

ABSTRAK

Generasi *strawberry* merupakan istilah yang menggambarkan generasi muda yang kreatif namun secara mentalitas rapuh. Generasi ini tumbuh dalam perkembangan teknologi dan internet, sehingga mereka memiliki kreativitas yang tinggi. Istilah *strawberry* sendiri dipakai karena generasi ini mirip dengan buah *strawberry* yang mudah hancur ketika diberi tekanan. Banyaknya tuntutan tugas dalam tahap perkembangan transisi remaja ke dewasa awal (*Emerging Adulthood*) dapat berpengaruh terhadap kesehatan mental mahasiswa generasi *strawberry*. Sehingga dibutuhkan kemampuan ketahanan mental untuk menghindari kesehatan mental yang buruk yaitu resiliensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara kebersyukuran dengan resiliensi. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang positif antara kebersyukuran dengan resiliensi pada mahasiswa generasi *strawberry*. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa generasi *strawberry* yang berusia 18-25 tahun. Metode pengumpulan data menggunakan skala Likert yang terdiri dari Skala Bersyukur Versi Indonesia dan Skala *Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC 25) yang telah teradaptasi ke dalam Bahasa Indonesia. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *product moment* dengan bantuan program SPSS. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh koefisien korelasi sebesar $(r_{xy}) = 0,272$ ($p < 0,050$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis diterima yakni terdapat hubungan positif yang signifikan antara kebersyukuran dengan resiliensi. Koefisien determinasi sebesar 0,209 yang berarti kebersyukuran memberikan sumbangan terhadap resiliensi sebesar 7,4% dan sisanya sebesar 92,6% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kata Kunci : kebersyukuran, resiliensi, mahasiswa, generasi *strawberry*

ABSTRACT

The strawberry generation is a term that describes a creative but mentally fragile young generation. This generation grew up in the development of technology and the internet, so they have high creativity. The term strawberry itself is used because this generation is similar to strawberries that are easily crushed when given pressure. The many demands of tasks in the transitional development stage of adolescence to early adulthood (Emerging Adulthood) can affect the mental health of strawberry generation students. So that mental resilience is needed to avoid poor mental health, namely resilience. This study aims to determine the relationship between gratitude and resilience. The hypothesis proposed in this study is that there is a positive relationship between gratitude and resilience in strawberry generation students. The subjects in this study were strawberry generation students aged 18-25 years. The data collection method used a Likert scale consisting of the Indonesian Version of the Gratitude Scale and the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC 25) which has been adapted into Indonesian. The data analysis technique used was product moment correlation with the help of the SPSS program. Based on the results of the analysis, a correlation coefficient is $(r_{xy}) = 0,272$ ($p < 0,050$) was obtained. These results indicate that the hypothesis is accepted, namely that there is a significant positive relationship between gratitude and resilience. The coefficient of determination is 0,209, which means that gratitude contributes to resilience by 20,9% and the remaining 79,1% is influenced by other factors not examined in this study.

Keywords : Gratitude, resilience, students, strawberry generation

