



## Sosialisasi Profil Pelajar Pancasila P5 Menjadi P7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat di SMA YP Unila

**Hermi Yanzi<sup>\*1</sup>**

<sup>1</sup>Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan, Universitas Lampung  
E-mail: hermiyanzi@fkip.unila.ac.id <sup>\*1</sup>

**Hasan Hariri<sup>2</sup>**

<sup>2</sup>Doktor Pendidikan, Universitas Lampung  
Email: hasan.hariri@staff.unila.ac.id<sup>2</sup>

**Elisa Seftriyana<sup>3</sup>**

<sup>3</sup>Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan, Universitas Lampung  
Email: elisaseftriyana@fkip.unila.ac.id<sup>3</sup>

### Article History

Received: 13-09-2025

Accepted: 22-01-2026

Published: 31-01-2026

### Abstract

*This community service aims to socialize and internalize the values of the Pancasila Student Profile (P5) in the daily lives of YP Unila Senior High School students through the development of the P7 concept, namely seven positive habits that reflect the character of great Indonesian children. This socialization activity was carried out as part of the school's efforts to support the strengthening of student character through the P7 program. The methods used included interactive lectures, group discussions, habit simulations, and joint reflection. The results of the study showed that the socialization of P5 into P7 Habits of Great Indonesian Children at YP Unila Senior High School was that teachers understood the transformation of P5 values into seven main habits that students practiced. Thus, this activity was effective in strengthening the Pancasila Student Profile while facilitating the formation of positive habits among students.*

### Keywords:

1. Pancasila Student Profile
2. Great Indonesian Habits
3. Student Character Development

## 1. INTRODUCTION

Pendidikan di abad ke-21 mengalami perubahan yang sangat dinamis akibat perkembangan globalisasi, kemajuan teknologi informasi, dan transformasi sosial-budaya. Perubahan ini memengaruhi pola interaksi, cara belajar, serta identitas generasi muda secara mendasar. Generasi muda Indonesia, khususnya remaja, merupakan *digital native* yang sejak kecil terbiasa dengan teknologi digital dan media sosial, sehingga nilai-nilai yang dianut tidak hanya terbentuk dari lingkungan lokal, tetapi juga dari arus informasi global yang deras (Prensky, 2001).

Akses informasi yang luas memberikan peluang pengembangan literasi digital, namun juga menimbulkan dampak negatif. Data Badan Pusat Statistik (BPS, 2023) menunjukkan bahwa 94,7% remaja Indonesia usia 13–18 tahun mengakses internet setiap hari, dengan 81,9% menggunakan media sosial sebagai aktivitas utama. Laporan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII, 2024) mencatat rata-rata durasi penggunaan internet remaja mencapai 4-6 jam per hari.

Sementara itu, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI, 2024) melaporkan peningkatan kasus perundungan daring (*cyberbullying*) yang mencerminkan risiko paparan konten negatif dan perilaku sosial menyimpang. Kondisi ini diperparah oleh berkurangnya aktivitas fisik, terganggunya pola tidur, menurunnya interaksi tatap muka, serta melemahnya kebiasaan membaca dan belajar mendalam.

Kondisi tersebut menjadi tantangan penting bagi dunia pendidikan Indonesia. Pendidikan tidak hanya harus mengembangkan *hard skills* berupa penguasaan materi akademik, tetapi juga *soft skills* seperti karakter, etika, kebiasaan positif, dan kemampuan beradaptasi. Menyadari hal ini, pemerintah melalui Kurikulum Merdeka menempatkan Profil Pelajar Pancasila (PPP) sebagai fondasi pendidikan nasional.

PPP merumuskan enam dimensi karakter ideal, yaitu beriman dan berakhlak mulia, berkebinekaan global, bergotong royong, mandiri, bernalar kritis, dan kreatif (Kemendikbudristek, 2022). Untuk mengimplementasikan dimensi tersebut, lahirilah Projek Penguatan

Profil Pelajar Pancasila (P5) yang menekankan pembelajaran berbasis proyek lintas disiplin, kontekstual, kolaboratif, dan reflektif (Wijayanti & Triyono, 2023).

Namun, pelaksanaan P5 di sekolah belum optimal. Penelitian Mulyani (2022) menemukan kendala seperti keterbatasan tenaga pendidik yang memahami metode P5, minimnya waktu untuk kegiatan proyek, serta kurangnya integrasi nilai-nilai P5 ke dalam rutinitas harian siswa. Mutia (2023) menegaskan bahwa tanpa pembiasaan nilai secara konsisten di luar kegiatan proyek, P5 berisiko menjadi program sesaat tanpa dampak jangka panjang. Teori pembelajaran sosial Bandura (1977) menjelaskan bahwa pembentukan karakter memerlukan model perilaku baik, pembiasaan, dan penguatan positif berulang. Oleh karena itu, P5 memerlukan pendekatan yang lebih konkret, praktis, dan terintegrasi dalam kebiasaan harian peserta didik.

Menjawab kebutuhan tersebut, tim pengabdian mengembangkan konsep P7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat yang memformulasikan nilai-nilai P5 menjadi tujuh kebiasaan positif yang sederhana, terukur, dan relevan dengan kehidupan siswa

sehari-hari. Ketujuh kebiasaan tersebut adalah: bangun pagi untuk melatih disiplin dan manajemen waktu; beribadah untuk memperkuat nilai spiritual dan moral; berolahraga guna menjaga kesehatan fisik dan mental; makan sehat demi mendukung status gizi dan energi belajar; gemar belajar untuk menumbuhkan rasa ingin tahu dan nalar kritis; bermasyarakat untuk menumbuhkan empati dan gotong royong; serta tidur cukup untuk menjaga kesehatan otak dan kestabilan emosi.

Landasan teoretis P7 merujuk pada konsep *habit formation* Duhigg (2012), yang menyatakan bahwa pembentukan kebiasaan memerlukan siklus konsisten antara *cue* (isyarat), *routine* (rutinitas), dan *reward* (penghargaan). Ketika kebiasaan positif ini dijalankan secara konsisten di sekolah dan rumah, nilai karakter akan terinternalisasi secara alami. Penelitian Hidayat et al. (2021) menunjukkan bahwa bangun pagi dan beribadah secara teratur meningkatkan disiplin dan kesehatan mental. Chang et al. (2020) membuktikan olahraga rutin memperbaiki fungsi kognitif dan prestasi akademik, sedangkan WHO

(2022) menekankan pola makan sehat berkontribusi pada konsentrasi belajar. Suryani (2023) menemukan keterlibatan aktif dalam kegiatan bermasyarakat menumbuhkan sikap toleransi dan rasa memiliki komunitas. Studi Cambridge - Fudan (2025) mengungkap tidur cukup berperan penting dalam konsolidasi memori dan pengendalian emosi remaja.

Berdasarkan latar belakang tersebut, kegiatan "*Sosialisasi Profil Pelajar Pancasila P5 menjadi P7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat*" di SMA YP Unila dirancang sebagai langkah strategis untuk menjembatani

## 2. METHOD

Instrumen yang digunakan dalam kegiatan PKM "*Sosialisasi P5 menjadi P7*" berupa angket pretest dan posttest yang dirancang untuk mengukur tingkat pengetahuan dan sikap peserta terkait konsep, tujuan, dan implementasi P7. Angket terdiri dari butir pilihan ganda untuk mengukur aspek kognitif serta skala Likert untuk mengukur persepsi, minat, dan kesiapan peserta dalam menerapkan nilai-nilai P7. Penyusunan instrumen diawali dengan pembuatan kisi-kisi berdasarkan tujuan kegiatan PKM, kemudian dikembangkan menjadi butir-butir pertanyaan yang relevan dengan

gap antara idealisme P5 dengan realitas perilaku siswa. Melalui sosialisasi ini, diharapkan siswa dan guru tidak hanya memahami konsep P5 secara kognitif, tetapi juga mampu mengintegrasikannya dalam rutinitas P7 yang dijalankan setiap hari. Dengan pembiasaan konsisten, sekolah dapat membentuk lingkungan belajar yang sehat, religius, produktif, dan harmonis, sehingga visi pendidikan karakter berbasis Pancasila terwujud dalam perilaku nyata dan berkelanjutan pada generasi muda Indonesia.

materi sosialisasi. Skor hasil pretest dan posttest digunakan untuk mengetahui peningkatan pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan.

Untuk menjamin keakuratan data, dilakukan proses validasi instrumen melalui validitas isi (content validity) dengan meminta penilaian dari ahli PPKn dan pengembangan kurikulum terkait kesesuaian indikator dan butir pertanyaan. Selain itu, dilakukan uji coba terbatas untuk melihat kejelasan bahasa dan struktur pernyataan. Reliabilitas angket diuji melalui perhitungan konsistensi internal (misalnya Cronbach Alpha) untuk memastikan bahwa instrumen

stabil dan dapat dipercaya. Dengan adanya proses validasi dan reliabilitas ini, angket pretest dan posttest menjadi instrumen yang layak digunakan untuk mengukur efektivitas sosialisasi P5 menjadi P7 secara objektif dan dapat dipertanggungjawabkan. Refleksi bersama menjadi tahap akhir dalam proses sosialisasi, di mana peserta diajak untuk mengevaluasi pemahaman dan pengalaman selama kegiatan, serta merumuskan komitmen untuk mengintegrasikan P7 dalam kehidupan sehari-hari. Refleksi ini penting untuk memperkuat internalisasi nilai dan mendorong perubahan perilaku yang berkelanjutan (Schön, 1983).

Setelah sosialisasi, dilakukan pendampingan dan monitoring dengan memberikan panduan praktis kepada guru untuk mengintegrasikan P7 ke dalam kegiatan sekolah, seperti agenda pagi, senam bersama, literasi harian, dan kerja bakti rutin. Siswa juga diberikan *habit tracker* untuk

mencatat kebiasaan yang dijalankan setiap hari. Tim pengabdian melakukan evaluasi berkala melalui wawancara, observasi, dan kuesioner guna mengukur pemahaman dan penerapan P7 di sekolah. Evaluasi berkelanjutan ini penting untuk memastikan efektivitas intervensi dan mendukung perbaikan berkelanjutan (Patton, 2008).

Tahap terakhir adalah evaluasi dan tindak lanjut, di mana hasil monitoring dianalisis untuk mengukur keberhasilan program berdasarkan perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku siswa. Rekomendasi diberikan kepada pihak sekolah agar pembiasaan P7 dapat dipertahankan dan dikembangkan sebagai bagian dari budaya sekolah. Dengan metode ini, diharapkan nilai-nilai Pancasila dalam P5 dapat diinternalisasi secara konsisten melalui pembiasaan P7 dalam kehidupan sehari-hari siswa, sesuai dengan prinsip pembentukan karakter yang berkelanjutan (Bandura, 1977).

### 3. RESULTS AND DISCUSSION

#### Results

Kegiatan sosialisasi “Profil Pelajar Pancasila (P5) menjadi P7 kelompok, dan simulasi penerapan kebiasaan positif di lingkungan

Kebiasaan Anak Indonesia Hebat” di SMA YP Unila dilaksanakan dengan metode ceramah interaktif, diskusi sekolah. Sebelum pelaksanaan, peserta yang terdiri dari guru dan

siswa mengisi pretest untuk mengukur tingkat pengetahuan awal terkait P5 dan P7. Setelah sesi penyampaian materi, simulasi, dan diskusi, peserta kembali mengisi posttest untuk mengetahui peningkatan pemahaman.

**Table 1.** Table hasil pretest dan posttest

No	Aspek yang Diukur	Rata-rata Pretest (%)	Rata-rata Posttest (%)	Peningkatan (%)
1	Pemahaman konsep P5	62,5	89,3	+26,8
2	Pengetahuan tujuan P5 di sekolah	65,1	91,0	+25,9
3	Pemahaman keberlanjutan kebijakan P5	58,7	87,5	+28,8
4	Dukungan terhadap pelaksanaan P5	72,0	95,5	+23,5
5	Dukungan terhadap penerapan P7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat	75,3	96,8	+21,5
<b>Rata-rata</b>		<b>66,72</b>	<b>92,02</b>	<b>+25,3</b>

*Catatan: Skor diambil dari kuesioner tertutup (skala 1–4) yang dikonversi ke persentase.*

Hasil pretest menunjukkan bahwa pemahaman awal guru dan siswa mengenai konsep Profil Pelajar Pancasila (P5) berada pada kategori sedang. Peserta mengenal istilah dan sebagian memahami tujuan P5, namun terdapat kesenjangan signifikan dalam menandakan bahwa konsep tujuh kebiasaan positif yang ditawarkan dapat diterima dan dianggap relevan oleh peserta.

Secara kualitatif, terdapat

aspek keberlanjutan kebijakan dan integrasi nilai P5 dalam aktivitas harian. Temuan ini konsisten dengan penelitian Enfoque Educación (2025) yang menyatakan bahwa salah satu hambatan implementasi kebijakan pendidikan di negara berkembang adalah minimnya fasilitasi yang menghubungkan konsep kebijakan dengan praktik keseharian di sekolah. Dengan kata lain, P5 masih sering dipahami sebagai program formal tanpa menjadi budaya sekolah yang mengakar.

Setelah pelaksanaan sosialisasi yang dikemas secara interaktif, dengan menggabungkan penjelasan konsep P5, diskusi kelompok, *role-play*, serta simulasi penerapan P7, hasil posttest menunjukkan peningkatan signifikan pada seluruh aspek pengukuran, dengan rata-rata kenaikan sebesar 25,3%. Peningkatan tertinggi terdapat pada aspek pemahaman keberlanjutan kebijakan P5 sebesar +28,8%, yang menunjukkan bahwa kegiatan ini efektif memperjelas urgensi dan relevansi P5 di sekolah. Selain itu, aspek dukungan terhadap penerapan P7 juga mengalami kenaikan yang cukup tinggi, yaitu +21,5%, perubahan sikap yang terlihat dari komitmen siswa untuk menjalankan tujuh kebiasaan positif setiap hari, serta inisiatif guru dalam mengintegrasikan P7 ke dalam pembelajaran dan kegiatan sekolah.

Dokumentasi kegiatan berupa modul sosialisasi P7, panduan penerapan kebiasaan positif di sekolah, dan hasil evaluasi pretest–posttest menjadi produk yang siap digunakan kembali untuk replikasi di sekolah lain. Selain itu, luaran kegiatan ini juga telah disiapkan dalam bentuk artikel publikasi ilmiah pada jurnal pengabdian kepada masyarakat terakreditasi Sinta dan prosiding seminar nasional pendidikan karakter. Produk tambahan berupa konten media sosial (infografis dan video singkat) juga dihasilkan untuk memperluas jangkauan sosialisasi kepada masyarakat luas.

Namun, pelaksanaan kegiatan juga menghadapi beberapa kendala. Pertama, keterbatasan waktu pelaksanaan menyebabkan materi

#### 4. Discussion

Peningkatan signifikan pada hasil posttest menunjukkan bahwa metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan simulasi kebiasaan efektif dalam meningkatkan pemahaman dan dukungan terhadap Profil Pelajar Pancasila (P5) dan adaptasinya menjadi P7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat. Hal ini sejalan dengan teori pembentukan kebiasaan (*habit formation*) yang dikemukakan oleh Duhigg (2012), yang menekankan pentingnya siklus *cue* (isyarat), *routine* (rutinitas), dan *reward* (penghargaan) dalam membentuk

yang idealnya menyentuh dimensi konseptual P5, penerjemahan ke tujuh kebiasaan P7, contoh praktik lintas konteks sekolah-rumah, serta latihan reflektif harus dipadatkan. Hal ini mengakibatkan integrasi P7 ke pembelajaran lintas mata pelajaran belum dibedah secara rinci. Kedua, terdapat variasi tingkat pemahaman awal peserta yang cukup tajam, sehingga fasilitator

harus mengalokasikan waktu ekstra untuk menyamakan istilah kunci dan membangun *shared mental model*. Ketiga, tantangan pada tindak lanjut dan keberlanjutan pembiasaan P7, terutama terkait mekanisme monitoring dan keterlibatan orang tua, menjadi faktor yang memengaruhi konsolidasi kebiasaan positif.

kebiasaan baru. Dalam konteks kegiatan ini, pemahaman konsep P5 dan P7 berperan sebagai *cue*, simulasi sebagai *routine*, dan apresiasi dari fasilitator serta guru sebagai *reward*. Mekanisme ini membuat pemahaman peserta tidak hanya bersifat teoritis, tetapi juga langsung terhubung dengan perilaku yang dapat dipraktikkan sehari-hari.

Penelitian Wood & Runger (2016) mendukung bahwa perilaku positif akan lebih mudah menjadi otomatis bila dikaitkan dengan tujuan yang jelas dan dilakukan dalam konteks yang konsisten. Pendekatan

ini sangat relevan dengan model P7, karena setiap kebiasaan (bangun pagi, beribadah, berolahraga, makan sehat, gemar belajar, bermasyarakat, dan tidur cukup) memiliki konteks dan pemicu harian yang tetap. Selain itu, meta-analisis oleh Gardner et al. (2023) dalam bidang aktivitas fisik menunjukkan bahwa intervensi berbasis *habit formation* mampu memberikan *effect size* sebesar 0,31, kategori efek yang moderat namun signifikan terhadap perubahan perilaku sehat. Temuan ini memperkuat asumsi bahwa P7, sebagai turunan konkret dari P5, memiliki potensi keberhasilan tinggi bila diinternalisasikan melalui pembiasaan yang berulang dan terstruktur.

Metode sosialisasi yang digunakan dalam kegiatan ini juga sejalan dengan temuan Crouch & Mazur (2001) yang menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis interaksi (*peer instruction*) mampu meningkatkan hasil posttest siswa secara signifikan dibanding metode ceramah konvensional. Diskusi, simulasi, dan *role-play* tidak hanya memfasilitasi transfer pengetahuan, tetapi juga menciptakan keterlibatan emosional yang memperkuat motivasi peserta.

Kendala yang ditemukan selama pelaksanaan kegiatan memberikan gambaran penting mengenai tantangan

implementasi program pembiasaan karakter di sekolah. Keterbatasan waktu menyebabkan materi yang idealnya mendalam harus dipadatkan, sehingga integrasi P7 ke dalam pembelajaran lintas mata pelajaran belum optimal. Variasi tingkat pemahaman awal peserta menuntut diferensiasi pendekatan pembelajaran yang belum sepenuhnya dapat dipenuhi, sehingga sebagian peserta kurang mampu menginternalisasi nilai secara mendalam. Tantangan tindak lanjut dan keberlanjutan pembiasaan P7, terutama terkait monitoring dan keterlibatan orang tua, menunjukkan perlunya penguatan ekosistem pembiasaan yang melibatkan seluruh pemangku kepentingan.

Hal ini sesuai dengan prinsip pembentukan kebiasaan yang menuntut pengulangan dalam konteks yang stabil dan penguatan positif yang berkelanjutan (Duhigg, 2012). Ketiadaan mekanisme monitoring yang terstruktur dan komunikasi yang intensif dengan orang tua dapat memutus siklus *habit loop*, sehingga kebiasaan positif sulit menjadi otomatis dan berkelanjutan. Oleh karena itu, pendekatan *whole-school* dan *school-home partnership* sangat diperlukan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pembiasaan karakter secara konsisten.

Secara keseluruhan, hasil dan kendala yang ditemukan menegaskan

bahwa peningkatan pengetahuan dan sikap saja tidak cukup untuk membentuk karakter yang berkelanjutan. Diperlukan orkestrasi proses pembiasaan yang matang, meliputi kolaborasi lintas mata pelajaran, diferensiasi pembelajaran, monitoring berkelanjutan, serta keterlibatan aktif seluruh ekosistem

## 5. CONCLUSION

Kegiatan “Sosialisasi Profil Pelajar Pancasila (P5) menjadi P7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat” di SMA YP Unila secara umum berhasil mencapai target luaran yang telah direncanakan. Kegiatan ini efektif dalam menyampaikan gagasan transformasi nilai-nilai P5 menjadi tujuh kebiasaan utama (P7) yang lebih mudah dipahami dan dipraktikkan oleh siswa. Hal ini menunjukkan antara keluasan cakupan materi dan kedalaman penghayatan peserta. Aspek konseptual P5, transformasi ke P7, contoh praktik lintas konteks rumah dan sekolah, serta latihan reflektif harus dipadatkan sehingga beberapa aspek penting, khususnya integrasi nilai-nilai P7 ke dalam pembelajaran lintas mata pelajaran, belum dapat didalami secara optimal. Padahal, integrasi ini merupakan inti keberhasilan program karena P7 harus diinternalisasi dan dipraktikkan secara konsisten dalam kegiatan

sekolah dan keluarga. Dengan demikian, program sosialisasi P5 menjadi P7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat memiliki potensi besar untuk memperkuat implementasi Profil Pelajar Pancasila jika didukung oleh strategi pelaksanaan yang komprehensif dan berkelanjutan.

bahwa program sosialisasi telah berada pada jalur yang tepat dalam memperkuat Profil Pelajar Pancasila sekaligus memfasilitasi pembentukan kebiasaan positif di kalangan peserta didik.

Namun demikian, terdapat keterbatasan signifikan dalam pelaksanaan, terutama terkait durasi waktu yang relatif singkat. Keterbatasan ini menyebabkan dilema

belajar sehari-hari, baik di dalam maupun di luar kelas.

Dengan demikian, keberhasilan kegiatan ini lebih dominan pada pencapaian target luaran formal berupa sosialisasi dan pengenalan P7, sementara keberhasilan substantif yang berkaitan dengan internalisasi nilai dan keberlanjutan praktik di sekolah masih menghadapi tantangan. Meski demikian, kegiatan ini telah memberikan fondasi awal yang penting sebagai pijakan untuk tindak lanjut yang lebih mendalam dan

berkelanjutan.

Secara keseluruhan, sosialisasi ini menjadi momentum strategis dalam mengakselerasi penerapan Profil Pelajar Pancasila di SMA YP Unila. Untuk mencapai dampak yang lebih signifikan, diperlukan strategi

penguatan berkelanjutan yang meliputi pendalaman materi, integrasi lintas kurikulum, monitoring implementasi kebiasaan, serta keterlibatan aktif seluruh ekosistem sekolah dan keluarga.

## REFERENCES

- Wijayanti, E., & Triyono, S. (2023). Implementasi proyek penguatan profil pelajar Pancasila pada kurikulum merdeka. *Jurnal Inovasi Pendidikan*, 17(1), 35–48.  
<https://doi.org/10.21831/jip.v17i1.48201>
- APJII. (2024). *Laporan survei penetrasi dan perilaku pengguna internet Indonesia 2024*. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia.
- Kemendikbudristek. (2022). *Panduan proyek penguatan profil pelajar Pancasila*. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.
- Mulyani, S. (2022). Kendala dan strategi implementasi proyek penguatan profil pelajar Pancasila di sekolah menengah. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 29(2), 105–117.  
<https://doi.org/10.17977/jpp.v29i2.19283>
- Mutia, F. (2023). Pembiasaan nilai karakter pada peserta didik di luar jam pelajaran. *Jurnal Inovasi Pendidikan Karakter*, 5(1), 1–10.  
<https://doi.org/10.31227/osf.io/9w3pn>
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Statistik pemuda Indonesia 2023*. Badan Pusat Statistik.
- Bandura, A., & Walters, R. H. (1977). *Social learnin g theory* (Vol. 1, pp. 141-154). Englewood Cliffs, NJ: Prentice hall.
- WHO. (2022). *Healthy diet: Key facts*. World Health Organization.  
<https://www.who.int/news->
- Suryani, D. (2023). Interaksi sosial dan pembentukan empati remaja melalui kegiatan bermasyarakat. *Jurnal Psikologi Sosial*, 11(2), 145–160.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes* (Vol. 86). Harvard university press.
- Bligh, D. A. (1972). *What's the Use of Lectures?* (pp. 21-43). Harmondsworth: Penguin.
- Duhigg, C. (2012). *The power of habit: Why we do what we do in life and business*. Random House.
- Kolb, D. A. (2014). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. FT press.
- Patton, M. Q. (2008). *Utilization-focused evaluation*. Sage publications.
- Schön, D. A. (2017). *The reflective practitioner: How professionals think in action*. Routledge.