

Persepsi Masyarakat terhadap Integrasi Pengobatan Modern dan Tradisional sebagai Bentuk Adaptasi Budaya dalam Menjaga Kesehatan

Sri Wahyuningsi M Polingga¹, Nabilah Tasya Kadir²,
Rubiana Mugniah Jusuf³, Nazwa Azizia Lukum⁴, Meilan
Palinga⁵, Mafruha Aurellya Ishak⁶, Akbar Setiawan⁷

¹²³⁴⁵⁶Departemen Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Negeri Gorontalo, Jl. Jend. Sudirman No.6, Kota
Gorontalo, Indonesia.

E-mail: rubianamjusuf@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan memahami persepsi masyarakat Indonesia terhadap integrasi pengobatan modern dan tradisional dalam konteks psikologi lintas budaya. Kesehatan dipandang sebagai kondisi holistik yang mencakup aspek fisik, emosional, sosial, dan spiritual, sehingga praktik kesehatan sangat dipengaruhi oleh nilai budaya, kepercayaan, dan pengalaman sosial. Penelitian menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan wawancara semi-terstruktur terhadap enam partisipan berusia 18–22 tahun yang pernah menggunakan kedua jenis pengobatan. Analisis tematik dilakukan untuk mengidentifikasi pola makna dalam cara partisipan memaknai kesehatan. Hasil penelitian menunjukkan empat tema utama: (1) kesehatan dipahami sebagai keseimbangan tubuh dan jiwa dalam konteks budaya; (2) stigma terhadap kesehatan mental masih kuat karena pengaruh norma kolektivistik dan nilai religius; (3) strategi coping melibatkan kombinasi praktik spiritual, dukungan sosial, dan pengobatan medis; dan (4) integrasi pengobatan modern dan tradisional muncul sebagai bentuk adaptasi budaya terhadap modernitas. Temuan ini selaras dengan *Health Belief Model* dan teori *Cultural Adaptation* yang menekankan pengaruh nilai budaya terhadap perilaku kesehatan. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa perilaku kesehatan masyarakat Indonesia terbentuk dari interaksi antara kemajuan ilmu medis dengan nilai budaya yang menekankan harmoni, spiritualitas, dan kebersamaan. Integrasi dua sistem pengobatan mencerminkan proses adaptasi budaya yang dinamis dalam memahami kesehatan.

Kata kunci: Psikologi, Lintas Budaya, Pengobatan Modern, Pengobatan Tradisional

Abstract

This study aims to understand Indonesian society's perceptions of integrating modern and traditional medicine within a cross-cultural psychology context. Health is viewed as a holistic condition involving physical, emotional, social, and spiritual aspects, meaning that community health practices are strongly shaped by cultural values, beliefs, and social experiences. Using a descriptive qualitative approach, data were collected through semi-structured interviews with six participants aged 18–25 who had used both types of treatment. Thematic analysis was conducted to identify patterns of meaning and experiences related to their understanding of health. The findings reveal four main themes: (1) health is understood as a balance of body and mind within a cultural framework; (2) mental-health stigma remains strong due to collectivistic norms and religious values; (3) coping strategies involve a combination of spiritual practices, social support, and medical treatment; and (4) the integration of modern and traditional medicine reflects cultural adaptation to modernity. These findings align with the Health Belief Model and Cultural Adaptation Theory, which explain that health behaviors are influenced by cultural values and personal beliefs. Overall, the study highlights that Indonesian health behaviors emerge from the interaction between medical advancement and cultural systems that emphasize harmony, spirituality, and togetherness.

Keywords: Psychology, Cross-Cultural, Modern Medicine, Traditional Medicine.

Submitted: December 2025; Reviewed: December 2025; Accepted: December 2025

1. Pendahuluan

Kesehatan merupakan aspek mendasar dalam kehidupan manusia yang mencakup kesejahteraan fisik, psikologis, sosial, dan spiritual. Dalam konteks psikologi lintas budaya, cara seseorang memaknai dan menjaga kesehatannya sangat dipengaruhi oleh nilai, kepercayaan, dan sistem budaya yang dianut. Budaya tidak hanya menentukan pandangan terhadap penyakit, tetapi juga membentuk cara individu mencari pertolongan (*help-seeking behavior*) dan berinteraksi dengan sistem kesehatan (Helman, 2007). Oleh karena itu, memahami hubungan antara budaya dan kesehatan menjadi hal penting untuk menjelaskan variasi perilaku dan persepsi masyarakat terhadap praktik pengobatan.

Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi dalam bidang medis telah membawa perubahan besar pada sistem kesehatan masyarakat (Qaniah & Muthmainnah, 2025). Pengobatan modern, yang berbasis pada bukti ilmiah (*evidence-based medicine*), berfokus pada diagnosis, pengobatan, dan pencegahan penyakit melalui pendekatan rasional dan objektif. Namun demikian, masyarakat Indonesia yang memiliki warisan budaya dan spiritual kuat tetap mempertahankan praktik pengobatan tradisional seperti penggunaan jamu, pijat, herbal, dan terapi doa. Pengobatan tradisional tidak hanya berfungsi sebagai alternatif medis, tetapi juga sebagai refleksi nilai budaya yang menekankan keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan jiwa. Menurut (Al., 2018), praktik pengobatan tradisional di Indonesia masih bertahan karena diyakini mampu memberikan efek penyembuhan holistik yang melibatkan unsur spiritual, emosional, dan sosial.

Fenomena integrasi antara pengobatan modern dan tradisional menjadi menarik untuk dikaji karena mencerminkan proses adaptasi budaya terhadap perubahan zaman. Masyarakat tidak memandang kedua sistem ini sebagai hal yang bertentangan, tetapi sebagai dua pendekatan yang saling melengkapi. Pengobatan modern memberikan jaminan ilmiah dan efektivitas medis, sementara pengobatan tradisional memberikan rasa nyaman, harapan, dan makna spiritual dalam proses penyembuhan. Dari sudut pandang psikologis, praktik ini juga dapat dilihat sebagai bentuk *coping mechanism* terhadap stres, ketidakpastian, dan kecemasan yang muncul akibat penyakit. Dengan menggabungkan dua pendekatan tersebut, individu tidak hanya berupaya memulihkan kondisi fisiknya, tetapi juga menenangkan aspek mental dan spiritual yang menjadi bagian penting dari kesejahteraan menyeluruh.

Dalam perspektif psikologi lintas budaya, perilaku masyarakat yang mengintegrasikan pengobatan modern dan tradisional dapat dijelaskan melalui konsep *cultural adaptation* (Berry, 2005). Adaptasi budaya menggambarkan bagaimana individu menyesuaikan diri terhadap pengaruh budaya baru tanpa kehilangan identitas budaya aslinya. Dalam hal ini, masyarakat yang memanfaatkan layanan medis modern sambil tetap menjalankan pengobatan tradisional menunjukkan strategi adaptasi integratif, di mana nilai-nilai modern dan tradisional hidup berdampingan. Hal ini menunjukkan bahwa budaya berperan sebagai mekanisme psikologis yang membantu individu mencapai keseimbangan antara kemajuan ilmu pengetahuan dan kebutuhan spiritual.

Selain itu, teori *Health Belief Model* (Kleinman, 1980) dapat digunakan untuk menjelaskan bagaimana persepsi individu terhadap penyakit dan pengobatan dipengaruhi oleh keyakinan dan nilai-nilai budaya. Dalam masyarakat kolektivis seperti Indonesia, keputusan untuk berobat sering kali melibatkan pertimbangan keluarga atau lingkungan sosial, bukan hanya rasionalitas individu. Faktor kepercayaan, pengalaman, dan rekomendasi sosial memiliki pengaruh besar terhadap pilihan pengobatan. Oleh karena itu, integrasi antara pengobatan modern dan tradisional tidak hanya dipandang sebagai fenomena medis, tetapi juga psikologis di mana

individu berupaya menyeimbangkan aspek ilmiah dan spiritual untuk mencapai kesehatan yang utuh.

Dengan demikian, integrasi pengobatan modern dan tradisional di Indonesia mencerminkan bagaimana budaya dan psikologi bekerja secara sinergis dalam membentuk perilaku kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk menggali persepsi masyarakat terhadap integrasi antara praktik medis modern dan pengobatan tradisional dalam menjaga kesehatan, serta memahami bagaimana nilai budaya dan faktor psikologis memengaruhi cara individu memaknai dan memilih pengobatan. Melalui pendekatan psikologi lintas budaya, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan antara budaya, kepercayaan, dan perilaku kesehatan masyarakat Indonesia.

2. Metode

1) Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan tujuan untuk memahami makna yang dimiliki individu terkait pengalaman dan persepsi mereka terhadap integrasi pengobatan modern dan tradisional dalam menjaga kesehatan. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti menggali pandangan subjektif partisipan dalam konteks budaya mereka masing-masing. Dalam penelitian psikologi lintas budaya, metode kualitatif dianggap sesuai untuk memahami hubungan antara nilai budaya, keyakinan, dan perilaku kesehatan secara mendalam (Creswell, 2016).

2) Subjek Penelitian

Partisipan penelitian ini berjumlah enam orang yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan subjek secara sengaja berdasarkan kriteria tertentu. Kriteria partisipan dalam penelitian ini meliputi:

- a) Pernah atau sedang menggunakan pengobatan tradisional dan modern secara bersamaan.
- b) Berusia antara 18–25 tahun.
- c) Berdomisili di wilayah Indonesia dengan latar belakang budaya yang beragam.
- d) Bersedia memberikan informasi secara terbuka mengenai pengalaman pribadi terkait praktik pengobatan.

Partisipan terdiri dari laki-laki dan perempuan dengan latar pekerjaan dan pendidikan berbeda. Variasi karakteristik ini memberikan gambaran lintas budaya dan sosial yang lebih kaya tentang persepsi masyarakat terhadap kesehatan.

3) Teknik Pengumpulan Data

Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur, yang memungkinkan peneliti menggali informasi mendalam namun tetap memiliki panduan umum. Wawancara dilakukan secara langsung dan daring, menggunakan daftar pertanyaan terbuka yang mencakup tema-tema berikut:

- a) Pemahaman partisipan tentang kesehatan.
- b) Pengalaman menggunakan pengobatan tradisional dan modern.
- c) Alasan memilih atau menggabungkan kedua pendekatan tersebut.
- d) Pandangan terhadap efektivitas dan makna budaya dari praktik pengobatan.

Setiap wawancara berlangsung selama ±30–45 menit dan direkam dengan persetujuan partisipan. Hasil wawancara kemudian ditranskripsi untuk dianalisis lebih lanjut.

4) Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan metode analisis tematik, sesuai dengan pendekatan Braun da Clarke (2006). Proses analisis meliputi beberapa tahap:

- a) Transkripsi dan pembacaan berulang untuk memahami isi wawancara secara keseluruhan.
- b) Pemberian kode (coding) terhadap pernyataan penting yang mencerminkan pengalaman atau pandangan tentang pengobatan.
- c) Kategorisasi tema berdasarkan kemiripan makna antar partisipan.
- d) Penarikan tema utama yang mewakili keseluruhan persepsi masyarakat.

Melalui analisis tematik, diperoleh beberapa tema besar yang menggambarkan cara masyarakat memaknai integrasi pengobatan modern dan tradisional, termasuk nilai kepercayaan,

keseimbangan spiritual, dan adaptasi terhadap kemajuan medis.

5) Etika Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan memperhatikan etika penelitian psikologi. Seluruh partisipan diberikan penjelasan mengenai tujuan dan proses penelitian sebelum wawancara dimulai, serta diminta untuk memberikan persetujuan (*informed consent*). Identitas partisipan dijaga kerahasiaannya, dan data hanya digunakan untuk kepentingan akademik. Peneliti juga memastikan bahwa proses wawancara dilakukan dengan menghormati nilai budaya dan kenyamanan psikologis partisipan.

2. Hasil

Deskripsi Umum Partisipan

Penelitian ini melibatkan beberapa partisipan yang merupakan mahasiswa aktif Universitas Negeri Gorontalo dengan latar belakang budaya dan daerah asal yang beragam, seperti Paguyaman dan Kota Gorontalo. Partisipan dipilih secara purposif karena dianggap memiliki pengetahuan dan pengalaman mengenai praktik pengobatan tradisional maupun modern di lingkungan keluarga dan masyarakat.

Sebagian besar partisipan merupakan perempuan berusia 20–23 tahun, berstatus mahasiswa jurusan Psikologi, dan telah terbiasa hidup dalam lingkungan sosial yang mempraktikkan dua sistem pengobatan secara berdampingan. Latar belakang budaya yang masih kental dengan nilai-nilai tradisional menjadi faktor penting dalam menafsirkan pandangan mereka tentang kesehatan dan pengobatan.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa seluruh partisipan memiliki pengalaman langsung menggunakan pengobatan tradisional (seperti jamu, pijat, dan ramuan herbal) baik untuk tujuan pencegahan maupun penyembuhan ringan, namun tetap mengandalkan pengobatan modern untuk penyakit yang lebih serius. Sebagian besar juga menekankan bahwa sehat tidak hanya berarti tidak sakit, tetapi juga memiliki ketenangan batin dan kebahagiaan.

Deskripsi Naratif Hasil Wawancara

Tabel 1

Tema dan Kutipan Wawancara

NO.	Tema Utama	Kutipan Wawancara	Makna Psikologis dan Budaya
1.	Persepsi kesehatan dipahami secara holistik	“Menurut saya sehat itu bukan cuma tidak sakit, tapi juga bahagia, tenang, dan hidup seimbang.”	Kesehatan dipahami secara holistik mencakup keseimbangan fisik, emosional, dan spiritual. Pandangan ini mencerminkan nilai budaya yang menekankan harmoni tubuh dan jiwa.
2.	Budaya kolektivistik dan nilai religiusitas memengaruhi persepsi gangguan psikologis	“Kalau orang stres atau depresi kadang dianggap kurang iman atau lemah, padahal itu juga bagian dari kesehatan.”	Budaya kolektivistik dan nilai religiusitas memengaruhi cara masyarakat menilai gangguan psikologis. Terdapat kecenderungan untuk menyembunyikan masalah mental demi menjaga kehormatan sosial.
3.	Menggabungkan pengobatan medis dan tradisional sebagai coping dan adaptasi budaya	“Saya minum jamu tiap pagi, tapi kalau sudah sakit banget baru ke dokter. Jadi dua-duanya tetap jalan.”	Penggunaan strategi coping berbasis budaya: menggabungkan pengobatan medis dan tradisional untuk menyeimbangkan aspek fisik dan spiritual.
4.	Bentuk adaptasi budaya terhadap modernitas masyarakat	“Menurut saya penting supaya keduanya bisa saling mendukung, misalnya jamu dibuat lebih praktis seperti bubuk.”	Integrasi dua sistem pengobatan menunjukkan bentuk adaptasi budaya terhadap modernitas masyarakat memodifikasi tradisi agar sesuai dengan gaya hidup masa kini tanpa meninggalkan akar budaya.

Deskripsi Naratif Hasil Wawancara

Tema 1: Persepsi Kesehatan dipahami secara Holistik

Berdasarkan wawancara, mayoritas partisipan mendefinisikan kesehatan sebagai kondisi keseimbangan menyeluruh antara tubuh, pikiran, dan perasaan. Mereka menilai bahwa seseorang belum dapat dikatakan sehat apabila masih merasa cemas, tertekan, atau tidak bahagia, meskipun secara fisik tidak sakit. Pandangan ini menunjukkan bahwa konsep kesehatan tidak hanya dipahami secara medis, tetapi juga memiliki makna spiritual dan emosional. Cara pandang ini selaras dengan nilai-nilai budaya Timur yang menekankan keseimbangan (*balance*) serta keselarasan antara aspek jasmani dan rohani.

Partisipan juga menjelaskan bahwa menjaga kesehatan tidak selalu harus dilakukan dengan obat-obatan modern. Beberapa di antaranya menggunakan rempah tradisional, jamu buatan sendiri, atau pijat sebagai upaya preventif. Praktik ini menunjukkan bahwa kepercayaan terhadap warisan budaya masih kuat dan berfungsi sebagai bentuk kontrol diri untuk menjaga kesehatan sebelum sakit.

Tema 2: Budaya kolektivistik dan nilai religiusitas memengaruhi persepsi gangguan psikologis

Dalam wawancara, beberapa partisipan mengungkapkan bahwa masyarakat di sekitar mereka masih memiliki stigma terhadap gangguan mental. Masalah psikologis sering dianggap sebagai hal yang memalukan atau tidak pantas untuk dibicarakan secara terbuka. Pandangan ini dipengaruhi oleh norma sosial yang menekankan citra diri dan kehormatan keluarga.

Meskipun demikian, partisipan juga menunjukkan adanya perubahan cara pandang. Sebagai mahasiswa psikologi, mereka mulai melihat pentingnya membicarakan kesehatan mental secara lebih terbuka dan ilmiah. Mereka percaya bahwa kesejahteraan psikologis merupakan bagian tak terpisahkan dari kesehatan secara keseluruhan. Hal ini menggambarkan proses pergeseran nilai budaya, di mana generasi muda mulai mengintegrasikan pemahaman ilmiah tentang mental health tanpa meninggalkan nilai religius dan sosial yang mereka anut.

Tema 3: Menggabungkan pengobatan medis dan tradisional sebagai coping dan adaptasi budaya

Sebagian besar partisipan menunjukkan kecenderungan untuk menggunakan strategi coping ganda, yaitu memadukan pendekatan medis modern dengan praktik tradisional. Ketika mengalami sakit ringan atau stres, mereka cenderung menggunakan cara-cara alami seperti minum herbal, pijat, berdoa, atau istirahat cukup. Namun, ketika kondisi dianggap lebih berat, mereka segera memeriksakan diri ke dokter.

Pilihan ini bukan bentuk kontradiksi, tetapi justru mencerminkan fleksibilitas budaya dalam menghadapi tantangan kesehatan. Cara ini memberikan efek psikologis berupa rasa tenang dan keyakinan bahwa proses penyembuhan melibatkan seluruh aspek kehidupan fisik, emosional, sosial, dan spiritual. Dengan demikian, praktik ini bukan hanya kebiasaan turun-temurun, tetapi juga strategi adaptif terhadap perubahan zaman dan kemajuan ilmu kesehatan.

Tema 4: Bentuk adaptasi budaya terhadap modernitas masyarakat

Tema terakhir menunjukkan adanya kesadaran masyarakat akan pentingnya kolaborasi antara dua sistem pengobatan. Partisipan berpendapat bahwa pengobatan tradisional dan modern dapat saling melengkapi bila dijalankan dengan cara yang seimbang. Mereka juga menekankan perlunya inovasi agar pengobatan tradisional lebih praktis dan relevan dengan kehidupan modern, seperti mengubah bentuk jamu menjadi kapsul atau serbuk siap seduh.

Integrasi ini bukan hanya bentuk kompromi antara sains dan budaya, tetapi juga representasi adaptasi budaya yang positif. Masyarakat tidak menolak kemajuan medis, tetapi menyesuaikannya dengan nilai lokal dan keyakinan spiritual yang sudah lama hidup. Praktik ini sejalan dengan pandangan psikologi lintas budaya bahwa kesehatan dipengaruhi oleh konteks sosial dan budaya yang dinamis.

Kesimpulan Sementara Hasil Wawancara

Secara umum, wawancara ini menunjukkan bahwa masyarakat Indonesia khususnya kalangan muda telah mampu menyeimbangkan tradisi dan modernitas dalam memandang serta memelihara kesehatan. Konsep “sehat” dimaknai secara luas, tidak hanya berkaitan dengan kondisi fisik, tetapi juga mencakup keseimbangan emosional, spiritual, dan sosial. Dengan demikian, perilaku kesehatan masyarakat merupakan hasil interaksi kompleks antara sistem nilai budaya, perkembangan pengetahuan medis, dan faktor psikologis yang saling berpengaruh.

4. Pembahasan

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, ditemukan empat tema utama yang menggambarkan hubungan erat antara budaya dan kesehatan dalam konteks psikologi lintas budaya. Keempat tema ini memperlihatkan bahwa persepsi, pilihan pengobatan, dan perilaku kesehatan masyarakat tidak dapat dilepaskan dari konteks nilai-nilai budaya yang mereka anut. Pembahasan berikut mengaitkan setiap tema dengan teori dan konsep psikologi lintas budaya yang relevan.

1. Persepsi Kesehatan dipahami secara Holistik

Tema pertama menunjukkan bahwa sebagian besar responden memaknai kesehatan secara holistik, yakni tidak hanya terbatas pada ketiadaan penyakit, tetapi juga meliputi kesejahteraan fisik, emosional, mental, dan spiritual. Pandangan ini sejalan dengan konsep *cultural health belief system* yang dikemukakan oleh Helman (2007), bahwa persepsi terhadap sehat dan sakit selalu dipengaruhi oleh struktur nilai budaya serta sistem kepercayaan yang hidup di masyarakat. Dalam konteks budaya Indonesia, pemaknaan kesehatan sebagai “keseimbangan tubuh dan jiwa” merefleksikan pandangan dunia Timur yang menekankan harmoni (*balance and harmony*) dibandingkan sekadar fungsi biologis.

Temuan ini juga memperkuat teori *Health Belief Model* (Kleinman, 1980), yang menjelaskan bahwa keyakinan individu terhadap penyebab penyakit serta efektivitas pengobatan dipengaruhi oleh pengalaman budaya dan sosial. Dalam wawancara, responden menyebut bahwa mereka cenderung menggunakan rempah atau jamu untuk pencegahan, namun tetap memilih dokter jika penyakit dirasa serius. Hal ini menggambarkan adanya mekanisme penilaian berbasis kepercayaan yang bersumber dari budaya keluarga dan lingkungan sosial, bukan semata dari aspek medis. Dengan demikian, persepsi kesehatan masyarakat Indonesia dapat dipahami sebagai hasil interaksi antara *biomedical model* dan *cultural meaning system* yang hidup dalam keseharian mereka.

2. Budaya kolektivistik dan nilai religiusitas memengaruhi Persepsi terhadap Gangguan Psikologis

Tema kedua menyoroti bagaimana nilai budaya dan norma sosial membentuk sikap terhadap kesehatan mental. Responden mengaitkan kondisi sehat dengan rasa tenang, bahagia, dan keseimbangan emosional, tetapi di sisi lain, masih terdapat pandangan negatif terhadap penyakit mental. Fenomena ini mencerminkan adanya pengaruh norma kolektivistik di mana kesejahteraan individu sangat bergantung pada keharmonisan sosial dan persepsi masyarakat terhadap diri seseorang. Dalam konteks ini, stigma terhadap gangguan mental sering kali muncul karena masyarakat menilai kondisi tersebut sebagai kelemahan pribadi atau aib keluarga.

Abdullah dan Brown (2011) menjelaskan bahwa dalam budaya kolektivistik, orientasi terhadap kehormatan sosial (*face concern*) dan nilai kebersamaan dapat memperkuat stigma terhadap penyakit mental, karena individu berupaya menjaga citra keluarga dan kelompok. Penelitian Liang et al. (2021) juga mendukung temuan ini, dengan menunjukkan bahwa nilai religius dan kepercayaan terhadap supranatural turut memengaruhi cara masyarakat memahami gangguan psikologis. Dalam wawancara, responden cenderung mendeskripsikan “sehat mental” sebagai kondisi batin yang tenang dan bahagia, bukan sekadar bebas dari gangguan psikologis. Pandangan ini menguatkan konsep bahwa kesehatan mental dalam budaya Timur lebih didefinisikan sebagai *state of harmony*, bukan sebagai kondisi individualistik yang terlepas dari

konteks sosial.

3. Menggabungkan pengobatan medis dan tradisional sebagai coping dan adaptasi budaya

Tema ketiga menegaskan bahwa masyarakat Indonesia memiliki mekanisme coping yang berakar pada budaya. Responden menggabungkan strategi coping berbasis spiritual dan sosial, seperti doa, dukungan keluarga, dan penggunaan pengobatan alami, dengan pengobatan medis modern. Hal ini sesuai dengan teori *multicultural stress and coping* dari Heppner et al. (2008), yang menyatakan bahwa bentuk coping individu dipengaruhi oleh nilai budaya tempat mereka tumbuh. Dalam masyarakat kolektivistik seperti Indonesia, dukungan sosial, spiritualitas, dan relasi keluarga menjadi sumber utama ketahanan psikologis (*resilience*) saat menghadapi stres atau penyakit.

Selain itu, fenomena ini juga dapat dijelaskan melalui konsep *cultural adaptation* (Berry, 2005), di mana masyarakat melakukan penyesuaian terhadap pengaruh budaya baru tanpa meninggalkan tradisi asli. Dengan menggabungkan pengobatan tradisional dan modern, individu menunjukkan bentuk adaptasi integratif, yaitu berupaya menyeimbangkan nilai-nilai spiritual tradisional dengan pendekatan medis ilmiah. Strategi ini sekaligus berfungsi sebagai *psychological coping mechanism* untuk mengatasi kecemasan terhadap penyakit dan ketidakpastian hasil pengobatan.

4. Bentuk adaptasi budaya terhadap modernitas masyarakat

Tema keempat menggambarkan bahwa praktik integrasi antara pengobatan tradisional dan modern dipahami masyarakat sebagai bentuk penyesuaian terhadap perubahan zaman. Responden meyakini bahwa kedua sistem tersebut dapat berjalan berdampingan karena masing-masing memiliki fungsi berbeda: pengobatan modern dianggap efektif untuk penyembuhan fisik, sedangkan pengobatan tradisional memberikan ketenangan batin dan makna spiritual. Integrasi ini menunjukkan adanya proses *biculturalism* (Berry, 1997), di mana individu mengadopsi unsur budaya baru tanpa kehilangan identitas budaya lamanya.

Dari perspektif *cross-cultural health psychology*, perilaku ini merepresentasikan *cultural blending*, yaitu upaya untuk menyeimbangkan kemajuan ilmu pengetahuan dengan nilai-nilai lokal (Kirmayer, 2012). Masyarakat tidak menolak modernisasi medis, tetapi mengadaptasinya sesuai konteks sosial dan kepercayaan mereka. Dengan demikian, integrasi dua sistem pengobatan ini dapat dilihat sebagai bentuk nyata dari *cultural resilience* — kemampuan budaya untuk tetap relevan dan berfungsi meskipun dihadapkan pada perubahan global. Temuan ini memperkuat gagasan bahwa kesehatan dalam konteks Indonesia tidak dapat dipisahkan dari nilai-nilai budaya yang mendasarinya, melainkan berkembang seiring proses adaptasi budaya terhadap modernitas.

5. Simpulan dan Saran

Simpulan

Berdasarkan hasil wawancara dan analisis tematik yang dilakukan dalam konteks psikologi lintas budaya, dapat disimpulkan bahwa persepsi dan perilaku kesehatan masyarakat Indonesia sangat dipengaruhi oleh nilai-nilai budaya, sistem kepercayaan, dan konteks sosial yang melingkupinya. Masyarakat tidak hanya memaknai kesehatan sebagai ketiadaan penyakit, tetapi juga sebagai kondisi yang melibatkan keseimbangan antara aspek fisik, psikologis, sosial, dan spiritual. Hal ini mencerminkan paradigma holistik dalam budaya Timur yang menekankan keharmonisan tubuh dan jiwa.

Integrasi antara pengobatan tradisional dan modern menjadi wujud nyata dari proses *cultural adaptation*, di mana masyarakat berusaha menyesuaikan diri terhadap kemajuan ilmu pengetahuan tanpa meninggalkan akar budaya dan praktik kesehatan leluhur. Penggunaan jamu, pijat, doa, serta rempah-rempah untuk pencegahan penyakit

menunjukkan bahwa tradisi lokal tetap relevan dalam sistem kesehatan modern. Sementara itu, pengobatan medis dipilih sebagai bentuk rasionalitas modern untuk penyembuhan yang lebih cepat dan pasti.

Selain itu, stigma terhadap kesehatan mental masih menjadi hambatan utama dalam pemeliharaan kesejahteraan psikologis. Dalam masyarakat kolektivistik seperti Indonesia, isu mental health sering kali dianggap tabu karena terkait dengan kehormatan sosial dan citra keluarga. Namun demikian, masyarakat mulai menunjukkan keterbukaan terhadap pendekatan yang lebih ilmiah dan humanistik dalam memahami gangguan psikologis.

Dari sisi psikologi lintas budaya, hasil penelitian ini memperkuat teori *Health Belief Model* (Kleinman, 1980) dan *Cultural Adaptation Theory* (Berry, 2005) bahwa perilaku kesehatan merupakan hasil interaksi antara faktor psikologis dan budaya. Masyarakat menggunakan strategi coping berbasis spiritualitas, dukungan sosial, dan nilai budaya untuk menjaga keseimbangan hidup. Dengan demikian, kesehatan dalam konteks Indonesia bukan hanya fenomena biologis, melainkan juga manifestasi dari nilai-nilai budaya yang menekankan keseimbangan, kebersamaan, dan makna hidup.

Saran

a. Saran Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian psikologi lintas budaya, khususnya pada bidang psikologi kesehatan. Diperlukan pengembangan teori yang lebih kontekstual terhadap masyarakat non-Barat, termasuk masyarakat Indonesia, yang memahami kesehatan sebagai kesatuan antara tubuh, pikiran, dan spiritualitas. Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas jumlah partisipan dari berbagai daerah dan latar budaya yang berbeda agar diperoleh pemahaman yang lebih representatif terhadap keragaman budaya Indonesia dalam hal persepsi dan praktik kesehatan.

b. Saran Praktis

Bagi tenaga kesehatan dan psikolog, penting untuk mengintegrasikan pendekatan berbasis budaya dalam pelayanan kesehatan. Kompetensi budaya (*cultural competence*) perlu ditingkatkan agar pelayanan medis dan psikologis tidak hanya bersifat klinis, tetapi juga peka terhadap nilai-nilai, keyakinan, dan praktik lokal pasien. Misalnya, memberikan ruang bagi pasien untuk tetap menggunakan pengobatan tradisional selama tidak mengganggu pengobatan medis, atau melibatkan keluarga dalam proses pengambilan keputusan pengobatan sesuai dengan nilai kolektivistik masyarakat.

Selain itu, edukasi kesehatan mental berbasis budaya perlu digencarkan melalui kerja sama antara pemerintah, lembaga pendidikan, dan tokoh masyarakat. Upaya ini bertujuan untuk mengurangi stigma terhadap gangguan psikologis dan meningkatkan kesadaran masyarakat bahwa kesehatan mental sama pentingnya dengan kesehatan fisik.

c. Saran Sosial dan Kebijakan

Pemerintah diharapkan dapat mendukung integrasi antara pengobatan tradisional dan modern melalui kebijakan kesehatan nasional yang mengakomodasi keberagaman praktik budaya. Penguatan riset ilmiah terhadap obat-obatan herbal, pelatihan tenaga kesehatan dalam pendekatan holistik, serta regulasi yang jelas mengenai praktik pengobatan tradisional akan membantu mewujudkan sistem kesehatan yang inklusif, aman, dan berkelanjutan.

Referensi

- Abdullah, T., & Brown, T. L. (2011). Mental illness stigma and ethnocultural beliefs, values, and norms: An integrative review. *Clinical Psychology Review*, 31(6), 934-948.

- Al., E. (2018). Praktik pengobatan tradisional di Indonesia: Perspektif budaya dan kesehatan holistik. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Berry, J. W. (1997). Immigration, acculturation, and adaptation. *Applied Psychology: An International Review*, 46(1), 5-34.
- Berry, J. W. (2005). Acculturation: Living successfully in two cultures. *International Journal of Intercultural Relations*, 29(6), 697-712.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101.
- Creswell, J. W. (2016). Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches (5th ed.). Sage Publications.
- Helman, C. G. (2007). Culture, health and illness (5th ed.). Hodder Arnold.
- Heppner, P. P., Heppner, M. J., Lee, D.-G., Wang, Y.-W., Park, H.-J., & Wang, L.-F. (2008). Development and validation of a Collectivistic Coping Styles Inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 55(1), 18-32.
- Kirmayer, L. J. (2012). Rethinking cultural competence. *Transcultural Psychiatry*, 49(2), 149-164.
- Kleinman, A. (1980). Patients and healers in the context of culture: An exploration of the borderland between anthropology, medicine, and psychiatry. University of California Press.
- Liang, J., Matheson, B. E., & Douglas, J. M. (2021). The impact of stigma on mental health help-seeking behaviors among Asian Americans: A systematic review. *Journal of Racial and Ethnic Health Disparities*, 8(3), 735-748.
- Qaniah, FA., & Muthmainnah AR. (2025). Health Worker Coping Strategies When Serving Patients During A Pandemic Situation. *PSYCHONESIA: JOURNAL OF PSYCHOLOGY*.