

Transformasi Identitas Diri dalam Konsep Eksistensialisme Kierkegaard dan Relevansinya terhadap Mental Remaja di Indonesia

Annisa Nur Fauziah

Jurusan Aqidah dan Filsafat Islam Fakultas Ushuluddin
UIN Sunan Gunung Djati Bandung
annisanfauziah283@gmail.com

Abstract

This research aims to discuss the transformation of self-identity within the concept of Kierkegaard's existentialism and its relevance to the mental condition of adolescents in Indonesia. The study utilizes a qualitative approach by applying library research. The formal object of this research is the theory of self-transformation from Kierkegaard's existentialist thinking, while the material object is the relevance to mental conditions. The scope of the research focuses on adolescent in Indonesia. The results of the discussion in this research indicate that the mental condition of Indonesian adolescents can be analyzed through the transformation of self-identity within Kierkegaard's existentialism, which consist of three stages. The research concludes that the transformation of self-identity indeed influences the mental condition of adolescents in Indonesia. The study recommends that institutions or social organizations, particularly those involved in the protection and empowerment of adolescents, provide guidance and mentorship to Indonesia adolescents, aiming to cultivate their mental well-being and stability.

Keywords: Adolescents; Existentialism; Mental; Self-identity; Transformation.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk membahas transformasi identitas diri yang terdapat dalam konsep eksistensialisme Kierkegaard dan relevansinya dengan kondisi mental remaja di Indonesia. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan menerapkan studi kepustakaan (*library research*). Objek formal penelitian ini adalah teori perubahan diri dari pemikiran eksistensialisme Kierkegaard, sedangkan objek materialnya adalah

relevansi dengan kondisi mental. Adapun lingkup penelitian yaitu remaja di Indonesia. Hasil dari pembahasan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi mental remaja Indonesia dapat dianalisis melalui perubahan identitas diri dalam konsep eksistensialisme Kierkegaard yang memiliki tiga tahap. Penelitian ini menyimpulkan ternyata perubahan identitas diri mempengaruhi kondisi mental remaja di Indonesia. Penelitian ini merekomendasikan kepada lembaga atau organisasi sosial atau pengembangan masyarakat terutama di bidang perlindungan dan pemberdayaan remaja untuk pengarahan dan pembinaan terhadap remaja Indonesia supaya menjadi remaja dengan kondisi mental yang sehat juga stabil.

Kata Kunci: Eksistensialisme; Identitas diri; Mental; Perubahan; Remaja

Pendahuluan

Transformasi diri dalam pemikiran eksistensialisme Kierkegaard memiliki relevansi dengan perkembangan terhadap mental remaja di Indonesia. Perubahan identitas yang terjadi dalam eksistensialisme Kierkegaard memiliki tiga tahap. Namun, pemikiran Kierkegaard ini tidak banyak disadari, padahal memiliki relevansi dengan perkembangan mental saat memasuki fase remaja. Sebab, masa remaja merupakan fase pencarian jati diri dan akan terjadi perubahan mental (Abidin, 1990). Kierkegaard dengan eksistensialismenya menjelaskan mengenai bagaimana perubahan yang akan terjadi dan tahapan apa saja yang akan dilewati untuk mencapai eksistensinya. Oleh karena itu, penelitian ini memandang penting untuk membahas transformasi identitas diri dalam konsep eksistensialisme Kierkegaard dan relevansinya dengan mental remaja di Indonesia.

Hasil penelitian terdahulu terkait transformasi identitas diri dalam konsep eksistensialisme Kierkegaard dan relevansinya terhadap mental remaja telah dilakukan oleh sejumlah peneliti. Antara lain laporan penelitian paling terbaru dilakukan oleh Andri Fransiskus Gultom, Misnal Munir, Iva Ariani (2019), "Perubahan Identitas Diri dalam Eksistensialisme Kierkegaard: Relevansinya bagi Mental Warga Indonesia," Universitas Gadjah Mada. Penelitian ini telah berusaha mengkaji tentang Identitas diri yang menjadi sebuah wacana penting dalam pembahasan masalah manusia. Identitas dalam wacana kewarganegaraan merupakan hal yang

ada dalam diri setiap individu yang dapat dibuktikan melalui kartu identitas. Dalam kajian filsafat identitas ini menjadi sebuah perdebatan yang mempertanyakan apakah identitas itu tetap atau dapat berubah. Penulis berusaha mengungkap aspek terdalam kerapuhan manusia modern. Dimensi internal dalam diri memiliki implikasi bagi dimensi eksternal dari kebertubuhan dan sosialitas. Penulis menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dalam metode yang digunakan dalam penelitian ini, seperti *verstehen* (memahami isi teks primer dari Kierkegaard), deskripsi (gambaran atas pemikiran Kierkegaard), komparasi (membandingkan pemikiran Kierkegaard dan filsuf lain) dan heurmetika (menafsirkan teks-teks dengan situasi zaman dan merelevankannya dengan tema tulisan). Penulis menyimpulkan bahwa perubahan tidak otomatis terjadi begitu saja melainkan melalui proses perkembangan. Hal ini berkaitan dengan identitas diri di zaman sekarang tampaknya mesti disadari sebagai bagian dari *unfinished self project*. Perubahan identitas muncul atas dorongan kecemasan dan keputusan yang terus datang tanpa rasa puas dalam kehidupan yang semu. Untuk itu, perubahan diri harus mempunyai dan mencapai standar ideal yaitu tahapan etis. Dalam wacana kewargaan perubahan ini berangsur dari mental individu untuk meyakini juga bertindak bahwa ada warga lain yang berbeda dan ada pemerintahan yang berkuasa. Dapat dikatakan bahwa perubahan merupakan kemampuan diri, relasi, negara dan kuasa Ilahi (Gultom et al., 2019).

Hasil penelitian terdahulu dan penelitian sekarang memiliki kesamaan dan sekaligus perbedaan. Penelitian terdahulu dan penelitian sekarang sama-sama meneliti konsep eksistensialisme dan relevansinya dengan mental. Perbedaannya adalah penelitian terdahulu membahas konsep eksistensialisme yang berhubungan dengan mental warga Indonesia, sedangkan penelitian sekarang membahas relevansi konsep eksistensialisme lebih spesifik yaitu dengan mental remaja di Indonesia.

Kerangka berpikir perlu disusun sebagai alur logis secara garis besar berjalannya penelitian. Alur logis ini akan diarahkan untuk mengatasi permasalahan utama dalam penelitian ini, yaitu terdapat transformasi identitas diri dalam konsep eksistensialisme Kierkegaard dan relevansinya terhadap mental remaja di Indonesia. Untuk memudahkan deskripsi kerangka berpikir, maka disajikan bagan seperti di bawah ini:

Bagan 1. Kerangka Berpikir



Konsep eksistensialisme menurut Kierkegaard yang paling penting bagi manusia adalah keadaan dirinya sendiri atau eksistensi diri. Eksistensi manusia berjalan menjadi dan bukan statis, termasuk di dalamnya terjadi perubahan dari kemungkinan menuju kenyataan. Dalam perkembangannya, perubahan eksistensi manusia terjadi dalam kebebasan dan keluar dari kebebasan. Maka, eksistensi manusia ada pada kebebasan karena manusia dihadapkan pada banyak pilihan dalam hidupnya. Transformasi merupakan suatu perubahan terhadap keadaan. Dalam hal ini keadaan yang dimaksud adalah suatu ruang dan waktu yang ada pada setiap individu. Transformasi ini mempengaruhi identitas individu. Transformasi ini menjadi permasalahan eksistensial bagi individu. Keadaan mental remaja cenderung tidak stabil Ketika memasuki fase pendewasaan. Individu cenderung mencari identitas dirinya Ketika usia remaja. Pemikiran perubahan identitas diri dari Kierkegaard mempunyai relevansi dengan mental remaja yaitu memasuki fase pencarian jati diri yang memiliki beberapa tahap.

Landasan teoritis dalam penelitian ini menggunakan teori perubahan identitas diri dari pemikiran eksistensialisme Soren Kierkegaard. Landasan teoritis ini akan digunakan sebagai pisau analisis dalam membahas topik utama penelitian, yaitu transformasi identitas diri dan relevansinya dengan mental remaja di Indonesia. Landasan teoritis perubahan identitas diri dalam eksistensialisme Kierkegaard dapat ditemukan dalam pemikirannya mengenai konsep individu yang autentik. Menurut Kierkegaard, individu harus menghadapi kecemasan eksistensial dan mengambil tanggung jawab pribadi dalam menentukan makna hidup mereka sendiri. Dalam pandangan Kierkegaard, perubahan identitas diri terjadi melalui proses yang disebut "pemilihan". Individu dihadapkan pada pilihan antara hidup secara otentik atau hitam-putih, antara menjadi diri sendiri atau menyatu dengan massa yang *anonym*. Untuk mencapai identitas yang sejati, individu harus melampaui kecemasan dan memilih untuk hidup sesuai dengan nilai-nilai dan tujuan yang mereka pilih secara sadar. Suatu karya ilmiah selalu membutuhkan adanya objek formal, yaitu subjek teori yang membahas objek bahasan dan objek material, yakni

materi yang dibahas oleh objek formal (Parluhutan, 2020). Teori perubahan diri dari pemikiran eksistensialisme Kierkegaard menjadi objek formal. Sedangkan relevansi dengan mental menjadi objek materialnya. Adapun remaja Indonesia menjadi lokus atau lingkup (*scope*) yang menjadi wadah atau ruang ditemukannya perubahan diri dalam eksistensialisme Kierkegaard.

Permasalahan utama penelitian ini adalah terdapat transformasi identitas diri dalam konsep eksistensialisme Kierkegaard dan relevansinya terhadap mental remaja di Indonesia. Rumusan masalah penelitian ini ialah bagaimana transformasi identitas diri dalam konsep eksistensialisme Kierkegaard dan relevansinya terhadap mental remaja di Indonesia. Penelitian bertujuan untuk membahas transformasi identitas diri dalam konsep eksistensialisme Kierkegaard dan relevansinya terhadap mental remaja di Indonesia. Secara teoritis penelitian ini diharapkan bermanfaat sebagai kajian awal pengetahuan mengenai transformasi identitas diri dalam konsep eksistensialisme Kierkegaard dan relevansinya terhadap mental remaja di Indonesia. Secara praktis, penelitian ini diharapkan memberikan manfaat untuk pengembangan kajian mengenai transformasi identitas diri dalam konsep eksistensialisme Kierkegaard dan relevansinya terhadap mental remaja di Indonesia.

Metode Penelitian

Metode penelitian meliputi lima hal, yaitu pendekatan dan metode, jenis data dan sumber data, teknik analisis data, dan waktu serta tempat penelitian (Darmalaksana, 2020). Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan menerapkan metode studi kepustakaan (*library research*). Data primer yang digunakan adalah buku dan teks yang berisi pemikiran dari Kierkegaard tentang eksistensialisme dan transformasi identitas diri. Sedangkan sumber data sekunder meliputi Jurnal mengenai topik pembahasan. Adapun pembahasan dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif yang menjabarkan pemikiran eksistensialisme Kierkegaard mengenai Transformasi identitas juga relevansinya dengan mental remaja di Indonesia.

Hasil dan Pembahasan

1. Identitas Diri dalam Konsep Eksistensialisme Kierkegaard

Soren Aabye Kierkegaard (1813-1855) lahir tanggal 5 Mei 1813 dan berkebangsaan Denmark. Meskipun termasuk ke alam golongan filsuf eksistensialis, Kierkegaard menyatakan kalau dirinya memiliki pandangan yang berbeda dari filsuf lainnya. Dalam karyanya yang berjudul *Either/Or*,

Kierkegaard mengungkapkan bahwa hidup bukanlah sekedar sesuatu sebagaimana yang dipikirkan melainkan sebagaimana yang dihayati. Semakin dalam penghayatan manusia mengenai kehidupan maka semakin bermakna pula kehidupannya (Raharjo & Syamsudin, 2018).

Perubahan akan selalu terjadi dan hal ini berlaku juga pada identitas diri. Transformasi dalam identitas diri seseorang berjalan dengan banyaknya faktor yang mempengaruhi. Bagi Kierkegaard sendiri identitas diri merupakan suatu usaha yang dilakukan secara terus menerus untuk mengembangkan dan menyadari diri sendiri. Hal ini beriringan dengan Tindakan dan pilihan yang dibuat oleh setiap individu (Rahman, 2020).

Kierkegaard menekankan bahwa kesadaran diri adalah hal terpenting dalam mencapai identitas diri yang sejati. Dalam bertransformasi setiap individu harus melakukan introspeksi yang jujur dan menghadapi kebenaran tentang diri mereka sendiri. Hal ini melibatkan pengenalan terhadap kelemahan, keberdosaan, dan ketidaksempurnaan yang ada dalam diri.

Bagi Kierkegaard, identitas diri akan melibatkan pengambilan tanggung jawab pribadi dalam menghadapi pilihan hidup. Pentingnya pengambilan keputusan yang otonom dan tidak mengikuti arus massa atau tuntutan sosial. Individu harus memiliki keberanian untuk membuat pilihan yang mendasarkan pada nilai-nilai yang dianggapnya benar dan autentik, meskipun bertentangan dengan norma-norma yang ada (Warnoto, 2009).

Menurut Kierkegaard identitas yang sejati juga mencakup dimensi religius. Individu yang mengenal dirinya secara mendalam akan menyadari atas kehadiran Tuhan dalam hidupnya dan menjalani hubungan personal dengan-Nya (Armawi, 2011). Identitas diri yang sejati melibatkan keberadaan yang sadar akan hubungan yang Transendental yaitu Tuhan. Individu juga dituntut untuk melalui proses Ketika bertransformasi, seperti melewati ketidakpastian, keraguan, dan konflik internal. Hasil dari transformasi ini adalah untuk mencapai pemahaman dan kesadaran diri yang mendalam. Maka individu dapat mencapai hidup yang autentik dan berarti.

2. Tahapan Transformasi Identitas Diri

Dalam pemikirannya, Kierkegaard memunculkan tahapan yang digunakan sebagai cara untuk mempresentasikan perjalanan dan perkembangan eksistensi manusia. Kierkegaard berpendapat bahwa identitas diri bukanlah sesuatu yang sudah ada secara pasti pada awalnya, tetapi sesuatu yang berkembang dan dipahami melalui perjalanan hidup.

Tahapan eksistensialisme ini merupakan penggambaran bagaimana individu berkembang dari tahap dangkal menuju tahap mendalam (Insany & Robandi, 2022).

Transformasi eksistensialisme mencerminkan bahwa individu berjuang untuk mencari jati diri dan makna eksistensial. Kierkegaard menyadari bahwa tahapan yang dilalui dalam transformasi identitas tidaklah mudah. Individu seringkali mengalami tantangan dan bahkan konflik internal yang harus dihadapi. Keraguan yang muncul dari jawaban atas pertanyaan tentang jati diripun menjadi salah satu tantangannya.

Eksistensialisme Kierkegaard menunjukkan bahwa kedalaman eksistensial ini berkaitan dengan kesadaran diri yang mendalam, hubungan religious, dan pencarian makna yang autentik. Tahapan-tahapan dari identitas diri dalam eksistensialisme Kierkegaard adalah sebagai berikut:

Tahap estetika

Pada tahap ini ditandai dengan kehidupan yang didominasi oleh pencarian kesenangan sensorik dan kepuasan diri. Di tahap estetika individu menjadi sosok yang hidup dalam keadaan hedonistik, menyukai hal-hal dan pengalaman yang menyenangkan. Individu cenderung tidak mempertimbangkan moral dan tanggung jawab dalam mengambil Tindakan kesenangan tersebut. Dengan begitu, kecemasan dan ketidakpastian dihindari dengan pencarian sensasi instan atau kesenangan (Insany & Robandi, 2022).

Tahap etika

Dalam tahap etika, individu mulai melibatkan dan mempertimbangkan perkembangan moral dan kesadaran akan tanggung jawab. Individu menyadari bahwasanya nilai dan moralitas adalah hal yang harus dipertimbangkan dan memiliki makna yang tinggi. Individu berusaha hidup sesuai dengan prinsip-prinsip etika. Maka, keputusan yang dibuat akan diambil berdasarkan prinsip moralitas yang objektif dan berusaha hidup dengan integritas (Rahman, 2020).

Tahap religious

Individu pada tahap religious akan melibatkan dimensi religious dalam identitas diri. Bagi Kierkegaard, tahap tertinggi dari perjalanan eksistensial manusia adalah kehidupan yang beragama. Di tahap ini terjadi perkembangan hubungan pribadi dengan Tuhan dan hidup dalam iman

yang kuat. Mereka mengakui bahwa keberadaan kekuatan *transcendental* dan merenungkan makna eksistensi mereka dalam konteks religius.

3. Relevansi Transformasi Identitas Diri terhadap Mental Remaja Indonesia

Kierkegaard dengan pemikiran eksistensialismenya mencoba menghadirkan gambaran manusia dalam mencari makna identitas diri melalui beberapa tahapan. Dalam hal ini konsep perubahan identitas diri Kierkegaard memiliki relevansi yang cukup signifikan dengan kondisi mental remaja di Indonesia. Remaja merupakan kelompok dalam usia peralihan yang mengalami perubahan signifikan dalam identitas diri mereka (Sofwan Indarjo, 2009).

Dalam aspek pencarian jati diri, remaja Indonesia seringkali berusaha memahami siapa sebenarnya mereka secara intens. Mereka mencoba mengenali dan menilai diri sendiri. Maka dari itu mereka menyukai hal-hal baru terutama hal yang membuat dirinya senang. Pada proses ini, remaja mengambil keputusan dan tindakan yang berkaitan dengan kesenangan yang tidak dipertimbangkan. Sama halnya dengan tahapan estetika dalam konsep eksistensialisme Kierkegaard (K & Dewi Aisyah, 2021).

Dalam kehidupannya remaja seringkali menghadapi situasi yang tidak pasti dan konflik internal saat menghadapi tuntutan sosial. Banyak kasus bunuh diri yang terjadi pada remaja, hal ini merupakan suatu kegagalan dari tahap perubahan identitas diri (Agustriyana & Suwanto, 2017). Tahap selanjutnya dari perubahan identitas diri adalah tahap etis. Pada tahap ini remaja mengalami perubahan yang cukup drastis. Keadaan mental mulai berubah dan mengalami banyak ketakutan atas ketidakpastian. Remaja mulai memilah dan memilih atas tindakannya. Biasanya pada tahap ini mereka mengalami pendewasaan secara mental dan pikiran (Aisyaroh et al., 2022).

Hasil dari ketidakpastian dan konflik internal melahirkan sebuah keputusan. Tahapan ini jarang tercapai karena kondisi ketidakstabilan mental yang dialami oleh remaja. Hal ini berpengaruh pada keputusan yang diambil. Terkadang remaja mengambil keputusan saat dalam kondisi mental yang stabil (Huriati & Hidayah, 2016). Maka diperlukan kesadaran penuh dan tanggung jawab moral ketika mengambil keputusan. Dari sinilah akan tercipta individu dengan makna eksistensial yang mendalam.

Kierkegaard dalam eksistensialismenya menekankan bahwa tanggung jawab pribadi merupakan sebuah hal yang penting dalam menghadapi pilihan hidup. Remaja perlu belajar untuk mengambil tanggung jawab atas Tindakan yang mereka buat. Tindakan merupakan

buah dari keputusan yang diambil, maka haruslah ada tanggung jawab. Mengembangkan otonomi juga merupakan hal yang harus dipelajari oleh remaja, membuat keputusan berdasarkan nilai-nilai yang autentik, dan tidak terpengaruh oleh tekanan sosial yang tidak sejalan dengan identitas mereka.

Pada tahapan akhir, Kierkegaard berpandangan bahwa dimensi religius merupakan tahapan tertinggi dari eksistensialismenya. Peran agama dalam identitas diri dapat membantu remaja dalam mengembangkan hubungan pribadi dengan Tuhan dan menemukan makna eksistensial dalam konteks religius. Seringkali agama menjadi pilihan terakhir dalam kehidupan remaja, meskipun begitu kehadiran agama tetap merupakan identitas diri remaja.

Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan ternyata perubahan identitas diri dalam konsep eksistensialisme Kierkegaard memiliki relevansi dengan kondisi mental remaja Indonesia. Hasil dari pembahasan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi mental remaja Indonesia dapat dianalisis melalui perubahan identitas diri dalam konsep eksistensialisme Kierkegaard yang memiliki tiga tahap. Secara teoritis, penelitian ini diharapkan memiliki implikasi manfaat dan kegunaan sebagai kajian awal tentang perubahan identitas diri dalam konsep eksistensialisme Kierkegaard yang memiliki relevansi dengan kondisi mental remaja Indonesia. Secara praktis, penelitian ini diharapkan memiliki implikasi manfaat dan kegunaan untuk pengembangan secara lebih serius dalam kajian tentang perubahan identitas diri dalam konsep eksistensialisme Kierkegaard yang memiliki relevansi dengan kondisi mental remaja Indonesia. Penelitian ini memiliki keterbatasan tanpa melakukan studi lapangan melalui wawancara, sehingga hal ini menjadi peluang penelitian selanjutnya untuk kajian empiris secara lebih terukur. Penelitian ini merekomendasikan kepada Lembaga atau organisasi sosial atau pengembangan masyarakat terutama di bidang perlindungan dan pemberdayaan remaja untuk pengarahan dan pembinaan terhadap remaja Indonesia supaya menjadi remaja dengan kondisi mental yang sehat juga stabil.

Daftar Pustaka

- Agustriyana, N. A., & Suwanto, I. (2017). Fully Human Being pada Remaja Sebagai. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 2(1), 9–11.
- Aisyaroh, N., Hudaya, I., & Supradewi, R. (2022). Trend Penelitian Kesehatan Mental Remaja di Indonesia dan Faktor Yang Mempengaruhi: Literature Review. *Scientific Proceedings of Islamic and Complementary Medicine*, 1(1), 41–51.
<https://doi.org/10.55116/spicm.v1i1.6>
- Armawi, A. (2011). Eksistensi Manusia dalam Filsafat Søren Kierkegaard. *Jurnal Filsafat*, 21, 21–29.
<https://jurnal.ugm.ac.id/wisdom/article/view/4738/9371>
- Darmalaksana, Wahyudin. (2020). Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka dan Studi Lapangan. Pre-Print Digital Library UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
- Gultom, A. F., Munir, M., & Ariani, I. (2019). Perubahan Identitas Diri dalam Eksistensialisme Kierkegaard: Relevansinya bagi Mental Warga Negara Indonesia. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan*, 9(2), 77–84.
<https://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/pkn/article/view/8052>
- Huriati, & Hidayah, N. (2016). Krisis Identitas Diri pada Remaja. *Sulesana*, 10(1), 49–62. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/sls/article/view/1851>
- Insany, A., & Robandi, B. (2022). Pemikiran Kritis Filsuf Kierkegaard tentang Manusia Eksistensial dan Pendidikan. *Jurnal Penel Itian Pendidikan*, 22(3), 343–358.
- K, F., & Dewi Aisyah. (2021). Peningkatan Kesehatan Mental Anak dan Remaja Melalui Ibadah Keislaman. *Al-Isyrof: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(1), 1–7. <https://doi.org/10.51339/isyrof.v3i1.292>
- Raharjo, T. B., & Syamsudin, M. M. (2018). Konsep Kebebasan Eksistensial Søren Aabey Kierkegaard dalam Perspektif Filsafat Manusia. *Universitas Gajah Mada*.
<http://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/157202>
- Rahman, P. M. P. . T. N. A. (2020). *Makalah Filsafat Pendidikan Islam Hakekat Eksistensialisme*.
- Sofwan Indarjo. (2009). Kesehatan Jiwa Remaja. *KEMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 48–57. <https://doi.org/10.15294/kemas.v5i1.1860>
- Warnoto. (2009). *Diri Yang Otentik: Konsep Filsafat Eksistensial Søren Kierkegaard*. 1–89.