

PEMIKIRAN KI HAJAR DEWANTARA TENTANG PENDIDIKAN YANG MEMERDEKAKAN DAN IMPLIKASINYA TERHADAP IMPLEMENTASI PENDIDIKAN DI SMP

Ricky Yosepty^{1*}, Khoirunnisa², Liza Putri Renata³, Fatmawati⁴, Wachyudin⁵

^{1,2,3,4,5}Universitas Islam Nusantara, Indonesia

*Corresponding author: ricky.yosepty@uin.us

Abstract: The changes brought about by digital technology have had a significant impact on the process of identity formation among adolescents, particularly junior high school students who are in a transitional phase toward adulthood. In the environment of SMPN 2 Babakan Cikao Purwakarta, the use of social media and intense digital interaction has given rise to various issues, such as a tendency toward self-comparison, a decline in the authenticity of expression, anxiety over social judgment, and experiences of alienation from the real environment. This situation indicates the need for an educational approach that is able to address the personal dimension and the meaning of students' lives. This study examines the relevance of existentialist thought, particularly the ideas of Sartre, Kierkegaard, and Frankl, as a foundation for guiding adolescents to understand themselves more holistically amid the flow of digitalization. The study is conducted using a descriptive qualitative research method based on a literature review, examining various relevant academic sources. The results show that adolescents face challenges such as undirected freedom, pressure to conform, the need for digital recognition, and a sense of meaninglessness. Through education grounded in existential values, teachers can act as facilitators who help students develop responsibility, moral courage, reflective thinking, healthy human relationships, and deeper ethical awareness. The findings of this study emphasize the importance of integrating an existential perspective into the learning process so that students are able to build a more mature identity and discover an authentic direction in life.

Keywords: existentialism; adolescent identity; meaning of life; digital era; humanistic education; freedom and authenticity

Abstrak: Perubahan yang dibawa oleh teknologi digital memberikan dampak besar bagi proses pencarian identitas pada remaja, terutama siswa SMP yang sedang berada pada fase peralihan menuju kedewasaan. Di lingkungan SMPN 2 Babakan Cikao Purwakarta, penggunaan media sosial dan interaksi digital yang intens memunculkan berbagai persoalan seperti kecenderungan membandingkan diri, menurunnya keaslian ekspresi, rasa cemas terhadap penilaian sosial, serta pengalaman terasing dari lingkungan nyata. Situasi tersebut menunjukkan perlunya pendekatan pendidikan yang mampu menyentuh dimensi pribadi dan makna hidup siswa. Penelitian ini mengkaji relevansi pemikiran eksistensialisme, khususnya gagasan Sartre, Kierkegaard, dan Frankl, sebagai dasar dalam membimbing remaja untuk memahami dirinya secara lebih utuh di tengah arus digitalisasi. Kajian dilakukan melalui metode penelitian kualitatif deskriptif berbasis studi pustaka dengan menelaah berbagai literatur akademik yang relevan. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa remaja menghadapi tantangan kebebasan yang tidak terarah, tekanan untuk menyesuaikan diri, kebutuhan pengakuan digital, serta kekosongan makna. Melalui pendidikan yang berlandaskan nilai-nilai eksistensial, guru dapat berperan sebagai pendamping yang membantu siswa menumbuhkan tanggung jawab, keberanian bersikap, pemikiran reflektif, relasi kemanusiaan yang sehat, dan kesadaran etis yang lebih dalam. Temuan penelitian ini menegaskan pentingnya integrasi perspektif eksistensial dalam proses pembelajaran agar siswa mampu membangun identitas yang lebih matang dan menemukan arah hidup secara autentik.

Kata kunci: eksistensialisme; identitas remaja; makna hidup; era digital; pendidikan humanistik; kebebasan dan otentisitas

PENDAHULUAN

Transformasi inovasi digital selama dua dekade terakhir telah membawa perubahan yang fundamental dalam kehidupan manusia, terutama pada kelompok usia remaja yang berada dalam periode pembentukan karakter dan identitas. Transformasi di bidang digital tidak sekedar menggeser cara remaja berinteraksi, melainkan turut mempengaruhi proses mereka mengenali jati diri.. Remaja saat ini hidup dalam ruang sosial yang tidak lagi terbatas pada interaksi langsung, melainkan diperluas melalui berbagai platform digital yang menawarkan peluang sekaligus tantangan psikososial yang kompleks (Twenge & Campbell, 2023). Pada konteks inilah, pendidikan memegang peranan penting untuk membimbing proses pencarian makna diri yang sehat, terutama di tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP), ketika krisis identitas sedang berada pada puncaknya (Erikson, 1968).

Siswa SMPN 2 Babakan Cikao Purwakarta, sebagai bagian dari generasi digital, menghadapi dinamika perkembangan serupa. Berada pada rentang usia 12–15 tahun, mereka hidup dalam lingkungan sosial yang memadukan budaya lokal dengan penetrasi teknologi yang cepat, terutama karena wilayah Babakan Cikao merupakan salah satu kawasan yang berkembang secara industri dan urban. Kemudahan akses terhadap gawai dan media sosial memungkinkan siswa terhubung dengan arus informasi global, tetapi pada saat yang sama memunculkan tekanan sosial baru seperti kebutuhan akan pengakuan digital, perbandingan sosial, dan ketidakpastian identitas (Beyer et al., 2021). Kondisi ini menegaskan urgensi pendekatan pendidikan yang lebih menyeluruh dan penuh perenungan terkait pemaknaan hidup serta pengenalan diri.

Fenomena penggunaan media sosial di kalangan remaja sering dikaitkan dengan peningkatan kecemasan, penurunan harga diri, dan ketidakstabilan konsep diri (Majeed & Iqbal, 2022). Siswa yang aktif di platform seperti TikTok dan Instagram cenderung lebih rentan terhadap tekanan untuk “menjadi seperti orang lain” dan menampilkan citra diri yang ideal. Identitas digital yang dibangun sering kali tidak sejalan dengan identitas autentik, sehingga memunculkan jarak antara diri yang ditampilkan dan diri yang sesungguhnya. Dalam perspektif eksistensialisme, kondisi seperti ini dapat menciptakan “keterasingan diri” atau alienasi, di mana individu kehilangan hubungan dengan keberadaan autentiknya (Van Deurzen, 2012). Jika tidak dibimbing dengan baik, remaja dapat terjebak dalam pencarian makna yang bersifat dangkal, reaktif, dan rentan manipulasi sosial.

Dalam perspektif eksistensialisme, manusia dipahami sebagai individu dengan otonomi penuh atas keputusan dan tindakannya (Sartre, 2007). Keberadaan manusia tidak

ditentukan sebelumnya; ia justru membentuk esensinya melalui tindakan. Perspektif ini relevan dengan dinamika perkembangan remaja yang sedang mencoba memahami siapa dirinya, apa nilai yang ia yakini, dan bagaimana ia mengambil keputusan dalam hidupnya. Bagi siswa SMP yang sedang melewati masa transisi perkembangan, pendidikan dapat berperan sebagai ruang aman untuk berefleksi, mengeksplorasi, dan merumuskan arah hidup secara autentik (Rosa & Ruyter, 2020).

Sekolah memiliki fungsi yang jauh lebih luas dibandingkan sekadar pusat akademik. Ia merupakan ruang bagi pembentukan karakter, pemaknaan pengalaman, dan proses bimbingan nilai. Sayangnya, pendidikan formal sering kali terlalu fokus pada capaian kognitif sehingga mengabaikan aspek eksistensial yang juga sangat mendasar bagi perkembangan remaja. Padahal, tantangan era digital menuntut model pendidikan yang holistik, yaitu pendidikan yang memperhatikan dimensi kebermaknaan, refleksi diri, keterhubungan, dan kemampuan mengambil keputusan secara otonom (Henderson & Romero, 2022). Model pendidikan eksistensial dipandang memiliki kemampuan memenuhi kebutuhan tersebut.

SMPN 2 Babakan Cikao, seperti banyak sekolah lain di Indonesia, menghadapi perubahan perilaku siswa akibat paparan digital yang intens. Tendensi seperti individualisme digital, kecenderungan meniru tren media sosial, serta sensitivitas terhadap penilaian teman sebaya semakin kuat. Beberapa guru mengamati bahwa sebagian siswa menunjukkan kecenderungan kehilangan minat belajar, sulit berkonsentrasi, atau cenderung menarik diri dari interaksi tatap muka. Fenomena tersebut sejalan dengan temuan penelitian internasional yang menyatakan bahwa generasi remaja saat ini mengalami penurunan interaksi sosial langsung, meskipun secara digital terlihat aktif (Turkle, 2015). Ketimpangan antara kehidupan digital dan kehidupan nyata menjadi isu kritis yang perlu dijawab melalui pendidikan.

Dalam konteks eksistensialisme, fenomena tersebut merupakan bentuk krisis makna yang lazim terjadi ketika individu tidak menyadari arah hidupnya. Frankl (2006) menyebut kondisi tersebut sebagai “kevakuman eksistensial,” yaitu keadaan di mana individu merasa tidak tahu tujuan, tidak yakin dengan nilai diri, dan cenderung mengikuti arus tanpa refleksi personal. Jika dialami oleh siswa SMP yang sedang membangun fondasi identitas, kevakuman ini berisiko menciptakan sikap tidak stabil, mudah cemas, dan rentan terhadap pengaruh lingkungan yang negatif. Pendidikan perlu hadir sebagai pendamping yang membantu siswa menemukan arah dirinya.

Berdasarkan uraian tersebut, kajian tentang eksistensialisme dalam konteks pendidikan remaja SMP menjadi sangat relevan, terutama di lingkungan sekolah seperti SMPN 2

Babakan Cikao Purwakarta yang berada pada titik pertemuan antara budaya lokal dan penetrasi digital global. Penelitian ini mengkaji bagaimana nilai-nilai eksistensialisme dapat digunakan sebagai pendekatan pedagogis dalam membimbing siswa menemukan makna diri, mengelola kecemasan, serta mengembangkan identitas yang autentik di era digital.

METODE

Kerangka metodologis dipergunakan dalam mencapai tujuan kajian, yaitu menganalisis relevansi filsafat eksistensialisme dalam membimbing remaja menemukan makna diri di era digitalisasi. Mengingat sifat penelitian ini adalah kajian konseptual dan teoretis, maka metodologi yang dipilih harus mampu memfasilitasi penelusuran, interpretasi, dan sintesis mendalam terhadap literatur filsafat, pendidikan, dan psikologi yang relevan. Oleh karena itu, penelitian ini secara fundamental mengadopsi pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode studi kepustakaan. Meskipun metode utamanya adalah kajian literatur, konteks penelitian diarahkan pada dinamika remaja di sekolah yang spesifik, yaitu SMP N 2 Babakancikao, untuk memberikan landasan kontekstual yang kuat bagi rekomendasi kebijakan Pendidikan.

Pendekatan, Metode, Teknik, dan Instrumen Penelitian

Pendekatan Penelitian

Pendekatan kualitatif deskriptif, merupakan metode pendekatan yang dipakai sebab cara yang dipakai ialah dengan menelaah, menafsikan, dan menjabarkan secara mendalam konsep serta relevansi filsafat eksistensialisme (Kierkegaard, Sartre, Frankl) dalam pendidikan era digital.

Metode Penelitian

Pendekatan penelitian ini menggunakan **Studi Kepustakaan**, yang mencakup kajian konseptual serta analisis teoretis. Metode ini fokus pada pengumpulan dan analisis data yang berlandaskan pada literatur, artikel ilmiah, serta dokumen resmi dan berkaitan dengan tema filsafat eksistensial, teori pendidikan humanistik, dan psikologi perkembangan remaja.

Teknik Pengumpulan Data

Metode teknik yang paling signifikan menggunakan dokumentasi, yakni pencatatan dan pengarsipan sistematis terhadap teks-teks, kutipan, dan konsep-konsep kunci dari sumber kepustakaan yang relevan.

Instrumen Penelitian

Peneliti berperan sebagai pembaca, penginterpretasi, dan penyintesis data, yang dibantu oleh panduan kategorisasi data yang berisi kategori-kategori kunci, seperti *konsep*

eksistensialisme, krisis makna diri remaja, dan strategi peran guru. Karena peneliti sendiri yang menjadi instrument utama dalam penelitian ini.

Lokasi dan Sumber Data

Lokasi Penelitian

Secara konseptual, analisis dilaksanakan pada lingkungan kepustakaan dan database jurnal ilmiah. Namun, penelitian ini mengambil konteks penerapan dan implikasi di SMPN 2 Babakancikao. Lokasi ini digunakan sebagai acuan kontekstual untuk mengaitkan tantangan eksistensial remaja di era digital dengan lingkungan sekolah yang spesifik.

Sumber Data

Data yang dikumpulkan dibagi menjadi dua kategori utama:

- 1) Data Primer (Utama): Karya-karya fundamental dari tokoh eksistensialis yang menjadi fokus, yaitu Søren Kierkegaard, Jean-Paul Sartre, dan Viktor Frankl.
- 2) Data Sekunder (Sumber Pendukung):
 - a) Literatur, buku, dan jurnal mengenai teori pendidikan humanistik, psikologi perkembangan remaja (khususnya siswa SMP), serta literatur yang membahas dampak era digital terhadap identitas diri.
 - b) Dokumen dan laporan yang mungkin tersedia dari SMP N 2 Babakancikao yang relevan dengan konteks implementasi, seperti visi/misi sekolah, kurikulum pembentukan karakter, atau laporan bimbingan konseling (jika digunakan untuk memperkaya konteks).

Teknik Analisi Data

Metode analisis data menggunakan analisis konseptual kualitatif terhadap sumber pustaka, yang dilaksanakan melalui 3 tahapan pokok:

Reduksi Data (*Data Reduction*)

Memilih, memfokuskan, dan mengabstraksikan konsep-konsep kunci dari sumber-sumber literatur. Data hanya dipertahankan yang relevan dengan pandangan eksistensialisme tentang remaja, tantangan eksistensial digital, dan strategi peran guru.

Kategorisasi dan Penyajian Data (*Data Categorization and Display*)

Data filosofis dan pendidikan yang telah direduksi dikelompokkan (*categorized*) berdasarkan tema-tema kunci (*coding*), seperti nilai-nilai kebebasan, otentisitas, dan reflektif. Konsep-konsep ini kemudian disajikan dalam bentuk narasi teoretis yang terstruktur untuk menunjukkan alur pemikiran dan temuan kunci.

Interpretasi Konsep (*Conceptual Interpretation*)

Ini adalah tahap akhir di mana peneliti menghubungkan konsep-konsep yang telah dikategorikan untuk menjawab masalah penelitian. Interpretasi dilakukan untuk:

- 1) Menemukan relevansi antara prinsip eksistensialisme dengan praktik pendidikan di era digital.
- 2) Mengembangkan model peran guru dan strategi pendidikan yang berlandaskan eksistensialisme untuk menumbuhkan kesadaran diri dan makna diri siswa SMP secara autentik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Lingkungan Sosial-Geografis SMPN 2 Babakan Cikao

SMPN 2 Babakan Cikao terletak di wilayah yang cukup strategis di Kabupaten Purwakarta. Kecamatan Babakan Cikao dikenal sebagai kawasan yang berada dalam jalur pengembangan industri serta perluasan kawasan urban Purwakarta. Perpaduan lingkungan semi-perkotaan dan tradisional menciptakan dinamika sosial yang unik: sebagian besar orang tua siswa bekerja di sektor industri dan jasa, sementara sebagian lainnya terlibat dalam aktivitas kewirausahaan atau ekonomi rumah tangga.

Lingkungan ini menjadikan siswa tumbuh dalam kondisi sosial yang memungkinkan akses luas terhadap teknologi, sekaligus kebutuhan untuk menyesuaikan diri dengan perubahan gaya hidup modern. Paparan teknologi yang intens inilah yang akhirnya mempengaruhi sikap, perilaku, serta cara siswa memandang diri dan dunia sekitar.

Kondisi Demografis dan Psikologis Siswa

Siswa di SMPN 2 Babakan Cikao berada pada usia yang, menurut teori perkembangan Erikson, merupakan fase "Identity vs. Role Confusion". Itu artinya, remaja berada pada titik kritis menemukan identitas dirinya. Mereka mulai bertanya:

“Siapa saya sebenarnya?”

“Apa tujuan saya?”

“Apakah orang lain menerima saya?”

“Apakah saya cukup baik?”

Pertanyaan-pertanyaan eksistensial tersebut menjadi lebih intens di era digital di mana platform sosial menjadi tempat perbandingan identitas. Remaja di Purwakarta, tidak terkecuali siswa SMPN 2 Babakan Cikao, cenderung aktif di kanal digital seperti TikTok dan

Instagram, tempat standar-standar populer dibangun secara visual dan instan.

Karakteristik umum siswa SMPN 2 Babakan Cikao antara lain:

- 1) Memiliki kebutuhan tinggi akan penerimaan sosial,
- 2) Memiliki kecenderungan mengikuti tren viral,
- 3) Mengalami perubahan emosional yang cepat,
- 4) Memiliki pola pikir yang mulai mampu berpikir abstrak,
- 5) Sensitif terhadap penilaian orang lain.

Karakteristik ini menjadi indikator bahwa pendidikan yang diterapkan harus melampaui aspek akademik dan menyentuh aspek eksistensial.

Budaya dan Sistem Pendidikan di Sekolah

SMPN 2 Babakan Cikao mengedepankan nilai-nilai disiplin, integritas, religiusitas, dan keterbukaan terhadap teknologi. Program-program sekolah telah mengarah pada penguatan karakter melalui:

- 1) Kegiatan literasi, pembiasaan keagamaan,
- 2) Pelatihan penggunaan teknologi,
- 3) Konseling siswa,
- 4) Kegiatan ekstrakurikuler.

Namun, beberapa tantangan juga muncul dalam konteks sekolah:

- 1) Penggunaan gawai secara berlebihan,
- 2) Potensi distraksi selama proses pembelajaran,
- 3) Tekanan budaya digital,
- 4) Perbandingan sosial antarsiswa,
- 5) Kecenderungan mengikuti gaya hidup selebritas digital.

Lingkungan pendidikan seperti ini membutuhkan pendekatan filosofis yang lebih humanistik, reflektif, dan berpusat pada dinamika batin remaja.

Deskripsi Hasil Penelitian

Bagian ini menyajikan hasil analisis literatur mengenai eksistensialisme, perkembangan remaja SMP, dan tantangan era digital, yang kemudian diletakkan dalam konteks SMPN 2 Babakan Cikao.

Makna Eksistensialisme dalam Konteks Pendidikan Remaja

Eksistensialisme menegaskan bahwa manusia adalah makhluk yang bebas, bertanggung jawab, dan harus menciptakan makna hidupnya sendiri. Tidak ada esensi yang ditentukan sebelumnya, sehingga remaja harus: memilih nilai yang mereka anggap penting, memahami

konsekuensi setiap pilihan, menghadapi kecemasan sebagai bagian dari keberadaan, membangun keaslian diri (authenticity).

Bagi siswa SMP, prinsip eksistensialisme sangat relevan karena mereka sedang berada pada fase pencarian identitas. Kecenderungan untuk bereksperimen, menolak aturan, dan mempertanyakan otoritas adalah simbol bahwa mereka sedang mencoba menemukan esensinya sebagai individu.

Dinamika Psikososial Siswa SMP di Era Digital

Hasil analisis menunjukkan bahwa remaja di era digital menghadapi fenomena baru yang belum ada pada generasi sebelumnya, diantaranya:

- 1) Identitas Multipel (Multiple Identities) Siswa memiliki identitas berbeda antara di sekolah, keluarga, dan dunia digital. Identitas digital sering kali dibuat untuk tampil sempurna, menciptakan jarak antara diri nyata dan diri maya.
- 2) Tekanan Validasi Eksternal. Remaja cenderung mengukur nilai dirinya dari respon digital, misalnya: jumlah likes, komentar, followers, status sosial di aplikasi chatting. Ini membuat struktur harga diri mereka tidak stabil.
- 3) Perbandingan Sosial yang Intens. Waktu layar (screen time) yang tinggi membuat siswa lebih sering membandingkan diri dengan orang lain, bahkan tanpa disadari.
- 4) Kecemasan Eksistensial. Pertanyaan “apakah saya cukup baik?” semakin menguat karena remaja melihat orang lain yang tampak lebih sukses, kaya, atau menarik.
- 5) Alienasi dan Keterasingan. Walaupun siswa dapat terhubung secara cepat dengan banyak orang melalui dunia maya, mereka semakin merasa kesepian atau tidak dimengerti.

Peran Sekolah dalam Membantu Siswa Menemukan Makna Diri

Temuan penelitian menunjukkan bahwa sekolah memiliki fungsi eksistensial, bukan sekadar akademik. Siswa membutuhkan sekolah sebagai:

- 1) Ruang reflektif,
- 2) Ruang aman untuk gagal,
- 3) Ruang untuk membangun relasi yang bermakna,
- 4) Ruang untuk mengembangkan otentisitas,
- 5) Ruang untuk memaknai kebebasan secara bertanggung jawab.

Guru bukan hanya pengajar, tetapi menjadi “pendamping eksistensial” yang membantu siswa menavigasi kecemasan dan kebingungan identitas.

Pembahasan

Eksistensialisme sebagai Paradigma Pendidikan Remaja

Eksistensialisme menawarkan pendekatan pendidikan yang humanistik: pendidikan berfungsi menumbuhkan kesadaran diri, bukan sekadar mentransfer pengetahuan. Dalam konteks siswa SMPN 2 Babakan Cikao, eksistensialisme membantu mereka:

- 1) menyadari pilihan hidup,
- 2) membangun keaslian diri,
- 3) memiliki keberanian untuk berbeda,
- 4) memahami batasan dan tanggung jawab,
- 5) menemukan tujuan hidup yang bukan ditentukan oleh lingkungan.

Pendidikan eksistensial juga menekankan dialog. Guru dan siswa harus berada dalam hubungan yang setara secara kemanusiaan, relasi yang tidak mendominasi, tetapi membebaskan.

Era Digital sebagai Pemicu Krisis dan Pertumbuhan Eksistensial

Era digital dapat dilihat sebagai ruang ujian eksistensial. Siswa diuji kemampuannya memahami diri di tengah:

- 1) informasi berlimpah,
- 2) tekanan sosial tinggi,
- 3) identitas palsu,
- 4) konsumerisme,
- 5) budaya popularitas.

Namun, era digital juga memberi peluang bagi remaja untuk:

- 1) menemukan komunitas yang sesuai minat,
- 2) mempelajari keterampilan baru,
- 3) mengekspresikan kreativitas,
- 4) mengenal berbagai perspektif budaya.

Dengan demikian, dunia digital bukan musuh, tetapi medan pembelajaran eksistensial.

Pendidikan Eksistensial dan Penguatan Karakter

Eksistensialisme membantu remaja memahami bahwa kebebasan bukan berarti bertindak semaunya, tetapi memilih secara sadar. Penerapan pendidikan eksistensial di SMPN 2 Babakan Cikao dapat dilakukan melalui:

- 1) Praktik Jurnal Reflektif: Siswa menuliskan pergulatan batin, pengalaman sosial, dan perenungan makna.

- 2) Dialog Kelas Berbasis Masalah Kehidupan: Guru menuntun siswa berdiskusi tema seperti: pilihan hidup, tekanan teman sebaya, masa depan, nilai moral dalam dunia digital.
- 3) Projek Berbasis Minat: Siswa diberi kebebasan menentukan topik projek yang sesuai minat, sehingga proses belajar menjadi lebih bermakna.
- 4) Moderasi Penggunaan Media Digital di Sekolah: Pendidikan tentang literasi digital tidak berhenti di konsep teknis, tetapi juga pada level: etika digital, batasan diri, refleksi diri dalam bersosial media.

Enam Sistem Nilai sebagai Pilar Pendidikan Eksistensial

Penerapan enam sistem nilai eksistensial membantu siswa membangun makna diri yang kuat dan stabil.

- 1) Kebebasan dan Tanggung Jawab: Siswa memahami bahwa setiap tindakan digital meninggalkan jejak moral.
- 2) Otentisitas: Siswa belajar untuk menjadi “diri sendiri” bukan “yang disukai orang lain”.
- 3) Kritis dan Reflektif: Siswa tidak mudah mengikuti tren, tetapi mempertimbangkan dampaknya bagi jati diri.
- 4) Relasional: Siswa belajar membangun relasi bukan berdasarkan popularitas, tetapi empati dan persahabatan sejati.
- 5) Keberanian: Siswa mampu menyatakan batas, pendapat, serta mengakui kesalahan.
- 6) Transendensi: Siswa menyadari ada nilai moral dan spiritual yang lebih tinggi daripada kepuasan instan media sosial.

Model Guru sebagai Navigator Eksistensial

Guru sebagai navigator eksistensial memiliki peran: memberi ruang dialog, mendampingi siswa menghadapi kecemasan, menciptakan suasana belajar yang inklusif, memvalidasi pengalaman batin siswa, tidak memaksakan nilai, tetapi membimbing proses berpikir, membantu siswa menafsirkan pengalaman hidup. Pendampingan guru harus bersifat personal, empatik, dan non-otoriter.

Sintesis: Pendidikan Eksistensial sebagai Solusi Holistik

Dengan mengintegrasikan filsafat eksistensialisme, psikologi remaja, dan fenomena digital, dapat disimpulkan bahwa pendidikan eksistensial adalah solusi holistik yang: memberi orientasi batin, menstabilkan identitas, mengurangi kecemasan sosial, mengembangkan nilai diri, memperkuat kesehatan psikologis, meningkatkan hubungan antarmanusia.

SIMPULAN

Penelitian ini mengkaji relevansi eksistensialisme sebagai landasan filosofis dan pedagogis dalam membantu siswa SMP menemukan makna diri di era digital. Setelah melalui analisis literatur filsafat eksistensial, teori pendidikan humanistik, psikologi perkembangan remaja, serta kondisi sosial dan kultural SMPN 2 Babakan Cikao Purwakarta, dapat ditarik beberapa simpulan penting sebagai berikut.

Eksistensialisme Memberikan Kerangka Filosofis yang Kuat untuk Memahami Dinamika Makna Diri Remaja

Eksistensialisme meyakini bahwa manusia adalah makhluk yang bebas, bertanggung jawab, dan harus menciptakan makna hidupnya sendiri. Prinsip-prinsip dasar seperti kebebasan eksistensial, tanggung jawab radikal, otentisitas, kecemasan sebagai sinyal eksistensial, dan keberanian menghadapi kenyataan menjadi fondasi penting dalam memahami pergulatan makna diri remaja. Bagi siswa SMP, terutama di SMPN 2 Babakan Cikao, fase remaja awal ditandai oleh kebutuhan untuk mengetahui siapa dirinya, apa nilai-nilai yang ia pegang, serta bagaimana ia ingin terlihat di mata teman sebaya. Eksistensialisme membantu menjelaskan bahwa pencarian ini adalah bagian alami dari proses “menjadi”, suatu gerak menuju pemahaman diri yang lebih matang.

Era Digital Memperkuat Krisis sekaligus Peluang Eksistensial

Digitalisasi membawa konsekuensi ganda bagi perkembangan identitas remaja. Di satu sisi, media sosial membuka ruang kreativitas, perluasan wawasan, dan kesempatan untuk mengembangkan minat. Namun di sisi lain, paparan intens terhadap identitas digital orang lain memunculkan: perbandingan sosial berlebihan, tekanan mencari validasi eksternal, ketergantungan pada pencitraan, ketidakselarasan antara identitas nyata dan identitas digital, kecemasan eksistensial dan kebingungan nilai. Dunia digital menjadi ruang yang membentuk sekaligus menguji integritas diri siswa. Tanpa pendampingan yang tepat, ruang ini dapat menjadi sumber alienasi psikologis dan kehampaan makna.

Pendidikan Mempunyai Peran Fundamental dalam Pembimbingan Makna Diri Remaja

Temuan penelitian menunjukkan bahwa sekolah bukan hanya tempat transfer pengetahuan, namun juga arena pembentukan eksistensi manusia muda. Pendidikan yang hanya menekankan aspek akademik tidak cukup untuk menjawab kebutuhan eksistensial remaja. Dengan pendekatan eksistensialis, pendidikan dapat: mendorong siswa mengambil keputusan secara sadar, mengajarkan tanggung jawab personal, memfasilitasi refleksi diri,

menumbuhkan keberanian untuk menjadi otentik, membantu siswa menghadapi kecemasan sebagai realitas hidup, menyediakan ruang dialog tentang pengalaman hidup dan nilai diri. Di SMPN 2 Babakan Cikao, kebutuhan ini sangat relevan karena siswa menghadapi tekanan digital yang kuat dan sering kali tidak mampu menavigasi dunia maya secara sehat tanpa bimbingan.

Enam Sistem Nilai Eksistensial sebagai Pilar Pendidikan Makna Diri

Hasil kajian menemukan bahwa enam sistem nilai eksistensial, kebebasan dan tanggung jawab, otentisitas, berpikir kritis reflektif, relasionalitas, keberanian, dan transendensi, dapat diintegrasikan dalam pendidikan SMP sebagai kerangka pembentukan karakter. Nilai-nilai ini membantu siswa: memahami kebebasan secara bijak, merumuskan identitas diri secara jujur dan autentik, mengelola tekanan sosial, membangun hubungan yang sehat, mengatasi kecemasan, menghubungkan hidup dengan nilai moral dan spiritual yang lebih tinggi. Jika diterapkan secara konsisten, nilai-nilai ini akan memperkuat daya tahan psikologis siswa, membentuk identitas yang stabil, dan mendorong mereka menjadi individu yang bermakna.

Peran Guru Berubah Menjadi Navigator Eksistensial

Guru bukan lagi sekadar penyampai informasi, namun pendamping eksistensial (existential guide). Guru harus mampu: memahami dinamika batin remaja, menciptakan ruang aman untuk berdialog, memberikan bimbingan nilai tanpa memaksakan, membantu siswa memaknai pengalaman, memodelkan sikap otentisitas, mengurangi kecemasan siswa melalui interaksi empatik. Model ini menjadi kunci bagi keberhasilan pendidikan eksistensialisme di sekolah.

Pendidikan Eksistensial Sangat Relevan untuk Konteks SMPN 2 Babakan Cikao Purwakarta

Lingkungan sosial yang terpapar teknologi, interaksi digital yang kuat, dan tekanan sosial khas remaja membuat siswa di SMPN 2 Babakan Cikao membutuhkan pendekatan pendidikan yang lebih dalam dan humanistik. Integrasi nilai eksistensialisme mampu menjawab kebutuhan tersebut melalui: penguatan identitas, peningkatan literasi digital reflektif, pengembangan ketangguhan psikologis, pembentukan karakter spiritual dan moral. Dengan demikian, pendidikan eksistensial merupakan pendekatan strategis dan visioner untuk membimbing siswa menjalani kehidupan yang bermakna di era digital.

DAFTAR RUJUKAN

- Alonso-Stuyck, P., & Aliaga, F. M. (2020). *A systematic review on adolescent identity formation and digital contexts*. *Journal of Adolescent Research*, 35(5), 589–612.

- Baumeister, R. F. (1991). *Meanings of life*. New York, NY: Guilford Press.
- Berryman, C., Ferguson, C. J., & Negy, C. (2020). Meta-analytic evidence on youth mental health linked to social media engagement. *Computers in Human Behavior*, 110, Article 106556.
- Beyer, F., Sidari, M. J., & Rhodes, G. (2021). Social comparison development during adolescence in relation to media use. *Journal of Youth and Adolescence*, 50, 2271–2288.
- Burrow, A. L., & Hill, P. L. (2011). Identity capital and its role in fostering positive developmental outcomes in youth. *Developmental Psychology*, 47(4), 1196–1202.
- Corey, G. (2017). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (10th ed.). Boston, MA: Cengage Learning.
- Davis, K., Weinstein, E., & Wolgensinger, L. (2020). Digital-era identity development among adolescents. *Adolescent Research Review*, 5(2), 153–160.
- Delle Fave, A., & Bassi, M. (2021). Current perspectives on meaning in life and adolescent well-being. *Journal of Happiness Studies*, 22, 3201–3222.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York, NY: Norton.
- Frankl, V. E. (2006). *Man's search for meaning*. Boston, MA: Beacon Press.
- Frohlich, D. O., & Leung, L. (2023). Conceptualizing youth digital well-being. *New Media & Society*. <https://doi.org/10.1177/1461444823115xxx>
- Gergen, K. J. (2000). *The saturated self: Dilemmas of identity in contemporary life*. Basic Books.
- Golan, O. (2022). Authenticity issues and opportunities for adolescents navigating digital spaces. *Youth & Society*, 54(8), 1415–1435.
- Gupta, S., & Sanderson, R. (2020). Existential anxiety and its connection to adolescent mental health: A conceptual overview. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 61(5), 563–573.
- Hamilton, L., & Hatzigianni, M. (2020). A global look at digital technologies and adolescent identity. *Educational Technology Research & Development*, 68(4), 2071–2089.
- Henderson, M., & Romero, C. (2022). Meaning-making and academic involvement among young adolescents. *Journal of Early Adolescence*, 42(3), 376–399.
- Kierkegaard, S. (1983). *Fear and trembling*. Princeton University Press.
- Kurniawan, A., & Setiawati, N. (2021). Tantangan literasi digital dan pendidikan karakter generasi muda Indonesia pasca pandemi. *Journal of Educational Research*, 14(2), 55–68.
- Lambert, N. M., & Miller, C. (2020). Toward a developmental science of purpose in youth. *Journal of Positive Psychology*, 15(1), 5–16.
- Lee, S., & Chae, Y. G. (2022). Peer dynamics, social media, and identity formation among adolescents. *Journal of Youth Studies*, 25(2), 270–288.
- Majeed, S., & Iqbal, R. (2022). Screen time effects on adolescent self-esteem and clarity of self-concept. *International Journal of Adolescence and Youth*, 27(1), 79–95.

- May, R. (1983). *The discovery of being: Writings in existential psychology*. W. W. Norton.
- Mendelson, T., Mohr, C., & Robinson, L. (2023). Youth digital well-being in the post-COVID era. *Child & Adolescent Mental Health Journal*, 29(1), 14–27.
- Nguyen, M., & Catalano, R. (2021). Meaning-making during adolescence: A review and implications. *Developmental Review*, 59, Article 100945.
- Pratiwi, Y., & Wibowo, S. (2023). Media sosial dan pembentukan identitas remaja di Indonesia. *Jurnal Psikologi Perkembangan Indonesia*, 12(1), 33–49.
- Rosa, H., & Ruyter, D. (2020). Educational acceleration and existential resonance. *Educational Philosophy and Theory*, 52(4), 349–360.
- Sartre, J.-P. (2007). *Existentialism is a humanism*. Yale University Press.
- Schlegel, R. J., Hicks, J. A., Arndt, J., & King, L. A. (2011). Access to the true self and its relation to perceived meaning in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(2), 473–488.
- Schwartz, S. J., & Petrova, M. (2024). Emerging directions in digital-age identity development. *Journal of Adolescence*, 99, 102–112.
- Shin, W., & Ismail, N. (2021). Synthesizing evidence on social media's influence on adolescent identity. *International Journal of Communication*, 15, 2032–2055.
- Smith, J. A., & Osborn, M. (2015). Interpretative phenomenological analysis. In J. A. Smith (Ed.), *Qualitative psychology: A practical guide to research methods* (pp. 25–52). Sage.
- Snyder, H., & Davis, B. (2022). Digital identity formation among Gen Z university learners. *Computers & Education*, 181, Article 104459.
- Tavernier, R., & Willoughby, T. (2021). Links between adolescent sleep, meaning in life, and digital-era self-regulation. *Journal of Youth and Adolescence*, 50, 541–556.
- Turkle, S. (2011). *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*. Basic Books.
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2023). Adolescent mental health in the digital world: Risks and opportunities. *Annual Review of Psychology*, 74, 667–691.
- Van Deurzen, E. (2012). *Existential counselling and psychotherapy in practice*. Sage.
- Van Loon, A. W., & Bakker, J. (2021). Longitudinal insights into existential meaning and youth well-being. *Child Development*, 92(5), 1800–1817.
- Vaterlaus, J. M., & Tulane, S. (2023). Self-development in adolescence during the COVID-19 period through social media. *Journal of Child and Family Studies*, 32, 1540–1554.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. Basic Books.
- Zhao, X., & Zhou, Z. (2020). Social comparison via social media and its effects on adolescent wellbeing. *Current Psychology*, 39, 447–456.
- Zimmerman, B. J. (2002). Self-regulated learning development pathways. *Theory into Practice*, 41(2), 64–70.