Fenomena *FOMO* di Analisis dengan Filsafat Eksistensialisme Søren Kierkegaard

SKRIPSI

Diajukan guna memenuhi syarat memperoleh gelar sarjana pada Program Studi S-1
Fakultas Teologi Universitas Kristen Duta Wacana

Oleh:

Christopher Henry Setiawan

01210313

Dosen Pembimbing:

Pdt. Wahju Satria Wibowo, Ph.D

FAKULTAS TEOLOGI

UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA

YOGYAKARTA

2026

Halaman Judul

Fenomena *FOMO* di Analisis dengan Filsafat Eksistensialisme Søren Kierkegaard

OLEH:

NAMA: Christopher Henry Setiawan

NIM: 01210313

SKRIPSI DIAJUKAN UNTUK MEMENUHI SALAH SATU SYARAT DALAM MENCAPAI GELAR SARJANA PADA PROGRAM STUDI FILSAFAT KEILAHIAN

FAKULTAS TEOLOGI

UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA

YOGYAKARTA

2026

PERNYATAAN PENYERAHAN KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	:	Christopher Henry Setiawan
NIM	:	01210313
Program Studi	:	Filsafat Keilahian
Judul Karya Ilmiah	:	**Fenomena *FOMO* di Analisis dengan Filsafat Eksistensialisme Søren Kierkegaard**

dengan ini menyatakan:

a. bahwa karya yang saya serahkan ini merupakan revisi terakhir yang telah disetujui pembimbing/promotor/*reviewer*.

b. bahwa karya saya dengan judul di atas adalah asli dan belum pernah diajukan oleh siapa pun untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Kristen Duta Wacana maupun di universitas/institusi lain.

c. bahwa karya saya dengan judul di atas sepenuhnya adalah hasil karya tulis saya sendiri dan bebas dari plagiasi. Karya atau pendapat pihak lain yang digunakan sebagai rujukan dalam naskah ini telah dikutip sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah yang berlaku.

d. bahwa saya bersedia bertanggung jawab dan menerima sanksi sesuai dengan aturan yang berlaku berupa pencabutan gelar akademik jika di kemudian hari didapati bahwa saya melakukan tindakan plagiasi dalam karya saya ini.

e. bahwa Universitas Kristen Duta Wacana tidak dapat diberi sanksi atau tuntutan hukum atas pelanggaran hak kekayaan intelektual atau jika terjadi pelanggaran lain dalam karya saya ini. Segala tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran dalam karya saya ini akan menjadi tanggung jawab saya pribadi, tanpa melibatkan pihak Universitas Kristen Duta Wacana.

f. menyerahkan hak bebas royalti noneksklusif kepada Universitas Kristen Duta Wacana, untuk menyimpan, melestarikan, mengalihkan dalam media/format lain, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), dan mengunggahnya di Repositori UKDW tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan pemilik hak cipta atas karya saya di atas, untuk kepentingan akademis dan pengembangan ilmu pengetahuan.

g. bahwa saya bertanggung jawab menyampaikan secara tertulis kepada Universitas Kristen Duta Wacana jika di kemudian hari terdapat perubahan hak cipta atas karya saya ini.

Dipindai dengan CamScanner

h. bahwa meskipun telah dilakukan pelestarian sebaik-baiknya, Universitas Kristen Duta Wacana tidak bertanggung jawab atas kehilangan atau kerusakan karya atau metadata selama disimpan di Repositori UKDW.

i. mengajukan agar karya saya ini: (*pilih salah satu*)

- [x] Dapat diakses tanpa embargo.
- [ ] Dapat diakses setelah 2 tahun.*
- [ ] Embargo permanen.*

Embargo: penutupan sementara akses karya ilmiah.
*Halaman judul, abstrak, dan daftar pustaka tetap wajib dibuka.

Alasan embargo (*bisa lebih dari satu*):

- [ ] dalam proses pengajuan paten.
- [ ] akan dipresentasikan sebagai makalah dalam seminar nasional/internasional.**
- [ ] akan diterbitkan dalam jurnal nasional/internasional.**
- [ ] telah dipresentasikan sebagai makalah dalam seminar nasional/internasional ... dan diterbitkan dalam prosiding pada bulan ... tahun ... dengan DOI/URL ... ***
- [ ] telah diterbitkan dalam jurnal ... dengan DOI/URL artikel ... atau vol./no. … ***
- [ ] berisi topik sensitif, data perusahaan/pribadi atau informasi yang membahayakan keamanan nasional.
- [ ] berisi materi yang mengandung hak cipta atau hak kekayaan intelektual pihak lain.
- [ ] terikat perjanjian kerahasiaan dengan perusahaan/organisasi lain di luar Universitas Kristen Duta Wacana selama periode tertentu.
- [ ] Lainnya (mohon dijelaskan)

_____

_____

_____

**Setelah diterbitkan, mohon informasikan keterangan publikasinya ke repository@staff.ukdw.ac.id.
***Tuliskan informasi kegiatan atau publikasinya dengan lengkap.

Yogyakarta, 10 Maret 2026

Mengetahui,	Yang menyatakan,
PDT. WAHJU SATRIA WIBOWO, M.Hum., Ph.D.	CHRISTOPHER HENRY SETIAWAN
NUPTK: 8659750651130092	NIM: 01210313

Dipindai dengan CamScanner

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul

Fenomena *FOMO* di Analisis dengan Filsafat Eksistensialisme Søren Kierkegaard

Telah diajukan dan dipertahankan oleh:

Christopher Henry Setiawan

(01210313)

Dalam Ujian Skripsi Program Studi Filsafat Keilahian Program Sarjana

Fakultas Teologi

Universitas Kristen Duta Wacana

Dan dinyatakan DITERIMA untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar

Sarjana Filsafat pada tanggal 20 Februari 2026

Nama Dosen	Tanda Tangan
1. Pdt. Wahju Satria Wibowo, M.Hum., Ph.D. (Dosen Pembimbing)	.....
2. Pdt. Em. Prof. Dr. (h.c) Emanuel Gerrit Singgih, Ph.D (Dosen Penguji)	.....
3. Pdt. Prof. Robert Setio, Ph.D. (Dosen Penguji)	.....

Yogyakarta, 20 Februari 2026

Disahkan oleh:

Dekan	Ketua Program Studi Filsafat Keilahian Program Sarjana
Pdt. Prof. Robert Setio, Ph.D	Pdt. Daniel K. Listijabudi, Ph.D

Scanned with CamScanner

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH

Sebagai mahasiswa Universitas Kristen Duta Wacana, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama	:	Christopher Henry Setiawan
NIM	:	01210313
Program Studi	:	Filsafat Keilahian
Fakultas	:	Teologi
Judul karya ilmiah	:	**Fenomena *FOMO* di Analisis dengan Filsafat Eksistensialisme Søren Kierkegaard**

menyatakan yang sebenarnya bahwa karya ilmiah ini sepenuhnya adalah hasil karya tulis saya sendiri dan sesuai dengan arahan dari pembimbing. Karya atau pendapat pihak lain yang digunakan sebagai rujukan dalam naskah ini telah dikutip sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah yang berlaku.

Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab. Apabila di kemudian hari didapati penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang diperoleh karena karya ini, serta sanksi lain sesuai ketentuan yang berlaku di Universitas Kristen Duta Wacana.

Yogyakarta, ...

Yang menyatakan,



Christopher H.S.

Tanda tangan & nama terang mahasiswa

NIM 01210313

DUTA WACANA

Scanned with CamScanner

Kata Pengantar

Saya ucapkan Puji Tuhan untuk tahap demi tahap yang sudah terlewati hingga pada tahap saat ini, penulisan Skripsi yang telah saya jalani dan telah saya selesaikan. Dalam lika-liku yang dihadapi dalam penulisan skripsi ini memang tidak mudah untuk dihadapi, namun hal itu merupakan sebuah tanggung jawab yang harus saya hadapi, karena sebagai seorang mahasiswa Teologi menghadapi dan menjalani kehidupan merupakan sebuah tanggung jawab serta cara untuk menghayati anugerah dari Allah dan sekaligus dalam memenuhi panggilan hidup yang sudah disediakan oleh Allah. Melalui semangat memenuhi tanggung jawab tersebutlah saya berani untuk berteologi untuk melihat berbagai hal dari segala perspektif tanpa harus menilai buruk. Penulis juga menyadari dalam proses penulisan dan penyelesaian skripsi ini masih terdapat kekurangan dan masih bisa dikembangkan lagi, namun dari semua itu penulis dapat mengambil pengalaman dan dapat belajar dari situ agar dapat lebih baik lagi ke depannya.

Saya memilih topik dari skripsi ini berdasarkan ketertarikan penulis untuk mengamati lingkungan sekitar, sekaligus topik yang saya pilih juga dapat menjadi wawasan tambahan dalam keseharian. Tidak terlepas dari penulisan skripsi ini saya menyadari bahwa kemampuan saya dalam menulis menjadi penentu utama alur skripsi ini, namun dibalik itu semua saya menyadari bahwa Allah memberikan orang-orang di sekitar untuk membantu saya dalam penulisan skripsi ini serta membentuk kepribadian saya untuk menjadi manusia yang autentik. Dengan penuh ungkapan Syukur yang saya berikan kepada:

1. Allah sebagai Sang Sumber dalam segalanya yang berperan untuk memberikan pikiran, akal budi, serta keinginan mau berusaha dalam penulisan skripsi ini serta menguatkan saya dan memberikan kebijaksanaan dalam menghadapi segala macam tantangan dalam masa pengerjaan skripsi ini.
2. Keluarga saya, baik Papa dan mama yang memberikan dukungan cinta kasih dalam bentuk doa serta finansial, kemudian untuk Ooh saya yang sekaligus memberikan bantuan dalam penulisan skripsi ini serta memberikan dukungan moral, kemudian untuk Cici saya yang memberikan pembelajaran dari banyak hal yang bisa saya jadikan pengalaman untuk menjadi lebih baik lagi ke depannya

3. Pdt. Wahju Satria Wibowo, Ph. D sebagai Dosen Pembimbing saya selama penulisan ini. Melalui beliau saya dapat mengupas jati diri saya yang sebenarnya sehingga dalam tahap akhir penulisan skripsi ini saya dapat menyelesaikan skripsi ini hingga proses menuju sidang, sekaligus karena beliau juga saya jadi mengenali diri saya dengan lebih baik lagi.
4. Fakultas Teologi sebagai naungan saya dalam berkuliah di UKDW selama 4,5 Tahun ini yang sering menampung dan memberikan saya ruangan untuk belajar dan bertumbuh menjadi pribadi yang lebih baik dari sebelum saya mulai berkuliah.
5. Pasangan beserta teman-teman dan rekan-rekan saya yang turut menjadi bantuan saya dalam menghadapi proses penulisan skripsi dengan memberikan dukungan moral lewat tawa dan pembelajaran lainnya.
6. Angkringan Mas Heri & Mas Bardi yang sekaligus menjadi tempat saya untuk mengerjakan skripsi ini dan sekaligus melalui mereka saya mendapatkan dukungan moral untuk terus melangkah dan berkreasi sesuai dengan diri saya sendiri.
7. Angkringan Mas Dayat yang menjadi tempat saya untuk rehat di malam hari ketika saya sedang lelah dalam menghadapi kehidupan saya.
8. Dan kepada seluruh Pihak lain yang turut membantu saya dalam berbagai bentuk dukungan dalam proses saya mengerjakan skripsi ini.

Yogyakarta, 21 Januari 2026

Penulis

Christopher Henry Setiawan

Daftar Isi

Halaman Judul i
Lembar Pengesahan ii
Lembar Keaslian Ilmiah iii
Kata Pengantar iv
Daftar Isi vi
Abstrak viii
Bab 1 Pendahuluan 1
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Permasalahan 3
1.3 Pertanyaan Penelitian 7
1.4 Judul Penelitian/Skripsi 7
1.5 Tujuan Penelitian 7
1.6 Metode Penelitian 8
1.7 Sistematika Skripsi 8
Bab 2 Filsafat Eksistensialisme – Søren Kierkegaard 10
2.1 Pengantar 10
2.2 Pengertian Filsafat 10
2.3 Latar Belakang Søren Kierkegaard 10
2.4 Sosok Hegel yang mempengaruhi Pemikiran Kierkegaard 11
2.5 Pemikiran Søren Kierkegaard tentang Eksistensialisme 13
2.5.1 Kritik terhadap Hegel 13
2.5.2 Karya Søren Kierkegaard 14
2.5.2.1 Hasil Pemikiran Søren Kierkegaard 15
2.5.2.2 Eksistensialisme menurut Kierkegaard 16
2.5.2.3 Tahap-tahap Eksistensialisme 17
2.6 Manusia yang Autentik menurut Søren Kierkegaard 22
2.6.1 Perjalanan menjadi manusia yang autentik 23
2.6.2 Ciri manusia yang Autentik 28
2.7 Kesimpulan 29
Bab 3 Fenomena *FOMO* ditinjau melalui Filsafat Eksistensialisme 31

3.1 Pengantar 31
3.2 Sejarah *FOMO* 31
3.2.1 Ciri-ciri *FOMO* 34
3.2.2 Dampak *FOMO* 35
3.3 *FOMO* di Era Digital 37
3.4 *FOMO* yang Autentik menurut Kierkegaard 40
3.5 Kesimpulan 45
Bab 4 Evaluasi Teologis 46
4.1 Pengantar 46
4.2 Eksistensialisme dalam keKristenan 46
4.3 Manusia yang Autentik dan *FOMO* dalam keKristenan 47
4.3.1 Manusia yang Autentik 47
4.3.2 Fenomena *FOMO* dalam keKristenan 48
4.3.3 Evaluasi terhadap Tiga Penyebab *FOMO* 50
4.3.4 Autentisitas Kierkegaard dalam Refleksi Hidup Yesus ... 52
4.4 Pandangan penulis dalam menghadapi *FOMO* 53
4.5 Kesimpulan 54
Bab 5 Penutup 56
5.1 Kesimpulan 56
5.2 Saran 57
Daftar Pustaka 59
Lampiran 62
Lampiran II 63
Lampiran III 64
Lampiran IV 65

DUTA WACANA

Abstrak

Fenomena *FOMO* di Analisis dengan Filsafat Eksistensialisme Søren Kierkegaard

OLEH: Christopher Henry Setiawan (01210313)

Fenomena *Fear of Missing Out* (FOMO) merupakan bentuk kecemasan sosial yang muncul akibat perkembangan media digital dan arus informasi yang tidak terbatas. Fenomena ini mendorong individu untuk terus mengikuti tren, informasi, dan pengalaman orang lain, sehingga berpotensi memengaruhi pembentukan identitas dan eksistensi manusia. Skripsi ini bertujuan untuk menganalisis fenomena FOMO melalui pemikiran filsafat eksistensialisme Søren Kierkegaard serta memberikan evaluasi teologis dalam perspektif Kekristenan. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif dengan pendekatan studi pustaka, melalui kajian literatur tentang FOMO, eksistensialisme Kierkegaard, dan refleksi teologis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa FOMO cenderung membawa manusia pada kehidupan yang tidak autentik karena eksistensi diri ditentukan oleh pengakuan eksternal dan arus informasi, bukan oleh pilihan eksistensial yang sadar dan bertanggung jawab. Dalam pemikiran Kierkegaard, keautentikan manusia dicapai melalui keberanian memilih, tanggung jawab personal, dan relasi iman dengan Allah. Evaluasi teologis menegaskan bahwa keautentikan sejati menemukan kepenuhannya dalam relasi dengan Tuhan, sebagaimana tercermin dalam hidup Yesus Kristus.

Kata kunci:

FOMO, Eksistensialisme, Søren Kierkegaard, Keautentikan, Hidup Yesus

Lain-lain: ix + 61 Hal; 2026

22 (2004-2025)

Dosen Pembimbing: Pdt. Wahju Satria Wibowo, Ph. D

DUTA WACANA

Abstract

The Phenomenon of Fear of Missing Out (FOMO) Analyzed through the Philosophy of Existentialism of Søren Kierkegaard

By: Christopher Henry Setiawan (01210313)

The phenomenon of Fear of Missing Out (FOMO) is a form of social anxiety that arises from the rapid development of digital media and the unlimited flow of information. This phenomenon drives individuals to constantly follow trends, information, and the experiences of others, potentially influencing the formation of identity and human existence. This thesis aims to analyze the phenomenon of FOMO through the existentialist philosophy of Søren Kierkegaard and to provide a theological evaluation from a Christian perspective. The research method used is qualitative, employing a literature study approach through an examination of sources related to FOMO, Kierkegaard's existentialism, and theological reflections. The results of this study indicate that FOMO tends to lead individuals toward an inauthentic life, as one's existence becomes shaped by external validation and the flow of information rather than by conscious and responsible existential choices. In Kierkegaard's thought, human authenticity is achieved through the courage to choose, personal responsibility, and a faith-based relationship with God. The theological evaluation affirms that true authenticity finds its fulfillment in a relationship with God, as reflected in the life of Jesus Christ.

Keywords:

FOMO, Existentialism, Søren Kierkegaard, Authenticity, Life of Jesus

Additional Information: ix + 61 Pages; 2026

References: 22 (2004-2025)

Advisor: Rev. Wahju Satria Wibowo, Ph.D.

BUTA WACANA

Bab 1
Pendahuluan

1.1 Latar Belakang

FOMO adalah singkatan dari *Fear Of Missing Out,* yang dalam bahasa Indonesia artinya "Ketakutan ketinggalan". Istilah tersebut biasanya menggambarkan perasaan seseorang yang sedang cemas dan takut karena merasa tertinggal akan sesuatu hal yang sedang tren, baru muncul, dan sedang terjadi di lingkungan sekitar. Biasanya hal yang di cari oleh orang saat sedang *FOMO* berupa suatu barang yang sedang populer dan banyak digunakan oleh banyak orang, informasi terkait berita atau permasalahan yang sedang terjadi, Pengalaman hidup orang lain. Dalam kasus ini biasanya perkembangan zaman menjadi salah satu hal yang disalahkan, namun sebenarnya perkembangan zaman merupakan hal yang positif yang dapat manusia alami dalam kehidupan mereka agar manusia menjadi lebih berkembang dan dapat berinovatif dan mudah dalam pekerjaan dan kesehariannya, hanya saja perkembangan zaman ini sering disalah gunakan sehingga menjadi pemicu hal negatif yang timbul dalam kehidupan manusia yang menuntun pada kejatuhan diri manusia itu sendiri dan salah satunya fenomena yang muncul adalah *FOMO*. Informasi yang tak terbatas dan terus berkembang juga menjadi faktor pemicu manusia untuk terus menggali informasi sehingga manusia yang dapat dikatakan *FOMO* tidak memilih untuk membatasi diri mereka secara terkhusus untuk fokus mengembangkan diri dan menjalani hidup mereka, malahan mereka terus menggali informasi dan fenomena yang tengah populer dan ramai di bicarakan dan menyebabkan hidupnya terbatas pada informasi yang di hidangkan oleh informasi yang berkembang.

Sosial media memiliki dampak positif dan negatif, namun dampak yang diterima juga tergantung dari pengguna memanfaatkan sosial media tersebut. Dampak positif dari sosial media yaitu, rasa percaya diri meningkat, memperluas wawasan, menambah relasi, dan dapat menjadi sarana untuk menjalin hubungan dengan teman atau kerabat yang jauh[1]. Di balik itu ternyata sosial media juga memiliki dampak negatif yang ternyata pengaruhnya tidak bersifat sementara namun juga dapat berpengaruh dalam jangka panjang, salah satu

[1] Tica Chyquitita, "Mengurai Fenomena FoMo dikalangan Remaja," Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan Vol 6, Nomor 4, (Agustus 2024): 3765, https://edukatif.org/edukatif/article/download/7406/pdf.

dampak negatif dari sosial media yaitu dapat mempengaruhi kondisi psikologis dari penggunanya seperti *FOMO*. Dalam jurnal tersebut mengutip dari berbagai sumber mengenai pengertian *FOMO* yaitu sebagai berikut.

1. FoMO adalah kecenderungan untuk selalu mengikuti tren dan tidak ingin melewatkan momen apapun, yang dapat menyebabkan seseorang merasa gelisah dan cemas.
2. FoMO adalah jenis kecemasan yang sering dialami oleh generasi milenial yang terus berlomba-lomba untuk menjadi yang pertama mengetahui informasi terbaru dan akan merasa cemas serta tidak nyaman jika tertinggal informasi apapun di media sosial.
3. FoMO adalah timbulnya perasaan kuatir dalam diri seseorang karena orang lain memiliki pengalaman yang lebih memuaskan atau berharga dari dirinya yang ditandai dengan tingginya keinginan untuk tetap terkoneksi dengan orang lain.
4. FoMO adalah fenomena komunikasi intrapersonal yang membuat seseorang merasa cemas, kuatir, bahkan takut jika ketinggalan informasi yang beredar di media sosial.
5. FoMO adalah sejenis kecemasan sosial yang timbul pada diri seseorang karena merasakan kekuatiran (pervasif) ketika melihat orang lain memiliki kehidupan yang lebih sempurna dari dirinya.[2]

Organisasi profesi psikologis Australia (*Australian Pyschological Society*) melakukan survei mengenai *FOMO* yang menunjukkan bahwa prevalensi *FOMO* pada remaja adalah 50%, sedangkan pada kelompok dewasa adalah 25%. Dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa remaja memiliki kemungkinan terbesar untuk mengalami *FOMO* daripada orang dewasa. Yang artinya sosial media memiliki pengaruh besar dalam kehidupan para remaja terkhusus dalam pembentukan identitas diri.[3]

[2] Chyquitita, "FoMo dikalangan Remaja," 3765-3766.
[3] Rizki Setiawan Akbar, Audry Aulya, Adra Apsari, Lisda Sofia, "Ketakutan Akan Kehilangan Momen (FOMO) Pada Remaja Kota Samarinda," Psikostudia: Jurnal Psikologi Vol 7, Nomor 2, (Desember 2018), https://e-journals.unmul.ac.id/index.php/PSIKO/article/download/2404/pdf.

Dari beberapa hasil riset jurnal diatas dapat dikatakan bahwa penyebab orang-orang tersebut mengikuti informasi adalah mereka merasa bahwa identitas diri mereka itu terbentuk karena terus mengikuti informasi-informasi yang ada dan berkembang di sosial media. Topik ini diangkat karena penulis melihat bahwa fenomena *FOMO* merupakan hal yang dapat menyebabkan manusia kehilangan eksistensinya sebagai manusia itu sendiri karena manusia itu sendiri berusaha mengejar informasi bahkan terus mengikuti sesuatu yang sedang tenar pada masa-masa tertentu. *FOMO* kepanjangannya adalah *Fear Of Missing Out* yang artinya Rasa Takut Ketinggalan, Ini sering muncul karena media sosial, di mana kita melihat teman-teman bersenang-senang atau mengikuti tren, dan kita merasa tidak puas atau cemas karena tidak menjadi bagian dari itu. Rasanya seperti selalu harus berada di tempat lain, menikmati hal-hal yang orang lain sedang nikmati. Oleh karena itu Penulis tertarik untuk mengangkat topik mengenai *FOMO* yang ditinjau dengan Filsafat Eksistensialisme Soren Kierkegaard.

1.2 Rumusan Permasalahan

Informasi merupakan salah satu sumber untuk manusia mengikuti perkembangan zaman serta dapat bertahan hidup, di sisi lain juga dapat menambahkan serta mengembangkan sebuah wawasan terlebih lagi pada masa modern dan semuanya serba gampang di dapatkan terkhusus dalam hal informasi. Namun di lain hal ternyata, informasi yang ada itu tidak terbatas dan tidak semuanya dapat di muat bahkan di mengerti oleh manusia dalam waktu yang singkat. Dampaknya dari informasi yang tidak terbatas itu manusia menjadi subjek yang merasa dirinya mampu menguasai banyak hal dan kehilangan kesadaran bahwa dirinya hidup tidak bersumber pada informasi hanya saja informasi menjadi salah satu sumber agar manusia dapat bertahan hidup. Alih-alih memproses dan mendalami informasi yang di dapat, justru sebaliknya manusia mendapat informasi karena berbalapan agar tidak tertinggal mengenai informasi terbaru yang sedang hangat atau *booming*. Lalu informasi tersebut justru membentuk identitas manusia yang semakin berbeda jauh dari keautentikan manusia itu sendiri, identitas yang terbentuk adalah manusia merasa diri mereka ada atau autentik karena dapat menerima banyak informasi serta merasa dapat menjadi sumber informasi bagi orang di sekitarnya. Menurut seorang tokoh penggagas tentang pembentukan identitas diri yang bernama Erikson, menurut dia identitas diri adalah kesadaran individu untuk menempatkan diri dan

memberikan arti pada dirinya dengan tepat di dalam konteks kehidupan yang akan datang menjadi sebuah kesatuan gambaran diri yang utuh dan berkesinambungan untuk menemukan jati dirinya[4]. Sebenarnya orang yang mengikuti perkembangan informasi yang berada di sosial media tetap dapat membentuk identitas diri yang autentik, asalkan tetap memberikan batasan dalam menggali setiap informasi yang ada, jika seseorang tidak mengikuti perkembangan informasi yang ada di sosial media justru mereka akan menjadi orang yang kurang berkembang terhadap informasi atau istilahnya yaitu kudet atau kurang update.

Namun sering kali yang menjadi permasalahannya adalah manusia kehilangan eksistensinya yang autentik karena sosial media, manusia hanya terfokus pada mendapatkan informasi yang ada sebanyak mungkin tanpa memikirkan tujuan yang ingin dicapai dari informasi yang ada, kemudian mereka beranggapan bahwa melalui informasi yang ada dan terus mengalir mereka akan tetap hidup.

Eksistensi manusia merupakan anugerah dari Tuhan Sang pemberi Kehidupan. Eksistensi itu sendiri berasal dari bahasa Latin *existere* yang terbagi menjadi dua kata *ex* dan *sistere* yang berarti muncul, timbul, memiliki wujud eksternal[5]. Artinya bahwa sesuatu yang eksis atau berada memiliki wujud yang mengakui memiliki kesadaran bahwa ia ada dan memiliki pilihan untuk bertindak atau melakukan suatu hal secara sadar. Dalam tulisannya Kierkegaard ia membagi eksistensi dalam tiga hal yaitu estetik, etik, dan religius.

1. Eksistensi Estetik, Pada bagian ini fokus manusia tertuju pada segala sesuatu yang berada di luar diri dan kehidupannya di lingkungan sosial dengan segala yang dimiliki dunia sekitarnya. Dalam hal ini dapat dikatakan bahwa kebutuhan jasmani dan rohaninya terpenuhi, namun dalam batinnya mengalami kekosongan karena manusia menghindarkan dirinya dari keputusan-keputusan

DUTA WACANA

[4] Uswatun Hasanah, "Pembentukan Identitas Diri dan Gambar Diri (*Self Body Image*) Pada Remaja Putri Bertato di Samarinda," Psikoborneo, Vol.1, No.2, (2013), https://e-journals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/download/3290/2224.

[5] Putri Nurul Hidayah, "Pandangan Soren Kierkegaard Terhadap Eksistensi Manusia (Studi Kasus Waria di Kecamatan Ilir Barat I)" (Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Fatah, Palembang, 2022).

untuk memilih. Keinginan-keinginan yang dinikmati seluruhnya didasarkan pada dorongan emosi dan nafsu.[6]

2. Eksistensi Etik, Pada bagian ini fokus manusia tertuju hanya pada batinnya saja. Jadi segala sesuatu hanya menurut pada apa yang dibutuhkan batinnya saja. Kierkegaard menggambarkan pergeseran dari Eksistensi Estetik hingga Eksistensi Etik merupakan bentuk manusia yang meninggalkan nafsu sementara dan masuk ke segala bentuk kewajiban[7]. Pada fase ini manusia mulai menyadari bahwa dalam hidupnya terdapat acuan hidup lainnya dan di berikan pilihan-pilihan secara terus menerus dalam hidupnya.
3. Eksistensi Religius, Pada bagian ini manusia mulai menyadari atas kekurangan dari dirinya setelah menyadari dan menghayati dengan kesadaran moralnya. Pada tahap ini manusia mulai menjalani kehidupannya dengan kesadaran terhadap keimanan.[8]

Melalui tahap-tahap Eksistensi tersebut dapat diperlihatkan bahwa manusia dalam setiap tahapnya tetap di perhadapkan dengan pilihan hidup, apakah ingin menjalani dengan cara estetik, etik, atau religus. Keseluruhan pilihan itu juga yang akan membawa manusia kepada pengalaman hidupnya dalam berbagai aspek, dari pengalaman itulah yang akan menghantarkan manusia kepada keautentikan diri manusia yang kemudian akan mencapai pada fase kebijaksanaan.

Menjadi manusia yang autentik menurut Kierkegaard itu merupakan panggilan hidup setiap manusia[9]. Manusia sesungguhnya belum menjadi makhluk hidup yang autentik saat lahir karena, mereka memiliki panggilan hidupnya masing-masing dan dalam prosesnya maka mulai terbentuklah sisi autentik manusia, panggilan hidup itu juga tidak terlepas dari eksistensi manusia sebagai makhluk hidup yang memiliki akal budi, dari akal budi itulah yang membedakan manusia dengan makhluk hidup yang lain[10]. Kierkegaard juga mengatakan untuk menjadi manusia yang

---

[6] Armaidy Armawi, "Eksistensi Manusia Dalam Filsafat Soren Kierkegaard," Jurnal Filsafat Vol.21, Nomor 1, (April 2021): 25, https://jurnal.ugm.ac.id/wisdom/article/download/4738/9371.
[7] Arnawi, "Filsafat Soren Kierkegaard," 26.
[8] Arnawi, "Filsafat Soren Kierkegaard," 27.
[9] Yulianus Evantus Hamat, Fransiskus A. D. Satyawardhana, Agustinus Fordino, Nur Oktavianus Yeval, "Konsep "Manusia Autentik" Menurut Soren Kierkegaard Dalam Menyikapi Fenomena Flexing Pada Kaum Muda," Endogami: Jurnal Ilmiah Kajian Antropologi Vol. 7 No. 2: (Juni 2024): 503, https://ejournal.undip.ac.id/index.php/endogami/article/view/63681/pdf_1.
[10] Hamat, Satyawardhana, Fordino, Yeval, "Konsep "Manusia Autentik," 503.

autentik, perlu untuk mengenal dirinya sendiri[11]. Pengenalan diri tersebut kemudian menjadi proses belajar, proses belajar ini yang membangun diri manusia untuk menjadi autentik. Tanpa mengenal diri sendiri bagaimana manusia dapat merasa bahagia. Dengan adanya kebahagiaan ini manusia akan semakin mengenal dirinya sendiri dan dari pengenalan diri tersebut yang disebabkan oleh rasa bahagia akan mengarahkan manusia pada kebijaksanaan, kebijaksanaan ini pula tidak dapat dipisahkan kaitannya dari manusia yang autentik. Ketika manusia sudah mencapai titik sebagai manusia yang bijaksana ia tidak akan mudah untuk jatuh dalam hal yang menyesatkan seperti propaganda bahkan ia juga tidak mudah untuk tergoda oleh hal-hal duniawi yang fana.

> Di dalam buku Thomas Hidya yang mengutip tulisan Kierkegaard ia mengatakan, Dalam kehidupan manusia memang tidak dapat terlepas dari sesuatu hal yang diperjuangkan. Suatu hal itu yang membuat manusia mengerjakan apa yang sedang di perjuangkan agar diri manusia itu dapat mempertahankan eksistensinya yang autentik tersebut. Namun dalam perjuangan manusia untuk mempertahankan keautentikan tersebut, banyak hal yang menjadi tantang dan salah satunya berasal dari hati manusia itu sendiri. Setiap manusia pastinya pernah mengalami gejolak dalam hati yang saling bergulat, hal itu terjadi karena harapan untuk mencapai suatu hal atau dapat dikatakan sebagai impian. Pergulatan yang timbul bisa saja berupa: bagaimana kehidupan di esok harinya, pekerjaan, masalah cinta, keluarga, tren yang sedang hangat, dan masih banyak lagi. Ketika hal itu terjadi fokus manusia itu sendiri berubah, yang sebelumnya fokus pada jalan kehidupan mereka lalu karena timbul pergulatan itu fokusnya berubah arah kepada gejolak yang timbul dalam hati mereka.
>
> Pemikiran Kierkegaard menjelaskan bahwa sesungguhnya manusia merupakan makhluk hidup yang autentik ketika mereka lahir, yang menjadikan manusia autentik adalah mereka memiliki panggilan hidupnya masing-masing dari situ juga tidak terlepas bahwa manusia merupakan makhluk hidup yang berakal budi. Jika dikaitkan dengan fenomena *FOMO*, pemikiran Kierkegaard menjelaskan tentang eksistensi manusia sesungguhnya tidak perlu terikat pada suatu hal untuk menjadi sesosok manusia yang autentik apabila mereka sudah mencapai titik kebijaksanaan. Persoalan mengenai *FOMO* ini justru yang membuat manusia seakan terikat dan beranggapan bahwa menjadi seorang

[11] Hamat, Satyawardhana, Fordino, Yeval, "Konsep "Manusia Autentik," 503.

yang terus-terusan menggali informasi terbaru akan membuat mereka menjadi manusia yang autentik atau bisa dikatakan selalu *up to date* (Selalu mengetahui hal-hal baru yang sedang terjadi), sedangkan menurut pemikiran Kierkegaard berbanding terbalik dengan fenomena *FOMO* tersebut mengenai keautentikan manusia.

Hal ini menarik untuk di teliti di tengah-tengah zaman massal yang sedang di hebohkan dengan berita-berita yang mengguncang banyak kalangan yang sering kali hanya ikut-ikutan untuk meramaikan suasana, namun ketika ditanya alasannya mengapa ikut jawaban yang dilontarkan pun antara tidak tahu, hanya ikut-ikut saja, dan bisa juga asal-asalan serta tidak valid dengan fakta yang ada.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana Fenomena *FOMO* dapat mempengaruhi eksistensi seseorang?
2. Bagaimana fenomena di atas dianalisis dari pemikiran Kierkegaard dan memberikan peneguhan terhadap permasalahan autensitas dan aktualitas dalam *FOMO*?
3. Elaborasi teologis terhadap fenomena *FOMO*?

1.4 Judul Penelitian/Skripsi

Fenomena *FOMO* di Analisis dengan Filsafat Eksistensialisme Søren Kierkegaard

Alasan penulis memilih judul tersebut karena, Penulis tertarik untuk memahami serta mendalami dunia di sekitarnya yang terus berkembang serta bagaimana respon setiap orang yang terus menerus berlomba untuk meraih informasi dan tren yang terbaru, yang di tinjau dengan Filsafat Eksistensialisme melalui teori Søren Kierkegaard

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis fenomena *FOMO* yang ada pada diri manusia dengan menggunakan pemikiran Filsafat Eksistensialisme Søren Kierkegaard. Penelitian ini juga bertujuan untuk menelaah apakah keautentikan diri yang ada pada manusia itu bergantung pada situasi dan kondisi. Dari penulisan ini penulis juga dapat mengerti dan bertambah wawasan pada fenomena *FOMO* dan bagaimana fenomena tersebut dapat terjadi pada diri manusia setiap kalangan.

1.6 Metode Penelitian

Pada penelitian ini metode yang digunakan adalah metode kualitatif. Metode kualitatif adalah metode untuk mengeksplorasi dan memahami makna yang -oleh sejumlah individu atau sekelompok orang- dianggap berasal dari masalah sosial atau kemanusiaan. Proses penelitian kualitatif ini melibatkan upaya-upaya penting, seperti mengajukan pertanyaan-pertanyaan dan prosedur-prosedur, mengumpulkan data yang spesifik dari para partisipan, menganalisis data secara induktif mulai dari tema-tema yang khusus ke tema-tema umum, dan menafsirkan makna data[12]. Tujuan penggunaan metode kualitatif dalam penulisan skripsi ini adalah untuk menggali informasi yang lebih dalam terkait fenomena *FOMO* dari berbagai pandangan disertai dengan Teori Filsafat Eksistensialisme Kierkegaard. Penelitian kualitatif ini dilakukan dengan cara menggali informasi melalui literatur agar lebih fleksibel dengan berpatok pada data yang ada di buku tentang *FOMO* dan menggali teori Eksistensialisme Kierkegaard. Tujuannya agar penulis mudah untuk memahami landasan eksistensi manusia di bumi namun terubahkan oleh sebuah fenomena *FOMO*

1.7 Sistematika Skripsi

Sistematika penulisan Skripsi nanti akan ter gambarkan sebagai berikut:

Bab 1 : Pendahuluan

Pada bagian pendahuluan akan memaparkan mengenai latar belakang penulisan, rumusan permasalahan yang ada, pertanyaan penelitian yang muncul, judul skripsi, serta metode penelitian yang akan digunakan di dalam penulisan ini, dan yang terakhir adalah sistematika dalam penulisan ini secara garis besarnya yang digunakan untuk mempermudah pembaca memahami alur penulisan.

Bab 2 : Filsafat Eksistensialisme – Soren Kierkegaard

Pada bab kedua ini, penulis akan menjelaskan dan menjabarkan tentang pengertian apa itu Filsafat Eksistensialisme. Pengertian Filsafat Eksistensialisme tersebut akan dijelaskan dengan menggunakan teori milik salah satu filsuf dahulu yaitu Soren Kierkegaard. Pada

[12] John W. Creswell, *Research Design: pendekatan kualitatif, kuantitaif, dan mixed* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009), 4-5.

bab ini juga penulis akan memaparkan tanggapan Soren Kierkegaard yang di kutip oleh beberapa penulis buku terkait perkembangan zaman yang dialami oleh manusia.

Bab 3 : Fenomena *FOMO* ditinjau melalui Filsafat Eksistensialisme

Pada bab ketiga penulis akan memaparkan mengenai *FOMO* dan bagaimana *FOMO* itu mempengaruhi kehidupan manusia melalui perkembangan zaman dan informasi. Pada bagian ini juga penulis akan menjelaskan tentang ke autentikkan manusia sebelum mengenal *FOMO* dan setelah mengenal *FOMO* serta apa saja dampaknya.

Bab 4 : Evaluasi Teologis

Pada bab keempat ini, penulis akan mengevaluasi hasil penulisan dari bab 3 tentang Fenomena *FOMO* ditinjau melalui Filsafat Eksistensialisme. Evaluasi akan dijelaskan dengan menggunakan konsep Teologis yang ada kaitannya dengan pembahasan pada bab 3. Setelah evaluasi teologis juga akan disertakan dengan usulan apa yang dapat di lakukan untuk menghadapi derasnya perkembangan zaman dan informasi dalam fenomena *FOMO* tersebut agar manusia tidak kehilangan keautentikannya.

Bab 5 : Kesimpulan dan Saran

Pada bab yang terakhir ini penulis akan menjelaskan Kesimpulan yang bertujuan untuk meringkas dari keseluruhan penulisan skripsi serta memberikan jawaban dari hasil penelitian yang ada pada bagian pendahuluan. Pada bab ini juga penulis akan menyertakan saran yang tujuannya untuk mengevaluasi kekurangan dan keterbatasan dalam penulisan skripsi ini.

DUTA WACANA

Bab 5
Penutup

5.1 Kesimpulan

Dari keseluruhan pembahasan dari Bab 1 sampai Bab 4 yang telah penulis paparkan, dapat disimpulkan bahwa fenomena *FOMO* (*Fear of Missing Out*) merupakan sebuah persoalan eksistensial yang betul terjadi dalam kehidupan sehari-hari, baik pada era yang belum memasuki era modern dan juga pada era yang sudah modern, namun secara khusus fenomena *FOMO* sering muncul di era yang di mana teknologi dan media sosial berkembang dengan pesat. Dampak dari *FOMO* tidak hanya mempengaruhi sisi psikologis seseorang, namun dapat juga menyentuh sisi eksistensial dan spiritual. Alasannya sendiri karena yang dipengaruhi berupa cara seseorang dalam kesehariannya serta mempengaruhi sisi seseorang dalam memahami identitas dirinya, kemudian mempengaruhi tujuan atas panggilan hidup serta makna hidupnya, dan juga dapat mempengaruhi versi keautentikan dirinya.

Penulis menggunakan filsafat eksistensialisme pemikiran Søren Kierkegaard untuk memahami fenomena *FOMO* alasannya karena, melalu pemikiran Kierkegaard *FOMO* dapat dilihat dan dipahami sebagai fenomena di mana seseorang cenderung menetap pada tahap eksistensi estetis. Dalam tahap tersebut dapat digambarkan bahwa seseorang menjalani kehidupannya hanya terfokus pada hal-hal yang sifatnya sementara seperti mengikuti tren, mencari pengakuan dari lingkungan sekitar melalui media sosial, dan ingin merasakan pengalaman orang lain. Pada kondisi tersebut, seseorang menghadapi kemungkinan terbesar untuk kehilangan arah hidup serta panggilan hidupnya sendiri dan menjalani kehidupannya dengan tidak autentik karena, bukannya secara sadar berani memilih dan mengambil keputusan dengan sadar, ia justru mengikuti lingkungan sekitar dan standar sosial yang ada di media sosial. Hal tersebut juga dapat dilihat pada Bab 3 yang di mana, penulis menganalisis *FOMO* dan menunjukkan hasil bahwa *FOMO* cenderung mendorong seseorang untuk membanding dirinya dengan kehidupan orang lain alasannya karena, merasa apa yang dimiliki saat ini tidak cukup dan merasa cemas karena orang lain memiliki pengalaman yang lebih dari dirinya. Hasil analisa tersebut terbukti melalui pandangan Kierkegaard yang mengatakan, kehidupan yang dijalani tanpa refleksi yang menghayati diri sendiri dan tanpa mengambil keputusan secara personal dapat menyebabkan manusia menjadi jauh dari versi dirinya yang autentik.

Kemudian jika di tinjau melalui sisi teologis, keautentikan manusia tidak sekedar melihat dari seberapa berani seseorang untuk memilih dan mengambil keputusan kemudian bertanggung jawab terhadap pilihannya, akan tetapi sisi keautentikannya dapat dilihat juga melalui relasi manusia dengan Allah sebagai sumber kehidupan. Melalui evaluasi teologis, fenomena *FOMO* dapat dipahami sebagai persoalan krisis identitas dan krisis iman yang dialami oleh manusia karena, manusia memahami nilai dirinya berdasarkan pengakuan dari lingkungan sosial dan bukan kepada Allah sebagai penciptanya yang sekaligus memberikan identitas kepada dirinya. Melalu Filipi 4:11-12 yang penulis rasa tepat untuk menanggapi *FOMO* karena, rasul Paulus menegaskan bahwa dirinya belajar untuk mencukupkan dirinya dalam segala keadaan, sedangkan *FOMO* menunjukkan kecenderungan seseorang yang tidak merasa cukup dengan yang dimilikinya saat ini. Sikap rasul Paulus dapat dilihat sebagai seseorang yang telah mengenali dirinya sendiri karena, rasul Paulus menunjukkan bahwa kehidupan yang autentik dan bermakna tidak didapatkan melalui pengakuan dari orang lain atau karena mengikuti standar sosial, melainkan menjaga ketaatan dan relasi yang benar dengan Allah. Dari situ dapat dipahami bahwa pandangan teologis menegaskan bentuk spiritualitas kecukupan (*contentment*) sebagai bentuk kehidupan yang autentik di hadapan Allah.

Dengan demikian dapat dimengerti bahwa, jika seseorang tidak mengenali potensi diri dan panggilan atas hidupnya dapat menyebabkan dirinya menjadi seseorang yang *FOMO* dan tidak menutup kemungkinan kehidupannya jauh dari kata autentik. Namun dengan hadirnya pemikiran Kierkegaard dan iman Kristen yang teguh, manusia bisa saja terbantu untuk mengenali diri serta panggilan hidupnya dan kemudian manusia dapat hidup sebagai pribadi yang menjalani kehidupannya dengan sadar, bertanggung jawab, dan beriman dalam menghadapi banyaknya tantangan di era modern saat ini.

5.2 Saran

Fenomena *FOMO* dan kualitas hidup yang autentik tidak hanya dilihat sebagai sebuah bentuk persoalan krisis identitas diri dan teori akademik saja, melainkan dapat dimaknai dan dipahami sebagai salah satu dari banyaknya cara menjalani kehidupan dengan bertanggung jawab dan taat pada panggilan hidup yang diberikan oleh Allah sebagai sumber kehidupan manusia. Setiap orang memiliki hak untuk mengeksplorasi kehidupannya dan menggali potensi yang dimilikinya sebagai bentuk mensyukuri kehidupan yang diberikan oleh Allah.

Untuk setiap orang yang menjalani kehidupan penulis mengharapkan untuk mampu dalam mengembangkan kesadaran diri secara reflektif secara khusus dalam menggunakan media sosial dan menerima informasi yang pesat agar lebih bijak lagi dalam memilah dan memilih apa yang perlu dan penting untuk diterima diri masing-masing. penulis memahami bahwa manusia memerlukan informasi dan beradaptasi mengikuti perkembangan zaman, namun sangat penting juga untuk bijak dalam menggunakannya seperti, tidak mengikuti tren yang ada di media sosial sebagai bentuk untuk mendapatkan pengakuan sosial dan menjadikan itu sebagai dasar penilaian diri. Sesungguhnya menyadari panggilan hidup dan menjaga relasi dengan Allah merupakan kunci utama untuk manusia dapat hidup secara autentik.

Peran aktif gereja juga diharapkan dapat memberikan wawasan dan mendampingi baik secara pastoral maupun secara pendidikan iman dengan menyesuaikan konteks digital. Peran gereja diperlukan dalam membantu umat untuk memahami dan mengenali identitas diri mereka masing-masing sebagai anak-anak Allah, gereja juga dapat berperan dalam pembangunan kehidupan spiritual kecukupan dan syukur agar umat tidak gampang terjebak dalam rasa cemas terhadap lingkungan sosialnya dan membandingkan hidupnya dengan orang lain.

Kemudian yang terakhir saran untuk penulis sendiri, di mana penulis menyadari dari keseluruhan penulisan skripsi ini masih dapat dikatakan belum sempurna dan dapat dikembangkan dalam berbagai aspek contohnya seperti, penulis dapat mengkaji fenomena *FOMO* ini dalam bentuk yang lebih kontekstual, misalnya dalam mengontekskan arah penelitiannya pada kelompok usia tertentu atau bisa saja dalam konteks gereja dan pendidikan iman Kristen. Disisi lain, pengambilan kajian biblikanya dapat lebih dalam lagi seperti mengambil tema mengenai kecemasan, kecukupan, dan penggunaan identitas dalam Alkitab juga dapat diperdalam lagi, alasannya karena dapat menambah wawasan teologis secara khusus dalam mengkaji fenomena *FOMO*. Kemudian penulis juga dapat lebih giat dan fokus lagi dalam penulisan ini, karena pada prosesnya pun penulis sering kali terkendala secara internal maupun eksternal.

DUTA WACANA

Daftar Pustaka

Akbar, Rizki Setiawan, Audry Aulya, Adra Apsari, dan Lisda Sofia. "Ketakutan Akan Kehilangan Momen (FOMO) Pada Remaja Kota Samarinda." *Psikostudia: Jurnal Psikologi* 7, no. 2 (Desember): 2018. https://e-journals.unmul.ac.id/index.php/PSIKO/article/download/2404/pdf.

Armawi, Armaidy. "Eksistensi Manusia dalam Filsafat Soren Kierkegaard." *Jurnal Filsafat* 21, no. 1 (April): 2021. https://jurnal.ugm.ac.id/wisdom/article/download/4738/9371.

Aszad, Aminudin. "Mengenal Istilah FOMO, Fenomena Sosial di Era Digital." *Newstarstory.com*, 17 November 2024. https://www.newsartstory.com/2024/11/mengenal-istilah-fomo-fenomena-sosial.html.

Bertens, K., Johanis Ohoitimur, dan Mikhael Dua. *Pengantar Filsafat*. Yogyakarta: Kanisius, 2018.

Chyquitita, Tica. "Mengurai Fenomena FoMo di Kalangan Remaja." *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan* 6, no. 4 (Agustus): 2024. https://edukatif.org/edukatif/article/download/7406/pdf.

Creswell, John W. *Research Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009.

Ebelendu, Jude Ifeanyi, dan Ignatius Nnaemeka Onwuatuegwu. "The Idea of Authenticity and Inauthenticity of Existence in the Existential Philosophy of Soren Kierkegaard." *Philosophy Study*, no. 1 (January): 37–41, 2021. https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3788675.

Emilia, Dinda. "Eksistensialisme dan Makna Hidup: Analisis Filosofis atas Pilihan Individu." *Literacy Notes* 1, no. 2: 2023. https://literacy.com/index.php/ln/article/view/12.

Hardiman, F. Budi. *Filsafat Modern: Dari Machiavelli sampai Nietzsche*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2004.

———. *Aku Klik maka Aku Ada: Manusia dalam Revolusi Digital*. Sleman: Kanisius, 2021.

Hamat, Yulianus Evantus, Fransiskus A. D. Satyawardhana, Agustinus Fordino, dan Nur Oktavianus Yeval. "Konsep 'Manusia Autentik' Menurut Soren Kierkegaard dalam Menyikapi Fenomena Flexing pada Kaum Muda." *Endogami: Jurnal Ilmiah Kajian Antropologi* 7, no. 2 (Juni): 2024. https://ejournal.undip.ac.id/index.php/endogami/article/view/63681/pdf_1.

Hasanah, Uswatun. "Pembentukan Identitas Diri dan Gambar Diri (Self Body Image) pada Remaja Putri Bertato di Samarinda." *Psikoborneo* 1, no. 2: 2013. https://e-journals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/download/3290/2224.

Hidayah, Putri Nurul. "Pandangan Soren Kierkegaard terhadap Eksistensi Manusia (Studi Kasus Waria di Kecamatan Ilir Barat I)." Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Fatah, Palembang, 2022.

Kumparan. "Arti FOMO, Ciri-ciri, dan Dampaknya." *Kumparan.com*, 23 Juni 2023. https://kumparan.com/pengertian-dan-istilah/arti-fomo-ciri-ciri-dan-dampaknya-20eQP65E4lO/full.

———. "Arti Otentik, Ciri-ciri, dan Cara Mengidentifikasinya." Diakses 13 Oktober 2025. https://kumparan.com/pengertian-dan-istilah/arti-otentik-ciri-ciri-dan-cara-mengidentifikasinya-21tBygi4c8V/full.

Liem, Septian Adi Nugroho. "Dialog Manusia Otentik dan Hedonisme: Sebuah Tinjauan Filsafat-Teologi." Skripsi, Universitas Kristen Duta Wacana, Yogyakarta, 2019.

McGinnis, Patrick J. *Fear of Missing Out: Teori Mengambil Keputusan di Dunia yang Menyajikan Terlalu Banyak Pilihan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2020.

Permatasari, Jessicha Fredericha, Nabila Rania Alkatiri, dan Annisa Zasqia Irandhy. "Terjebak di Dunia FOMO: Tantangan Mental Generasi Z di Era Media Sosial." *Seminar Nasional Ilmu-Ilmu Sosial* 3: 929–930, 2024. https://proceeding.unesa.ac.id/index.php/sniis/article/view/3878.

Simatupang, Edwind Satri, Robertus Wijanarko, Sahrido Theobaldus Aritonang, Josep Arianto, "Eksistensi Pelaku Kasus Kekerasan Seksual Di Satuan Pendidikan Berbasis Boarding School Perspektif Soren Aabye Kierkegaard," *Jurnal Yaqzhan* 8, No. 2 (Desember 2022): 340-341,

https://syekhnurjati.ac.id/jurnal/index.php/yaqhzan/article/download/11696/pdf_52?utm_source=chatgpt.com.

Sokah, Umar Asasuddin. *George Wilhelm Friedrich Hegel (1770–1831): Pemikirannya tentang Ide dan Sejarah*. Yogyakarta: Perpustakaan Digital UIN Sunan Kalijaga, 2008.

Tjaya, Thomas Hidya. *Kierkegaard dan Pergulatan Menjadi Diri Sendiri*. Jakarta: Kepustakaan Populer Gramedia, 2004.

Warnoto. "Diri yang Otentik: Konsep Filsafat Eksistensialis Soren Kierkegaard." Skripsi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta, 2010.

DUTA WACANA