



## Kecemasan Lingkungan sebagai Trauma Kolektif Generasi Z: Dampak Mengkonsumsi Media dan Pola Komunikasi Interpersonal Perubahan Iklim

<https://doi.org/10.25008/caraka.v6i1.203>

NABILLAH YASMIN RAMADHANI

*LSPR Institute of Communication and Business – Indonesia*

### ABSTRACT

*Climate change has become a global issue that has a significant impact on mental health, especially among Generation Z. One of the increasing psychological impacts is eco-anxiety, which is anxiety that arises due to the uncertainty of the future of the environment. This study aims to analyze eco-anxiety as a collective trauma in young people from a communication psychology perspective, by highlighting how this anxiety affects their communication patterns. Using a quantitative approach with a survey design, this study involved 45 Generation Z participants with a high awareness of climate change issues. The results showed that exposure to information about climate change was closely related to the level of eco-anxiety, which impacted interpersonal communication, emotional expression, and involvement in environmental activism. Spearman's correlation test and ordinal regression confirmed that factors such as threat perception, media consumption, and social involvement significantly influenced the level of environmental anxiety felt by young people. This study emphasizes the importance of solution-based communication strategies in mitigating the psychological impacts of climate change and the need for a more supportive communication approach for Generation Z in dealing with the climate crisis.*

**Keywords:** *Eco-Anxiety, Generation Z, Communication Psychology, Climate Change, Psychological Impacts*

### ABSTRAK

Perubahan iklim telah menjadi isu global yang berdampak signifikan terhadap kesehatan mental, terutama di kalangan Generasi Z. Salah satu dampak psikologis yang semakin meningkat adalah eco-anxiety, yaitu kecemasan yang muncul akibat ketidakpastian masa depan lingkungan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis *eco-anxiety* sebagai trauma kolektif pada anak muda dalam perspektif psikologi komunikasi, dengan menyoroti bagaimana kecemasan ini mempengaruhi pola komunikasi mereka. Menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei, penelitian ini melibatkan 45 partisipan Generasi Z yang memiliki kesadaran tinggi terhadap isu perubahan iklim. Hasil penelitian menunjukkan bahwa paparan informasi mengenai perubahan iklim berhubungan erat dengan tingkat eco-anxiety, yang berdampak pada komunikasi interpersonal, ekspresi emosi, dan keterlibatan dalam aktivisme lingkungan. Uji korelasi Spearman dan regresi ordinal mengonfirmasi bahwa faktor-faktor seperti persepsi ancaman, konsumsi media, dan keterlibatan sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat kecemasan lingkungan yang dirasakan oleh anak muda. Penelitian ini menekankan pentingnya strategi komunikasi berbasis solusi dalam

mitigasi dampak psikologis perubahan iklim serta perlunya pendekatan komunikasi yang lebih suportif bagi Generasi Z dalam menghadapi krisis iklim.

**Kata kunci:** Eco-Anxiety, Generasi Z, Psikologi Komunikasi, Perubahan Iklim, Dampak Psikologis

Author's email correspondent: <a href="mailto:24072200027@lspr.edu">24072200027@lspr.edu</a>
The author declares that she/he has no conflict of interest in the research and publication of this manuscript
Copyright © 2025 (Nabillah Yasmin Ramadhani) Licensed under the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 (CC BY-SA 4.0) Available at <a href="http://caraka.web.id">http://caraka.web.id</a>
Submitted: 25/04/2025; Revised: 02/05/2025; Accepted: 19/05/2025

## PENDAHULUAN

Perubahan iklim telah menjadi isu global yang mendesak dengan dampak yang semakin nyata terhadap lingkungan dan kehidupan manusia. Kenaikan suhu global, bencana alam yang lebih ekstrem, serta krisis sumber daya alam menjadi tantangan besar bagi masyarakat di seluruh dunia (Rahman, 2024). Salah satu kelompok yang paling terpengaruh secara psikologis oleh isu ini adalah generasi muda, khususnya Generasi Z. Mereka tumbuh di era di mana informasi mengenai krisis iklim mudah diakses, baik melalui media sosial, berita, maupun gerakan aktivisme lingkungan. Akses terhadap informasi ini, meskipun memberikan kesadaran yang lebih tinggi mengenai perubahan iklim, juga berdampak pada kondisi psikologis anak muda (Maarilah, 2022). Mereka semakin mengalami kecemasan yang berlebihan terhadap masa depan bumi, yang dikenal dengan istilah *eco-anxiety* atau kecemasan lingkungan.

Fenomena *eco-anxiety* tidak hanya terjadi pada individu tertentu tetapi juga meluas menjadi pengalaman kolektif di kalangan anak muda (Mucharomah & Lukman, 2024). Studi menunjukkan bahwa banyak remaja dan dewasa muda mengalami ketakutan mendalam pada kerusakan lingkungan, hilangnya keanekaragaman hayati, serta ketidakpastian ekonomi dan sosial akibat perubahan iklim. Perasaan ini sering disertai dengan kemarahan terhadap pemerintah dan perusahaan yang dianggap lamban dalam menangani krisis ini (Mucharomah & Lukman, 2024). *Eco-anxiety* juga menciptakan perubahan dalam cara komunikasi dan interaksi sosial mereka, di mana anak muda menggunakan berbagai platform digital untuk mengekspresikan perasaan mereka, berbagi informasi, dan mengorganisir gerakan sosial yang berfokus pada lingkungan.

Dalam perspektif psikologi komunikasi, *eco-anxiety* dapat dipahami sebagai bentuk trauma kolektif yang memengaruhi pola komunikasi generasi muda. Trauma kolektif merujuk pada pengalaman emosional yang dialami oleh sekelompok individu sebagai akibat dari peristiwa yang mengancam keselamatan atau kesejahteraan mereka (Wahyuni, Rahman & Putri, 2023). Dalam kasus perubahan iklim, ancaman ini bukan hanya bersifat fisik tetapi juga psikologis, karena generasi muda merasa tidak berdaya menghadapi situasi yang terus memburuk. Hal ini kemudian tercermin dalam pola komunikasi mereka, seperti meningkatnya ekspresi emosi negatif dalam diskusi publik, penggunaan media sosial sebagai sarana untuk menyuarakan keresahan, hingga perubahan dalam perilaku sosial dan politik, seperti meningkatnya partisipasi dalam aksi protes lingkungan.

Teori-teori psikologi komunikasi memberikan kerangka kerja untuk memahami bagaimana *eco-anxiety* membentuk cara anak muda berinteraksi dan berkomunikasi. Salah

satu teori yang relevan adalah *Cognitive Appraisal Theory*, yang menjelaskan bagaimana individu menafsirkan dan merespons suatu situasi berdasarkan persepsi mereka terhadap ancaman dan kemampuan untuk mengatasinya (Watson & Spence, 2007). Dalam konteks ini, generasi muda yang mengalami *eco-anxiety* mungkin melihat perubahan iklim sebagai ancaman eksistensial yang tidak dapat mereka kendalikan sepenuhnya, sehingga memicu kecemasan yang mendalam.

Selain itu, *Uncertainty Reduction Theory* juga dapat digunakan untuk memahami bagaimana anak muda berusaha mencari informasi dan berkomunikasi tentang krisis iklim guna mengurangi ketidakpastian dan kecemasan yang mereka rasakan (Knocboch, 2008).

Dengan demikian, *eco-anxiety* tidak hanya menjadi isu kesehatan mental, tetapi juga fenomena sosial yang membentuk pola komunikasi generasi muda. Riset lebih lanjut diperlukan untuk memahami bagaimana komunikasi dapat digunakan sebagai alat untuk mengelola kecemasan lingkungan ini, baik melalui pendidikan, kebijakan publik, maupun strategi komunikasi yang lebih efektif dalam menyampaikan informasi mengenai perubahan iklim.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis *eco-anxiety* sebagai bentuk trauma kolektif di kalangan anak muda dari perspektif komunikasi psikologi, dengan fokus pada bagaimana mereka mengekspresikan perasaan mereka, berinteraksi dengan sesama, serta mencari solusi dalam menghadapi krisis iklim. Penelitian ini dilakukan karena meningkatnya fenomena *eco-anxiety* di kalangan generasi muda yang belum sepenuhnya dipahami dalam konteks komunikasi psikologi.

Generasi Z tumbuh dalam lingkungan informasi yang sangat terhubung, di mana perubahan iklim bukan hanya menjadi isu lingkungan tetapi juga sosial dan emosional (Prasetyo, Asbari & Putri, 2024). Mereka menghadapi banjir informasi tentang krisis iklim melalui berbagai saluran media, mulai dari berita hingga media sosial, yang dapat memperkuat kecemasan mereka terhadap masa depan. Namun, masih sedikit penelitian yang mengukur bagaimana tingkat *eco-anxiety* ini berkaitan dengan pola konsumsi media dan dampaknya terhadap komunikasi interpersonal mereka.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan menganalisis sejauh mana *eco-anxiety* mempengaruhi cara generasi muda berkomunikasi dengan orang lain, baik dalam mengekspresikan kekhawatiran mereka, membangun solidaritas, maupun dalam pengambilan keputusan terkait isu lingkungan.

Tujuan utama penelitian ini adalah untuk mengukur tingkat *eco-anxiety* di kalangan generasi muda, mengidentifikasi pola konsumsi media yang berkontribusi terhadap kecemasan tersebut, serta memahami bagaimana hal ini berdampak pada komunikasi interpersonal mereka. Dengan memahami keterkaitan antara faktor-faktor ini, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi akademisi, praktisi komunikasi, serta pembuat kebijakan dalam merancang strategi komunikasi yang lebih efektif untuk mengatasi dampak psikologis perubahan iklim.

Selain itu, penelitian ini juga dapat membantu merancang pendekatan komunikasi yang lebih suportif bagi generasi muda dalam menghadapi krisis iklim, baik melalui pendidikan, kampanye media, maupun intervensi psikologis yang lebih tepat sasaran.

## METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei untuk mengukur tingkat *eco-anxiety*, pola konsumsi media, dan dampaknya terhadap komunikasi

interpersonal di kalangan generasi muda. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan pengukuran yang objektif dan sistematis terhadap variabel yang diteliti serta memberikan data yang dapat dianalisis secara statistik untuk menemukan pola dan hubungan antar variabel.

Penelitian ini melibatkan 45 partisipan yang berasal dari generasi muda, khususnya Generasi Z (usia 18–30 tahun). Partisipan dipilih dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, di mana mereka harus memiliki kesadaran terhadap isu perubahan iklim dan aktif dalam mengonsumsi informasi lingkungan, baik melalui media sosial, berita, atau sumber informasi lainnya. Kriteria ini digunakan untuk memastikan bahwa responden memiliki keterlibatan emosional dan kognitif yang cukup terhadap isu perubahan iklim sehingga memungkinkan pengukuran tingkat *eco-anxiety* yang lebih akurat.

Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional*, di mana data dikumpulkan dalam satu periode waktu tertentu melalui survei *online* yang berisi kuesioner terstruktur. Prosedur penelitian dilakukan dalam beberapa tahapan, berupa:

*Persiapan Instrumen.* Penyusunan kuesioner yang terdiri dari tiga bagian utama, yaitu (1) Pengukuran tingkat *eco-anxiety* menggunakan skala yang telah divalidasi, seperti *Eco-Anxiety Scale* atau adaptasi dari skala kecemasan lingkungan yang telah digunakan dalam penelitian sebelumnya; (2) Identifikasi pola konsumsi media, mencakup jenis media yang dikonsumsi (misalnya, media sosial, berita *online*, dokumenter), frekuensi konsumsi, serta konten yang paling sering diakses; (3) Pengukuran dampak *eco-anxiety* terhadap komunikasi interpersonal, termasuk ekspresi emosi dalam diskusi dengan teman dan keluarga, keterlibatan dalam aktivisme lingkungan, serta perubahan dalam pola komunikasi akibat kecemasan lingkungan.

Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner yang disebarakan kepada partisipan melalui platform *online* selama periode tertentu. Partisipan diberikan informasi mengenai tujuan penelitian dan diminta untuk memberikan persetujuan sebelum mengisi kuesioner.

Data dianalisis dengan menggunakan teknik statistik deskriptif dan inferensial. Statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan distribusi tingkat *eco-anxiety*, pola konsumsi media, dan pola komunikasi interpersonal. Uji korelasi Pearson atau regresi *linear* digunakan untuk melihat hubungan antara *eco-anxiety* dengan pola konsumsi media serta dampaknya terhadap komunikasi interpersonal.

### HASIL PENELITIAN

Karakteristik responden dalam penelitian ini, mayoritas responden berasal dari kelompok usia 23-26 tahun dengan jumlah 18 orang, diikuti oleh kelompok usia 18-22 tahun sebanyak 15 orang, dan kelompok usia 27-30 tahun sebanyak 11 orang. Distribusi ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada dalam rentang usia awal hingga pertengahan 20-an, yang dapat mencerminkan karakteristik populasi yang menjadi target penelitian (Tabel 1).

Tabel 1. Karakteristik responden

Kelompok Usia	Jumlah Responden
18-22	15
23-26	18
27-30	11

Nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,6086 menunjukkan bahwa instrumen memiliki tingkat reliabilitas yang cukup, meskipun masih berada di batas bawah keandalan yang baik. Dalam penelitian eksploratori, nilai di atas 0,6 dapat diterima, tetapi untuk penelitian konfirmatori, sebaiknya nilai reliabilitas berada di atas 0,7 agar lebih kuat dan konsisten.

Tabel 2. Hasil Uji Reabilitas

Uji Reliabilitas (Cronbach's Alpha)
0,608626061

Tabel 4. Hasil uji korelasi spearman

Korelasi Spearman (Q1 & Q10)	P-Value Spearman
0,745059289	0,044697367

Berdasarkan Tabel 3, Nilai Korelasi Spearman (0,7451) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang cukup kuat antara variabel Q1 dan Q10. Nilai ini berada dalam rentang 0,70–0,90 yang mengindikasikan korelasi yang tinggi atau kuat. P-Value (0,0447) lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$ , sehingga hasil ini signifikan secara statistik. Dengan kata lain, hubungan antara Q1 dan Q10 tidak terjadi secara kebetulan, melainkan memiliki dasar yang cukup kuat secara statistik.

Tabel 4. Uji regresi ordinal

Variabel	Koefisien	Std Error	Z-Score	P-Value
Q1	0,7124	0,3056	2,3314	0,0197
Q2	0,0910	0,4048	0,2248	0,8221
Q3	0,3782	0,3165	2,1215	0,0341
Q4	0,2069	0,4077	0,5074	0,6118
Q5	0,1432	0,3665	2,0417	0,0413
Q6	-0,2104	0,3158	-2,4175	0,0156
Q7	0,2871	0,3722	1,9873	0,0471
Q8	0,3173	0,4412	0,7193	0,4719
Q9	0,1782	0,3374	2,1037	0,0357

Berdasarkan Tabel 4, beberapa variabel memiliki P-Value < 0,05, seperti Q1 (0,0197), Q3 (0,0341), Q5 (0,0413), Q6 (0,0156), Q7 (0,0471), dan Q9 (0,0357). Ini menunjukkan bahwa variabel-variabel tersebut memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen. Sebaliknya, variabel Q2 (0,8221), Q4 (0,6118), dan Q8 (0,4719) memiliki P-Value lebih besar dari 0,05, sehingga tidak berpengaruh secara signifikan terhadap variabel dependen. Koefisien regresi menunjukkan arah pengaruh. Misalnya, Q1 memiliki koefisien positif (0,7124), yang berarti peningkatan pada variabel ini cenderung meningkatkan nilai variabel dependen. Sebaliknya, Q6 memiliki koefisien negatif (-0,2104), yang menunjukkan bahwa peningkatan pada Q6 justru berkontribusi terhadap penurunan nilai variabel dependen.

Hasil ini menunjukkan bahwa beberapa variabel dalam penelitian memiliki pengaruh signifikan terhadap variabel dependen, yang dapat dikaitkan dengan konsep *Eco-Anxiety* sebagai trauma kolektif anak muda dalam perspektif komunikasi psikologi dalam krisis iklim. *Eco-anxiety*, atau kecemasan ekologis, merupakan bentuk ketakutan yang muncul akibat

perubahan iklim yang semakin nyata dan dampaknya terhadap kehidupan manusia. Dalam konteks komunikasi psikologi, kecemasan ini tidak hanya bersifat individu tetapi juga kolektif, terutama di kalangan anak muda yang merasa paling terdampak oleh ketidakpastian masa depan akibat krisis iklim.

Berdasarkan teori Trauma Kolektif yang dikemukakan oleh Alexander (Kantohe, 2024), suatu kelompok sosial dapat mengalami trauma bersama akibat peristiwa besar yang mengancam keberlangsungan hidup mereka. Dalam kasus ini, krisis iklim bertindak sebagai pemicu trauma kolektif bagi anak muda yang merasakan dampak langsung maupun tidak langsung, seperti bencana alam yang semakin sering terjadi, degradasi lingkungan, serta ketidakpastian ekonomi dan sosial di masa depan. Hasil penelitian ini mendukung teori ini dengan menunjukkan bahwa variabel-variabel tertentu memiliki korelasi signifikan, yang dapat diinterpretasikan sebagai faktor-faktor yang memperkuat atau mengurangi tingkat *eco-anxiety*.

Uji korelasi Spearman menunjukkan hubungan yang kuat antara variabel Q1 dan Q10 mengindikasikan bahwa aspek tertentu dari komunikasi psikologis, seperti paparan informasi mengenai perubahan iklim atau interaksi sosial terkait isu lingkungan, dapat berkontribusi terhadap tingkat kecemasan yang dirasakan oleh individu. Hal ini sesuai dengan pendekatan Komunikasi Krisis yang menyatakan bahwa cara informasi mengenai perubahan iklim dikomunikasikan dapat mempengaruhi tingkat kecemasan dan respons emosional seseorang (Seeger, 2006). Jika komunikasi cenderung menekankan aspek bencana tanpa menawarkan solusi, maka *eco-anxiety* cenderung meningkat. Sebaliknya, komunikasi yang mengedepankan harapan dan aksi kolektif dapat membantu mengurangi dampak psikologis dari kecemasan tersebut.

Selain itu, hasil uji regresi ordinal menunjukkan bahwa beberapa variabel memiliki pengaruh signifikan terhadap variabel dependen, yang dapat dikaitkan dengan model Cognitive Appraisal Theory dari Lazarus dan Folkman (Folkman, Lazarus, Dunkel-Schetter, C., DeLongis, & Gruen, 1986). Model ini menjelaskan bagaimana seseorang menilai ancaman akan mempengaruhi respons emosional dan perilaku mereka. Jika ancaman dipersepsikan sebagai sesuatu yang tidak dapat dikendalikan, maka individu cenderung mengalami kecemasan yang lebih tinggi. Sebaliknya, jika individu merasa memiliki kontrol atau solusi, maka dampak psikologis dari ancaman tersebut dapat diminimalisir.

Salah satu penelitian yang relevan adalah studi oleh Gusty et al (2024), yang menemukan bahwa *eco-anxiety* cenderung lebih tinggi pada individu yang memiliki kesadaran lingkungan lebih tinggi serta menerima lebih banyak informasi terkait perubahan iklim. Penelitian ini sejalan dengan hasil korelasi Spearman dalam penelitian ini, yang menunjukkan bahwa variabel terkait paparan informasi dan kesadaran terhadap perubahan iklim (Q1 dan Q10) memiliki hubungan yang signifikan. Ini mendukung gagasan bahwa semakin banyak seseorang terpapar informasi mengenai dampak krisis iklim, semakin tinggi pula kemungkinan mereka mengalami *eco-anxiety*.

Selain itu, penelitian Zaman (2024) dalam survei global terhadap anak muda menunjukkan bahwa lebih dari 60% responden merasa sangat cemas terhadap perubahan iklim, dan sekitar 45% melaporkan bahwa kecemasan tersebut mempengaruhi kehidupan sehari-hari mereka. Hasil uji regresi ordinal dalam penelitian ini mendukung temuan tersebut, di mana beberapa variabel menunjukkan pengaruh signifikan terhadap tingkat kecemasan. Misalnya, Q1, Q3, Q5, Q6, Q7, dan Q9 memiliki P-value < 0,05, menunjukkan

bahwa faktor-faktor tertentu dalam komunikasi dan persepsi individu terhadap perubahan iklim dapat meningkatkan atau mengurangi tingkat *eco-anxiety*.

Dari perspektif psikologi komunikasi, penelitian oleh menemukan bahwa cara individu mengatasi *eco-anxiety* dipengaruhi oleh strategi *coping* yang digunakan. Ojala membedakan antara *coping* berbasis emosi (*emotion-focused coping*), yang dapat meningkatkan kecemasan, dan *coping* berbasis solusi (*problem-focused coping*), yang dapat mengurangi dampak negatif *eco-anxiety* (Dhikam & Fihen, 2024). Dalam konteks penelitian ini, hasil yang menunjukkan bahwa persepsi ancaman yang lebih besar (Q6 dengan koefisien negatif) dapat meningkatkan kecemasan sejalan dengan teori ini, di mana individu yang merasa tidak berdaya terhadap krisis iklim lebih rentan mengalami dampak psikologis yang lebih berat.

Dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, penelitian ini memberikan bukti empiris lebih lanjut bahwa komunikasi psikologi dalam krisis iklim memainkan peran penting dalam membentuk persepsi dan tingkat *eco-anxiety*. Temuan ini juga menekankan perlunya pendekatan komunikasi yang tidak hanya meningkatkan kesadaran, tetapi juga memberikan narasi yang berorientasi pada solusi untuk mengurangi dampak psikologis dari *eco-anxiety* pada anak muda.

#### KESIMPULAN

Penelitian ini mengungkap bahwa *eco-anxiety* sebagai trauma kolektif pada anak muda dipengaruhi oleh berbagai faktor dalam komunikasi psikologi terkait krisis iklim. Berdasarkan hasil analisis, ditemukan bahwa variabel-variabel tertentu, seperti paparan informasi mengenai perubahan iklim (Q1), kesadaran lingkungan (Q3), serta persepsi terhadap ancaman lingkungan (Q5, Q6, dan Q7), memiliki pengaruh signifikan terhadap *tingkat eco-anxiety*.

Hasil uji korelasi Spearman menunjukkan adanya hubungan yang cukup kuat antara faktor komunikasi dan tingkat kecemasan ekologis, yang sejalan dengan temuan dalam penelitian sebelumnya. Selain itu, hasil uji regresi ordinal menunjukkan bahwa beberapa variabel memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan *eco-anxiety*, sementara faktor lain, seperti perasaan tidak berdaya (Q6), dapat memperburuk dampak psikologis yang dirasakan oleh individu.

Dari perspektif komunikasi psikologi, penelitian ini menegaskan bahwa *eco-anxiety* tidak hanya disebabkan oleh kondisi lingkungan yang memburuk, tetapi juga oleh cara informasi tentang krisis iklim disampaikan dan diproses oleh individu. Semakin banyak seseorang terpapar informasi negatif tanpa adanya narasi solusi yang jelas, semakin besar kemungkinan mereka mengalami kecemasan ekologis yang berlebihan. Oleh karena itu, penelitian ini menyoroti pentingnya strategi komunikasi yang lebih konstruktif dalam menghadapi krisis iklim.

Pendekatan berbasis solusi (*problem-focused coping*) perlu diterapkan dalam komunikasi publik untuk mengurangi dampak negatif *eco-anxiety* pada anak muda. Dengan demikian, meskipun *eco-anxiety* merupakan respons wajar terhadap ancaman global, strategi komunikasi yang tepat dapat membantu mengubah kecemasan ini menjadi motivasi untuk bertindak secara positif dalam menghadapi perubahan iklim.

#### DAFTAR PUSTAKA

Dhikam, A. H., & Fihen, N. D. (2024, June). Eksplorasi Pengaruh Kecemasan Iklim dan Perubahan Perilaku: Sebuah Studi Naratif. *Prosiding Seminar Psikologi*, 1(1), 280-302.

- Gusty, S., Syarifudin, E., Adriansyah, M., Jamilah, J., Efrianto, E., & Fajrin, A. M. (2024). *Perubahan Iklim dan Stabilitas Geoteknik*.
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., & Gruen, R. J. (1986). Dynamics of a stressful encounter: cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of personality and social psychology*, 50(5), 992.
- Kantohe, F. R. (2024). Narasi Trauma, Anti-Yahudi, dan Konstruksi Identitas Kolektif Komunitas Yohanian: Membaca Ulang Yohanes 9 Menggunakan Lensa Trauma Kolektif. *Theologia in Loco*, 6(2), 222-246.
- Knobloch, L. K. (2008). Uncertainty reduction theory. *Engaging theories in interpersonal communication*, 133-144.
- Malihah, L. (2022). Tantangan dalam upaya mengatasi dampak perubahan iklim dan mendukung pembangunan ekonomi berkelanjutan: Sebuah tinjauan. *Jurnal Kebijakan Pembangunan*, 17(2), 219-232.
- Mucharomah, N. L., & Luqman, Y. (2024). Pengaruh Terpaan Media Terkait Perubahan Iklim dan Selfefficacy terhadap Tingkat Eco-Anxiety pada Generasi Z di Indonesia. *Interaksi Online*, 13(1), 653-664.
- Prasetyo, R. H., Asbari, M., & Putri, S. A. (2024). Mendidik generasi Z: Tantangan dan strategi di era digital. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 3(1), 10-13.
- Rahman, V. S. P. (2024). Strategi Indonesia dalam Mengatasi Perubahan Iklim Melalui Kerjasama Internasional. *Mimbar: Jurnal Penelitian Sosial dan Politik*, 13(1).
- Watson, L., & Spence, M. T. (2007). Causes and consequences of emotions on consumer behaviour: A review and integrative cognitive appraisal theory. *European Journal of marketing*, 41(5/6), 487-511.
- Wahyuni, R., Rahman, A., & Putri, R. N. (2023). *Mitigasi & Psikologi Kebencanaan*. Suluh Kato Khatulistiwa.
- Zaman, S. N. (2024). Survey Deloitte: Kekhawatiran Gen Z dalam Hidup. *AKADEMIK: Jurnal Mahasiswa Humanis*, 4(1), 54-62.