

Filsafat Eksistensialisme dalam Konteks Dunia Modern: Tantangan dan Relevansi

pegi idha amarela¹, Sri astutik², timotius budi irawan³

¹⁻³ Sekolah Tinggi Filsafat Driyarkara, Indonesia

Abstrak. Artikel ini membahas filsafat eksistensialisme dalam konteks dunia modern, dengan fokus pada tantangan yang dihadapi oleh individu dalam pencarian makna hidup di tengah kemajuan teknologi, perubahan sosial, dan kompleksitas kehidupan kontemporer. Filsafat eksistensialisme, yang berakar pada pemikiran tokoh seperti Søren Kierkegaard, Friedrich Nietzsche, dan Jean-Paul Sartre, menekankan pentingnya kebebasan, tanggung jawab pribadi, dan pencarian makna yang autentik. Dalam artikel ini, eksistensialisme dianalisis dalam kaitannya dengan dinamika sosial dan budaya modern, serta relevansinya dalam membantu individu mengatasi masalah seperti kecemasan eksistensial, alienasi, dan pencarian identitas dalam masyarakat yang cepat berubah. Diharapkan bahwa pemahaman yang lebih dalam tentang eksistensialisme dapat memberikan wawasan tentang cara-cara individu dapat menemukan makna dalam kehidupan mereka di dunia yang serba cepat dan serba digital.

Kata Kunci: Eksistensialisme, filsafat, kebebasan, makna hidup, kecemasan eksistensial, alienasi, identitas, masyarakat modern, teknologi, perubahan sosial.

LATAR BELAKANG

Filsafat eksistensialisme telah menjadi salah satu aliran filsafat yang sangat relevan untuk memahami kondisi manusia di dunia modern. Aliran ini, yang berkembang pada abad ke-19 dan ke-20, menekankan kebebasan individu, tanggung jawab, dan pencarian makna dalam kehidupan yang sering kali diliputi oleh kecemasan dan ketidakpastian. Pemikiran eksistensial telah berkontribusi besar dalam memahami kondisi manusia yang teralienasi, dihadapkan pada dunia yang terus berubah dan sering kali terasa tidak bermakna (Nagel, 1971). Filsafat ini relevan untuk mengeksplorasi pengalaman hidup manusia dalam menghadapi tekanan-tekanan sosial dan budaya yang ada dalam dunia modern, di mana nilai-nilai tradisional sering kali tergantikan oleh kemajuan teknologi dan globalisasi.

Dalam dunia yang semakin dipenuhi oleh teknologi, perubahan sosial, dan arus informasi yang cepat, individu sering merasa terisolasi dan kehilangan makna dalam hidup mereka (Bauman, 2000). Kecemasan eksistensial menjadi masalah yang semakin terasa, seiring dengan hilangnya keteguhan nilai-nilai yang pernah ada. Konsep-konsep seperti kebebasan, tanggung jawab, dan pilihan pribadi yang ditawarkan oleh filsafat eksistensialisme memberikan alternatif untuk memahami dan mengatasi krisis makna tersebut. Pemikiran dari tokoh-tokoh besar seperti Søren Kierkegaard, Friedrich Nietzsche, dan Jean-Paul Sartre mengajukan gagasan tentang pentingnya individualitas, keberanian untuk menghadapi ketidakpastian, serta pencarian makna hidup yang autentik sebagai respons terhadap dunia yang semakin serba cepat dan kompleks.

Meski begitu, meskipun filsafat eksistensialisme telah diterima secara luas dalam dunia akademik, ada kekurangan penelitian yang mendalam mengenai relevansi konsep-konsep eksistensialisme dalam menghadapi tantangan kehidupan di era modern ini. Beberapa peneliti telah mengidentifikasi bahwa meskipun banyak tulisan yang mengulas tentang filsafat eksistensialisme, masih sedikit yang mengkaji bagaimana konsep-konsep ini dapat diadaptasi dan diterapkan dalam konteks sosial, politik, dan budaya masa kini, di mana perubahan dan kemajuan teknologi mempengaruhi cara hidup dan berpikir manusia (Yalom, 1980). Oleh karena itu, kajian ini bertujuan untuk mengeksplorasi relevansi filsafat eksistensialisme dalam konteks dunia modern, serta tantangan yang dihadapi individu dalam pencarian makna hidup.

Penelitian ini memiliki kebaruan dalam menghubungkan ide-ide klasik filsafat eksistensialisme dengan kondisi dunia modern yang serba cepat dan penuh ketidakpastian. Sebelumnya, banyak penelitian tentang eksistensialisme yang terfokus pada aspek teori dan filosofi, namun jarang yang membahas bagaimana penerapannya dalam kehidupan praktis individu yang terpengaruh oleh perkembangan teknologi dan pergeseran sosial. Kajian ini bertujuan untuk mengisi celah tersebut dengan menyelidiki bagaimana prinsip-prinsip eksistensialisme dapat menawarkan solusi terhadap kecemasan eksistensial dan alienasi yang dialami oleh individu dalam masyarakat kontemporer.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis bagaimana filsafat eksistensialisme dapat membantu individu menemukan makna hidup dalam dunia yang sering kali terasa kacau dan tidak pasti. Penelitian ini juga bertujuan untuk menunjukkan relevansi dan pentingnya eksistensialisme dalam memahami tantangan yang dihadapi oleh individu modern, serta menggali konsep-konsep inti dari eksistensialisme yang masih dapat diterapkan untuk menghadapi masalah-masalah seperti kecemasan, alienasi, dan pencarian identitas dalam kehidupan sehari-hari (Macquarrie, 2004). Diharapkan, temuan dari penelitian ini dapat memberikan wawasan baru tentang bagaimana eksistensialisme tetap relevan dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan penting mengenai makna dan tujuan hidup di dunia modern.

KAJIAN TEORITIS

Filsafat eksistensialisme, yang mulai berkembang pada abad ke-19, berfokus pada pengalaman individu dan kebebasan dalam pencarian makna hidup. Pemikiran eksistensial menekankan bahwa manusia tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi sosial dan budaya, tetapi juga

oleh pilihan-pilihan dan tindakan yang mereka ambil dalam hidupnya. Para filsuf eksistensial seperti Søren Kierkegaard, Friedrich Nietzsche, dan Jean-Paul Sartre mengajukan gagasan yang menekankan kebebasan individu, tanggung jawab pribadi, dan pencarian makna yang autentik. Kierkegaard, misalnya, berpendapat bahwa kecemasan adalah bagian integral dari pengalaman manusia, yang timbul karena kebebasan untuk memilih (Kierkegaard, 1849). Di sisi lain, Nietzsche menekankan konsep "will to power" dan penolakan terhadap nilai-nilai tradisional sebagai cara untuk mengatasi krisis makna dalam dunia yang semakin nihilistik (Nietzsche, 1883).

Jean-Paul Sartre lebih lanjut mengembangkan ide-ide eksistensialisme dengan menekankan konsep "keberadaan mendahului esensi," yang menunjukkan bahwa manusia pertama-tama ada, lalu menentukan makna hidup mereka melalui tindakan dan pilihan mereka sendiri (Sartre, 1943). Dalam pandangan Sartre, kebebasan adalah inti dari eksistensialisme, namun kebebasan ini juga membawa beban tanggung jawab yang besar, yakni konsekuensi dari pilihan-pilihan yang dibuat. Konsep ini seringkali menjadi pokok bahasan dalam teori-teori eksistensialisme yang mengkaji makna hidup dalam konteks kebebasan dan kecemasan.

Di dalam dunia modern, perkembangan teknologi, perubahan sosial, dan globalisasi membawa tantangan tersendiri bagi individu yang ingin menemukan makna hidup. Beberapa peneliti telah mengkaji bagaimana filsafat eksistensialisme dapat membantu individu mengatasi kecemasan eksistensial yang muncul akibat alienasi dan hilangnya nilai-nilai tradisional dalam masyarakat kontemporer. Bauman (2000) mengemukakan bahwa dalam dunia yang semakin cair dan serba cepat, individu mengalami kesulitan dalam menemukan fondasi yang stabil untuk membangun makna hidup, yang akhirnya menyebabkan perasaan ketidakpastian dan kecemasan eksistensial. Penelitian-penelitian ini mengaitkan perasaan terasing dan hilangnya makna hidup dengan perubahan sosial yang cepat, yang sering kali mempengaruhi pencarian identitas individu.

Penelitian lainnya, yang dilakukan oleh Yalom (1980), menyatakan bahwa eksistensialisme dapat membantu individu menghadapi krisis hidup, terutama dalam memahami pentingnya kebebasan pribadi dan tanggung jawab terhadap keputusan yang diambil. Yalom mengaitkan kecemasan eksistensial dengan ketidakmampuan individu untuk menghadapi kematian, kebebasan, dan ketidakpastian hidup. Dalam konteks ini, filsafat eksistensial memberikan landasan penting untuk mengatasi perasaan terasing dan menemukan makna dalam hidup.

Selain itu, beberapa penelitian lebih lanjut mengkaji aplikasi praktis eksistensialisme dalam konteks psikologi dan konseling. Macquarrie (2004) mengamati bahwa konsep-konsep eksistensial seperti kebebasan, kecemasan, dan pencarian makna masih relevan dalam terapi psikologis modern, di mana individu dihadapkan pada tantangan untuk menemukan identitas mereka di tengah kerumitan kehidupan modern. Pendekatan eksistensial dapat membantu individu menghadapi dilema eksistensial dan memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang diri mereka sendiri dan dunia di sekitar mereka.

Kajian ini bertujuan untuk mengembangkan lebih lanjut teori-teori eksistensialisme dalam konteks dunia modern. Meskipun banyak penelitian yang telah dilakukan mengenai teori eksistensialisme dalam konteks klasik, masih sedikit yang membahas relevansi filsafat ini dalam menghadapi tantangan dunia yang semakin kompleks. Oleh karena itu, penelitian ini berfokus pada bagaimana prinsip-prinsip eksistensialisme dapat diterapkan untuk membantu individu di dunia modern menemukan makna hidup mereka, serta mengatasi kecemasan eksistensial yang timbul akibat perkembangan sosial dan teknologi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi literatur dan analisis konten untuk mengkaji relevansi filsafat eksistensialisme dalam konteks dunia modern. Desain penelitian ini dipilih karena fokus penelitian adalah untuk menggali dan menganalisis konsep-konsep filsafat eksistensialisme dalam konteks sosial dan budaya kontemporer, serta untuk memahami penerapan teori-teori eksistensial dalam menghadapi tantangan kehidupan modern yang kompleks (Creswell, 2014). Dalam penelitian ini, tidak dilakukan eksperimen atau pengumpulan data primer melalui survei atau wawancara langsung, tetapi lebih mengutamakan analisis terhadap literatur dan karya-karya yang relevan dari tokoh-tokoh filsafat eksistensial, serta studi-studi terkait yang mengkaji penerapan teori eksistensialisme dalam dunia modern.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi penelitian ini terdiri dari literatur yang mencakup karya-karya utama dari filsuf eksistensial seperti Søren Kierkegaard, Friedrich Nietzsche, Jean-Paul Sartre, serta kajian-kajian kontemporer yang membahas penerapan eksistensialisme dalam psikologi, konseling, dan sosiologi (Nagel, 1971; Yalom, 1980). Sampel penelitian ini diambil secara purposive dengan

memilih sumber-sumber yang dianggap memberikan wawasan mendalam mengenai konsep-konsep eksistensialisme dan relevansinya dalam dunia modern. Karya-karya yang dipilih untuk dianalisis mencakup teks-teks klasik filsafat eksistensial serta artikel-artikel jurnal dan buku yang mengkaji isu-isu eksistensial dalam konteks kehidupan sosial dan budaya saat ini.

Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui kajian pustaka, yang meliputi identifikasi, seleksi, dan analisis literatur terkait dengan filsafat eksistensialisme dan tantangan yang dihadapi individu di dunia modern. Instrumen utama yang digunakan dalam penelitian ini adalah dokumentasi dari karya-karya filsafat eksistensial dan penelitian-penelitian sebelumnya yang relevan. Proses analisis dilakukan dengan teknik analisis tematik, yang memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi tema-tema kunci yang muncul dalam teks dan menghubungkannya dengan konteks sosial dan budaya modern.

Alat Analisis Data

Alat analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan analisis konten kualitatif, yang mengkategorikan dan mengorganisir informasi untuk mengidentifikasi pola-pola dalam data yang terkait dengan relevansi filsafat eksistensialisme. Teknik ini memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi tema-tema utama dalam karya-karya eksistensialisme dan menganalisis bagaimana konsep-konsep tersebut diterapkan dalam konteks dunia modern (Bryman, 2016). Proses analisis data dilakukan dengan cara memeriksa secara mendalam teks-teks yang telah dipilih, untuk mencari kesamaan dan perbedaan dalam cara filsuf eksistensial memandang permasalahan seperti kecemasan eksistensial, kebebasan, tanggung jawab, dan makna hidup.

Model Penelitian

Model penelitian ini berfokus pada pemahaman keterkaitan antara teori-teori eksistensialisme dengan tantangan kehidupan di dunia modern. Proses penelitian akan dilakukan dalam beberapa tahap: pertama, identifikasi tema-tema utama dalam filsafat eksistensialisme yang relevan dengan kehidupan modern; kedua, analisis bagaimana teori-teori tersebut dapat diterapkan untuk memahami masalah-masalah eksistensial yang dihadapi oleh individu saat ini; dan ketiga, sintesis pemahaman yang dihasilkan untuk merumuskan relevansi filsafat eksistensialisme dalam memberikan panduan bagi individu di dunia modern. Dengan demikian, model penelitian ini bersifat deskriptif-analitis, dengan fokus pada analisis tematik dari literatur yang ada (Flick, 2018).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses Pengumpulan Data dan Rentang Waktu

Penelitian ini dilakukan melalui studi literatur yang mendalam terhadap karya-karya filsuf eksistensial dan artikel-artikel yang relevan dengan penerapan eksistensialisme dalam dunia modern. Pengumpulan data dimulai pada bulan Januari 2025 dan selesai pada bulan Februari 2025. Sumber data utama berasal dari buku-buku filsafat klasik yang ditulis oleh Søren Kierkegaard, Friedrich Nietzsche, dan Jean-Paul Sartre, serta studi-studi kontemporer yang membahas penerapan teori eksistensialisme dalam konteks sosial dan psikologis modern (Nagel, 1971; Yalom, 1980). Selama periode pengumpulan data, literatur yang digunakan dipilih berdasarkan relevansi dengan topik kajian, serta kualitas dan kedalaman analisis yang ditawarkan.

Hasil Analisis Data

Hasil analisis data menunjukkan adanya keterkaitan yang signifikan antara pemikiran eksistensialisme dan tantangan yang dihadapi individu dalam dunia modern. Secara khusus, tiga tema utama muncul dalam analisis: pertama, **kecemasan eksistensial** yang disebabkan oleh kebebasan dan tanggung jawab pribadi; kedua, **alienasi sosial** yang semakin diperburuk oleh perkembangan teknologi dan globalisasi; dan ketiga, **pencarian makna hidup** dalam dunia yang sering kali tampak absurd dan tidak bermakna (Bauman, 2000).

Tema pertama, yaitu kecemasan eksistensial, diperlihatkan dengan jelas dalam pemikiran Sartre yang menyatakan bahwa kebebasan individu untuk memilih membawa konsekuensi besar, termasuk rasa takut dan tanggung jawab terhadap pilihan-pilihannya (Sartre, 1943). Dalam dunia modern, dengan perubahan sosial yang cepat dan pergeseran nilai-nilai tradisional, individu semakin merasa tertekan untuk mencari makna hidup mereka. Bauman (2000) menggambarkan dunia ini sebagai “modernitas cair,” di mana ketidakpastian dan perubahan yang cepat menciptakan kesulitan bagi individu untuk menemukan stabilitas dalam hidup mereka.

Tema kedua, yaitu alienasi sosial, juga menjadi sorotan penting dalam penelitian ini. Globalisasi dan kemajuan teknologi, yang menghubungkan orang dari berbagai penjuru dunia, justru sering menciptakan rasa terasing di antara individu. Yalom (1980) menyatakan bahwa individu di dunia modern semakin merasa terisolasi, meskipun terhubung secara digital. Proses ini memperburuk kecemasan eksistensial dan mempersulit pencarian makna yang autentik, sebagaimana dipertanyakan dalam filsafat eksistensial.

Tema ketiga, pencarian makna hidup, menunjukkan relevansi eksistensialisme dalam memberikan jawaban atas krisis makna yang dihadapi individu dalam kehidupan sehari-hari. Kierkegaard dan Nietzsche, meskipun berbeda pandangan, menekankan pentingnya pencarian makna melalui tindakan autentik dan pembebasan diri dari nilai-nilai yang telah diterima begitu saja oleh masyarakat (Kierkegaard, 1849; Nietzsche, 1883). Dalam konteks dunia modern, pencarian makna ini menjadi semakin penting karena individu dihadapkan pada banyak pilihan yang dapat menyebabkan kebingungannya mengenai tujuan hidup mereka.

Keterkaitan dengan Konsep Dasar

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemikiran eksistensialisme tetap relevan dalam membantu individu memahami dan mengatasi kecemasan eksistensial, alienasi sosial, dan pencarian makna hidup. Konsep-konsep dari Sartre tentang kebebasan dan tanggung jawab pribadi, misalnya, dapat dihubungkan dengan tantangan yang dihadapi individu modern yang sering kali merasa tertekan oleh ketidakpastian dan perubahan sosial yang cepat (Sartre, 1943). Selanjutnya, pemikiran Nietzsche tentang penciptaan makna melalui kehendak untuk berkuasa memberikan wawasan penting tentang bagaimana individu dapat mengatasi krisis identitas di dunia yang terfragmentasi (Nietzsche, 1883).

Perbandingan dengan Penelitian Sebelumnya

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan-temuan yang ada dalam studi-studi sebelumnya yang mengkaji penerapan eksistensialisme dalam konteks dunia modern. Sebagai contoh, Bauman (2000) menekankan bahwa dunia modern yang cair menyebabkan individu semakin terasing dan kesulitan untuk menemukan makna hidup mereka, yang sejalan dengan temuan penelitian ini mengenai alienasi sosial. Begitu pula dengan Yalom (1980), yang mengkaji bagaimana eksistensialisme dapat membantu individu mengatasi kecemasan eksistensial melalui pemahaman terhadap kebebasan dan tanggung jawab pribadi. Namun, penelitian ini juga menemukan bahwa masih ada kekosongan dalam literatur mengenai penerapan konkret teori-teori eksistensialisme dalam dunia yang semakin digital dan terhubung secara global, yang merupakan kontribusi kebaruan dalam penelitian ini.

Implikasi Hasil Penelitian

Implikasi teoritis dari penelitian ini adalah bahwa eksistensialisme tetap memiliki relevansi besar dalam memberikan panduan bagi individu yang menghadapi tantangan hidup di dunia modern. Teori-teori eksistensial dapat digunakan untuk memahami perasaan terasing dan kecemasan yang dialami oleh individu, serta memberikan solusi melalui pengembangan kesadaran akan kebebasan dan tanggung jawab pribadi. Dari segi praktis, temuan ini menunjukkan pentingnya pemahaman tentang eksistensialisme dalam bidang psikologi, konseling, dan pendidikan untuk membantu individu mengatasi krisis makna hidup mereka. Oleh karena itu, pengintegrasian eksistensialisme dalam terapi psikologis dan program pengembangan diri dapat membantu individu menemukan makna dan tujuan hidup mereka meskipun dihadapkan pada dunia yang penuh ketidakpastian dan perubahan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa filsafat eksistensialisme tetap relevan dalam memahami dan memberikan wawasan terhadap tantangan yang dihadapi individu di dunia modern. Tema-tema utama seperti kecemasan eksistensial, alienasi sosial, dan pencarian makna hidup, yang dipertanyakan oleh filsuf eksistensial seperti Søren Kierkegaard, Friedrich Nietzsche, dan Jean-Paul Sartre, terbukti memiliki keterkaitan yang signifikan dengan pengalaman individu modern. Konsep-konsep seperti kebebasan, tanggung jawab, dan penciptaan makna hidup memberikan panduan penting bagi individu yang terjebak dalam ketidakpastian dan kecemasan yang disebabkan oleh globalisasi, teknologi, dan perubahan sosial yang cepat (Bauman, 2000; Sartre, 1943). Temuan penelitian ini juga menunjukkan bahwa meskipun terdapat banyak penelitian yang membahas eksistensialisme, masih ada kekosongan dalam penerapan konkret teori-teori tersebut dalam konteks dunia digital dan global yang semakin terhubung.

Sebagai rekomendasi, penelitian lebih lanjut dapat dilakukan dengan fokus pada penerapan teori eksistensialisme dalam konteks dunia digital dan dampaknya terhadap kecemasan dan alienasi sosial. Hal ini menjadi penting karena perkembangan teknologi dan media sosial telah menciptakan tantangan baru bagi individu dalam mencari makna hidup mereka, serta memperburuk perasaan terasing meskipun terhubung secara global. Penelitian lebih lanjut juga dapat menggali lebih dalam tentang bagaimana filsafat eksistensialisme dapat diterapkan dalam

terapi psikologis untuk membantu individu yang menghadapi krisis eksistensial di dunia yang semakin kompleks ini.

Keterbatasan penelitian ini terletak pada metode yang digunakan, yakni studi literatur, yang terbatas pada sumber-sumber yang tersedia. Penelitian ini tidak mencakup wawancara langsung atau survei terhadap individu yang mengidentifikasi diri mereka sebagai pengguna teori eksistensialisme dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, penelitian mendatang diharapkan dapat melibatkan data primer dari individu atau kelompok yang mengalami tantangan eksistensial di dunia modern, serta mengeksplorasi berbagai perspektif dari berbagai budaya dan konteks sosial.

REFERENSI

- Bauman, Z. (2000). *Liquid Modernity*. Polity Press.
- Kierkegaard, S. (1849). *The Sickness Unto Death*.
- Nietzsche, F. (1883). *Thus Spoke Zarathustra*.
- Sartre, J. P. (1943). *Being and Nothingness*. Gallimard.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential Psychotherapy*. Basic Books.
- Nagel, T. (1971). The Absurd. *Journal of Philosophy*, 68(20), 716–727.
- Heidegger, M. (1962). *Being and Time*. Harper & Row.
- Camus, A. (1942). *The Myth of Sisyphus*. Gallimard.
- Frankl, V. E. (1946). *Man's Search for Meaning*. Beacon Press.
- Jaspers, K. (1951). *Philosophy of Existence*. University of Pennsylvania Press.
- Baumeister, R. F. (1991). *Meanings of Life*. The Guilford Press.
- Schopenhauer, A. (1851). *The World as Will and Representation*. Dover Publications.
- Yalom, I. D. (2008). *Staring at the Sun: Overcoming the Terror of Death*. Jossey-Bass.
- Steger, M. B. (2013). *Globalization: A Very Short Introduction*. Oxford University Press.
- Nagel, T. (2005). *What Does It All Mean? A Very Short Introduction to Philosophy*. Oxford University Press.