

**REPRESENTASI PRINSIP-PRINSIP STOIKISME DAN
RELEVANSINYA DENGAN ETIKA KOMUNIKASI
BUKU FILOSOFI TERAS KARYA
HENRY MANAMPIRING**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas dan Memenuhi Syarat Guna
Mendapatkan Gelar Sarjana S1 dalam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Oleh:

INTAN NUR AINI

NPM 2241010216

Komunikasi dan Penyiaran Islam



**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1448 H/2026 M**

**REPRESENTASI PRINSIP-PRINSIP STOIKISME DAN
RELEVANSINYA DENGAN ETIKA KOMUNIKASI
BUKU FILOSOFI TERAS KARYA
HENRY MANAMPIRING**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas dan Memenuhi Syarat Guna
Mendapatkan Gelar Sarjana S1 dalam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Oleh:

INTAN NUR AINI

NPM 2241010216

Komunikasi dan Penyiaran Islam

Pembimbing I : Prof. Dr. Fitri Yanti, M.A.

Pembimbing II : Dr. Siti Wuryan, M. Kom. I.

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1448 H/2026 M**



**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Jl. Let. Kol H. Endro Suratmin Sukarama Bandar Lampung Telp. (0721) 85819300

PERSETUJUAN

**Judul Skripsi : Representasi Prinsip-Prinsip Stoikisme Dan Relevansinya Dengan
Etika Komunikasi Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring**

Nama : Intan Nur Aini

Npm : 2241010216

Prodi : Komunikasi dan Penyiaran Islam

Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

MENYETUJUI

Untuk di Seminarkan dalam Sidang Munaqosyah Prodi Komunikasi dan Penyiaran Islam
Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Pembimbing II

Prof. Dr. Fitri Yanti, M.A.

NIP. 197510052005012003

Dr. Siti Wuryan, M. Kom.I

NIP. 19910801202321246

**Mengetahui
Ketua Program Studi
Komunikasi dan Penyiaran Islam**

Subhan Arif, S.Ag., M.Ag.

NIP. 196807201996031002

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi oleh berkembangnya karya literasi populer yang tidak hanya berfungsi sebagai media hiburan, tetapi juga sebagai sarana penyampaian nilai-nilai kehidupan. Salah satu karya tersebut adalah buku *Filosofi Teras* karya Henry Manampiring yang memperkenalkan Stoikisme dalam konteks kehidupan modern. Penelitian bertujuan untuk menganalisis representasi prinsip-prinsip Stoikisme serta relevansinya dengan etika komunikasi dalam Buku *Filosofi Teras* Karya Henry Manampiring. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (*library research*) yang bersifat deskriptif. Data primer diperoleh dari Bab 4 buku *Filosofi Teras*, sedangkan data sekunder berasal dari buku, jurnal, skripsi, dan literatur ilmiah yang relevan. Pengumpulan data dilakukan melalui teknik dokumentasi, sedangkan analisis data menggunakan model Miles dan Huberman, Sedangkan interpretasi data menggunakan teori representasi Stuart Hall melalui pendekatan *reflektif*, *intensional*, dan *konstruksionis*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Bab 4 buku *Filosofi Teras* merepresentasikan prinsip-prinsip Stoikisme melalui empat subbab, yaitu Pasrah pada Keadaan, Dikotomi Kendali, Dari Dikotomi Kendali Menjadi Trikotomi Kendali, dan Tirani Opini Orang Lain. Representasi tersebut memperlihatkan bahwa prinsip dikotomi kendali menjadi prinsip yang paling dominan serta dikonstruksi melalui narasi, ilustrasi, dan contoh kehidupan sehari-hari. Penelitian ini juga menemukan bahwa representasi prinsip-prinsip Stoikisme memiliki relevansi dengan etika komunikasi, terutama dalam pengendalian emosi, merespons sesuatu secara bijaksana, berpikir rasional, menghargai perbedaan pendapat, serta bertanggung jawab dalam berkomunikasi.

Kata Kunci: Representasi, Stuart Hall, Stoikisme, Etika Komunikasi, *Filosofi Teras*.

ABSTRACT

This study is motivated by the growing development of popular literary works that function not only as a medium of entertainment but also as a means of conveying life values. One of these works is Filosofi Teras by Henry Manampiring, which introduces the philosophy of Stoicism in the context of modern life. This study aims to analyze the representation of Stoic principles and their relevance to communication ethics in Chapter 4 of Filosofi Teras by Henry Manampiring. The research employs a qualitative approach using a descriptive library research method. Primary data were obtained from Filosofi Teras, while secondary data were collected from books, journals, undergraduate theses, and other relevant academic literature. Data were collected through documentation techniques. Data analysis was conducted using the Miles and Huberman model, while data interpretation was carried out based on Stuart Hall's theory of representation through the reflective, intentional, and constructionist approaches.

The findings indicate that Chapter 4 of Filosofi Teras represents Stoic principles through four main subchapters: Accepting Circumstances, The Dichotomy of Control, From the Dichotomy of Control to the Trichotomy of Control, and The Tyranny of Other People's Opinions. The representation demonstrates that the principles of the dichotomy of control and self-control are the most dominant Stoic principles, constructed through narratives, illustrations, and examples drawn from everyday life. The study also finds that the representation of Stoic principles is closely related to communication ethics, particularly in terms of emotional self-control, responding wisely to criticism, thinking rationally, respecting differences of opinion, and demonstrating responsibility in communication.

Keywords: Representation, Stuart Hall, Stoicism, Communication Ethics, Filosofi Teras.

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Intan Nur Aini

NPM : 2241010216

Program Studi : Komunikasi dan Penyiaran Islam

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **“Representasi Prinsip-Prinsip Stoikisme Dan Relevansinya Dengan Etika Komunikasi Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring”** merupakan benar-benar merupakan hasil karya penulis sendiri, bukan duplikat ataupun plagiat dari karya orang lain, kecuali pada bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam footnote atau daftar rujukan. Apabila di lain waktu terbukti terjadi penyimpangan dalam karya ini, maka penulis akan bertanggung jawab dengan sepenuhnya. Demikian surat pernyataan ini penulis buat dengan tujuan agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, Juli 2026

Penulis,

Materai 10.000

Intan Nur Aini

NPM. 2241010216

HALAMAN PENGESAHAN

MOTTO

وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ

إِنَّ اللَّهَ بِأَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا

“Barangsiapa bertakwa kepada Allah niscaya Dia akan membukakan jalan keluar baginya. Dan memberinya rezeki dari arah yang tidak disangka-sangka-Nya. Dan barangsiapa bertawakal kepada Allah, niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan)-nya. Sesungguhnya Allah melaksanakan urusan-Nya. Sungguh, Allah telah mengadakan ketentuan bagi setiap sesuatu”. (QS. At-Talaq [65]: 2–3)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil 'alamin, segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah Swt. atas segala rahmat, kasih sayang, kekuatan, dan kemudahan yang telah diberikan sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik. Dibalik selesainya skripsi ini, banyak doa, dukungan, dan kasih yang tak terlihat, Maka dari itu karya sederhana ini penulis persembahkan dengan penuh rasa hormat, cinta, dan terima kasih kepada orang-orang yang senantiasa menjadi bagian dari setiap langkah perjuangan, penulis mempersembahkan karya ini kepada:

1. Untuk Sang Ayah dan Mamahhkuu, serta mbah tersayang atas perjuangan besarnya yang telah mempertahankan, mengusahakan, mengorbankan dan tak henti mendoakan anak tunggalnya berhasil dalam segala hal salah satunya menyelesaikan pendidikan S1 ini.
2. Kepada Bapak, Ibu Dosen dan Staff yang telah membimbing dan banyak membantu proses dalam menjalankan serta menyelesaikan tugas-tugas selama perkuliahan.
3. Keluarga besar yang senantiasa memberikan kasih sayang, doa, dan dukungan.
4. Kepada WisCast kelas keren yang telah kebersamai dalam banyaknya episode kehidupan dunia perkuliahan, mengukir cerita, kebersamaan, pengalaman, pelajaran, dukungan, dan semangat selama ini. Sehat & sukses selalu selamat merajut kehidupan, melanjutkan langkah masing-masing, Sampai berjumpa dikemudian hari. Aamiin
5. Teman-teman yang namanya tidak ku ketik satu persatu & segala makhluk yang ikut serta membantu dalam berkehidupan dimuka bumi atas doa, dukungan, waktunya, menampung keluh kesah, mengisi hari-hari, membantu dan menemani perjalananku.

RIWAYAT HIDUP

Penulis yang bernama Intan Nur Aini merupakan anak tunggal dari pasangan Bapak Muhamad Ansori dan Ibu Nirah Latifah. Yang lahir di Jakarta pada tanggal 25 Januari 2004. Penulis mengawali jenjang pendidikan formal dimulai dari Taman Kanak-Kanak As Syifa, kemudian melanjutkan pendidikan di tahun 2010 ke Sekolah Dasar Negeri 14 Padang Cermin, dan selesai pada tahun 2016. Setelah menamatkan sekolah dasar, penulis melanjutkan ke jenjang Sekolah Menengah Pertama di SMP N 14 Padang Cermin, dan menyelesaikan masa studi di tahun 2019. Pendidikan selanjutnya penulis menempuh di SMK N 1 Padang Cermin, yang selesai pada 2022. Pada tahun yang sama, penulis melanjutkan pendidikan di Perguruan Tinggi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung dan terdaftar sebagai Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi prodi Komunikasi dan Penyiaran Islam.

Ketertarikan terhadap dunia komunikasi membawa penulis pada kajian mengenai bagaimana seseorang mengelola diri, emosi, dan respons dalam menghadapi berbagai situasi kehidupan. Melalui buku ini, penulis mengangkat pemikiran *Stoikisme* dalam *Filosofi Teras* karya Henry Manampiring dan menghubungkannya dengan Etika Komunikasi. Bagi penulis, komunikasi bukan hanya tentang bagaimana menyampaikan pesan, tetapi juga tentang bagaimana mengendalikan diri, emosi, serta pikiran sebelum merespons orang lain.

Karya ini diharapkan dapat menjadi bahan refleksi bagi pembaca untuk membangun komunikasi yang lebih tenang, bijaksana, dan beretika dalam kehidupan sehari-hari.

Bandar Lampung, 01 Juli 2026

Penulis,

Intan Nur Aini

2241010216

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, serta ridha-Nya yang tak terbatas sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini dengan baik. Dengan judul ***“Representasi Prinsip-Prinsip Stoikisme dan Relevansinya dengan Etika Komunikasi Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring”*** Shalawat serta salam selalu dihaturkan kepada Baginda Nabi besar Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat dan para pengikutnya.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam mendapatkan gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam pada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung. Dalam proses penyelesaian skripsi ini, penulis mengetahui bahwa tanpa bantuan, dukungan, serta bimbingan dari berbagai pihak, Skripsi ini tidak dapat terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, saya ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Faizal, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
2. Bapak Subhan Arif, S.Ag., M.Ag. selaku Ketua Jurusan dan Bapak Nasrul Efendi, S.Kom.I., M.Sos selaku Sekertaris Jurusan Komunikasi dan Penyiaran Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
3. Bunda Prof. Dr. Fitri Yanti, M.A. selaku Pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam memberikan arahan, bimbingan, motivasi, serta saran kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Dr. Siti Wuryan, M. Kom.I selaku Pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu, tenaga, dan pikirannya untuk memberikan bimbingan, arahan, masukan, serta motivasi kepada penulis dengan penuh kesabaran dan ketelitian selama proses penyusunan skripsi ini. Mulai dari proses penyusunan proposal, pelaksanaan penelitian, hingga tahap penyelesaian skripsi ini, sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah ini dengan baik.
5. Para Ibu dan Bapak Dosen serta Staff Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang telah memberikan pelayanan, serta bantuan kepada penulis selama menempuh pendidikan.

6. Almamater Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Yang telah memberikan kesempatan berharga untuk menuntut ilmu dan memberikan pengalaman luar biasa.
7. Kepada Penulis Buku Filosofi Teras karya Henry Manampiring, yang sebelum menjadi sumber data primer pada penelitian, ini adalah Buku pertama yang membuatku bangkit berkepribadian lebih tenang dan rasional. Menjadi sumber yang membuka pikiran tentang hal-hal sederhana dalam berkehidupan namun sangat berpengaruh besar untuk menjalani hidup.

Hanya ucapan terima kasih yang dapat penulis sampaikan, mudah-mudahan seluruh jasa baik, moral maupun pengetahuan berbagai pihak dapat membuahkan pahala disisi Allah SWT Aamiin.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Bandar Lampung, 2026

Penulis,

Intan Nur Aini

DAFTAR ISI

SKRIPSI.....	ii
PERSETUJUAN.....	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT	v
SURAT PERNYATAAN.....	vi
HALAMAN PENGESAHAN	vii
MOTTO.....	viii
PERSEMBAHAN	ix
RIWAYAT HIDUP.....	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang Masalah.....	3
C. Fokus Dan SubFokus Penelitian.....	7
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
G. Kajian Terdahulu Yang Relevan	8
H. Metode Penelitian.....	10
I. Sistematika Pembahasan	15
BAB II REPRESENTASI STOIKISME DAN ETIKA KOMUNIKASI	17
A. Representasi	17
1. Pengertian Representasi.....	17
2. Teori Representasi Stuart Hall.....	18
3. Pendekatan Representasi Stuart Hall.....	18
4. Proses Representasi Stuart Hall.....	21
B. Stoikisme	23
1. Pengertian Stoikisme	23
2. Sejarah Singkat Stoikisme	25
3. Prinsip-Prinsip Stoikisme	26
C. Etika Komunikasi	31

1. Pengertian Etika Komunikasi	31
2. Teori Etika Komunikasi Ronald C. Arnett	32
3. Prinsip-Prinsip Etika Komunikasi.	33
4. Pengendalian Emosi dalam Etika Komunikasi.....	34
BAB III GAMBARAN UMUM BUKU FILOSOFI TERAS KARYA HENRY	
MANAMPIRING	36
A. Deskripsi Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring	36
B. Profil Henry Manampiring	47
C. Karya-Karya Henry Manampiring	48
D. Sistematika dan Gambaran Data Penelitian	50
BAB IV ANALISIS REPRESENTASI PRINSIP-PRINSIP STOIKISME DAN	
RELEVANSINYA DENGAN ETIKA KOMUNIKASI DALAM BAB 4 BUKU	
FILOSOFI TERAS.....	56
BAB V PENUTUP	71
A. Kesimpulan.....	71
B. Saran.....	73
DAFTAR RUJUKAN	76
LAMPIRAN	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 1 Proses Representasi.....	22
Gambar 1 2 Buku Filosoi Teras Cetakan ke-25.....	36
Gambar 1 3 Henry Manampiring.....	47

DAFTAR TABEL

1 Table 1 Data Primer Bab 4	12
2 Data Subbab 4.....	50
3 Data kutipan bab 4	57

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : SK Judul

Lampiran 2 : Daftar Isi Buku Filosofi Teras

Lampiran 3 : Turnitin

BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Sebagai langkah awal guna memahami serta mencegah adanya kesalahan, penulis memperjelas dan mempertegas judul penelitian yang telah dibuat yaitu, Representasi Prinsip-Prinsip Stoikisme dan Relevansinya Dengan Etika Komunikasi Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring. Dengan penegasan judul sebagai berikut: Representasi adalah proses menghadirkan atau menggambarkan suatu makna melalui bahasa, simbol, gambar, maupun bentuk komunikasi lainnya sehingga suatu konsep atau gagasan dapat dipahami oleh pembaca atau masyarakat.¹ Dalam penelitian ini, representasi dipahami sebagai proses mengkaji bagaimana Henry Manampiring mengonstruksi makna prinsip-prinsip Stoikisme dalam buku Filosofi Teras melalui penggunaan bahasa, kutipan, ilustrasi, analogi, serta contoh-contoh kehidupan sehari-hari sehingga pembaca memperoleh pemahaman mengenai ajaran Stoikisme dan relevansinya dengan etika komunikasi.

Stoikisme adalah sebuah aliran filosofi dari Yunani kuno, merupakan filsafat yang mengajarkan cara hidup berdasarkan etika, logika, dan rasionalitas untuk mencapai kebahagiaan serta ketenangan batin. agar hidup lebih tenang dan berkarakter baik dengan menekankan pentingnya pengendalian diri, mengelola emosi, kebijaksanaan, serta penerimaan terhadap kenyataan hidup tanpa terikat pada banyaknya hal diluar kendali.² Dalam penelitian ini, Stoikisme dimaknai sebagai suatu aliran filsafat yang direpresentasikan melalui berbagai prinsip kehidupan yang terdapat pada Bab 4 buku Filosofi Teras karya Henry Manampiring. Prinsip-prinsip tersebut dipahami sebagai pedoman yang membantu individu dalam mengelola cara berpikir, mengendalikan emosi, serta menentukan sikap dan tindakan secara rasional ketika menghadapi berbagai persoalan maupun situasi dalam kehidupan sehari-hari..

Etika dipahami sebagai sekumpulan nilai, norma, atau pedoman yang menjadi acuan dalam mengarahkan perilaku manusia. Pedoman tersebut mengatur tindakan yang dianggap benar untuk dilakukan maupun tindakan yang sebaiknya dihindari, sesuai dengan nilai-nilai yang berlaku dan disepakati dalam kehidupan bermasyarakat.³

¹ Femi Fauziah, 'Representasi , Ideologi Dan Rekonstruksi Media', 3.2 (2020), 92–99.

² Henry Manampiring, *Filosofi Teras: Filsafat Yunani-Romawi Kuno Untuk Mental Tangguh Masa Kini.*, 2018.19

³ Franz Magnis-Suseno, *Etika: Prinsip-Prinsip Umum Etika Normatif.* (Kanisius, Yogyakarta, 2020), 3-4.

Komunikasi merupakan proses penyampaian informasi, gagasan, atau pesan dari satu individu kepada individu lainnya melalui bentuk verbal maupun nonverbal. Proses tersebut berlangsung dengan tujuan tertentu dan menuntut adanya pemahaman yang sama antara pihak yang menyampaikan pesan dan pihak yang menerimanya sehingga pesan yang disampaikan dapat dimaknai dengan baik.⁴ Secara etimologis, istilah komunikasi berasal dari kata *communis* dalam bahasa Latin yang berarti kebersamaan atau keadaan yang dimiliki bersama. Makna tersebut menunjukkan bahwa komunikasi merupakan proses untuk menciptakan kesamaan pemahaman atau membangun hubungan di antara dua orang atau lebih. Selain itu, istilah komunikasi juga berakar dari kata Latin *communicio* yang memiliki arti membagikan atau berbagi.⁵ Sedangkan Etika komunikasi merupakan seperangkat nilai, norma, dan prinsip moral yang menjadi dasar dalam mengatur perilaku seseorang ketika berkomunikasi. Keberadaan etika komunikasi bertujuan agar proses penyampaian maupun penerimaan pesan tidak hanya berlangsung secara efektif, tetapi juga dilakukan dengan sikap yang santun, penuh makna, serta mencerminkan rasa tanggung jawab terhadap pihak yang terlibat dalam komunikasi.⁶ Dalam penelitian ini, etika komunikasi dimaknai sebagai pedoman moral dalam proses berpikir, berbicara, menerima, dan merespons pesan. Pemaknaan tersebut dikaji melalui representasi prinsip-prinsip Stoikisme dalam buku *Filosofi Teras*, terutama yang berkaitan dengan pengendalian emosi, penggunaan bahasa, kemampuan merespons secara rasional, dan penyampaian komunikasi.

Buku *filosofi teras* merupakan karya Henry Manampiring yang pertama kali diterbitkan pada tahun 2018 oleh Penerbit Buku Kompas. Buku ini menjadi mega *best seller* dan memperoleh penghargaan *Book of the Year* pada *Indonesia International Book Fair* 2019. buku ini nonfiksi bergenre filsafat populer dan pengembangan diri (*self-improvement*) dengan jumlah 13 bab 298 halaman. Dalam penelitian ini, Buku *filosofi teras* adalah buku yang akan di teliti dan di analisis isi pesannya, peneliti hanya memfokuskan kajian pada bab 4 dengan judul *Dikotomi Kendali*, pada cetakan buku ke-25 halaman 38-60. Pemilihan fokus pada bab 4 karna konsep dikotomi kendali merupakan landasan utama dalam filsafat stoikisme yang menjadi dasar bagi prinsip-prinsip stoikisme lainnya. Selain itu, bab 4 dipilih karena secara khusus membahas

⁴ Nurhakki Hakki Ahmad Sultra Rustan, *Pengantar Ilmu Komunikasi* (DEEPBLUSIH, 2017).

⁵ Yanti, F. *Psikologi Komunikasi*, Lampung: IKAPI 2021. 10

⁶ Iko Cahya Hakiki, *'Etika Komunikasi Netizen Di Media Sosial Instagram Dalam Pandangan Islam'*, 2021, 22.

pengendalian diri, pengelolaan emosi, dan respons terhadap berbagai situasi kehidupan yang memiliki keterkaitan dengan etika komunikasi. Berdasarkan definisi dan juga konsep dari keseluruhan penegasan judul Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana prinsip-prinsip Stoikisme direpresentasikan dalam buku *Filosofi Teras* karya Henry Manampiring serta menganalisis keterkaitannya dengan etika komunikasi, dengan fokus pada bagaimana cara buku tersebut membangun makna melalui bahasa, contoh, dan narasi dalam kerangka teori representasi Stuart Hall.

B. Latar Belakang Masalah

Dalam berkehidupan sehari-hari, komunikasi tidak selalu berlangsung secara efektif karena masih dijumpai berbagai situasi yang menunjukkan kurangnya pengendalian emosi dan etika dalam berkomunikasi. Perbedaan pendapat, kritik, maupun situasi yang tidak sesuai dengan harapan sering kali memunculkan respons yang bersifat spontan dan emosional. Dalam kondisi tertentu, seseorang dapat mengalami kesulitan mengendalikan emosi, mudah tersinggung, atau memberikan tanggapan tanpa mempertimbangkan dampaknya terhadap orang lain. Fenomena tersebut dapat dijumpai dalam berbagai lingkungan sekitar, seperti keluarga, pendidikan, pekerjaan, maupun interaksi di media sosial. Kemajuan teknologi digital memungkinkan setiap individu menyampaikan pandangan atau pendapat dengan mudah dan dalam waktu yang singkat. Kondisi tersebut sering kali menyebabkan seseorang memberikan tanggapan secara spontan tanpa terlebih dahulu mempertimbangkan dampak maupun konsekuensi dari respons yang disampaikan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kemampuan mengendalikan diri, mengelola emosi, dan berkomunikasi secara bijaksana masih menjadi aspek yang penting untuk dikembangkan dalam kehidupan bermasyarakat.

Permasalahan ini penting untuk diperhatikan karena komunikasi yang tidak bijaksana berdampak pada kualitas hubungan sosial dan profesional seseorang. didukung oleh hasil penelitian Wijaya dan Larasati 2025 menemukan bahwa pengelolaan emosi yang baik dapat meningkatkan efektivitas penyampaian pesan serta memperkuat hubungan interpersonal, sedangkan emosi yang tidak terkontrol menjadi hambatan dalam komunikasi.⁷ Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kemampuan seseorang dalam mengendalikan emosi merupakan salah satu unsur penting untuk mewujudkan komunikasi yang lebih dewasa dan berkualitas. Selain itu, penelitian lain

⁷ Yeny Duriana Wijaya and Ayu Larasati, 'Pengaruh Emosi Terhadap Efektivitas Komunikasi Interpersonal', 10.7 (2025), 11.

menunjukkan nilai-nilai stoikisme memiliki relevansi untuk membantu menghadapi permasalahan komunikasi dan kehidupan sosial. Studi Sari 2023 mengungkapkan stoikisme mendorong individu berpikir rasional, mengendalikan diri, serta mampu menganalisis situasi secara realistis dalam interaksi sosial.⁸

Oleh karena itu, Filsafat Stoikisme menjadi salah satu pendekatan yang relevan. Melalui ajaran Stoikisme, seseorang diajak untuk lebih tenang dalam menghadapi masalah, tidak mudah terpancing emosi, dan dapat berkomunikasi secara bijaksana. Sejalan dengan hal tersebut, dalam perspektif dakwah, Selain disampaikan melalui lisan, nilai-nilai kebaikan juga dapat disebarluaskan melalui media tulisan. Bentuk penyampaian pesan tersebut dikenal sebagai dakwah *bil qalam*. Melalui media tulisan, gagasan dan nilai moral dapat disampaikan secara lebih sistematis, reflektif, dan bisa diakses masyarakat luas. Dalam konteks dakwah bil qalam, Selain berfungsi sebagai media penyampaian informasi, tulisan juga memiliki peran sebagai sarana pendidikan yang mampu menyampaikan pengetahuan, wawasan, serta nilai-nilai kepada pembaca, refleksi moral, juga pembentukan cara pandang pembacanya. Pemahaman tersebut diperkuat oleh firman Allah Swt. yang berbunyi:

ن وَالْقَلَمِ وَمَا يَسْطُرُونَ

“Nun. Demi pena dan apa yang mereka tuliskan.” (QS. Al-Qalam [68]: 1)

Ayat tersebut menunjukkan bahwa pena dan tulisan memiliki kedudukan yang mulia. Melalui tulisan, ilmu pengetahuan, pesan, serta berbagai nilai kehidupan dapat disampaikan, diwariskan, dan dipahami oleh manusia sebagai sarana untuk memperoleh pengetahuan dan pembelajaran. Melalui sumpah Allah Swt. atas pena dan apa yang dituliskan, dapat dipahami bahwa tulisan memiliki kekuatan dalam membentuk cara berpikir, memberikan pengetahuan, serta menyebarkan nilai-nilai kebaikan kepada masyarakat. Dakwah *bil qalam* merupakan salah satu bentuk penyampaian dakwah yang memanfaatkan media tulisan sebagai sarana untuk menyebarkan pesan-pesan keislaman, menyampaikan pemikiran, gagasan, maupun kritik terhadap berbagai persoalan sosial. Melalui karya tulis, seorang penulis dapat menjangkau pembaca secara lebih luas, bahkan lintas ruang dan waktu. Karakteristik tulisan yang dapat didokumentasikan dan disimpan dalam jangka waktu yang lama menjadikan dakwah *bil qalam* memiliki nilai keberlanjutan, sehingga manfaat dan pesan yang disampaikan tetap dapat dibaca serta

⁸ Sari Ekowati, ‘Paradigma Psikologi Komunikasi Dalam Memandang Permasalahan Melalui Nilai-Nilai Stoikisme Di Kalangan Remaja’, 2.1 (2023), 54–71.

dijadikan rujukan oleh generasi berikutnya sebagai bentuk investasi intelektual dan spiritual di masa depan.⁹ Dakwah bil qalam mempunyai beberapa kelebihan dibandingkan dengan dakwah bil al-lisan, karena pesan yang disampaikan dapat didokumentasikan, disimpan, dikaji ulang, kapan saja sesuai kebutuhan pembaca.¹⁰ Oleh karena itu, buku sebagai media dakwah berperan sebagai wadah untuk menyampaikan beragam pesan dan nilai kehidupan.

Buku *Filosofi Teras* merupakan salah satu contoh dakwah bil qalam yang memuat nilai-nilai kehidupan, Buku ini merupakan karya keempat Henry Manampiring yang isinya memperkenalkan filsafat Stoikisme kepada masyarakat Indonesia melalui bahasa sederhana serta mudah dipahami. Buku *filosofi teras* ini tercipta berdasarkan pengalaman pribadi penulis dalam mempelajari dan menerapkan ajaran Stoikisme untuk menghadapi berbagai persoalan kehidupan, seperti kecemasan, kemarahan, kekecewaan, serta tekanan yang muncul akibat tuntutan kehidupan modern. Melalui buku ini, Henry Manampiring berupaya menunjukkan bahwa Stoikisme tidak hanya sebatas teori filsafat kuno, tetapi tetap dapat diterapkan juga secara praktis dalam kehidupan sehari-hari.

Salah satu pembahasan menarik terdapat pada Bab 4 yang berjudul *Dikotomi Kendali*. Bab ini menjelaskan prinsip dasar Stoikisme yang mengajarkan dalam kehidupan terdapat hal-hal yang bisa dikendalikan dan hal-hal yang ada di luar kendali manusia. Menurut Stoikisme, banyak penderitaan muncul karena seseorang terlalu memikirkan dan berusaha mengontrol hal-hal yang pada hakikatnya terdapat di luar kemampuannya, seperti pendapat orang lain, masa lalu, persepsi orang lain yaitu bagaimana seseorang melihat atau mengartikan diri kita, maupun berbagai peristiwa yang tidak dapat diubah.¹¹ Sebaliknya, manusia dianjurkan untuk memusatkan perhatian pada hal-hal yang ada dalam kendalinya, seperti pemikiran, sikap, keputusan, dan respons terhadap keadaan.

Melalui beberapa subbab yang berada dalam bab 4, seperti *Tirani Opini Orang Lain*, *Dikotomi Kendali di Situasi Sehari-hari*, dan *Sekali Lagi tentang Pasrah pada Nasib*, Henry Manampiring menggambarkan bagaimana individu dapat menghadapi kritik, kegagalan, tekanan sosial, serta berbagai persoalan hidup dengan lebih tenang dan rasional. Salah satu gagasan utama yang disampaikan dalam bab ini adalah “bahwa

⁹ Rina, Erfian Syah, dan AD Kusumaningtyas, *Analisis Pesan Dakwah Dalam Novel Religi (Pesan Anti Kekerasan Terhadap perempuan Dalam Novel “Hilda” Karya Muyassarotul Hafidzoh* (Muttaqien: Indonesian Journal of Multidiciplinary Islamic Studies 3 Vol.3 No.1, Januari 2022), 17.

¹⁰ Samsul Munir Amin, *Ilmu Dakwah*, (Jakarta: Amzah, 2013), 255.

¹¹ Yanti, F. *Psikologi Komunikasi*, Lampung: IKAPI 2021. 80

ketenangan hidup tidak berasal dari kemampuan mengendalikan seluruh keadaan, melainkan dari kemampuan mengendalikan cara berpikir, emosi, dan respons terhadap suatu peristiwa.” Gagasan tersebut menunjukkan bahwa Stoikisme tidak hanya berbicara mengenai ketahanan diri, tetapi juga mengajarkan sikap bijaksana saat berinteraksi dengan orang lain.

Ajaran yang terkandung dalam Filosofi Teras Bab 4 memiliki keterkaitan dengan etika komunikasi, terutama dalam aspek pengendalian emosi, penggunaan bahasa yang bijaksana, kemampuan menerima perbedaan pendapat, serta respons yang rasional dalam menghadapi kritik dan penilaian sosial. Oleh karena itu, Bab 4 dipandang sebagai bagian yang paling representatif untuk mengkaji bagaimana prinsip-prinsip Stoikisme direpresentasikan dalam buku Filosofi Teras dan bagaimana relevansinya terhadap etika komunikasi dalam kehidupan sehari-hari.

Meskipun pada penelitian terdahulu sudah banyak penelitian mengenai representasi stoikisme, penelitian ini memiliki kebaruan yang terletak pada penggabungan antara kajian representasi, filsafat Stoikisme, dan dakwah bil qalam dalam satu kerangka analisis. Penelitian ini tidak hanya mengkaji Stoikisme sebagai konsep filosofis, tetapi juga melihat bagaimana nilai-nilai tersebut direpresentasikan dalam media tulisan serta relevansinya terhadap etika komunikasi. Dengan demikian, Penelitian ini menghadirkan sudut pandang yang lebih menyeluruh melalui penggabungan kajian representasi, prinsip-prinsip Stoikisme, dan etika komunikasi, sehingga memiliki perbedaan dengan penelitian-penelitian terdahulu yang masih membahas aspek tersebut secara terpisah. Atas dasar itu, penelitian ini perlu dilakukan untuk mengkaji bagaimana prinsip-prinsip Stoikisme direpresentasikan dalam buku Filosofi Teras karya Henry Manampiring. serta bagaimana nilai-nilai tersebut dapat berkontribusi membangun etika komunikasi yang lebih tenang, rasional, dan tidak reaktif dalam kehidupan.

C. Fokus Dan SubFokus Penelitian

1. Fokus

Fokus penelitian ini yaitu menganalisis bagaimana prinsip-prinsip stoikisme dalam buku *Filosofi Teras* karya Henry Manampiring serta menjelaskan relevansi prinsip-prinsip tersebut terhadap konsep etika komunikasi.

2. Sub Fokus

- a) Representasi nilai stoisisme dalam Buku *Filosofi Teras*: Mengidentifikasi dan mendeskripsikan bagaimana nilai-nilai stoikisme ditampilkan oleh penulis melalui bahasa, contoh, dan penjelasan dalam buku.
- b) Keterkaitan dengan Etika Komunikasi: Menganalisis bagaimana prinsip-prinsip stoisisme tersebut relevan atau selaras dengan Etika Komunikasi.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini disusun berdasarkan latar belakang serta fokus penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya, yaitu Bagaimana representasi prinsip-prinsip Stoikisme dan Relevansinya dengan Etika Komunikasi dalam buku *Filosofi Teras* karya Henry Manampiring?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah menganalisis representasi prinsip-prinsip Stoikisme yang terkandung dalam buku *Filosofi Teras* karya Henry Manampiring serta menjelaskan relevansinya dengan etika komunikasi.

F. Manfaat Penelitian

Melalui hasil penelitian ini, peneliti berharap kajian yang telah dilakukan dapat memberikan manfaat, baik dari sisi teoritis maupun praktis. Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Secara teoretis, penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi terhadap pengembangan keilmuan di bidang Komunikasi dan Penyiaran Islam, terutama pada kajian media dan etika komunikasi. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas khazanah akademik dengan menghadirkan keterkaitan antara nilai-nilai filsafat Stoikisme sebagai pemikiran klasik dengan praktik komunikasi dalam kehidupan modern.

2. Manfaat praktis

Secara praktis, dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberi wawasan yang berguna untuk berbagai pihak. Bagi pembaca umum, penelitian ini dapat membantu memahami esensi dan implikasi praktis dari ajaran stoikisme dalam meningkatkan etika berkomunikasi dan meningkatkan kualitas hubungan interpersonal. Bagi akademisi dan mahasiswa, penelitian ini bisa berfungsi sebagai referensi sehingga dapat menjadi acuan untuk penelitian serupa dimasa mendatang.

G. Kajian Terdahulu Yang Relevan

Sebagai dasar dalam penyusunan skripsi ini, peneliti terlebih dahulu mengkaji berbagai penelitian terdahulu yang memiliki keterkaitan dengan topik yang diteliti. Kajian terhadap penelitian sebelumnya dilakukan untuk memperoleh gambaran mengenai perkembangan penelitian pada bidang yang sama, sekaligus menghindari adanya pengulangan maupun kesamaan fokus penelitian. Oleh karena itu, beberapa penelitian terdahulu yang relevan dijadikan sebagai bahan perbandingan dan landasan dalam penelitian ini. Adapun kajian penelitian terdahulu yang relevan tersebut sebagai berikut:

1. Skripsi penelitian Alaika Akmal Zidan, Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan 2023 “Pengkajian Nilai-Nilai Islami Dan Relevansinya Dengan Pendidikan Akhlak Dalam Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring” Penelitian ini hampir serupa dengan kajian yang peneliti lakukan yaitu Sama-sama membahas isi dari buku Filosofi Teras, yang merupakan inti dari penelitian.¹² yang membedakan penelitian ini berfokus pada mendeskripsikan isi buku untuk mengetahui nilai-nilai islami dan relevansinya dengan pendidikan akhlak, sedangkan peneliti fokus pada representasi prinsip stoikisme serta relevansinya dengan etika komunikasi.
2. Skripsi penelitian Erlangga Nur Al Farizi Karyadhara, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung 2023 “Nilai-Nilai Pendidikan Akhlak Dalam Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring” Penelitian ini hampir serupa dengan kajian yang peneliti lakukan yaitu membahas isi dari buku Filosofi Teras yang merupakan inti dari penelitian.¹³ Perbedaannya penelitian ini berfokus pada

¹² Alaika Akmal Zidan, *Pengkajian Nilai-Nilai Islami Dan Relevansinya Dengan Pendidikan Akhlak Dalam Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring*, (Skripsi, UIN K.H. Abdurrahman Wahid 2023).

¹³ Erlangga Nur Al Farizi Karyadhara, *Nilai-Nilai Pendidikan Akhlak Dalam Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring*, (Skripsi UIN Sunan Gunung Djati 2023).

nilai pendidikan akhlak dalam buku filosofi teras sedangkan peneliti fokus representasi stoikisme serta relevansinya dengan etika komunikasi.

3. Skripsi penelitian Ringgu Ayu 2022 “ Representasi Pesan Dakwah Dalam Film ‘Tilik’ Melalui Pendekatan Roland Barthes” Penelitian ini berisikan penjelasan tentang representasi dan kaitannya dengan metode semiotika dan menjelaskan tentang pendekatan semiotika Roland Barthes.¹⁴ Persamaan penelitian ini yaitu sama-sama membahas representasi, yang membedakan adalah penelitian ini fokus pada film, sedangkan penulis fokus pada isi buku.
4. Jurnal penelitian Desra Nita Tampubolon 2023 “Analisis Interpretasi Filsafat Stoikisme pada Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring dan Relevansinya dengan Nilai-Nilai Ekstrinsik yang Terandung di dalam Cerita Pendek”. Hasil penelitian ini ditemukan relevansi nilai-nilai ekstrinsik yang terdapat didalam cerita pendek seperti nilai agama, nilai sosial, nilai moral, dan nilai budaya pada buku Filosofi Teras karya Henry Manampiring. Penelitian ini serupa karna meneliti buku Filosofi Teras, yang membedakan adalah penulis fokus pada relevansinya dengan etika komunikasi, Sedangkan penelitian ini fokus pada Analisis Interpretasi Filsafat Stoikisme dan Relevansinya dengan Nilai-Nilai Ekstrinsik yang Terandung di dalam Cerita Pendek.¹⁵
5. Jurnal penelitian Lamtarida Simbolon, Christiana Peni Sekundiana Ikrar Deva Prasetya 2024 “Gagasan Stoikisme Sebagai *Soft Skill* Untuk Mencapai Profesionalisme di Dunia Kerja” Hasil dari penelitian ini mengatakan Stoikisme yang lahir dua ribu tiga ratus tahun lalu masih tetap aktual untuk dipraktekkan di zaman sekarang. Persamaan dalam penelitian ini terdapat pada objek penelitiannya yaitu buku filosofi teras, yang membedakan pada jurnal ini penulis fokus membahas bagaimana gagasan atau ajaran-ajaran Stoikisme sebagai *soft skills* yang sangat mendasar untuk mencapai profesionalisme dalam karir dan dunia kerja.¹⁶ Sedangkan peneliti fokus representasi stoikisme serta relevansinya dengan etika komunikasi.

¹⁴ Ringgu Ayu, *Representasi Pesan Dakwah Dalam Film “Tilik” Melalui Pendekatan Roland Barthes*, (Skripsi UIN Raden Intaan Lampung 2022).

¹⁵ Salma Raina Diskaiz, ‘Analisis Semiotik Tentang Komunikasi Intrapersonal Guna Meningkatkan Self-Control Dalam Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring’, 2024.Vol. 1, No. 2, 2024).

¹⁶ Lamtarida Simbolon, Christiana Peni Sekundiana Ikrar Deva Prasetya, *Gagasan Stoikisme Sebagai Soft Skill Untuk Mencapai Profesionalisme di Dunia Kerja*, (jurnal Muara Ilmu Sosial, Humanira dan Seni. Vol 8 no 3 2024), p. 1.

Dari beberapa penelitian di atas, yang meneliti stoikisme dalam buku filosofi teras fokus terhadap relevansinya dengan Etika Komunikasi bisa dikatakan belum ada. Dengan demikian, penelitian ini dilakukan untuk melengkapi sekaligus memberikan penyempurnaan terhadap hasil-hasil penelitian terdahulu dengan mengisi bagian yang belum banyak dikaji dalam penelitian sebelumnya.

H. Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan suatu rangkaian prosedur yang dilakukan secara sistematis untuk memperoleh kebenaran ilmiah dalam sebuah penelitian. Proses tersebut dimulai dari identifikasi dan perumusan masalah penelitian, dilanjutkan dengan penyusunan dugaan sementara (*hipotesis*), kemudian dilakukan pengumpulan, pengolahan, serta analisis data hingga akhirnya menghasilkan kesimpulan yang dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.¹⁷ Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif sebagai metode penelitian. Pendekatan kualitatif merupakan metode penelitian yang digunakan untuk memperoleh pemahaman secara mendalam terhadap suatu fenomena melalui pemanfaatan data yang bersifat nonnumerik, seperti uraian kata-kata, gambar, maupun perilaku manusia yang diamati.

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang diterapkan dalam penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*library research*). Penelitian kepustakaan merupakan suatu metode penelitian yang menjadikan berbagai bahan pustaka sebagai sumber utama dalam memperoleh data. Bahan pustaka tersebut meliputi buku, jurnal ilmiah, artikel, skripsi, dokumen, maupun berbagai literatur lain yang memiliki keterkaitan dengan topik penelitian. Melalui penelitian ini, peneliti mengumpulkan data dengan cara menelusuri, membaca, mempelajari, menelaah, dan menganalisis berbagai sumber tertulis secara sistematis sehingga diperoleh pemahaman yang komprehensif terhadap objek yang dikaji.¹⁸ Penelitian ini menggunakan metode penelitian kepustakaan karena seluruh data yang dianalisis berasal dari berbagai sumber tertulis tanpa melibatkan pengumpulan data secara langsung di lapangan. Data utama penelitian bersumber dari Bab 4 buku Filosofi Teras karya Henry Manampiring yang dikaji untuk mengidentifikasi representasi prinsip-prinsip Stoikisme serta mengungkap relevansinya dengan etika komunikasi.

¹⁷ Farid Wajdi, “*Metodologi Penelitian & Analisis Data Komperehensip*”, Wedina Media Utama, 2024.

¹⁸ Lexy J Moelong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2017), 90.

2. Sifat Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif, yaitu suatu jenis penelitian yang berfokus pada upaya memahami, menguraikan, menganalisis, dan menafsirkan suatu fenomena secara mendalam berdasarkan data yang diperoleh tanpa turun di lapangan maupun dari sumber penelitian, tanpa melibatkan analisis statistik. Melalui pendekatan ini, peneliti berupaya menyajikan gambaran yang utuh, sistematis, objektif, dan sesuai dengan kondisi sebenarnya mengenai fenomena yang menjadi objek penelitian sehingga dapat dipahami berdasarkan konteks yang melatarbelakanginya.¹⁹ Pada penelitian ini, pendekatan deskriptif kualitatif digunakan untuk menceritakan dan menganalisis bagaimana prinsip-prinsip Stoikisme direpresentasikan dalam Bab 4 buku *Filosofi Teras* karya Henry Manampiring, serta menjelaskan keterkaitannya dengan etika komunikasi.

3. Sumber Data

a. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung dari sumber utama yang menjadi objek penelitian, baik berasal dari individu, kelompok, maupun sumber lain yang memberikan informasi secara langsung kepada peneliti.²⁰ Dalam penelitian ini, data primer yang digunakan berasal dari buku *Filosofi Teras* karya Henry Manampiring, khususnya Bab 4 yang menjadi fokus utama penelitian, cetakan ke 25, terdiri dari 13 bab dengan total 298 halaman, peneliti hanya memfokuskan kajian pada bab 4 yang berjudul dikotomi kendali yang berisikan sebagai berikut:

¹⁹ Andy Alfatih, *"Pedoman Mudah Melaksanakan Penelitian Deskriptif Kualitatif"*, (2017), 1.

²⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*, 308.

1Table 1 Data Primer Bab 4

No	Sumber Data	Subbab yang dianalisis	Fokus Data	Hal
1.	Bab 4 Dikotomi Kendali	Pasrah pada Keadaan?	Konsep penerimaan terhadap hal di luar kendali	47
2.	Bab 4 Dikotomi Kendali	Dikotomi Kendali di Situasi Sehari-hari	Penerapan dikotomi kendali dalam kehidupan	49
3.	Bab 4 Dikotomi Kendali	Dari Dikotomi Kendali Menjadi Trikotomi Kendali	Pengembangan konsep kendali	54
4.	Bab 4 Dikotomi Kendali	Tirani Opini Orang Lain	Pengaruh opini orang lain terhadap individu	60

b. Data sekunder

Data sekunder merupakan data yang tidak diperoleh secara langsung dari sumber utama, melainkan berasal dari sumber lain yang berfungsi sebagai pendukung penelitian. Keberadaan data ini digunakan untuk melengkapi data primer sehingga dapat memperkuat hasil analisis serta memberikan informasi tambahan yang mendukung penyusunan argumen penelitian.²¹ Data ini bisa berupa tambahan dari dokumen seperti foto, journal, buku referensi, surat kabar, website, dan internet yang berkaitan dengan penelitian. Data sekunder penelitian ini diperoleh dari berbagai publikasi, buku perpustakaan dan internet yang berhubungan dengan penelitian.²² Semacam buku, jurnal ilmiah, artikel, karya tulis lain yang berkesinambungan dengan filsafat stoikisme, dan Etika Komunikasi.

4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah langkah yang dilakukan peneliti untuk memperoleh data serta informasi yang diperlukan agar tujuan penelitian dapat tercapai. Pada penelitian ini, proses pengumpulan data dilaksanakan

²¹ Milla Nazma Hayuni, 'Representasi Budaya Patriarki Dalam Perspektif Dakwah Pada Film Hijab Karya Hanung Bramantyo', 2025, 18.

²² Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian* (Jakarta: PT Asdi Mahastya, 2013). 22.

melalui teknik studi dokumentasi dan observasi non-partisipan. Teknik ini sangat sesuai karena objek penelitian adalah dokumen tertulis, yaitu buku *Filosofi Teras*.

a) Dokumentasi

Teknik dokumentasi adalah metode pengumpulan data yang dilakukan dengan memanfaatkan berbagai dokumen atau bahan tertulis yang relevan dengan topik penelitian. Melalui teknik ini, peneliti mengumpulkan, mempelajari, mencatat, dan menelaah informasi yang terdapat dalam berbagai sumber tertulis sebagai dasar untuk memperoleh data yang sesuai dengan fokus penelitian. Dokumen yang digunakan dapat berupa buku, jurnal ilmiah, artikel, skripsi, maupun literatur lain yang relevan sebagai sumber informasi dalam penelitian.²³ Dalam penelitian ini, teknik dokumentasi dilakukan dengan mengumpulkan dan menelaah isi Bab 4 buku *Filosofi Teras* karya Henry Manampiring sebagai sumber data primer. Peneliti kemudian mengidentifikasi kutipan, narasi, ilustrasi, dialog, analogi, dan penjelasan yang merepresentasikan prinsip-prinsip Stoikisme. Selain itu, peneliti juga mengumpulkan berbagai sumber data sekunder berupa buku, jurnal ilmiah, skripsi, dan literatur yang membahas teori representasi Stuart Hall, Stoikisme, serta etika komunikasi untuk mendukung proses analisis dan pembahasan penelitian. Seluruh data yang diperoleh selanjutnya dianalisis menggunakan teknik analisis data Miles dan Huberman.

b) Observasi

Observasi merupakan salah satu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara melakukan pengamatan secara langsung terhadap objek atau fenomena yang menjadi fokus penelitian. Dalam pelaksanaannya, peneliti memanfaatkan kemampuan pancaindra, terutama indra penglihatan dan pendengaran, untuk memperoleh informasi yang diperlukan mengenai objek yang diamati.²⁴ Dalam penelitian ini observasi yang digunakan adalah non-partisipan yang mana peneliti sebagai pengamat luar yang mengamati fenomena tanpa

²³ Ringgu Ayu 'Representasi Pesan Dakwah Dalam Film "Tilik" Melalui Pendekatan Roland Barthes', 2022.

²⁴ Creswell, J. W. *Qualitative Inquiry and Research Design*. (2013).

ikut serta atau terlibat langsung dalam kegiatan yang diamati. Peneliti hanya mencatat perilaku, interaksi, atau kejadian secara objektif tanpa mempengaruhi situasi atau berinteraksi dengan partisipan penelitian. Seperti mengamati bagaimana prinsip-prinsip stoikisme terefleksikan dalam perilaku komunikasi sehari-hari secara nyata.

5. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah tahapan untuk mengolah data melalui proses pengelompokan, penyusunan, penafsiran, dan interpretasi secara terstruktur agar data yang diperoleh dapat dipahami dengan jelas serta memberikan jawaban terhadap rumusan masalah penelitian. Dalam penelitian kualitatif, proses analisis tidak berorientasi pada penghitungan jumlah data, melainkan difokuskan pada pemaknaan terhadap data berdasarkan konteks dan fenomena yang menjadi objek penelitian.²⁵ Dalam penelitian ini, proses analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik analisis data kualitatif yang dikemukakan oleh Miles dan Huberman. Teknik tersebut dipilih karena sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu mengkaji representasi prinsip-prinsip Stoikisme dalam Bab 4 buku *Filosofi Teras* karya Henry Manampiring serta menguraikan relevansinya dengan etika komunikasi. Menurut Miles dan Huberman, analisis data kualitatif dilaksanakan melalui tiga tahapan utama, yaitu sebagai berikut:²⁶

a. Reduksi Data

Reduksi data yaitu proses memilih, memfokuskan, menyederhanakan, mengelompokkan, serta mengorganisasikan data yang relevan dengan fokus penelitian sehingga memudahkan peneliti dalam melakukan analisis. Pada tahap reduksi data, peneliti membaca keseluruhan Bab 4 buku *Filosofi Teras*, kemudian memilih kutipan, narasi, dan ilustrasi yang berkaitan dengan prinsip-prinsip Stoikisme sesuai fokus penelitian. Data yang telah dipilih selanjutnya dikelompokkan berdasarkan empat subbab, yaitu Pasrah pada Keadaan, Dikotomi Kendali di Situasi Sehari-hari, Dari Dikotomi Kendali Menjadi Trikotomi Kendali, dan Tirani Opini Orang Lain. Selanjutnya, data diklasifikasikan berdasarkan prinsip-prinsip Stoikisme yang menjadi fokus penelitian untuk memudahkan proses analisis.

²⁵ Helaluddin, *Analisis Data Kualitatif Sebuah Tinjauan Teori & Praktik* (Sekolah Tinggi Theologia Jaffray, 2019), 99.

²⁶ Sirajuddin Saleh, *Analisis Data Kualitatif*, (Bandung: Pustaka Ramdhan, 2017) .

b. Penyajian Data

Penyajian data dilakukan setelah proses reduksi data selesai, yaitu dengan mengorganisasikan data yang telah dipilih ke dalam susunan yang terstruktur agar lebih mudah dipahami. Tahap ini bertujuan untuk membantu peneliti melihat keterkaitan antar data sehingga proses analisis dan penarikan kesimpulan dapat dilakukan secara lebih sistematis. Dalam penelitian ini, penyajian data disusun dalam bentuk uraian deskriptif yang didukung oleh kutipan-kutipan dari Bab 4 buku *Filosofi Teras*. Selanjutnya, setiap kutipan diinterpretasikan menggunakan teori representasi Stuart Hall melalui pendekatan reflektif, intensional, dan konstruksionis untuk mengungkap bagaimana prinsip-prinsip Stoikisme direpresentasikan dalam isi teks. Hasil analisis kemudian disusun berdasarkan kategori representasi setiap prinsip Stoikisme sehingga memudahkan peneliti mengidentifikasi keterkaitannya dengan etika komunikasi.

c. Penarikan Kesimpulan

Tahap penarikan kesimpulan merupakan bagian akhir dalam proses analisis data yang dilakukan untuk merumuskan temuan penelitian berdasarkan seluruh data yang telah dianalisis. Pada tahap ini, hasil analisis disusun menjadi suatu kesimpulan yang mampu memberikan jawaban terhadap rumusan masalah yang telah ditetapkan dalam penelitian. Pada tahap ini, peneliti menyimpulkan bagaimana prinsip-prinsip Stoikisme direpresentasikan dalam Bab 4 buku *Filosofi Teras* berdasarkan teori representasi Stuart Hall, mengidentifikasi prinsip Stoikisme yang paling dominan direpresentasikan, serta menjelaskan relevansinya dengan etika komunikasi. Kesimpulan yang diperoleh selanjutnya digunakan untuk menjawab rumusan masalah penelitian secara sistematis sesuai dengan tujuan penelitian.

I. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan ini disusun untuk memberikan pemahaman dan kemudahan secara optimal. Pembahasan ini akan dibagi menjadi lima bab diantaranya sebagai berikut:

1. BAB I: Pendahuluan. Bab ini menjadi bagian pembuka dalam penyusunan penelitian. Di dalamnya dijelaskan berbagai komponen dasar yang menjadi landasan pelaksanaan penelitian, meliputi penegasan judul, latar belakang masalah, fokus dan subfokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian terhadap penelitian terdahulu, metode penelitian yang digunakan, serta sistematika pembahasan yang menjadi pedoman dalam penyusunan keseluruhan isi penelitian.
2. BAB II: Landasan Teori. dalam bab ini berisikan penjabaran landasan teori yang berhubungan dengan penelitian ini, mengenai analisis representasi, stoikisme, prinsip-prinsip stoik, etika komunikasi serta relevansinya.
3. BAB III: Deskripsi Objek Penelitian. Menjelaskan mengenai gambaran umum buku filosofi teras, profil Henry Manampiring, deskripsi buku filosofi teras, sinopsis, sistematika serta struktur isi buku filosofi teras.
4. BAB IV: Analisis dan Hasil Penelitian. Bab ini memuat penyajian hasil penelitian yang diperoleh melalui proses pengumpulan data beserta analisis terhadap data tersebut. Pada bagian ini, penulis menguraikan hasil penelitian secara sistematis berdasarkan rumusan masalah, latar belakang penelitian, serta metode penelitian yang digunakan sehingga pembahasan yang disajikan selaras dengan tujuan penelitian.
5. BAB V: Penutup. Peneliti akan menguraikan tentang kesimpulan isi dari buku filosofi teras tentang prinsip stoikisme dan bagaimana relevansinya dengan etika komunikasi, serta berisikan saran dan pada bagian akhir skripsi terdiri daftar rujukan dan lampiran-lampiran.

BAB II

REPRESENTASI STOIKISME DAN ETIKA KOMUNIKASI

A. Representasi

1. Pengertian Representasi

Representasi berasal dari kata *Representation* yang berarti perwakilan, gambaran, atau penggambaran. Secara umum representasi adalah cara untuk menghasilkan makna, melalui penggunaan kata, simbol, tanda, atau bentuk tertentu yang menggambarkan realitas seperti masyarakat, benda, peristiwa, maupun identitas budaya.¹ Dalam konteks media, representasi difahami sebagai proses menampilkan kembali atau menggambarkan ulang makna suatu objek melalui berbagai bentuk teks, baik berupa tulisan, gambar, peristiwa, maupun media audio visual. Artinya, media berperan penting dalam merepresentasikan suatu peristiwa, tokoh, atau nilai kepada khalayak, melalui berbagai bentuk visual, narasi, dan simbol-simbol yang dikonstruksikan.² Dengan demikian representasi bukan hanya memantulkan realitas, tetapi juga mengonstruksikan makna melalui proses seleksi, penggambaran, dan penafsiran terhadap suatu objek.³

Dalam konteks penelitian ini, representasi merujuk pada bagaimana buku *Filosofi Teras* karya Henry Manampiring menampilkan dan memaknai prinsip-prinsip Stoikisme melalui bahasa, narasi, ilustrasi, dan contoh yang disajikan. dipahami sebagai cara prinsip-prinsip stoikisme dibuat hadir atau dijelaskan kembali melalui teks dalam buku *Filosofi Teras*. buku sebagai medium tekstual merupakan salah satu bentuk representasi yang penting karena melalui tulisan, konsep-konsep filosofis dapat dikomunikasikan, ditransmisikan, dan dipertahankan dari satu generasi ke generasi lainnya.⁴ representasi ini melibatkan proses pemilihan bahasa (*language*), penyajian (*framing*), dan penafsiran (*interpretation*) terhadap prinsip-prinsip stoikisme. Dengan demikian, representasi dipahami sebagai proses penyampaian makna yang dibangun penulis untuk menghadirkan konsep Stoikisme secara komunikatif, sehingga dapat dipahami, ditafsirkan, dan direlevansikan dengan etika komunikasi dalam kehidupan sehari-hari.

¹ Achmad Kanzulfikar, 'Representasi Kecantikan Dalam Ajang Miss Universe Tahun 2019', 58–71.

² Hupiah Mutoharoh, 'Representasi Dakwah Ustadz Hanan Attaki Di Media Sosial (Analisis Konten Promosi @Ayah_Amanah Dan Kesesuaiannya Dalam Kajian Langsung Di Lampung)', 2025, 32.

³ Des Hanafi, *Semiotika Tubuh Perempuan*, (Tangerang: Indigo Media, 2021) 35.

⁴ Ayu Miranda Limbong and Masduki Asbari, 'Filosofi Teras : Filsafat Kuno Untuk Mental Tangguh Masa Kini', 03.04 (2024), 18–25.

2. Teori Representasi Stuart Hall

Teori merupakan abstraksi dari realitas yang tersusun atas seperangkat konsep, definisi, dan prinsip yang saling berkaitan untuk menjelaskan suatu fenomena secara sistematis. teori sebagai suatu sistem konsep-konsep abstrak yang menunjukkan adanya hubungan antarkonsep sehingga dapat membantu seseorang memahami dan menjelaskan fenomena yang terjadi dalam kehidupan.⁵ Dengan demikian, teori berfungsi sebagai landasan konseptual yang digunakan untuk menganalisis dan memahami suatu objek.

Salah satu teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori representasi yang dikemukakan oleh Stuart Hall. Menurut Hall, representasi berfokus pada bagaimana makna dibentuk, diproduksi, merupakan proses menghasilkan dan membangun makna melalui bahasa, simbol, gambar, teks atau tanda kepada orang lain.⁶ Bahasa dalam konteks ini tidak hanya berupa teks tertulis, tetapi juga mencakup simbol, gambar, dan berbagai bentuk tanda yang digunakan untuk membangun serta mempertukarkan makna dalam masyarakat. Hall berpendapat bahwa bahasa tidak secara langsung merefleksikan realitas. Makna tidak hadir secara alami dalam suatu objek, melainkan dibentuk melalui proses pemaknaan yang berlangsung dalam kehidupan sosial. Dengan demikian, representasi tidak hanya berfungsi menggambarkan realitas, tetapi juga membentuk pemahaman masyarakat terhadap suatu objek, gagasan, atau peristiwa.⁷ Oleh karena itu, teori representasi Hall digunakan dalam penelitian ini untuk menganalisis bagaimana prinsip-prinsip Stoikisme direpresentasikan oleh Henry Manampiring dalam Bab 4 buku *Filosofi Teras* melalui bahasa, narasi, dan contoh-contoh kehidupan sehari-hari yang terdapat dalam buku tersebut.

3. Pendekatan Representasi Stuart Hall

Dalam teori representasi, Stuart Hall mengidentifikasi tiga pendekatan utama dalam memahami representasi yaitu:

⁵ Andri Kurniawan and others, *Teori Komunikasi Pembelajaran*, 2023. 29

⁶ Annisa BerlianaDifa dan AlGusma Setyawan, 'Representasi Dalam Media Dan Budaya', 2024, pp. 83–90.

⁷ Hall, S. *Representation: Cultural Representations and Signifying Practices*. (London: Sage Publications 2009), 17.

a. Pendekatan Reflektif (*Reflective Approach*)

Pendekatan ini menjelaskan bahwa bahasa atau simbol beroperasi seperti cermin, hanya memantulkan makna yang sudah ada sebelumnya yang ditemukan dalam dunia nyata. *Reflective* memfokuskan bahasa atau simbol mampu mengemukakan makna yang terkandung sebagai refleksi langsung dari realitas.⁸ Contoh ketika foto pemandangan menggambarkan bentuk pemandangan yang sebenarnya, maka foto itu dianggap representasi langsung dari realitas, Maknanya dianggap sudah ada di dunia nyata, dan media hanya memantulkan kembali.

b. Pendekatan Intensional (*Intentional Approach*)

Pada pendekatan ini menekankan pentingnya maksud dari pembuat pesan, menjelaskan bahwa bahasa dan simbol digunakan untuk menyampaikan maksud pribadi dari pembicara.⁹ Dalam pendekatan ini, makna berasal dari niat atau kehendak komunikator, bukan dari objek itu sendiri ataupun dari interpretasi audiens. Artinya, bahasa dan simbol dianggap sebagai cara bagi pembicara untuk mengekspresikan ide atau tujuannya secara langsung. Contohnya jika penulis menggambarkan tokoh “baik” untuk menunjukkan nilai ketenangan, makna itu muncul karena penulis sengaja menciptakannya, Dengan demikian, makna dipahami sebagai hasil dari maksud atau tujuan yang ingin disampaikan oleh pembuat pesan.

c. Pendekatan Konstruksionis (*Constructionist Approach*)

Pendekatan ini menekankan bahwa makna dibentuk melalui proses konstruksi yang melibatkan bahasa dan simbol, yaitu makna dibangun melalui bahasa, simbol, dan budaya, bukan sekadar mencerminkan realitas atau niat penulis. Bahasa dan simbol yang digunakan tidak dapat menentukan makna secara mutlak, karena makna tersebut muncul melalui hubungan dengan unsur lain, seperti konteks sosial dan pengalaman audiens. Contohnya kata “rumah” bagi orang Indonesia mewakili tempat tinggal keluarga, tetapi bagi sebagian budaya lain bisa berarti hanya ruang privat atau tempat beristirahat.¹⁰

⁸ Ibrahim, I., & Sulaiman, S. *Semiotic Communication: An Approach Of Understanding A Meaning In Communication*. (2020)

⁹ Ashyfa Fatonah, ‘Representasi Nilai Kerja Keras Dalam Novel Negeri 5 Menara Karya Ahmad Fuadi : Tinjauan Analisis Deskriptif 2025, 22.

¹⁰ Stuart Hall, *Representation: Cultural Representations and Signifying Practices*. (London: The Open University 2009), 17.

Pendekatan konstruksionis memandang bahwa makna tidak melekat secara alami pada objek, melainkan dibentuk melalui proses representasi yang dipengaruhi oleh bahasa, budaya, dan konteks sosial.

Menurut Hall, representasi juga bekerja melalui dua sistem representasi yang saling berkaitan, yaitu sistem konseptual (*conceptual system*) dan sistem bahasa (*language system*). Sistem representasi pikiran, merupakan cara seseorang memaknai sesuatu didalam pikirannya, Sedangkan representasi bahasa, yaitu bagaimana makna tersebut diungkapkan melalui tanda, teks, dan simbol, agar dapat dikomunikasikan kepada orang lain. Kedua komponen tersebut berkaitan, bahkan konsep yang ada dalam pikiran kita tidak akan tersampaikan jika tidak melalui bahasa, begitu pula sebaliknya. Bahasa tanpa konsep merupakan sesuatu yang tidak bermakna. Oleh karena itu konsep pada representasi sangatlah bernilai karena dalam sistem representasi kelompok yang dapat memproduksi dan bertukar makna dengan baik adalah kelompok yang memiliki pengetahuan yang sama sehingga dapat menciptakan suatu pemahaman.¹¹

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teori representasi Stuart Hall dengan ketiga pendekatan tersebut digunakan secara saling berkaitan untuk memahami proses representasi yang terdapat dalam Bab 4 buku Filosofi Teras. Pendekatan reflektif digunakan untuk melihat bagaimana teks merefleksikan konsep-konsep Stoikisme yang telah berkembang dalam tradisi filsafat Stoik. Pendekatan intensional digunakan untuk memahami makna yang ingin disampaikan penulis melalui pemilihan bahasa, narasi, dan contoh-contoh yang digunakan dalam buku. Sementara itu, pendekatan konstruksionis digunakan untuk menganalisis bagaimana makna mengenai prinsip-prinsip Stoikisme dibangun dan dikonstruksi melalui bahasa serta proses pemaknaan dalam teks. Melalui ketiga pendekatan tersebut, representasi tidak hanya dipahami sebagai cerminan realitas atau sekadar maksud penulis, tetapi juga sebagai hasil konstruksi makna yang dibangun melalui penggunaan bahasa, simbol, dan narasi. Dengan demikian, teori representasi Stuart Hall membantu peneliti untuk menganalisis bagaimana prinsip-prinsip Stoikisme direpresentasikan dalam Bab 4 buku Filosofi Teras serta

¹¹ Ivana Grace Sofia Radja, "Representasi Budaya Jember dalam Jember Fashion Carnival: Pendekatan Teori Representasi Stuart Hall", *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, Vol.2, No.3 August 2024

bagaimana representasi tersebut memiliki relevansi dengan etika komunikasi, khususnya dalam aspek pengendalian emosi.

4. Proses Representasi Stuart Hall

Hall menjelaskan bahwa proses representasi melibatkan hubungan antara konsep yang terdapat dalam pikiran manusia dengan bahasa yang digunakan untuk mengungkapkan konsep tersebut. Konsep-konsep yang ada dalam pikiran kemudian diwujudkan melalui kata-kata, narasi, simbol, maupun bentuk komunikasi lainnya sehingga dapat dipahami oleh orang lain. Dengan demikian, bahasa berperan sebagai media utama dalam membangun dan menyampaikan makna. Dalam teori representasi Stuart Hall terdapat tiga pendekatan yang saling berkaitan. Ketiga pendekatan tersebut menunjukkan representasi tidak hanya berhubungan dengan objek yang direpresentasikan, tetapi juga melibatkan penulis, bahasa, dan pembaca dalam proses pembentukan makna.¹²

Dalam penelitian ini, proses representasi dipahami sebagai proses pembentukan makna mengenai prinsip-prinsip Stoikisme yang ditampilkan dalam Bab 4 buku *Filosofi Teras* karya Henry Manampiring. Proses tersebut diawali dari konsep-konsep Stoikisme yang menjadi gagasan dasar penulis, seperti dikotomi kendali, pengendalian diri, dan hidup sesuai kebajikan. Konsep-konsep tersebut kemudian disampaikan melalui bahasa, narasi, ilustrasi, serta contoh-contoh kehidupan sehari-hari yang terdapat dalam teks buku.

Melalui pendekatan reflektif, representasi dapat dilihat dari bagaimana teks dalam *Filosofi Teras* mencerminkan ajaran Stoikisme yang telah dikemukakan oleh para filsuf Stoa, seperti Epictetus, Seneca, dan Marcus Aurelius. Dengan kata lain, berbagai konsep yang terdapat dalam buku tersebut merupakan refleksi dari prinsip-prinsip Stoikisme yang telah berkembang sebelumnya. Melalui pendekatan intensional, representasi terlihat dari cara Henry Manampiring menyampaikan pesan kepada pembaca. Pemilihan bahasa yang sederhana, penggunaan ilustrasi kehidupan sehari-hari, serta berbagai contoh yang dekat dengan pengalaman masyarakat modern menunjukkan adanya maksud penulis untuk membuat konsep Stoikisme lebih mudah dipahami dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Selanjutnya, melalui pendekatan konstruksionis, representasi dipahami sebagai

¹² Alex Sobur, *Analisis Teks Media: Suatu Pengantar untuk Analisis Wacana, Analisis Semiotik dan Analisis Framing* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2018), 166.

proses pembentukan makna yang dilakukan melalui bahasa dan narasi yang digunakan dalam teks. Dalam hal ini, Henry Manampiring tidak hanya menjelaskan Stoikisme sebagai konsep filsafat, tetapi juga mengonstruksi makna bahwa Stoikisme merupakan cara berpikir yang dapat membantu individu menghadapi berbagai permasalahan hidup secara lebih rasional dan tenang. Makna tersebut dibangun melalui berbagai narasi mengenai penerimaan terhadap keadaan, pengelolaan emosi, penyikapan terhadap opini orang lain, serta kemampuan membedakan antara hal-hal yang berada dalam kendali dan di luar kendali manusia.

Berdasarkan proses tersebut, representasi dalam penelitian ini dianalisis melalui empat tahapan. Pertama, mengidentifikasi data berupa kutipan, narasi, dan ilustrasi yang terdapat dalam Bab 4 buku *Filosofi Teras*. Kedua, mengidentifikasi prinsip-prinsip Stoikisme yang direpresentasikan dalam data tersebut. Ketiga, menganalisis bagaimana prinsip-prinsip Stoikisme direpresentasikan melalui pendekatan reflektif, intensional, dan konstruksionis Stuart Hall. Keempat, menganalisis relevansi representasi prinsip-prinsip Stoikisme tersebut dengan etika komunikasi, khususnya dalam aspek pengendalian emosi. Dengan demikian, proses representasi dalam penelitian ini dapat dipahami sebagai proses bagaimana konsep-konsep Stoikisme direfleksikan, dimaksudkan, dan dikonstruksi melalui bahasa serta narasi

Tahap Analisis	Uraian	Penerapan dalam Penelitian
1. Objek Penelitian	Bab 4 Buku <i>Filosofi Teras</i> karya Henry Manampiring	Penelitian berfokus pada isi Bab 4 yang membahas penerapan prinsip-prinsip Stoikisme dalam kehidupan sehari-hari.
2. Data Penelitian	Subbab dalam Bab 4, yaitu: 1) Pasrah pada Keadaan 2) Dikotomi Kendali di Situasi Sehari-hari 3) Dari Dikotomi Kendali Menjadi Trikotomi Kendali 4) Tirani Opini Orang Lain	Keempat subbab tersebut menjadi sumber data berupa kutipan, narasi, contoh, dan ilustrasi yang dianalisis menggunakan teori representasi Stuart Hall.
3. Teori Analisis	Teori Representasi Stuart Hall	Digunakan sebagai pisau analisis untuk memahami bagaimana makna prinsip-prinsip Stoikisme dibangun dalam teks.
4. Pendekatan Representasi	Reflektif, Intensional, dan Konstruksionis	Ketiga pendekatan digunakan secara saling berkaitan untuk melihat proses representasi secara utuh.
5. Fokus Analisis	Representasi prinsip-prinsip Stoikisme dalam teks	Menelaah bagaimana prinsip-prinsip Stoikisme direpresentasikan melalui bahasa, narasi, contoh, dan ilustrasi dalam Bab 4 Buku <i>Filosofi Teras</i> .
6. Prinsip Stoikisme yang Dikaji	Dikotomi Kendali, Pengendalian Diri, dan Hidup dengan Kebajikan	Ketiga prinsip tersebut diidentifikasi dan dianalisis berdasarkan representasinya dalam teks.
7. Hasil yang Dicari	Makna prinsip Stoikisme yang direpresentasikan dalam teks	Menemukan bagaimana makna prinsip Stoikisme dibangun melalui proses representasi dalam Bab 4 Buku <i>Filosofi Teras</i> .
8. Tujuan Akhir	Menemukan relevansi prinsip Stoikisme dengan etika komunikasi, khususnya pengendalian emosi	Menjelaskan bagaimana representasi prinsip Stoikisme dalam teks memiliki keterkaitan dengan etika komunikasi dalam aspek pengendalian emosi.

Gambar 1.1 Proses Representasi

yang digunakan Henry Manampiring sehingga menghasilkan pemaknaan tertentu bagi pembaca. Maka proses dapat digambarkan sebagai berikut:

B. Stoikisme

1. Pengertian Stoikisme

Kata Stoikisme adalah bentuk penyerapan alternatif yang sering digunakan dalam percakapan sehari-hari atau tulisan tidak resmi, yang berasal dari kata dasar dalam bahasa Inggris, yaitu *Stoicism*. Sedangkan Stoisisme adalah bentuk baku yang diserap ke dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI).

Stoikisme merupakan aliran filsafat yang menekankan pengendalian diri, rasionalitas, dan pengembangan kebajikan sebagai dasar dalam menjalani kehidupan.¹³ Pengendalian diri berarti kemampuan individu mengatur emosi dan tindakan agar tidak bersikap reaktif terhadap situasi, rasionalitas merujuk pada penggunaan akal dalam menilai dan mengambil keputusan secara objektif, sedangkan pengembangan kebajikan merupakan upaya membentuk karakter yang baik seperti jujur, sabar, adil, dan bijaksana sebagai pedoman dalam bertindak.¹⁴ Adapun definisi stoikisme menurut para ahli sebagai berikut:

a. Stoikisme menurut Zeno

Sebagai pendiri aliran Stoa Zeno dari Citium mendefinisikan Stoikisme sebagai filsafat yang mengajarkan hidup sesuai dengan alam semesta yang rasional. Menurutnya, manusia harus menyelaraskan diri dengan *logos* (akal semesta) melalui kebajikan seperti kebijaksanaan, keberanian, keadilan, dan kesederhanaan, sambil menerima takdir dan mengendalikan apa yang bisa dikontrol. Stoikisme Zeno menekankan bahwa kebahagiaan sejati datang dari harmoni dengan alam, bukan dari kekayaan atau kenikmatan duniawi.¹⁵

b. Stoikisme menurut Epictetus

Epictetus merupakan filsuf Stoa Romawi, mendefinisikan Stoikisme sebagai seni hidup yang membedakan antara apa yang bisa dikontrol (seperti pikiran dan tindakan kita) dan apa yang tidak bisa dikontrol (seperti takdir atau

¹³ Limbong and Asbari, 'Filosofi Teras : Filsafat Kuno Untuk Mental Tangguh Masa Kini' 2023.

¹⁴ Sinta N U R Fitriana, 'Komparasi Konsep Inner Peace Dalam Filsafat Stoikisme Dan Psikologi Spiritual Islam : Studi Buku Filosofi Teras', 2026.

¹⁵ Jurnal Ilmu And Pengetahuan Vol, 'Filsafat Stoisisme Dapat Melahirkan Perasaan Skeptis Pada Hal Baik Yang Akan Terjadi', 5.1 (2025), 71–76.

tindakan orang lain). Ia menekankan bahwa kebahagiaan diperoleh melalui pengendalian diri.¹⁶

c. Stoikisme menurut Marcus Aurelius

Marcus Aurelius Kaisar Romawi dan filsuf Stoa, mendefinisikan Stoikisme sebagai praktik meditasi harian untuk mencapai ketenangan batin di tengah kekacauan dunia. Dalam karyanya, ia menekankan manusia bagian dari *kosmos* yang saling terhubung, kebahagiaan datang dari menjalankan tugas dengan kebajikan, menerima kematian sebagai bagian alam, serta menghindari amarah dan keserakahan. Marcus Aurelius melihat Stoikisme sebagai jalan untuk menjadi manusia yang lebih baik melalui introspeksi.¹⁷

d. Stoikisme menurut Henry Manampiring

Henry Manampiring seorang penulis dan filsuf Indonesia kontemporer, mendefinisikan Stoikisme sebagai filsafat praktis yang mengajarkan ketahanan mental dan emosional di era modern. Menurutnya, Stoikisme bukan sekadar teori, melainkan alat untuk menghadapi tantangan hidup seperti stres, kegagalan, dan ketidakpastian, dengan prinsip utama: fokus pada apa yang bisa dikontrol, terima yang tidak bisa, dan hidup dengan kebajikan. Manampiring menekankan relevansi Stoikisme bagi generasi muda di Indonesia, seperti menerapkan "*dikhotomia kontrol*" untuk mengatasi masalah sehari-hari.¹⁸

Secara sederhana, Stoikisme dapat dipahami sebagai cara berpikir yang membantu seseorang tetap tenang ketika menghadapi kesulitan, tidak mudah terpengaruh oleh keadaan di luar kendalinya, serta mampu mengambil keputusan berdasarkan akal sehat dan kebajikan. Melalui prinsip-prinsip tersebut, Stoikisme bertujuan membentuk individu yang memiliki ketenangan batin, keteguhan karakter, dan kemampuan menghadapi berbagai tantangan kehidupan secara lebih bijaksana.

Dalam buku *Filosofi Teras*, Henry Manampiring merumuskan stoikisme secara praktis dengan tiga pilar utama stoikisme yaitu: mengendalikan apa yang dapat dikendalikan, menerima apa yang tidak dapat dikendalikan, dan menjaga agar peristiwa eksternal tidak mengganggu ketenangan batin.¹⁹ Stoikisme menekankan

¹⁶ Durhan, G. A *The Place of Logic in the Philosophy of Epictetus*. Kilis 7 Aralık Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi. (2022). <https://doi.org/10.56720/mevzu.1148021>

¹⁷ Marcus Aurelius, *Meditations*, 2024, doi:<https://doi.org/10.3735/9781961844193.book-part-110>.

¹⁸ Henry Manampiring, *Filsafat Teras: Sebuah Catatan Harian*, terbitan Buku Kompas. Bab khusus tentang Stoikisme 2018, 45–67.

¹⁹ *Ibid.* 15-20.

bahwa kebahagiaan bersumber dari karakter yang baik, ketangguhan menghadapi kesulitan, dan kemampuan menjaga ketenangan.²⁰

2. Sejarah Singkat Stoikisme

Stoikisme adalah aliran filsafat yang muncul pada awal abad ke-3 SM di Athena, didirikan oleh Zeno dari Citium, seorang pedagang yang mulai mendalami filsafat setelah mengalami peristiwa hidup yang berat, yaitu ketika kapal dagangannya kecelakaan tenggelam beserta seluruh barang dagangannya. Peristiwa itu membuatnya kehilangan hampir seluruh kekayaan, sehingga ia terdampar di Athena. Runtuhnya hidup dagangannya ini justru menjadi titik balik di Athena, Zeno menemukan kedai buku dan mulai membaca karya filsafat, ia tertarik pada ajaran *Socrates* dan memutuskan meninggalkan dunia perdagangan untuk mendalami filsafat, yang kemudian melahirkan Stoikisme.²¹ Zeno belajar dari berbagai aliran seperti Megarian dan Cynic, lalu mengembangkan pemikirannya sendiri dan mengajarkannya di sebuah teras berpilar di Agora Athena yang bernama Stoa Poikile. Kata “Stoikisme” sendiri diambil dari nama tempat tersebut, karena dari situlah ajaran Zeno dikenal luas.²² Dari tempat inilah ajaran Zeno kemudian dikenal dengan nama Stoikisme.

Stoikisme mengajarkan pandangan hidup yang didasarkan pada etika, logika dan fisika, serta mengajarkan manusia untuk dapat mencapai kebahagiaan dan kedamaian dalam hidup mereka dengan mengembangkan kendali diri dan hubungan bijaksana dengan alam semesta. Oleh karena itu, dengan kata lain Stoikisme adalah aliran filsafat yang membantu manusia untuk mengontrol emosi negative dan mensyukuri segala sesuatu yang dimiliki saat ini.²³ Secara historis, perkembangan Stoikisme terbagi ke dalam tiga fase utama yaitu:

- a. Stoa Awal (*Early Stoicism*). Berlangsung pada abad ke-3 hingga akhir abad ke-2 SM, ditandai oleh perintisan ajaran oleh Zeno, Cleanthes, dan Chrysippus. Pada fase ini Stoikisme dibangun sebagai sistem filsafat yang menekankan rasionalitas, keteguhan moral, dan pengendalian diri. Para Stoik awal meyakini

²⁰ Siswadi, G. A. *Filsafat manusia: Memahami manusia sebagai Homo complexus* (hal. 104). Solok: Mafy Media Literasi Indonesia. (2024).

²¹ Henry Manampiring, *Filosofi Teras* (Jakarta: Penerbit Kompas, 2019),

²² A. Setyo Wibowo, “*Ataraxia: Bahagia Menurut Stoikisme*” (Yogyakarta: Kanisius2019), 23.

¹⁹ Asmira pratiwi, *Kuliah Ringkas Filsafat Stoik dan Stoikisme*, (Yogyakarta: CV. Indoliterasi Publishing House, 2025),10-11

bahwa kehidupan yang baik hanya dapat dicapai ketika manusia hidup selaras dengan akal (*logos*) dan memahami batas-batas kendalinya terhadap dunia luar.²⁴

- a. Stoa Tengah (*Middle Stoicism*). Fase ini memperlihatkan proses adaptasi dan pengembangan gagasan Stoik seiring interaksi dengan filsafat lain. Tokoh seperti Panaetius dan Posidonius mulai membuka ruang interpretasi baru yang lebih praktis dan relevan dengan kehidupan sosial.
- b. Stoa Akhir (*Late Stoicism*). Berkembang pada abad pertama Masehi dengan tokoh-tokoh Romawi. Pada fase ini Stoikisme semakin menonjolkan penerapan praktis dalam kehidupan sehari-hari, termasuk bagaimana seseorang mengelola diri, bersikap terhadap orang lain, serta mempertahankan ketenangan batin. Ajaran pada periode ini menjadikan Stoikisme bukan hanya sistem pemikiran, tetapi juga pedoman etika hidup dan hubungan sosial.²⁵

Dengan demikian, sejak awal kemunculannya Stoikisme telah menempatkan pengendalian diri, penggunaan akal budi, dan pengelolaan emosi sebagai dasar kehidupan yang baik. Ajaran para filsuf seperti Seneca dan Epictetus kemudian memperkuat orientasi ini dengan menekankan pentingnya ketenangan, penilaian rasional, serta sikap bijaksana dalam menghadapi situasi interpersonal. Dalam perkembangan pada era modern, melalui tokoh-tokoh seperti Massimo Pigliucci, Ryan Holiday, dan Henry Manampiring, Stoikisme kembali dipahami sebagai pedoman praktis untuk membentuk karakter dan berinteraksi secara sehat. Nilai-nilai inti Stoikisme rasionalitas, penguasaan diri, dan ketenangan menjadikannya relevan bagi praktik etika komunikasi, terutama dalam hal bagaimana seseorang memilih kata, mengelola emosi, dan merespon orang lain dengan pertimbangan moral.²⁶

3. Prinsip-Prinsip Stoikisme

Dalam kerangka Stoikisme, terdapat prinsip-prinsip utama yang relevan dengan penelitian ini yaitu sebagai berikut:

²⁴ Mastory, B., & Syukur, M. Filsafat Stoisisme Dapat Melahirkan Perasaan Skeptis Pada Hal Baik Yang Akan Terjadi. Cendekia.(2025).

²⁵ Desra Nita Tampubolon, 'Analisis Interpretasi Filsafat Stoisisme Pada Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring Dan Relevansinya Dengan Nilai-Nilai', *Garuda*, 1.2 (2023), 184, doi:<https://doi.org/10.59581/jpkf-widyakarya.v1i2.460>.

²⁶ Henry Manampiring, *Filosofi Teras: Filsafat Yunani-Romawi Kuno Untuk Mental Tangguh Masa Kini* (Jakarta: PT Kompas Media Nusantara, 2018), 26.

a. Dikotomi Kendali (*Dichotomy of Control*)

Dikotomi Kendali merupakan salah satu prinsip utama Stoikisme yang menjadi fokus pada penelitian ini, yaitu membedakan hal-hal yang berada dalam kendali manusia seperti pikiran, sikap, dan tindakan, sedangkan hal di luar kendali mencakup opini orang lain, peristiwa eksternal.²⁷ Dalam buku *Filosofi Teras*, penulis menjelaskan bahwa:

“Dalam hidup ini, ada hal yang bisa kita kendalikan, ada juga yang tidak bisa kita kendalikan. Kita hanya bisa mengatur pikiran, sikap, dan cara merespons, tetapi tidak bisa mengendalikan hasil, pendapat orang lain, atau peristiwa luar.” Epictetus juga dalam buku *Enchiridion* menjelaskan “Hal-hal yang dibawah kendali kita bersifat merdeka, tidak terikat, tidak terhambat, tetapi hal-hal yang tidak dibawah kendali kita bersifat lemah, bagai budak terikat, dan milik orang lain”.²⁸

Dengan memahami dikotomi kendali, Stoik mengarahkan energi mental dan emosional hanya pada aspek yang bisa dikendalikan yaitu cara kita berpikir, menilai keadaan, dan meresponsnya. Sedangkan hal-hal yang berada diluar kendali sebaiknya diterima dengan kerelaan serta kesadaran bahwa berusaha mengendalikan hal-hal tersebut hanya akan menimbulkan kegelisahan, frustrasi, dan penderitaan batin.²⁹ Dalam konteks komunikasi dan interaksi sosial terutama di era modern, prinsip ini memiliki relevansi yang kuat. Ketika seseorang menyadari bahwa ia tidak bisa mengendalikan pendapat, reaksi, atau respons orang lain, maka fokus komunikasi diarahkan pada apa yang ia bisa control. Dengan demikian, komunikasi menjadi lebih bertanggung jawab secara moral dan lebih tahan terhadap konflik. dikotomi kendali membantu seseorang menjaga keseimbangan emosional, tidak mudah tersulut amarah, kecewa, atau reaktif ketika menghadapi kritik, perbedaan pendapat, atau situasi sulit. Ini memupuk sikap bijaksana dan dewasa dalam berinteraksi, dimana reaksi kita lebih mencerminkan integritas dan stabilitas batin, bukan dorongan impuls atau emosi negatif.

²⁷ Tampubolon, ‘Analisis Interpretasi Filsafat Stoisisme Pada Buku *Filosofi Teras* Karya Henry Manampiring Dan Relevansinya Dengan Nilai-Nilai’2023.

²⁸ Limbong and Asbari, ‘*Filosofi Teras : Filsafat Kuno Untuk Mental Tangguh Masa Kini*’.3.4 (2024), 21.

²⁹ Nissa Aurellia Putri, ‘*Sanitas : Journal of Health , Medical , and Psychological Studies DoomsScrolling Di Era Digital Berdasarkan Dikotomi Kendali Stoikisme Untuk Kesejahteraan Psikologis*’, 1.1 (2025).

b. Pengendalian Diri (*Self-Control*)

Pengendalian diri berarti kemampuan mengatur emosi, tidak langsung meledak atau marah ketika provokasi, diejek, atau dikritik. Dalam komunikasi, prinsip ini menuntun seseorang untuk menunda reaksi, menahan kalimat yang menyakiti, memilih cara bicara yang tenang, terukur, dan tidak merendahkan. Hal ini sejalan dengan hadis Nabi Muhammad SAW: “Orang kuat bukanlah yang pandai bergulat, tetapi orang kuat adalah yang mampu menahan amarahnya.” (HR. Bukhari dan Muslim).

Stoikisme mengajarkan bahwa emosi berlebihan dapat mengganggu rasionalitas. Pengendalian emosi bukan berarti menekan perasaan, tetapi memahami dan meresponsnya secara bijaksana. Dalam komunikasi, prinsip ini penting agar tidak mudah tersinggung, marah, atau bereaksi secara impulsif. Manusia memiliki kemampuan untuk tidak menuruti penilaian atau *value judgment* otomatis. Manusia mampu menganalisis peristiwa atau objek dengan rasional, khususnya untuk memisahkan antara fakta objektif dari penilaian subjektif manusia.

Dalam Filosofi Teras, Henry Manampiring memperkenalkan langkah praktis bernama S-T-A-R (*Stop – Think & Assess – Respond*) sebagai teknik penerapan Stoikisme ketika menghadapi emosi negatif atau situasi yang berpotensi memicu reaksi impulsif.³⁰ Pendekatan ini menekankan bahwa sebelum memberikan respons, individu perlu menghentikan sejenak (*Stop*) segala reaksi spontan yang muncul. Setelah jeda ini tercipta, tahap berikutnya adalah *Think & Assess*, yaitu mengevaluasi pikiran, persepsi, serta menilai apakah situasi tersebut benar-benar berada dalam kendali diri atau hanya merupakan faktor eksternal yang tidak layak diberi ruang emosional berlebihan. Tahap ini membantu seseorang melihat masalah dari perspektif yang lebih luas, menyadari bahwa banyak persoalan yang tampak besar sesungguhnya bersifat sepele jika dilihat dari jarak psikologis maupun temporal, manusia sepanjang sejarah telah menghadapi masalah serupa, dan sebagian besar hal yang memicu emosi saat ini pada akhirnya akan terlupakan oleh waktu. Setelah proses penilaian selesai, barulah masuk tahap *Respond*, dengan memberikan respons

³⁰ Masduki Asbari Ayu Miranda Limbong, ‘Filosofi Teras: Filsafat Kuno Untuk Mental Tangguh Masa Kini’, *Jisma*, 03.04 (2024), p. 21.

yang lebih rasional, tenang, dan selaras dengan nilai-nilai kebajikan, bukan reaksi emosional yang spontan. Pendekatan STAR ini menjembatani prinsip Stoik tentang pengendalian persepsi dan emosi dengan praktik sehari-hari, termasuk dalam konteks etika komunikasi. Dengan menerapkan STAR, komunikator dapat menghindari respons berlebihan, menjaga kejernihan penilaian, serta memastikan bahwa pesan yang disampaikan tetap mengedepankan integritas, ketenangan, dan tanggung jawab moral. Keterkaitan prinsip ini dengan etika komunikasi sangat penting. Ketika komunikator mampu mengendalikan persepsi dan interpretasinya misalnya membedakan antara fakta dan opini, menahan prasangka awal, serta menunda respons emosional ia cenderung menyampaikan pesan lebih akurat, bertanggung jawab, dan tidak manipulative.

c. Hidup Dengan Kebajikan

Kebajikan atau *virtue* adalah kehidupan yang benar dan bermakna, bukan harta, status, atau kesenangan sesaat. Prinsip ini menyatakan bahwa satu-satunya kebaikan sejati adalah kebajikan.³¹ Terdapat empat kebajikan utama dalam stoikisme yaitu: kebijaksanaan (*wisdom*), keadilan (*justice*), keberanian moral (*courage*), dan kesederhanaan (*temperance*).³² Dapat dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Kebijaksanaan (*Wisdom*). Kebijaksanaan merupakan kemampuan menggunakan akal sehat untuk membedakan mana yang benar, bermanfaat, dan sesuai dengan prinsip rasional. Bagi Stoik, kebijaksanaan tidak hanya berarti kecerdasan intelektual, tetapi juga kepekaan moral dalam memahami situasi dan memilih tindakan yang benar. Dalam komunikasi, kebijaksanaan tercermin melalui kemampuan menilai konteks, memahami lawan bicara, memilih kata yang tepat, serta mempertimbangkan dampak pesan yang disampaikan. Komunikator yang bijaksana tidak gegabah secara emosional, tidak menyebarkan informasi tanpa verifikasi, dan mampu menempatkan diri secara proporsional. Ini selaras dengan prinsip etika komunikasi yang

³¹ Christopher Gill, *Learning to Live Naturally, Virtue and Happiness*, Oxford Academic, 2022, doi:10.1093/oso/9780198866169.003.0002.

³² Donald Robertson., 'Living in Accordance with Nature', *FOR EVERYTHING STOIC*, 1.4 (2019), p. 28. *For Everything Stoic*, 1.4 (2019)

menekankan keakuratan, kehati-hatian, dan tanggung jawab dalam menyampaikan pesan.

- 2) Keadilan (*Justice*). Keadilan merupakan kebajikan yang berkaitan dengan bagaimana seseorang memperlakukan orang lain secara benar, adil, dan penuh rasa hormat. Bagi Stoik, keadilan bukan sekadar hukum formal, tetapi sikap moral untuk memberikan apa yang layak diterima oleh setiap orang serta mengutamakan kepentingan bersama di atas keuntungan pribadi. Dalam konteks komunikasi, keadilan tampak dari sikap menghargai orang lain, tidak menipu, tidak memanipulasi pesan, menghormati perbedaan pendapat, dan mengakui hak audiens untuk mendapatkan informasi yang benar. Keadilan dalam komunikasi juga berarti mencegah diskriminasi, bias, atau penyebaran ujaran kebencian. Dengan demikian, kebajikan ini menjadi fondasi penting untuk menciptakan ruang komunikasi yang etis, sehat, dan inklusif.
- 3) Keberanian (*Courage*). Keberanian dalam Stoikisme bukan berarti nekat, melainkan keteguhan moral untuk tetap melakukan hal benar meskipun menghadapi tekanan, ketidakpastian, atau risiko sosial. Keberanian sejati adalah keberanian yang didasarkan pada rasio berani menyampaikan kebenaran, mengakui kesalahan, mempertahankan integritas, dan menghadapi kritik dengan lapang dada. Dalam komunikasi, keberanian tercermin melalui kemampuan seseorang untuk tetap jujur, menyuarakan nilai-nilai moral, menolak hoaks atau manipulasi, dan tetap tenang saat menghadapi konflik. Ini memperkuat posisi komunikasi yang etis dan kredibel, dimana keberanian moral berfungsi sebagai penyeimbang antara kejujuran dan kebijaksanaan.
- 4) Kesederhanaan (*Temperance*). Kesederhanaan atau *temperance* adalah kebajikan untuk menahan diri dari dorongan berlebih, mengelola emosi, dan bertindak secara proporsional. Bagi Stoik, seseorang yang mampu mengendalikan diri adalah orang yang bebas dari perbudakan nafsu, amarah, ambisi berlebihan, atau impuls sesaat. Dalam praktik komunikasi, *temperance* berhubungan dengan kemampuan menjaga tutur kata, menghindari reaksi emosional berlebihan, tidak mudah tersinggung, serta mampu mendengarkan sebelum merespons. Kebajikan ini berperan mencegah konflik akibat komunikasi agresif, ujaran impulsif, atau

penyampaian pesan tanpa pertimbangan. Dengan temperance, komunikasi menjadi lebih konstruktif, tenang, dan menghargai proses dialog.³³ Dengan menegakkan keempat kebajikan ini, seseorang tidak hanya membentuk karakter individu yang bijak dan kuat, tetapi juga membangun relasi sosial yang sehat, etis, dan harmonis. Dengan demikian, hidup dengan kebajikan dalam pandangan Stoikisme bukan sekadar ideal moral abstrak, melainkan fondasi nyata bagi interaksi manusia yang bermartabat dan bermoral.

C. Etika Komunikasi

Komunikasi bagian dari kebudayaan dalam artian bagian dari proses membangun kesadaran kepada manusia agar melahirkan karya yang produktif bagi pribadi, masyarakat dan agama. Komunikasi merupakan bagian integral dalam kehidupan manusia.³⁴ Manusia selalu berkomunikasi, baik komunikasi dengan diri sendiri maupun berkomunikasi dengan orang lain. Dari sinilah muncul berbagai jenis komunikasi seperti komunikasi intra pribadi, komunikasi antar pribadi, komunikasi kelompok, komunikasi massa. Selain jenis-jenis komunikasi, pengelompokan komunikasi dilihat dari bentuknya yaitu komunikasi organisasi, komunikasi antar budaya, komunikasi politik, komunikasi bisnis, komunikasi social, dan lain lain.³⁵

1. Pengertian Etika Komunikasi

Dalam berkomunikasi perlu adanya sebuah etika, Secara etimologis istilah etika berasal dari bahasa Yunani yang terdiri dari dua kata, yaitu *Ethos* dan *Ethikos*. *Ethos* berarti sifat, watak, kebiasaan, sedangkan *Ethikos* berarti susila, adab, kelakuan dan perbuatan yang baik.³⁶ Dalam kamus Besar Bahasa Indonesia dijelaskan bahwa etika adalah ilmu apa yang baik dan apa yang buruk tentang hak dan kewajiban moral (akhlak). Menurut O.P Simorangkir dalam buku Etika Jabatan, etika merupakan pandangan manusia dalam berperilaku menurut ukuran dan nilai yang baik. Adapun menurut Sidi Gazalba menjelaskan bahwa etika adalah teori mengenai tingkah laku manusia dipandang dari segi baik dan buruk, sejauh dapat ditentukan

³³ Felix Astner, 'The Four Cardinal Virtues of Stoicism', *Stoic Life*, 2024.

³⁴ Nawiroh Vera dan Doddy Wihardi "JAGONGAN" sebagai bentuk Komunikasi Sosial pada masyarakat solo dan manfaatnya bagi pembangunan daerah. *Jurnal Ilmiah Komunikasi Makna* Vol. 2 no. 2, 2012. 59

³⁵ Yanti, F. '(Kajian Makna Tradisi Ied (Lebaran) Pada Masyarakat Muslim Di Bandar Lampung)', 2019, 2-3.

³⁶ Hasbie Rois Abdillah, Zainal Arifin, And Ahmad Manbaul Ulum, 'Potret Etika Era Yunani', *Journal Scientific of Mandalika (JSM)*, 2 (2021). 633.

oleh akal.³⁷ Dengan demikian, etika dapat dipahami sebagai pandangan hidup dan pedoman bertindak yang memberikan arahan tentang apa yang benar dan salah dalam kehidupan manusia. Etika tidak hanya mengatur keadaan, tetapi juga menentukan bagaimana manusia seharusnya bertindak melalui sikap, opini, dan perilaku.³⁸ Sementara itu, komunikasi berasal dari bahasa latin *communis* yang berarti berbagi. Secara umum, komunikasi adalah proses penyampaian pesan antara manusia dengan tujuan mengadakan kesamaan pengertian antara komunikator (pengirim) dan komunikan (penerima). Harold D. Laswell merumuskan komunikasi sebagai “siapa mengatakan apa kepada siapa menggunakan saluran apa dan dengan dampak apa.”³⁹

Etika komunikasi merupakan kajian membahas nilai-nilai moral yang menjadi pedoman dalam proses komunikasi. Etika komunikasi tidak hanya berfokus pada isi pesan yang disampaikan, tetapi juga memperhatikan bagaimana pesan tersebut disampaikan, tujuan komunikasi, serta dampaknya terhadap orang lain.⁴⁰ Arnett dan Arneson menegaskan bahwa etika dalam komunikasi menuntut adanya tanggung jawab komunikasi yang berfokus pada hubungan antarpribadi, dengan memperhatikan kebutuhan serta dampak pesan terhadap pihak lain. Hal ini sejalan dengan gagasan bahwa komunikasi yang etis tidak hanya sekadar pertukaran informasi tetapi merupakan bentuk tindakan manusiawi yang mempertimbangkan kesejahteraan dan martabat setiap partisipan dalam proses komunikasi.⁴¹

Berdasarkan beberapa pengertian tersebut, etika komunikasi dapat dipahami sebagai seperangkat nilai dan prinsip moral yang menjadi pedoman individu dalam menyampaikan, menerima, dan merespons pesan sehingga tercipta komunikasi yang bertanggung jawab, menghargai orang lain, dan tidak merugikan pihak lain.

2. Teori Etika Komunikasi Ronald C. Arnett

Salah satu tokoh yang membahas etika komunikasi adalah Ronald C. Arnett. Menurut Arnett, etika komunikasi merupakan tanggung jawab moral yang dimiliki seseorang dalam menggunakan bahasa dan membangun hubungan dengan orang

³⁷ Arma Daily Palogan, ‘Etika Komunikasi Antara Mahasiswa Dan Dosen Di Media Sosial (Studi Analisis Wacana Pada Pesan Whatsapp)’, 2020. 12.

³⁸ M.A. Muhamad Fahrudin Yusuf, *Buku Ajar Pengantar Ilmu Komunikasi*, 1st edn (Penerbit Pustaka Ilmu, 2021).91-93

³⁹ Ahmad Sultra Rustan, *Pengantar Ilmu Komunikasi*.28

⁴⁰ Muhammad Aminulah, ‘Etika Komunikasi Dalam Al-Quran’, *Al-Bayan*, 25.1 (2019), p. 242, doi:<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.22373/albayan.v25i1.5274>.

⁴¹ Ronald C. and Arneson Arnett, ‘*Iowa Journal of Communication*’, 25.2, 3.

lain. Komunikasi yang etis tidak hanya bertujuan menyampaikan informasi, tetapi juga mencerminkan sikap hormat, tanggung jawab, dan kepedulian terhadap sesama. Oleh karena itu, setiap individu perlu mempertimbangkan konsekuensi dari ucapan maupun tindakannya dalam proses komunikasi.

Teori etika komunikasi Arnett menekankan bahwa komunikasi harus didasarkan pada nilai-nilai moral yang mampu menciptakan hubungan yang baik antarmanusia. Ronald C. Arnett memandang etika komunikasi sebagai bentuk tanggung jawab moral dalam penggunaan bahasa dan interaksi manusia. Menurutnya, komunikasi tidak hanya berfungsi sebagai sarana pertukaran informasi, tetapi juga sebagai tindakan etis yang melibatkan penghormatan terhadap martabat manusia. Oleh karena itu, setiap individu perlu mempertimbangkan nilai, konteks, serta dampak moral dari pesan yang disampaikan kepada orang lain.⁴² Dengan demikian, komunikasi yang dilakukan tidak hanya berorientasi pada kepentingan pribadi, tetapi juga memperhatikan kepentingan bersama. Berdasarkan pemikiran Arnett, komunikasi yang etis ditandai oleh adanya tanggung jawab, penghormatan terhadap orang lain, keterbukaan, dan kesadaran moral dalam setiap interaksi. Aspek-aspek tersebut memiliki keterkaitan dengan prinsip-prinsip Stoikisme yang mengajarkan pengendalian diri, kebijaksanaan, dan kemampuan mengelola respons terhadap berbagai situasi kehidupan. Dalam penelitian ini, teori etika komunikasi digunakan untuk menganalisis relevansi prinsip-prinsip Stoikisme yang direpresentasikan dalam Bab 4 buku *Filosofi Teras* karya Henry Manampiring terhadap praktik komunikasi. Teori ini membantu peneliti dalam melihat bagaimana nilai-nilai Stoikisme, seperti pengendalian emosi, kebijaksanaan dalam bertindak, dan kemampuan merespons secara rasional, dapat berkontribusi dalam membentuk komunikasi yang lebih etis.

3. Prinsip-Prinsip Etika Komunikasi.

Menurut Ronald C. Arnett, Etika komunikasi merupakan pedoman moral yang membantu individu menentukan tindakan yang tepat dalam proses komunikasi. Etika komunikasi tidak hanya berkaitan dengan apa yang dikatakan, tetapi juga bagaimana seseorang bertanggung jawab terhadap pesan yang disampaikan serta dampaknya bagi orang lain. Dalam praktiknya, etika komunikasi menekankan

⁴² Arnett, Ronald C., Leeanne M. Bell, dan Janie M. Harden Fritz. "Dialogic Learning as First Principle in Communication Ethics." *Atlantic Journal of Communication* 18, no. 3 (27 Juli 2010)

pentingnya kesadaran moral, penghormatan terhadap sesama, dan tanggung jawab dalam berinteraksi.

a. Tanggung Jawab dalam Berkomunikasi

Tanggung jawab merupakan salah satu prinsip penting dalam etika komunikasi. Setiap individu memiliki kewajiban untuk mempertimbangkan dampak dari pesan yang disampaikan kepada orang lain. Komunikasi yang etis tidak hanya berfokus pada kepentingan pribadi, tetapi juga memperhatikan konsekuensi yang dapat ditimbulkan dari suatu perkataan atau tindakan komunikasi. Oleh karena itu, komunikator dituntut untuk menyampaikan pesan secara jujur, bijaksana, dan bertanggung jawab.

b. Penghormatan terhadap Orang Lain

Etika komunikasi menuntut adanya penghormatan terhadap martabat dan nilai setiap individu. Prinsip ini mendorong seseorang untuk menghargai perbedaan pendapat, mendengarkan pandangan orang lain, serta menghindari tindakan komunikasi yang merendahkan atau menyakiti pihak lain. Sikap saling menghormati menjadi dasar terciptanya hubungan komunikasi yang harmonis dan bermakna.

c. Respons Rasional dalam Komunikasi

Komunikasi yang etis memerlukan kemampuan untuk merespons suatu pesan secara rasional dan tidak semata-mata didasarkan pada dorongan emosi. Individu diharapkan mampu mempertimbangkan informasi secara objektif sebelum memberikan tanggapan. Respons yang rasional membantu menciptakan komunikasi yang lebih konstruktif serta mengurangi potensi konflik yang muncul akibat kesalahpahaman atau reaksi yang berlebihan.

d. Pengendalian Emosi dalam Komunikasi

Pengendalian emosi merupakan kemampuan individu untuk mengelola perasaan dan reaksi emosional ketika berinteraksi dengan orang lain. Kemampuan ini penting agar komunikasi berlangsung secara bijaksana dan tidak menimbulkan konflik.

4. Pengendalian Emosi dalam Etika Komunikasi

Dalam konteks etika komunikasi, pengendalian emosi menjadi aspek penting karena emosi yang tidak terkendali dapat memengaruhi cara seseorang menyampaikan pesan, menerima informasi, maupun memberikan respons

terhadap suatu peristiwa.⁴³ Oleh karena itu, kemampuan mengelola emosi diperlukan agar komunikasi dapat berlangsung secara efektif, santun, dan bertanggung jawab. Menurut Goleman, pengendalian emosi merupakan bagian dari kecerdasan emosional yang mencakup kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri secara tepat. Individu yang mampu mengendalikan emosinya cenderung lebih mampu berpikir jernih, mengambil keputusan secara rasional, serta menjalin hubungan sosial yang lebih baik dibandingkan individu yang mudah terbawa emosi.⁴⁴ Kemampuan tersebut sangat diperlukan dalam proses komunikasi karena membantu seseorang menghindari tindakan yang bersifat impulsif dan merugikan pihak lain.

Dengan demikian, pengendalian emosi tidak hanya berfungsi menjaga stabilitas diri, tetapi juga menciptakan komunikasi yang lebih bijaksana, menghargai orang lain, dan meminimalkan terjadinya konflik. Pengendalian emosi memiliki keterkaitan yang erat dengan filsafat Stoikisme. Stoikisme mengajarkan bahwa manusia tidak dapat mengendalikan seluruh peristiwa yang terjadi dalam kehidupannya, tetapi dapat mengendalikan cara berpikir, sikap, dan respons terhadap peristiwa tersebut. Melalui kemampuan mengendalikan respons inilah seseorang dapat bersikap lebih tenang, tidak reaktif, dan tetap bertindak berdasarkan pertimbangan rasional. Nilai-nilai tersebut selaras dengan prinsip etika komunikasi yang menekankan pentingnya kemampuan mengelola emosi dalam proses interaksi sosial. Dalam penelitian ini, pengendalian emosi digunakan sebagai fokus utama etika komunikasi karena memiliki keterkaitan yang kuat dengan prinsip-prinsip Stoikisme yang direpresentasikan dalam Bab 4 buku *Filosofi Teras* karya Henry Manampiring. Konsep dikotomi kendali yang menjadi pembahasan utama dalam bab tersebut mengajarkan individu untuk memusatkan perhatian pada hal-hal yang berada dalam kendalinya, termasuk pikiran, sikap, dan respons emosional. Oleh karena itu, pengendalian emosi dipandang sebagai prinsip etika komunikasi yang paling relevan untuk menjelaskan kontribusi nilai-nilai Stoikisme terhadap pembentukan komunikasi yang lebih tenang, bijaksana, dan tidak reaktif.

⁴³ Hernowo, *Mengelola Emosi dalam Organisasi* (Yogyakarta: Penerbit Andi, 2003), 205.

⁴⁴ Ary Ginanjar Agustian, *Esensi EQS: Memacu Diri Menuju Sukses dengan Kecerdasan Emosi dan Spiritual** (Jakarta: Arga, 2007), 226.