

Konstruksi Kesejahteraan Psikologis Masyarakat Berbasis Nilai Budaya Lokal dan Modal Sosial: Perspektif Psikologi Sosial dan Sosiologi Budaya

Irwan¹, Rezky Graha², Valery Muhammad Gibran³

Universitas Anak Bangsa¹, Universitas Bangka Belitung², Universitas Anak Bangsa³

Corresponding email: rezkygraha70@gmail.com

ARTICLE INFO

Article History

Received : 29-05-2026
Revised : 14-06-2026
Accepted : 03-08-2026
Published : 30-08-2026

Keywords

Kesejahteraan Psikologis
Budaya Lokal
Modal Sosial
Psikologi Sosial
Sosiologi Budaya

DOI:

<https://doi.org/10.61994/jcss.v4i2.2239>

ABSTRACT

This study aims to examine the construction of community psychological well-being shaped by local cultural values and social capital, viewed through the perspectives of social psychology and cultural sociology. A qualitative approach employing an interpretive phenomenological design was used to understand the meaning of psychological well-being based on the lived experiences of community members within their social and cultural contexts. Participants were selected using purposive sampling, taking into account their involvement in the community's social and cultural life. Data were collected through in-depth interviews, participant observation, and documentation, and subsequently analyzed using Reflexive Thematic Analysis. The findings indicate that psychological well-being is influenced not only by individual factors but also by the quality of social relationships, cultural value systems, and individual engagement in community life. The study's implications underscore the importance of strengthening local cultural values and social capital in efforts to enhance community well-being.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji konstruksi kesejahteraan psikologis masyarakat yang dibentuk melalui nilai budaya lokal dan modal sosial dalam perspektif psikologi sosial dan sosiologi budaya. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi interpretatif untuk memahami makna kesejahteraan psikologis berdasarkan pengalaman hidup masyarakat dalam konteks sosial dan budaya mereka. Partisipan dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan mempertimbangkan keterlibatan mereka dalam kehidupan sosial dan budaya komunitas. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan Reflexive Thematic Analysis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis tidak hanya dipengaruhi oleh faktor individual, tetapi juga oleh kualitas hubungan sosial, sistem nilai budaya, serta keterlibatan individu dalam kehidupan komunitas. Implikasi penelitian menegaskan pentingnya penguatan nilai budaya lokal dan modal sosial dalam upaya meningkatkan kesejahteraan masyarakat.

This is an open access article under the [CC BY-NC-SA 4.0](#) license.

Copyright ©2026 by Author. Published by collaboration between CV. Doki Course and Training with Institut Agama Islam Nahdlatul Ulama Sumatera Selatan.



Introduction

Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) semakin menjadi perhatian utama dalam kajian ilmu sosial dan kebijakan pembangunan karena tidak lagi dipahami semata-mata sebagai kondisi individual, melainkan sebagai hasil interaksi antara individu dengan lingkungan sosial, budaya, dan institusional tempat mereka hidup. Berbagai studi mutakhir menunjukkan bahwa kesejahteraan masyarakat dipengaruhi oleh faktor-faktor relasional seperti kepercayaan sosial, kohesi komunitas, partisipasi sosial, rasa memiliki terhadap komunitas, serta nilai-nilai budaya yang memberikan makna terhadap kehidupan sehari-hari (Sollis et al., 2024). Dalam konteks global, pendekatan pembangunan yang hanya berorientasi pada indikator ekonomi dinilai tidak lagi memadai untuk menjelaskan kualitas hidup masyarakat karena dimensi kesejahteraan juga dibentuk oleh pengalaman sosial, identitas budaya, dan kualitas hubungan antarwarga (Being et al., 2024). Berdasarkan observasi awal lapangan, beberapa tokoh masyarakat mengungkapkan bahwa partisipasi generasi muda dalam kegiatan budaya dan sosial komunitas cenderung menurun dibandingkan satu dekade sebelumnya. Kegiatan gotong royong, musyawarah kampung, dan berbagai tradisi lokal yang dahulu menjadi ruang interaksi sosial masyarakat kini semakin jarang diikuti secara aktif oleh sebagian warga. Fenomena ini menimbulkan kekhawatiran akan melemahnya modal sosial dan berkurangnya fungsi budaya lokal sebagai sumber dukungan psikologis masyarakat. Dalam situasi tersebut, nilai budaya lokal dan modal sosial dipandang sebagai sumber daya penting yang berpotensi memperkuat kemampuan masyarakat dalam membangun kehidupan yang bermakna, harmonis, dan sejahtera secara psikologis.

Meskipun hubungan antara kesejahteraan psikologis dan modal sosial telah banyak diteliti, sebagian besar penelitian terdahulu masih berfokus pada pengukuran kuantitatif terhadap hubungan antarvariabel, seperti pengaruh kepercayaan sosial, jaringan sosial, atau partisipasi komunitas terhadap kepuasan hidup dan kebahagiaan subjektif (Deng et al., 2024). Di sisi lain, penelitian yang secara mendalam mengeksplorasi bagaimana kesejahteraan psikologis dikonstruksi melalui pengalaman budaya lokal dan praktik sosial masyarakat masih relatif terbatas, terutama dalam konteks masyarakat non-Barat yang memiliki sistem nilai kolektif yang kuat. Kondisi tersebut menjadikan masyarakat Bangka di Provinsi Kepulauan Bangka Belitung sebagai konteks yang relevan untuk memperluas pemahaman mengenai konstruksi kesejahteraan psikologis berbasis budaya. Masyarakat Bangka memiliki kehidupan sosial yang ditandai oleh kuatnya hubungan kekerabatan, solidaritas komunitas, praktik saling membantu, serta nilai kebersamaan yang tercermin dalam berbagai praktik sosial dan kearifan lokal, termasuk filosofi Sepintu Sedulang. Nilai-nilai tersebut menyediakan konteks sosial-budaya yang memungkinkan kesejahteraan psikologis dipahami tidak hanya sebagai pengalaman intrapersonal, tetapi juga sebagai

pengalaman yang dibentuk melalui relasi sosial, rasa memiliki terhadap komunitas, dan keterlibatan individu dalam kehidupan bersama. Oleh karena itu, masyarakat Bangka merupakan kasus yang strategis untuk mengeksplorasi bagaimana nilai budaya, praktik sosial, dan pengalaman keseharian berkontribusi dalam membentuk pemaknaan kesejahteraan psikologis dalam konteks masyarakat non-Barat. Kajian kesejahteraan yang berkembang saat ini juga masih didominasi oleh perspektif psikologi individualistik yang berakar pada konteks Barat, sehingga belum sepenuhnya mampu menjelaskan variasi makna kesejahteraan yang muncul dalam komunitas yang menjunjung tinggi solidaritas sosial, gotong royong, kekerabatan, dan nilai budaya tradisional (Sollis et al., 2024). Kesenjangan ini menunjukkan adanya kebutuhan akademik untuk memahami kesejahteraan psikologis sebagai konstruksi sosial-budaya yang dibentuk melalui interaksi antara individu, komunitas, dan sistem makna yang hidup dalam masyarakat. Selain memiliki relevansi teoretis, pemahaman tersebut juga penting secara praktis untuk mendukung perumusan kebijakan pembangunan berbasis budaya dan penguatan ketahanan sosial masyarakat lokal.

Penelitian ini dibangun di atas integrasi perspektif psikologi sosial dan sosiologi budaya dalam memahami kesejahteraan psikologis masyarakat. Dari perspektif psikologi sosial, kesejahteraan dipandang sebagai hasil dari proses interaksi sosial, identifikasi kelompok, dukungan sosial, dan kualitas hubungan interpersonal yang dimiliki individu dalam komunitasnya. Sementara itu, sosiologi budaya menekankan bahwa tindakan manusia, termasuk cara memaknai kebahagiaan, kesejahteraan, dan kehidupan yang baik, tidak dapat dipisahkan dari sistem simbol, nilai, norma, dan praktik budaya yang berkembang dalam masyarakat. Dengan demikian, nilai budaya lokal tidak hanya berfungsi sebagai warisan tradisi, tetapi juga sebagai kerangka makna yang membentuk persepsi individu mengenai kehidupan yang bernilai dan sejahtera. Pada saat yang sama, modal sosial yang mencakup kepercayaan, norma timbal balik, solidaritas, dan jaringan sosial berperan sebagai mekanisme yang menghubungkan individu dengan sumber daya sosial yang mendukung kesejahteraan mereka (Yunike, 2024). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa komunitas dengan tingkat modal sosial yang tinggi cenderung memiliki tingkat kesejahteraan yang lebih baik karena mampu menciptakan lingkungan yang mendukung, meningkatkan rasa aman, serta memperkuat ketahanan individu dalam menghadapi berbagai tantangan sosial dan ekonomi.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkonstruksi pemahaman mengenai kesejahteraan psikologis masyarakat melalui perspektif nilai budaya lokal dan modal sosial dalam kerangka psikologi sosial dan sosiologi budaya. Secara khusus, penelitian ini berupaya menjawab pertanyaan: (1) bagaimana masyarakat memaknai kesejahteraan psikologis dalam konteks budaya lokal yang mereka hidupi; (2) bagaimana nilai-nilai budaya lokal berkontribusi terhadap pembentukan kesejahteraan psikologis masyarakat; dan (3) bagaimana modal sosial berperan dalam memperkuat atau mempertahankan kesejahteraan psikologis pada tingkat komunitas. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif, penelitian ini tidak berfokus pada pengujian hubungan kausal

antarvariabel, melainkan pada penggalian makna, pengalaman, dan konstruksi sosial yang berkembang dalam kehidupan masyarakat sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih kontekstual dan mendalam mengenai kesejahteraan psikologis.

Kontribusi ilmiah penelitian ini terletak pada upayanya untuk memperluas diskursus kesejahteraan psikologis dari pendekatan yang dominan individualistik menuju pendekatan yang lebih kontekstual, relasional, dan berbasis budaya. Berbeda dengan sebagian besar penelitian sebelumnya yang menempatkan modal sosial sebagai prediktor statistik kesejahteraan, penelitian ini memosisikan modal sosial dan nilai budaya lokal sebagai unsur yang secara bersama-sama membentuk konstruksi sosial mengenai kesejahteraan psikologis masyarakat. Selain itu, penelitian ini menawarkan integrasi konseptual antara psikologi sosial dan sosiologi budaya dalam menjelaskan kesejahteraan psikologis sebagai fenomena yang tidak hanya berkaitan dengan kondisi intrapersonal, tetapi juga dengan sistem makna budaya dan relasi sosial yang hidup dalam komunitas. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis terhadap pengembangan kajian kesejahteraan berbasis budaya lokal sekaligus menyediakan dasar empiris bagi pengembangan kebijakan pembangunan masyarakat yang lebih sensitif terhadap konteks sosial dan budaya setempat

Method

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi interpretatif (*interpretive phenomenological approach*) yang bertujuan untuk memahami bagaimana masyarakat mengonstruksi makna kesejahteraan psikologis melalui pengalaman hidup yang berakar pada nilai budaya lokal dan modal sosial yang berkembang dalam komunitas mereka. Pendekatan ini dipilih karena penelitian tidak berupaya menguji hubungan kausal antarvariabel, melainkan mengeksplorasi secara mendalam pengalaman subjektif, pemaknaan sosial, serta proses-proses budaya yang membentuk persepsi kesejahteraan psikologis masyarakat. Dalam konteks penelitian ini, kesejahteraan psikologis dipandang sebagai fenomena sosial-budaya yang dibangun melalui interaksi antara individu, komunitas, dan sistem nilai yang hidup dalam masyarakat. Oleh karena itu, pendekatan fenomenologi interpretatif dinilai paling sesuai untuk menangkap pengalaman, keyakinan, serta makna yang diberikan masyarakat terhadap kesejahteraan dalam kehidupan sehari-hari.

Partisipan

Partisipan penelitian direkrut menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan informan secara sengaja berdasarkan karakteristik yang relevan dengan tujuan penelitian. Kriteria inklusi meliputi: (1) berusia minimal 18 tahun; (2) berdomisili di wilayah penelitian selama minimal lima tahun; (3) terlibat secara aktif dalam kehidupan sosial masyarakat atau kegiatan budaya lokal; serta (4) bersedia mengikuti seluruh proses penelitian melalui pemberian persetujuan partisipasi (*informed consent*). Sementara itu, individu yang mengalami gangguan komunikasi yang dapat menghambat proses wawancara

mendalam atau tidak bersedia direkam selama wawancara tidak diikutsertakan dalam penelitian.

Proses rekrutmen dilakukan melalui koordinasi dengan tokoh masyarakat, pemimpin komunitas, dan pengurus organisasi sosial setempat yang membantu mengidentifikasi calon partisipan yang memenuhi kriteria penelitian. Pengumpulan data dilakukan hingga mencapai kejenuhan data (data saturation), yaitu kondisi ketika wawancara tambahan tidak lagi menghasilkan informasi atau tema baru yang signifikan. Berdasarkan prinsip tersebut, penelitian melibatkan 30 partisipan utama yang terdiri atas tokoh masyarakat, anggota komunitas, pelaku budaya, serta warga yang memiliki pengalaman panjang dalam kehidupan sosial dan budaya lokal.

Untuk memahami konteks sosial dan budaya masyarakat yang menjadi lokasi penelitian, peneliti melaksanakan survei pendahuluan terhadap 240 warga sebagai bagian dari proses pemetaan awal lapangan. Survei ini digunakan untuk menggambarkan karakteristik demografis masyarakat dan mendukung proses identifikasi partisipan yang relevan dengan fokus penelitian fenomenologi. Distribusi karakteristik responden survei pendahuluan tersebut disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Demografis Responden Survei Pendahuluan (n = 240)

Variabel	Kategori	n	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	102	42,5
	Perempuan	138	57,5
Usia	18–30 tahun	68	28,3
	31–45 tahun	91	37,9
	46–60 tahun	56	23,3
	>60 tahun	25	10,5
Pendidikan Terakhir	SD/Sederajat	32	13,3
	SMP/Sederajat	48	20,0
	SMA/Sederajat	97	40,4
	Diploma/Sarjana	63	26,3
Pekerjaan	Petani/Nelayan	41	17,1
	Wiraswasta	56	23,3
	Pegawai	62	25,8
	Ibu Rumah Tangga	39	16,3
	Lainnya	42	17,5
Lama Tinggal di Wilayah	<10 tahun	35	14,6
	10–20 tahun	61	25,4
	>20 tahun	144	60,0

Seluruh partisipan menerima penjelasan mengenai tujuan penelitian, manfaat penelitian, hak partisipan untuk mengundurkan diri kapan saja tanpa konsekuensi apa pun, serta mekanisme perlindungan kerahasiaan data. Persetujuan partisipasi diperoleh sebelum

proses pengumpulan data dimulai. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Sosial dan Humaniora di universitas peneliti sebelum proses pengumpulan data dilakukan. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Sosial dan Humaniora di universitas peneliti sebelum proses pengumpulan data dilakukan. Persetujuan tersebut diberikan setelah prosedur penelitian ditinjau berdasarkan prinsip-prinsip etika penelitian, termasuk pemberian informasi yang memadai kepada partisipan, persetujuan partisipasi secara sukarela, perlindungan kerahasiaan identitas, serta penghormatan terhadap hak partisipan selama proses penelitian. ebut diberikan setelah prosedur penelitian ditinjau berdasarkan prinsip-prinsip etika penelitian, termasuk pemberian informasi yang memadai kepada partisipan, persetujuan partisipasi secara sukarela, perlindungan kerahasiaan identitas, serta penghormatan terhadap hak partisipan selama proses penelitian.

Instrumen

Data penelitian dikumpulkan menggunakan beberapa instrumen utama yang lazim digunakan dalam penelitian kualitatif. Instrumen utama adalah pedoman wawancara semi-terstruktur yang dirancang untuk mengeksplorasi persepsi, pengalaman, nilai budaya, hubungan sosial, dan makna kesejahteraan psikologis menurut perspektif partisipan. Pedoman wawancara disusun berdasarkan kerangka konseptual yang mengintegrasikan perspektif psikologi sosial mengenai dukungan sosial, identitas sosial, dan relasi komunitas dengan perspektif sosiologi budaya mengenai nilai, norma, simbol, dan praktik budaya lokal.

Selain wawancara mendalam, penelitian juga menggunakan lembar observasi lapangan untuk mendokumentasikan interaksi sosial, aktivitas budaya, praktik gotong royong, kegiatan keagamaan, serta bentuk-bentuk partisipasi sosial yang berlangsung dalam komunitas. Catatan lapangan (*field notes*) digunakan untuk merekam konteks sosial dan budaya yang tidak selalu dapat diungkap melalui wawancara.

Untuk meningkatkan kedalaman dan validitas data, peneliti juga mengumpulkan dokumen pendukung berupa arsip komunitas, catatan kegiatan budaya, foto kegiatan sosial, serta dokumen lain yang relevan dengan kehidupan sosial masyarakat. Seluruh instrumen telah ditelaah oleh dua ahli yang memiliki kompetensi dalam bidang psikologi sosial dan penelitian budaya guna memastikan kesesuaian isi instrumen dengan tujuan penelitian.

Prosedur

Pengumpulan data dilaksanakan selama empat bulan. Tahap awal penelitian diawali dengan observasi pendahuluan untuk memahami karakteristik sosial dan budaya masyarakat serta membangun hubungan dengan tokoh masyarakat dan calon partisipan. Setelah memperoleh izin dari pemangku kepentingan setempat, peneliti melakukan proses rekrutmen partisipan dan menjelaskan tujuan penelitian, prosedur pelaksanaan, serta hak-hak partisipan sebelum memperoleh persetujuan partisipasi secara tertulis.

Wawancara mendalam dilakukan secara tatap muka di lokasi yang disepakati bersama oleh peneliti dan partisipan. Setiap sesi wawancara berlangsung antara 45 hingga 90 menit dan direkam menggunakan perangkat perekam digital setelah memperoleh izin dari

partisipan. Selama proses wawancara, peneliti juga mencatat ekspresi nonverbal, konteks sosial, dan refleksi lapangan yang dianggap relevan terhadap interpretasi data.

Selain wawancara, peneliti melakukan observasi partisipatif terhadap aktivitas sosial dan budaya masyarakat untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai praktik-praktik yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis, nilai budaya lokal, dan modal sosial. Seluruh data yang diperoleh disimpan dalam media penyimpanan yang terlindungi kata sandi dan hanya dapat diakses oleh tim penelitian. Identitas partisipan dianonimkan menggunakan kode khusus guna menjaga kerahasiaan dan privasi mereka.

Analisis Data

Data dianalisis menggunakan *Reflexive Thematic Analysis* yang dikembangkan oleh Braun dan Clarke. Analisis dilakukan secara bertahap melalui enam langkah utama, yaitu: (1) familiarisasi dengan data melalui pembacaan berulang transkrip wawancara dan catatan lapangan; (2) pembuatan kode awal (*initial coding*); (3) pencarian tema-tema potensial; (4) penelaahan dan penyempurnaan tema; (5) pendefinisian dan penamaan tema; serta (6) penyusunan narasi interpretatif yang menggambarkan konstruksi kesejahteraan psikologis masyarakat berdasarkan nilai budaya lokal dan modal sosial.

Seluruh wawancara ditranskripsi secara verbatim sebelum dianalisis. Proses pengodean dilakukan secara induktif dengan memberikan perhatian khusus pada pengalaman partisipan, makna budaya yang muncul, bentuk-bentuk relasi sosial, serta faktor-faktor yang dianggap berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis. Untuk membantu proses pengelolaan data dan organisasi kode, penelitian menggunakan perangkat lunak NVivo 14.

Untuk menjamin ketelitian (*rigour*) dan keterpercayaan (*trustworthiness*) penelitian, beberapa strategi diterapkan, yaitu triangulasi sumber data, *member checking*, *peer debriefing*, serta penyusunan audit trail yang mendokumentasikan seluruh proses pengumpulan dan analisis data. Triangulasi dilakukan dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari berbagai partisipan, observasi lapangan, dan dokumen pendukung. Member checking dilakukan dengan meminta beberapa partisipan meninjau kembali ringkasan hasil wawancara untuk memastikan kesesuaian interpretasi peneliti dengan pengalaman yang mereka maksudkan. Seluruh proses analisis dilakukan secara reflektif untuk meminimalkan bias interpretatif dan meningkatkan kredibilitas temuan penelitian.

Results and Discussion

Kesejahteraan Psikologis Dimaknai sebagai Harmoni Sosial dan Kedamaian Kolektif

Hasil analisis menunjukkan bahwa partisipan tidak memaknai kesejahteraan psikologis semata-mata sebagai kondisi emosional individu, kebahagiaan pribadi, atau pencapaian personal. Sebagian besar partisipan memandang kesejahteraan psikologis sebagai keadaan yang ditandai oleh keharmonisan hubungan dalam keluarga, lingkungan sekitar, dan komunitas. Kehidupan yang tenteram, hubungan yang rukun dengan tetangga,

serta minimnya konflik sosial dipersepsikan sebagai indikator utama kesejahteraan psikologis.

Partisipan menegaskan bahwa seseorang tidak dapat merasa benar-benar sejahtera apabila hubungan sosial di sekitarnya mengalami ketegangan. Sebaliknya, individu yang hidup dalam kondisi ekonomi sederhana tetap dapat merasakan kebahagiaan dan ketenangan apabila berada dalam lingkungan sosial yang saling mendukung. Bagi masyarakat, kesejahteraan psikologis tidak hanya berasal dari kondisi internal individu, tetapi juga dari kualitas hubungan yang terjalin dalam kehidupan sosial sehari-hari.

Temuan ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan konstruksi sosial yang dibentuk melalui interaksi dan relasi antarmanusia. Dalam perspektif psikologi sosial, hubungan interpersonal yang positif berkontribusi terhadap terbentuknya rasa aman, penerimaan sosial, dan identitas diri yang sehat. Sementara itu, dari perspektif sosiologi budaya, harmoni sosial merupakan nilai budaya yang menjadi acuan masyarakat dalam mendefinisikan kehidupan yang baik. Dengan demikian, kesejahteraan psikologis muncul sebagai hasil dari keberhasilan individu dalam menjaga hubungan yang selaras dengan lingkungan sosialnya.

Nilai Budaya Lokal sebagai Sumber Makna Kehidupan

Tema kedua menunjukkan bahwa nilai budaya lokal memiliki peran penting dalam membentuk cara masyarakat memahami dan merasakan kesejahteraan psikologis. Partisipan secara konsisten menyebutkan nilai-nilai seperti gotong royong, saling menghormati, kekeluargaan, kepedulian terhadap sesama, dan tanggung jawab sosial sebagai landasan kehidupan yang membawa ketenangan dan kebahagiaan.

Berbagai tradisi budaya, kegiatan adat, perayaan keagamaan, dan aktivitas komunitas dipandang sebagai sarana yang memperkuat hubungan sosial sekaligus memberikan makna dalam kehidupan. Melalui keterlibatan dalam aktivitas budaya tersebut, masyarakat merasa menjadi bagian dari suatu identitas kolektif yang lebih besar. Hal ini menumbuhkan rasa memiliki, kebanggaan, dan keterikatan terhadap komunitas.

Sebaliknya, beberapa partisipan mengungkapkan kekhawatiran terhadap semakin berkurangnya praktik budaya tradisional akibat perubahan sosial dan perkembangan teknologi. Menurut mereka, menurunnya keterlibatan masyarakat dalam aktivitas budaya dapat mengurangi rasa kebersamaan dan meningkatkan kecenderungan individualisme. Kondisi tersebut berpotensi melemahkan sumber-sumber psikologis yang selama ini diperoleh melalui interaksi sosial dan budaya.

Temuan ini mengindikasikan bahwa budaya tidak hanya berfungsi sebagai warisan tradisional, tetapi juga sebagai sistem makna yang membantu individu memahami dirinya, relasinya dengan orang lain, serta tujuan hidup yang dianggap bernilai dalam masyarakat.

Modal Sosial sebagai Sumber Dukungan dan Ketahanan Psikologis

Tema ketiga berkaitan dengan pentingnya modal sosial dalam menopang kesejahteraan psikologis masyarakat. Partisipan menggambarkan modal sosial melalui berbagai bentuk kepercayaan, kerja sama, solidaritas, saling membantu, dan partisipasi dalam kegiatan komunitas. Hubungan sosial yang kuat dipandang sebagai sumber daya penting ketika individu menghadapi berbagai kesulitan hidup.

Banyak partisipan menceritakan pengalaman memperoleh bantuan dari tetangga, kerabat, atau kelompok masyarakat ketika menghadapi masalah ekonomi, sakit, musibah, maupun persoalan keluarga. Dukungan tersebut tidak hanya berbentuk bantuan material, tetapi juga dukungan emosional, nasihat, dan perhatian sosial yang memberikan rasa nyaman dan mengurangi beban psikologis.

Kepercayaan yang berkembang di antara anggota komunitas juga menjadi faktor penting dalam membangun rasa aman dan keyakinan bahwa individu tidak menghadapi masalah seorang diri. Dalam komunitas yang memiliki tingkat kepercayaan tinggi, masyarakat lebih mudah bekerja sama dan saling mendukung dalam berbagai situasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa modal sosial berfungsi sebagai mekanisme perlindungan psikologis. Melalui jaringan sosial yang kuat, individu memperoleh akses terhadap sumber daya sosial yang dapat meningkatkan kemampuan mereka dalam menghadapi tekanan hidup dan menjaga kesejahteraan psikologis.

Identitas Kolektif dan Rasa Memiliki terhadap Komunitas

Tema berikutnya menunjukkan bahwa identitas kolektif dan rasa memiliki terhadap komunitas menjadi sumber penting kesejahteraan psikologis masyarakat. Partisipan mengungkapkan kebanggaan terhadap budaya lokal, sejarah komunitas, dan nilai-nilai yang diwariskan oleh generasi sebelumnya. Identitas tersebut memberikan rasa kebermaknaan dan posisi sosial yang jelas dalam kehidupan masyarakat. Keterlibatan dalam kegiatan sosial dan budaya membuat individu merasa dihargai, diakui, dan diterima oleh komunitasnya. Perasaan menjadi bagian dari kelompok yang memiliki tujuan dan nilai bersama memberikan kontribusi terhadap munculnya rasa puas dan bahagia dalam kehidupan sehari-hari.

Sebaliknya, individu yang kurang terlibat dalam aktivitas komunitas cenderung mengalami perasaan terasing, kesepian, atau kurang memiliki makna sosial. Hal ini menunjukkan bahwa keterhubungan dengan komunitas merupakan kebutuhan psikologis yang penting bagi masyarakat.

Dari perspektif psikologi sosial, identitas kelompok membantu individu membangun harga diri dan rasa keberhargaan. Sementara itu, sosiologi budaya menjelaskan bahwa identitas kolektif dibentuk melalui simbol, nilai, dan praktik budaya yang dipertahankan secara bersama-sama. Oleh karena itu, kesejahteraan psikologis tidak hanya berkaitan dengan kondisi individu, tetapi juga dengan kualitas keterikatannya terhadap komunitas.

Interaksi Dinamis antara Nilai Budaya Lokal dan Modal Sosial

Tema terakhir menunjukkan bahwa nilai budaya lokal dan modal sosial tidak bekerja secara terpisah, melainkan membentuk hubungan yang saling memperkuat dalam konstruksi kesejahteraan psikologis masyarakat. Dalam sintesis teoretis penelitian ini, sistem simbol dan nilai lokal berperan sebagai landasan sosiokultural yang memberikan makna terhadap praktik kebersamaan, saling membantu, dan tanggung jawab sosial. Nilai-nilai tersebut kemudian diinternalisasi oleh individu melalui *proses social identity*, sehingga rasa memiliki terhadap komunitas dan identitas sebagai bagian dari kelompok menjadi semakin kuat. Pada saat yang sama, keterlibatan dalam praktik sosial berbasis nilai lokal dapat memperluas dan memperkuat *perceived social support*, karena individu memperoleh pengalaman nyata mengenai kepedulian, bantuan, penerimaan, dan keterhubungan sosial dari lingkungan komunitasnya. Dengan demikian, dimensi sosiologi budaya dan psikologi sosial berinteraksi secara timbal balik: nilai dan simbol budaya membentuk cara individu memaknai hubungan sosial, sementara pengalaman dukungan sosial dan identitas komunitas turut memperkuat keberlanjutan nilai budaya dalam kehidupan sehari-hari. Interaksi tersebut pada akhirnya menciptakan mekanisme sosial-psikologis yang mendukung terbentuknya kesejahteraan psikologis, terutama melalui rasa memiliki, kebermaknaan hidup, keterhubungan sosial, dan kemampuan individu untuk menjalani kehidupan secara harmonis dalam komunitas.

Gambar 1. Sintesis Konseptual Konstruksi Kesejahteraan Psikologis Berbasis Budaya Lokal



Nilai-nilai budaya seperti gotong royong, solidaritas, kebersamaan, dan kekeluargaan mendorong terbentuknya hubungan sosial yang dilandasi kepercayaan dan kerja sama. Pada saat yang sama, jaringan sosial yang kuat memungkinkan nilai-nilai budaya tersebut diwariskan dan dipraktikkan secara berkelanjutan dalam kehidupan masyarakat. Berbagai kegiatan budaya dan sosial menjadi ruang yang mempertemukan kedua unsur tersebut. Melalui kegiatan adat, perayaan keagamaan, kerja bakti, dan berbagai bentuk aktivitas kolektif lainnya, masyarakat tidak hanya mempertahankan tradisi budaya, tetapi juga memperkuat hubungan sosial yang menjadi sumber kesejahteraan psikologis.

Temuan ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan hasil dari interaksi berkelanjutan antara sistem makna budaya dan sumber daya sosial yang dimiliki komunitas. Nilai budaya lokal memberikan arah dan makna terhadap kehidupan, sedangkan modal sosial menyediakan dukungan nyata yang membantu individu menjalani kehidupan secara lebih positif dan adaptif.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis masyarakat dimaknai terutama sebagai kondisi harmoni sosial yang ditandai oleh hubungan interpersonal yang positif, minim konflik, serta adanya dukungan sosial dalam kehidupan sehari-hari. Hasil ini memperkuat pandangan bahwa kesejahteraan psikologis tidak hanya berakar pada faktor individual, tetapi juga pada kualitas hubungan sosial yang dimiliki seseorang dalam komunitasnya. Penelitian (Kim et al., 2024) menunjukkan bahwa kohesi sosial lingkungan berkontribusi terhadap peningkatan kebahagiaan, optimisme, dan berbagai indikator kesejahteraan psikologis pada masa dewasa. Demikian pula, penelitian mengenai modal sosial komunitas menunjukkan bahwa keterhubungan sosial dan rasa saling percaya menjadi faktor penting dalam menjaga kesehatan mental dan kualitas hidup masyarakat. Temuan mengenai pentingnya harmoni sosial juga menunjukkan bahwa masyarakat cenderung memandang kesejahteraan sebagai fenomena yang bersifat relasional. Dalam konteks budaya kolektivistik, individu memperoleh rasa aman dan kenyamanan psikologis melalui hubungan yang erat dengan keluarga, tetangga, dan komunitas. Perspektif ini sejalan dengan kajian lintas budaya yang menunjukkan bahwa definisi kesejahteraan berbeda antarbudaya dan sering kali dipengaruhi oleh nilai-nilai kolektif yang hidup dalam masyarakat. (Sollis et al., 2024) menemukan bahwa konsep kesejahteraan yang digunakan masyarakat di berbagai negara tidak bersifat universal, melainkan dibentuk oleh konteks budaya, sejarah, dan struktur sosial masing-masing komunitas.

Temuan berikutnya menunjukkan bahwa nilai budaya lokal berperan sebagai sumber makna yang membentuk persepsi masyarakat mengenai kehidupan yang baik. Nilai-nilai budaya lokal seperti gotong royong, kebersamaan, saling menghormati, dan tanggung jawab sosial tidak hanya mengatur perilaku dalam kehidupan bermasyarakat, tetapi juga menjadi sumber makna yang membantu individu membangun identitas, rasa memiliki, dan tujuan hidup. Dalam konteks masyarakat Bangka, nilai-nilai tersebut tercermin dalam kearifan lokal Sepintu Sedulang, yang merepresentasikan semangat kebersamaan, saling membantu, dan tanggung jawab kolektif dalam kehidupan sosial. Filosofi ini menekankan bahwa

kehidupan masyarakat dibangun melalui kesediaan untuk berbagi, bekerja bersama, dan menjaga hubungan harmonis dengan sesama.

Dengan demikian, kesejahteraan dalam perspektif budaya lokal tidak semata-mata dipahami sebagai kondisi individual, tetapi juga sebagai pengalaman yang terbentuk melalui keterhubungan sosial, kepedulian terhadap orang lain, dan partisipasi dalam kehidupan komunitas. Nilai-nilai yang terkandung dalam Sepintu Sedulang menunjukkan bahwa kearifan lokal dapat menjadi sumber psikologis dan sosial yang membantu individu memperoleh rasa kebermaknaan, identitas kolektif, serta orientasi terhadap kehidupan yang lebih harmonis. Hasil ini mendukung pandangan bahwa budaya berfungsi sebagai sistem makna yang memengaruhi cara individu memahami kebahagiaan, kesejahteraan, dan kualitas hidup. Kajian Kapoor dan Misra (2024) menegaskan bahwa etos budaya memiliki hubungan yang erat dengan kesejahteraan psikologis karena budaya menyediakan kerangka nilai yang membantu individu menginterpretasikan pengalaman hidupnya. Selain itu, (Stan & Peng, 2024) menunjukkan bahwa identitas budaya memiliki kontribusi signifikan terhadap perkembangan kesejahteraan eudaimonik melalui peningkatan makna hidup dan keterhubungan sosial.

Penelitian ini juga menemukan bahwa modal sosial berfungsi sebagai sumber daya penting yang memperkuat ketahanan psikologis masyarakat. Kepercayaan, solidaritas, jaringan sosial, dan praktik saling membantu memberikan dukungan yang memungkinkan individu menghadapi berbagai tantangan kehidupan secara lebih adaptif. Temuan ini konsisten dengan penelitian (Deng et al., 2024) yang menunjukkan bahwa modal sosial komunitas berkontribusi secara signifikan terhadap kesejahteraan subjektif melalui peningkatan *psychological flourishing*. Penelitian lain di Ghana juga menunjukkan bahwa kepercayaan interpersonal dan kohesi sosial berperan sebagai mekanisme psikososial yang memperkuat partisipasi masyarakat dalam aktivitas yang mendukung kesehatan mental komunitas.

Lebih lanjut, hasil penelitian menunjukkan bahwa identitas kolektif dan rasa memiliki terhadap komunitas merupakan sumber penting kesejahteraan psikologis. Keterlibatan dalam kegiatan budaya, tradisi lokal, dan aktivitas sosial memberikan rasa bangga, pengakuan sosial, serta kebermaknaan hidup bagi masyarakat. Temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa keterikatan terhadap komunitas dan warisan budaya berkontribusi terhadap peningkatan kesejahteraan subjektif. Kajian mengenai warisan budaya dan kesejahteraan menunjukkan bahwa keterlibatan masyarakat dalam aktivitas budaya memperkuat identitas sosial sekaligus meningkatkan kepuasan hidup dan kesejahteraan emosional.

Temuan paling penting dalam penelitian ini adalah adanya hubungan yang saling memperkuat antara nilai budaya lokal dan modal sosial dalam membentuk kesejahteraan psikologis masyarakat. Nilai budaya seperti gotong royong dan solidaritas mendorong terbentuknya jaringan sosial yang kuat, sementara modal sosial memungkinkan nilai-nilai tersebut dipertahankan dan diwariskan secara berkelanjutan. Dengan demikian,

kesejahteraan psikologis masyarakat tidak dapat dijelaskan hanya melalui faktor individual ataupun struktural semata. Sebaliknya, kesejahteraan muncul sebagai hasil interaksi antara sistem makna budaya dan sumber daya sosial yang hidup dalam komunitas.

Dari perspektif psikologi sosial, temuan ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis berkembang melalui pengalaman keterhubungan sosial, dukungan interpersonal, dan identitas kelompok yang positif. Sementara itu, dari perspektif sosiologi budaya, kesejahteraan dipahami sebagai produk dari sistem nilai, norma, simbol, dan praktik budaya yang memberikan arah bagi kehidupan sosial masyarakat. Integrasi kedua perspektif tersebut menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai kesejahteraan psikologis, khususnya dalam masyarakat yang masih mempertahankan orientasi kolektivistik dan nilai-nilai budaya lokal yang kuat.

Kontribusi teoretis penelitian ini terletak pada pengembangan model konseptual yang menempatkan kesejahteraan psikologis sebagai konstruksi sosial-budaya yang dibentuk melalui interaksi antara modal sosial dan nilai budaya lokal. Berbeda dengan sebagian besar penelitian terdahulu yang menempatkan modal sosial sebagai prediktor statistik kesejahteraan, penelitian ini menunjukkan bahwa modal sosial dan budaya lokal bekerja secara simultan dalam membentuk makna kesejahteraan yang hidup dalam masyarakat. Temuan ini memperluas literatur psikologi sosial dan sosiologi budaya dengan memberikan bukti bahwa kesejahteraan psikologis masyarakat tidak hanya bergantung pada kondisi individu, tetapi juga pada kualitas relasi sosial dan keberlanjutan sistem budaya yang menopang kehidupan komunitas.

Untuk meningkatkan kredibilitas temuan, penelitian ini menerapkan prosedur member checking dengan melibatkan enam partisipan yang mewakili beragam latar belakang sosial dan budaya. Proses ini dilakukan dengan meminta partisipan meninjau kembali ringkasan hasil wawancara yang telah ditranskripsikan dan diinterpretasikan oleh peneliti. Secara umum, partisipan menyatakan bahwa ringkasan tersebut telah menggambarkan pengalaman dan pandangan mereka secara akurat. Beberapa masukan yang diberikan berkaitan dengan penegasan konteks sosial dan budaya tertentu, yang kemudian diakomodasi dalam proses interpretasi data. Hasil member checking memperkuat keyakinan bahwa tema-tema yang dihasilkan merepresentasikan pengalaman partisipan secara memadai.

Conclusion

Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana kesejahteraan psikologis masyarakat dikonstruksi melalui nilai budaya lokal dan modal sosial dalam perspektif psikologi sosial dan sosiologi budaya. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis masyarakat merupakan konstruksi sosial-budaya yang terbentuk melalui interaksi dinamis antara sistem nilai budaya lokal dan hubungan sosial yang berkembang dalam komunitas. Bagi masyarakat, kesejahteraan psikologis tidak semata-mata dimaknai sebagai kondisi emosional individu, melainkan sebagai keadaan yang

ditandai oleh harmoni sosial, rasa memiliki terhadap komunitas, kebermaknaan hidup, serta keberadaan jaringan sosial yang saling mendukung.

Penelitian ini menunjukkan bahwa nilai budaya lokal berfungsi sebagai kerangka makna yang membantu masyarakat mendefinisikan kehidupan yang baik, mengarahkan perilaku sosial, dan membangun identitas kolektif. Pada saat yang sama, modal sosial yang tercermin dalam kepercayaan, solidaritas, partisipasi sosial, dan praktik saling membantu berperan sebagai sumber daya relasional yang memperkuat ketahanan psikologis individu maupun komunitas. Dengan demikian, kesejahteraan psikologis masyarakat muncul bukan hanya dari kondisi personal, tetapi juga dari kemampuan komunitas dalam mempertahankan nilai-nilai budaya dan membangun hubungan sosial yang berkualitas.

Kontribusi teoretis penelitian ini terletak pada penguatan perspektif bahwa kesejahteraan psikologis perlu dipahami sebagai fenomena yang bersifat kontekstual, relasional, dan kultural. Integrasi perspektif psikologi sosial dan sosiologi budaya menunjukkan bahwa pemaknaan kesejahteraan tidak dapat dilepaskan dari lingkungan sosial dan budaya tempat individu hidup. Temuan ini memperluas kajian kesejahteraan psikologis yang selama ini lebih banyak didominasi oleh pendekatan individualistik dengan menghadirkan pemahaman yang lebih sesuai untuk masyarakat yang berorientasi kolektivistik.

Implikasi praktis penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan kesejahteraan psikologis masyarakat dapat dilakukan dengan memanfaatkan nilai budaya lokal dan modal sosial yang telah berkembang di masyarakat. Pemerintah daerah dapat mengembangkan program pemberdayaan masyarakat yang mengintegrasikan nilai Sepintu Sedulang, gotong royong, kebersamaan, dan kepedulian sosial melalui kegiatan yang melibatkan warga secara langsung. Bentuk kegiatan dapat berupa gotong royong lingkungan, kegiatan sosial lintas generasi, forum warga, kegiatan kebudayaan, serta pemanfaatan balai desa dan ruang publik sebagai tempat interaksi masyarakat. Kegiatan tersebut diharapkan dapat meningkatkan hubungan sosial, rasa saling percaya, dukungan antarwarga, dan rasa memiliki terhadap komunitas. Pemerintah daerah juga dapat melibatkan tokoh masyarakat, kelompok pemuda, organisasi sosial, dan komunitas budaya sebagai penggerak kegiatan agar program sesuai dengan kebutuhan masyarakat. Keberhasilan program dapat dievaluasi melalui tingkat partisipasi warga, jumlah kegiatan yang dilaksanakan, keterlibatan kelompok masyarakat, tingkat dukungan sosial, dan perubahan kesejahteraan psikologis masyarakat. Dengan demikian, pelestarian budaya lokal tidak hanya berfungsi untuk mempertahankan identitas masyarakat, tetapi juga dapat dimanfaatkan sebagai salah satu strategi dalam memperkuat hubungan sosial dan kesejahteraan psikologis masyarakat.

Declarations

Statement on the Use of Artificial Intelligence. This article did not use AI assistance.

Author contribution statement. Each author contributed according to their respective responsibilities.

Funding statement. No funding was received.

Conflict of interest. There are no conflicts of interest regarding the publication of this article.

References

- Being, W., Study, C., Schlossarek, M., Harmáček, J., Seidlová, A., & Suchá, L. (2024). Inequalities and Social Capital as Factors of Subjective. *Journal of Happiness Studies*, 25(7), 1–24. <https://doi.org/10.1007/s10902-024-00778-z>
- Deng, X., Wei, Z., Lu, H., Tu, C., & Yang, Y. (2024). *Community Social Capital Enhances the Subjective Well-Being of Urban Residents : The Mediating Role of Psychological Flourishing and Moderating Effect of Educational Attainment*.
- Esmeria, S. K., Lumbera, F. G. B., Magat, W. D. P., Reyes, M. C. A. S., Roque, G. R. B., & Guballa, M. J. S. (2024). *Understanding the influence of traditional beliefs on mental well-being: A qualitative inquiry*. *International Journal of Research and Innovation in Social Science*. <https://doi.org/10.47772/IJRISS.2024.803115>
- Kapoor, N., & Misra, A. K. (2024). *Critical review of cultural ethos, well-being and psychological health measures*. *International Journal of Indian Psychology*, 12(3). <https://doi.org/10.25215/1203.284>
- Kim, E. S., Wilkinson, R., Case, B. W., Cowden, R. G., Okuzono, S. S., & Vanderweele, T. J. (2024). *Connected communities : Perceived neighborhood social cohesion during adolescence and subsequent health and well - being in young adulthood — An outcome - wide longitudinal approach*. December 2023, 774–791. <https://doi.org/10.1002/jcop.23130>
- Miller, K. (2024). *Cultural attunements and ecological wellbeing: Embodied conditions for mental health interventions*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(3), 287. <https://doi.org/10.3390/ijerph21030287>
- Peng, Y. (2024). *Enhancing cross-cultural well-being: A mixed methods study on critical thinking, cultural intelligence, and eudaimonic well-being in arts students' cultural identity development*. *Frontiers in Psychology*, 15, 1425929. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1425929>
- Sollis, K., Biddle, N., Maulana, H., & Yap, M. (2024). *Measuring Wellbeing Across Culture and Context – are we Getting it Right? Evaluating the Variation in Wellbeing Conceptualisations Throughout the World*.
- Stan, M. M., & Peng, Y. (2024). *Enhancing cross-cultural well-being : a mixed methods study on critical thinking , cultural intelligence , and eudaimonic well-being in arts students ' cultural identity development*. November, 1–20. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1425929>
- Yunike, S. (2024). *Correspondence The power of community : leveraging social capital to address mental health challenges in Indonesia*. 46(4), 709–710.