



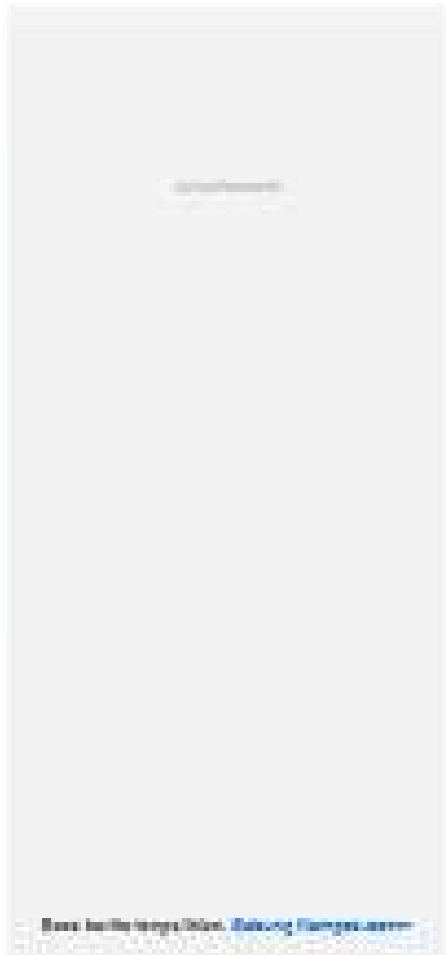
# Kesehatan Mental Pekerja Gen Z

berkas.com - 19/10/2024, 07:54 WIB

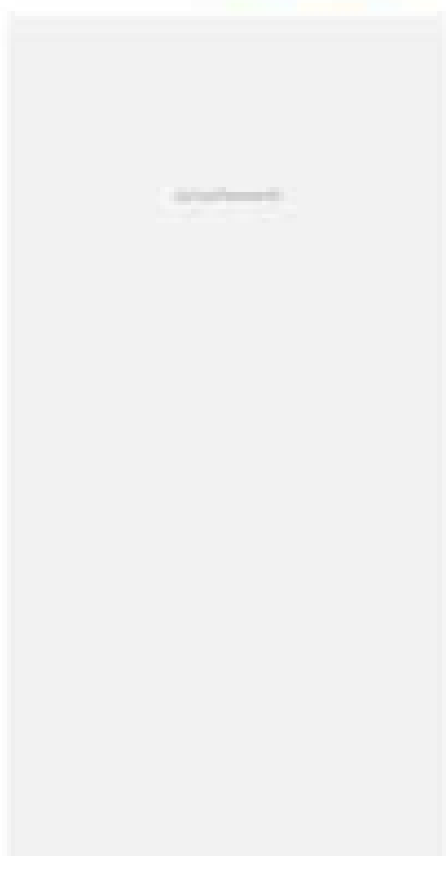


100 Citra Pulu

Salah satu masalah pekerja: (PHEC)Q



Baca lebih banyak kisah. [Bantu Orang Lain](#)



## Anda bisa menjadi kontributor!

Kontribusi Anda sebagai mahasiswa, guru pembimbing, atau praktisi di lingkungan kampus akan sangat bermanfaat untuk mahasiswa yang pernah di lingkungan kampus. Anda bisa berkontribusi dengan berbagai cara, seperti menulis artikel, membuat video, atau berbagi pengalaman Anda di media sosial. Kami akan mempromosikan karya Anda ke seluruh dunia.

[Tulis di sini](#)

[Bikin video](#)

### Rhon Gendro Gera

Diahi Bonar Hutapea, S. Psi., M. Psi.

"Mental health is not a joke. It is a silent battle that people fight every day."

Setiap tanggal 10 Oktober, dunia memperingati "World Mental Health Day". Tahun ini, WHO menetapkan tema "Kesehatan Mental dalam Pekerjaan."

Tema ini mendorong utamanya, lingkungan kerja yang aman dan sehat sebagai faktor produktivitas. Sedangkan kondisi tak sehat seperti stigma, diskriminasi, dan