

Fungsi Restoratif Alam: Makna Hidup sebagai Mediator Hubungan antara Kedekatan dengan Alam dan Resiliensi = The Restorative Function of Nature: The Role of Meaning in Life as the Mediator toward the Relationship between Nature Relatedness and Resilience

Elyska Imardini, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920523255&lokasi=lokal>

Abstrak

Situasi yang menekan dapat dialami oleh siapapun. Individu dapat mengalami stres akibat peristiwa hidup yang besar dan masalah hidup sehari-hari, dan stres yang bersifat kumulatif pada kehidupan seseorang dapat memprediksi hasil buruk pada kesehatan mental. Dalam mengatasi efek negatif dari kesulitan, kedekatan dengan alam dan makna hidup dapat berperan penting dalam membantu individu beradaptasi dan memperoleh hasil yang positif. Penelitian ini bertujuan untuk melihat peran makna hidup serta dimensi-dimensinya yakni *accomplished life*, *exciting life*, *principled life*, *purposeful life*, dan *valued life* dalam memediasi hubungan antara kedekatan dengan alam dan resiliensi pada 175 partisipan dengan rentang usia 18–63 tahun ($M = 25,00$). Analisis data dilakukan dengan menggunakan PROCESS Macro Model 4 dari Hayes. Penulis menemukan bahwa makna hidup secara keseluruhan, maupun dimensi *accomplished life*, dan dimensi *exciting life* memediasi secara penuh hubungan antara kedekatan dengan alam dengan resiliensi. Sementara itu, peran mediasi dari dimensi *principled life*, *purposeful life*, dan *valued life* tidak signifikan.

.....Anyone can experience stressful situations. Individuals can experience stress from major life events and everyday life problems, and stress that is cumulative in a person's life can predict adverse outcomes for mental health. In overcoming the negative effects of adversity, nature relatedness and the meaning in life can play an important role in helping individuals adapt and achieve positive results. The purpose of the present research is to investigate the role of meaning in life and its dimensions, namely *accomplished life*, *exciting life*, *principled life*, *purposeful life*, and *valued life*, in mediating the relationship between nature relatedness and resilience in 175 participants with an age range of 18–63 years ($M = 25,00$). Data analysis was performed using Process Macro Model 4 from Hayes. This study found that meaning in life in general, along with the *accomplished life* dimension, and the *exciting life* dimension fully mediated the relationship between nature relatedness and resilience. Meanwhile, the mediating role of the dimensions of *principled life*, *purposeful life*, and *valued life* was not significant