

ABSTRAK

Penelitian ini mengeksplorasi relevansi stoikisme sebagai solusi alternatif atas fenomena generasi *Strawberry* pada generasi Z. Mentalitas *strawberry* di kalangan generasi Z ditengarai dengan mengikisnya resiliensi diri yang dipicu oleh faktor ketergantungan pada teknologi, dan kebutuhan tinggi akan validasi eksternal. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis akar penyebab dari kerapuhan mental tersebut serta merumuskan bagaimana prinsip-prinsip Stoikisme dapat menjadi metode transformasi resiliensi diri bagi generasi Z.

Analisis dilakukan melalui studi teks atas karya-karya dalam Stoikisme serta dialog kritis dengan pemikiran kontemporer mengenai mentalitas *strawberry* pada sebagian generasi Z. Pendekatan ini memungkinkan pemahaman mendalam atas konsep-konsep stoikisme sekaligus kontekstualisasinya dalam pembentukan resiliensi diri di zaman ini.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa stoikisme di hadapan fenomena generasi *strawberry* hadir sebagai etika ketahanan jiwa universal yang membimbing individu untuk tetap bijaksana dan teguh di tengah realitas konkret yang tidak menentu. Secara spesifik, relevansi ajaran stoikisme dalam membentuk resiliensi diri terletak dari fungsinya sebagai mekanisme pertahanan kognitif untuk mengubah kerapuhan emosional menjadi otonomi diri.

Penelitian ini menyimpulkan bahwa stoikisme adalah solusi alternatif yang relevan untuk mempertahankan resiliensi diri pada generasi Z. Stoikisme membantu generasi Z untuk hidup penuh keutamaan, stabilitas psikis, serta menghadapi peristiwa dengan ketenangan batin melalui penggunaan kognitif yang bijak. Penelitian ini menyarankan pengembangan kajian lanjutan yang mengaitkan stoikisme dengan konteks praktik etika, pendidikan karakter, dan pembentukan resiliensi diri berkelanjutan di masyarakat modern.

Kata kunci: generasi Z, generasi *Strawberry*, stoikisme, resiliensi

ABSTRACT

This research explores the relevance of stoicism as an alternative solution to the Strawberry generation phenomenon among generation Z. The strawberry mentality among generation Z is indicated by the erosion of personal resilience, triggered by factors such as dependence on technology and high need for external validation. This study aims to analyze the root causes of this mental fragility and to formulate how the principles of stoicism can serve as a method for transforming personal resilience for generation Z.

The analysis was conducted through a textual study of works in stoicism, alongside a critical dialogue with contemporary thoughts regarding the strawberry mentality among a segment of Z generation. This approach allows for a profound understanding of concepts of Stoic as well as their contextualization in the formation of personal resilience in the contemporary era.

The results indicate that stoicism, in the face of the strawberry generation phenomenon, emerges as a universal ethics of mental fortitude that guides individuals to remain wise and steadfast amidst uncertain concrete realities. Specifically, the relevance of stoicism teachings in shaping personal resilience lies in its function as a cognitive defense mechanism to transform emotional fragility into personal autonomy.

This research concludes that stoicism is a relevant alternative solution for maintaining personal resilience in generation Z. Stoicism assists Z generation in living a life full of virtue and psychological stability, as well as facing events with inner peace through wise cognitive application. This study suggests the development of further research linking stoicism to the context of ethical practice, character education, and the continuous formation of personal resilience in modern society.

Keywords: Z generation, Strawberry generation, stoicism, resilience.