

IDENTITAS BUDAYA GLOBAL, EMPATI DIGITAL, PERSEPSI DISKRIMINASI, DAN WELL-BEING PADA REMAJA GEN Z MULTIKULTURAL

Eka Juwita Haryani¹, Najlatun Naqiyah², Evi Winingsih³

^{1,2,3}Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

Email: ekajuwitaharyani@gmail.com

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Menerima : 19 Januari 2026
Revisi : 25 Februari 2026
Diterima : 11 Mei 2026

Kata Kunci:

Identitas budaya global, empati digital, persepsi diskriminasi, well-being, remaja Gen Z, multikultural

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh identitas budaya global, empati digital, dan persepsi diskriminasi terhadap *well-being* pada remaja Generasi Z yang hidup dalam konteks multikultural di Indonesia. Generasi Z merupakan kelompok yang tumbuh dalam dinamika globalisasi dan digitalisasi yang intens, sehingga identitas budaya, pengalaman sosial-digital, dan persepsi terhadap ketidakadilan menjadi faktor krusial dalam membentuk kesejahteraan psikososial mereka. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei cross-sectional, melibatkan 100 remaja Gen Z berusia 15–24 tahun. Instrumen penelitian mencakup skala identitas budaya global, empati digital, persepsi diskriminasi, dan *well-being* remaja, yang telah diadaptasi dan diuji melalui validitas konstruk serta reliabilitas internal. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linier berganda untuk menguji pengaruh antarvariabel. Hasil analisis menunjukkan bahwa identitas budaya global berpengaruh positif dan signifikan terhadap *well-being* ($\beta = 0,260$; $p < 0,05$), demikian pula empati digital yang memiliki pengaruh positif signifikan ($\beta = 0,290$; $p < 0,05$). Sebaliknya, persepsi diskriminasi terbukti berpengaruh negatif dan signifikan terhadap *well-being* ($\beta = -0,248$; $p < 0,05$). Secara simultan, ketiga variabel tersebut berpengaruh signifikan terhadap *well-being* remaja Gen Z ($F = 16,765$; $p < 0,001$) dengan kontribusi sebesar 34,4% terhadap variasi kesejahteraan psikologis. Temuan ini menegaskan bahwa *well-being* remaja Gen Z merupakan konstruk multidimensional yang dibentuk oleh interaksi antara sumber daya psikososial yang bersifat protektif dan pengalaman sosial yang berisiko. Penelitian ini memberikan kontribusi teoretis dengan mengintegrasikan identitas budaya global dan empati digital dalam *model well-being*, serta implikasi praktis bagi pengembangan intervensi pendidikan dan kebijakan yang mendukung kesejahteraan remaja di era global-digital.

ABSTRACT

Keywords:

Global cultural identity, digital empathy, perception of discrimination, well-being, Gen Z youth, multiculturalism

This study aims to analyze the influence of global cultural identity, digital empathy, and perceptions of discrimination on the well-being of Generation Z adolescents living in a multicultural context in Indonesia. Generation Z is a group that has grown up amid intense globalization and digitalization, making cultural identity, social-digital experiences, and perceptions of injustice crucial factors in shaping their psychosocial well-being.



Korespondensi:**Eka Juwita Haryani**

Universitas Negeri Surabaya

Email:

ekajuwitaharyani@gmail.com

This study uses a quantitative approach with a cross-sectional survey design, involving 100 Gen Z adolescents aged 15–24 years. The research instruments included scales of global cultural identity, digital empathy, perceptions of discrimination, and adolescent well-being, which had been adapted and tested for construct validity and internal reliability. Data analysis was performed using multiple linear regression to test the influence between variables. The results of the analysis show that global cultural identity has a positive and significant effect on well-being ($\beta = 0.260$; $p < 0.05$), as does digital empathy, which has a significant positive effect ($\beta = 0.290$; $p < 0.05$). Conversely, perceptions of discrimination were found to have a negative and significant effect on well-being ($\beta = -0.248$; $p < 0.05$). Simultaneously, these three variables significantly influence the well-being of Gen Z adolescents ($F = 16.765$; $p < 0.001$) with a contribution of 34.4% to the variation in psychological well-being. These findings confirm that Gen Z youth well-being is a multidimensional construct shaped by the interaction between protective psychosocial resources and risky social experiences. This study provides theoretical contributions by integrating global cultural identity and digital empathy into the well-being model, as well as practical implications for the development of educational interventions and policies that support youth well-being in the global-digital era.

PENDAHULUAN

Well-being pada remaja Gen Z merupakan aspek krusial yang menentukan kualitas perkembangan psikologis, sosial, dan akademik mereka. Pada fase remaja akhir menuju dewasa muda, stabilitas emosi, rasa aman, dan kesehatan mental menjadi fondasi bagi pembentukan identitas diri, kualitas relasi sosial, serta kemampuan menghadapi tuntutan zaman yang serba cepat. Data global menunjukkan bahwa sekitar 1 dari 7 remaja usia 10–19 tahun mengalami gangguan kesehatan mental, termasuk kecemasan dan depresi (World Health Organization [WHO], 2024). Di Amerika Serikat, laporan terbaru mengungkapkan bahwa hampir 1 dari 5 remaja mengalami episode depresi berat dalam satu tahun terakhir (The Annie E. Casey Foundation, 2023). Kondisi Indonesia pun menguatkan urgensi ini: kelompok usia 15–24 tahun yang sebagian besar adalah Gen Z memiliki prevalensi depresi tertinggi secara nasional (Katadata, 2023). Temuan ini menegaskan bahwa well-being bukan hanya isu kesehatan mental, tetapi juga indikator penting bagi ketahanan psikososial generasi muda dalam menghadapi dinamika budaya digital dan multikultural.

Namun demikian, berbagai tantangan signifikan terus mengancam kesejahteraan remaja Gen Z. Studi terbaru menunjukkan bahwa mereka menghadapi tingkat stres,

kecemasan, kelelahan emosional, dan gangguan tidur yang lebih tinggi dibanding generasi sebelumnya (Fauziyah & Widyastuti, 2024). Faktor pemicunya meliputi tekanan akademik, ekspektasi sosial, intensitas penggunaan media sosial, paparan informasi berlebih, serta ketidakpastian masa depan. Di Indonesia, sekitar 5,5% remaja usia 10–17 tahun tercatat mengalami gangguan mental yang mencakup depresi, kecemasan, PTSD, dan kesulitan konsentrasi (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Dampaknya cukup serius: penurunan konsentrasi belajar, deteriorasi hubungan sosial, meningkatnya rasa kesepian, penurunan prestasi akademik, hingga risiko berkembangnya gangguan mental kronis pada masa dewasa. Jika tidak ditangani, masalah well-being ini dapat melemahkan potensi generasi muda dan menghambat kualitas perkembangan individu maupun sosial secara jangka panjang. Gen Z melaporkan tingkat stres, kecemasan, depresi, dan ideasi bunuh diri yang secara signifikan lebih tinggi (Sherman, 2021). Dalam konteks negara berkembang seperti Nepal, kesadaran kesehatan dan pilihan gaya hidup turut berkontribusi terhadap kesehatan mental mereka, dengan aktivitas fisik berfungsi sebagai faktor protektif yang penting (Bista & Bohara, 2025). Meskipun platform digital dapat memperkuat konektivitas sosial, media tersebut juga menghadirkan risiko bagi kesehatan mental, sehingga memperlihatkan



dinamika yang ambivalen dalam kaitannya dengan kesejahteraan psikologis (Pertiwi et al., 2022; Yusuf, 2025).

Berbagai temuan empiris menunjukkan bahwa well-being remaja Gen Z menghadapi sejumlah masalah yang semakin kompleks dan berlapis. Penelitian terbaru mengungkap bahwa remaja mengalami peningkatan tekanan akademik, ketidakstabilan emosi, serta kelelahan psikologis akibat paparan digital yang terus-menerus (Fauziyah & Widyastuti, 2024; Pertiwi et al., 2022). Interaksi intensif di media sosial juga terbukti memicu perbandingan sosial yang berlebihan, self-doubt, serta penurunan self-esteem, terutama ketika remaja terpapar standar kecantikan, pencapaian, dan gaya hidup yang tidak realistis (Twenge et al., 2018; Stronge et al., 2019). Selain itu, fenomena seperti *doomscrolling*, *cyberbullying*, dan paparan konten negatif secara konsisten dikaitkan dengan meningkatnya kecemasan, stres kronis, dan gangguan emosional pada remaja (Yusuf, 2025; Oryngozha et al., 2024). Dalam konteks relasi sosial, dominasi interaksi digital juga berimplikasi pada menurunnya kualitas koneksi interpersonal yang autentik, yang berdampak pada kesulitan regulasi emosi, rendahnya empati, serta meningkatnya perasaan kesepian meskipun secara daring terlihat aktif (Pertiwi et al., 2022). Lebih lanjut, dalam lingkungan multikultural, remaja juga menghadapi tekanan identitas berupa konflik nilai budaya, ketidakpastian diri, serta pengalaman diskriminasi yang dapat memperburuk kondisi psikologis mereka (Benner et al., 2018). Secara keseluruhan, temuan-temuan ini menegaskan bahwa masalah well-being pada remaja Gen Z tidak hanya bersumber dari faktor internal, tetapi juga dipengaruhi secara signifikan oleh dinamika digital, sosial, dan budaya yang berkembang pesat.

Masalah khusus well-being pada remaja Gen Z semakin terlihat ketika dikaitkan dengan tiga dimensi utama kesejahteraan remaja menurut Londen et al. (2025), yaitu *emotional well-being*, *social well-being*, dan *psychological well-being*. Dari sisi *emotional well-being*, remaja Gen Z menghadapi tantangan berupa fluktuasi emosi, kecemasan, stress akademik, dan kelelahan digital akibat tingginya paparan media sosial serta arus informasi yang tidak terbendung. Banyak remaja melaporkan perasaan *overthinking*, mood yang tidak stabil, hingga penurunan rasa

bahagia karena sering melakukan perbandingan sosial dan mengalami tekanan pencapaian. Dari aspek *social well-being*, interaksi yang semakin bergeser ke dunia digital menciptakan paradoks keterhubungan: remaja tampak aktif secara online, namun studi awal menunjukkan banyak di antaranya merasa kesepian, kurang mendapat dukungan sosial, serta mengalami kesulitan menjalin relasi yang mendalam dan autentik. Fenomena seperti *cyberbullying*, eksklusivitas sosial daring, dan ketidakpastian identitas dalam lingkungan multikultural turut melemahkan rasa kebermaknaan sosial mereka. Sementara itu, pada ranah *psychological well-being*, remaja Gen Z menghadapi tantangan dalam membangun *sense of purpose*, kemandirian, dan rasa berdaya karena tekanan akademik, tuntutan perfeksionisme, serta ketidakpastian masa depan yang semakin kompleks. Beberapa remaja melaporkan kebingungan dalam menentukan arah hidup, rendahnya *self-efficacy*, dan konflik nilai budaya di lingkungan multikultural. Dengan demikian, studi awal menunjukkan bahwa berbagai tekanan emosional, sosial, dan psikologis yang dialami remaja Gen Z saling berkelindan dan berdampak signifikan terhadap kualitas well-being mereka secara menyeluruh.

Well-being remaja Gen Z dipengaruhi oleh berbagai faktor psikososial yang berkembang seiring dinamika lingkungan global, digital, dan multikultural yang mereka alami. Salah satu faktor penting adalah Identitas Budaya Global, yaitu rasa keterhubungan individu dengan komunitas global serta keterbukaan terhadap keberagaman budaya (Buchan et al., 2011). Benturan antara norma budaya tradisional dan pengaruh modern menciptakan tantangan tersendiri bagi Gen Z, terutama dalam cara mereka memaknai serta menavigasi identitas di tengah perubahan sosial-budaya yang cepat (Yasin, 2024). Generasi ini kerap menegosiasikan identitas mereka melalui media sosial, yang berfungsi sebagai ruang ekspresi sekaligus arena negosiasi identitas (Seftyan & Baksin, 2025; Husnita et al., 2025). Praktik *code-switching* dan penggunaan gaya bahasa hibrida mencerminkan identitas kolektif serta status sosial mereka, sekaligus menunjukkan bagaimana komunikasi digital mempengaruhi narasi budaya yang mereka bangun (Husnita et al., 2025). Remaja yang memiliki tingkat keterhubungan tinggi dengan masyarakat dunia cenderung lebih mudah mengembangkan toleransi, rasa memiliki yang

lebih luas, dan kemampuan melihat isu sosial melalui perspektif global. Dimensi keterhubungan dengan komunitas global, keterbukaan terhadap keragaman budaya, perspektif global dalam memandang isu sosial, serta kesadaran sebagai bagian dari masyarakat dunia dapat memperkuat well-being karena memberikan rasa makna, perluasan identitas positif, dan sikap adaptif terhadap perubahan. Sebaliknya, remaja yang kurang memiliki identitas budaya global cenderung lebih rentan terhadap konflik identitas, ketidakpastian diri, dan kesulitan beradaptasi dalam konteks sosial multikultural.

Selain itu, Empati Digital juga menjadi faktor signifikan dalam membentuk kualitas well-being remaja, mengingat sebagian besar interaksi sosial mereka berlangsung melalui media digital. Empati digital didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk memahami, menginterpretasikan, dan merespons emosi orang lain dalam komunikasi daring, baik secara kognitif maupun afektif (Vossen & Valkenburg, 2016). Dalam kerangka konseptual penelitian ini, empati digital diposisikan sebagai variabel independen (predictor) yang berperan sebagai kompetensi sosial-emosional, bukan sebagai bagian dari konstruk social well-being itu sendiri. Meskipun empati digital berkontribusi pada terbentuknya rasa keterhubungan, dukungan sosial, dan kualitas relasi, ketiga aspek tersebut dipahami sebagai outcome atau manifestasi dari *social well-being*, bukan sebagai komponen yang melekat pada empati digital.

Dengan demikian, hubungan antara empati digital dan *social well-being* bersifat kausal, di mana empati digital berfungsi sebagai mekanisme psikososial yang memfasilitasi terbentuknya interaksi sosial yang lebih positif di ruang digital. Remaja yang mampu membaca isyarat emosional secara daring, merespons dengan sensitif, serta menunjukkan perilaku prososial digital cenderung memiliki kualitas interaksi yang lebih sehat, sehingga secara tidak langsung meningkatkan rasa keterhubungan sosial dan kepuasan relasional sebagai bagian dari *social well-being*. Sebaliknya, rendahnya empati digital dapat memicu meningkatnya konflik daring, kesalahpahaman komunikasi, hingga perilaku negatif seperti *cyberbullying*, yang pada akhirnya berdampak pada menurunnya kualitas relasi sosial dan meningkatnya perasaan kesepian.

Di sisi lain, Persepsi Diskriminasi menjadi faktor risiko utama yang dapat menurunkan well-being remaja Gen Z. Persepsi diskriminasi, baik yang dialami secara langsung maupun tidak langsung, dapat muncul dalam bentuk perlakuan tidak adil berdasarkan ras, etnis, agama, atau identitas sosial lainnya (Benner et al., 2018). Tingginya frekuensi diskriminasi, dampak emosional yang ditimbulkan, serta berbagai sumber diskriminasi mulai dari teman sebaya, institusi, hingga media sosial berpengaruh besar terhadap kesehatan mental remaja. Ketika remaja merasa menjadi target ketidakadilan sosial, mereka lebih rentan mengalami stres, kecemasan, rendahnya self-esteem, dan perasaan tidak aman. Persepsi terhadap ketidakadilan sosial juga dapat menghambat perkembangan *psychological well-being*, mengurangi rasa berdaya, dan menurunkan kemampuan membangun identitas diri yang positif. Dengan demikian, ketiga faktor tersebut identitas budaya global, empati digital, dan persepsi diskriminasi memiliki kontribusi yang saling terkait dalam membentuk atau menghambat kualitas *well-being* remaja Gen Z, terutama dalam konteks kehidupan multikultural dan digital yang semakin kompleks.

Penelitian tentang identitas budaya, diskriminasi, dan kesejahteraan remaja menunjukkan keterkaitan erat antara ketiga aspek tersebut dalam konteks sosial yang semakin multikultural. Dalam buku Psikologi Multikultural dalam Praktik: Menghadapi Tantangan, dibahas bahwa identitas budaya berperan sebagai faktor protektif penting bagi kesehatan mental remaja, terutama dalam menghadapi dinamika keberagaman budaya dan potensi prasangka sosial (Lewwol et al., 2023). Identitas budaya yang kuat dikaitkan dengan meningkatnya rasa memiliki, harga diri, dan kemampuan berinteraksi secara empatik dengan kelompok yang berbeda. Hal ini sejalan dengan temuan studi terkait identitas bikultural yang menunjukkan bahwa integrasi identitas budaya memiliki dampak signifikan dalam memoderasi pengaruh negatif diskriminasi terhadap *well-being*. Penelitian *Understanding Bicultural Identity and Its Impact on the Association Between Discrimination and Well-being* mengungkap bahwa remaja dengan identitas bikultural yang lebih stabil cenderung mengalami penurunan dampak negatif diskriminasi terhadap kesejahteraan psikologis

mereka (Kankesan, 2011). Dengan demikian, identitas budaya yang positif baik etnis, nasional, maupun bikultural berfungsi sebagai faktor pelindung penting.

Selanjutnya, studi yang berfokus pada profil identitas remaja menunjukkan bahwa konfigurasi identitas juga menentukan kerentanan terhadap masalah kesehatan mental. Cheon et al. (2020) menemukan bahwa remaja dengan profil identitas lemah (*weakly identified*) mengalami tingkat depresi lebih tinggi serta paparan diskriminasi lebih besar dibanding remaja dengan komitmen identitas yang kuat. Persepsi diskriminasi sendiri terbukti sebagai faktor risiko signifikan bagi kesejahteraan psikologis. Kajikhina et al. (2022) menunjukkan bahwa remaja yang sering mengalami diskriminasi, baik terkait etnis, bahasa, maupun warna kulit, melaporkan kondisi kesehatan subjektif yang lebih buruk meskipun faktor demografis lainnya telah dikontrol. Selain itu, penelitian mengenai konteks sosial identitas budaya mengungkap bahwa interaksi antara keluarga dan sekolah memainkan peran besar dalam membentuk identitas budaya remaja. Aral et al. (2025) menemukan bahwa pluralisme budaya dalam keluarga serta praktik pembelajaran interkultural di sekolah meningkatkan identitas budaya asal maupun identitas nasional remaja keturunan migran. Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa identitas budaya, pengalaman diskriminasi, serta konteks sosial remaja memiliki kontribusi penting dalam membentuk *well-being*, sehingga relevan untuk dimasukkan dalam model penelitian mengenai remaja Gen Z multikultural yang juga terpapar dinamika digital dan global.

Penelitian mengenai kesejahteraan remaja di era digital memerlukan pendekatan baru yang lebih holistik. Tidak cukup hanya meneliti identitas etnis atau nasional seperti yang dilakukan pada studi-studi sebelumnya di negara-negara Barat (lokus lama), tetapi juga perlu mempertimbangkan identitas budaya global yang relevan dengan pengalaman hidup remaja Gen Z yang tumbuh dalam arus globalisasi digital. Identitas budaya global menjadi variabel psikososial yang sangat penting untuk dipahami dalam konteks ini, karena remaja Gen Z hidup dalam dunia yang semakin terhubung secara digital dan multikultural, yang memengaruhi cara mereka menavigasi identitas diri dan hubungan sosial mereka. Selain itu, meskipun beberapa studi

telah membahas empati dalam konteks hubungan interpersonal, empati digital sebagai kemampuan untuk memahami dan merespons emosi melalui interaksi daring belum cukup dieksplorasi. Mengingat mayoritas interaksi sosial remaja kini berlangsung di media sosial, empati digital menjadi keterampilan penting yang perlu dijadikan variabel utama dalam penelitian ini. Di sisi lain, meskipun persepsi diskriminasi telah banyak diteliti, penelitian sebelumnya cenderung fokus pada diskriminasi offline berbasis etnis atau ras. Padahal, remaja Gen Z juga banyak menghadapi diskriminasi online yang terjadi di ruang digital, yang seringkali lebih tersembunyi dan penuh tantangan. Oleh karena itu, penelitian yang mengintegrasikan identitas budaya global, empati digital, persepsi diskriminasi, dan *well-being* remaja secara simultan sangat diperlukan untuk menjembatani kesenjangan teoritis yang ada dalam penelitian-penelitian terdahulu.

Dari sisi metodologi, mayoritas penelitian terdahulu menggunakan desain kuantitatif tradisional atau survei lintas-seksi (*cross-sectional*), tanpa memasukkan faktor-faktor digital atau konteks multikultural yang berkembang pesat. Tidak ada penelitian terdahulu yang menggabungkan keempat variabel tersebut dalam satu model prediktif maupun mediasi, sehingga memberikan peluang untuk mengembangkan pendekatan analisis yang lebih komprehensif. Dari aspek lokasi dan konteks, sebagian besar studi dilakukan di Amerika Serikat dan negara Eropa, sementara konteks Indonesia yang kaya keberagaman budaya, memiliki penetrasi digital tinggi, dan menghadapi dinamika multikultural yang berbeda masih sangat minim diteliti. Hal ini menciptakan kesenjangan geografis dan sosial-budaya yang signifikan. Dari sisi waktu, sebagian penelitian memiliki data yang dikumpulkan sebelum akselerasi besar penggunaan media digital oleh remaja (terutama sebelum 2020), sehingga tidak menggambarkan kompleksitas identitas global dan empati digital masyarakat pascapandemi. Terakhir, dari aspek objek penelitian, sebagian besar studi terdahulu meneliti remaja migran, minoritas etnis, atau pelajar sekolah di negara Barat, sedangkan remaja Gen Z multikultural Indonesia sebagai populasi yang memiliki karakter digital-native dan paparan global tinggi belum menjadi fokus penelitian empiris. Keseluruhan kesenjangan ini menunjukkan urgensi dan kontribusi signifikan penelitian

Anda dalam mengisi ruang kosong teoretis, metodologis, dan kontekstual mengenai well-being remaja di era global-digital.

Penelitian mengenai identitas budaya global, empati digital, persepsi diskriminasi, dan well-being pada remaja Gen Z multikultural menjadi sangat urgen mengingat perubahan sosial, teknologi, dan budaya yang terjadi secara cepat dalam satu dekade terakhir. Remaja Gen Z kini tumbuh dalam lingkungan digital yang intens, terbuka terhadap budaya global, dan berada dalam masyarakat yang multikultural, namun sekaligus berisiko mengalami tekanan psikologis yang semakin kompleks. Data WHO menunjukkan bahwa gangguan mental pada remaja terus meningkat secara global, sementara studi nasional menegaskan bahwa remaja Indonesia khususnya Gen Z memiliki prevalensi depresi dan kecemasan yang tertinggi dibanding kelompok usia lainnya. Kondisi ini menandakan bahwa aspek well-being tidak lagi dapat dipahami hanya melalui faktor psikologis internal, tetapi harus mempertimbangkan aspek identitas budaya, dinamika interaksi digital, serta pengalaman diskriminasi yang semakin sering muncul baik secara offline maupun online. Di sisi lain, penelitian terdahulu lebih banyak berfokus pada identitas etnis atau nasional, empati interpersonal, serta diskriminasi berbasis ras dalam konteks negara Barat, sehingga belum menggambarkan fenomena terkini yang dialami remaja Indonesia yang hidup dalam era globalisasi dan digitalisasi yang masif.

Selain itu, urgensi penelitian ini diperkuat oleh belum adanya model teoretis yang secara integratif menghubungkan identitas budaya global, empati digital, dan persepsi diskriminasi dalam menjelaskan well-being remaja di konteks Indonesia. Identitas budaya global berpotensi menjadi faktor protektif yang memperluas rasa keterhubungan lintas budaya, sementara empati digital penting untuk membangun kualitas relasi sosial dalam ruang daring yang kini menjadi bagian besar dari kehidupan remaja. Di sisi lain, persepsi diskriminasi termasuk diskriminasi digital berpotensi menghambat kesejahteraan emosional, sosial, dan psikologis mereka. Kompleksitas interaksi variabel-variabel ini belum pernah diteliti secara komprehensif, padahal diperlukan untuk memahami bagaimana remaja Gen Z menavigasi identitas, hubungan sosial, dan kesejahteraan diri dalam

konteks multikultural Indonesia yang unik. Dengan demikian, penelitian ini memiliki urgensi yang kuat tidak hanya untuk memperkaya literatur psikologi perkembangan dan multikultural, tetapi juga untuk memberikan dasar empiris bagi sekolah, keluarga, dan pembuat kebijakan dalam merancang intervensi yang mendukung well-being remaja di era global-digital.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei cross-sectional untuk menguji hubungan struktural antara identitas budaya global, empati digital, persepsi diskriminasi, dan well-being remaja Gen Z multikultural di Indonesia. Seluruh variabel diukur menggunakan skala Likert lima poin dengan dimensi yang mengacu pada Buchan et al. (2011) untuk identitas budaya global, Vossen dan Valkenburg (2016) untuk empati digital, Benner et al. (2018) untuk persepsi diskriminasi, serta Londen et al. (2025) untuk well-being remaja. Analisis data dilakukan menggunakan Regresi Linier Berganda melalui perangkat lunak SPSS. Analisis ini dipilih karena sesuai untuk penelitian eksploratif yang bertujuan mengembangkan dan memvalidasi model teoretis baru dalam konteks remaja Gen Z multikultural di Indonesia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Karakteristik Responden	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase
1	Jenis Kelamin	Laki – Laki	46	46,0%
		Perempuan	54	54,0%
2	Usia	15 – 17 Tahun	28	28,0%
		18 – 20 Tahun	42	42,0%
		21 – 24 Tahun	30	30,0%
3	Status Pendidikan	Pelajar	31	31,0%
		Mahasiswa	56	56,0%
		Tidak Sekolah	13	13,0%
4	Etnis/Suku	Jawa	38	38,0%
		Sunda	17	17,0%
		Madura	11	11,0%
		Batak	9	9,0%
		Tionghoa	8	8,0%
5	Agama	Lainnya	17	17,0%
		Islam	67	67,0%
		Kristen	18	18,0%
		Katolik	7	7,0%
		Hindu	4	4,0%
		Budha	2	2,0%
Konghucu	2	2,0%		

Berdasarkan Tabel 1, responden penelitian berjumlah 100 orang yang terdiri dari 46% laki-laki dan 54% perempuan, menunjukkan komposisi jenis kelamin yang relatif seimbang dengan dominasi responden perempuan. Dari sisi usia, mayoritas responden berada pada rentang 18–20 tahun sebesar 42%, diikuti oleh usia 21–24 tahun sebesar 30%, dan usia 15–17 tahun sebesar 28%, yang mencerminkan karakteristik remaja akhir hingga dewasa awal Gen Z. Berdasarkan status pendidikan, sebagian besar responden merupakan mahasiswa (56%), diikuti oleh pelajar (31%), sementara 13% responden tidak sedang menempuh pendidikan formal. Ditinjau dari latar belakang etnis/suku, responden didominasi oleh etnis Jawa (38%), diikuti oleh Sunda dan kelompok etnis lainnya masing-masing sebesar 17%, Madura (11%), Batak (9%), dan Tionghoa (8%), yang menunjukkan keberagaman etnis dalam sampel penelitian. Sementara itu, berdasarkan agama, mayoritas responden beragama Islam (67%), diikuti oleh Kristen (18%) dan Katolik (7%), sedangkan Hindu, Buddha, dan Konghucu masing-masing berada pada persentase yang lebih kecil, sehingga secara keseluruhan data ini mencerminkan karakteristik responden Gen Z dengan latar belakang multikultural yang beragam.

Validitas dan Reliabilitas Data

Uji validitas dengan acuan r tabel = 0,361 ($N = 30$), maka setiap butir pernyataan dinyatakan valid apabila nilai korelasi (r hitung) lebih besar dari 0,361. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa seluruh item pada masing-masing variabel telah memenuhi kriteria tersebut, yaitu Identitas Budaya Global memiliki r hitung sebesar 0,518–0,768, Empati Digital sebesar 0,700–0,878, Persepsi Diskriminasi sebesar 0,402–0,736, dan Well-Being sebesar 0,503–0,778, sehingga seluruh indikator dinyatakan valid. Selanjutnya, uji reliabilitas menunjukkan konsistensi internal yang sangat baik dengan nilai Cronbach's Alpha masing-masing 0,895 (15 item) untuk Identitas Budaya Global, 0,958 (15 item) untuk Empati Digital, 0,867 (18 item) untuk Persepsi Diskriminasi, dan 0,854 (15 item) untuk Well-Being; karena seluruh nilai $\alpha > 0,70$, maka instrumen penelitian dinyatakan reliabel dan layak digunakan.

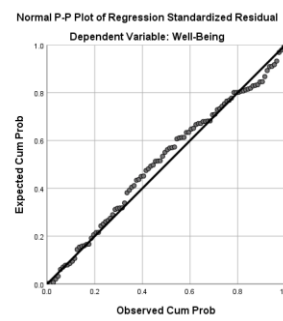
Normalitas Data

Tabel 2. Normalitas Data

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		100
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	.31347353
Most Extreme Differences	Absolute	.069
	Positive	.060
	Negative	-.069
Test Statistic		.069
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.



Gambar 1. Grafik Normal P-Plot

Berdasarkan Tabel 2 (Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov–Smirnov), diperoleh nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,200, yang lebih besar dari taraf signifikansi 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data residual berdistribusi normal. Nilai statistik K–S sebesar 0,069 dengan jumlah sampel 100 responden menunjukkan tidak adanya penyimpangan distribusi yang signifikan, didukung oleh nilai mean residual sebesar 0,000 dan standar deviasi 0,313 yang mencerminkan penyebaran residual yang wajar. Selain itu, hasil ini diperkuat oleh Gambar 1 (Normal P–P Plot) yang menunjukkan titik-titik residual menyebar di sekitar dan mengikuti garis diagonal, sehingga mengindikasikan bahwa asumsi normalitas dalam model regresi telah terpenuhi dan data layak digunakan untuk analisis statistik lanjutan.

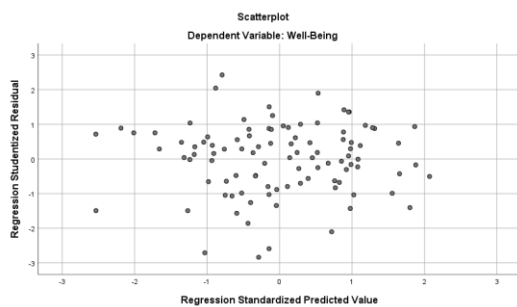
Multikolinieritas

Berdasarkan hasil uji multikolinieritas yang ditunjukkan pada nilai Tolerance dan Variance Inflation Factor (VIF), dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi multikolinieritas dalam model regresi. Hal ini



ditunjukkan oleh nilai tolerance pada seluruh variabel independen yang berada di atas 0,10, yaitu Identitas Budaya Global (0,712), Empati Digital (0,697), dan Persepsi Diskriminasi (0,954). Selain itu, nilai VIF masing-masing variabel juga berada di bawah 10, bahkan mendekati 1, yaitu 1,404, 1,435, dan 1,048, yang mengindikasikan rendahnya korelasi antar variabel bebas. Dengan demikian, model regresi memenuhi asumsi bebas multikolinieritas, sehingga estimasi koefisien regresi dapat diinterpretasikan secara valid dan reliabel.

Heteroskedastisitas



Gambar 2. Grafik Scatterplot

Berdasarkan hasil uji heteroskedastisitas yang ditampilkan pada scatterplot antara Regression Standardized Predicted Value dan Regression Studentized Residual, terlihat bahwa titik-titik residual menyebar secara acak di atas dan di bawah garis nol serta tidak membentuk pola tertentu, seperti pola mengerucut, melebar, atau gelombang. Penyebaran residual yang relatif merata di sepanjang nilai prediksi menunjukkan bahwa varians residual bersifat konstan (homoskedastisitas). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas dalam model regresi, sehingga asumsi klasik terkait kesamaan varians residual telah terpenuhi dan model layak digunakan untuk analisis lanjutan.

Regresi Linier Berganda dan Uji t

Tabel 3. Regresi Linear Berganda dan Uji t

Coefficientsa					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
		Std. Error			
(Constant)	2.346	.454		5.163	.000
Identitas Budaya Global	.283	.107	.260	2.653	.009
Empati Digital	.211	.072	.290	2.931	.004
Persepsi Diskriminasi	-.275	.094	-.248	-2.929	.004

a. Dependent Variable: Well-Being
 $Y = a + b1X1 + b2X2 + b3X3 + e$
 $Y = 2,346 + 0,283X1 + 0,211X2 - 0,275X3 + 0,454$

Hasil regresi dan uji t menunjukkan bahwa Identitas Budaya Global berpengaruh positif dan signifikan terhadap well-being ($t = 2,653$; $Sig. = 0,009 < 0,05$), yang berarti semakin kuat identitas budaya global yang dimiliki remaja Gen Z, maka semakin tinggi tingkat well-being mereka. Empati Digital juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap well-being ($t = 2,931$; $Sig. = 0,004 < 0,05$), menunjukkan bahwa kemampuan empati dalam interaksi digital berkontribusi terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis. Sebaliknya, Persepsi Diskriminasi berpengaruh negatif dan signifikan terhadap well-being ($t = -2,929$; $Sig. = 0,004 < 0,05$), yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi persepsi diskriminasi yang dirasakan, maka semakin rendah tingkat well-being remaja Gen Z. Dengan demikian, secara parsial ketiga variabel independen terbukti memiliki pengaruh yang signifikan terhadap well-being.

Uji F

Tabel 4. Uji F

ANOVAa				
Model	Sum of Squares	df	Mean Square	Sig.
1 Regression	5.097	3	1.699	16.765
Residual	9.728	96	.101	.000 ^b
Total	14.825	99		

a. Dependent Variable: Well-Being
 b. Predictors: (Constant), Persepsi Diskriminasi, Identitas Budaya Global, Empati Digital

Berdasarkan hasil uji F pada Tabel 4, diperoleh nilai F hitung sebesar 16,765 dengan tingkat signifikansi 0,000, yang lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa model regresi secara simultan signifikan. Hasil ini menunjukkan bahwa Identitas Budaya Global, Empati Digital, dan Persepsi Diskriminasi secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap well-being. Dengan demikian, model regresi yang digunakan layak dan mampu menjelaskan hubungan antara variabel independen dan variabel dependen, sehingga dapat digunakan untuk analisis dan pengujian hipotesis lebih lanjut.



Koefisien Determinasi

Berdasarkan hasil koefisien determinasi pada Tabel Model Summary, diperoleh nilai R Square sebesar 0,344, yang menunjukkan bahwa 34,4% variasi well-being dapat dijelaskan oleh variabel Identitas Budaya Global, Empati Digital, dan Persepsi Diskriminasi. Sementara itu, nilai Adjusted R Square sebesar 0,323 mengindikasikan bahwa setelah disesuaikan dengan jumlah variabel independen dan ukuran sampel, model mampu menjelaskan 32,3% variasi well-being, sedangkan 67,7% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian. Nilai R sebesar 0,586 menunjukkan hubungan yang cukup kuat antara variabel independen dan well-being.

PEMBAHASAN

Pengaruh Identitas Budaya Global Terhadap Well-Being

Penelitian ini menunjukkan bahwa Identitas Budaya Global berpengaruh positif dan signifikan terhadap well-being remaja Gen Z multikultural ($B = 0,283$; $\beta = 0,260$; $t = 2,653$; $p = 0,009$). Semakin kuat kemampuan remaja untuk memaknai dirinya sebagai bagian dari komunitas global yang beragam, semakin tinggi kesejahteraan psikologis mereka. Identitas budaya global berfungsi sebagai sumber daya psikososial yang mendukung keseimbangan emosional, penerimaan diri, dan kepuasan hidup, terutama bagi remaja yang hidup dalam konteks sosial multikultural. Temuan ini relevan dalam fase perkembangan remaja, di mana identitas diri dibentuk melalui interaksi sosial lintas budaya, baik di lingkungan kampus maupun digital. Remaja yang memiliki identitas budaya global lebih mampu menghadapi keberagaman dan mengurangi konflik identitas, yang pada gilirannya mengurangi tekanan psikologis. Temuan ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa identifikasi global berkorelasi dengan kesejahteraan subjektif dan kepuasan hidup pada generasi muda (Spiteri et al., 2025; Ceccon et al., 2023). Dalam konteks Indonesia, penelitian Nabén dan Damayanti (2024) serta Sadiku et al. (2021) juga mengonfirmasi bahwa identitas budaya yang positif mendukung kesejahteraan psikologis generasi muda. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa identitas budaya global berfungsi sebagai faktor protektif yang meningkatkan well-being remaja Gen Z dalam

menghadapi tantangan sosial dan budaya di era digital..

Pengaruh Empati Digital Terhadap Well-Being

Penelitian ini menunjukkan bahwa Empati Digital berpengaruh positif dan signifikan terhadap well-being remaja Gen Z multikultural ($B = 0,211$; $\beta = 0,290$; $t = 2,931$; $p = 0,004$). Semakin tinggi kemampuan remaja dalam memahami, merasakan, dan merespons emosi orang lain dalam interaksi digital, semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis mereka. Temuan ini menegaskan bahwa empati digital merupakan sumber daya sosial-emosional penting yang mendukung keseimbangan emosional dan kualitas hidup remaja di era digital. Sebagian besar responden berada pada rentang usia 18-24 tahun, berstatus mahasiswa, dan hidup dalam ekosistem digital yang intens, sehingga media sosial dan platform digital berfungsi sebagai ruang utama untuk membentuk relasi sosial, identitas diri, dan dukungan emosional. Empati digital membantu membangun hubungan yang lebih sehat, suportif, dan bermakna, serta mengurangi perasaan kesepian dan meningkatkan rasa diterima dalam interaksi digital. Kondisi ini memperkuat keterhubungan sosial dan meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja, terutama dalam konteks multikultural. Temuan ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa empati digital berkontribusi signifikan terhadap kesejahteraan psikologis melalui peningkatan kualitas relasi sosial (Zhao et al., 2024; Grénman et al., 2023). Selain itu, empati digital berfungsi sebagai faktor protektif terhadap dampak negatif media sosial, seperti cyberbullying dan konflik daring (Wu et al., 2024). Dalam konteks ini, empati digital berperan dalam membangun dukungan sosial yang berujung pada peningkatan well-being. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa empati digital adalah determinan penting bagi kesejahteraan remaja Gen Z multikultural, terutama di era digital yang sarat dengan tantangan sosial dan keberagaman..

Pengaruh Persepsi Diskriminasi Terhadap Well-Being

Penelitian ini menunjukkan bahwa Persepsi Diskriminasi berpengaruh negatif dan signifikan terhadap well-being remaja Gen Z multikultural ($B = -0,275$; $\beta = -0,248$; $t =$

-2,929; $p = 0,004$). Semakin tinggi tingkat diskriminasi yang dirasakan remaja, semakin rendah kesejahteraan psikologis mereka. Persepsi diskriminasi berfungsi sebagai faktor risiko psikososial yang melemahkan kondisi afektif, kognitif, dan emosional remaja, terutama dalam konteks multikultural. Keberagaman etnis, agama, dan status sosial meningkatkan potensi individu untuk mengalami diskriminasi, baik secara luring maupun daring. Di ruang digital, terutama media sosial, remaja sering terpapar pada ujaran kebencian, pelabelan negatif, dan perlakuan tidak setara, yang dapat memicu stres psikologis, kesepian, dan penurunan harga diri, sehingga berdampak negatif terhadap kesejahteraan mereka. Temuan ini didukung oleh penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa diskriminasi berhubungan dengan rendahnya kesejahteraan psikologis dan meningkatnya risiko gangguan kesehatan mental pada remaja (Schmitt et al., 2023; Gómez-Baya et al., 2024). Secara teoretis, temuan ini dijelaskan melalui Stress Process Theory dan Minority Stress Theory, yang menyatakan bahwa diskriminasi menciptakan tekanan psikologis kumulatif yang mengganggu fungsi adaptif individu. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa persepsi diskriminasi merupakan faktor utama yang menurunkan well-being remaja Gen Z multikultural, baik dalam konteks sosial luring maupun digital.

Pengaruh Simultan Identitas Budaya Global, Empati Digital dan Persepsi Diskriminasi Terhadap Well-Being

Penelitian ini menunjukkan bahwa Identitas Budaya Global, Empati Digital, dan Persepsi Diskriminasi secara simultan berpengaruh signifikan terhadap well-being remaja Gen Z multikultural ($F = 16,765$; $p = 0,000$). Ketiga variabel ini bersama-sama menjelaskan 34,4% variasi well-being remaja, dengan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain seperti dukungan keluarga, kondisi ekonomi, dan lingkungan pendidikan. Identitas Budaya Global membantu membentuk rasa inklusivitas dan keterhubungan sosial, Empati Digital berfungsi untuk membangun hubungan daring yang lebih sehat, dan Persepsi Diskriminasi berperan sebagai faktor risiko yang melemahkan kesejahteraan psikologis.

Hasil ini menggarisbawahi pentingnya pendekatan multidimensional dalam

memahami kesejahteraan remaja. Identitas inklusif dan empati digital yang berkembang optimal dapat memperkuat keterhubungan sosial, tetapi dampaknya akan berkurang jika individu terus mengalami diskriminasi. Penelitian terdahulu juga mendukung temuan ini, menunjukkan bahwa diskriminasi, baik offline maupun online, berfungsi sebagai stresor sosial yang signifikan. Dalam perspektif teoretis, temuan ini mendukung teori-teori seperti Ecological Systems Theory, Social-Emotional Learning Theory, dan Stress Process Theory, yang menjelaskan interaksi antara faktor psikologis dan sosial dalam membentuk kesejahteraan individu. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa kesejahteraan remaja Gen Z adalah konstruk multidimensional yang dibentuk oleh keseimbangan antara sumber daya psikologis dan pengalaman sosial. Oleh karena itu, intervensi untuk meningkatkan kesejahteraan remaja Gen Z perlu bersifat holistik, mencakup penguatan identitas budaya global, pengembangan empati digital, dan penanganan diskriminasi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa Identitas Budaya Global, Empati Digital, dan Persepsi Diskriminasi memiliki peran penting dalam membentuk well-being remaja Gen Z multikultural, baik secara parsial maupun simultan. Identitas Budaya Global dan Empati Digital terbukti berpengaruh positif dan signifikan, menunjukkan bahwa kemampuan remaja dalam memaknai diri secara inklusif serta menampilkan empati dalam interaksi digital berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan psikologis, sementara Persepsi Diskriminasi berpengaruh negatif dan signifikan, yang mengindikasikan bahwa pengalaman atau persepsi perlakuan tidak adil dapat menurunkan well-being. Secara simultan, ketiga variabel tersebut mampu menjelaskan sebagian variasi well-being remaja Gen Z, menegaskan bahwa kesejahteraan psikologis pada kelompok ini dibentuk oleh interaksi antara faktor identitas, kompetensi sosial-emosional digital, dan pengalaman sosial. Berdasarkan temuan tersebut, disarankan agar lembaga pendidikan dan pemangku kepentingan mengembangkan program penguatan identitas budaya global, integrasi literasi dan empati digital dalam

kurikulum, serta kebijakan dan intervensi yang menekan praktik diskriminasi, baik di lingkungan luring maupun daring, guna menciptakan ekosistem sosial yang lebih inklusif dan mendukung well-being remaja Gen Z.

DAFTAR RUJUKAN

- Annie E. Casey Foundation. (2023). Youth mental health statistics. <https://www.aecf.org/blog/youth-mental-health-statistics>
- Aral, T., Juang, L. P., Schwarzenthal, M., Schachner, M. K., & Adams, B. G. (2025). The social contexts of cultural identity among adolescents of immigrant descent: Separate and interacting relations of family and school ethnic-racial socialization. *The Journal of Early Adolescence*, 45(4), 421-450.
- Atari-Khan, R. and Han, S. (2018). Perceived discrimination, ethnic identity, and psychological well-being among arab americans. *The Counseling Psychologist*, 46(7), 899-921. <https://doi.org/10.1177/0011000018809889>
- Benítez, N. (2024). Aesthetic: subcultures in an offline-online reality. *SCT Proceedings in Interdisciplinary Insights and Innovations*, 2. <https://doi.org/10.56294/piii2024.121>
- Benner, A. D., Wang, Y., Shen, Y., Boyle, A. E., Polk, R., & Cheng, Y. P. (2018). Racial/ethnic discrimination and well-being during adolescence: A meta-analytic review. *American psychologist*, 73(7), 855.
- Bista, B. and Bohara, A. (2025). Health and environmental drivers of wellbeing: a mental health mediation model in generation z. *Dav Research Journal*, 4(1), 1-17. <https://doi.org/10.3126/davvj.v4i1.85654>
- Buchan, N. R., Brewer, M. B., Grimalda, G., Wilson, R. K., Fatas, E., & Foddy, M. (2011). Global social identity and global cooperation. *Psychological science*, 22(6), 821-828.
- Ceccon, C., Schachner, M., Lionetti, F., Pastore, M., Umaña-Taylor, A., & Moscardino, U. (2023). Efficacy of a cultural adaptation of the identity project intervention among adolescents attending multiethnic classrooms in italy: a randomized controlled trial. *Child Development*, 94(5), 1162-1180. <https://doi.org/10.1111/cdev.13944>
- Cheon, Y. M., Ip, P. S., Haskin, M., & Yip, T. (2020). Profiles of adolescent identity at the intersection of ethnic/racial identity, American identity, and subjective social status. *Frontiers in Psychology*, 11, 959.
- Fauziyah, N., & Widyastuti, R. (2024). Big picture: Mental health of Generation Z in the world. *ResearchGate*. <https://www.researchgate.net/publication/380242216>
- Grénman, M., Hakala, U., Mueller, B., & Uusitalo, O. (2023). Generation z's perceptions of a good life beyond consumerism: insights from the united states and finland. *International Journal of Consumer Studies*, 48(1). <https://doi.org/10.1111/ijcs.12994>
- Güler, A. and Yıldırım, M. (2021). Associations between acculturation, perceived discrimination and subjective well-being among syrian adolescents living in turkey. *International Journal of Psychology*, 57(2), 171-180. <https://doi.org/10.1002/ijop.12795>
- Hoffman, A. and Umaña-Taylor, A. (2023). The promise of leveraging social identities in interventions to enhance the well-being and lives of adolescents. *Child Development Perspectives*, 17(3-4), 129-135. <https://doi.org/10.1111/cdep.12486>
- Husnita, S., Simarmata, Y., & Setijadi, N. (2025). Fusi bahasa dan identitas: analisis pemakaian bahasa inggris-campur dalam komunikasi generasi z. *Jurnal Humaniora Jurnal Ilmu Sosial Ekonomi Dan Hukum*, 9(1), 352-365. <https://doi.org/10.30601/humaniora.v9i1.6568>



- Jiony, M., Lew, T., Gom, D., Tanakinjal, G., & Sondoh, S. (2021). Influence of cultural intelligence and psychological capital on service quality: a study of the hotel industry in sabah, malaysia. *Sustainability*, 13(19), 10809. <https://doi.org/10.3390/su131910809>
- Kajikhina, K., Koschollek, C., & Hövener, C. (2022). The impact of perceived discrimination on subjective health among adolescents. *European Journal of Public Health*, 32(Supplement_3), ckac130-201.
- Kankesan, T. (2011). Understanding bicultural identity and its impact on the association between discrimination and well-being (Doctoral dissertation).
- Katadata. (2023). Gen Z memiliki prevalensi depresi tertinggi di Indonesia pada 2023. <https://databoks.katadata.co.id/demografi/statistik/47ac634c23cd91e>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Fakta kesehatan mental anak dan remaja Indonesia. Badan Kebijakan Kesehatan. https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/5532/1/03%20factsheet%20Keswa_bahasa.pdf
- Leuwol, F. S., Jamin, N. S., & Ayu, S. K. (2023). Psikologi multikultural dalam praktik: Menghadapi tantangan kesejahteraan mental di era global dengan pemahaman dan pendekatan yang beragam. *Jurnal Multidisiplin West Science*, 2(08), 649-659.
- Li, J., Wu, N., & Xiong, S. (2021). Sustainable innovation in the context of organizational cultural diversity: the role of cultural intelligence and knowledge sharing. *Plos One*, 16(5), e0250878. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0250878>
- Lockwood, K., Marsland, A., Matthews, K., & Gianaros, P. (2018). Perceived discrimination and cardiovascular health disparities: a multisystem review and health neuroscience perspective. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1428(1), 170-207. <https://doi.org/10.1111/nyas.13939>
- Londen, M., Fält-Weckman, S., Fagerlund, Å., Jakobsson, P., & Hongell-Ekholm, N. (2025). I Feel Like a Superhero. Enhancing Student Well-Being and Peer Connection. In *Well-Being and its Promotion in Educational Contexts: Global Perspectives and Local Challenges* (pp. 217-240). Cham: Springer Nature Switzerland.
- Magano, J., Silva, C., Figueiredo, C., Vitória, A., Nogueira, T., & Dinis, M. (2020). Generation z: fitting project management soft skills competencies—a mixed-method approach. *Education Sciences*, 10(7), 187. <https://doi.org/10.3390/educsci10070187>
- Naben, J. S., Damayanti, Y., & Pello, S. C. (2024). The Ethnic Identity and Psychological Well-Being in Migrant Student of Manggarai at the Kupang City. *Journal of Health and Behavioral Science*, 6(3), 346-360.
- Nadzir, Z., Fajria, K., Kitabi, I., & Simanjuntak, M. (2022). Phenomenological study of elderly quality of life in pandemic covid-19. *Journal of Family Sciences*, 7(1), 1-13. <https://doi.org/10.29244/jfs.v7i1.36552>
- Oryngozha, N., Shamo, P., & Igali, A. (2024). Detection and analysis of stress-related posts in reddit's academic communities. *Ieee Access*, 12, 14932-14948. <https://doi.org/10.1109/access.2024.3357662>
- 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.
- Pertiwi, E., Suminar, D., & Ardi, R. (2022). Psychological well-being among gen z social media users: exploring the role of self-esteem and social media dependency as mediators and social media usage motives as moderator. *Indigenous Journal*

- Ilmiah Psikologi, 7(3), 204-218.
<https://doi.org/10.23917/indigenous.v7i3.19851>
- Sadiku, A., Gaxhiqi, B., Mulliqi, S., Hoxha, F., Yllka, M., Agani, F., ... & Jakupi, Q. (2021). Isjm volume 4, no.1 (2021). International Scientific Journal Monte, 4(1).
<https://doi.org/10.33807/monte.2021v4n1>
- Saptorini, S., Purnamasari, C., & Arifianto, Y. (2025). Empowering the digital generation:. kardia, 3(1), 56-70.
<https://doi.org/10.69932/kardia.v3i1.48>
- Seftyan, M. and Baksin, A. (2025). Strategi konten instagram @urbansneakerssociety dalam memengaruhi gaya fashion gen-z. Bandung Conference Series Communication Management, 5(2).
<https://doi.org/10.29313/bcscm.v5i2.21122>
- Setiawan, B. (2025). The perception of the younger generation z of batak toba towards ikan mas arsik as indonesian cultural heritage in depok. South Asian Journal of Social Studies and Economics, 22(9), 279-286.
<https://doi.org/10.9734/sajsse/2025/v22i91155>
- Sherman, R. (2021). Keeping an eye on generation z nurses. Nurse Leader, 19(1), 6-7.
<https://doi.org/10.1016/j.mnl.2020.11.001>
- Spiteri, G., Kim, S., & Lieder, F. (2025). Life satisfaction effects of national identity, global identity, and their interactions. Scientific Reports.
- Stronge, S., Mok, T., Ejova, A., Lee, C., Zubielevitch, E., Yogeewaran, K., ... & Sibley, C. (2019). Social media use is (weakly) related to psychological distress. Cyberpsychology Behavior and Social Networking, 22(9), 604-609.
<https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0176>
- Twenge, J. and Campbell, W. (2018). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: evidence from a population-based study. Preventive Medicine Reports, 12, 271-283.
<https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2018.10.003>
- Twenge, J., Martin, G., & Campbell, W. (2018). Decreases in psychological well-being among american adolescents after 2012 and links to screen time during the rise of smartphone technology.. Emotion, 18(6), 765-780.
<https://doi.org/10.1037/emo0000403>
- Vossen, H. G., & Valkenburg, P. M. (2016). Do social media foster or curtail adolescents' empathy? A longitudinal study. Computers in Human Behavior, 63, 118-124.
- World Health Organization. (2024). WHO and UNICEF launch guidance to improve access to mental health care for children and young people.
<https://www.who.int/news/item/09-10-2024-who-and-unicef-launch-guidance-to-improve-access-to-mental-health-care-for-children-and-young-people>
- Yasin, G. (2024). Degradasi identitas di kalangan generasi z : studi kasus kota serang. Journal of Citizenship.
<https://doi.org/10.37950/joc.v3i1.362>
- Yusuf, N. (2025). The impact of facebook content on mental health status among generation z: a literature review. Innovation in Health for Society, 5(2), 70-78.
<https://doi.org/10.31603/ihs.13301>

