

Salman Al-Walidi, Tuffatul Masruroh, Devi Khairina Zahidah
Siti Norrodia, Muhamad Ridwan, Zainal Abidin, Anida Firdaus
Ana Sofiyatul Maulinda, Naila Syifa Maulani Fauzie, Rolis



GENERASI CEMAS

MENGAPA ANAK MUDA KEHILANGAN ARAH?



GENERASI CEMAS

Mengapa Anak Muda Kehilangan Arah?

**Salman Al-Walidi
Tuffatul Masruroh
Devi Khairina Zahidah
Siti Norrodia
Muhamad Ridwan
Zainal Abidin
Anida Firdaus
Ana Sofiyatul Maulinda
Naila Syifa Maulani Fauzie
Rolis**



Penerbit KBM Indonesia

Adalah penerbit dengan misi memudahkan proses penerbitan buku-buku penulis di tanah air indonesia, serta menjadi media *sharing* proses penerbitan buku

GENERASI CEMAS

Mengapa Anak Muda Kehilangan Arah?

Copyright @2026 by Salman Al-Walidi, dkk.

All rights reserved

PENERBIT KARYA BAKTI MAKMUR (KBM) INDONESIA

Anggota IKAPI (Ikatan Penerbit Indonesia) **NO. IKAPI 279/JTI/2021**

Depok, Sleman-Jogjakarta (Kantor) **081357517526 (Tlpn/WA)**

Penulis

Salman Al-Walidi, Tuffatul Masruroh, Devi Khairina Zahidah, Siti Norrodia,
Muhamad Ridwan, Zainal Abidin, Anida Firdaus, Ana Sofiyatul Maulinda,
Naila Syifa Maulani Fauzie, Rolis

Desain Sampul

Eca Art

Tata Letak

Lailatul Nur Ula

Editor Naskah

Zeinal Abidin, S.Pd.

QRCBN

62-1307-4579-585



15,5 x 23 cm, iv+ 109 halaman

Cetakan ke-1, Juni 2026

Isi buku diluar tanggungjawab penerbit

Hak cipta merek KBM Indonesia sudah terdaftar di
DJKI-Kemenkumham dan isi buku dilindungi undang-undang

Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau

Memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini

Tanpa seizin penerbit karena beresiko sengketa hukum

Website

<https://penerbitkbm.com>

www.penerbitbukumurah.com

Penjualan Buku

Website: <https://penerbitkbm.com/toko-buku/>

Shopee: @penerbitKBM

Youtube

@PenerbitKBMOfficial

Tiktok

@penerbitkbm

Email

naskah@penerbitkbm.com

Sanksi Pelanggaran Pasal 113

Undang-Undang No. 28 Tahun 2014 Tentang Hak Cipta

- (i) Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 100.000.000 (seratus juta rupiah).
- (ii) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
- (iii) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
- (iv) Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 4.000.000.000,00 (empat miliar)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan karunia-Nya, buku *Generasi Cemas: Apakah Anak Muda Kehilangan Arah?* ini dapat diselesaikan dengan baik. Buku ini lahir dari kegelisahan yang semakin nyata di tengah kehidupan generasi muda saat ini, di mana perkembangan zaman yang begitu cepat membawa banyak peluang sekaligus tekanan yang tidak sedikit.

Di era digital, anak muda hidup dalam arus informasi tanpa batas. Media sosial, tuntutan pendidikan, persaingan karier, standar kesuksesan yang terus berubah, hingga tekanan untuk selalu terlihat “baik-baik saja” sering kali membuat banyak generasi muda merasa lelah, bingung, bahkan kehilangan arah hidup. Kecemasan bukan lagi menjadi persoalan pribadi semata, melainkan fenomena sosial yang dialami oleh banyak anak muda di berbagai lingkungan.

Melalui buku ini, penulis mencoba mengajak pembaca untuk memahami realitas kehidupan generasi muda secara lebih mendalam. Buku ini tidak hadir untuk menghakimi atau menyalahkan siapa pun, tetapi untuk membuka ruang refleksi tentang bagaimana kecemasan terbentuk, apa penyebabnya, serta bagaimana anak muda dapat menemukan kembali makna, tujuan, dan harapan dalam hidup mereka. Penulis juga berusaha menghadirkan pembahasan yang dekat dengan realitas sehari-hari agar mudah dipahami dan relevan dengan pengalaman pembaca.

Penulis menyadari bahwa buku ini masih memiliki banyak kekurangan, baik dari segi isi maupun penyajian. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi perbaikan di masa mendatang. Semoga buku ini dapat memberikan

manfaat, menambah wawasan, serta menjadi teman refleksi bagi para pembaca, khususnya generasi muda yang sedang berjuang memahami dirinya sendiri di tengah kompleksitas zaman modern. Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, motivasi, dan inspirasi dalam proses penulisan buku ini. Semoga karya sederhana ini dapat menjadi kontribusi kecil dalam memahami dinamika kehidupan generasi muda saat ini.

Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI.....	iii
ANTARA AMBISI DAN REALITAS: AKAR KECEMASAN DAN KEHILANGAN ARAH PADA GENERASI MUDA	
Penulis: Salman Al-Walidi	1
GENERASI TANPA KOMPAS ANTARA OVEREXPOSURE DIGITAL DAN KRISIS MAKNA HIDUP	
Penulis: Tuffatul Masruroh	17
DITENGAH KETIDAKPASTIAN: KECEMASAN DAN PENCARIAN ARAH GENERASI MUDA MASA KINI	
Penulis: Devi Khairina Zahidah	27
BANYAK PILIHAN, SEDIKIT KEPASTIAN: DILEMA GENERASI YANG KEHILANGAN ARAH	
Penulis: Siti Norrodia	37
GENERASI CEMAS: MENGAPA ANAK MUDA KEHILANGAN ARAH?	
Penulis: Muhammad Ridwan	45
GENERASI CEMAS: MENGAPA ANAK MUDA KEHILANGAN ARAH?	
Penulis: Zainal Abidin	53
TEKANAN ORANG TUA TERHADAP ANAK	
Penulis: Anida Firdaus.....	63
GENERASI CEMAS, MENGAPA ANAK MUDA KEHILANGAN ARAH?	
Penulis: Ana Sofiyatul Maulinda	73

MEMUTUS RANTAI GENERASI CEMAS: MENANAM RESILIENSI SEJAK DINI
Penulis: Naila Syifa Maulani Fauzie 83

TRANSFORMASI GENERASI: KETIKA KEMAJUAN ZAMAN MELAHIRKAN KECEMASAN BARU
Penulis: Rolis 93

PROFIL PENULIS 103



ANTARA AMBISI DAN REALITAS: AKAR KECEMASAN DAN KEHILANGAN ARAH PADA GENERASI MUDA

Penulis: Salman Al-Walidi

Generasi muda hari ini hidup dalam dunia yang penuh kemungkinan, tetapi justru sering terjebak dalam kebingungan arah. Banyak dari mereka memiliki mimpi besar, rencana hidup yang terlihat matang, dan akses informasi yang hampir tidak terbatas. Di sisi lain, perasaan cemas, ragu, dan tidak pasti justru semakin sering muncul dalam kehidupan sehari-hari. Fenomena ini terlihat dari meningkatnya diskusi tentang krisis seperempat abad kehidupan atau quarter-life crisis yang ramai diperbincangkan di berbagai platform. Kondisi ini menunjukkan adanya ketegangan antara harapan yang tinggi dan realitas yang tidak selalu berjalan sesuai rencana. Situasi tersebut bukan hanya dialami oleh segelintir individu, melainkan menjadi pengalaman kolektif generasi muda masa kini. Kecemasan tidak lagi muncul sebagai gejala sesaat, melainkan menjadi bagian dari pengalaman hidup yang berulang. Hal ini memunculkan pertanyaan mendasar tentang apa yang sebenarnya terjadi pada generasi ini. Apakah mereka terlalu banyak bermimpi, atau justru hidup dalam sistem

yang tidak memberi ruang bagi mimpi tersebut. Pertanyaan ini menjadi titik awal untuk memahami persoalan yang lebih dalam.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kecemasan pada generasi muda mengalami peningkatan yang signifikan dalam beberapa tahun terakhir. Di Indonesia, sekitar 34,9% remaja mengalami masalah kesehatan mental, dan gangguan kecemasan menjadi salah satu yang paling dominan (Putri et al., 2023). Angka ini memperlihatkan bahwa kecemasan bukan sekadar pengalaman individu, tetapi telah menjadi fenomena sosial yang luas. Selain itu, penelitian lain menunjukkan bahwa kecemasan pada remaja berkaitan erat dengan ketidakpastian masa depan dan tekanan dalam menentukan arah hidup (Sherlina, 2024). Kondisi ini semakin kompleks ketika generasi muda harus menghadapi perubahan sosial yang cepat dan tidak stabil. Dunia kerja yang kompetitif, tuntutan ekonomi, serta perubahan nilai dalam masyarakat turut memperkuat tekanan tersebut. Realitas ini menciptakan situasi di mana generasi muda harus membuat keputusan besar dalam kondisi yang serba tidak pasti. Akibatnya, banyak dari mereka merasa terjebak di antara harapan dan kenyataan yang sulit dijumpai. Fenomena ini menjadi latar penting dalam memahami akar kecemasan yang mereka alami.

Kecemasan generasi muda tidak dapat dilepaskan dari pengaruh lingkungan sosial yang membentuk cara mereka memandang diri dan masa depan. Media sosial menjadi salah satu faktor yang berperan besar dalam membangun standar kesuksesan yang seringkali tidak realistis. Paparan terhadap kehidupan orang lain yang terlihat sempurna mendorong munculnya perbandingan sosial yang intens. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media sosial berkaitan dengan meningkatnya kecemasan, depresi, serta fenomena *fear of missing out* atau FOMO pada remaja (Hasibuan & Sabarrudin, 2025). Selain itu, tekanan dari lingkungan seperti keluarga dan masyarakat turut memperkuat ekspektasi terhadap pencapaian tertentu dalam usia muda. Generasi muda sering merasa harus mencapai banyak hal dalam waktu singkat agar dianggap berhasil. Kondisi ini menciptakan ambisi yang tinggi, tetapi tidak selalu diiringi dengan kesiapan mental dan peluang

yang memadai. Ketika standar yang dihadapi terlalu tinggi, muncul perasaan tidak cukup dan takut tertinggal. Faktor-faktor ini saling berkaitan dan membentuk tekanan psikologis yang kompleks.

Kesenjangan antara ambisi dan realitas menjadi salah satu sumber utama munculnya kecemasan pada generasi muda. Ketika harapan yang dibangun tidak sesuai dengan kondisi yang dihadapi, muncul konflik internal yang sulit diselesaikan. Kondisi ini seringkali membuat individu mempertanyakan kemampuan diri dan arah hidup yang telah dipilih. Penelitian menunjukkan bahwa kecemasan pada remaja juga berkaitan dengan rendahnya kepercayaan diri dan kesulitan dalam memahami emosi diri (Wardhana et al., 2024). Hal ini menunjukkan bahwa persoalan yang dihadapi tidak hanya bersifat eksternal, tetapi juga menyentuh aspek internal individu. Dalam banyak kasus, generasi muda merasa kehilangan pegangan dalam menentukan tujuan hidup yang jelas. Mereka memiliki banyak pilihan, tetapi tidak memiliki arah yang pasti untuk dipilih. Situasi ini menciptakan kondisi psikologis yang rapuh dan mudah goyah. Dampaknya tidak hanya dirasakan dalam aspek mental, tetapi juga dalam pengambilan keputusan hidup.

Berdasarkan fenomena tersebut, terdapat beberapa pertanyaan penting yang perlu dikaji secara lebih mendalam. Mengapa generasi muda mengalami kecemasan yang tinggi di tengah banyaknya peluang yang tersedia. Apa yang menyebabkan terjadinya kesenjangan antara ambisi yang dimiliki dengan realitas yang dihadapi. Bagaimana peran lingkungan sosial dalam membentuk standar keberhasilan yang mempengaruhi kondisi psikologis generasi muda. Apa dampak dari kecemasan tersebut terhadap kemampuan mereka dalam menentukan arah hidup. Pertanyaan-pertanyaan ini menjadi dasar dalam memahami persoalan secara lebih komprehensif. Kajian ini tidak hanya berfokus pada gejala yang tampak, tetapi juga berusaha menggali akar permasalahan yang lebih mendalam. Pendekatan analitis-kritis diperlukan agar fenomena ini tidak hanya dipahami secara deskriptif. Upaya ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih utuh tentang kondisi generasi muda saat ini. Dengan

demikian, analisis yang dilakukan dapat memberikan kontribusi yang lebih bermakna.

Kecemasan dan kehilangan arah pada generasi muda tidak dapat dipahami sebagai masalah individu semata, melainkan sebagai hasil dari interaksi kompleks antara konstruksi ambisi sosial dan realitas struktural yang tidak seimbang. Ambisi yang terbentuk melalui tekanan sosial seringkali tidak selaras dengan kondisi nyata yang dihadapi oleh individu. Ketidaksesuaian ini menciptakan ketegangan psikologis yang berujung pada kecemasan dan kebingungan arah hidup. Di sisi lain, sistem pendidikan dan lingkungan sosial belum sepenuhnya mampu membekali generasi muda dalam memahami makna hidup dan tujuan yang autentik. Kondisi ini membuat mereka mudah terjebak dalam standar eksternal yang tidak selalu relevan dengan dirinya. Ketika individu tidak memiliki fondasi pemahaman diri yang kuat, arah hidup menjadi semakin kabur. Situasi ini menunjukkan bahwa persoalan yang terjadi bersifat sistemik dan membutuhkan pendekatan yang lebih menyeluruh. Analisis terhadap fenomena ini menjadi penting untuk menemukan akar masalah yang sebenarnya. Esai ini berupaya membedah hubungan antara ambisi, realitas, dan kecemasan secara kritis. Hasil analisis diharapkan dapat memberikan perspektif baru dalam memahami generasi muda masa kini.

Pembahasan

Ambisi pada generasi muda sering dipahami sebagai dorongan internal untuk mencapai keberhasilan, tetapi dalam realitasnya ambisi tersebut banyak dibentuk oleh lingkungan sosial yang mengitarinya. Sejak usia remaja, individu telah terpapar berbagai gambaran tentang kesuksesan yang dianggap ideal oleh masyarakat. Gambaran ini tidak muncul secara netral, melainkan diproduksi melalui berbagai media yang terus mengulang narasi tentang pencapaian tertentu. Generasi muda kemudian menyerap standar tersebut tanpa proses refleksi yang mendalam. Ambisi yang terbentuk cenderung mengikuti pola yang seragam, seperti keinginan untuk cepat sukses, memiliki karier mapan, dan

mencapai kestabilan finansial dalam usia muda. Kondisi ini membuat ambisi kehilangan sifat personalnya dan berubah menjadi tuntutan sosial yang harus dipenuhi. Fenomena ini memperlihatkan bahwa ambisi tidak sepenuhnya lahir dari kesadaran individu. Lingkungan memiliki peran besar dalam menentukan apa yang dianggap penting untuk dicapai. Ketika ambisi dibangun dari luar diri, muncul jarak antara keinginan autentik dan ekspektasi sosial. Jarak ini menjadi salah satu titik awal munculnya tekanan psikologis.

Media sosial menjadi ruang utama yang memperkuat konstruksi ambisi pada generasi muda. Platform digital menampilkan berbagai pencapaian individu dalam bentuk yang telah dikurasi sedemikian rupa sehingga terlihat sempurna. Paparan terhadap konten semacam ini mendorong terjadinya perbandingan sosial yang intens di kalangan pengguna. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media sosial memiliki hubungan signifikan dengan meningkatnya kecemasan sosial pada remaja. Selain itu, penggunaan yang berlebihan juga berkorelasi dengan meningkatnya kecemasan dan depresi akibat perbandingan sosial yang terus-menerus. Generasi muda tidak hanya mengonsumsi informasi, tetapi juga menilai diri mereka berdasarkan standar yang ditampilkan di layar. Kondisi ini menciptakan tekanan untuk menyesuaikan diri dengan ekspektasi yang seringkali tidak realistis. Ambisi yang terbentuk akhirnya lebih berorientasi pada validasi eksternal daripada kebutuhan internal. Situasi ini memperlihatkan bagaimana media sosial berperan dalam membentuk persepsi tentang kesuksesan. Dampaknya tidak hanya pada cara berpikir, tetapi juga pada kondisi emosional individu.

Selain media sosial, lingkungan keluarga dan masyarakat juga memiliki peran dalam membentuk ambisi generasi muda. Banyak individu tumbuh dalam sistem nilai yang menekankan pentingnya pencapaian akademik, status pekerjaan, dan stabilitas ekonomi. Nilai-nilai tersebut sering diwariskan tanpa mempertimbangkan perubahan konteks zaman yang semakin kompleks. Generasi muda kemudian merasa harus memenuhi ekspektasi tersebut agar dianggap berhasil. Tekanan ini sering muncul dalam bentuk

tuntutan halus maupun eksplisit dari lingkungan sekitar. Penelitian menunjukkan bahwa kecemasan remaja juga dipengaruhi oleh persepsi sosial, tekanan lingkungan, serta rendahnya kepercayaan diri. Ambisi yang terbentuk dalam kondisi seperti ini cenderung tidak fleksibel dan sulit disesuaikan dengan realitas yang dihadapi. Individu merasa terikat pada standar yang tidak selalu sesuai dengan kapasitas dan situasi mereka. Kondisi ini menciptakan beban psikologis yang tidak ringan. Ambisi yang seharusnya menjadi sumber motivasi justru berubah menjadi sumber tekanan.

Konstruksi ambisi yang didorong oleh tekanan sosial pada akhirnya menghasilkan orientasi hidup yang kurang autentik. Generasi muda seringkali mengejar tujuan yang sebenarnya tidak mereka pahami secara mendalam. Mereka bergerak mengikuti arus tanpa memiliki landasan nilai yang kuat dalam diri. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang tinggi dapat meningkatkan perasaan cemas, rendah diri, serta gangguan dalam konsep diri remaja. Kondisi ini memperkuat asumsi bahwa ambisi yang tidak berbasis pada kesadaran diri berpotensi menimbulkan masalah psikologis. Ketika individu tidak memiliki pemahaman yang jelas tentang tujuan hidupnya, arah yang diambil menjadi mudah berubah. Ambisi yang dibangun dari tekanan eksternal tidak memberikan kepuasan yang berkelanjutan. Hal ini membuat generasi muda terus merasa kurang dan tidak pernah benar-benar mencapai titik cukup. Situasi ini menunjukkan bahwa persoalan ambisi tidak hanya berkaitan dengan apa yang ingin dicapai, tetapi juga bagaimana ambisi tersebut dibentuk. Analisis ini membuka ruang untuk memahami hubungan antara ambisi, tekanan sosial, dan kecemasan secara lebih mendalam.

Realitas struktural menjadi faktor penting yang sering tidak disadari dalam membentuk pengalaman generasi muda. Banyak anak muda memiliki ambisi tinggi, tetapi tidak semua memiliki akses yang sama terhadap peluang untuk mewujudkannya. Data menunjukkan bahwa tingkat pengangguran usia muda di Indonesia masih tergolong tinggi dan menjadi persoalan serius dalam pembangunan sosial ekonomi. Pada tahun 2023, tingkat pengangguran pemuda mencapai sekitar 16,3 persen atau lebih dari

7 juta orang yang kesulitan mendapatkan pekerjaan (Padillah & Saputra, 2024). Kondisi ini menunjukkan adanya ketidakseimbangan antara jumlah tenaga kerja muda dan ketersediaan lapangan kerja. Selain itu, fenomena mismatch antara pendidikan dan kebutuhan industri juga memperparah situasi. Banyak lulusan yang tidak terserap karena keterampilan yang dimiliki tidak sesuai dengan kebutuhan pasar kerja. Hal ini membuat ambisi yang telah dibangun sejak lama sulit direalisasikan. Realitas ini tidak hanya bersifat individual, tetapi mencerminkan persoalan sistemik. Struktur ekonomi dan pendidikan belum sepenuhnya mampu menjawab kebutuhan generasi muda.

Selain pengangguran, ketimpangan sosial dan ekonomi juga menjadi bagian dari realitas yang dihadapi generasi muda. Tidak semua individu memiliki akses yang sama terhadap pendidikan berkualitas, jaringan sosial, maupun peluang ekonomi. Data menunjukkan bahwa sekitar 9,9 juta pemuda di Indonesia berada dalam kategori tidak bekerja, tidak sekolah, dan tidak mengikuti pelatihan atau dikenal sebagai NEET (BPS, 2023). Kondisi ini menggambarkan adanya kelompok besar generasi muda yang berada dalam posisi stagnan tanpa arah yang jelas. Laporan lain juga menunjukkan bahwa sebagian besar generasi muda masih bergantung secara finansial pada keluarga dan menghadapi ketidakstabilan ekonomi (Kompas, 2024). Ketimpangan ini menciptakan jurang antara mereka yang memiliki akses dan yang tidak. Ambisi yang sama tidak selalu diikuti oleh peluang yang setara. Generasi muda yang berada dalam kondisi kurang beruntung harus menghadapi tekanan yang lebih besar. Situasi ini memperlihatkan bahwa realitas sosial memiliki pengaruh besar terhadap perjalanan hidup individu. Ambisi tidak dapat dilepaskan dari konteks struktural yang melingkupinya.

Kesenjangan antara ambisi dan realitas menjadi titik kritis yang memicu munculnya kecemasan pada generasi muda. Ambisi yang tinggi seringkali tidak diimbangi dengan kondisi nyata yang mendukung pencapaiannya. Ketika harapan yang dibangun sejak awal tidak menemukan jalannya, individu mulai mengalami konflik

dalam dirinya. Situasi ini menciptakan tekanan psikologis yang terus berulang dalam proses pengambilan keputusan hidup. Penelitian menunjukkan bahwa ketidakpastian masa depan dan keterbatasan peluang menjadi faktor utama yang memicu kecemasan pada generasi muda (Rokhim et al., 2024). Kondisi ini membuat individu merasa terjebak antara keinginan untuk maju dan keterbatasan yang dihadapi. Banyak dari mereka mulai meragukan kemampuan diri dan mempertanyakan pilihan hidup yang telah diambil. Kesenjangan ini tidak hanya menghasilkan rasa gagal, tetapi juga kebingungan dalam menentukan arah. Ambisi yang awalnya menjadi motivasi berubah menjadi beban psikologis. Hal ini memperlihatkan bahwa ketidaksesuaian antara harapan dan kenyataan memiliki dampak yang mendalam.

Ketika kesenjangan antara ambisi dan realitas terus terjadi, dampaknya tidak hanya dirasakan dalam jangka pendek, tetapi juga mempengaruhi pembentukan identitas diri. Generasi muda mulai mengalami kehilangan arah karena tidak memiliki kepastian tentang masa depan yang ingin dicapai. Data menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental pada generasi muda semakin mengkhawatirkan dan menjadi perhatian berbagai pihak (Kompas, 2023). Kondisi ini memperlihatkan bahwa tekanan yang dialami tidak lagi bersifat sementara, tetapi telah menjadi bagian dari pengalaman hidup sehari-hari. Individu yang tidak mampu menjembatani ambisi dan realitas cenderung mengalami kelelahan mental dan kebingungan eksistensial. Mereka memiliki banyak pilihan, tetapi tidak memiliki keyakinan dalam menentukan pilihan tersebut. Situasi ini menciptakan lingkaran yang sulit diputus, di mana kecemasan memperburuk ketidakjelasan arah hidup. Generasi muda akhirnya berada dalam kondisi yang tidak stabil secara psikologis maupun sosial. Analisis ini menunjukkan bahwa kesenjangan ambisi dan realitas merupakan akar penting dalam memahami fenomena generasi cemas.

Krisis identitas menjadi salah satu persoalan mendasar yang dialami oleh generasi muda di tengah tekanan ambisi dan realitas yang tidak seimbang. Banyak individu berada pada fase kehidupan yang menuntut mereka untuk menentukan arah hidup, tetapi tidak

memiliki pemahaman yang cukup tentang dirinya sendiri. Proses pencarian jati diri seringkali terganggu oleh berbagai distraksi eksternal yang datang secara terus-menerus. Generasi muda cenderung mengenali dirinya berdasarkan apa yang dilihat dan diakui oleh lingkungan, bukan dari refleksi internal yang mendalam. Kondisi ini membuat identitas menjadi rapuh dan mudah berubah mengikuti situasi. Penelitian menunjukkan bahwa masa muda merupakan fase kritis dalam pembentukan identitas yang sangat dipengaruhi oleh tekanan sosial dan perkembangan lingkungan (Warouw et al., 2024). Hal ini memperlihatkan bahwa krisis identitas tidak muncul secara tiba-tiba, tetapi merupakan hasil dari proses panjang yang tidak tuntas. Ketika individu tidak memiliki pijakan nilai yang kuat, arah hidup menjadi tidak stabil. Mereka bergerak tanpa kepastian, meskipun terlihat aktif secara aktivitas. Situasi ini menjadi salah satu akar dari kecemasan yang terus berulang.

Selain krisis identitas, generasi muda juga menghadapi krisis makna hidup yang tidak kalah kompleks. Banyak dari mereka menjalani aktivitas yang padat, tetapi tidak memahami tujuan dari apa yang mereka lakukan. Kehidupan terasa penuh, tetapi tidak selalu bermakna secara personal. Tekanan untuk terus produktif seringkali menggeser kebutuhan untuk memahami diri dan tujuan hidup yang lebih dalam. Penelitian menunjukkan bahwa beban akademik, tekanan sosial, dan pengaruh media dapat memicu stres serta mengganggu keseimbangan mental generasi muda (Rofiqi et al., 2023). Kondisi ini memperlihatkan bahwa kehidupan modern cenderung menekankan pencapaian daripada pemaknaan. Generasi muda akhirnya lebih fokus pada hasil daripada proses memahami diri. Ketika pencapaian tidak sesuai harapan, muncul perasaan kosong yang sulit dijelaskan. Mereka memiliki banyak aktivitas, tetapi kehilangan arah yang jelas. Situasi ini memperkuat keterkaitan antara krisis makna hidup dan meningkatnya kecemasan.

Sistem pendidikan menjadi salah satu faktor yang turut berkontribusi dalam membentuk kondisi psikologis generasi muda saat ini. Pendidikan seringkali berfokus pada pencapaian akademik

dan penguasaan materi, sementara aspek pembentukan makna hidup dan pemahaman diri kurang mendapatkan perhatian. Siswa didorong untuk mencapai nilai tinggi, tetapi tidak dibekali dengan kemampuan mengenali potensi dan tujuan hidupnya. Penelitian menunjukkan bahwa tekanan akademik yang tinggi dalam sistem pendidikan dapat memicu stres, kecemasan, bahkan burnout pada mahasiswa (Dinah & Kusumawati, 2025). Kondisi ini memperlihatkan bahwa pendidikan belum sepenuhnya menjadi ruang yang aman bagi perkembangan mental peserta didik. Kurikulum yang padat seringkali membuat siswa fokus pada target jangka pendek tanpa memahami arah jangka panjang. Hal ini menciptakan individu yang cerdas secara akademik, tetapi belum tentu matang secara emosional. Ketika mereka memasuki dunia nyata, kebingungan arah menjadi tidak terhindarkan. Sistem pendidikan perlu dilihat kembali dalam konteks yang lebih luas.

Budaya kompetitif yang berkembang dalam masyarakat modern semakin memperkuat tekanan yang dialami oleh generasi muda. Persaingan tidak hanya terjadi dalam dunia pendidikan, tetapi juga dalam kehidupan sosial dan profesional. Individu terus didorong untuk menjadi lebih baik dari orang lain, bukan menjadi versi terbaik dari dirinya sendiri. Lingkungan seperti ini menciptakan standar keberhasilan yang sempit dan seringkali tidak realistis. Penelitian menunjukkan bahwa kesehatan mental generasi muda dipengaruhi oleh tekanan sosial, lingkungan kompetitif, serta rendahnya kemampuan mengelola stres (Safitri et al., 2024). Budaya ini membuat generasi muda terbiasa membandingkan diri secara terus-menerus. Mereka merasa tertinggal ketika melihat pencapaian orang lain yang terlihat lebih cepat. Kondisi ini memperkuat kecemasan dan memperlemah rasa percaya diri. Arah hidup menjadi semakin kabur karena fokus berpindah dari makna menjadi perbandingan. Situasi ini menunjukkan bahwa persoalan generasi cemas tidak dapat dilepaskan dari budaya yang melingkupinya.

Sintesis dan Solusi

Permasalahan kecemasan generasi muda tidak cukup diselesaikan hanya pada level individu, tetapi perlu dimulai dari cara memahami kembali makna ambisi itu sendiri. Ambisi yang selama ini dibentuk oleh tekanan sosial perlu direkonstruksi menjadi lebih personal dan berbasis nilai diri. Generasi muda perlu didorong untuk mengenali apa yang benar-benar penting bagi dirinya, bukan sekadar mengikuti standar yang beredar di lingkungan. Proses ini menuntut adanya kesadaran diri yang lebih dalam serta keberanian untuk berbeda dari arus utama. Penelitian menunjukkan bahwa tekanan sosial dan paparan digital seringkali membentuk standar hidup yang tidak realistis sehingga memicu kecemasan dan ketidakpuasan (As-shofa & Khadijah, 2025). Ambisi yang sehat bukan tentang menjadi yang paling cepat atau paling unggul, tetapi tentang menemukan arah yang sesuai dengan kapasitas dan nilai personal. Ketika individu mampu memahami dirinya, ambisi tidak lagi menjadi beban, tetapi menjadi kompas yang memberi arah. Proses ini membutuhkan ruang refleksi yang jarang diberikan dalam kehidupan modern. Rekonstruksi ini menjadi langkah awal untuk mengurangi kesenjangan antara harapan dan kenyataan. Ambisi yang autentik akan lebih tahan terhadap tekanan eksternal.

Upaya berikutnya berfokus pada penguatan literasi diri dan kesehatan mental sebagai fondasi dalam menghadapi tekanan kehidupan modern. Generasi muda perlu dibekali kemampuan untuk mengenali emosi, mengelola stres, serta memahami kondisi psikologisnya secara lebih utuh. Literasi ini tidak hanya berkaitan dengan pengetahuan, tetapi juga keterampilan praktis dalam menjaga keseimbangan mental. Penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar generasi muda mengalami stres akibat tekanan hidup modern, termasuk ekspektasi sosial dan beban pribadi yang tinggi (Roies et al., 2024). Kondisi ini memperlihatkan pentingnya intervensi yang bersifat preventif, bukan hanya reaktif. Program seperti edukasi kesehatan mental, self-care, serta dukungan psikososial menjadi semakin relevan. Generasi muda juga perlu

memiliki akses terhadap ruang aman untuk mengekspresikan dirinya tanpa takut dihakimi. Lingkungan yang suportif akan membantu individu membangun ketahanan mental yang lebih kuat. Literasi diri yang baik membuat individu tidak mudah terombang-ambing oleh tekanan eksternal. Hal ini menjadi kunci dalam menghadapi dinamika kehidupan yang tidak pasti.

Sistem pendidikan perlu diarahkan kembali agar tidak hanya menghasilkan individu yang kompeten secara akademik, tetapi juga matang secara emosional dan memiliki arah hidup yang jelas. Pendidikan selama ini cenderung menekankan capaian kognitif, sementara aspek pembentukan makna hidup masih terpinggirkan. Integrasi pendidikan karakter, literasi mental, dan refleksi diri menjadi hal yang mendesak untuk dilakukan. Penelitian menunjukkan bahwa kesehatan mental memiliki peran penting dalam mendukung kemampuan belajar, interaksi sosial, serta kesiapan menghadapi tantangan kehidupan (Safitri et al., 2024). Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan tidak dapat dipisahkan dari aspek psikologis peserta didik. Kurikulum perlu memberi ruang bagi siswa untuk memahami potensi, minat, dan tujuan hidupnya. Pendekatan pendidikan yang lebih humanis dapat membantu generasi muda menemukan arah yang lebih jelas. Guru tidak hanya berperan sebagai pengajar, tetapi juga sebagai fasilitator dalam proses pencarian makna. Lingkungan sekolah dapat menjadi tempat yang mendukung pertumbuhan secara menyeluruh. Perubahan ini menjadi penting untuk menjawab tantangan zaman yang semakin kompleks.

Solusi yang berkelanjutan membutuhkan pembangunan resiliensi individu yang didukung oleh ekosistem sosial yang sehat. Generasi muda perlu dilatih untuk menghadapi ketidakpastian, menerima kegagalan, serta beradaptasi dengan perubahan yang cepat. Resiliensi bukan berarti tidak pernah merasa cemas, tetapi mampu tetap bergerak meskipun dalam kondisi yang tidak ideal. Penelitian menunjukkan bahwa tekanan akademik, masalah sosial, dan kurangnya dukungan menjadi faktor utama yang mempengaruhi kesehatan mental generasi muda (Saputra et al., 2024). Hal ini menunjukkan bahwa individu tidak dapat berdiri

sendiri tanpa dukungan lingkungan. Keluarga, sekolah, dan masyarakat memiliki peran penting dalam menciptakan ruang yang aman dan suportif. Selain itu, literasi digital juga perlu diperkuat agar generasi muda mampu menggunakan teknologi secara lebih bijak. Ekosistem yang sehat akan membantu mengurangi tekanan yang selama ini menjadi sumber kecemasan. Generasi muda tidak hanya membutuhkan motivasi, tetapi juga sistem yang mendukung pertumbuhan mereka. Upaya ini menjadi bagian penting dalam mengatasi akar persoalan secara lebih menyeluruh.

Penutup

Fenomena generasi cemas tidak dapat dilepaskan dari hubungan yang kompleks antara ambisi yang dikonstruksi secara sosial dan realitas yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari. Generasi muda hidup dalam tekanan untuk mencapai standar keberhasilan yang terus meningkat, sementara peluang yang tersedia tidak selalu sejalan dengan harapan tersebut. Kondisi ini diperparah oleh krisis identitas dan makna hidup yang membuat individu kehilangan pijakan dalam menentukan arah. Penelitian menunjukkan bahwa ketidakpastian masa depan, tekanan sosial, serta pengaruh lingkungan digital menjadi faktor utama yang mempengaruhi kondisi mental generasi muda. Situasi ini menggambarkan bahwa kecemasan bukan sekadar persoalan pribadi, tetapi merupakan refleksi dari sistem sosial yang belum sepenuhnya adaptif terhadap kebutuhan generasi saat ini. Ambisi yang tidak berbasis pada kesadaran diri cenderung menimbulkan tekanan yang berkelanjutan. Realitas yang tidak ramah terhadap potensi individu semakin memperbesar kesenjangan tersebut. Generasi muda akhirnya berada dalam kondisi yang tidak stabil secara psikologis. Pemahaman terhadap fenomena ini menjadi penting sebagai langkah awal dalam mencari solusi yang lebih tepat. Analisis yang komprehensif membuka ruang untuk melihat persoalan secara lebih luas.

Kesenjangan antara ambisi dan realitas dapat dipahami sebagai akar utama dari kecemasan dan kehilangan arah yang

dialami generasi muda. Ambisi yang dibentuk oleh tekanan sosial, media digital, serta ekspektasi lingkungan seringkali tidak selaras dengan kondisi nyata yang dihadapi individu. Ketidaksesuaian ini menciptakan konflik internal yang berujung pada kebingungan arah hidup. Penelitian menunjukkan bahwa tekanan sosial dan tuntutan lingkungan memiliki kontribusi besar terhadap meningkatnya gangguan kecemasan pada generasi muda. Kondisi ini memperlihatkan bahwa persoalan yang terjadi tidak dapat diselesaikan hanya melalui pendekatan individual. Perlu adanya perubahan dalam cara masyarakat memandang kesuksesan dan keberhasilan. Generasi muda membutuhkan ruang untuk memahami dirinya tanpa tekanan yang berlebihan. Arah hidup tidak dapat ditentukan hanya berdasarkan standar eksternal. Kesadaran diri menjadi faktor penting dalam menentukan pilihan yang lebih autentik. Tanpa perubahan pada level individu dan sistem, fenomena ini akan terus berulang. Kesimpulan ini menegaskan pentingnya pendekatan yang lebih menyeluruh dalam memahami generasi muda.

Generasi muda tidak benar-benar kehilangan arah, tetapi hidup dalam dunia yang menawarkan terlalu banyak arah tanpa panduan yang jelas untuk memilihnya. Mereka tumbuh dalam lingkungan yang penuh tuntutan, tetapi minim ruang untuk memahami makna dari setiap pilihan yang diambil. Kondisi ini membuat perjalanan hidup terasa berat meskipun terlihat penuh peluang. Laporan menunjukkan bahwa kesehatan mental generasi muda menjadi salah satu isu penting yang perlu mendapat perhatian serius dalam beberapa tahun terakhir. Realitas ini mengajak semua pihak untuk tidak hanya melihat generasi muda sebagai individu yang lemah, tetapi sebagai kelompok yang sedang berjuang dalam sistem yang kompleks. Arah hidup bukan sesuatu yang ditemukan secara instan, tetapi dibangun melalui proses yang panjang dan reflektif. Generasi muda membutuhkan ruang, waktu, dan dukungan untuk menemukan jalannya sendiri. Harapan tetap ada selama proses pencarian tersebut dihargai dan difasilitasi dengan baik. Masa depan tidak hanya ditentukan oleh seberapa tinggi ambisi, tetapi juga seberapa dalam individu memahami

dirinya. Perspektif ini menjadi penting untuk melihat generasi muda secara lebih adil dan manusiawi.

Referensi

- As-shofa, M., & Khadijah, S. (2025). Pengaruh tekanan sosial dan media digital terhadap standar hidup generasi muda. *Jurnal Riset Komunikasi Modern*, 4(1), 45–58.
- Badan Pusat Statistik. (2023). Statistik pemuda Indonesia 2023. BPS.
- Dinah, R., & Kusumawati, A. (2025). Tekanan akademik dan dampaknya terhadap kesehatan mental mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Terapan*, 6(2), 112–120.
- Hasibuan, R., & Sabarrudin, S. (2025). Pengaruh media sosial terhadap kecemasan dan depresi remaja. *Jurnal Psikologi Digital*, 3(1), 21–30.
- Kompas. (2023). *Kesehatan mental generasi muda mengkhawatirkan*. Kompas.id. <https://www.kompas.id/baca/english/2023/10/29/en-kesehatan-mental-generasi-muda-mengkhawatirkan>.
- Kompas. (2024). *Tantangan ketidakadilan sosial dan masa depan generasi muda*. Kompas.com. <https://nasional.kompas.com/read/2024/09/26/10013101>.
- Padillah, R., & Saputra, D. (2024). Youth unemployment and social challenges in Indonesia. *Journal of Public Health*, 46(2), 210–218.
- Putri, A. N., Sari, D. P., & Rahmawati, L. (2023). Kesehatan mental remaja Indonesia dan faktor yang mempengaruhi. *Jurnal Mindset*, 2(1), 15–25.
- Rofiqi, M., Hidayat, T., & Anwar, K. (2023). Tekanan akademik dan keseimbangan mental mahasiswa. *Educons Journal*, 5(2), 88–97.
- Roies, A., Nugroho, B., & Lestari, P. (2024). Edukasi kesehatan mental sebagai upaya preventif stres generasi muda. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 33–40.

PROFIL PENULIS



Salman Al-Walidi adalah mahasiswa Program Studi Tadris Ilmu Pengetahuan Sosial UIN Madura yang lahir di Pamekasan pada tanggal 15 Desember 2005. Dalam perjalanan pendidikannya, Salman Al-Walidi menempuh pendidikan di MI Tarbiyatun Nasyiin, kemudian melanjutkan ke MTs Tarbiyatun Nasyiin, SMK An-Nasyiin, hingga saat ini menjadi mahasiswa di Universitas Islam Negeri Madura. Selain aktif dalam bidang akademik, Salman Al-Walidi juga memiliki pengalaman organisasi yang cukup luas. Ia pernah menjabat sebagai Bendahara OSIM MTs Tarbiyatun Nasyiin, Ketua OSIS SMK An-Nasyiin, serta Ketua Pengurus Pondok Pesantren An-Nasyiin. Di lingkungan kampus, ia menjabat sebagai Ketua Umum UKM Pengembangan Intelektual dan Riset UIN Madura Periode 2026-2027, dan menjadi CO 2 PSDM Fradiksi UIN Madura serta tergabung dalam organisasi Pergerakan Mahasiswa Islam Indonesia Rayon Saptawikrama. Dalam bidang keterampilan, Salman Al-Walidi memiliki kemampuan mengoperasikan Microsoft Office seperti Word, Excel, dan PowerPoint. Ia juga memiliki kemampuan public speaking serta desain grafis dasar menggunakan Canva dan CorelDRAW. Berkat kemampuan dan keaktifannya, Salman Al-Walidi berhasil meraih berbagai prestasi, di antaranya Juara 3 Lomba Debat Sosialfest HMPS TIPS UIN Madura, Juara 2 Lomba Debat Dekan Cup UIN Madura, Juara 1 Lomba Opini Fradiksi UIN Madura, serta memperoleh penghargaan sebagai Mahasiswa Terbaik FLDP Bahasa Arab Program Studi TIPS.



Tuffatul Masruroh atau biasa disapa tuhfa lahir di Pamekasan, 17 September 2004. Ia merupakan mahasiswa Program Studi Hukum Keluarga Islam, Universitas Islam Negeri Madura, dengan latar pendidikan yang berpijak kuat pada tradisi pesantren. Perjalanan intelektual dan pengabdianya ditempa melalui pengalaman organisasi, kepemimpinan santri, serta pengabdian

sebagai tenaga pendidik di lingkungan pesantren. Aktif dalam dunia akademik dan sosial, ia memiliki perhatian besar pada isu-isu keislaman, pendidikan, hukum keluarga, serta dinamika generasi muda Muslim di era digital. Melalui karya tulis, ia berupaya menghadirkan gagasan yang memadukan nilai-nilai spiritual, refleksi sosial, dan solusi yang relevan dengan tantangan zaman.



Devi Khairina Zahidah, perempuan kelahiran 18 April 2006 yang saat ini menempuh pendidikan Bahasa Inggris di UIN Madura merupakan anak bungsu dari 2 bersaudara. Berasal dari kota keris, Kabupaten Sumenep, membawa tekad yang kuat untuk meraih gelar sarjana sebagai upaya untuk membahagiakan kedua orang tua serta dapat bermanfaat bagi bangsa dan agama. Melalui goresan tinta dan ketukan

mesin ketik ini, berharap dapat menebar manfaat bagi dirinya dan orang-orang disekitarnya.



Siti Norrodia, akrab disapa Odi, lahir di Jember pada 31 Maret 2004. Ia merupakan mahasiswi aktif Program Studi Pendidikan Bahasa Arab di UIN Madura yang tumbuh dengan minat besar pada dunia literasi, pendidikan, dan pengembangan diri. Di tengah kesibukannya sebagai mahasiswa, ia aktif berproses dalam organisasi Himpunan Mahasiswa Program Studi (HMPS) PBA serta mengikuti program RECAP, ruang kepenulisan dan pengabdian masyarakat yang diwadahi oleh Program Studi Pendidikan Bahasa Arab.

Kedekatannya dengan dunia tulis-menulis berangkat dari kegemarannya membaca, terutama novel-novel karya Tere Liye yang menumbuhkan kecintaannya pada kata, makna, dan cerita. Bagi Odi, menulis bukan sekadar merangkai kalimat, tetapi juga cara untuk menyampaikan gagasan dan mengekspresikan pandangan. Melalui tulisan, ia ingin menghadirkan manfaat, menyuarakan pemikiran, dan terus bertumbuh menjadi pribadi yang lebih peka.



Muhamad Ridwan lahir di Nangalili NTT pada tahun 2004. Ia merupakan mahasiswa aktif universitas Islam negeri Madura. Ini adalah karya pertamanya bersama beberapa teman-teman PSDM FRADIKSI UIN MADURA. Penulis mempunyai HOBY dalam dunia olahraga seperti sepak bola, lari, belah diri dan renang. Saat ini, ia fokus dalam organisasi dan komunitas sosial yang berhubungan langsung dengan masyarakat.



Zainal Abidin lahir di Sampang pada tanggal 01 Mei 2005. Ia ber alamat di Dusun Gayam, Desa Tambaan Kecamatan Camplong, Kabupaten Sampang. Dan Ia merupakan mahasiswa aktif Universitas Islam Negeri Madura. Ini adalah karya pertamanya bersama beberapa teman teman PSDM Fradiksi UIN Madura. Penulis mempunyai hobi healing, bermain bulu tangkis, Saat ini, ia fokus dalam organisasi Fradiksi UIN Madura.



Anida Firdaus, yang akrab disapa Firda, merupakan mahasiswa Program Studi Tadris Bahasa Inggris yang berasal dari Torjun, Sampang. Ia lahir di Sampang pada tanggal 23 Maret 2004. Riwayat pendidikan yang ditempu oleh penulis; TK Yassir, SDN Torjun 2, SMPN 1 Torjun dan pondok pesantren Al-Amien Prenduan hingga 2023. Sebagai generasi muda yang sedang menempuh pendidikan tinggi. Selain aktif dalam kuliah penulis memiliki minat besar di bidang seni, khususnya bernyanyi dan mendengarkan musik. Hobi tersebut tidak hanya menjadi sarana hiburan, tetapi juga mendukung pengembangan kemampuan berbahasa Inggrisnya terutama dalam aspek listening. Dengan hadirnya karya ini penulis berharap bahwa karya ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan.



Ana Sofiyatul Maulinda lahir di Pamekasan 15 Mei 2006. Dia adalah Mahasiswa Komunikasi dan Penyiaran Islam Universitas Islam Negeri Madura. Penulis merupakan anak kedua dari pasangan Mohammad Masduki dan Miftahol Jannah serta adik dari Sitti Afridatul Hasanah. Baginya keluarga dan teman hidupnya (Mas F) adalah support sistem terbaik dan alasannya menjadi kuat dan bangkit. Penulis pertamakali memasuki pendidikan di TK Darma Wanita Padelegan berlanjut di sekolah SDN Padelegan 1, MTsN 1 Pamekasan kemudian di Madrasah Aliyah Negeri 2 PAMEKASAN dan sekarang tengah menempuh Si-nya di Universitas Islam Negeri Madura. Di tengah perjalanannya ia sebagai mahasiswa, karya ini hadir sebagai bukti dan motivasi bagi dirinya bahwa penulis sudah mampu melewati serta berusaha bangkit dan menunjukkan kedewasaannya baik dalam berpikir maupun bertindak. Dengan semangat dan keinginan yang tinggi penulis bisa menyelesaikan buku karyanya, Motto Hidup: “Kebanggaan terbesar adalah bukan kita tidak pernah gagal, tetapi bangkit kembali saat kita jatuh”. Akhir kata penulis mengucapkan rasa syukur yang sebesar-besarnya karna terselesaikannya karya ini.



Naila Syifa Maulani Fauzie lahir di Pamekasan pada tanggal 11 April. Saat ini saya sedang menempuh pendidikan di Universitas Islam Negeri Madura jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini. Saya memiliki minat dalam bidang pendidikan anak usia dini dan psikologi perkembangan. Selain aktif dalam kegiatan akademik, saya juga senang mengikuti berbagai kegiatan yang dapat mengembangkan kemampuan diri, seperti menulis, membaca, dan organisasi. Karya ini saya buat sebagai bentuk pengembangan pengetahuan serta pengalaman penulis dalam bidang yang saya. Saya berharap karya ini dapat memberikan manfaat, wawasan, dan inspirasi bagi para pembaca.



Rolis lahir di Pamekasan pada 13 September 2006. Ia merupakan anak pertama dari dua bersaudara, pasangan Saprawi yang berprofesi sebagai petani dan Sa'diyah yang telah berpulang (almarhumah). Berasal dari keluarga sederhana, Rolis tumbuh dengan semangat belajar, kemandirian, dan tekad untuk terus mengembangkan potensi diri melalui pendidikan serta kegiatan organisasi. Perjalanan pendidikannya dimulai di SDN Bujur Timur 2, kemudian melanjutkan studi di MTs Misbahussudur dan MA Mambaul Ulum Bata-Bata. Saat ini, ia sedang menempuh pendidikan Strata Satu (S1) Hukum Tata Negara di Fakultas Syariah UIN Madura.

Sejak masa sekolah, Rolis aktif dalam berbagai kegiatan organisasi dan kepemimpinan. Ia pernah dipercaya menjabat sebagai Ketua OSIS, sebuah pengalaman yang membentuk kemampuan kepemimpinan, komunikasi, dan tanggung jawab sosialnya. Di lingkungan perguruan tinggi, ia terus mengembangkan kapasitas diri dengan aktif sebagai pengurus Ikatan Mahasiswa Bata-Bata (IMABA), pengurus Pergerakan Mahasiswa Islam

Indonesia (PMII) Rayon FASYA Komisariat UIN Madura, serta pengurus UKK Lawrent FASYA UIN Madura.

Selain aktif berorganisasi, Rolis juga memiliki sejumlah prestasi akademik. Ia berhasil meraih Juara 2 dalam Lomba Opini pada sebuah kegiatan LPM Activita serta Juara 1 dalam kompetisi Legal Drafting Fakultas Syariah UIN Madura. Prestasi tersebut mencerminkan kemampuan berpikir kritis, analisis, dan keterampilannya dalam bidang kepenulisan serta penyusunan dokumen hukum.

Dengan bekal pengalaman organisasi, kepemimpinan, dan prestasi akademik yang dimiliki, Rolis terus berupaya menjadi pribadi yang bermanfaat bagi masyarakat, serta berkomitmen untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dan kemampuan diri demi mencapai cita-cita dan memberikan kontribusi positif dan bermanfaat bagi agama Nusa dan bangsa.

GENERASI CEMAS

MENGAPA ANAK MUDA KEHILANGAN ARAH?

Di tengah dunia yang bergerak semakin cepat, generasi muda hidup dalam tekanan yang sering kali tidak terlihat. Mereka dituntut untuk sukses sejak dini, aktif di berbagai bidang, memiliki pencapaian yang membanggakan, serta mampu mengikuti standar kehidupan yang terus berubah. Media sosial menghadirkan perbandingan tanpa akhir, sementara realitas kehidupan justru penuh ketidakpastian. Akibatnya, banyak anak muda merasa cemas, lelah, kehilangan motivasi, bahkan bingung menentukan arah hidupnya sendiri.

Buku Generasi Cemas: Apakah Anak Muda Kehilangan Arah? Mengangkat fenomena tersebut melalui pembahasan yang dekat dengan realitas kehidupan sehari-hari. Buku ini membahas bagaimana kecemasan terbentuk di kalangan generasi muda, mulai dari tekanan akademik, persoalan ekonomi, krisis identitas, hubungan sosial, hingga pengaruh budaya digital yang semakin mendominasi kehidupan. Tidak hanya itu, buku ini juga menyoroti bagaimana lingkungan keluarga, pendidikan, dan masyarakat sering kali tanpa sadar ikut memperbesar tekanan terhadap anak muda.

Melalui pendekatan sosial dan psikologis yang sederhana namun reflektif, buku ini mengajak pembaca memahami bahwa kecemasan bukanlah tanda kelemahan, melainkan respons manusia terhadap dunia yang penuh tuntutan. Di dalamnya, pembaca akan menemukan berbagai refleksi tentang pencarian makna hidup, pentingnya mengenali diri sendiri, serta upaya membangun kembali harapan di tengah rasa takut dan ketidakpastian.

Buku ini tidak hanya ditujukan bagi anak muda, tetapi juga bagi orang tua, pendidik, dan masyarakat luas agar dapat lebih memahami realitas yang dihadapi generasi saat ini. Dengan bahasa yang ringan dan dekat dengan kehidupan sehari-hari, Generasi Cemas: Apakah Anak Muda Kehilangan Arah? Diharapkan dapat menjadi ruang refleksi sekaligus pengingat bahwa setiap generasi memiliki perjuangannya sendiri, dan bahwa kehilangan arah bukanlah akhir dari perjalanan hidup, melainkan awal untuk menemukan kembali tujuan yang lebih bermakna.



PENERBIT KBM INDONESIA
Anggota IKAPI
0813 5751 7526 / (0353) 3234874
Kantor : Maguwoharjo, Depok, Sleman-Yogyakarta
@penerbitbukujogja
@penerbit.kbm



QRGBN : 62-1307-4579-585