



# Generasi Strawberry, Apakah Anda Mengenalinya?

**Dinda Puspasari - Psikolog Klinis**

**Disampaikan pada Teleseminar Mom vs Generasi Strawberry dan Self Harm, Soerojo Hospital,  
21 Desember 2023**



**Gambar apakah ini?**



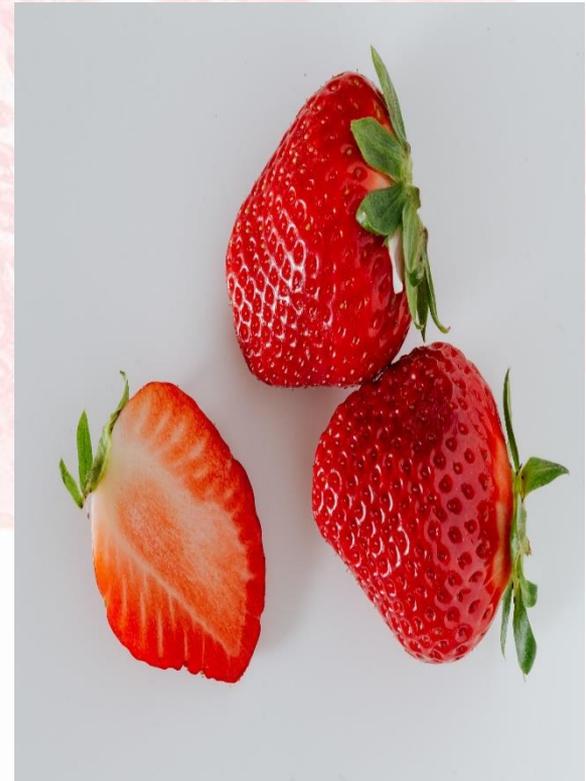
**Apa kesan yg Bunda tangkap  
pada buah Strawberry?**

# Strawberry?

- Buah yang indah, merah, merona, eksotis
- Segar
- Nampak manis
- Lembut

Tapi dibalik keindahannya

- Mudah hancur
- Rapuh
- Busuk



# Seringkah Bunda mendengar keluhan anak-anak Jaman Now?

- *“Duh, stres banget nih tugas kampus ga selesai-selesai”*,
- *“Aku butuh healing deh”*,
- *“Aku mau ambil cuti, mau healing dulu lah dua minggu ke Bali.”*
- *“Capai sedikit healing, kerja sebentar resign”*
- *Resign karena kerjaan tidak sesuai passion atau lingkungan toxic*
- *“Aku kena mental”*
- *Omonganmu bikin aku insecure*
- *“Suka kritik, tapi tidak suka dikritik”*
- *“FOMO”*



**Generation**

# Apa itu Generasi Strawberry?

- **SEJARAH**
- Istilah Generasi Strawberry pertama kali diciptakan di Taiwan dan mengacu pada sekelompok generasi baru yang dianggap sensitif dan lembut seperti stroberi.



**Generation**

# Apa itu Generasi Strawberry?

- Dalam bukunya yang berjudul *Strawberry Generation*, Professor Rhenald Kasali (2017) merepresentasikan generasi Z saat ini seperti buah *strawberry*.
- Generasi Z merujuk pada individu yang lahir antara tahun 1995 sampai tahun 2010 (Rachmawati, 2019).



**Generation**

# Apa itu Generasi Strawberry?

## DARI GENERASI KE GENERASI

tirto.id

Rayuan  
Gombal



**Generasi  
Baby Boomer**  
1946-1964

Berjiwa petualang,  
optimistik, berorientasi  
kerja, anti pemerintah

Kopi  
Darat



**Generasi X**  
1965-1976

Individualis, luwes, skeptis  
terhadap wewenang, harapan  
tinggi terhadap pekerjaan

CLBK



**Generasi  
Milenial**  
1977-1995

PD, berorientasi terhadap  
kesuksesan, toleran,  
kompetitif, haus perhatian

Lit AF



**Generasi Z**  
1996-2010

Menghargai keberagaman,  
menghendaki perubahan sosial,  
suka berbagi, berorientasi target

Tayo



**Generasi Alpha**  
2010-sekarang

Belum terdeteksi

# Apa itu Generasi Strawberry?

- Generasi yang cenderung hidup dengan baik namun tidak menyadari keistimewaan yang mereka miliki.
- Generasi ini sering dikritik karena cepat menyerah dan enggan untuk bertahan melewati kesulitan.



**Generation**

# Apa itu Generasi Strawberry?

- Memiliki kreativitas dan bakat dalam inovasi digital.
- Sebenarnya kreatif dengan segudang ide, tetapi mudah hancur ketika mendapat tekanan, digerus kompetisi dan ketidakpastian (Kasali, 2017)



**Generation**

# Apa itu Generasi Strawberry?

- Berdasarkan hasil sensus penduduk (2020), mayoritas penduduk Indonesia di dominasi oleh generasi z atau sebesar 27,94 persen dari total populasi.



**Generation**

# Apa itu Generasi Strawberry?

## HASIL SENSUS PENDUDUK 2020

Berita Resmi Statistik No. 07/01/Th. XXIV, 21 Januari 2021

**Jumlah Penduduk Indonesia Hasil SP2020**  
(September 2020)

**270,20** Juta Jiwa

Bertambah 32,56 juta jiwa dibandingkan SP2010

Laju Pertumbuhan Penduduk per Tahun, 2010-2020

**1,25%**

Melambat dibandingkan periode 2000-2010 yang sebesar **1,49%**

Penduduk Usia Produktif (15-64) Tahun

**70,72%**

Indonesia masih dalam masa bonus demografi

Persentase Penduduk Lansia

**9,78%**

Naik dibandingkan tahun 2010 yang sebesar **7,59%**



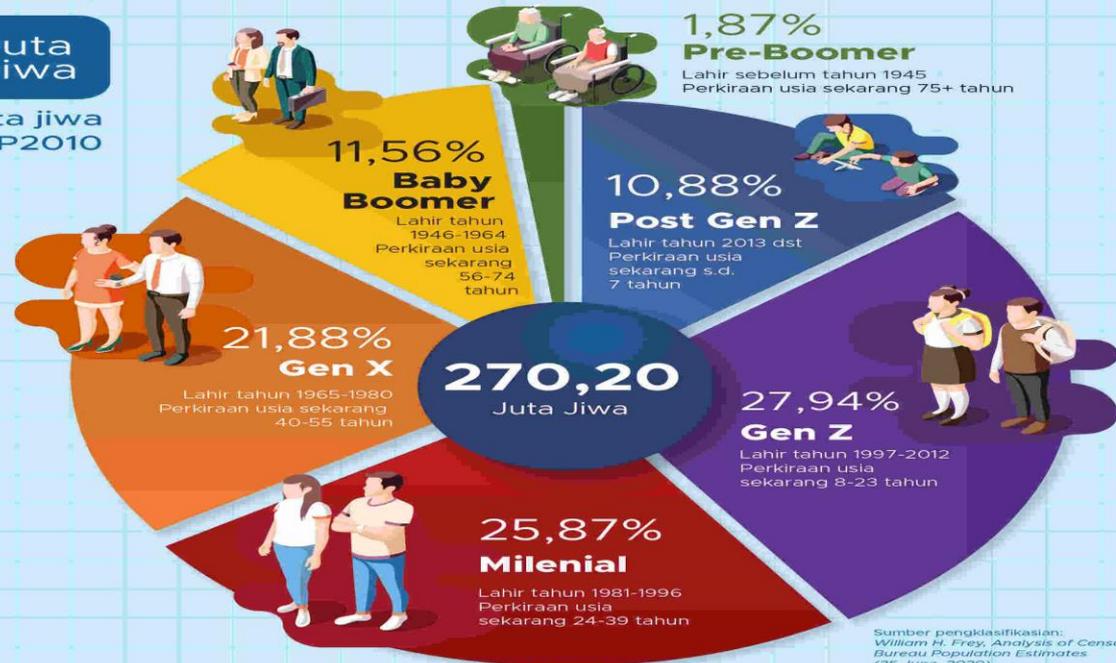
Rasio jenis Kelamin

**102**

Terdapat 102 penduduk laki-laki untuk setiap 100 penduduk perempuan



### Komposisi Penduduk Indonesia

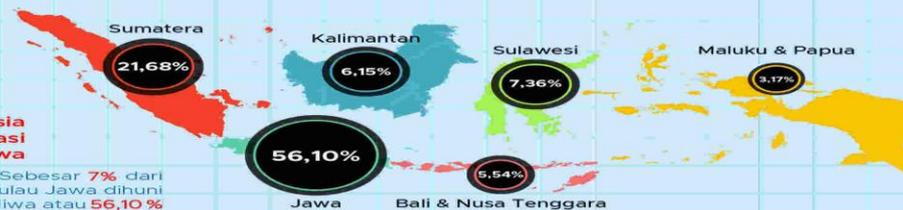


Sumber pengklasifikasian: William H. Frey, Analysis of Census Bureau Population Estimates (25 June, 2020)

### Sebaran Penduduk Indonesia Menurut Wilayah

**Penduduk Indonesia Masih Terkonsentrasi di Pulau Jawa**

Dengan Luas Sebesar **7%** dari Wilayah Indonesia, Pulau Jawa dihuni Sebanyak **151,59** Juta Jiwa atau **56,10%** Penduduk Indonesia



# Apa itu Generasi Strawberry?

- Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2018, menunjukkan ada lebih dari 19 juta penduduk berusia di atas 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, dan lebih dari 12 juta penduduk berusia di atas 15 tahun mengalami depresi. Hal ini tampaknya mendukung pernyataan bahwa generasi z merupakan generasi yang tidak cukup tangguh (Rokom, 2021).



**Generation**

# Karakteristik Generasi Strawberry?

- **Tuntutan Tinggi / Menyukai Tantangan**  
: Generasi *Strawberry* cenderung memiliki ekspektasi yang tinggi terhadap kehidupan
- **Ketergantungan pada Teknologi**
- **Rasa Sensitif dan Kritis:** Generasi ini sering kali memiliki rasa sensitif yang tinggi terhadap kritik atau komentar negatif, bahkan dalam hal yang kecil sekalipun



**Generation**

# Karakteristik Generasi Strawberry?

- **Cenderung Individualis**  
: Generasi *Strawberry* cenderung lebih fokus pada diri sendiri dan kepentingan pribadi, dibandingkan dengan nilai-nilai kolektivitas atau kerja sama
- **Tidak Tahan Banting:** Generasi ini sering kali dianggap kurang tahan banting dalam menghadapi tekanan atau tantangan dalam kehidupan
- **Mudah Self Diagnosis**
- **Zona Nyaman**



**Generation**

# Kekuatan Generasi Strawberry?

- **Generasi digital native = mengenal teknologi sejak dini, mudah mengenal dan menyerap teknologi.**
- **Open minded, fleksibel**
- **Independen**



**Generation**

# Kekuatan Generasi Strawberry?

- **Entrepreneur**
- **Kreatif**
- **Ambisius thd hal yg diyakini**
- **Berani mengungkapkan pendapat**



**Generation**

# Kelemahan Generasi Strawberry?

- Mudah menyerah saat menghadapi tantangan, mudah mengeluh dan merasa diserang
- Kehilangan nilai tradisional
- Menolak tanggung jawab, menyalahkan orang lain
- Harapan yang tidak realistis, ingin instan



**Generation**

# Kelemahan Generasi Strawberry?

- Kurang ketrampilan emosional dan sosial
- Ketergantungan pada kemudahan dan kenyamanan, manja
- Tidak mudah menerima kritik
- Kurang peduli pada lingkungan



**Generation**



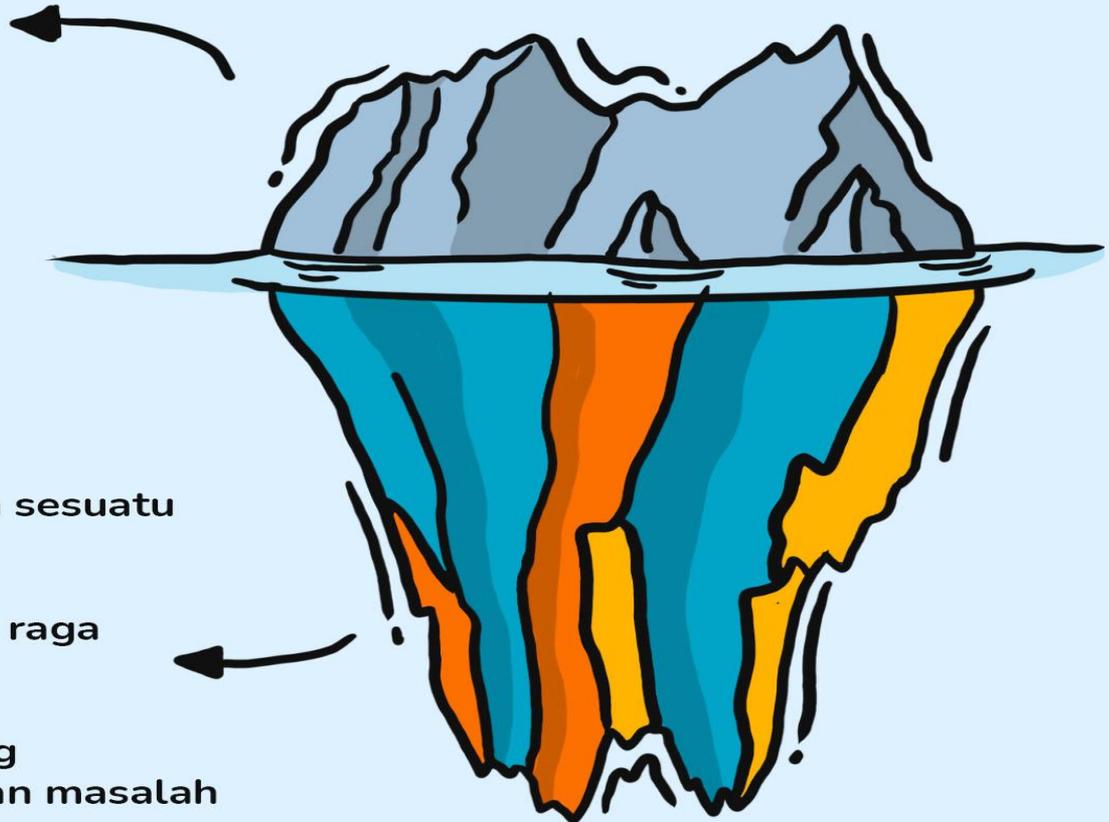
# Tentang Strawberry Generation

## Yang orang lain lihat

- Nggak kuat tekanan (rapuh)
- Semaunya sendiri, nggak ikut aturan
- Gampang banget galau
- Nggak suka tantangan
- Seringnya baperan

## Yang kadang nggak disadari orang lain

- Lebih kreatif dan inovatif
- Pemikiran *out of the box*
- Kritis dalam menyampaikan sesuatu
- Lebih peka terhadap situasi
- Selalu cari cara buat menyeimbangkan jiwa dan raga
- Punya sisi yang unik
- Bisa lebih terbuka
- Bisa memanfaatkan peluang
- Punya cara sendiri selesaikan masalah





# GENERASI STRAWBERRY TERBENTUK DARI POLA ASUH STRAWBERRY PARENTS

[www.kekenaima.com](http://www.kekenaima.com)

# Pola asuh yang membuat anak menjadi Generasi Strawberry:



## 1. Selalu Memberikan yang Anak Inginkan

Anak harus tau mana kebutuhan dan keinginan.

Selalu memberikan apapun yang anak minta bukanlah hal baik karena dapat memunculkan anak yang penuntut. Semua keinginannya harus dipenuhi. Tanpa peduli orangtuanya keberatan atau tidak.

# **Pola asuh yang membuat anak menjadi Generasi Strawberry:**



**2. Semua Digantikan dengan Uang**  
Banyak orangtua yang sibuk bekerja akan lebih sedikit memiliki waktu bersama anak, menggantikan waktu kebersamaan dengan anak dengan memberikan uang.

# Pola asuh yang membuat anak menjadi Generasi Strawberry:



## 3. Terlalu Menyanjung / Memuji Anak

Jangan berlebihan memuji anak. Beri apresiasi dan pujian memang baik. Tetapi, sesekali juga perlu mengevaluasi. Kenali karakter setiap anak. Cari tau di mana letak kelebihan dan kekurangannya.

Anak juga perlu belajar mengenali dirinya. Supaya tidak mudah baper bila menerima kritikan. Dan juga tidak mudah merendahkan orang lain karena menganggap dirinya paling sempurna.

# Pola asuh yang membuat anak menjadi Generasi Strawberry:



## 4. Overprotective Terhadap Perasaan Anak

Sebaiknya jangan terlalu memproteksi perasaan anak. Karena anak juga perlu tahu rasanya memiliki berbagai perasaan. Jangan hanya tahu senang terus.

Anak perlu belajar mengelola emosinya. Jadi, ketika menghadapi sesuatu tidak bersikap berlebihan. Bila ada masalah langsung merasa kena mental health-nya. Padahal sebetulnya masalahnya juga tidak seberapa berat.



# **Pola asuh yang membuat anak menjadi Generasi Strawberry:**

## **5. Tidak Tegass Terhadap Anak / Terlalu Memanjakan**

**Boleh banget membuat aturan yang tegas bahkan kalau perlu memberikan hukuman ke anak. Asalkan tujuannya untuk kebaikan anak. Bukan karena emosi yang tidak terkontrol.**



# **Pola asuh yang membuat anak menjadi Generasi Strawberry:**

## **6. Tidak Menjadikan Anak Mandiri**

**Membantu Anak Melebihi Apa yang Mereka Butuhkan**  
Sebagai orangtua, dorong anak untuk lebih mandiri sehingga nantinya mereka bisa menghadapi kesulitan dan memecahkan suatu permasalahan secara mandiri.

## **7. Labelling Anak**

# MENGUBAH GENERASI RAPUH, MENJADI GENERASI TANGGUH



# Terimakasih

