Krepa: Kreativitas Pada Abdimas
ISSN 2988-3059
Cahaya Ilmu Bangsa

Vol 4 No 10
Prefix DOI : 10.9765/Krepa.V218.3784

Sosialisasi Membangun Mentalitas Positif Dan Optimis Sebagai Perubahan Mindset Sumber Daya Manusia Di Smk Islam Bintang Cendekia Kabupaten Lebak

[1]Yuda mahesa, [2]Indra Novendri, [3]Singgih Agis mansyah, [3]Reza Kurniawan

email : [1]yudamahesa2407@gmail.com , [2]dosen03063@unpam.ac.id, [3]unpamserang@unpam.ac.id , [4]singgiham2003@gmail.com , [5]rezakurny@gmail.com

ABSTRAK

Sosialisasi ini bertujuan untuk mengubah mindset sumber daya manusia (SDM) di SMK Islam Bintang Cendekia Kabupaten Lebak dengan menanamkan mentalitas positif dan optimisme. Melalui berbagai kegiatan dan program, diharapkan para siswa dapat mengembangkan sikap mental yang konstruktif, meningkatkan motivasi belajar, serta mempersiapkan diri menghadapi dunia kerja yang kompetitif. Penelitian ini akan menganalisis dampak dari sosialisasi tersebut terhadap perubahan perilaku siswa, seperti peningkatan kinerja akademik, partisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler, dan pengembangan keterampilan sosial. Selain itu, penelitian ini juga akan mengidentifikasi faktor-faktor yang mendukung dan menghambat keberhasilan sosialisasi ini. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan program serupa di sekolah-sekolah lain dan menjadi referensi bagi para pembuat kebijakan dalam upaya meningkatkan kualitas SDM di Indonesia.

Kata Kunci : sosialisasi, mentalitas positif, optimisme, mindset, sumber daya manusia,

Article history
Received: Maret 2025
Reviewed: Maret 2025
Published: Maret 2025
Plagirism checker no 80
Doi : 10.9765/Krepa.V218.3784
Copyright : author
Publish by : KREPA

This work is licensed under a creative commons attribution-noncommercial 4.0 international license

Krepa: Kreativitas Pada Abdimas
ISSN 2988-3059
Cahaya Ilmu Bangsa

Vol 4 No 10
Prefix DOI : 10.9765/Krepa.V218.3784

ABSTRACT

This socialization aims to change the mindset of human resources (HR) at the Islamic Star Scholar Vocational School, Lebak Regency by instilling a positive mentality and optimism. Through various activities and programs, it is hoped that students can develop a constructive mental attitude, increase learning motivation, and prepare themselves to face the competitive world of work. This research will analyze the impact of this socialization on changes in student behavior, such as improving academic performance, participation in extracurricular activities, and development of social skills. Apart from that, this research will also identify factors that support and hinder the success of this socialization. It is hoped that the research results can contribute to the development of similar programs in other schools and become a reference for policy makers in efforts to improve the quality of human resources in Indonesia

Keywords : socialization, positive mentality, optimism, mindset, human resources

PENDAHULUAN

Generasi Z yang umumnya mengacu pada individu yang lahir antara pertengahan 1990-an hingga awal 2010-an, telah tumbuh dalam lingkungan yang penuh dengan tekanan dan stimulasi yang intens. Dalam menghadapi tantangan ini, kemampuan mereka untuk mengelola kondisi emosional menjadi kunci untuk kesejahteraan dan keberhasilan di berbagai aspek kehidupan. Dalam hal kondisi emosional, generasi Z cenderung menunjukkan karakteristik yang kritis, adaptif, dan memiliki tingkat literasi teknologi yang tinggi (Setiyowati et al., 2022).

Mereka juga dikenal sebagai generasi yang kritis dan memiliki daya adaptasi yang tinggi, namun terkadang menghadapi tantangan dalam hal pemahaman politik dan pendidikan agama (Kertamukti, 2022; Beriansyah & Qibtiyah, 2023). Generasi Z juga cenderung memiliki

kecenderungan untuk mengekspresikan diri melalui media sosial dan menggunakan teknologi sebagai alat komunikasi dan informasi yang efektif (Pujiono, 2021; Daffa, 2023).

Remaja Generasi Z seringkali mengalami tekanan emosional yang berasal dari berbagai sumber, termasuk tekanan akademik, pergaulan sosial, serta ekspektasi dari lingkungan sekitar. Hal ini dapat memengaruhi kesejahteraan mental mereka dan berpotensi mengarah pada masalah kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi. Oleh karena itu, penting bagi tenaga pendidik dan orang tua untuk memahami dan membantu mereka mengelola kondisi emosional dengan efektif. Generasi Z sering kali mengalami tekanan dari tuntutan pendidikan yang semakin kompetitif, ujian yang menentukan masa depan, dan ekspektasi untuk mencapai kesuksesan akademik yang tinggi (Xie & Derakhshan, 2021).

Tekanan ini dapat menyebabkan stres, kecemasan, dan perasaan tidak aman pada remaja Generasi Z. Selain itu, pergaulan sosial juga menjadi sumber tekanan emosional bagi Generasi Z. Mereka sering merasa tertekan untuk memenuhi standar sosial, mendapatkan persetujuan dari teman sebaya, dan berinteraksi dalam lingkungan sosial yang kompleks (Grundmann et al., 2021; Smith et al., 2018).

Tekanan dari media sosial, ekspektasi untuk terlihat sempurna, dan perbandingan dengan orang lain juga dapat memengaruhi kondisi emosional Generasi Z. Manajemen karakter merupakan suatu pendekatan yang digunakan untuk membentuk, mengembangkan, dan memperkuat karakter individu atau kelompok. Konsep ini berfokus pada pengelolaan dan pengembangan sifat-sifat positif, nilai-nilai moral, sikap, dan perilaku yang dianggap penting dalam membentuk kepribadian yang baik dan etis. Manajemen karakter tidak hanya berkaitan dengan pembentukan karakter secara pribadi, tetapi juga dapat diterapkan dalam konteks pendidikan, organisasi, dan masyarakat secara luas. Dalam konteks pendidikan, manajemen karakter melibatkan penggunaan strategi dan program-program untuk mendidik siswa dalam hal etika, moralitas, dan kepemimpinan. Tujuannya dari penulisan artikel ini adalah untuk memberikan kontribusi kajian analisis terbaru terkait manajemen karakter yang di khususkan pada generasi Z yang didasarkan pada nilai-nilai moral dan etika yang tinggi. Ini termasuk pengembangan kebijakan, prosedur, dan praktik-praktik yang mendorong perilaku etis, kerja tim, dan tanggung jawab sosial. Dalam masyarakat, manajemen karakter mungkin melibatkan

kegiatan-kegiatan seperti pelatihan kepemimpinan, program-program pengembangan kepribadian, atau kegiatan sosial yang bertujuan untuk memperkuat nilai-nilai moral dan menginspirasi tindakan positif dalam komunitas.Seringkali terjadi fenomena Ekspektasi dari lingkungan sekitar, termasuk keluarga, sekolah, dan masyarakat juga dapat memberikan tekanan emosional pada Generasi Z. Harapan untuk sukses, mencapai standar tertentu, dan memenuhi ekspektasi orang lain dapat menimbulkan beban emosional yang signifikan bagi remaja Generasi Z (Sun, 2021).

Secara holistik penelitian ini mengkaji permasalahan yang sedang memiliki urgensi tinggi di lingkungan sosial, sebab populasi generasi Z terus bertambah maka dari itu riset ini berupaya melihat masalah dalam manajemen karakter untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan pengembangan pribadi yang positif, baik itu dalam konteks individu, kelompok, atau organisasi. Ini melibatkan pengelolaan nilai-nilai, sikap, dan perilaku untuk mencapai tujuan-tujuan yang berhubungan dengan kualitas hidup yang lebih baik dan masyarakat yang lebih baik secara keseluruhan.

Adapun penggunaan teknologi dalam kehidupan sehari-hari Generasi Z membawa dampak signifikan terhadap kondisi emosional mereka. Meskipun teknologi memberikan akses ke informasi dan konektivitas yang tak terbatas, namun juga membawa risiko seperti kecanduan digital dan gangguan tidur. Oleh karena itu, perlu diperhatikan bagaimana penggunaan teknologi dapat memengaruhi kondisi emosional remaja Generasi Z, serta strategi untuk mengelolanya secara sehat. penggunaan teknologi yang berlebihan, terutama dalam hal penggunaan media sosial, dapat menyebabkan tekanan dan stres emosional. Generasi Z sering terpapar dengan konten yang tidak sehat, perbandingan sosial yang merugikan, dan cyberbullying, yang dapat memengaruhi kondisi mental dan emosional mereka (Graciyal & Viswam, 2021; Horwood & Anglim, 2019; Ranieri et al., 2021).

Kedua, penggunaan teknologi yang berlebihan juga dapat mengganggu keseimbangan antara waktu yang dihabiskan di dunia digital dan interaksi sosial di dunia nyata. Hal ini dapat menyebabkan isolasi sosial, kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat, dan perasaan kesepian (Nur & Panggabean, 2021; Charan, 2024; Ranieri et al., 2021). Selain itu, peran lingkungan sosial juga tidak dapat diabaikan dalam manajemen kondisi emosional remaja

Generasi Z. Lingkungan sekolah, keluarga, dan teman sebaya dapat memainkan peran penting dalam memberikan dukungan dan bimbingan kepada remaja dalam mengelola emosi mereka. Oleh karena itu, penting untuk memperkuat kerja sama antara pendidik, orang tua, dan komunitas dalam upaya manajemen pendidikan karakter pada remaja Generasi Z. Ketika membahas manajemen pendidikan karakter pada remaja Generasi Z, penting juga untuk memperhitungkan perkembangan individual dan kebutuhan mereka. Setiap remaja memiliki keunikan dan tantangan yang berbeda dalam mengelola kondisi emosional mereka. Oleh karena itu, pendekatan pendidikan karakter haruslah holistik dan responsif terhadap kebutuhan dan konteks individu masingmasing remaja Generasi Z.

Namun, tantangan dalam menerapkan manajemen pendidikan karakter pada remaja Generasi Z juga termasuk kebutuhan untuk mengadaptasi pendekatan pendidikan yang tradisional. Remaja Generasi Z cenderung memiliki preferensi yang berbeda dalam belajar dan berinteraksi, termasuk keinginan untuk belajar melalui pengalaman langsung, keterlibatan teknologi, dan komunikasi yang terbuka. Oleh karena itu, pendekatan yang inovatif dan sesuai dengan kebutuhan mereka diperlukan untuk meningkatkan efektivitas pendidikan karakter. Dengan demikian, penelitian tentang manajemen pendidikan karakter pada remaja Generasi Z dalam mengelola kondisi emosional menjadi semakin penting dalam menghadapi tantangan kompleks di era teknologi dan globalisasi. Penelitian ini dapat memberikan wawasan yang berharga tentang strategi yang efektif untuk membantu remaja Generasi Z mengelola emosi mereka dengan sehat dan membangun karakter yang kuat. Dengan demikian, dapat menciptakan lingkungan pendidikan yang mendukung, inklusif, dan memberdayakan bagi remaja Generasi Z untuk tumbuh dan berkembang secara optimal dalam semua aspek kehidupan mereka.

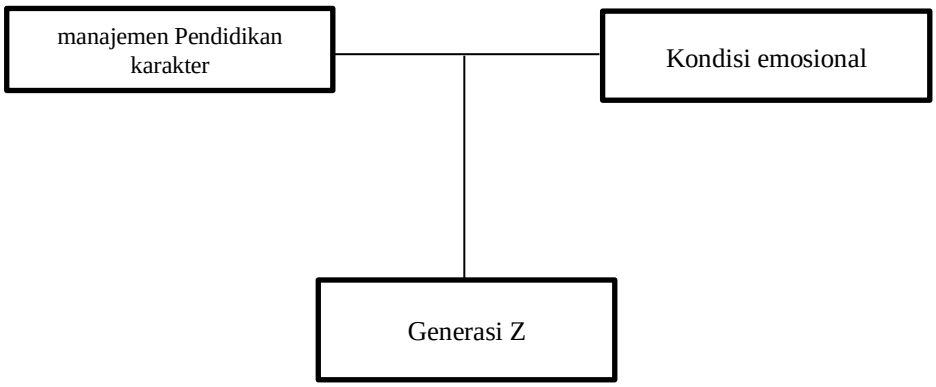
METODE

Dalam penelitian ini, metode kualitatif dengan pendekatan kajian literatur digunakan untuk menyelidiki manajemen pendidikan karakter pada remaja Generasi Z dalam mengelola kondisi emosional mereka. Pendekatan kualitatif memungkinkan peneliti untuk memahami fenomena yang kompleks dan subjektif, seperti pengalaman emosional remaja, dengan lebih mendalam.

Krepa: Kreativitas Pada Abdimas
ISSN 2988-3059
Cahaya Ilmu Bangsa
Vol 4 No 10
Prefix DOI : 10.9765/Krepa.V218.3784

Langkah awal dalam metode ini adalah pengumpulan bahan pustaka dari berbagai sumber, termasuk jurnal ilmiah, buku, laporan penelitian, dan dokumen-dokumen terkait. Materi pustaka ini kemudian dianalisis secara sistematis untuk mengidentifikasi temuan-temuan yang relevan dengan topik penelitian, seperti teori-teori tentang manajemen emosi, pendidikan karakter, dan karakteristik Generasi Z. Selanjutnya, data yang telah dikumpulkan dari berbagai sumber literatur tersebut akan dianalisis secara mendalam. Analisis dilakukan dengan cara membaca, membandingkan, dan mensintesis temuan-temuan yang ada, serta mengidentifikasi pola-pola, tren, dan kesimpulankesimpulan yang muncul dari literatur tersebut. Selama proses analisis, peneliti juga dapat menggunakan pendekatan interpretatif untuk memahami makna-makna yang tersembunyi di balik teks-teks literatur yang dipelajari.

Hal ini memungkinkan mereka untuk mengeksplorasi sudut pandang yang berbeda, menganalisis konteks sosial dan budaya, serta mengidentifikasi implikasi praktis dari temuan-temuan tersebut. Akhirnya, hasil analisis tersebut akan digunakan untuk menyusun kerangka teoretis yang kokoh dan relevan dengan topik penelitian. Kerangka teoretis ini akan menjadi landasan bagi pengembangan konsep-konsep dan rekomendasi-rekomendasi dalam penelitian tentang manajemen pendidikan karakter pada remaja Generasi Z. Dengan demikian, metode kualitatif dengan pendekatan kajian literatur dapat memberikan pemahaman yang mendalam dan wawasan yang berharga tentang topik penelitian ini. Adapun kerangka teori yang digunakan dalam landasan penelitian ini digambarkan sebagai berikut:



Tabel 1. Kerangka Pikir Penelitian

Krepa: Kreativitas Pada Abdimas
ISSN 2988-3059
Cahaya Ilmu Bangsa

Vol 4 No 10
Prefix DOI : 10.9765/Krepa.V218.3784

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menggambarkan bahwa Generasi Z, yang merupakan kelompok terbesar di Indonesia saat ini, menghadapi tantangan signifikan terkait kesehatan mental dan emosional. Faktorfaktor seperti penggunaan media sosial yang intens, tekanan akademik, dan ketidakpastian masa depan mempengaruhi kondisi mental dan emosional mereka.

Gambar 1. Presentasi pemaparan materi dan motivasi terhadap siswa/siswi smk islam bintang cendekia

Para siswa menunjukkan antusiasme tinggi terhadap peyampaian materi yang di sampaikan dalam pembelajaran. Mereka merasa bahwa mindset positif terhadap masa depan bisa merubah ketakutan dan tindakan mereka sehingga dapat membantu membuat suasana kelas lebih menyenangkan serta memudahkan dalam melakukan evaluasi pemahaman siswa terhadap materi yang telah diajarkan (Permana, 2023).

Manajemen pendidikan karakter dan pengelolaan kondisi emosional menjadi penting dalam membantu Generasi Z mengatasi tantangan ini. Strategi pengelolaan kondisi emosional yang efektif meliputi pendidikan emosi, pencegahan cyberbullying, pengembangan kreativitas, serta dukungan kesehatan mental dan nilai-nilai karakter.

Krepa: Kreativitas Pada Abdimas
ISSN 2988-3059
Cahaya Ilmu Bangsa
Vol 4 No 10
Prefix DOI : 10.9765/Krepa.V218.3784

Gambar 2. Tampilan tanya jawab dalam Pembelajaran

Gambar berikut menunjukkan contoh tampilan kuis tanya jawab yang telah digunakan oleh mahasiswa dalam kelas. Dengan penuh semangat yang tinggi dan pertanyaan yang luar biasaa sehingga dapat membantu meningkatkan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Dengan interaktif yang ditawarkan oleh mahasiswa, seperti tanya jawab bisa di sebut dengan kuis karna mahasiwa memberikan hadiah kepada siswa yang bertanya sehingga dapat membuat waktu nyata dan umpan balik instan, mahasiswa merasa lebih mampu untuk melibatkan siswa secara aktif dalam proses belajar. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa pentingnya merubah mindset kita terhadap hal positif karna akan meningkatkan kepercayaan diri lebih kuat dan berani dalam pengambilan keputusan terhadap masa depan dan karir (Deterding et al., 2011).

Dengan pendekatan holistik dan dukungan yang tepat, Generasi Z dapat mengembangkan keterampilan yang diperlukan untuk mengatasi tekanan dan menjadi individu yang sehat dan berkembang secara positif dalam masyarakat.

Urgensi Manajemen pendidikan karakter pada Generasi Z Urgensi manajemen pendidikan karakter pada Generasi Z sangatlah penting mengingat peranannya dalam membentuk moral, sikap, dan perilaku moral siswa. Pendidikan karakter tidak hanya berkaitan dengan konsep moral, tetapi juga melibatkan dimensi hati, pikir, raga, serta rasa dan karsa (Rosad 2019; Fauzi et al., 2017). Manajemen pendidikan karakter membantu dalam perencanaan, pengorganisasian, dan pengembangan karakter siswa secara menyeluruh (Wahyudi, 2021). Manajemen pendidikan karakter juga berperan dalam pembentukan karakter siswa melalui manajemen budaya sekolah yang dapat mengembangkan karakter positif generasi Z (Indriyani et al., 2023). Selain itu, peran pendidikan kewarganegaraan dan nilai-nilai universal dalam pembentukan karakter siswa juga sangat penting (Jannah et al., 2021; Lestari & Kurnia, 2022). Implementasi manajemen pendidikan karakter di sekolah berbasis nilai-nilai lokal seperti Tri Hita Karana juga dapat menjadi landasan yang kuat dalam pengembangan karakter siswa (Suryawan et al., 2022).

Pentingnya peran keluarga dalam membentuk pendidikan karakter pada anak di masa pandemi juga tidak boleh diabaikan (Saputra, 2022). Program-program pendidikan karakter yang terencana dan terstruktur, seperti Gerakan Nasional Revolusi Mental (GNRM), juga menjadi bagian penting dalam memperkuat karakter bangsa (Kusmilawati et al., 2019). Dengan demikian, manajemen pendidikan karakter memiliki urgensi yang besar dalam membentuk karakter Generasi Z agar menjadi individu yang berkualitas, memiliki moral yang baik, dan mampu berkontribusi positif dalam masyarakat. Manajemen pendidikan karakter pada Generasi Z memiliki urgensi yang sangat tinggi mengingat tantangan unik yang dihadapi oleh generasi ini dalam konteks sosial, teknologi, dan budaya yang terus berkembang. Berikut adalah beberapa alasan utama mengapa manajemen pendidikan karakter sangat penting untuk Generasi Z:

Tabel 1. Pendekatan Pendidikan Karakter untuk Tantangan yang Dihadapi oleh Generasi Z

NO	TANTANGAN ATAU ASPEK	PENDEKATAN PENDIDIKAN KARAKTER
1	Menghadapi Tantangan Digita	Mengembangkan keterampilan menggunakan teknologi secara bijaksana, mengajarkan perilaku etis online.
2	Penguatan Identitas dan Harga Diri	Mempromosikan nilai-nilai seperti kejujuran, keberanian, dan empati untuk membangun harga diri yang sehat.
3		Mengajarkan alat untuk mengelola stres, seperti

	Mengelola Stres dan Tekanan Akademik	pengembangan ketahanan emosional dan keterampilan manajemen waktu
4	Meningkatkan Kemampuan Sosial dan Emosional	Menekankan pengembangan kemampuan seperti empati, kerja sama, dan komunikasi efektif.
5	Persiapan untuk Masa Depan	Memperkenalkan nilai-nilai seperti integritas dan tanggung jawab yang penting dalam dunia kerja dan kehidupan masa depan.
6	Membangun Masyarakat yang Lebih Baik	Menanamkan nilai-nilai moral dan etika untuk menciptakan masyarakat yang lebih adil dan harmonis
7	Mengatasi Krisis Nilai	Memberikan landasan moral yang kokoh untuk mempertahankan nilai-nilai tradisional dan mengadaptasi nilai-nilai baru yang relevan
8	Meningkatkan Kepuasan Hidup	Mengembangkan sikap optimis, rasa syukur, dan pencarian makna hidup.
9	Mendorong Kewarganegaraan Aktif	Membentuk warga negara yang bertanggung jawab dan siap berperan aktif dalam menyelesaikan masalah global.
10	Menyediakan Landasan untuk Pembelajaran Seumur Hidup	Mengajarkan keterampilan seperti keingintahuan dan kegigihan untuk memastikan kesiapan untuk belajar sepanjang hidup.

Secara keseluruhan, urgensi manajemen pendidikan karakter pada Generasi Z tidak bisa diabaikan. Dengan fokus yang tepat pada pendidikan karakter, kita dapat membantu membentuk generasi yang lebih baik, lebih bijaksana, dan lebih tangguh dalam menghadapi masa depan yang penuh dengan tantangan dan peluang.

KESIMPULAN

Generasi Z menghadapi kondisi emosional yang kompleks akibat perkembangan teknologi, perubahan sosial, dan tekanan akademik yang tinggi. Penggunaan media sosial yang intens, meskipun menawarkan manfaat dalam hal konektivitas dan dukungan sosial, juga membawa risiko signifikan seperti kecemasan, perasaan rendah diri, dan isolasi sosial. Tekanan untuk berprestasi di sekolah dan memasuki universitas bergengsi semakin memperburuk tingkat stres dan kecemasan yang dialami oleh generasi ini, sementara ketidakpastian masa depan menambah beban emosional mereka.

Untuk membantu Generasi Z mengelola kondisi emosional mereka dengan lebih baik, berbagai strategi perlu diterapkan. Pendidikan emosional dan sosial, penggunaan teknologi yang sehat, akses ke layanan kesehatan mental, serta lingkungan yang mendukung di rumah, sekolah, dan komunitas sangat penting. Mengajarkan keterampilan koping yang efektif, partisipasi dalam aktivitas ekstrakurikuler, dan pelatihan guru dalam mendukung kesehatan emosional siswa dapat memberikan dampak positif yang signifikan. Keterlibatan orang tua dan kolaborasi antara berbagai pemangku kepentingan juga sangat penting untuk menciptakan dukungan yang komprehensif bagi remaja.

Secara keseluruhan, manajemen pendidikan karakter dan pengelolaan kondisi emosional pada Generasi Z adalah aspek kritis untuk memastikan kesejahteraan mental dan emosional mereka. Dengan memahami tantangan unik yang mereka hadapi dan menerapkan strategi yang tepat, kita dapat membantu mereka mengembangkan keterampilan yang diperlukan untuk menghadapi kehidupan dengan lebih baik. Upaya kolektif dari keluarga, sekolah, dan masyarakat akan memainkan peran penting dalam mendukung Generasi Z untuk tumbuh menjadi individu yang sehat, tangguh, dan berdaya saing di era digital yang terus berkembang.

SARAN

Dalam rangka meningkatkan kesejahteraan mental Generasi Z, pendekatan holistik diperlukan. Hal ini mencakup edukasi emosional melalui kurikulum sekolah untuk mengenali dan mengelola emosi, mengurangi dampak negatif teknologi dengan menetapkan batasan waktu layar dan mengajarkan kebiasaan digital yang baik, serta peningkatan akses dan kesadaran akan layanan kesehatan mental untuk mengurangi stigma. Selain itu, lingkungan yang mendukung di rumah, sekolah, dan komunitas harus diciptakan dengan memberikan dukungan emosional

yang aktif. Keterampilan koping seperti relaksasi, pemecahan masalah, dan manajemen waktu juga perlu dikembangkan, sambil memperkuat nilai-nilai positif melalui pendidikan karakter. Pentingnya rutin memantau kondisi emosional dan mengevaluasi strategi pengelolaan emosi, serta melatih guru dan staf sekolah dalam hal ini, tidak bisa diabaikan. Kolaborasi dengan orang tua juga menjadi kunci dalam mendukung program-program pengelolaan emosi remaja. Dengan demikian, melalui pendekatan yang komprehensif ini, diharapkan Generasi Z dapat mengembangkan keterampilan emosional yang kuat dan siap menghadapi tantangan hidup dengan lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

Afandi, A., Wicaksono, B., & Satwika, P. (2022). Peran Kepemimpinan Autentik dan Person-Job Fit terhadap Turnover Intention pada Karyawan Generasi Z. Jurnal Psikologi Teori dan Terapan, 13(3), 282 293. https://doi.org/10.26740/jptt.v13n3.p282-293

Andriani, N., Endarti, A., & Pambudi, E. (2022). Pengaruh Disabilitas dan Cedera terhadap Gangguan Mental Emosional Usia 18-24 Tahun di Provinsi DKI Jakarta. Jurnal Ilmu Kesehatan

Masyarakat, 11(04), 356-365. https://doi.org/10.33221/jikm.v11i04.1577 Beriansyah, A. and Qibtiyah, M. (2023). Instagram and Political Literacy Generation Z. Bhineka Tunggal Ika Kajian Teori Dan Praktik Pendidikan PKN, 10(1), 134-149. DOI10.36706/jbti.v10i1.20463

Charan, G. (2024). From Screens to Sunshine: Rescuing Children's Outdoor Playtime in the Digital Era. Journal of Indian Association for Child and Adolescent Mental Health, 20(1), 11-17. DOI: 10.1177/09731342241229845

Daffa, M. (2023). Pengaruh Lingkungan Kerja dan Beban Kerja Terhadap Turnover Intention Karyawan Generasi Z. Bandung Conference Series Business and Management, 3(2), 602-611. DOI: 10.29313/bcsbm.v3i2.7698

Double, K., Pinkus, R., & MacCann, C. (2022). Emotionally Intelligent People Show More Flexible Regulation of Emotions in Daily Life. Emotion, 22(2), 397-402 https://doi.org/10.1037/emo0001069

Fauzi, A., Zainuddin, Z., & Atok, R. (2017). Penguatan Karakter Rasa Ingin Tahu dan Peduli Sosial melalui Discovery Learning Jurnal Teori dan Praksis Pembelajaran IPS, 2(2), 79-88. https://doi.org/10.17977/um022v2i22017p079

Graciyal, D. and Viswam, D. (2021). Social Media and Emotional Well-being: Pursuit of Happiness or Pleasure.Asia Pacific Media Educator, 31(1), 99-115. DOI: 10.1177/1326365x211003737 Grundmann, F., Epstude, K., & Scheibe, S. (2021). Face Masks Reduce Emotion-Recognition Accuracy and Perceived Closeness.

Plos One, 16(4), e0249792. DOI: 10.1371/journal.pone.0249792 Hidayat, N., Tanod, M., & Prayogi, F. (2022). Manajemen Pengembangan Sekolah Dasar Berbasis Pendidikan Karakter.

Jurnal Obsesi Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 6(5), 4910-4918. https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2688 Horwood, S. and Anglim, J. (2019). Problematic Smartphone Usage and Subjective and Psychological Well-being

Computers in Human Behavior, 97, 44-50. DOI: 10.1016/j.chb.2019.02.028 Indriyani, N., Lestari, W., & Setiawan, F. (2023). Urgensi Manajemen Pendidikan dalam Pembentukan Karakter Siswa. Jurnal Pendidikan Bahasa dan Budaya

https://doi.org/10.55606/jpbb.v1i2.981 Ismail, I., Djalil, N., Simunati, S., Sukriyadi, S., & Basri, M. (2023). Mengukur Resilience pada Relawan Perawat COVID-19 Menggunakan Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) 10. Bina Generasi Jurnal Kesehatan, 14(2), 57-61.

https://doi.org/10.35907/bgjk.v14i2.245 Jannah, A., N, P., Yahya, R., Dewi, D., & Furnamasari, Y. (2021). Peran Pendidikan Kewarganegaraan dalam Mewujudkan Sekolah Damai di Tengah-Tengah Kehidupan Masyarakat Pluralis.

Jurnal Basicedu, 5(6), 5266-5274. https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i6.1604 Kertamukti, R. (2022). Instagram Religious Moderation Dialogue Space for Generation Z

Nyimak Journal of Communication, 6(2), 229. DOI: 10.31000/nyimak.v6i2.6670 Kusmilawati, F., Hadi, H., & Agustini, F. (2019). Analisis Nilai Karakter Siswa Kelas IV pada Prose Pembelajaran Bahasa Indonesia Materi Membaca. Indonesian Values and Character Education Journal, 2(1),

https://doi.org/10.23887/ivcej.v2i1.17923 Lestari, S. and Kurnia, H. (2022). Peran Pendidikan Pancasila dalam Pembentukan Karakter. Jurnal Citizenship Media Publikasi Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan, 5(1), 25.

https://doi.org/10.23887/ivcej.v2i1.17923 Lestari, S. and Kurnia, H. (2022). Peran Pendidikan Pancasila dalam Pembentukan Karakter. Jurnal Citizenship Media Publikasi Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan, 5(1), 25.

https://doi.org/10.12928/citizenship.v5i2.23179 Nawawi, M., Anisa, N., Syah, N., Risqul, M., Azisah, A., & Hidayat, T. (2021). Pengaruh Tayangan K-Drama (Korean Drama) Terhadap Motivasi Belajar. Edukatif Jurnal Ilmu Pendidikan, 3(6), 4439-4447.

https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i6.1201 Nur, T. and Panggabean, R. (2021). Factors Influencing the Adoption of Mobile Payment Method Among Generation Z: The Extended Utaut Approach.

Journal of Accounting Research Organization and Economics, 4(1), 14-28. DOI: 10.24815/jaroe.v4i1.19644 Pibriyanti, K. (2018). Studi Obesitas Sentral pada Mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat Univet Bangun Nusantara Sukoharjo. Jurnal Kesehatan, 11(1), 16-23. DOI: 10.23917/jk.v11i1.7000