

KONSEP HIDUP STOIKISME PADA KANAL YOUTUBE RADITYA DIKA YANG BERJUDUL “STOIKISME DAN DALIN-LAIN

Herlina Dwi Septiani¹, Syihabuddin²

Email: herlina.dwi96@upi.ed¹, syihabuddin@upi.edu²

Universitas Pendidikan Indonesia

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konsep hidup Stoikisme pada kanal YouTube Raditya Dika yang berjudul “Stoikisme dan lain-lain.” Peneliti menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan menonton, menyimak dan mencatat informasi dari sumber data karena pemerolehan data didapat melalui tayangan Youtube. Hasil dari studi ini menjelaskan bahwa Raditya Dika dan narasumber yaitu Ferry Irwandi menerapkan konsep stoikisme dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Kata Kunci: Filsafat stoikisme, konsep hidup, prinsip stoikisme.

ABSTRACT

This research aims to find out the concept of Stoicism on Raditya Dika's YouTube channel entitled "Stoicism and others." Researchers used descriptive qualitative methods by watching, listening and recording information from data sources because data was obtained through YouTube broadcasts. The results of this study explain that Raditya Dika and the resource person, Ferry Irwandi, apply the concept of stoicism in their daily lives.

Keywords: Stoicism philosophy, life concept, Stoicism principles.

PENDAHULUAN

Saat ini banyak orang berpikir bahwa semua hal harus sesuai dengan apa yang mereka inginkan. Mereka berpikir bahwa ekspektasi yang sudah dibangun harus sesuai dengan apa yang diekspektasikan. Hal ini sangat umum, berpikir bahwa semuanya harus sesuai dengan apa yang diinginkan, meskipun pada kenyataannya tidak sesuai dengan ekspektasi. Ekspektasi yang berlebihan ini sering kali membuat orang mengalami kecemasan dan berpikir hal yang berlebihan jika pada kenyataannya justru tidak sesuai. Orang yang terlalu mencemaskan banyak hal cenderung merasa khawatir dan sulit merasa tenang dalam situasi yang sebenarnya tidak perlu dikhawatirkan. Ada satu cara yang banyak dilakukan orang-orang saat ini. Salah satunya adalah dengan mengembangkan sikap stoik.

Stoikisme adalah sebuah filsafat yang diajarkan oleh para filsuf Yunani kuno seperti Zeno dan Epictetus. Stoik adalah sebuah filsafat yang mengajarkan ketenangan batin, kebijaksanaan, dan pengendalian diri dalam menghadapi kehidupan sehari-hari. Dalam dunia yang penuh dengan perubahan dan ketidakpastian, stoikisme memberikan panduan praktis untuk mencapai kebahagiaan dan kebermaknaan melalui hidup yang bijaksana dan adil. Selain itu, stoikisme mengajarkan pentingnya hidup sesuai dengan alam, yang berarti mengikuti tatanan alam semesta dan menerima dengan lapang dada segala perubahan dan takdir yang tidak dapat diubah.

Stoik sangat menekankan bahwa hidup harus dijalani dengan bijaksana, yaitu dengan menerima segala sesuatu apa adanya dan berusaha untuk tidak terlalu terikat pada hal-hal yang tidak dapat kita kendalikan. Stoikisme juga membahas tentang bagaimana mengelola emosi. Stoik percaya bahwa emosi tidak dapat dikendalikan, tetapi kita dapat mengendalikan cara kita merespons emosi tersebut.

Sikap stoik ini sangat populer di masa sekarang, terutama di kalangan remaja dan generasi milenial. Dalam jurnal ini, akan dibahas mengenai konsep stoikisme yang dianut oleh Raditya Dika dan Ferry Irwandi sebagai narasumber dalam tayangan Youtubnya yang berjudul 'Stoikisme dan Lain-lain'. Penelitian ini juga menjelaskan bagaimana konsep dan hal-hal yang Raditya Dika serta Ferry Irwandi lakukan untuk menghadapi masalah sehingga dapat membantu keduanya menghadapi kehidupan secara bijak dan tenang.

METODE PENELITIAN

Metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif dengan metode yang digunakan deskriptif analisis. Peneliti menonton tayangan, menyimak, lalu mentranskrip data-data yang ditemukan. Menurut Bogdan dan Taylor (dalam Moelong, 2017: 4) penelitian deskriptif kualitatif yaitu jenis penelitian yang memberikan deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari peristiwa yang diamati. Jadi, pendekatan deskriptif kualitatif menggunakan kata-kata tertulis yang dibuat secara deskriptif. Sumber data yang digunakan adalah video yang diunggah oleh Raditya Dika kanal YouTube dengan judul "Stoikisme dan Lain-lain". Subjek dalam penelitian ini adalah Raditya dika dan Ferry Irwanadi, sedangkan objek penelitiannya adalah konten yang disampaikan oleh Raditya Dika dan Ferry Irwandi..

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data 1

Menit	Percakapan
0.37	“Itu pas gua ngomong kalo gua lagi bahagia, gua gak mau terlalu bahagia karena suatu saat bisa sedih lagi. Dan kalau gua lagi sedih, gua juga gak mau terlalu sedih karena suatu saat gua bisa bahagia lagi.”

Di dalam data pertama menjelaskan tentang konsep stoikisme yang dianut oleh Raditya selaku pemilik kanal Youtube. Saat Raditya Dika merasa bahagia, dia tidak mau terlalu bahagia karena suatu saat dia bisa merasakan sedih lagi. Begitupun sebaliknya, dia tidak mau terlalu sedih karena pasti suatu saat nanti dia akan kembali bahagia. Konsep yang diterapkan dalam hidup Raditya Dika ini merupakan konsep stoikisme. Stoik percaya bahwa emosi tidak dapat dikendalikan, tetapi kita dapat mengendalikan cara kita merespons emosi tersebut.

Data 2

Menit	Percakapan
5.26	“Yang awalnya gua orang yang sangat-sangat haus pengakuan orang, sampai gua berpikir bahwa gua tidak signifikan yang gua pikir, atau gak sepintar yang gua pikir.”

Data ke dua ini diucapkan oleh Ferry Irwandi sebagai bintang tamu dalam tayangan Youtube tersebut. Ferry menjelaskan bahwa pada awalnya dia sangat haus pengakuan orang dan sangat ingin sekali diakui. Sampai Ferry mengubah pandangannya bahwa dia tidak signifikan yang dia pikir dan tidak sepintar yang dia pikir. Konsep dari stoikisme sendiri adalah tidak berekspektasi tinggi akan hal apapun dan lebih berfokus pada hal yang bisa diatur atau dibah. Pengakuan dari orang lain adalah hal yang tidak bisa dikontrol oleh manusia, dan mungkin hal itu yang menyebabkan Ferry Irwandi sebagai seorang stoik mengubah cara pandangannya.

Data 3

Menit	Percakapan
5.56	“Perlahan-lahan mencoba menikmati hidup gua, yang dulunya gua ngerasa <i>not good enough</i> , tiba-tiba ngerasa Alhamdulillah dapet segini. Padahal situasinya sama aja tapi persepsinya yang berubah.”

Percakapan ke-tiga ini diucapkan oleh Ferry Irwandi yang sedang membahas tentang bagaimana ia mencoba menikmati hidupnya. Dulu Ferry selalu merasa tidak cukup akan dirinya sendiri dan selalu merasa harus mendapatkan lebih, tapi perlahan Ferry mengubah pandangannya menjadi selalu bersyukur dengan apapun yang dia dapat. Hal ini selaras dengan konsep stoikisme yang menjelaskan bahwa berkecukupan akan segala sesuatu adalah hal yang harus dilakukan karena hidup karena hal ini adalah merupakan contoh dari kebijaksanaan atau kemampuan mengambil keputusan terbaik di dalam situasi apapun.

Data 4

Menit	Percakapan
7.15	“Ternyata kaya gini <i>universe</i> ini bekerja dan gua bisa kok. Bahagia itu bukan seberapa tinggi yang gua bisa tapi seberapa besar ekspektasi yang gua tetapkan di awal gitu. Kalo emang gua berharap 700 tapi yang gua dapet 300, gua bakal sedih, tapi kalau gua berharap 100 dan gua dapet 300, gua bakal <i>ok with it</i> .”

Dalam data ke-empat ini diucapkan oleh Ferry Irwandi saat membahas tentang ekspektasi yang tidak dia harapkan. Konsep stoikisme adalah selalu realistis, hal ini membuat Ferry tidak mau berekspektasi apapun terhadap apa yang dia capai. Jika sesuatu yang diharapkan lebih tinggi dan dia malah mendapatkan nilai yang lebih rendah, kekecewaan itu tidak dapat dihindarkan. Sementara jika dia berkespektasi biasa-biasa saja dan dia mendapatkan sesuai dengan apa yang dipikirkan atau malah lebih besar, hal itu malah lebih baik untuk dirinya. Lagi-lagi konsep stoikisme adalah tentang realitas yang bisa dikontrol bukan mengharapakan ekspektasi yang tinggi dan tidak dapat dikendalikan oleh manusia.

Data 5

Menit	Percakapan
7.30	“Gua jadi gak peduli orang mau nilai gua apa. Orang mau nilai bodoh, jelek, tidak berguna silahkan. Jadi lebih enak aja hidup kalo misalnya diomongin, gua pasti jawab gua lebih jelek dari yang dia pikir. Syukur dia cuma tau jeleknya segitu.”

Kalimat dalam data ke lima ini diucapkan oleh Ferry Irwandi saat menjelaskan tentang tanggapannya mengenai orang-orang yang menilai dirinya. Ferry tidak mempedulikan hal itu bahkan jika orang-orang menganggapnya bodoh, jelek ataupun tak berguna. Ferry cenderung menyetujui jika ada orang yang menganggapnya seperti itu, bahkan dia akan menjawab jika dia lebih dari orang-orang itu pikirkan. Konsep stoikisme yang terdapat dalam ujaran di atas terbukti karena dalam konsep stoikisme, hidup harus bebas dari emosi negatif (sedih, marah, cemburu, curiga, dan lain-lain) untuk mendapatkan hidup yang tentram. Ferry memilih untuk tidak merasa marah saat ada orang yang menjelekkannya.

Data 6

Menit	Percakapan
9.40	“Orang-orang yang konsultasi atau cerita sama gua pengen bikin <i>channel youtube</i> , tapi nanti orang ngomong apa, nanti reputasi gua gimana. Kalo gua sih gak peduli ya, kalau gagal ya sudah ruginya apa. Tapi kalau berhasil kan ya Alhamdulillah jadi manfaat buat gua.”

Ujaran dalam data ke-enam ini diucapkan oleh Raditya Dika saat menjelaskan jika ada orang-orang yang datang berkonsultasi atau bercerita tentang keinginan membuat channel Youtube. Kekhawatiran orang-orang saat memulai membuat konten di Youtube adalah reputasi yang mungkin tidak bagus dan orang-orang bisa melihat itu. Raditya Dika memandang hal itu dengan tidak peduli karena apapun yang dilakukannya bukan untuk citra atau reputasi. Kalau memang dia gagal, dia tidak akan merasa rugi. Tapi jika berhasil hal itu akan menguntungkan. Konsep stoikisme adalah mengendalikan apa yang bisa dikendalikan, bukan apa yang tidak bisa dikendalikan sehingga Raditya Dika tidak peduli jika dia gagal ataupun jika reputasinya buruk sekalipun.

Data 7

Menit	Percakapan
12.03	“Kalau kita dikritik dengan sesuatu, dan kita pantas untuk itu bisa jadi bahan pelajaran. Kalau ternyata kita gak pantas untuk kritikan itu dan merasa kita gak seharusnya dikritik untuk itu yasudah biarin.”

Data ke tujuh ini diucapkan oleh Ferry Irwandi tentang bagaimana penerimaan kritik. Saat dia dikritik akan suatu hal, Ferry mengambil hal itu sebagai sebuah pelajaran. Jika hal itu tidak pantas dan dia merasa jika tidak seharusnya dikritik, Ferry akan membiarkannya begitu saja dan tidak menganggap hal itu dengan serius. Filsafat stoikisme mengajak umat manusia untuk benar-benar memiliki keutamaan hidup dengan sikap praktis yang membahagiakan. Dalam hal ini Ferry tidak berusaha untuk mengubah atau mengatur hal yang seharusnya dia dapatkan atau tidak dia dapatkan.

Data 8

Menit	Percakapan
34.50	“Kalau orang sukses ya bagus lah. Kalau orang lebih berhasil dan punya cara yang lebih baik ya bagus lah kenapa harus syirik.”

Pada data ke delapan ini, Raditya Dika menerapkan konsep hidup bebas dari emosi negatif (sedih, marah, cemburu, curiga, dan lain-lain) untuk mendapatkan hidup yang tenang. Dalam data di atas Raditya ditka menerapkan hidup bebas dari rasa cemburu. Dia tidak merasa cemburu jika ada orang yang sukses bahkan melebihi dirinya. Jika ada orang yang berhasil dan punya cara yang lebih baik, hal itu seharusnya bagus bukan malah merasa cemburu akan pencapaian orang. Stoikisme tidak menerapkan kecemburuan terhadap apapun, karena orang yang menganut stoikisme bahkan tidak berekspektasi apapun di dalam hidupnya.

Data 9

Menit	Percakapan
19.42	“Dia ngerasa kesulitan untuk sesuatu dan dia udah nyoba berkali-kali dan dia merasa mulai frustrasi dengan itu, yaudah mungkin lo gak terlalu bagus di sini tapi kamu bisa bagus di tempat lain.”

Di dalam data ke Sembilan ini diucapkan oleh Ferry Irwandi saat membicarakan tentang anaknya yang merasa kesulitan untuk mencoba satu hal. Sudah mencoba berkali-kali namun tidak kunjung berhasil, Ferry justru tidak memaksakan anaknya untuk bisa melakukan hal tersebut. Dari pada memaksa anaknya, Ferry justru fokus pada hal yang bisa anaknya lakukan dengan melakukan hal lain. Tidak ada paksaan anaknya harus bisa melakukan satu hal, karena Ferry meyakini jika anaknya memiliki kemampuan yang hebat di tempat lain. Hal ini adalah contoh dari konsep stoikisme yang diterapkan karena Ferry fokus pada apa saja yang bisa dia lakukan.

Data 10

Menit	Percakapan
37.18	“Ketika lo disorot sama cahaya ya kasih ke yang lain ya gak apa-apa, gak masalah. Suatu saat nanti akan ada orang lain yang ngambil spot lo, ya bagus lah untuk orang itu kan. Kenapa seolah-olah itu adalah kompetisi.”

Pada data ke sepuluh ini, Raditya dika menjelaskan tentang karirnya yang tidak selalu berada di puncak. Raditya dika juga mengatakan jika tidak masalah ketika atensi orang-orang tidak berada pada dirinya lagi. Raditya berpikir jika suatu saat nanti akan ada orang lain yang akan mengambil posisinya. Hal itu tidak membuat Raditya dika cemburu atau marah jika posisinya diambil oleh orang lain. Raditya dika juga tidak menganggap hal itu sebagai kompetisi, justru Raditya dika menganggap hal itu bagus untuk orang lain. Konsep stoikisme yang diterapkan oleh Raditya Dika ini adalah bersikap bijaksana atas segala sesuatu. Dari pada merasa tidak terima jika atensinya tidak lagi padanya, Raditya Dika justru berpikir hal itu bagus untuk orang lain.

Data 11

Menit	Percakapan
44.26	“Kedamaian itu diciptakan ketika kita memahami bahwa orang lain itu berbeda. Jadi kita ubah respon kita terhadap hal tersebut. Kebenaran objektif akan tetap ada, respon kita aja yang kita ubah.”

Dalam data di atas, Raditya Dika mengucapkan jika kedamaian itu adalah ketika memahami bahwa orang lain itu berbeda. Hal yang dapat kita ubah adalah respon kita terhadap sesuatu. Hal ini merupakan contoh dari Stoikisme saat manusia harus mampu mengontrol emosi dirinya sendiri. Emosi adalah respon yang natural terjadi pada manusia, tetapi manusia bisa mengendalikan emosinya ketika merasakan sesuatu. Manusia bisa memilih bagaimana dalam bersikap sebagai respon yang tepat dalam menghadapi sesuatu.

Data 12

Menit	Percakapan
46.05	“Anisa tersinggung saat anak kita dibilang jelek. Terus aku tanya ke dia ‘Menurut kamu anak kita jelek ga? Enggak kan? Yaudah.’”

Raditya Dika merupakan seorang ayah dan seorang suami dari istri bernama Anisa, suatu ketika, istrinya merasa sakit hati karena anaknya dikomentari jelek oleh beberapa orang. Dari pada merasa marah mendapatkan ejekan seperti itu, Raditya dika justru bertanya pada istrinya apakah anaknya memang jelek atau tidak. Raditya dika dan istrinya merasa jika anaknya tidak jelek seperti apa yang orang-orang katakan. Dan hal itu tidak membuat Raditya Dika marah karena dia tidak merasa anaknya seperti apa yang orang-orang katakan. Konsep stoikisme diterapkan Raditya Dika untuk merespon orang-orang yang mengomentari anaknya, dan hal itu tidak membuat Raditya dika merasa marah.

Data 13

Menit	Percakapan
46.18	“Kita pakai baju merah, terus kita keluar rumah. Lalu orang bilang baju merah tuh jelek. Tapi buat kita kan engga, yaudah kan?”

Di dalam data di atas, Raditya dika menceritakan pengalamannya saat dia memakai baju berwarna merah. Kemudian seseorang mengomentari jika warna merah itu jelek. Alih-alih merasa marah atau terganggu dan tidak percaya diri, Raditya dika justru tidak peduli karena baginya saat dia berbeda pandangan dengan orang lain, dia merasa tidak apa-apa dan hal itu tidak menjadi masalah baginya. Semua orang memiliki pemikirannya masing-masing dan Raditya dika tidak memiliki kuasa untuk mengubah pandangan orang-orang itu. Raditya dika juga tidak akan mengubah pandangannya hanya karena orang lain menganggap warna merah itu jelek.

KESIMPULAN

Penelitian ini membahas tentang konsep stoikisme yang dianut oleh Raditya Dika dan Ferry Irwandi dalam kanal Youtube Raditya Dika berjudul “Stoikisme dan Lain-lain”. Penelitian ini dilakukan dengan metode deskriptif kualitatif, dimana peneliti menonton tayangan Youtube terlebih dahulu, lalu mentranskrip data-data yang ditemukan, kemudian menganalisisnya. Dalam penelitian ini ditemukan tiga belas data yang merupakan contoh konsep hidup stoikisme yang diterapkan dalam kehidupan Raditya Dika dan juga Ferry Irwandi sebagai pewawancara dan narasumber. Keduanya memiliki faham yang sama, yaitu stoikisme yang akhir-akhir ini sangat populer dikalangan masyarakat Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Holiday, R., & Hanselman, S. (2016). *The Daily Stoic*.
Manampiring, Henry (2019). *Filosofi Teras: Filsafat Yunani-Romawi kuno untuk mental tangguh masa kini*. Jakarta: Kompas Gramedia Mardalis,
Moleong, L. J. (2017). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT RemajaRosdakarya.
Salzgeber, Jonas (2019). *The Little Book of Stoicism: Timeless Wisdom to Gain Resilience Confidence, and Calmness*. London: Jonas Salzgeber..