

Integrasi Nilai Ki Hajar Dewantara di Kampus UPB: Solusi Holistik Kesehatan Mental Gen Z dari Ancaman *Bullying*

M. Andriana Gaffar^{1*}, Dede Nur Zaman², Dwi Ning Wahyuni Budi³, Eka Taruna Putra⁴, Ely Nurlaeli⁵, Ifa Fachriyah⁶, Nizmah⁷

^{1,2,3,4,5,6,7} Program Studi Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Nusantara, Bandung, Indonesia

E-mail: andriana.gaffar@uninus.ac.id

* Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i3.4717>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 23 Dec 2025

Revised: 28 Dec 2025

Accepted: 24 Jan 2026

Kata Kunci:

Bullying, Gen Z, Kesehatan Mental, Ki Hajar Dewantara, Tri-Pusat Pendidikan

Keywords:

Bullying, Gen Z, Ki Hajar Dewantara, Mental Health, Tri-Center of Education.



ABSTRACT

Krisis kesehatan mental pada Generasi Z akibat perundungan (*bullying*) di lingkungan perguruan tinggi menuntut solusi yang sistemis dan holistik, melampaui sekadar sanksi administratif formal. Kerentanan psikologis mahasiswa di tengah dinamika sosial kawasan industri Cikarang yang kompetitif, sehingga memerlukan restorasi nilai melalui filosofi pendidikan nasional. Penelitian ini bertujuan untuk mengintegrasikan konsep Tri-Pusat Pendidikan Ki Hajar Dewantara ke dalam ekosistem kampus Universitas Pelita Bangsa sebagai strategi preventif perundungan dan perlindungan kesehatan mental mahasiswa. Metode yang digunakan adalah pengabdian kepada masyarakat melalui workshop interaktif, *coaching*, dan evaluasi partisipatif yang melibatkan 32 mahasiswa semester 1 Jurusan Teknik Informatika. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan kognitif yang signifikan, di mana 78,1% mahasiswa kini memahami sinergi antara keluarga, sekolah, dan masyarakat dalam membentuk karakter. Secara empiris, hasil post-test menunjukkan kenaikan skor yang stabil pada seluruh instrumen dibandingkan pre-test, yang membuktikan efektivitas internalisasi nilai dalam mengubah paradigma mahasiswa mengenai dampak klinis *bullying* terhadap rasa percaya diri. Kesimpulannya, implementasi nilai-nilai Ki Hajar Dewantara berhasil menciptakan kesadaran kolektif dan komitmen strategis yang ditandai dengan rencana pembentukan Satgas PPKS di lingkungan universitas. Implikasi dari penelitian ini adalah pentingnya perguruan tinggi untuk mengadopsi kearifan lokal dalam membangun sistem pendukung kesehatan mental yang inklusif, guna mencetak lulusan yang tidak hanya kompeten secara teknis tetapi juga memiliki resiliensi karakter yang kuat di era digital.

The mental health crisis in Generation Z due to bullying in the university environment demands systemic and holistic solutions, beyond just formal administrative sanctions. The psychological vulnerability of students in the midst of the competitive social dynamics of the Cikarang industrial area, so it requires value restoration through the national education philosophy. This research aims to integrate the concept of the Ki Hajar Dewantara Tri-Education Center into the campus ecosystem of Pelita Bangsa University as a strategy for bullying prevention and student mental health protection. The method used is community service through interactive workshops, coaching, and participatory evaluation involving 32 1st semester students of the Department of Informatics Engineering. The results of the study showed a significant cognitive improvement, where 78.1% of students now understand the synergy between family, school, and society in forming character. Empirically, the post-test results showed a steady increase in scores on all instruments compared to the pre-test, which proves the effectiveness of internalizing grades in changing students' paradigms regarding the clinical impact of bullying on self-confidence. In conclusion, the implementation of Ki Hajar Dewantara's values succeeded in creating collective awareness and strategic commitment which was marked by the plan to establish a PPKS Task Force within the university. The implication of this research is the importance of universities to adopt local wisdom in building an inclusive mental health support system, in order to produce graduates who are not only technically competent but also have strong character resilience in the digital era.



This is an open access article under the CC-BY-SA license.

How to Cite: M. Andriana Gaffar et al (2026). Integrasi Nilai Ki Hajar Dewantara di Kampus UPB: Solusi Holistik Kesehatan Mental Gen Z dari Ancaman *Bullying*. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i3.4717>

PENDAHULUAN

Generasi Z, adalah generasi yang lahir dalam rentang tahun 1997 hingga 2012 (Widyananda, 2020), saat ini mendominasi populasi mahasiswa di berbagai perguruan tinggi, termasuk di Universitas Pelita Bangsa. Meskipun dikenal sebagai generasi yang paling fasih dalam teknologi digital (*digital natives*) (Adityara & Rakhman, 2019; Zis et al., 2021), mereka juga tercatat sebagai generasi yang paling rentan terhadap gangguan kesehatan mental (Dewi et al., 2024). Fenomena ini bukan sekadar asumsi, melainkan fakta yang didukung oleh berbagai data global maupun nasional. Menurut penelitian (Chang et al., 2025) dan (Akbar et al., 2024), generasi Z memiliki tingkat stres, ansietas, dan depresi yang jauh lebih tinggi dibandingkan generasi sebelumnya. Hal ini diperparah oleh paparan konstan terhadap media sosial yang menciptakan standar hidup tidak realistis, memicu *Fear of Missing Out* (FOMO), serta ancaman *cyber-bullying* yang tidak terbatas oleh ruang dan waktu (Vidani et al., 2024). Penelitian oleh (Hu, 2024) dan (Hardiyanto et al., 2024) menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial berkorelasi positif dengan peningkatan perasaan terisolasi secara sosial pada dewasa muda. Dalam konteks mahasiswa, tekanan untuk tampil sempurna di dunia maya sekaligus memenuhi tuntutan akademik di dunia nyata menciptakan beban ganda yang menggerogoti stabilitas psikis mereka. *Cyber-bullying* yang terjadi di platform digital sering kali lebih destruktif karena sifatnya yang viral dan menetap secara digital, menyebabkan trauma yang mendalam dan menurunkan harga diri (*self-esteem*) mahasiswa secara drastis (Nguyen et al., 2025).

Universitas Pelita Bangsa (UPB) memiliki karakteristik unik karena letak geografisnya di Cikarang, Kabupaten Bekasi, yang merupakan salah satu kawasan industri terbesar di Asia Tenggara. Dinamika sosial di Cikarang sangatlah kompleks; heterogenitas penduduk, persaingan kerja yang ketat, dan tingginya biaya hidup menciptakan tekanan eksternal yang signifikan bagi para mahasiswanya. Sebagian besar mahasiswa UPB adalah mahasiswa pekerja atau mereka yang berinteraksi langsung dengan lingkungan industri yang keras. Dinamika ini memicu potensi gesekan antar-mahasiswa yang lebih tinggi dibandingkan lingkungan kampus di kota pendidikan tradisional. Penelitian oleh (Rico Alana Daniswara & Andhita Risko Faristiana, 2023) menyebutkan bahwa lingkungan dengan tingkat kompetisi ekonomi yang tinggi cenderung meningkatkan agresivitas sosial dan menurunkan tingkat empati di kalangan remaja akhir. Di UPB, fenomena *bullying* sering kali terselubung dalam bentuk senioritas di tempat kerja yang terbawa ke kampus atau perundungan relasional di media sosial antar-kelompok mahasiswa. Kesehatan mental mahasiswa UPB tidak hanya terancam oleh tugas kuliah, tetapi juga oleh tuntutan profesionalisme dini dan lingkungan sosial yang maskulin dan kompetitif khas area industri. Jika tidak segera diintervensi, kondisi ini akan melahirkan lulusan yang mungkin kompeten secara teknis, namun rapuh secara mental dan kehilangan kompas moral.

Hingga saat ini, upaya penanggulangan *bullying* dan masalah kesehatan mental di lingkungan perguruan tinggi masih didominasi oleh pendekatan formal-legalistik (Yahya, 2025). Kampus cenderung mengandalkan sanksi administratif, kode etik mahasiswa, atau pembentukan satgas pencegahan kekerasan seksual dan perundungan sesuai regulasi pemerintah. Namun, pendekatan ini memiliki celah besar dimana sanksi bersifat reaktif dan hanya menyentuh permukaan masalah tanpa memperbaiki akar perilaku. Penelitian yang dilakukan oleh (Lulu Rahma Aulia et al., 2024) dan (Kayla Andini Putri et al., 2024) mengungkapkan bahwa pendekatan hukum semata tidak mampu mengubah pola pikir pelaku perundungan secara permanen karena tidak menyentuh aspek kesadaran moral dan empati. Sanksi sering kali hanya melahirkan ketakutan sesaat, namun tidak menghentikan siklus kebencian. Di sinilah letak urgensi pendekatan nilai dan karakter (Ramdhani, 2016). Kesehatan mental bukan hanya masalah klinis yang diselesaikan dengan konseling, tetapi masalah eksistensial yang berakar pada hilangnya jati diri dan nilai-nilai kemanusiaan dalam interaksi sosial (Purnomosidi et al., 2023). Diperlukan sebuah paradigma baru yang mampu mengintegrasikan kembali nilai-nilai luhur ke dalam ekosistem kampus agar tercipta lingkungan yang secara alami menolak kekerasan.

Di tengah krisis identitas dan mental Gen Z, pemikiran Bapak Pendidikan Nasional, Ki Hajar Dewantara, menawarkan oase melalui konsep Tri-Pusat Pendidikan. Konsep ini menyatakan bahwa pendidikan dan pembentukan karakter manusia seutuhnya tidak bisa hanya dibebankan pada sekolah (kampus), melainkan harus merupakan sinergi antara tiga alam: Alam Keluarga, Alam Perguruan (Kampus), dan Alam Masyarakat (Musolin & Nisa', 2021). Dalam konteks kesehatan mental, Tri-Pusat Pendidikan berfungsi sebagai mental health support system yang komprehensif. (1) Alam Keluarga. Berfungsi sebagai madrasah pertama yang membangun resiliensi (daya tahan) mental melalui pola asuh yang penuh kasih sayang. Penelitian oleh Baumrind dalam Smetana (2021) menegaskan bahwa dukungan emosional keluarga adalah prediktor terkuat kesehatan mental anak di masa dewasa, (2) Alam Perguruan (Kampus). Universitas Pelita Bangsa harus hadir sebagai "Pamong" dengan prinsip Ing Ngarso Sung Tulodo (di depan memberi teladan), Ing Madyo Mangun Karso (di tengah membangun semangat), dan Tut Wuri Handayani (di belakang memberi dorongan). Kampus harus diubah dari sekadar tempat transfer ilmu menjadi ekosistem yang manusiawi, di mana dosen berperan sebagai pendamping psikologis mahasiswa, (3) Alam Masyarakat. Lingkungan sosial mahasiswa, termasuk komunitas di Cikarang, harus memberikan pengaruh positif dan kontrol sosial terhadap perilaku perundungan.

Integrasi nilai-nilai ini ke dalam ekosistem UPB menjadi sangat relevan karena menawarkan pendekatan yang "memanusiakan manusia" (nguwongke). Dengan mengaktifkan ketiga pusat pendidikan ini, mahasiswa tidak hanya dilindungi dari luar melalui aturan, tetapi dikuatkan dari dalam melalui karakter yang kokoh.

Penelitian pengabdian ini menjadi sangat patut dilaksanakan karena berupaya membedah bagaimana filosofi pendidikan klasik bangsa sendiri dapat menjadi "obat" bagi penyakit modern Gen Z. Ini bukan sekadar gerakan anti-bullying, melainkan sebuah upaya restorasi martabat mahasiswa sebagai insan kamil yang sehat secara lahir dan batin, di tengah kerasnya deru mesin industri Cikarang.

METODE

Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang secara sistematis melalui pendekatan partisipatif yang mengintegrasikan teori pendidikan karakter dengan praktik lapangan. Subjek pengabdian adalah 30 mahasiswa semester 1 Jurusan Teknik Informatika Universitas Pelita Bangsa (UPB) Cikarang. Prosedur pelaksanaan dibagi menjadi empat tahapan utama:

1. Tahap Administrasi dan Persiapan.

Langkah awal dimulai dengan perumusan tujuan dan jadwal kegiatan, dilanjutkan dengan penyusunan proposal formal.

2. Tahap Perencanaan Program

Tim melakukan identifikasi masalah melalui observasi perilaku digital mahasiswa Gen Z di lingkungan UPB. Fokus perencanaan diarahkan pada pengintegrasian nilai Tri-Pusat Pendidikan (Keluarga, Kampus, Masyarakat) sebagai strategi preventif *bullying*. Rencana anggaran dan logistik disusun untuk mendukung metode *experiential learning*, di mana peserta terlibat aktif dalam simulasi kasus kesehatan mental.

3. Tahap Implementasi Program (*Workshop Interaktif*)

Pelaksanaan inti menggunakan metode *workshop* dan *coaching*. Materi difokuskan pada internalisasi nilai *Ing Ngarso Sung Tulodo*, *Ing Madyo Mangun Karso*, dan *Tut Wuri Handayani*. Mahasiswa diarahkan untuk berdiskusi secara berkelompok guna membedah fenomena *cyber-bullying* di area industri Cikarang serta bagaimana membangun ekosistem kampus yang suportif. Dokumentasi dilakukan secara komprehensif melalui rekaman audio-visual dan catatan lapangan.

4. Tahap Evaluasi dan Pelaporan

Evaluasi dilakukan secara dua arah yaitu Formatif (selama proses untuk memantau respon peserta) dan Sumatif (di akhir kegiatan menggunakan angket kepuasan dan penilaian refleksi tertulis). Keberhasilan diukur dari peningkatan skor pemahaman karakter dan perubahan sikap mahasiswa terhadap aktivitas perundungan. Tahap ini diakhiri dengan diskusi internal tim untuk merumuskan rekomendasi keberlanjutan program kesehatan mental bagi mahasiswa di Universitas Pelita Bangsa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap Administrasi dan Persiapan.

Langkah awal dimulai dengan perumusan tujuan dan jadwal kegiatan, dilanjutkan dengan penyusunan proposal formal. Aspek legalitas diperkuat melalui pembuatan *Memorandum of Understanding* (MoU) antara tim pengabdian dan mitra internal universitas. Tim juga menyiapkan instrumen diagnosis berupa kuesioner awal (*pre-test*) dan evaluasi akhir (*post-test*) untuk mengukur efektivitas program.

Tahap Perencanaan Program

Pada tahap ini, Tim melakukan identifikasi masalah melalui observasi perilaku digital mahasiswa Gen Z di lingkungan UPB. Fokus perencanaan diarahkan pada pengintegrasian nilai Tri-Pusat Pendidikan (Keluarga, Kampus, Masyarakat) sebagai strategi preventif *bullying*. Rencana anggaran dan logistik disusun untuk mendukung metode *experiential learning*, di mana peserta terlibat aktif dalam simulasi kasus kesehatan mental.

Tabel 1. Susunan Acara Workshop PKM

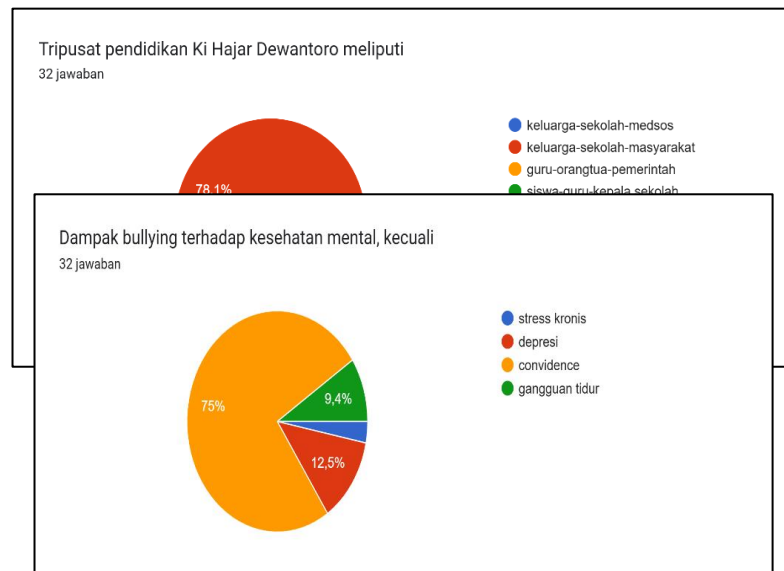
Hari / Tanggal	Waktu	Kegiatan	Nara Sumber	Ket.	
Minggu, 21 Des 2025	15.30 – 15.45	Persiapan Workshop			
		Pembukaan			
	15.45-16.00	1. Sambutan Prodi 2. Pretest	Sekretaris	Panitia	
		1. Materi <i>Bullying</i> dan Kesehatan Mental	Pengantar	Eka Putra	
	16.00 – 17.00	2. Analisis Pembelajaran tentang <i>Bullying</i> dan Kesehatan Mental	Video tentang	Dede Nurzaman	
		17.00-17.30	Diskusi dan Tanya Jawab		
		17.30-17.45	Post Test Presensi	Panitia	
		17.45-18.00	Penutupan dan Foto Bersama		
					In

Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan *workshop* pada tanggal 21 Desember 2025 menjadi momentum krusial dalam mentransformasi pemahaman mahasiswa Teknik Informatika Universitas Pelita Bangsa mengenai isu perundungan dan kesejahteraan psikologis. Diikuti oleh 32 mahasiswa semester 1, kegiatan ini berhasil mengonstruksi ulang paradigma peserta melalui kearifan lokal pendidikan Indonesia, yaitu konsep Tri-Pusat Pendidikan Ki Hajar Dewantara. Melalui refleksi filosofis ini, peserta menyadari bahwa penanggulangan *bullying* dan penjagaan kesehatan mental bukan sekadar tanggung jawab individu, melainkan hasil sinergi harmonis antara ekosistem rumah (keluarga), sekolah (kampus), dan lingkungan masyarakat.

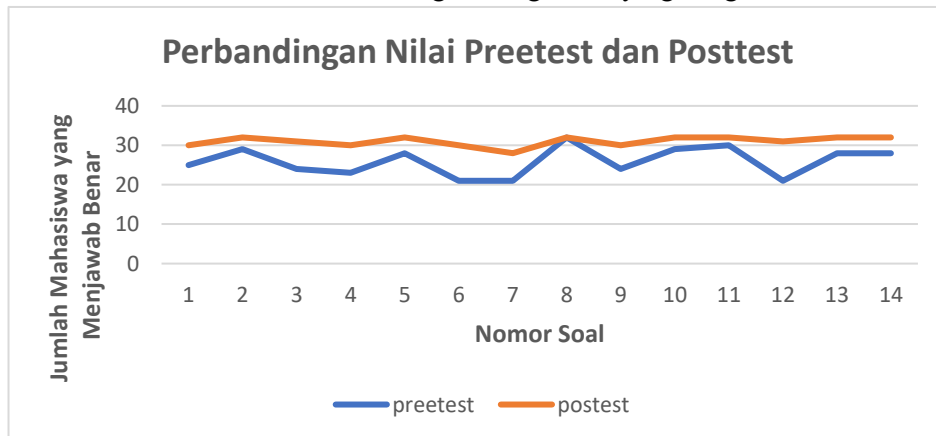
Untuk mengetahui pemahaman dasar mengenai konsep tri pusat Ki Hajar Dewantara dan hubungan *bullying* dengan Kesehatan mental, dapat dilihat pada gambar 1 dan gambar 2, dibawah ini.

Gambar 1. mahasiswa tri-Pusat Hajar



Pemahaman tentang konsep Pendidikan Ki Dewantara

Gambar 2. Pemahaman mahasiswa tentang hubungan bullying dengan kesehatan mental



Gambar 3. Grafik perbandingan pretest dan posttest

Internalisasi Konsep Tri-Pusat Pendidikan Ki Hajar Dewantara pada gambar 1 Berdasarkan data kuesioner mengenai pemahaman konsep Tri-Pusat Pendidikan, mayoritas responden sebesar 78,1% telah memahami secara tepat bahwa pilar utama pendidikan menurut Ki Hajar Dewantara terdiri dari sinergi antara keluarga, sekolah, dan masyarakat. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa semester 1 Teknik Informatika memiliki landasan kognitif yang kuat mengenai ekosistem pendidikan karakter yang ideal. Namun, terdapat anomali yang signifikan di mana 18,8% mahasiswa memilih opsi "keluarga-sekolah-medsos". Hal ini mencerminkan realitas psikososial Generasi Z, di mana media sosial telah bergeser dari sekadar alat komunikasi menjadi pusat pengaruh atau "alam pendidikan" ketiga yang lebih nyata dibandingkan lingkungan masyarakat fisik. Pergeseran persepsi ini menegaskan urgensi dilaksanakannya *workshop* ini untuk mereorientasi peran masyarakat digital agar tetap berbasis pada nilai-nilai kemanusiaan dan etika guna mencegah dampak negatif seperti perundungan siber.

Sedangkan Pemahaman Hubungan *Bullying* dengan Kesehatan Mental yang terlihat pada gambar 2, menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki tingkat literasi kesehatan mental yang cukup baik. Sebanyak 75% responden berhasil mengidentifikasi bahwa rasa percaya diri (*confidence*) merupakan elemen yang hilang atau hancur akibat *bullying*, bukan merupakan dampak negatif klinis seperti stres atau depresi. Di sisi lain, sisa responden masih mengidentifikasi dampak klinis nyata seperti depresi (12,5%), gangguan tidur (9,4%), dan stres kronis sebagai dampak primer. Data ini mengindikasikan bahwa mahasiswa mulai mampu membedakan antara gejala emosional (hilangnya kepercayaan diri) dengan gangguan kesehatan mental yang lebih berat. Pengetahuan ini sangat krusial agar mahasiswa mampu melakukan deteksi dini terhadap diri sendiri maupun rekan sebaya di lingkungan kampus yang memiliki dinamika sosial tinggi seperti di area industri Cikarang.

Keberhasilan intervensi edukasi melalui *workshop* ini terbukti secara empiris melalui grafik perbandingan nilai *pre-test* dan *post-test*. Grafik menunjukkan tren peningkatan yang konsisten di mana garis oranye (*post-test*) selalu berada di atas garis biru (*pre-test*) untuk seluruh 14 butir soal yang diujikan. Peningkatan yang paling tajam terlihat pada soal-soal di area tengah (seperti nomor 6 dan 7) serta nomor 12, di mana jumlah mahasiswa yang menjawab benar meningkat drastis dari kisaran 20-21 peserta menjadi hampir mencapai batas maksimal 32 peserta. Stabilitas nilai pada tahap *post-test* yang mendekati angka sempurna menunjukkan bahwa materi mengenai integrasi nilai Ki Hajar Dewantara dalam menangani bullying telah terserap dengan sangat baik.

Kesimpulan Secara keseluruhan, integrasi nilai-nilai luhur Ki Hajar Dewantara ke dalam isu kesehatan mental modern terbukti menjadi strategi yang efektif di Universitas Pelita Bangsa. Mahasiswa tidak hanya mengalami peningkatan pengetahuan secara kuantitatif, tetapi juga mengalami transformasi kualitatif dalam memahami peran strategis Tri-Pusat Pendidikan. Sinergi antara pemahaman teoritis dan peningkatan skor evaluasi ini menjamin terbentuknya agen perubahan (*change agents*) di kalangan mahasiswa yang siap membangun ekosistem kampus yang aman, suportif, dan bebas dari perundungan.



Gambar 5. Sesi Foto Bersama Pemateri

Tahap Evaluasi

Berdasarkan hasil angket kepuasan yang melibatkan mahasiswa Teknik Informatika Universitas Pelita Bangsa, kegiatan *workshop* ini memperoleh respons yang sangat positif dengan tingkat kepuasan akumulatif melebihi 90% di seluruh aspek utama. Hal ini mengindikasikan bahwa integrasi nilai Ki Hajar Dewantara dalam isu kesehatan mental Gen Z berhasil dikemas secara relevan dan profesional.

1) Kualitas Materi dan Kompetensi Narasumber

Aspek materi mendapatkan apresiasi tertinggi dengan tingkat kepuasan mencapai 95%. Peserta menilai bahwa keterkaitan antara fenomena bullying digital dengan refleksi konsep Tri-

Pusat Pendidikan sangat kontekstual dan menjawab kebutuhan mereka di era digital. Materi yang disampaikan tidak hanya bersifat teoretis, namun juga aplikatif, sehingga peserta memperoleh wawasan baru yang dapat langsung diimplementasikan dalam interaksi sosial di lingkungan kampus. Keberhasilan ini didukung oleh performa narasumber yang dinilai sangat kompeten oleh 95% peserta. Kemampuan narasumber dalam membangun komunikasi dua arah yang interaktif, menyajikan contoh konkret, serta menjawab pertanyaan secara mendalam menjadi kunci terciptanya suasana pembelajaran yang hidup dan bermakna.

2) Efektivitas Pelaksanaan Teknis

Dari sisi manajemen kegiatan, sebanyak 90% peserta menyatakan kepuasannya terhadap profesionalisme panitia dan kesiapan fasilitas pendukung di Universitas Pelita Bangsa. Rangkaian acara berjalan tertib sesuai jadwal, didukung oleh sarana presentasi yang memadai serta pelayanan prima dari tim pengabdian, termasuk adanya apresiasi berupa reward bagi peserta aktif dan merchandise bagi seluruh peserta. Meskipun demikian, terdapat masukan konstruktif dari peserta untuk pengembangan mendatang, seperti penambahan durasi waktu, sesi praktik pembuatan media digital kampanye stop bullying, serta penyediaan modul fisik yang dapat dipelajari secara mandiri.

3) Komitmen Jangka Panjang dan Rencana Tindak Lanjut

Keberhasilan kegiatan ini tidak berhenti pada seremoni workshop semata, melainkan berlanjut pada komitmen strategis antara tim pengabdian dan pihak universitas. Sebagai langkah nyata dari keberlanjutan program, telah disusun draf Rencana Tindak Lanjut (RTL) yang mencakup pembentukan Satgas Pencegahan dan Penanganan Kekerasan Seksual serta Perundungan (PPKS) di lingkungan kampus. Selain itu, dosen pengampu mata kuliah berkomitmen untuk mengintegrasikan media pembelajaran digital bertema anti-perundungan ke dalam kurikulum harian. Kesepakatan kolaborasi ini menegaskan bahwa seluruh tujuan kegiatan pengabdian masyarakat telah tercapai secara optimal, menciptakan fondasi bagi ekosistem kampus yang lebih aman dan sehat secara mental.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Universitas Pelita Bangsa berhasil membuktikan bahwa integrasi nilai-nilai luhur Ki Hajar Dewantara merupakan solusi holistik yang sangat relevan dalam menghadapi tantangan kesehatan mental Gen Z, khususnya terkait fenomena *bullying*. Berdasarkan hasil evaluasi, dapat disimpulkan bahwa program ini telah mencapai tujuannya secara optimal melalui peningkatan pemahaman mahasiswa yang signifikan. Data menunjukkan mayoritas responden (78,1%) berhasil menguasai konsep Tri-Pusat Pendidikan, meskipun terdapat temuan menarik mengenai dominasi media sosial sebagai pilar pengaruh baru bagi mahasiswa di era digital. Efektivitas *workshop* ini juga terkonfirmasi melalui peningkatan skor pada seluruh butir soal evaluasi, di mana hasil *post-test* secara konsisten melampaui *pre-test*. Mahasiswa tidak hanya memahami definisi *bullying*, tetapi juga mampu mengidentifikasi dampak psikologisnya secara klinis, termasuk pemahaman bahwa perundungan secara langsung menghancurkan rasa percaya diri (*confidence*) korban. Lebih jauh lagi, tingkat kepuasan peserta yang mencapai angka di atas 95% pada aspek materi dan narasumber menunjukkan bahwa pendekatan reflektif terhadap filosofi pendidikan nasional sangat diterima oleh mahasiswa Teknik Informatika. Sebagai langkah konkret bagi keberlanjutan program, kegiatan ini telah menghasilkan kesepakatan tindak lanjut berupa pembentukan Satgas PPKS dan integrasi kampanye "*Stop Bullying*" ke dalam media pembelajaran digital di kampus. Dengan sinergi yang kuat antara Alam Keluarga, Alam Perguruan, dan Alam Masyarakat, Universitas Pelita Bangsa kini memiliki landasan karakter yang lebih kokoh untuk membangun ekosistem akademik yang sehat, aman, dan suportif bagi perkembangan mental mahasiswa di tengah kerasnya dinamika wilayah industri Cikarang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pelaksana menyampaikan apresiasi setinggi-tingginya kepada Universitas Pelita Bangsa atas dukungan fasilitas dan izin pelaksanaan kegiatan pengabdian ini. Terima kasih kepada dosen pembimbing serta narasumber yang telah memfasilitasi internalisasi nilai Tri-Pusat Pendidikan. Penghargaan khusus kami berikan kepada 32 mahasiswa Teknik Informatika atas partisipasi aktifnya,

yang terbukti melalui peningkatan pemahaman signifikan pada hasil post-test. Semoga sinergi ini berkelanjutan demi terciptanya kampus sehat mental dan bebas perundungan.

REFERENSI

- Adityara, S., & Rakhman, R. T. (2019). Karakteristik Generasi Z dalam Perkembangan Diri Anak Melalui Visual. *Seminar Nasional Seni Dan Desain 2019, Surabaya, Indonesia, September 2019, September*.
- Akbar, B. M. B., Prawesti, D. R. D., & Perbani, W. S. A. (2024). Big Picture Mental Health of Generation Z in The World. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 4(1). <https://doi.org/10.58545/jkki.v4i1.223>
- Chang, J. P. C., Cheng, S. W., Chang, S. M. J., & Su, K. P. (2025). Navigating the Digital Maze: A Review of AI Bias, Social Media, and Mental Health in Generation Z. In *AI (Switzerland)* (Vol. 6, Issue 6). <https://doi.org/10.3390/ai6060118>
- Dewi, K., Sopyan, N. A. Z., Putri, N. A. S., & Rozak, R. W. A. (2024). Dampak Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Gen Z. *Liberosis: Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, 3(2).
- Hardiyanto, L., Iriansyah, H. S., & Pudjiastuti, S. R. (2024). Cyberbullying on Social Media and Its Implications for the Mental Health of Generation Z in the Context of the Second Principle. *Jurnal Ilmu Pendidikan (JIP) STKIP Kusuma Negara*, 15(2). <https://doi.org/10.37640/jip.v15i2.1828>
- Hu, S. (2024). The Psychological Impact of Social Media on Gen Z. *Interdisciplinary Humanities and Communication Studies*, 1(5). <https://doi.org/10.61173/4aqek196>
- Kayla Andini Putri, Trini Handayani, Anita Kamilah, & Aji Mulyana. (2024). Perlindungan Hukum terhadap Kesehatan Mental Remaja: Pentingnya Komunikasi Efektif dalam Keluarga. *Jurnal Riset Ilmu Hukum*. <https://doi.org/10.29313/jrih.v4i2.4523>
- Lulu Rahma Aulia, Nur Kholisoh, Vadila Zikra Rahma, Deti Rostika, & Ranu Sudarmansyah. (2024). Pentingnya Pendidikan Empati Untuk Mengurangi Kasus Bullying Di Sekolah Dasar. *Morfologi: Jurnal Ilmu Pendidikan, Bahasa, Sastra Dan Budaya*, 2(1). <https://doi.org/10.61132/morfologi.v2i1.291>
- Musolin, M., & Nisa', K. (2021). Pendidikan Masa Pandemi Covid 19: Implementasi Konsep Tri Pusat Pendidikan Ki Hajar Dewantara. *EDUKATIF: JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 3(6). <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i6.1316>
- Nguyen, T. N. D., Tran, H. Y., Nguyen, G. H. M., Nguyen, Y. K., & Dinh, H. T. M. (2025). Narcissism, Social Media Addiction, Self-Esteem, and Haxeco Traits: Exploring Influences on Life Satisfaction Among Generation Z. *Psychology Research and Behavior Management*, 18. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S447067>
- Purnomosidi, F., Ernawati, S., Riskiana, D., & Indriyani, A. (2023). Kesehatan Mental Pada Remaja. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 1–7. <https://doi.org/10.54066/abdimas.v2i1.257>
- Ramdhani, N. (2016). Emosi Moral dan Empati pada Pelaku Perundungan-siber. *Jurnal Psikologi*, 43(1). <https://doi.org/10.22146/jpsi.12955>
- Rico Alana Daniswara, & Andhita Risiko Faristiana. (2023). TRANSFORMASI PERAN DAN DINAMIKA KELUARGA DI ERA DIGITAL MENJAGA KELUARGA DALAM REVOLUSI INDUSTRI 4.0 TANTANGAN DALAM PERUBAHAN SOSIAL. *JISPENDIORA Jurnal Ilmu Sosial Pendidikan Dan Humaniora*, 2(2). <https://doi.org/10.56910/jispendoria.v2i2.637>
- Vidani, J., Vaghasiya, J., & Amrutia, F. (2024). To Study the Impact of the Usage of Social Media on Mental Health Among Generation Z in Ahmedabad. *SSRN Electronic Journal*. <https://doi.org/10.2139/ssrn.4848168>
- Widyananda, R. (2020). Pengertian Gen Z serta Karakteristiknya. *Pendidikan*.
- Yahya, N. A. (2025). Intervensi Bimbingan dan Konseling untuk Mengatasi Perundungan Mahasiswa di Perguruan Tinggi Indonesia. *JEC: Journal of Education Counseling*, 5(01), 101–111.
- Zis, S. F., Effendi, N., & Roem, E. R. (2021). Perubahan Perilaku Komunikasi Generasi Milenial dan Generasi Z di Era Digital. *Satwika: Kajian Ilmu Budaya Dan Perubahan Sosial*, 5(1), 69–87. <https://doi.org/10.22219/satwika.v5i1.15550>

