

Penerapan Stoisisme Massimo Pigliucci bagi Kaum Muda di Era Modern

Transiskus Andreas Mardani¹, Pius Pandor²

¹² Program Studi Filsafat, Sekolah Tinggi Filsafat Teologi Widya Sasana, Malang

Email: andrewdani1405@gmail.com¹, piuspandor@gmail.com²



This is an open-access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

Copyright © XXXX by Author. Published by Universitas Pendidikan Ganesha.

Submission: 12-12-2024

Accepted: 25-04-2025

Publish: 15-06-2025

Abstrak

Perkembangan teknologi dan perubahan sosial yang pesat membawa tantangan besar bagi kaum muda di era modern. Ketidaksiapan dalam menghadapi perubahan ini sering kali menimbulkan tekanan sosial, krisis identitas, serta meningkatnya angka bunuh diri. Fenomena ini menunjukkan perlunya suatu pendekatan yang dapat membantu kaum muda membangun kesiapan mental dan moral untuk menghadapi perubahan zaman. Penelitian ini menguraikan pemikiran Stoisisme modern Massimo Pigliucci yang menawarkan prinsip-prinsip praktis seperti dikotomi kendali, kontrol diri, refleksi pribadi, berpikir rasional. Meskipun tidak secara eksplisit ditujukan kepada kaum muda, pemikiran Pigliucci relevan dan aplikatif untuk membantu mereka merespons perubahan zaman secara bijaksana. Penelitian ini menggunakan pendekatan studi pustaka dengan metode deskriptif-naratif untuk menganalisis relevansi pemikiran Pigliucci dalam konteks kehidupan kaum muda saat ini. Hasil kajian menunjukkan bahwa prinsip-prinsip Stoisisme modern dapat menjadi panduan efektif bagi kaum muda dalam mengelola tekanan hidup, membentuk karakter tangguh, serta menemukan makna hidup di tengah dinamika era digital dan sosial yang cepat berubah.

Kata Kunci: kaum muda, modern, Massimo, stoisisme, tantangan

Abstract

Rapid technological developments and social changes have becomes major challenges for young people in the modern era. The inability to cope with these changes often leads to social pressure, identity crises, and increased suicide rates. This phenomenon highlights the need for an approach that can help young people build mental and moral preparedness to face the changes of the times. This study examines the modern Stoicism of Massimo Pigliucci, which offers practical principles such as the dichotomy of control, self-control, personal reflection, rational thinking, and mental resilience. Although not explicitly aimed at young people, Pigliucci's ideas have proven relevant and applicable in helping them respond to the changes of the times wisely and calmly. This study employs a literature review approach with a descriptive method to analyse the relevance of Pigliucci's philosophy in the context of young people's lives today. The findings indicate that the principles of modern Stoicism can serve as an effective guide for young people in managing life pressures, developing a resilient character, and finding meaning in life amidst the rapid changes of the digital and social era.

Keywords: young people, modern, Massimo, stoicism, challenges

1. Pendahuluan

Perkembangan teknologi yang semakin masif di era ini menjadi tantangan besar bagi manusia. Teknologi tidak hanya memberikan keuntungan, tetapi juga menimbulkan kecemasan dan bahkan merugikan kehidupan manusia. Hal ini terjadi karena kemajuan teknologi mengubah hampir semua aspek kehidupan manusia (Schwab 2016). Akibatnya, persoalan manusia menjadi semakin kompleks dan sulit diatasi. Teknologi, yang seharusnya membantu manusia bekerja lebih baik, justru berpotensi menguasai kehidupan mereka. Sebagai contoh, kehadiran *smartphone* memang memudahkan manusia dalam membangun relasi dengan sesama, tetapi di sisi lain justru dapat merusak hubungan antarindividu.

Manusia, yang pada hakikatnya adalah makhluk sosial, perlahan-lahan berubah menjadi makhluk digital. Yuval Noah Harari menyatakan bahwa manusia tidak lagi hidup sebagai makhluk yang

berelasi, melainkan semakin terjebak dalam dunia digital yang mengarah pada sikap individualistis (Harari 2018). Lebih mengkhawatirkan lagi, keberadaan manusia dalam dunia maya terkadang membuat mereka menjadi lebih kejam dan menakutkan dibandingkan dalam kehidupan nyata.

Manusia semakin terjebak dalam perkembangan dan kemajuan teknologi yang mana hal tersebut menawarkan berbagai kemudahan dalam kehidupan. Hal itu semakin jelas di era saat ini, keberadaan manusia sering kali diidentifikasi melalui interaksi mereka di dunia maya. Fransisco Budi Hardiman menyatakan bahwa manusia dianggap “ada” ketika terhubung dalam jaringan media sosial, yang diwujudkan dalam ungkapan “*aku klik, maka aku ada*” (Hardiman 2021). Fenomena ini menjadi permasalahan besar yang harus segera diatasi di era modern. Tawaran kemudahan yang diberikan oleh teknologi, jika tidak dikendalikan dengan bijak, perlahan-lahan dapat menghancurkan kehidupan manusia (Hardiman 2021).

Selain itu, tantangan besar yang dihadapi manusia saat ini adalah bagaimana bertahan hidup di tengah kemajuan zaman. Persoalan ini terutama menjadi tantangan bagi kaum muda di era modern. Pengaruh teknologi terhadap kaum muda sangatlah besar. Kemudahan akses informasi yang disediakan oleh teknologi sering kali membuat mereka kebingungan dalam memilah dan menentukan informasi yang benar dan dapat dipercaya. Selain itu, dampak negatif teknologi juga berkontribusi terhadap krisis identitas yang dialami oleh kaum muda. Rope (2022) menyebutkan bahwa krisis identitas pada kaum muda dapat berupa stres, kecemasan, ketergantungan pada media sosial, serta tekanan sosial dari keluarga dan lingkungan sekitar (Rope 2022). Lebih jauh, krisis identitas ini dapat berujung pada tindakan ekstrem, seperti bunuh diri. Penelitian Jannah dkk (2021) menunjukkan bahwa krisis identitas akibat dari kekerasan orang tua menyebabkan anak kehilangan jati dirinya sebagai remaja maka anak mengalami tekanan batin sehingga muncul pikiran yang mengarah pada tindakan ekstri (Jannah and Satwika 2021). Yulianti Nanik (2020) menjelaskan bahwa kaum muda yang mengalami kekosongan hidup cenderung lebih rentan melakukan tindakan kejam terhadap diri mereka sendiri (Yulianti Nanik 2020). Situasi ini tentu menimbulkan kekhawatiran yang mendalam sehingga menimbulkan masalah yang kompleks di era yang penuh dengan tantangan ini.

Berdasarkan data dari *Harian Kompas* pada 12 September 2024, angka kematian akibat bunuh diri banyak terjadi pada kaum muda. WHO mencatat bahwa setiap tahun terdapat 726.000 kasus kematian akibat bunuh diri. Angka ini menunjukkan bahwa setiap jam, sekitar 83 orang di seluruh dunia melakukan bunuh diri. Di Indonesia, *Harian Kompas* merilis data bunuh diri berdasarkan laporan dari Kepolisian Republik Indonesia. Pada Agustus 2024, tercatat 849 kasus bunuh diri, dengan mayoritas korban berasal dari kalangan muda berusia 21–23 tahun. Menurut laporan *Harian Kompas* yang ditulis oleh Wahyudi pada 11 September 2024, banyak kaum muda yang melakukan bunuh diri karena mengalami tekanan hidup yang berat serta ketidakmampuan dalam menghadapi berbagai permasalahan. Akibatnya, mereka memilih bunuh diri sebagai jalan keluar dari kesulitan yang mereka hadapi.

Berdasarkan realitas ini, artikel ini berupaya menawarkan sebuah pendekatan filosofis sebagai alternatif solusi: Stoisisme modern yang dikembangkan oleh Massimo Pigliucci. Meskipun tidak secara eksplisit ditujukan bagi kaum muda, prinsip-prinsip dalam buku *How to Be a Stoic: Using Ancient Philosophy to Live a Modern Life* (Pigliucci 2017) bersifat praktis dan aplikatif untuk siapa saja, termasuk generasi muda yang sedang mencari arah hidup dan ketahanan diri dalam dunia yang terus berubah. Pigliucci menekankan pentingnya kontrol diri, dikotomi kendali, refleksi pribadi, dan berpikir rasional sebagai cara untuk membangun ketenangan batin dan ketangguhan mental di tengah ketidakpastian modern. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menjawab pertanyaan utama: bagaimana prinsip-prinsip Stoisisme Massimo Pigliucci dapat diaplikasikan secara praktis untuk membantu kaum muda menghadapi berbagai tantangan hidup di era modern yang sarat tekanan sosial dan perubahan teknologi?

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi pustaka dengan metode deskriptif-naratif. Sumber data yang digunakan berasal dari artikel, jurnal, prosiding, serta media lainnya. Sumber-sumber tersebut peneliti analisis berdasarkan penelitian sebelumnya yang relevan dengan tema pembahasan. Selanjutnya, data yang diperoleh dikaji secara mendalam dengan merujuk pada pemikiran Stoisisme yang dikembangkan oleh Massimo Pigliucci dalam buku *How to Be a Stoic: Using Ancient Philosophy to Live a Modern Life* (Pigliucci 2017). Buku tersebut menjadi rujukan utama yang oleh peneliti sebagai pisau untuk menjawab tantangan-tantangan hidup di era ini. Pemikiran ini memberikan kontribusi besar bagi masyarakat umum dan secara tidak langsung sangat relevan diaplikasikan bagi kaum muda dalam menghadapi berbagai tantangan era modern.

Agar analisis ini bisa dimengerti dengan baik, pemaparan mengenai gagasan “stoisme khususnya kiat-kiat yang dikembangkan oleh Massimo yang mana secara tidak langsung dapat diterapkan bagi kaum muda” akan dibagi menjadi tiga bagian. Pertama-tama, sejarah awal pemikiran Stoisme harus kita pahami, dengan demikian pemikiran Stoisme ini bisa dipahami dalam kerangka Massimo. Kedua, setelah kita memahami sejarah awal apa Stoisme maka gagasan Massimo sendiri akan dimunculkan. Hal itu tampak jelas dalam analisis mengenai gagasannya. Bagian ketiga akan diuraikan relevansi pemikiran Massimo yang bisa diterapkan bagi Kaum muda. Kendatipun gagasannya tidak merujuk bagi kaum muda tetapi secara tidak langsung gagasannya bisa menjadi sarana bagi pertumbuhan bagi kaum muda modern.

3. Hasil dan Pembahasan **Selayang Pandang: Stoisme**

Stoisme merupakan aliran filsafat klasik yang lahir pada abad ke 3 SM di kota Athena (Britannica 2025). Pelopor utama filsafat ini ialah Zeno dari Citium yang hidup kira-kira sekitar tahun (334-262 SM) (Bertens 1991). Ia merupakan keturunan dari Fenisa di Siprus. Munculnya filsafat Stoisme berawal dari pengalamannya ketika kapalnya karam dan ia kehilangan harta bedanya. Atas latar belakang tersebut, ia pergi ke sebuah kota bernama Athena, disitu ia belajar filsafat dari Platonisme, Sokrates (Pearson Ed. 1891).

Ia ketika mendalami berbagai aliran filsafat seperti filsafat Platonisme, Sokrates mulai membagikan ilmunya di Stoa Poikile atau sebuah beranda di Agora, Athena (Pearson Ed. 1891). Tempat ia mengajar tersebut menjadi awal mula nama Stoisme muncul. Stoisme memiliki arti kata Stoa yang artinya ialah beranda. Mereka banyak orang datang ke Athena untuk belajar dan bersama-sama mencari kebijaksanaan (Diogenes Laërtius, 1925; (Sellars 2006). Fokus utama dalam pembelajaran di Athena bukan pada teori atau tulisan tertentu, melainkan pada bagaimana menjalani kehidupan dengan bijaksana. Disitu ia mulai mengembangkan filsafat sehingga menemukan sistem filsafat seperti logika, fisika dan etika. Selain itu juga hal yang ditekankan olehnya ialah hidup selaras dengan alam dan menggunakan rasio. Baginya hidup sesuai dengan alam dan rasio memperoleh kebahagiaan sejati (Long dan Sedley 1987). Edison menambahkan bahwa kebahagiaan sejati bukan terletak pada hal-hal duniawi yang hanya bersifat sementara saja melainkan hidup selaras dengan kodrat ilahinya (Tinambunan 2014).

Seiringnya waktu, pemikiran Stoisme berkembang pesat melewati tiga tahap antara lain; Pertama, Stoisme awal yang dipelopori oleh Zeno, lalu kemudian Cleanthes, dan Chrysippus. Tahap kedua, Stoisme berkembang di Roma yang dibawa oleh Panaetius, Posidonius. Ketiga, tahap akhir Stoisme dikembangkan filsuf Romawi seperti Seneca, Epiktetos, dan Kaisar Marcus Aurelius (Sellars, 2006). Dengan demikian pemikiran Stoisme berkembang hingga saat ini.

Konsep Stoisme Massimo Pigliucci

William B. Irvine (2019) menyebut bahwa Massimo Pigliucci adalah seorang filsuf kontemporer asal Italia yang mengembangkan konsep Stoisme awal menjadi Stoisme modern yang dapat diterapkan dalam kehidupan manusia masa kini (Irvine 2019). Pigliucci menawarkan berbagai konsep Stoisme modern yang bersifat praktis, termasuk latihan-latihan sederhana yang dapat membantu individu yang ingin menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari (Pigliucci 2021). Gagasan Stoisme modern yang dikembangkan oleh Pigliucci sangat relevan dalam konteks kehidupan saat ini. Beberapa prinsip utama yang diajukan antara lain:

Pertama, dikotomi kendali. Konsep ini mengajarkan individu untuk memahami kehidupan dengan membedakan antara hal-hal yang dapat diubah dan hal-hal yang berada di luar kendali. Hal ini berdasarkan apa yang Massimo tulis dalam bukunya yakni;

“a good Stoic practitioner knows that external events are not in their control, but their judgment, choices, and actions are. That is the path to peace of mind” (Pigliucci 2017), hlm. 14).

Pigliucci menekankan pentingnya mengendalikan pikiran, emosi, dan respons terhadap situasi yang terjadi dalam kehidupan. Selain itu, individu juga diajak untuk menerima segala sesuatu yang tidak dapat diubah. Pemahaman ini memungkinkan seseorang untuk lebih terbuka terhadap realitas dan menjalani hidup dengan lebih tenang serta bahagia (Massimo 2022).

Kedua, refleksi pribadi. Pigliucci menyatakan dalam bukunya bahwa;

“Self-reflection is essential for moral progress. Epictetus and Marcus Aurelius were big on it. I try to practice evening reflection daily” (Pigliucci 2017), hlm. 120).

Prinsip ini menekankan pentingnya evaluasi diri dalam perjalanan hidup seseorang. Refleksi pribadi dilakukan dengan menilai pengalaman hidup secara objektif, baik dari segi positif maupun negatif. Dengan refleksi, individu dapat menemukan pelajaran berharga dari setiap pengalaman, memperbaiki hal-hal yang dapat diubah, dan menerima hal-hal yang tidak dapat dihindari.

Ketiga, berpikir rasional dalam menjalani kehidupan. Pigliucci menyatakan bahwa:

“Our ability to reason is what makes us human. A Stoic strives to live according to reason, and thus according to nature” (Pigliucci 2017), hlm. 34).

Pigliucci mengajarkan bahwa individu harus menggunakan akal sehat dalam menghadapi berbagai realitas kehidupan. Dengan berpikir rasional, seseorang dapat menilai situasi dengan lebih objektif serta mengambil keputusan yang lebih bijaksana. Pandangan terhadap dunia sangat memengaruhi cara seseorang bertindak dan membuat keputusan. Melalui gagasannya, Pigliucci telah menguraikan kembali prinsip-prinsip Stoisisme kuno dan menjadikannya lebih relevan bagi kehidupan manusia di era modern (Pigliucci 2017). Dengan pendekatan yang sederhana namun aplikatif, pemikirannya membantu manusia masa kini dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan, terutama di tengah kemajuan teknologi yang semakin pesat.

Penerapan Stoisisme Massimo Pigliucci bagi Kaum Muda

Massimo Pigliucci telah meletakkan fondasi sederhana mengenai bagaimana Stoisisme dapat diaplikasikan oleh banyak orang di dunia modern (Pigliucci 2021), kalaupun tidak secara langsung gagasannya di alam bagi kaum muda namun bisa diaplikasikan untuk kaum muda di zaman ini (Pigliucci 2017). Perkembangan teknologi yang semakin pesat membawa perubahan besar dalam kehidupan manusia. Apabila kemajuan ini tidak disertai dengan kesiapan individu dalam menghadapinya, terdapat risiko besar terjebak dalam arus zaman yang sering kali berdampak negatif bagi kehidupan (Pigliucci 2021).

Hakim dan Aristawati (2023) menyebutkan bahwa tantangan utama yang dihadapi manusia modern, terutama kaum muda, adalah tekanan sosial, stres berkepanjangan, serta depresi yang berujung pada tindakan merugikan seperti bunuh diri (Hakim and Aristawati 2023). Hal ini senada dengan apa yang dikatakan oleh Pangestuti (2023) pengaruh dunia modern juga berdampak bagi kesehatan mental manusia seperti depresi dan kecemasan (Pangestuti 2023). Kasus bunuh diri di kalangan usia produktif masih marak terjadi, disebabkan oleh ketidakmampuan dalam menghadapi kesulitan hidup, konflik sosial, serta beban psikologis yang berat. Berdasarkan data dari *Harian Kompas* tertanggal 12 September 2024, salah satu faktor utama yang menyebabkan tingginya angka bunuh diri di kalangan anak muda adalah lemahnya ketahanan mental dan ketidakmampuan dalam mengelola emosi. Kondisi ini diperparah oleh pengaruh media sosial yang menyajikan berbagai informasi tanpa penyaringan, sehingga banyak kaum muda mengalami kebingungan dalam menentukan mana informasi yang layak diikuti dan mana yang harus diabaikan. Selain itu, kurangnya sikap kritis juga menjadi faktor yang menyebabkan ketidakmampuan dalam mengambil keputusan secara bijak, sehingga berujung pada tindakan yang tidak tepat (Aulia 2021).

Sebagai solusi, Pigliucci menawarkan Stoisisme modern yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu prinsip utama yang diajukan adalah dikotomi kendali, yaitu pemahaman mengenai aspek kehidupan yang dapat diubah dan yang tidak dapat diubah (Pigliucci 2017). Melalui prinsip ini, individu diajak untuk menyadari kehidupan secara objektif, serta menerima kenyataan yang berada di luar kendali pribadi. Oleh karena itu prinsip ini secara tidak langsung Massimo kenakan pada kaum muda, yang dikenal memiliki keterampilan dan wawasan luas, berpotensi besar untuk mengadopsi prinsip ini sebagai bagian dari pengembangan pribadi.

Prinsip berikutnya adalah menjadikan hidup lebih bermakna. Pigliucci menekankan pentingnya kesadaran akan nilai dan makna dalam kehidupan, sehingga setiap individu mampu melihat bahwa kehidupannya berharga dan bermanfaat bagi orang lain. Kesadaran ini menjadi faktor penting dalam membangun ketahanan mental serta memperkuat tujuan hidup (Pigliucci 2021).

Selain itu, Pigliucci juga menekankan pentingnya refleksi pribadi. Proses refleksi harian menjadi salah satu cara efektif dalam mengevaluasi pengalaman dan pertumbuhan pribadi (Pigliucci 2017). Melalui refleksi, seseorang dapat memahami pengalaman hidup secara lebih mendalam, menilai aspek positif dan negatif yang terjadi, serta mengambil pembelajaran untuk perbaikan diri.

Penggunaan akal sehat dalam pengambilan keputusan merupakan prinsip lain yang ditekankan oleh Pigliucci (Pigliucci 2017). Berpikir rasional dianggap sebagai kunci dalam memahami realitas hidup secara objektif, sehingga setiap keputusan yang diambil lebih tepat dan bijaksana. Sikap ini memungkinkan individu untuk melihat berbagai peristiwa sebagai bagian dari dinamika kehidupan yang tidak dapat dihindari, tetapi dapat dimaknai secara positif (López-Astorga 2022). Dalam menghadapi

tantangan hidup, sikap tangguh menjadi aspek penting yang harus dikembangkan. Sikap ini meliputi tindakan positif dalam menjalani kehidupan, keberanian dalam menghadapi kesulitan, serta pengendalian diri. Kemampuan untuk bertahan dalam kondisi sulit tidak muncul secara instan, tetapi harus dibangun melalui latihan dan pembiasaan secara terus-menerus (Shevchuk 2023).

Prinsip-prinsip diatas telah diuraikan berdasarkan pemikiran Massimo yang dikembangkan dalam konteks masyarakat modern. Kebahagiaan sejati tidak terletak pada kepemilikan materi yang bersifat sementara, melainkan pada ketenangan batin. Massimo menegaskan bahwa ketenangan batin menjadi faktor utama dalam menciptakan kehidupan yang lebih damai dan seimbang. Dengan memahami prinsip ini, kaum muda dapat menjalani hidup dengan lebih bijaksana dan tidak terjebak dalam gaya hidup yang hanya berorientasi pada kesenangan sesaat (Pigliucci 2021).

Melalui gagasannya, Massimo berhasil menghadirkan Stoisisme sebagai pedoman yang relevan dalam menghadapi tantangan kehidupan modern khususnya gagasannya bisa menjadi sarana aplikatif bagi kaum muda. Dengan pendekatan yang sederhana namun aplikatif, konsep ini memberikan panduan bagi kaum muda untuk mengembangkan ketahanan mental, berpikir rasional, serta menemukan makna dalam kehidupan.

4. Simpulan

Filsafat Stoisisme yang dikembangkan oleh Massimo Pigliucci memberikan kontribusi penting bagi kaum muda dalam menghadapi kompleksitas kehidupan modern. Dengan menekankan rasionalitas dan kontrol diri, Stoisisme menawarkan pendekatan yang memungkinkan individu untuk mengenali batas kendali mereka, menghadapi tantangan dengan bijaksana, dan memaknai hidup secara lebih mendalam. Penerapan prinsip-prinsip Stoisisme, seperti dikotomi kendali, refleksi pribadi, dan berpikir rasional, membantu kaum muda dalam membangun ketahanan mental serta mengelola tekanan hidup dengan lebih baik. Sikap tangguh dan kesadaran akan nilai hidup juga mendorong individu untuk bertindak lebih bijak dalam menghadapi perubahan dan ketidakpastian. Sebagai filsafat praktis, Stoisisme modern tidak hanya menjadi pedoman dalam merespons tantangan hidup tetapi juga membentuk karakter yang lebih matang dan berdaya tahan. Dengan menjauhi pola hidup konsumtif dan hedonistik, individu dapat mencapai kebahagiaan yang bersumber dari ketenangan batin dan kesadaran akan makna hidup yang sejati.

5. Daftar Pustaka

- Aulia, Andi. 2021. "Membangun Jiwa Peduli, Kritis, Dan Kreatif Generasi Muda Terhadap Pencarian Masalah Sosial Yang Terjadi Di Tengah Masyarakat." *Inovasi Penelitian* 2 (2): 473–74.
- Bertens, K. 1991. *Sejarah Filsafat Yunani: Dari Thales Ke Aristoteles*. Edited by Revised ed. Yogyakarta: Kanisius.
- Britannica, The Editors of Encyclopaedia. 2025. "Zeno of Citium." *Encyclopaedia Britannica*. <https://www.britannica.com/biography/Zeno-of-Citium>.
- Hakim, Moh. Abdul, and Nina Vania Aristawati. 2023. "Mengukur Depresi, Kecemasan, Dan Stres Pada Kelompok Dewasa Awal Di Indonesia: Uji Validitas Dan Reliabilitas Konstruk DASS-21." *Jurnal Psikologi Ulayat* 10 (2): 232–50. <https://doi.org/10.24854/jpu553>.
- Harari, Yuval Noah. 2018. *Homo Deus: Masa Depan Umat Manusia*. Jakarta: PT Pustaka Alvabet.
- Hardiman, Budi F. 2021. *Aku Klik Maka Aku Ada Manusia Dalam Revolusi Digital*. Yogyakarta: Kanisius.
- Irvine, William B. 2019. "How to Be a Stoic: Using Ancient Philosophy to Live a Modern Life, by Massimo Pigliucci." *Teaching Philosophy* 42 (1). <https://doi.org/10.5840/teachphil20194215>.
- Jannah, Miftahul, and Yohana Wuri Satwika. 2021. "Pengalaman Krisis Identitas Pada Remaja Yang Mendapatkan Kekerasan Dari Orangtuanya." *Jurnal Penelitian Psikologi* 8 (2): 51–59.
- Long, A A, and D N Sedley. 1987. *The Hellenistic Philosophers: Volume 1, Translations of the Principal Sources with Philosophical Commentary*. Cambridge: Cambridge University Press.
- López-Astorga, Marcelo. 2022. "Stoic Logic from the Theory of Mental Models." *Wisdom* 21 (1). <https://doi.org/10.24234/wisdom.v21i1.741>.
- Massimo, Pigliucci. 2022. *Stoik :Apa Dan Bagaimana Kebijakan Yang Telah Teruji Untuk Kehidupan Masa Kini*. 2nd ed. Jakarta: Gramedia.
- Pangestuti, Rindiyan. 2023. "Studi Komparasi: Konsep Kebahagiaan Di Era Digital Perspektif Filosofi

- Teras Dan Buya Hamka." *TA'DIBAN: Journal of Islamic Education* 3 (2): 19–31. <https://doi.org/10.61456/tjie.v3i2.94>.
- Pearson Ed., Alfred Chilton. 1891. *The Fragments of Zeno and Cleanthes: With Introduction and Explanatory Notes*. Cambridge, UK: C. J. Clay and Sons (Cambridge University Press Warehouse). <https://archive.org/details/thefragmentsofze00zenouoft>.
- Pigliucci, Massimo. 2017. *How to Be a Stoic: Using Ancient Philosophy to Live a Modern Life*. New York: Basic Books.
- . 2021. "Think like a Stoic: Ancient Wisdom for Today's World." <https://www.wondrium.com/think-like-a-stoic-ancient-wisdom-for-today-s-world>.
- Rope, Denny. 2022. "Hubungan Media Sosial Terhadap Krisis Identitas Remaja: Studi Kualitatif." *Jurnal Kala Nea* 3 (1): 44–54. <https://doi.org/10.61295/kalanea.v3i1.95>.
- Schwab, Klaus. 2016. *Revolusi Industri Keempat*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Sellars, John. 2006. *Stoicism*. Berkeley: University of California Press.
- Shevchuk, D. 2023. "Stoicism as Philosophy of Existential Resilience." *Philosophy* 24:55–60. <https://doi.org/10.25264/2312-7112-2023-24-55-60>.
- Tinambunan, Edison R.L. 2014. "Kebahagiaan Menurut Stoicisme." *Seri Filsafat Teologi Widya Sasana* 24 (23): 31–41.
- Yuliati Nanik. 2020. *Krisis Identitas Sebagai Problem Psikososial Remaja. LaksBang Presindo*. Vol. 5.