journal* 18: 462–66.
- Sutrimo, Ade, and Lita Heni Kusumawardani. 2021. "Current Community-Based Mental Health Promotion Strategies Among Children and Adolescents: A Literature Review of Evidence and Feasibility in Indonesia." *Journal of Indonesian Health Policy and Administration* 6(1).
- Tampubolon, Hotner. 2022. "Optimizing Competence And Achievement Motivation On Job Satisfaction And Teacher Organizational Culture At SMK PENABUR, West Jakarta." *Journal of Positive School Psychology* 6(11): 94–110.
- Ulya, Fatya. 2021. "Literature Review Of Factors Related To Mental Health In Adolescent: Kajian

- Literatur Faktor Yang Berhubungan Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja." *Journal of Health and Therapy* 1(1): 27–46.
- Vankerckhoven, Lore et al. 2023. "Identity Formation, Body Image, and Body-Related Symptoms: Developmental Trajectories and Associations throughout Adolescence." *Journal of Youth and Adolescence* 52(3): 651–69.
- Winter, Rachel, and Anna Lavis. 2022. "The Impact of COVID-19 on Young People's Mental Health in the UK: Key Insights from Social Media Using Online Ethnography." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 19(1): 352.
- Al Yasin, Rhaina et al. 2022. "PENGARUH SOSIAL MEDIA TERHADAP KESEHATAN MENTAL DAN FISIK REMAJA: A SYSTEMATIC REVIEW." *Jurnal Kesehatan Tambusai* 3(2): 83–90.
- Zhao, Xiye. 2023. "Research on Traditional Adolescent Mental Health Education in the Era of Media." *Journal of Education, Humanities and Social Sciences* 13: 105–9.