

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di era modern ini, manusia dihadapkan pada tekanan konformitas yang kuat. Standar kecantikan seseorang, kesuksesan, dan gaya hidup yang dipaksakan oleh media dan budaya populer menciptakan tekanan besar untuk menyesuaikan diri. Dalam hubungan interpersonal, tekanan ini dapat menyebabkan individu mengorbankan nilai-nilai dan kepribadian mereka demi mendapatkan persetujuan sosial. Setiap individu dihadapkan pada berbagai peran sosial yang diharapkan dari mereka, seperti peran anak, teman, pasangan, rekan kerja, dan anggota masyarakat. Tuntutan peran ini sering kali bertentangan, sehingga menimbulkan konflik internal dan eksternal.¹ Dalam hubungan interpersonal, tuntutan peran dapat menyebabkan ketidakseimbangan, ketidakpuasan, dan rasa terkekang. Hal ini juga dapat menimbulkan ketakutan ditolak yang merupakan salah satu penghambat terbesar dalam menjalin hubungan yang otentik. Takut dinilai, dihakimi, atau tidak diterima dapat membuat individu menarik diri dari hubungan, menghindari konflik, dan memanipulasi diri mereka sendiri untuk menyenangkan orang lain.

Dalam upaya untuk memenuhi tuntutan sosial dan peran, individu sering kali kehilangan keaslian mereka sendiri. Mereka mungkin mengabaikan kebutuhan dan keinginan mereka sendiri demi menyenangkan orang lain atau menghindari konflik.² Kehilangan autentitas ini dapat menyebabkan rasa hampa, depresi, dan ketidakpuasan dalam hubungan. Batasan yang jelas dalam hubungan interpersonal sangat penting untuk menjaga keseimbangan dan keharmonisan. Tanpa batasan yang jelas, individu mungkin merasa terbebani, dimanfaatkan, atau terjebak dalam hubungan yang tidak sehat. Ironisnya, ketakutan akan kebebasan dapat juga menjadi penghambat dalam hubungan interpersonal. Individu mungkin takut untuk mengambil tanggung jawab atas pilihan dan tindakan mereka, atau takut untuk mendefinisikan diri mereka sendiri secara independen.

Buku “Berani Tidak Disukai” berusaha untuk memberikan perspektif baru tentang hubungan interpersonal, yaitu dengan mendorong individu untuk berani menjadi diri sendiri, bahkan jika itu berarti tidak disukai oleh orang lain. Buku ini menekankan pentingnya kebebasan, tanggung jawab, dan kemampuan untuk menghadapi penolakan dalam mencapai hubungan

¹ Nurus, Shalihin and Firdaus, “Transformasi Gender: Strategi Pembebasan Perempuan Dari Jerat Pembangunan Dan Kapitalisme,” *Sawwa: Jurnal Studi Gender* 14, no. 1 (2019): 109, <https://doi.org/10.21580/sa.v14i1.3366>.

² Shalihin and Firdaus.

yang lebih otentik dan memuaskan. Dalam buku ini juga berpendapat bahwa banyak masalah dalam hubungan interpersonal muncul dari ketidakmampuan individu untuk menerima diri mereka sendiri dan tanggung jawab atas pilihan mereka. Mereka cenderung menyalahkan orang lain, keadaan, atau masa lalu untuk masalah mereka, alih-alih mengambil tanggung jawab untuk mengubah diri mereka sendiri. Konsep kebebasan dan tanggung jawab dalam eksistensialisme memiliki implikasi yang mendalam bagi pemahaman kita tentang hubungan interpersonal. Alih-alih melihat hubungan sebagai hasil dari faktor-faktor eksternal seperti genetika, lingkungan, atau bahkan takdir, eksistensialisme menekankan peran individu dalam menciptakan dan membentuk hubungan mereka.

Dalam buku “Berani Tidak Disukai” banyak hal-hal yang menguak berbagai macam rahasia yang memungkinkan kita untuk bisa meraih kebebasan yang sesungguhnya. Apakah kebebasan menjadi sesuatu yang kita pilih? Apakah kebebasan itu diciptakan oleh orang lain atau diri kita sendiri? Buku ini menyajikan jawaban secara sederhana dan langsung. Buku ini mengikuti percakapan yang menggugah antara seorang filsuf dan seorang pemuda. Dalam lima percakapan yang terjalin, sang filsuf membantu muridnya dalam memahami bagaimana masing-masing dari kita mampu menentukan arah hidup kita, bebas dari belenggu trauma masa lalu dan beban ekspektasi orang lain.

Dalam catatan penulis buku ini terdapat ungkapan bahwa Sigmund Freud, Carl Jung, dan Alfred Adler merupakan tokoh-tokoh penting dalam dunia psikologi. Buku ini merupakan ekstraksi dari berbagai pemikiran serta ajaran filosofis dan psikologis Adler, yang mengambil bentuk dialog naratif antara seorang filsuf dan seorang pemuda. Kita seringkali beranggapan bahwa pengalaman di masa lalu itu berpengaruh terhadap perilaku kita di masa depan. Misalnya seperti seorang anak yang memiliki trauma pada masa kecilnya karena kekerasan yang dilakukan orang tuanya terhadap anak tersebut dan akan memengaruhi situasi sosial yang tidak menyenangkan saat dewasa. Namun pada kenyataannya, tak semua seseorang yang mengalami kekerasan di masa kecilnya akan menjadi seorang yang bermasalah di masa yang akan datang. Pasti ada penjelasan mengenai hal ini bukan? Menurut Adler dalam buku di atas bahwa “trauma itu tidak ada”. Kondisi seseorang tidak bersifat permanen. Manusia selalu memiliki pilihan untuk mengambil aksi yang akan dijalankannya dan memiliki kesempatan untuk berubah. Dalam konsepnya, kita tidak memikirkan “sebab” yang sudah terjadi, melainkan “tujuan” yang akan kita hadapi saat ini dan seterusnya.³

³Bakhrudin All Habsy et al., “Teori Konseling Adlerian: Pandangan Tentang Hakikat Manusia Dengan Melihat Persepsi Subjektif Dan Pola Kepribadian Ditinjau

Dalam hal ini, teori eksistensialisme Jean Paul Sartre menjadi tokoh yang relevan untuk memahami hubungan interpersonal sebab, Sartre menekankan bahwa manusia dilahirkan bebas dan bertanggung jawab atas pilihan-pilihan mereka. Dalam konteks hubungan interpersonal, konsep ini sangat penting karena memaksa kita untuk merefleksikan bagaimana kita membentuk hubungan dengan orang lain, bukan hanya menerima peran yang dipaksakan oleh norma sosial. Kita bertanggung jawab atas bagaimana kita berinteraksi dan bagaimana kita menentukan batasan hubungan. Sartre percaya bahwa kita memiliki kebebasan penuh untuk menentukan makna hidup kita sendiri.⁴ Hal ini berimplikasi bahwa kita harus memilih nilai-nilai dan cara hidup kita sendiri, bukan sekadar meniru apa yang diharapkan oleh orang lain. Dalam hubungan, ini berarti berani menjadi diri sendiri, mengekspresikan keinginan dan kebutuhan kita, serta mendefinisikan batasan hubungan yang sejalan dengan nilai-nilai kita.

Dengan kata lain, Sartre menawarkan kerangka berpikir yang menantang asumsi kita tentang hubungan interpersonal. Dia mendorong kita untuk merefleksikan kebebasan kita, tanggung jawab kita, dan pentingnya autentitas dalam membangun hubungan yang sehat dan bermakna. Konsep kebebasan dalam eksistensialisme tidaklah bebas dari konsekuensi. Sartre, dalam karyanya *Being and Nothingness*, mengemukakan bahwa kebebasan manusia membawa tanggung jawab yang besar. Setiap pilihan yang kita buat, setiap tindakan yang kita lakukan, membentuk identitas kita dan menciptakan realitas kita sendiri.⁵ Setiap individu, menurut Sartre, memiliki kebebasan absolut untuk memilih bagaimana mereka berinteraksi dengan orang lain, dan dengan demikian, bertanggung jawab atas konsekuensi dari pilihan tersebut.⁶

Di tengah hingar bingar kehidupan, kita seringkali terjebak dalam rutinitas, seperti arus sungai yang mengalir tanpa henti. Kesibukan sehari-hari mengaburkan pandangan kita, membuat kita lupa bahwa kita sendirilah yang memegang kendali atas arah hidup kita. Kita terbiasa menyalahkan keadaan, mengeluh tentang kesialan, tanpa menyadari bahwa setiap pilihan, setiap tindakan, telah menorehkan jejaknya pada peta perjalanan kita. Namun, Sartre mengajak kita untuk melihat hidup dengan mata yang lebih

Oleh Urutan Kelahiran Dan Sibling Relationship,” *Aktivisme: Jurnal Ilmu Pendidikan, Politik Dan Sosial Indonesia* 1, no. 3 (2024): 25–35.

⁴Yohanes Virgiri Nahak, Theodorus Esa Kaha, and Yoseph Richardo Plue, “Eksistensialisme Dan Kebebasan: Menjawab Pertanyaan,” *JSHI: Jurnal Studi Humaniora Interdisipliner* 8, no. November (2024): 20–28.

⁵Adheline Novita Swandini, “Filsafat Eksistensialisme Oleh Filsuf Jean-Paul Sartre Dan Dengan Isu Teologi Tentang Kebebasan Dan Tanggung Manusia,” *Jurnal THEOLOGIA* 22, no. 2 (2016).

⁶Elvira Purnamasari, “Studi Komparasi Pemikiran Muhammad Iqbal Dan Jean Paul Sartre,” *Manthiq* 2, no. 2 (2017): 119–33.

jernih. Ia mengingatkan kita bahwa kita tidak terlahir dengan skrip yang sudah ditentukan. Kita “terlempar” ke dalam eksistensi, bebas untuk memilih dan membentuk jati diri kita sendiri. Kebebasan ini membawa tanggung jawab yang tak terelakkan, sebab kita adalah pencipta makna dalam hidup kita sendiri. Tentu, mengubah arah perjalanan kita membutuhkan keberanian. Kita harus berani melepaskan keterikatan pada masa lalu, berani menghadapi ketakutan kita, dan berani menentukan jalan baru yang mungkin terlihat menakutkan. Namun, di balik tantangan itu tersembunyi keindahan yang luar biasa, yaitu kebebasan untuk menciptakan hidup yang kita inginkan. Sartre mengingatkan kita bahwa kita bukanlah korban dari nasib, tetapi pencipta nasib kita sendiri.⁷ Kita memiliki kekuatan untuk mengubah cerita hidup kita, untuk menata langkah kita menuju tujuan yang kita inginkan. Ingatlah, keberanian bukanlah ketiadaan ketakutan, tetapi kemampuan untuk bergerak meski takut. Jadi, langkahlah dengan tegas, dengan keyakinan bahwa kamu adalah penentu nasib hidupmu sendiri.

Esensi yang berspekulatif sudah tidak cukup untuk menandai keadaan zaman yang sudah beralih dari manual ke mesin. Manusia bercermin atas dirinya sendiri sebagai eksistensi yang memiliki keunikan dan mampu berkarya.⁸ Dengan demikian, analisis “Berani Tidak Disukai” melalui lensa pemikiran Sartre akan memungkinkan kita untuk mengeksplorasi bagaimana konsep kebebasan, tanggung jawab, dan konstruksi identitas dalam eksistensialisme bermanifestasi dalam hubungan interpersonal. Kita akan menyelidiki bagaimana individu membangun identitas mereka dalam hubungan dengan orang lain, dan bagaimana mereka dapat menggunakan kebebasan mereka untuk menciptakan hubungan yang autentik dan bermakna, terlepas dari tekanan sosial dan ekspektasi. Analisis ini akan memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang dinamika hubungan interpersonal dalam konteks eksistensialisme, dan bagaimana pemikiran Sartre dapat memberikan kerangka kerja untuk memahami dan menavigasi kompleksitas hubungan manusia.

B. Perumusan Masalah

1. Identifikasi Masalah

⁷Dan Tawaran Jawaban and Setyo Wibowo, “Permasalahan Iman: Kritik Atas Iman Dalam Filsafat Barat,” *Kanz Philosophia* 3, no. 1 (2013).

⁸Dewi Nurmasari Pane, Miftah EL Fikri, and Husni Muharram Ritonga, “Metode Filosof Yunani Menemukan Tuhan,” *Journal of Chemical Information and Modeling* 53, no. 9 (2018): 1689–99.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka identifikasi masalah yang dijadikan dasar ialah sebagai berikut:

- 1) Di era modern, manusia terjebak dalam perangkap tuntutan sosial dan budaya yang mengurangi kebebasan pribadinya, khususnya dalam hubungan interpersonal. Keinginan untuk sesuai dengan standar masyarakat sering kali menghilangkan kebebasan untuk memilih dan menentukan jalur hubungan sesuai dengan nilai-nilai pribadi.
- 2) Tekanan dari lingkungan sekitar, seperti keluarga, teman, dan masyarakat, sering kali menjadi sumber pengendalian yang menghilangkan kebebasan manusia dalam hubungan interpersonal. Tuntutan untuk mencapai kesuksesan, menjalankan peran sosial tertentu, dan menghormati norma-norma masyarakat dalam konteks hubungan dapat membatasi kebebasan untuk mengembangkan diri secara otentik.
- 3) Manusia membutuhkan eksistensi untuk menemukan kebebasan dan menghadapi pengendalian yang diberikan oleh orang lain dalam hubungan interpersonal. Dengan memahami eksistensi dan mengambil tanggung jawab atas hubungan sendiri, manusia dapat menemukan kekuatan untuk melepaskan diri dari penghalang yang menghalangi kebebasan dalam berhubungan dengan orang lain. Sartre melalui analisis buku "Berani Tidak Disukai". Analisis akan menjelajahi bagaimana konsep eksistensialisme Sartre dapat membantu memahami tantangan kebebasan dalam hubungan interpersonal, serta mencari jalan keluar dari perangkap tuntutan dan pengendalian yang menghambat kebebasan manusia dalam hubungan dengan orang lain.

2. Batasan Masalah

Dari identifikasi masalah yang dicantumkan dalam penelitian ini, maka perlu dilakukannya sebuah batasan masalah agar penelitian yang dilakukan lebih berfokus pada analisis bagaimana konsep Jean Paul Sartre mengenai eksistensialisme, tanggung jawab, serta hubungan interpersonal yang muncul akibat tuntutan sosial seperti yang diuraikan dalam buku "Berani Tidak Disukai" karya Ichiro Kishimi dan Fumitake Koga.

3. Rumusan Masalah

Dari latar belakang di atas, maka dapat ditarik rumusan masalah sebagai berikut:

- 1) Bagaimana Konsep Kebebasan yang tercantum dalam buku “Berani Tidak Disukai” karya Ichiro Kishimi dan Fumitake Koga?
- 2) Bagaimana pemikiran Jean Paul Sartre terkait eksistensialisme?
- 3) Konsep Kebebasan yang tercantum dalam buku “Berani Tidak Disukai” karya Ichiro Kishimi dan Fumitake Koga: Berdasarkan Analisis Teori Eksistensialisme Jean Paul Sartre ?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan diantaranya yaitu:

1. Tujuan Umum
Secara garis besar penelitian ini bertujuan untuk membantu manusia keluar dari tuntutan-tuntutan manusia lainnya, menemukan eksistensinya sendiri, serta mengubah hidup kepada kebebasan sebenarnya.
2. Tujuan Khusus
 - 1) Untuk mendeskripsikan bagaimana Konsep Kebebasan yang tercantum dalam buku “Berani Tidak Disukai” karya Ichiro Kishimi dan Fumitake Koga.
 - 2) Untuk mendeskripsikan pemikiran Jean Paul Sartre terkait eksistensialisme.
 - 3) Untuk menganalisis Konsep Kebebasan yang tercantum dalam buku “Berani Tidak Disukai” karya Ichiro Kishimi dan Fumitake Koga: Analisis Teori Eksistensialisme Jean Paul Sartre ?

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat, diantaranya yaitu:

1. Manfaat teoritis
 - 1) Penelitian ini dapat memberikan pengetahuan mengenai kebebasan dan eksistensi diri sebagaimana yang dijelaskan dalam buku “Berani Tidak Disukai”.
 - 2) Penelitian ini dapat berkontribusi dalam mengubah hidup dan meraih kebahagiaan yang sejati dalam teori Jean Paul Sartre yang diuraikan dalam buku “Berani Tidak Disukai”.
 - 3) Penelitian ini dapat memperluas wawasan mengenai suatu kebebasan terutama dalam perkembangan karakter diri terhadap teori Jean Paul Sartre.
2. Manfaat Praktis

- 1) Bagi pembaca, penelitian ini dapat menjadi landasan untuk menjadikan manusia yang terbebas dari belenggu, trauma masa lalu dan beban ekspektasi orang lain.
- 2) Penelitian ini dapat membantu para pembaca dalam memahami bagaimana masing-masing dari kita mampu menentukan arah dalam hidup kita sendiri tanpa campurtangan orang lain.
- 3) Penelitian ini dapat membangun keberanian dalam menyingkirkan hal-hal yang tidak penting dari pikiran, dan mengabaikan batasan-batasan orang lain terhadap diri kita sendiri.

E. Penelitian Terdahulu

1. Sebuah review buku oleh Riska Febriani dkk pada tahun 2023 yang berjudul '*Berani Berubah Untuk Hidup Yang Lebih Baik*' dengan lokasi penelitian di Universitas Insan Pembangunan Indonesia dan STKIP Situs Banten Indonesia. Penelitian ini disusun dengan pendekatan kualitatif dan metode deskriptif. Penelitian ini menyimpulkan bahwa manusia yang mengenal dan memahami atas kepribadiannya sendiri. Dalam penelitian ini juga memaparkan bagaimana isi buku yang menjelaskan bahwa ketika kita melakukan sesuatu yang baik pasti saja ada orang-orang yang tetap tidak menyukai atas apa yang kita lakukan, bahkan sampai melontarkan hinaan yang kan membuat kita sakit hati. Dan jika kita mendapat hinaan maka jadikan hal itu sebagai pondasi untuk membangun kembali semangat kita, agar kita termotivasi dan dapat membuktikannya kepada orang yang menghina tersebut dengan menjadi lebih baik lagi.⁹
2. Arikel karya SuhermantoJa'far pada tahun 2015 dengan judul penelitian '*Struktur Kepribadian Manusia Perspektif Psikologi Dan Filsafat*' yang disusun di Surabaya Jawa Timur. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan deskriptif. Kesimpulan dalam penelitian ini, bahwa sebuah kepribadian dan sehat dan terintegrasi secara kuat maka setiap aspek kepribadian harus mencapai pada taraf diferensiasi dan perkembangan yang optimal.

⁹ Ahmad Yani Riska Febriani, Masduki Asbari, "Resensi Buku : Berani Berubah Untuk Hidup Lebih Baik," *Jurnal Manajemen Pendidikan* 01, no. 01 (2023): 1–6, [https://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=3455800&val=30121&title=Resensi Buku Berani Berubah untuk Hidup Lebih Baik](https://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=3455800&val=30121&title=Resensi%20Buku%20Berani%20Berubah%20untuk%20Hidup%20Lebih%20Baik).

04/07/25 (13:03:57) 104.207.250.101

Bagi aliran psikologi humanistik yang menganggap bahwa kepribadian sebagian satu kesatuan antara jiwa dan tubuh, yang membentuk sebuah kesadaran historis dan eksistensinya yang menekankan pada pola perilaku yang unik dan sangat individual.¹⁰

3. Jurnal karya Deffi Syahfitri Ritonga pada tahun 2016 dengan judul *“Eksistensi Perempuan dalam Novel Mudhakkirāt Tabībah Karya El Saadawi dan Layar Berkembang Karya Alisjahbana”*. Penelitian menegaskan bahwa eksistensi diri manusia tidak bersifat kodrati atau bawaan sejak lahir, melainkan hasil dari proses kesadaran yang terbentuk melalui interaksi dengan lingkungan sosial. Temuan ini menunjukkan bahwa karya sastra tidak dapat dianggap sebagai entitas budaya yang mandiri, tetapi lebih merupakan hasil dari dialektika panjang yang melibatkan berbagai aspek kehidupan dan ilmu pengetahuan. Faktor-faktor seperti budaya, agama, dan dinamika sosial berperan penting dalam membentuk karya sastra, yang pada akhirnya menciptakan kemiripan antar karya sastra di berbagai negara.
4. Jurnal karya Cicik Yulianita dkk. ISSN 2541-3252 Vol. 8, No. 2, Sep. 2023 yang berjudul *“Interaksi Teori Eksistensialisme Jean Paul Sartre Dan Kritik Sastra Dalam Karya Nana Sastrawan”*. Penelitian ini bertujuan untuk menunjukkan bagaimana karakter dalam karya Sastrawan mencerminkan dilema eksistensial dan proses pencarian makna hidup yang sejalan dengan pemikiran Sartre. Dalam tulisan ini, Yulianita dan tim juga menyoroti bagaimana kritik sastra dapat dimanfaatkan untuk mengeksplorasi konsep-konsep filsafat Sartre dalam karya sastra, memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai perjuangan karakter untuk mencapai kebebasan dan menentukan esensi mereka sendiri. Hasil penelitian ini menekankan pentingnya interaksi antara teori eksistensialisme dan pendekatan kritik sastra dalam memahami dinamika internal karakter sastra yang dihadirkan oleh Nana Sastrawan.¹¹
5. Jurnal filsafat karya Ahmad Baharuddin Surya dan Setya Yuwana Sudikan pada Tahun 2020 dengan judul *“Keterasingan Tokoh ‘Aku’ Dalam Novel Ngrong Karya S. Jai: (Kajian Filsafat Eksistensialisme Jean Paul Sartre)”*. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif

¹⁰Suhermanto Ja'far, “Struktur Kepribadian Manusia Perspektif Psikologi Dan Filsafat,” *Psychiatric : Jurnal Ilmiah Psikologi* 2, no. 2 (2016): 209–21, <https://doi.org/10.15575/psy.v2i2.461>.

¹¹Cicik Yulianita, Setya Yuwana, and Ririe Rengganis, “Interaksi Teori Eksistensialisme Jean Paul Sartre Dan Kritik Sastra Dalam Karya Nana Sastrawan,” *Bahtera Indonesia; Jurnal Penelitian Bahasa Dan Sastra Indonesia* 8, no. 2 (2023): 553–66, <https://doi.org/10.31943/bi.v8i2.452>.

04/07/25

kualitatif dengan menggunakan pendekatan filsafat sastra, khususnya teori Eksistensialisme Jean-Paul Sartre terkait dengan konsep keterasingan. Sumber data penelitian adalah novel *ngRong* karya S. Jai, dengan teknik pengumpulan data menggunakan metode baca dan catat. Data yang dikumpulkan berupa kalimat, paragraf, serta dialog yang ada dalam novel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh “aku” tidak mampu sepenuhnya lepas dari keterasingannya. Meskipun ia berusaha menghindari berbagai interaksi sosial, hal tersebut justru menjerumuskannya kembali dalam situasi yang tak dapat dihindari. Interaksi sosial, sebagai realitas sehari-hari, tetap hadir dan menghadirkan berbagai subjektivitas yang memiliki potensi besar untuk mengancam subjektivitas tokoh “aku”. Selain itu, interaksi sosial sering kali diiringi oleh konflik antar subjektivitas, di mana satu subjektivitas mungkin menjadi objek yang rentan kehilangan subjektivitasnya. Jika objektivitas tersebut terlalu lama bertahan dan menguat, maka subjektivitas tokoh “aku” secara bertahap akan memudar.¹²

F. Kerangka Pemikiran

Eksistensialisme adalah aliran filsafat yang menekankan kebebasan individu serta tanggung jawab atas pilihan hidup yang diambil. Salah satu tokoh utama dalam eksistensialisme, Jean-Paul Sartre, menekankan bahwa kebebasan adalah inti dari eksistensi manusia, di mana setiap individu bertanggung jawab untuk menciptakan makna hidup mereka sendiri. Sartre percaya bahwa manusia tidak dilahirkan dengan tujuan atau esensi yang telah ditetapkan sebelumnya, melainkan harus menciptakannya melalui tindakan dan keputusan yang diambil secara bebas.¹³ Dalam hal ini, kebebasan eksistensial tidak hanya tentang kebebasan fisik, tetapi juga kebebasan untuk menentukan diri sendiri.

Namun, Sartre juga memperingatkan adanya jebakan yang sering dialami manusia, yaitu situasi yang ia sebut sebagai *bad faith* atau “niat buruk”. Dalam keadaan ini, seseorang menolak untuk menghadapi tanggung jawab atas pilihan hidupnya dengan hidup berdasarkan harapan atau ekspektasi eksternal, seperti opini atau penilaian orang lain. Menurut Sartre, mereka yang hidup dalam *bad faith* telah menolak kebebasan sejatinya

¹² Ahmad Baharuddin Surya and Setya Yuwana Sudikan, “Keterasingan Tokoh ‘Aku’ Dalam Novel *Ngrong* Karya S. Jai: (Kajian Filsafat Eksistensialisme Jean Paul Sartre),” *Bapala* 7, no. 1 (2020): 1–12.

¹³ Suparyanto dan Rosad (2015, “Antropologi Metafisika & Isu-Isu Kekinian,” *Suparyanto Dan Rosad* (2015 5, no. 3 (2019): 248–53.

karena bersembunyi di balik peran sosial atau ekspektasi orang lain, dan hal ini menciptakan keterasingan dari diri mereka sendiri.¹⁴

Dalam kebebasan atau suatu eksistensi, tekanan sosial untuk disukai dan diterima sering kali menjadi tantangan besar bagi kebebasan individu. Sartre menganggap interaksi sosial sebagai potensi sumber keterasingan, di mana seseorang mungkin tergoda untuk menyesuaikan diri dengan pandangan orang lain demi mendapatkan pengakuan.¹⁵ Demikian pula, “Berani Tidak Disukai” mengajarkan bahwa keinginan untuk disukai bisa membatasi kebebasan seseorang, dan bahwa keberanian untuk berbeda adalah kunci untuk meraih kebebasan sejati. Menghidupi nilai-nilai dan tujuan pribadi, meskipun tidak sesuai dengan harapan sosial, adalah bentuk kebebasan yang autentik.

Dengan demikian, pemikiran Sartre dan pesan dari buku “Berani Tidak Disukai” memiliki keselarasan dalam hal pentingnya tanggung jawab dan otentisitas dalam mencapai kebebasan. Keduanya mengajarkan bahwa kebebasan hanya bisa dicapai jika individu berani mengambil tanggung jawab penuh atas hidup mereka, tanpa tunduk pada ekspektasi atau penilaian eksternal. Menghindari *bad faith* dan menjalani hidup sesuai dengan prinsip pribadi memungkinkan seseorang untuk menemukan kebebasan sejati, baik dalam kehidupan pribadi maupun dalam hubungan dengan orang lain.

Teori utama yang digunakan dalam kerangka pemikiran ini adalah eksistensialisme menurut Jean-Paul Sartre. Sartre berpendapat bahwa manusia dilahirkan tanpa esensi atau tujuan yang telah ditentukan sebelumnya dan bahwa setiap individu bertanggung jawab untuk menciptakan makna hidupnya sendiri melalui tindakan dan keputusan yang dibuat.¹⁶ Kebebasan eksistensial ini menuntut individu untuk mengambil tanggung jawab penuh atas hidupnya, tanpa bergantung pada kekuatan eksternal atau harapan orang lain. Dalam buku “Berani Tidak Disukai”, teori ini digunakan untuk menggambarkan bagaimana kebebasan individu bisa tercapai ketika seseorang berani hidup sesuai dengan nilai-nilai pribadinya, tanpa khawatir tentang penilaian orang lain.

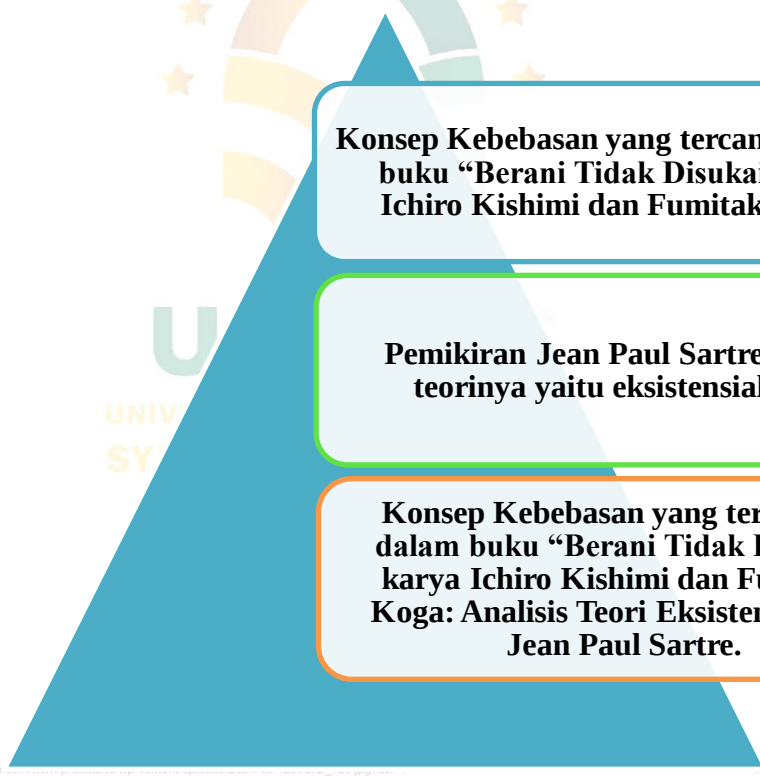
Ada beberapa konsep kunci yang menjadi inti dari kerangka pemikiran ini, di antaranya:

¹⁴ A Najib and S A Hudda, “Human Being Dalam Diskursus Eksistensialisme Barat Dan Islam: Komparasi Pemikiran Jean-Paul Sartre, Gabriel Marcel, Mulla ...,” *Jurnal Pemikiran Dan Kebudayaan Islam* Vol. 30 No. 2 Juli 2021, 2021, 91–104, <https://jurnal.iainkediri.ac.id/index.php/empirisma/article/view/3463>.

¹⁵ Jurnal Multidisiplin Inovatif et al., “Eksistensi Manusia Di Era Digital Perspektif Filsafat Eksistensialisme Jean Paul Sartre” 8, no. 11 (2024): 293–301.

¹⁶ Muhammad Fadillah et al., “Olahraga Dan Identitas: Analisis Filsafat Jean-Paul Sartre,” *Gunung Djati Conference Series* 24 (2023): 839–47.

1. Kebebasan Eksistensial: Menurut Sartre, kebebasan berarti bahwa manusia memiliki kuasa penuh untuk membuat keputusan tentang hidupnya sendiri. Kebebasan ini juga membawa konsekuensi tanggung jawab, di mana individu harus menghadapi konsekuensi dari pilihannya.
2. Tanggung Jawab Pribadi: Kebebasan selalu disertai tanggung jawab penuh atas pilihan yang diambil. Seseorang tidak bisa mengalihkan tanggung jawab ini kepada orang lain atau keadaan.
3. Hubungan Interpersonal: Konsep ini mengacu pada kondisi di mana seseorang menghindari tanggung jawab dengan bersembunyi di balik peran sosial atau harapan orang lain, yang menghambat kebebasan sejati.
4. Keberanian untuk Tidak Disukai: Dalam buku “Berani Tidak Disukai” kebebasan sejati adalah kemampuan untuk hidup otentik dan mengambil keputusan berdasarkan nilai pribadi, meskipun hal itu bisa menyebabkan ketidaksukaan atau penolakan dari orang lain.



Konsep Kebebasan yang tercantum dalam buku “Berani Tidak Disukai” karya Ichiro Kishimi dan Fumitake Koga.

Pemikiran Jean Paul Sartre terkait teorinya yaitu eksistensialisme.

Konsep Kebebasan yang tercantum dalam buku “Berani Tidak Disukai” karya Ichiro Kishimi dan Fumitake Koga: Analisis Teori Eksistensialisme Jean Paul Sartre.

Dengan demikian, buku “Berani Tidak Disukai” memberikan panduan praktis untuk meraih kebebasan dan kebahagiaan dengan menekankan pentingnya menerima tanggung jawab penuh atas pilihan hidup dan berani menolak tekanan sosial. Pemikiran eksistensialisme Sartre mendasari banyak ide dalam buku ini, terutama mengenai kebebasan, tanggung jawab pribadi, dan bagaimana menghadapi hubungan dengan orang lain tanpa kehilangan diri sendiri.

G. Metode Penelitian

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis isi (*contentanalysis*) untuk menggali konsep kebebasan dalam buku “Berani Tidak Disukai”.¹⁷ Sumber data utama penelitian ini adalah buku “Berani Tidak Disukai” karya IchiroKishimi dan FumitakeKoga. Data tambahan dapat berupa artikel, jurnal, dan buku lain yang relevan dengan teori eksistensialisme Jean Paul Sartre.

2. Sumber Data

Sumber Data Dalam pengumpulan sumber data yang dilakukan oleh peneliti dalam penelitian ini dapat terbagi menjadi dua bagian jenis, data primer dan data sekunder.

- 1) Sumber data primer dalam penelitian ini adalah konsep eksistensialisme Jean Paul Sartre dalam hubungan interpersonal dalam buku “Berani Tidak Disukai” karya IchiroKishimi dan FumitakeKoga.
- 2) Sumber data sekunder dalam penelitian ini berupa Buku “Berani Bahagia” Karya IchiroKishimi dan FumitakeKoga, Literatur terkait konsep eksistensialisme Jean-Paul Sartre (buku, jurnal, dan artikel ilmiah) serta penelitian-penelitian terdahulu yang mempunyai keterkaitan dengan pembahasan yang dibawa oleh peneliti.

3. Teknik Pengumpulan Data

Proses pengumpulan data dilakukan melalui beberapa tahap. Pertama, membaca dan memahami isi buku secara menyeluruh untuk mendapatkan gambaran komprehensif tentang pesan dan nilai yang disampaikan. Kedua, mengidentifikasi bagian-bagian teks yang berkaitan langsung dengan konsep eksistensialisme, seperti pernyataan yang mencerminkan kebebasan individu, tanggung jawab atas pilihan hidup, dan

¹⁷Jumal Ahmad, “Desain Penelitian Analisis Isi (Content Analysis),” *Jurnal Analisis Isi* 5, no. 9 (2018): 1–20, https://www.academia.edu/download/81413125/DesainPenelitianContentAnalysis_revisedJumalAhmad.pdf.

sikap otentik dalam menjalani kehidupan. Ketiga, mengkategorikan kutipan atau pernyataan tersebut berdasarkan dimensi utama dalam pemikiran Sartre, yaitu kebebasan (freedom), tanggung jawab (responsibility), otentisitas (authenticity), dan penerimaan diri.

4. Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan dalam beberapa tahap. Pada tahap reduksi data, peneliti menyeleksi kutipan atau bagian teks yang relevan dan memiliki keterkaitan langsung dengan teori eksistensialisme Sartre. Selanjutnya, kutipan tersebut dikategorikan sesuai dengan konsep eksistensialisme, seperti bagaimana kebebasan diartikan sebagai hak individu untuk menentukan arah hidupnya, tanggung jawab atas konsekuensi dari pilihan bebas, dan pentingnya menjalani hidup secara otentik tanpa dipengaruhi oleh penilaian eksternal. Selain itu, dianalisis pula bagaimana konsep penerimaan diri muncul dalam narasi buku, yaitu bagaimana individu menerima situasi di luar kendalanya dan menentukan sikap dalam menghadapinya. Data yang telah dikategorikan kemudian disajikan secara sistematis dalam bentuk narasi atau matriks untuk memudahkan interpretasi hubungan antara konsep eksistensialisme Sartre dan isi buku *“Berani Tidak Disukai”*.

H. Sistematika Pembahasan

Berikut adalah sistematika pembahasan dalam penelitian yang judul Teori Eksistensialisme Jean Paul Sartre Pada Buku *“Berani Tidak Disukai”* Karya Ichiro Kishimi Dan Fumitake Koga:

1. Bab I: Pendahuluan, dalam bab ini berisikan latar belakang, identifikasi masalah, pembatas masalah, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, penelitian terdahulu, landasan teori, metode penelitian dan sistematika pembahasan.
2. Bab II: Bab ini akan memberikan ringkasan mendetail mengenai isi buku *“Berani Tidak Disukai”*. Akan dijelaskan bagaimana buku ini disusun sebagai dialog antara seorang filsuf dan seorang pemuda, serta topik-topik utama yang dibahas, seperti kebebasan, kebahagiaan, dan hubungan antarindividu. Penekanan khusus akan diberikan pada bagian-bagian yang secara langsung berhubungan dengan konsep kebebasan menurut teori Adler.
3. Bab III: Pengertian terkait pemikirannya Jean Paul Sartre yakni teori Eksistensialisme. Dalam bab ini, akan dilakukan analisis mendalam tentang bagaimana konsep eksistensialisme menurut teori Jean Paul Sartre terkait eksistensialisme.
4. Bab IV: Hasi Pembahasan Hubungan Interpersonal yang tercantum dalam buku *“Berani Tidak Disukai”* karya Ichiro Kishimi dan

FumitakeKoga: Analisis Teori Eksistensialisme Jean Paul Sartre. Dalam bab ini, akan dilakukan analisis mendalam tentang bagaimana konsep eksistensialisme menurut teori Sartre serta diintegrasikan dan diinterpretasikan dalam buku “Berani Tidak Disukai”. Analisis ini akan mencakup pandangan filsuf mengenai kebebasan individu, peran keberanian dalam mencapai kebebasan, serta bagaimana konsep ini membantu pemuda dalam dialog untuk memahami dan mengimplementasikan kebebasan dalam hidupnya.

5. Bab V: Penutup, Peneliti akan menutup dengan kesimpulan, saran-saran dan daftar pustaka.

Dengan sistematika ini, diharapkan pembahasan mengenai konsep kebebasan menurut teori Sartre dalam buku “Berani Tidak Disukai” dapat disampaikan secara terstruktur dan komprehensif.

