

**Nabila Lana Fadhilah<sup>1</sup>**  
**Mirna Nur Alia**  
**Abdullah<sup>2</sup>**  
**Muhammad Retsa**  
**Rizaldi Mujayapura<sup>3</sup>**

## **RESILIENSI GENERASI Z TERHADAP STIGMA NEGATIF MASYARAKAT DALAM BIDANG AKADEMIK**

### **Abstrak**

Generasi Z yang diidentifikasi sebagai individu yang lahir pada tahun 1997–2012 sering mendapatkan stigma negatif dari masyarakat baik secara langsung maupun daring. Stigma negatif yang melabeli mereka sebagai generasi yang malas dan manja serta bergantung pada teknologi menempel pada mereka aspek kehidupan mereka termasuk akademik. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengalaman, reaksi, resiliensi dan harapan responden sebagai perwakilan Generasi Z. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah kualitatif wawancara terhadap lima responden yang aktif di dunia akademik. Pertanyaan yang diajukan menggali pengalaman, reaksi emosional, resiliensi sebagai bentuk adaptasi dan ketahanan diri. Hasil penelitian menunjukkan berbagai jawaban dari pengalaman dan pandangan. Seperti pada reaksi yang diberikan sebagai bentuk penolakan atau sikap acuh.

**Kata Kunci:** Generasi Z, Resiliensi, Stigma, Akademik.

### **Abstract**

Generation Z, identified as individuals born between 1997 and 2012, often faces negative stigma from society, both directly and online. They are frequently labeled as lazy, spoiled, and overly dependent on technology, which affects various aspects of their lives, including academics. This study aims to explore the experiences, emotional reactions, resilience, and aspirations of respondents as representatives of Generation Z. A qualitative method was employed, involving interviews with five respondents who are actively engaged in academic environments. The questions focused on their personal experiences, emotional responses, and resilience as forms of adaptation and self-endurance. The findings reveal diverse perspectives and reactions, including resistance or indifference in response to the negative stigma.

**Keywords:** Generation Z, Resilience, Stigma, Academics.

### **PENDAHULUAN**

Sutrisno dkk., (2024:1) menyatakan bahwa Gen Z atau Generasi Z yaitu mereka yang lahir tahun 1997 hingga 2012. Topik mengenai Generasi Z yang seringkali mendapatkan stigma-stigma negatif dari masyarakat menjadi sesuatu yang hangat untuk dibahas. Banyak beredar di media sosial maupun dalam kehidupan nyata kalimat-kalimat yang melabeli Generasi Z sebagai generasi yang lemah, manja, bergantung pada teknologi, malas dan banyak lagi. Hal-hal itulah yang kemudian melekat pada banyak hal di dalam aspek kehidupan Gen Z termasuk dalam akademik.

Anggapan mengenai seseorang atau suatu generasi merupakan hal yang objektif dan tidak selalu benar. Munculnya anggapan-anggapan negatif tersebut pun bisa dikarenakan berbagai alasan, seperti menurut Aksa, dkk., (2023:104-105) bahwasannya yang memicu munculnya stigma bisa disebabkan oleh kurangnya pemahaman terhadap karakteristik Generasi Z selain itu media sosial juga dapat berperan memunculkan stigma melalui informasi-informasi yang beredar di dalamnya. Generalisasi yang dilakukan banyak masyarakat inilah yang kemudian menjadikan Generasi Z banyak dilabeli dengan stigma yang kurang baik.

<sup>1,2,3)</sup> Pendidikan Sosiologi, Universitas Pendidikan Indonesia  
email: nabilalana@upi.edu alyamirna@upi.edu retsa98@upi.edu

Adanya fenomena pemberian stigma negatif pada Generasi Z membuat langkah-langkah serta resiliensi yang dilakukan oleh mereka perlu diberikan perhatian. Resiliensi merujuk pada kemampuan untuk beradaptasi dan tetap teguh dalam situasi sulit (KBBI Daring, diakses 1 April 2025). Mengetahui bagaimana cara Generasi Z bangkit dan beradaptasi dari stigma-stigma negatif yang ditujukan pada mereka merupakan sesuatu yang penting sebab mengetahui apakah stigma tersebut mempengaruhi diri mereka secara mental. Karena tidak menutup kemungkinan bahwa mental Generasi Z akan terpengaruh oleh stigma-stigma yang ditujukan kepada mereka.

Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana reaksi yang diberikan oleh Generasi Z dengan stigma negatif yang mereka dapatkan. Apakah stigma-stigma atau hal yang digeneralisasi oleh masyarakat membuat mereka emosional, ragu pada diri sendiri atau lainnya. Mengetahui, memahami dan mempelajari resiliensi yang dilakukan Generasi Z serta faktor-faktor apa yang membantu mereka dalam resiliensi serta harapan apa yang mereka miliki terkait stigma negatif ini juga menjadi tujuan dilakukannya penelitian oleh penulis.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif wawancara dengan maksud agar dapat menjelaskan secara deskriptif mengenai hal-hal yang berkaitan dengan stigma negatif, akademik dan resiliensi yang dilakukan oleh Generasi Z. Pertanyaan-pertanyaan yang diberikan dan kemudian dijawab responden telah melalui proses persetujuan. Hasil dari wawancara dicantumkan sebagaimana responden menjawab. Perubahan kata menjadi formal tidak dilakukan sebab penulis mencoba menjaga keaslian jawaban dan menghindari kekeliruan dalam memahami respon dari responden.

Wawancara yang dilakukan dapat melalui tiga tahapan secara baik dan lancar. Adapun tiga tahapan menurut Imami (2007:39) yakni tahapan pertama adalah perkenalan, kedua merupakan tahap dimana perolehan data dan ketiga adalah ikhtisar dari responden dengan konfirmasi mengenai adanya informasi tambahan ataupun tidak. Dalam penelitian ini wawancara dilakukan kepada 5 responden dengan kriteria Generasi Z yang mendapat kesempatan untuk merasakan proses akademik. Akademik sendiri merujuk kepada keadaan orang-orang bisa menyampaikan dan menerima gagasan, pemikiran, ilmu pengetahuan, dan sekaligus dapat mengujinya secara jujur, terbuka, dan leluasa (Puji, 2018:3). Kelima responden merupakan individu yang aktif dan berkesempatan untuk berpendidikan dengan usia yang berbeda-beda dan menjadi bagian dari Generasi Z.

Data dari responden adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Data Responden

Kode Responden	Usia	Jenis Kelamin
R1	18	Perempuan
R2	18	Laki-laki
R3	19	Laki-laki
R4	19	Perempuan
R5	20	Perempuan

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Setiap jawaban yang diberikan oleh responden setelah pertanyaan diajukan akan menjadi hasil dan kemudian menjadi pembahasan. Total dari pertanyaan yang diajukan sebanyak tujuh butir dengan isi yang membuat responden dapat menjawab secara meluas.

Pembahasan yang dituliskan dalam penulisan ini memuat fokus pada satu pertanyaan lalu respon dari kelima responden kemudian berganti pertanyaan.

### Pengalaman Atas Stigma Negatif

Pada bagian ini pertanyaan yang diajukan sebanyak dua pertanyaan, yakni mengenai pengalaman responden dalam melihat, mendengar, membaca ataupun menyaksikan stigma negatif yang diberikan masyarakat terhadap Generasi Z. Bentuk pertanyaan pertamanya yakni, “Pernahkah anda mendengar/membaca stigma negatif yang diberikan masyarakat terhadap Generasi Z dalam bidang akademik? Baik di media sosial maupun secara langsung.”

R1: “Pernah, aku sering membaca di Tiktok kalau misal katanya Gen Z tuh kayak males gitu loh.”

R2: "Pernah sih, cuman kayak ngelewat doang kayak di sosial media. Instagram, iya kayak gitu. Bawa Gen Z tuh 50% nya kebanyakan males."

R3: "Kalau itu pernah. Sebenarnya aku pernah ngedenger itu secara langsung sama dari media sosial juga. Kalau secara langsung tuh aku ngedenger dari kayak saudara-saudara, yang ngomong atau bahkan kayak guru-guru pun ada yang ngomong kayak, "iya emang anak sekarang mah, eh apasih, agak manja gitu." Dibilangnya kayak gitu. Kalau di media sosial iya banyak banget yang bilang kayak gitu."

R4: "Kalau dari aku sendiri aku ngerasanya tuh sering ngedenger ya, apalagi di bidang akademik. Dimana Gen Z ini satu timeline gitu sama kemajuan teknologi AI. Jadi, yang sering keluar di masyarakat atau netizen itu pemalas karena selalu dibantu oleh AI. Pengennya instan, seperti itu."

R5: "Pernah sih, malah sering banget akhir-akhir ini tuh. Terutama di media sosial ya, kayak di X, di Instagram."

Dari respon diatas dapat disimpulkan bahwa tiap-tiap Generasi Z mempunyai pengalaman yang berbeda. Meskipun begitu kelima responden sama-sama pernah membaca ataupun menyaksikan stigma yang diberikan masyarakat kepada Generasi Z.

Pertanyaan kedua yang diajukan kepada responden adalah "Adakah pengalaman pribadi yang anda alami sebagai Gen Z dalam mendapatkan stigma negatif mengenai akademik anda?"

R1: "Pernah sih, kalau ini tuh paling ke kehidupan sehari-hari. Misalnya disuruh cuci piring, dinanti-nanti. Misalnya orang tua aku tuh bilang kayak, "anak zaman sekarang tuh pemalas, dulu mah gak kayak gitu. Tanpa disuruh juga bakalan ngelakuin." Gitu."

R2: "Enggak pernah, Alhamdulillah."

R3: "Kalau buat ke aku sendiri, belum sih. Belum yang kayak ada yang bilang ke aku kayak gitu. Cuman kalau ngeliat yang bilang ke orang lain pernah."

R4: "Ya walaupun emang kesannya dibalutnya oleh bercandaan, cuma pernah sih kalau kayak gitu teh. Karena posisinya aku udah mentok banget, jadi aku pake AI. Dibantu pakai AI. Dan dilihat lah sama salah satu temen aku, langsung dikatain. "Dasar Gen Z, pengennya instan." kayak gitu."

R5: "Kalau secara gamblang mungkin gapernah ya. Cuman paling pake kayak bahasa, "anak zaman sekarang tuh." Gitu sih. Bukan kayak misal bilang, "kamu sebagai Generasi Z tuh kurang," gitu. Iya gitu sih. Biasanya stigma yang dikasih ke Gen Z tuh pemalas, lebih malas dari generasi sebelumnya sama bergantung banget sama teknologi."

Respon dari kelima responden cukup terlihat perbedaannya. Tidak semua responden pernah mendapatkan stigma negatif secara langsung pada dirinya.

### Reaksi yang Muncul Akibat Stigma Negatif

Stigma yang diberikan masyarakat pada Generasi Z dalam bidang akademik pasti akan memunculkan berbagai reaksi. Entah reaksi emosional atau reaksi yang memicu dan/atau menimbulkan suatu perubahan. Pertanyaan yang diajukan berjumlah dua pertanyaan. Pertanyaan ini dibuat dengan tujuan mengetahui apa yang Generasi Z akan lakukan atau reaksi apa yang akan diberikan ketika mereka mendapati stigma negatif.

Untuk pertanyaan pertama yakni, " Bagaimana reaksi anda ketika melihat atau mendengar stigma-stigma negatif terhadap akademik dari masyarakat terhadap Gen Z?"

R1: "Kalau perasaannya tuh aku kayak lebih ke, "apasih? Gak segitunya kali." Gak segitu pemalasnya. Maksudnya kata aku tuh Gen Z tuh justru lebih update gitu, lebih apa ya, lebih bisa menggunakan teknologi."

R2: "Ya biasa aja sih karena kan memang tergantung orangnya."

R3: "Aku ngerasa kayak ngga sih, ngga bener kalau misalkan kayak generasi kita tuh lebih lemah atau kayak lebih manja gitu. Soalnya kan apa ya kita sama-sama belajar kan. Emang mungkin generasi sekarang punya pandangan yang lebih beda sama yang sebelumnya. Jadi, yang sebelumnya tuh nganggup kalau misal yang sekarang tuh kayak lebih lemah atau lebih manja gitu."

R4: "Kalau dari aku sih biasa aja ya karena kita tuh gabisa marah, gabisa nyangkal juga gitu. Karena seperti yang kita tahu kita kan gabisa ngegeneralisir ya, kalau emang pun ada yang bilang Gen Z tuh pemalas, apa segala macem ya betul memang ada. Cuman kan gak semua seperti itu. Jadi aku mah nyikapinnya biasa-biasa aja sih, gak harus marah-marah. Anggap aja bukan ke aku."

R5: "Sebenarnya sih tentu aja gak setuju gitu ya. Karena gak semua orang yang bagian dari Gen Z tuh kaya gitu. Cuman paling ikut kalau di media sosial ikut berkomentar kayak membantah sedikit-sedikit mungkin gitu. Tapi untuk di dunia nyata sih, belum, belum ada yang terang-terangan gitu ya, jadi belum pernah speak up juga. Paling di media sosial sih."

Fokus dari kelima responden dalam menjawab pertanyaan terlihat berbeda dalam sekilas. Namun yang menjadi pilihan mereka dalam memberikan reaksi adalah pendekatan emosional dengan mengeluarkan opini ketidaksetujuannya mengenai generalisasi yang dilakukan, seperti yang dikatakan oleh R1, R2 dan R5. Sedangkan R2 dan R3 memberikan sikap seolah acuh.

Kemudian yang menjadi pertanyaan kedua mengenai reaksi akibat stigma negatif adalah, "Ketika anda mendapatkan stigma negatif karena anda adalah satu dari sekian banyak Gen Z apa yang menjadi reaksi anda? Apakah anda menjadi marah atau ragu pada diri sendiri?"

R1: "Lebih ke kesel, karena tau pemales tuh darimana? Gitu. Kayak sebenarnya kita tuh gak males tapi lebih ke kayak menunda aja."

R2: "Tergantung penyampainnya. Kalau misal penyampaiannya tuh bagus selama bisa diterima ya dijadiin introspeksi diri. Introspeksi. Cuman kalau untuk penyampainnya gaenak ya bisa jadi marah."

R3: "Awalnya mungkin aku bakal kayak ngerasa emang iya ya? Aku jadi kayak mempertanyakan diri aku emang iya aku kayak gitu atau emang iya aku selemah itu. Awalnya mungkin gitu tapi lama kelamaan mungkin aku bakal nyadar kalau misalkan mungkin emang beda aja pandangan antara generasi sebelumnya sama sekarang tentang gimana itu mental loh."

R4: "Kalau aku yang dapet stigma negatif, pertama aku bakal evaluasi diri aku, apakah betul aku seperti itu. Kalaupun iya mungkin ada marahnya dulu, denial dulu ya. Kalau emang nanti sadar berarti ubah diri, seperti itu. Gak harus selalu marah-marah kalau emang benar gitu cara penyampainnya seperti itu. Kalau udah evaluasi diri mah gausah marah-marah paling malu aja udah pernah kayak gitu."

R5: "Marah sih enggak gitu, justru mungkin termotivasi ya untuk lebih membuktikan gitu bahwa stigma mereka tuh sepenuhnya benar mungkin beberapa memang ada yang iya gitu. Tapi yang aku liat sih enggak keseluruhan kayak gitu. Jadi untuk marah sih enggak, paling lebih ke menjelaskan bahwa pandangan mereka tuh salah gitu, bahwa enggak semuanya seperti itu. Terus jadi termotivasi juga sih buat kalau bisa mengubah cara pandang orang-orang."

### Resiliensi yang Dilakukan

Sebagaimana telah disebutkan bahwa resiliensi adalah kesanggupan seseorang dalam beradaptasi, menghadapi, atau bangkit dari segala kesulitan. Pertanyaan yang diajukan pada responden ini bertujuan untuk mengetahui langkah apa yang dilakukan mereka sebagai Generasi Z dalam menghadapi stigma negatif yang mereka dapatkan. Hanya ada satu pertanyaan yang diajukan pada sub-bab kali ini, yakni, "Apa langkah yang anda lakukan sebagai bentuk resiliensi (bangkit) dari stigma-stigma negatif tersebut? Mungkinkah apabila anda belajar lebih giat lagi agar menunjukkan Gen Z tidak seperti apa yang menjadi label mereka?"

R1: "Iya sih, ngebuktiin aja kalau misal Gen Z tuh gak pemales orangnya. Jadi lebih berusaha, lebih rajin aja kali ya. Tapi rajinnya divalidasi, jadi rajinnya lebih diliatin jangan diem-diem dibelakang. Biar keliatan kalau Gen Z itu gak pemalas."

R2: "Ya paling lebih banyak belajar mungkin. Lebih banyak belajar aja sih."

R3: "Kalau buat aku iya sih kita bisa dengan cara ngembangin diri kita dan kita kayak misal nunjukin kalau kita misalkan Gen Z tuh ngga loh, ngga lemah, Gen Z tuh ngga manja. Tapi emang apa ya, maksudnya tuh Gen Z berjuang dengan caranya sendiri gitu."

R4: Kalau langkah-langkah mah cukup sederhana kalau kata aku mah intinya jangan pernah menjadi apa yang mereka pikirkan. Misal, "ih Gen Z mah pemales," gini gini ya, yaudah kamu tidak akan menjadi seperti itu, kuncinya seperti itu. Karena kalau kamu udah punya pondasi/mindset kayak gitukan mau gamau kan bisa jadi booster buat kamu melangkah. Nanti jadi belajarnya lebih giat, mungkin nanti lebih sering ke perpustakaan, cari ilmu di lain-lain, seperti itu. Yang penting sih mindsetnya dulu, niatnya dulu kalau kata aku.

R5: "Iya pasti, mungkin kayak apalagi di masyarakat gitu ya, bakal bukan sompong, ya mungkin kalau punya pencapaian tuh bakal lebih ditunjukin terus punya kemampuan-kemampuan yang gak dimiliki generasi sebelumnya tuh lebih aku tonjolin gitu."

Pada respon yang diberikan oleh kelima responden terlihat bahwa resiliensi yang mereka lakukan memiliki kesamaan dalam pembuktian diri.

### Faktor Pendukung Resiliensi

Sub-bab faktor pendukung resiliensi dimunculkan dengan harapan pertanyaan yang diajukan pada responden dapat membantu penulis memahami apa saja faktor yang dapat menjadi dorongan kuat bagi Generasi Z untuk melakukan resiliensi. Pertanyaan yang diajukan hanya berjumlah satu buah dengan catatan dapat meluas sesuai dengan jawaban yang diberikan oleh responden. Pertanyaan yang diajukan yaitu, "Menurut anda faktor apa yang menjadi pendukung agar anda ataupun Gen Z lainnya dapat bangkit dari stigma negatif dalam bidang akademik yang disebutkan?"

R1: "Ini sih semuanya juga balik lagi ke diri sendiri. Kalau kata aku diri sendiri yang ngedukung kalau kita tuh gak pemales."

R2: "Yang lebih penting mah dari diri sendiri sih karena kan kalau misalnya dari keluarga atau misal eksternal lain udah bikin terpacu kalau diri sendiri gaada kemauan untuk berubah atau bangkit sama aja nihil. Menurut aku gitu. Jadi diri sendiri."

R3: "Yang pertama pasti dari diri sendiri, nanti setelah itu mungkin setelah itu ada dukungan eksternal dari keluarga sama temen-temen di sekitar."

R4: "Sebenarnya faktornya berpengaruh dua ya, eksternal dan internal. Betul itu mah dari segala hal apapun juga pasti ngaruh kan, maksudnya valid gitu. Internalnya pasti dari diri sendiri paling utama gitu. Karena ketika kamu udah punya kesadaran diri, "oh iya ya, Gen Z teh kebanyakan kayak gini, gamau ah, aku mau pickme." Ya gapapa. Kalau eksternal ya paling ya lingkungan sih sebenarnya mah. Kalau menurut aku malah keluarga tuh untuk hal-hal kayak gini tuh kalah sama lingkungan kuliah gitu. Kalau SMP SMA mungkin di keluarga ngaruh tuh belajar karena di rumah. Kalau di kuliah banyaknya ngabisin waktunya di kuliah. Jangan sama-sama yang males terus."

R5: "Yang pasti sih, yang utama tuh dari diri sendiri gitu ya jadi harus mau dulu, mau ga nih? Terus temen-temen sama lingkungan akademik sih kayaknya paling berpengaruh. Apalgi mungkin pas udah ke dunia kerja kan, paling pasti akademik yang sekarang sedang dijalani tuh paling berpengaruh gitu untuk nanti di dunia kerja."

Hasil yang didapat dari respon kelimanya adalah faktor pendukung resiliensi sudah pasti akan berasal dari internal dan eksternal. Keterkaitannya satu sama lain sangat erat hingga sulit untuk dipisahkan.

### Harapan Terhadap Stigma Negatif

Pertanyaan yang diajukan terakhir dalam wawancara yang dilakukan pada lima responden adalah harapan mereka tentang stigma negatif yang diberikan kepada Generasi Z. Pada bagian ini hal yang berusaha dimunculkan adalah bagaimana Generasi Z setelah memberikan reaksi dan segala tanggapan kemudian resiliensi yang mereka lakukan dapat menghadirkan sebuah harapan atau beberapa harapan yang kedepannya dapat bermanfaat bagi mereka.

Adapun pertanyaannya adalah, "Apa harapan anda kedepannya mengenai stigma negatif masyarakat mengenai Gen Z dalam bidang akademik?"

R1: "Harapannya adalah kita semua para-para Gen Z jauh lebih rajin dari biasanya. Gunakan teknologi biar kita para Gen Z tuh keliatan kita tuh jago, kita jago dan rajin gitu. Harapan stigma negatif hilang sih, karena enggak semua Gen Z pemalas. Kalau menurut aku ya, kalau si stigma pemales tuh kayak bukan Gen Z aja gitu ya. Sebenarnya balik lagi ke apa ya, ke kepribadian masing-masing gaperlu harus Gen Z yang pemalas. Bahkan gen-gen lainnya banyak kok orang yang pemalas. Sebenarnya pemalas tuh lebih ke kepribadian bukan ke generasi, gitu."

R2: "Untuk stigma negatif dalam akademik berharapnya untuk enggak nyaman semua orang dalam hal akademik. Karena kan tiap orang tuh, tiap generasi punya ya tiap individu lah banyak hal spesial yang beda."

R3: "Kalau buat aku biar engga dipandang kayak gitu lagi sih,. Mungkin emang ada beberapa yang emang kayak, yang bisa disebut oknum yang emang dia, emang dia lebih sensitif atau kayak gimana sehingga si Gen Z ini disamaratakan lah gitu. Semoga nanti kedepannya pandangan ini tuh gaada dan ngga mengganggu ke Gen Znya sendiri biar mereka tuh fokus aja keperkembangan dirinya sendiri."

R4: "Yang kayak gini mah gabisa ilang, cuman atleast para Gen Z harus membuktikan jadi seenggaknya berkurang bukan menghilang. Cuman berkurang drastis gitu. Yang penting dari kitanya."

R5: "Harapannya semoga ke pandangan atau stigma terhadap Gen Z itu terutama stigma negatif gitu ya, semoga cepet berubah di masyarakat dan faktor itu karena Gen Z nya sendiri gitu bisa membuktikan mereka lebih baik dari generasi-generasi sebelumnya, bisa menjadi lebih baik bukan merasa angkuh. Bukan lebih baik, tapi menjadi lebih baik. Dan semoga juga generasi-generasi sebelumnya itu bisa justru mendorong Generasi Z ini untuk lebih semangat lagi."

Dapat dikatakan bahwa yang menjadi harapan Generasi Z adalah generalisasi yang dilakukan oleh masyarakat bisa terhenti atau berkurang dengan signifikan.

## PEMBAHASAN

Pada pertanyaan pertama mengenai pengalaman responden dalam menyaksikan masyarakat memberikan stigma negatif pada Generasi Z kelima responden menyatakan pernah menyaksikan. Hal ini mereka temui secara langsung juga melalui media sosial. Media sosial sangat bisa menjadi penguat stigma-stigma yang bermunculan. Serta dapat diketahui pula beberapa stigma yang sering dilontarkan pada Generasi Z adalah pemalas dan manja. Kemudian pertanyaan selanjutnya berbeda dengan pertanyaan pertama sebab tidak seluruh responden pernah mendapat stigma negatif pada diri mereka secara langsung. Namun pada R1, R4, dan R5 yang pernah mengalaminya mereka mendapat stigma yang mengeneralisasi apa yang mereka lakukan dengan menggunakan kata-kata tertentu seperti, "anak zaman sekarang dan Gen Z."

Dalam sub bab yang membahas reaksi yang diberikan oleh responden terhadap stigma yang mereka saksikan menunjukkan bahwa kelima responden memiliki jawaban yang berbeda-beda. Penolakan yang diberikan R1, R3 dan R5 mengenai penghakiman sepihak untuk Generasi Z muncul karena mereka menyadari potensi atau perbedaan Generasi Z dan generasi lainnya. Sedangkan pada R2 dan R4 respon yang diberikan adalah tidak ada penyangkalan mengenai stigma negatif yang diberikan, bagi mereka semua tergantung kepada individu dan tidak bisa digeneralisir. Hal ini dapat dikaitkan dengan self-esteem karena menurut Rosenberg 1979 dalam Ima, dkk., (2018:3) bahwa keadaan dimana seseorang bisa menerima segala hal yang ada didalam dirinya yang merupakan bentuk dari self-acceptance dapat membangun self-esteem (harga diri) yang baik.

Reaksi responden terhadap stigma negatif tidak hanya pada fenomena yang mereka saksikan. Namun pada sub-bab juga membahas bagaimana jadinya jika stigma negatif ditujukan pada diri mereka. R1 dan R3 menunjukkan reaksi emosional dan mempertanyakan kebenaran akan stigma yang ditujukan pada mereka. Lalu pada R2, R4, dan R5 menunjukkan adanya tahapan evaluasi diri terlebih dahulu dan kemudian memunculkan motivasi bagi dirinya.

Dalam Sweety, dkk., (2025: 8) diri akan terpengaruh apabila adanya peningkatan harga diri, harga diri inilah yang akan membantu dalam belajar. Dengan kata lain motivasi didapat karena adanya peningkatan harga diri. Seperti yang menjadi respon dari kelima responden dalam sub-bab resiliensi. Kelima responden sama-sama ingin membuktikan apa yang menjadi kemampuan mereka serta berusaha lebih baik lagi kedepannya. Resiliensi yang disebutkan menjadi langkah untuk bertahan dalam keadaan menyulitkan (Rizka, dkk., 2022:138) Sesuai dengan apa yang menjadi pengertian resiliensi hal yang dilakukan oleh kelima responden bernilai sebagai langkah bertahan. R1 dan R5 yang menunjukkan pembuktian diri, kemudian R2 dan R3 yang berfokus pada pengembangan diri dan R4 yang menitikberatkan pada mindset.

Resiliensi yang dilakukan memiliki faktor-faktor pendukung, seperti yang ada pada sub-bab ini mengenai faktor yang menjadi pendorong dari resiliensi yang dilakukan oleh kelima responden. Bagi R1, R2 dan R5 niat dan kemauan dari internal yakni diri sendiri menjadi pondasi yang kuat sebagai faktor utama pendorong resiliensi. Menurut R3 dan R4 kemauan ini lah yang menjadi awal dari perubahan sebagai pembuktian. R2 menyebutkan pula bahwa keluarga menjadi faktor pendukung lain dalam resiliensi. Dukungan yang diberikan oleh orangtua sebagai keluarga akan memantik motivasi, kestabilan emosi dan lainnya (Zuniar, dkk., 2021:140). Keluarga dapat dikatakan sebagai pendukung sekunder bersamaan dengan teman dan/atau lingkungan akademik seperti yang disebutkan R3, R4 dan R5. Karena menurut Paundra dan Endang (2016:181) kurangnya dukungan dari teman dan tidak terpenuhi bisa membuat mahasiswa kesulitan menghadapi tuntutan akademik.

Seperti yang disebutkan para responden faktor pendukung yang memunculkan resiliensi berasal dari internal dan eksternal. Diri sendiri yang terpacu untuk belajar dan membuktikan sebagaimana yang menjadi resiliensi para responden sebutkan. Serta keluarga yang membantu

mendorong memunculkan resiliensi pada diri responden memiliki peran penting. Menurut Desi, dkk., (2025:2491) motivasi belajar membuat seseorang terdorong agar belajar dan mencapai apa yang ditujunya dari dorongan internal dan eksternal.

Harapan dari para responden sebagai bentuk jawaban dari pertanyaan terakhir dapat dilihat kesamaannya. Seluruh responden mengharapkan hilang atau berkurangnya stigma negatif pada Generasi Z. Dengan pembuktian yang mereka lakukan sebagai syarat bahwa stigma tersebut bisa berkurang atau hilang sesuai harapan mereka. Serta menurut mereka perlu adanya kesadaran bagi masyarakat mengenai perbedaan yang dimiliki setiap individu.

## SIMPULAN

Generasi Z, yang kerap mendapat stigma negatif dari masyarakat dengan label malas, manja, dan terlalu bergantung pada teknologi memiliki cara tersendiri dalam menghadapi pandangan negatif. Meski dari lima responden dan Generasi Z lainnya tidak semua pernah langsung mendapatkan stigma itu, tetapi mayoritas menyadari keberadaannya, terutama dari media sosial dan komentar orang-orang di sekitar. Respons yang diberikan lima responden sebagai perwakilan Generasi Z pun beragam, mulai dari sikap acuh hingga menolak secara tegas, namun sebagian besar dari mereka memilih untuk membuktikan bahwa generalisir yang dilakukan oleh masyarakat itu salah. Mereka menilai ketekunan dalam belajar dan berusaha lebih baik lagi, agar bisa menunjukkan bahwa Gen Z punya potensi dan tidak sesuai dengan apa yang mereka katakan. Resiliensi mereka tercermin dalam sikap dan pendekatan emosional secara dewasa dan tidak larut dalam stigma negatif, tapi menjadikannya sebagai motivasi untuk berkembang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, P. (2018). Penggunaan Metode Black Box Testing (Boundary Value Analysis) Pada Sistem Akademik (Sma/Smk). *Faktor exacta*, 11(2), 186-195.
- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa. (n.d.). Resiliensi. Dalam KBBI Daring. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. Diakses pada 1 April 2025, dari [kbbi.kemdikbud.go.id](http://kbbi.kemdikbud.go.id)
- Irawan, R., Renata, D., & Dachmiati, S. (2022). Resiliensi akademik siswa. *Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*, 2(2), 135-140.
- Lolong, S. V., Sulastri, A., & Utami, M. S. S. (2025). PENINGKATAN HARGA DIRI TERHADAP PRESTASI BELAJAR SISWA SMAPENINGKATAN HARGA DIRI TERHADAP PRESTASI BELAJAR SISWA SMA. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 8(1), 1996–2004.
- Nurhaliza , D., Usman, C. I., & Putri, B. N. D. (2025). PROFIL MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK DARI KELUARGA BROKEN HOME KELAS XII FASE F DI SMK NEGERI 4 SIJUNJUNG. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 8(1), 2491–2498
- Pratiwi, Z. R., & Kumalasari, D. (2021). Dukungan orang tua dan resiliensi akademik pada mahasiswa. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(2), 138-â.
- Rachmawati, I. N. (2007). Pengumpulan data dalam penelitian kualitatif: wawancara. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 11(1), 35-40.
- Sari, P. K. P., & Indrawati, E. S. (2016). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir jurusan x fakultas teknik universitas diponegoro. *Jurnal Empati*, 5(2), 177-182
- Setiadiji, A. R. A., Kusumaningtyas, S., & Juniarti, J. E. (2023, November). Persepsi milenial terhadap stereotipe gen z. In Prosiding Seminar Nasional Ilmu Ilmu Sosial (SNIS) (Vol. 2, pp. 103-113).
- Sholichah, I. F., Paulana, A. N., & Fitriya, P. (2019, July). Self-esteem dan resiliensi akademik mahasiswa. In Proceeding National Conference Psikologi UMG 2018 (Vol. 1, No. 1, pp. 191-197).
- Sutrisno, N., Ismail, D. H., Sulaeman, I., Bakri, B., & Sopiah, S. (2024). Komunikasi Berbasis Digitalisasi Yang Efektif Bagi Gen Z Dalam Karier Dan Sosial. *Journal Of Human And Education (JAHE)*, 4(4), 248–254.