



# NEWSLETTER TOTUS TUUS

Lembaga Penguatan Nilai Universitas

## Dari Meja Redaksi

Sobat Widya Mandala yang terkasih

Pasca bencana sebagaimana yang dialami para sahabat di Sumatra, hal penting yang perlu dilakukan itu pemulihan: fisik, mental, spiritual, dan sosial cultural. Kerja keras ini perlu dilakukan dengan sepenuh hati dan ketelatenan. Tanpa itu, korban bencana akan mengalami kesulitan untuk tetap melanjutkan kehidupan. Istilah akademis yang sering digunakan itu “resilience.”

Istilah resilience tidak hanya digunakan untuk konteks bencana tetapi sudah diperluas dalam kondisi di mana ada tekanan dari luar yang menimbulkan keguncangan dalam hidup, misalnya ketika sebuah lembaga seperti universitas dituntut untuk memenuhi tuntutan tenaga kerja di bidang industri di sisi lain universitas dituntut untuk tidak meninggalkan marwah pendidikan yang tercatat dalam visi dan misi universitas.

Dua dekade terakhir, universitas di Asia mengalami keguncangan yang sama, bagaimana menjawab yang satu tanpa mengabaikan yang lain. Dalam hal ini ajakan tentang perlunya resilience menjadi satu pilihan.

Ada tiga tahap penting untuk resilience dalam konteks krisis di dunia pendidikan, pertama, adaptasi: hadapi dengan ketenangan bukan ketakutan apalagi kepanikan. Dalam hal ini penting sekali literasi yang tangguh dari siapa saja pengambil kebijakan dengan tetap berakar pada visi dan misi univ.

Kedua, berakar kuat pada identitas dan misi universitas. Ini bukan tentang hafal visi dan misi tetapi memahami esensi terdalam dari visi dan misi tersebut. Dengan keberakaran ini segala pertimbangan dikembalikan ke akar kehidupan universitas dari sana mengalir inspirasi, ada api semangat yang diteruskan dari satu generasi pendiri ke pimpinan yang lain pada era yang berbeda. Kita harus selalu bertanya apakah langkah ini sejalan dengan mimpi atau cita-cita pendiri? Referensi utama tetap dari identitas universitas, kita boleh belajar dari tempat lain tetapi selalu kembali ke akar identitas kita sebelum dijadikan rujukan bertindak. Tidak mudah tetapi penting.

Ketiga, penguatan komunitas. Ini terkait dengan komitmen untuk mendukung program hidup yang sudah direncanakan atau yang sedang dijalankan. Ada pihak yang membutuhkan kehadiran pimpinan - Ada Bersama mereka - ada anggota yang memang sudah bisa berjalan sendiri tanpa perlu ditemani, tetapi butuh diapresiasi dan dievaluasi, ada yang butuh dimotivasi. Tentu semua hal ini dilakukan sebagai satu mekanisme untuk berjalan bersama melewati krisis yang ada atau berjalan bersama menghadapi tantangan dan tuntutan zaman.

## TIM REDAKSI

### Penanggung Jawab

Ketua Lembaga Penguatan Nilai Universitas:  
Dr. Aloysius Widyawan Louis S.S., M.Phil.

### Pimpinan Redaksi:

Fx. Wigbertus Labi Halan, S.Fil., M.Sosio.

### Editor:

Ayu Kristianingrum A.Md.A.B.

### Sekretaris:

Ayu Kristianingrum A.Md.A.B.

### Desain:

Antanius Daru Priambada, S.T., M.M

### Alamat Redaksi:

Lembaga Penguatan Nilai Universitas  
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya  
Gedung Benedictus  
Lantai 3, Ruang B. 322  
Jalan Dinoyo 42-44 Surabaya

Email: [virtues-institute@ukwms.ac.id](mailto:virtues-institute@ukwms.ac.id)  
Ext.: 304

## DAFTAR ISI

Dari Meja Redaksi .....	1
Seputar Kampus .....	2
Surat Apostolik .....	3
Renungan .....	4
Curhatan di Kopkar .....	5
Skripsi Sebagai Syarat Kelulusan? .....	6
Telephobia: Ternyata Menelepon Itu Menakutkan Bagi Gen-Z .....	7
Infografis .....	8

## Bagaimana dengan universitas kita?

Kita punya motto non Scholae sed Vitae Discimus, tagline a - Life Improving University. Kita senantiasa rela untuk terus belajar, beradaptasi, mengakarkan diri pada visi dan misi universitas, serta berkomitmen untuk mendukung, menemani, mengapresiasi, memotivasi seluruh anggota komunitas. Semuanya dilakukan secara berkelanjutan untuk suatu resilience - pulih bersama. Salam PeKA

Bill Halan

# SEPUTAR KAMPUS

ULANG TAHUN DOSEN  
DAN TENAGA KEPENDIDIKAN



## Daftar Ulang Tahun Tanggal 15 -21 Desember 2025

- Gesti Memarista, S.E., M.SM. - Fakultas Bisnis
- David Ary Wicaksono, S.Psi., M.Si. - PSDKU Psikologi
- Vivi Ariyani, S.E., M.Sc. - PSDKU Manajemen
- Ek Melanie Annastasia, S.I.Kom. - L P K S
- Dr. V. Luluk Prijambodo, M.Pd. - Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
- Dra. Susana Teopilus, M.Pd. - Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
- Kristiana Pudji Astuti, A.Md. - B A A K
- Y. Djoko Sukoco, S.E., M.M. - PSDKU Akuntansi
- Yohanes Adven Sarbani, S.Pd., M.AB. - Fakultas Bisnis
- Rio Arfianto - Rumah Tangga - BAU
- Maria Natalia Widayadhana, A.Md.A.B. - Fakultas Farmasi
- Dr. Tri Lestari, S.Pd., M.Pd. - Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

----- Selamat Ulang Tahun dan Tuhan Memberkati -----



<https://go.ukwms.ac.id/surveitotstuus>



<https://go.ukwms.ac.id/PeKABox>

PAUS LEO XIV  
Surat Apostolik  
**DISEGNARE NUOVE MAPPE DI SPERANZA**

Pada Kesempatan Peringatan 60 tahun  
Pernyataan Konsili Vatikan II Gravissimum Educationis

### 3. Tradisi yang hidup

**3.1.** Pendidikan Kristiani adalah karya paduan suara: tak seorang pun mendidik sendirian. Komunitas pendidikan adalah "kita" di mana guru, siswa, keluarga, tenaga administrasi dan pelayanan, pastor, dan masyarakat sipil bertemu untuk melahirkan kehidupan.<sup>7</sup> "Kita" ini mencegah air menggenang di rawa "sudah selalu begini" dan memaksanya mengalir, memelihara, dan mengairi. Fondasinya tetap sama: pribadi, gambar Allah (Kej. 1:26), yang mampu memahami kebenaran dan relasi. Oleh karena itu, pertanyaan tentang relasi antara iman dan akal budi bukanlah bab opsional: "kebenaran religius bukan hanya bagian tetapi juga syarat dari pengetahuan umum"<sup>8</sup>. Kata-kata Santo Yohanes Henry Newman ini – yang dalam suasana Yubileum Dunia Pendidikan ini dengan sukacita saya nyatakan sebagai pelindung misi pendidikan Gereja bersama Santo Thomas Aquinas – merupakan undangan untuk memperbarui komitmen terhadap pengetahuan yang bertanggung jawab secara intelektual sekaligus ketat dan sangat manusiawi. Dan kita juga harus berhati-hati agar tidak terjerumus ke dalam pencerahan iman yang semata-mata berpasangan dengan akal budi. Kita harus bangkit dari kedangkalan dengan menemukan kembali visi empati yang terbuka untuk memahami lebih baik bagaimana manusia memahami dirinya sendiri saat ini, agar dapat mengembangkan dan memperdalam ajaran kita. Karena alasan ini, hasrat dan hati tidak boleh dipisahkan dari pengetahuan: hal itu berarti menghancurkan pribadi. Universitas dan sekolah Katolik adalah tempat di mana pertanyaan tidak dibungkam, dan keraguan tidak disingkirkan, melainkan didampingi. Di sana, hati berdialog dengan hati, dan metodenya adalah mendengarkan, yang mengenali orang lain sebagai kebaikan, bukan ancaman. "Cor ad cor loquitur" adalah motto utama St. John Henry Newman, yang diambil dari surat St. Fransiskus de Sales: "Ketulusan hati, bukan banyaknya kata-kata, yang menyentuh hati manusia".

**3.2.** Mendidik adalah tindakan harapan dan semangat yang diperbarui karena mewujudkan janji yang kita lihat dalam masa depan umat manusia. <sup>9</sup> Kekhususan, kedalaman, dan keluasan tindakan pendidikan terletak pada kenyataan bahwa pekerjaan - yang misterius sekaligus nyata - "membuat keberadaan berkembang [...] adalah merawat jiwa," seperti yang kita baca dalam *Apology of Socrates* karya Plato (30a–b).

Tindakan pendidikan adalah "profesi dibaktikan": waktu, kepercayaan, kompetensi dibaktikan; keadilan dan belas kasihan dibaktikan; keberanian akan kebenaran dan balsem penghiburan dibaktikan. Mendidik adalah tugas kasih yang diwariskan dari generasi ke generasi, memperbaiki jalinan hubungan yang robek dan mengembalikan bobot janji pada kata-kata: "Setiap orang mampu mencapai kebenaran, namun, perjalannya akan sangat tercapai ketika seseorang bergerak maju dengan bantuan orang lain"<sup>10</sup>. Kebenaran dicari dalam komunitas.

### 4. Kompas Gravissimum Educationis

**4.1.** Pernyataan Konsili Vatikan II Gravissimum Educationis menegaskan kembali hak setiap orang atas pendidikan dan mengidentifikasi keluarga sebagai sekolah pertama umat manusia. Komunitas gerejawi dipanggil untuk mendukung lingkungan yang mengintegrasikan iman dan budaya, menghormati martabat semua orang, dan berdialog dengan masyarakat. Dokumen tersebut memperingatkan agar tidak mereduksi pendidikan menjadi pelatihan fungsional atau perangkat ekonomi: seseorang bukanlah "profil keterampilan", bukan algoritma yang dapat diprediksi, melainkan wajah, sejarah, dan panggilan.

**4.2.** Pendidikan Kristiani mencakup seluruh pribadi: rohani, intelektual, emosional, sosial, dan fisik. Pendidikan ini tidak menentang manual dan teoretis, sains dan humanisme, teknologi dan hati nurani; sebaliknya, menuntut agar profesionalisme dijiwai oleh etika, dan agar etika bukan sekadar kata abstrak melainkan praktik sehari-hari. Pendidikan tidak mengukur nilainya semata-mata berdasarkan efisiensi: pendidikan mengukurnya berdasarkan martabat, keadilan, dan kemampuan untuk melayani kebaikan bersama. Visi antropologis integral ini harus tetap menjadi landasan pedagogi Katolik. Prinsip ini – mengikuti pemikiran Santo Yohanes Henry Newman – bertentangan dengan pendekatan komersialisme murni yang seringkali memaksa pendidikan masa kini diukur berdasarkan fungsionalitas dan kegunaan praktis.

# RENUNGAN MINGGU ADVEN III

MATIUS 11:2-11

Saudara-saudari terkasih dalam Kristus, Pada hari Minggu Adven III ini disebut juga sebagai minggu Gaudete artinya sukacita. Gereja mengajak kita untuk bersukacita. Gaudete “Bersukacitalah! adalah seruan iman di tengah perjalanan Adven yang masih setengah, ketika terang Kristus semakin mendekat. Namun sukacita Adven bukanlah kegembiraan dangkal; itu adalah sukacita yang lahir dari harapan. Harapan yang tidak tergantung keadaan, tetapi bertumpu pada kepastian bahwa Allah setia pada janji-Nya. Dalam Injil hari ini, Yohanes Pembaptis, yang sedang dipenjara, mengutus murid-murid-Nya bertanya kepada Yesus: “Engkaukah yang akan datang itu, atau haruskah kami menantikan orang lain?” Pertanyaan ini menunjukkan pergulatan batin. Yohanes, nabi besar, juga bisa mengalami ketidakpastian. Ia menantikan Mesias, tetapi kini terkurung dalam situasi gelap. Jawaban Yesus tidak datang dalam teori, tetapi dalam karya nyata: “Orang buta melihat, orang lumpuh berjalan, orang kusta menjadi tahir, orang tuli mendengar, orang mati dibangkitkan, dan kepada orang miskin diberitakan kabar baik.”

Saudara-saudari terkasih dalam Kristus, **Injil mau mengingatkan kepada kita arti sebuah harapan dalam Yesus yang merupakan harapan sejati bagi hidup kita. Sering kali kita mengatakan bahwa Yesus adalah harapan kita tapi apakah kita sudah sungguh-sungguh percaya akan hal itu? Hari ini Yesus mau menegaskan kepada kita semua seluruh Civitas Universitas Katolik Widya Mandala yaitu:**

**Pertama, Yesus menegaskan bahwa harapan bukanlah konsep. Harapan adalah kehadiran Allah yang bekerja nyata dalam kehidupan manusia.** Kita dapat mencatat Yohanes Pembaptis walaupun didalam penjara ia mampu dan dapat melihat terus Cahaya harapan ini. Kita pun sering berada dalam “penjara”: ketidakpastian masa depan, pergumulan keluarga, tekanan pekerjaan, kegelisahan hidup, ekonomi, dan berbagai keterbatasan. Universitas Katolik Widya Mandala pun mengalami tantangan: perubahan dunia pendidikan, tuntutan akreditasi, dinamika jumlah mahasiswa baru, transformasi digital, dan persoalan sosial yang kompleks. Minggu Adven III, minggu “Gaudete” mengingatkan: di tengah tantangan, sukacita tetap mungkin.

Yesus mengingatkan kepada kita semua sebagai insan Pendidikan bahwa Dia adalah harapan sejati. Yesus inilah yang dapat menyembuhkan orang buta, membuat orang lumpuh berjalan maka Dia juga akan melakukan hal yang sama kepada kita.

**Kedua , Harapan ini bukan hanya untuk pribadi tetapi juga untuk komunitas. Universitas Katolik Widya Mandala dipanggil untuk menjadi terang, menjadi garam, dan menjadi saksi nilai-nilai “Kekatolikan” di dunia modern.** Dalam tantangan, harapan hadir ketika kita percaya bahwa Kristus tetap berkarya dalam universitas ini. Harapan hadir ketika kita melihat bahwa setiap dosen, tenaga kependidikan, mahasiswa, dan pemimpin universitas adalah bagian dari misi perutusan Allah. Universitas Katolik Widya Mandala dipanggih untuk memberikan harapan ini. Itu sebabnya Universitas Katolik Widya Mandala memegang identitas “Universitas Katolik”. Harapan hadir ketika kita sadar bahwa universitas ini bukan hanya tempat belajar akademik, tetapi tempat membentuk manusia berbelasara, berintegritas, dan melayani. Harapan mekar ketika kita berjalan bersama, bukan sendiri. Tantangan yang berat lebih mudah dihadapi ketika dosen, karyawan, dan mahasiswa saling mendukung. Setiap senyum, kerja sama, dan kepedulian membangun atmosfer sukacita yang membuat Universitas Katolik Widya Mandala menjadi rumah yang hidup.

**Gaudete! Bersukacitalah, sebab Tuhan dekat!**

**14 Desember 2025**

**RD. Fransiskus Xaverius Gunawan, S.E.**

## **CURHATAN DI KOPKAR**

ANTANIUS DARU PRIAMBADA, S.T., M.M.

Waktu istirahat makan siang akhirnya tiba, saatnya mungkin selama ini mengendap dalam diam. Kehadiran untuk melepaskan ketegangan pekerjaan sejenak, pemimpin untuk mau turun kebawah bukanlah tanda bangkit dari meja kerja, dan melangkah menuju kopkar. kelemahan, justru di sanalah kekuatan sejati organisasi Ruang sederhana yang sering menjadi tempat berbagi terlihat. Ketika setiap anggotanya merasa dilibatkan, kisah, tawa ringan, atau unek-unek yang selama ini dihargai, dan diakui kontribusinya. Support tidak selalu terpendam. Perut mulai berdesir, mengingatkan bahwa harus berupa solusi instan, kadang cukup menunjukkan pagi tadi tidak ada waktu untuk sarapan. Karena bahwa suara yang terluka pun layak didengar.

perjalanan panjang selama 60 menit dari rumah menuju

tempat kerja yang kerap menguras kesempatan untuk Waktu istirahat berlalu tanpa terasa. Piring-piring memikirkan diri sendiri. Namun begitu rutinitas mulai kosong, percakapan mereda, dan masing-masing berjalan, langkah pun tetap diteruskan karena ada kembali menuju meja kerja. Namun langkah yang tanggung jawab yang harus diemban.

kembali ke ruang kerja terasa berbeda setelah obrolan di kopkar tadi. Percakapan itu bukan sekadar curhatan, ada nilai yang tersampaikan di baliknya, bahwa ruang

Suasana kopkar saat itu terasa berbeda. Biasanya percakapan ringan mengalir sambil menikmati hidangan, tetapi hari itu energi yang hadir jauh lebih sedang goyah. Tugas yang dikerjakan setiap hari, sekecil berat. Beberapa karyawan duduk bersama sambil apa pun, tetap menjadi bagian dari upaya mengaduk kecemasan yang selama ini mungkin ditahan sendiri. Obrolan yang awalnya santai perlahan berubah menjadi diskusi serius mengenai masa depan tempat kerja yang tengah berada dalam situasi

mengkhawatirkan. Perubahan kepemimpinan menjadi topik hangat yang menuntut banyak penyesuaian, mulai dari karakter pemimpin baru, arah kebijakan yang belum sepenuhnya dipahami, hingga lingkungan kerja yang terasa berubah. Evaluasi tidak kunjung datang, sehingga muncul tanda tanya besar apakah pekerjaan selama ini sudah berjalan sesuai harapan atau sekadar berjalan mengikuti arus.

Dalam percakapan itu, satu hal terasa jelas kegelisahan bukan dimiliki oleh satu dua orang saja. Ada keresahan kolektif yang muncul bukan karena ingin menyalahkan siapa pun, tetapi karena ada rasa memiliki terhadap tempat ini meski rasa itu tidak selalu terucap. Namun lebih menyediakan ketika beberapa orang justru mulai memikirkan jalan keselamatan pribadi, seolah-olah organisasi ini adalah kapal yang mulai miring, dan langkah paling aman adalah menyiapkan sekoci masing-masing. Pilihan itu tampak logis, tetapi jika setiap orang menyiapkan sekocinya sendiri, bukankah kapal yang masih bisa diselamatkan justru akan tenggelam lebih cepat?

Di tengah percakapan tersebut, muncul harapan bahwa para pemangku kebijakan, dapat hadir lebih dekat. Bukan semata melihat situasi melalui laporan formal atau angka statistik, tetapi benar-benar turun mendengar denyut nadi komunitas. Mendengarkan kegelisahan, ketakutan, serta suara-suara yang

ini menyimpan banyak harapan, sekalipun kondisi mempertahankan keberlangsungan komunitas ini. Setiap peran memiliki arti, meski sering kali tidak terasa secara langsung.

Makan siang hari itu menghadirkan semacam kesadaran baru, keberlangsungan sebuah komunitas tidak pernah ditentukan oleh satu pihak saja. Ada bagian bagi setiap individu, ada potongan peran yang saling melengkapi. Kerinduan akan kebersamaan, kepastian, dan arah yang jelas bukan hanya milik satu kelompok, tetapi menjadi kerinduan bersama tanpa harus diucapkan. Mungkin, obrolan sederhana di

kopkar itu sebenarnya menyimpan pesan yang jauh lebih dalam, bahwa meskipun situasi terasa berat, semangat untuk bertahan masih ada. Bahwa keinginan untuk memperbaiki bukanlah hal yang hilang. Dan bahwa komunitas ini masih dapat berdiri kokoh selama ada kesediaan untuk saling menguatkan, tanpa harus meninggalkan kapal yang sedang menghadapi ombak.

Mungkin, siang itu kopkar sedang mengajarkan sesuatu bahwa harapan tidak selalu berkobar besar. Kadang ia hadir dalam bentuk paling sederhana, sebuah percakapan jujur, secangkir teh hangat, dan teknad diam-diam yang terbit dari dalam diri setiap orang yang masih ingin melihat komunitas ini tumbuh.

# SKRIPSI SEBAGAI SYARAT KELULUSAN?

KENNETH LOUIS

FAKULTAS PSIKOLOGI, UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA

Skripsi tidak akan lepas dari identitas mahasiswa tingkat akhir sebagai syarat kelulusan. Tekanan yang dirasakan oleh mahasiswa, menjadikan skripsi sebagai salah satu beban yang kita bawa dalam kehidupan sehari-hari. Prosesnya yang memakan waktu 6 bulan, bahkan beberapa fakultas butuh waktu 12 bulan dalam proses penggerjaanya. Dengan stigma (pandangan) mengenai skripsi sebagai syarat kelulusan dan rentang waktunya yang cukup lama, membuat beberapa mahasiswa berharap bahwa skripsi tidak pernah ada.

Beberapa negara di luar Indonesia tidak mewajibkan mahasiswanya untuk mengerjakan skripsi sebagai syarat kelulusannya. Mungkin bagi beberapa mahasiswa di Indonesia hal ini terdengar sangat meringankan beban mahasiswa. Beberapa teman dari saya, bahkan ketika saya tanya, “apakah skripsi itu penting?”, mereka langsung menjawab “tidak”. Pada semester awal, sekitar semester 1 hingga 3, beban skripsi yang didengar dari mulut ke mulut cukup membentuk ketakutan dan persepsi mahasiswa awal bahwa “kumpulin respondennya sulit”, “dosen pembimbingnya killer”, “sidang itu pembantaian”.

Sebenarnya persepsi-persepsi yang timbul tersebut merupakan hasil pengalaman spesifik pada orang-orang yang spesifik juga. Saat semester 6 dihadapkan oleh proposal skripsi, banyak dari teman saya bilang bahwa tugas ini sulit, banyak lika-liku dan tantangan yang harus dihadapi. Namun ada juga mereka yang memandang bahwa proposal skripsi ini sebagai sarana untuk menuangkan kreativitas mereka. Bahkan ada salah satu hasil karya mahasiswa yang dipamerkan dalam acara gelar karya. Tentu realita pada saat menjalani dan menghadapi secara langsung tugas akhir ini, membentuk persepsi yang berbeda ketika mendengar rumor yang beredar di semester awal.

Stigma (pandangan) bahwa skripsi itu sulit terkadang tidak bisa ditelan mentah-mentah. Meskipun pada kenyataannya bahwa skripsi penuh dengan tantangan, namun yang terpenting adalah bagaimana cara kita menghadapi tantangan tersebut. Harus diakui bahwa skripsi ini dapat menjadi sarana bagi kita – tidak hanya sebagai syarat kelulusan – agar kita bisa memiliki skill (kemampuan) baru dalam menghadapi tantangan baru. Lalu, bagaimana cara kita agar memiliki pandangan yang benar mengenai skripsi?

Semoga dengan bacaan ini, setidaknya kita bisa sadar bahwa masalah dan beban itu bukan muncul dari skripsinya, namun bagaimana cara kita memandang skripsi tersebut. Muncul pertanyaan, “Buktinya apa kalau skripsi itu bukan beban? Kenapa kok cara pandang kita yang menentukan skripsi itu beban atau tidak?”. Pernah dengar pepatah “Whether you think you can, or you think you can't – you're right”? Diucapkan oleh seorang pendiri Ford Motor Company, Henry Ford. Meskipun kamu berpikir bahwa dirimu bisa atau berpikir bahwa dirimu tidak bisa, keduanya itu benar. Kutipan Ford menjelaskan bahwa bisa atau tidaknya kita dalam menghadapi tantangan ditentukan oleh kita sendiri. Kita bisa karena kita percaya bahwa kita bisa. Sebaliknya, kita tidak bisa karena kita percaya bahwa diri kita tidak bisa. Keduanya benar, tergantung mana yang ingin kita percayai.

Kembali ke topik, skripsi. Bagi mahasiswa yang masih semester awal dan banyak mendengar stigma bahwa skripsi itu sulit, coba telaah lagi. Siapa orang yang mengatakan bahwa skripsi itu sulit? Apakah dia percaya bahwa skripsi itu memang sulit? Atau dia percaya bahwa dirinya tidak kompeten untuk menghadapi skripsi? Dengan begitu, kita bisa sadar bahwa kata “sulit” itu ditentukan oleh diri sendiri. Entah kita tetap mau menyalahkan keadaan bahwa skripsi itu sulit atau kita meningkatkan skill kita agar bisa menyelesaikan skripsi.

Terkadang tantangan tidak dibuat untuk semua orang. Tiap orang memiliki perbedaannya masing-masing, dan memiliki pola pikir yang beda dalam menghadapi masalah. Namun, saya sendiri sebagai manusia normal, menjalani kehidupan di dunia ini, tidak pernah menemukan 1 orang pun yang tidak pernah menghadapi sebuah masalah. Kita manusia terus beradaptasi dan berkembang, dan semua itu hanya mungkin dicapai dengan sebuah masalah, atau bahkan banyak masalah.

Kadang kita berdoa hanya berharap untuk hilangnya masalah. Banyaknya masalah membuat kita merasa kewalahan, kekurangan, atau bahkan keterpurukan. Namun tidak bisa dipungkiri bahwa faktanya, kita perlu keterpurukan, kewalahan, dan kekurangan tersebut untuk merasakan kebahagiaan, kedamaian, dan kesejahteraan. Kita perlu beroda agar kita bisa mendapatkan cara pandang yang baru dalam menghadapi masalah kita.

Mungkin skripsi bukan batu loncatan bagi semua mahasiswa untuk berkembang. Namun di saat kita merasa kesulitan, bahkan masalah yang bertubi-tubi, hal tersebut yang akan membantu kita dalam berkembang. Kutipan dari Albert Einstein, “In the middle of difficulty lies opportunity”, mengingatkan kita untuk tetap melihat peluang di tengah-tengah masalah yang sedang kita hadapi. Sekian dari tulisan ini, semoga ada cara pandang yang baru dalam menghadapi masalah yang ada.

Hari ini saya membaca artikel menarik dari The Guardian berjudul “Gen Z office survival guide: how to overcome telephobia and get up early” (published 6 Desember 2025). Dari artikel ini, saya baru menyadari satu istilah baru yang cukup relevan dengan dinamika dunia kerja saat ini: telephobia. Telephobia dimaknai sebagai rasa cemas atau takut saat harus melakukan panggilan telepon. Sebuah refleksi utk saya sebagai dosen yang mengajar mata kuliah Komunikasi Bisnis.

Menurut saya unik dan membuat saya mengangkat alis ketika membacanya.

Yeah, awalnya terdengar sepele, tapi setelah dipikir-pikir, fenomena ini sangat masuk akal. Generasi yang tumbuh dengan chat, DM, dan voice note memang jarang berlatih percakapan real-time via telepon. Dalam artikel tersebut, para ahli menjelaskan bagaimana kecemasan ini bisa muncul, mulai dari takut salah ngomong, bingung menyusun kalimat, sampai ketegangan menghadapi nada bicara orang yang tidak dikenal.

Selain telephobia, survei yang dikutip The Guardian juga menunjukkan kecemasan lain: berinteraksi dengan rekan kerja senior, small talk atau basa basi, hingga tantangan bangun pagi dan masuk kantor. Semua ini ternyata menjadi sumber stres nyata bagi banyak karyawan muda.

Membaca ini membuat saya refleksi, terutama sebagai pengajar di bidang manajemen: Di lingkungan profesional saat ini, kita sering mengasumsikan skill seperti menelepon, berbasa-basi, atau menyesuaikan ritme kerja adalah hal yang “otomatis dimiliki” oleh semua generasi. Padahal, ternyata ada gap keterampilan dan pengalaman yang cukup besar.

Menurut saya, ini jadi pengingat penting bagi perusahaan dan para leader juga saya pribadi sebagai dosen marketing, untuk menyediakan pelatihan komunikasi dasar yang lebih kontekstual untuk Gen Z dan merancang onboarding yang membantu karyawan muda beradaptasi secara bertahap.

Dan bagi kita yang terlibat dalam pengembangan mahasiswa atau early-career talent, topik seperti ini semakin relevan untuk dipelajari. Dunia kerja berubah, dan ekspektasi komunikasi pun ikut bergeser. Saya sendiri jadi belajar hal baru bahwa skill sederhana seperti menelepon ternyata perlu diajarkan ulang dengan empati, bukan asumsi bahwa semua pasti bisa dan mudah melakukannya. Hal ini perlu diajarkan di ruang-ruang kelas pembelajaran mahasiswa.

# Infografis

## Jumlah Pengungsi Bencana Sumatera dan Bantuan Terdistribusi

Data 8 Desember 2025 pukul 18.00 WIB

### Aceh

Tiga wilayah dengan pengungsi terbanyak

Aceh Utara	299,5 ribu
Aceh Tamiang	262,1 ribu
Aceh Timur	238,5 ribu

### Sumatera Utara

Tapanuli Tengah	18,3 ribu
Langkat	11,1 ribu
Tapanuli Selatan	7,2 ribu

### Sumatera Barat

Tanah Datar	4,8 ribu
Pasaman Barat	4,6 ribu
Pesisir Selatan	2,7 ribu

Sumber: BNPB; Diolah Litbang Kompas/EDR

### Sejumlah Barang Bantuan

Bahan pokok, makanan siap saji, sabun batang, pakaian, matras, kasur lipat, selimut, terpal, tenda, perahu karet, perangkat internet, gergaji listrik, dan genset.



### Sumber:

[https://www.kompas.id/artikel/tim-khusus-dari-china-dan-harapan-pencarian-korban-bencana-sumatera?open\\_from=Tagar\\_Page](https://www.kompas.id/artikel/tim-khusus-dari-china-dan-harapan-pencarian-korban-bencana-sumatera?open_from=Tagar_Page)