

REPRESENTASI MAKNA SEMANTIK NILAI STOIKISME DALAM BUKU *FILOSOFI TERAS* KARYA HENRY MANAMPIRING

Putu Kania Arliani Tara

Universitas Udayana

Kaniaarlina@gmail.com

Made Sri Satyawati

Universitas Udayana

I Gusti Ngurah Mayun Susandhika

Universitas Udayana

Abstract

This study aims to identify and explain the representation of Stoic values in Henry Manampiring's book "Filosofi Teras" through a semantic perspective. The issues examined include how Stoic values are represented in the text, the types of meaning used to represent these values, and the relationship between meaning and conceptual metaphors in shaping the reader's understanding. This study employs a qualitative descriptive method with a semantic approach. The research data consist of words, phrases, sentences, and paragraphs in the book "Filosofi Teras" that contain Stoic values. Data collection was conducted using purposive sampling, while data analysis utilized the referential correspondence method. The results show that there are five core Stoic values represented in the book: the dichotomy of control, control of emotions and thoughts, rational perception, inner calm, and virtue and self-improvement. These values are represented through the use of lexical, denotative, and connotative meanings, as well as semantic relations. Furthermore, the use of conceptual metaphors and analogies plays a crucial role in simplifying philosophical concepts, making them easier for modern readers to understand.

Keywords: Semantics, Stoicism, Representation of Meaning, Philosophy of the Heart, Conceptual Metaphor.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menjelaskan representasi nilai-nilai Stoikisme dalam buku "*Filosofi Teras*" karya Henry Manampiring melalui perspektif semantik. Permasalahan yang dikaji meliputi bagaimana nilai-nilai Stoikisme direpresentasikan dalam teks, jenis-jenis makna yang digunakan dalam merepresentasikan nilai tersebut, serta hubungan antara makna dan metafora konseptual dalam membangun pemahaman pembaca. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan semantik. Data penelitian berupa kata, frasa, kalimat, dan paragraf dalam buku *Filosofi Teras* yang mengandung nilai-nilai Stoikisme. Pengumpulan data dilakukan melalui teknik purposive sampling, sedangkan analisis data menggunakan metode padan referensial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat lima nilai utama Stoikisme yang direpresentasikan dalam buku, yaitu dikotomi kendali, pengendalian emosi dan pikiran, persepsi rasional, ketenangan diri, serta kebajikan dan pengembangan diri. Representasi nilai-nilai tersebut dibangun melalui penggunaan makna leksikal, denotatif, konotatif, dan relasi makna. Selain itu, penggunaan metafora konseptual dan analogi berperan penting dalam menyederhanakan konsep-konsep filosofis sehingga lebih mudah dipahami oleh pembaca modern.

Kata Kunci : Semantik, Representasi Makna, Stoikisme, *Filosofi Teras*, Metafora Konseptual.

PENDAHULUAN

Bahasa merupakan sarana utama manusia dalam menyampaikan gagasan, pengetahuan, serta berbagai nilai yang berkembang dalam kehidupan bermasyarakat. Melalui bahasa, manusia dapat mengungkapkan perasaan, membangun pemikiran, dan mentransmisikan pengalaman dari satu generasi ke generasi berikutnya. Dalam kajian linguistik, bahasa tidak hanya dipandang sebagai alat komunikasi, tetapi juga sebagai sistem simbol yang mengandung makna. Makna menjadi aspek penting dalam proses komunikasi karena tanpa adanya pemahaman terhadap makna, pesan yang disampaikan tidak dapat diterima secara utuh oleh penerima pesan. Oleh karena itu, kajian mengenai makna dalam bahasa menjadi salah satu bidang yang penting dalam ilmu linguistik, khususnya dalam kajian semantik (Leech, 1981).

Semantik merupakan cabang ilmu linguistik yang mempelajari makna dalam bahasa. Menurut Leech (1981), semantik tidak hanya membahas makna literal suatu kata, tetapi juga mencakup berbagai aspek lain seperti makna konotatif, makna afektif, makna sosial, dan makna reflektif. Kajian semantik memberikan pemahaman bahwa bahasa tidak hanya sekadar kumpulan kata dan kalimat, tetapi juga merupakan sarana untuk membangun dan merepresentasikan konsep-konsep tertentu. Dengan demikian, melalui kajian semantik, seseorang dapat memahami bagaimana suatu ide, gagasan, atau nilai direpresentasikan melalui penggunaan bahasa. Salah satu konsep yang saat ini banyak dibicarakan dan berkembang di tengah masyarakat adalah filsafat Stoikisme (*Stoicism*). Stoikisme merupakan aliran filsafat yang berkembang di Yunani dan Romawi Kuno yang menekankan pentingnya pengendalian diri, rasionalitas, kebajikan, serta kemampuan menerima hal-hal yang berada di luar kendali manusia. Para filsuf Stoik berpendapat bahwa kebahagiaan tidak ditentukan oleh kondisi eksternal, melainkan oleh kemampuan individu dalam mengendalikan respons terhadap berbagai peristiwa yang terjadi dalam kehidupannya (Pigliucci, 2017). Oleh karena itu, ajaran Stoikisme mengajarkan manusia untuk lebih fokus pada hal-hal yang dapat dikendalikan dan menerima dengan lapang dada segala sesuatu yang berada di luar kendali dirinya.

Pada era modern, filsafat Stoikisme kembali mendapatkan perhatian yang besar dari masyarakat, terutama di kalangan generasi muda. Kondisi kehidupan yang semakin kompleks, perkembangan teknologi yang pesat, serta tuntutan sosial yang semakin tinggi menyebabkan banyak individu mengalami tekanan psikologis, seperti stres, kecemasan, *overthinking*, dan ketidakstabilan emosional. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa generasi muda saat ini rentan mengalami gangguan kesehatan mental akibat tingginya ekspektasi sosial dan ketidakpastian masa depan. Dalam kondisi tersebut, Stoikisme dipandang sebagai salah satu pendekatan filosofis yang mampu membantu individu mengelola emosi, membangun ketahanan mental, dan menghadapi berbagai tantangan kehidupan secara lebih rasional (Zabryna & Farihah, 2024).

Meningkatnya minat masyarakat terhadap Stoikisme juga terlihat dari banyaknya buku, artikel, dan konten digital yang membahas ajaran filsafat tersebut. Di Indonesia, salah satu karya yang berperan penting dalam memperkenalkan Stoikisme kepada masyarakat luas adalah buku *Filosofi Teras: Filsafat Yunani-Romawi Kuno untuk Mental Tangguh Masa Kini* karya Henry Manampiring yang diterbitkan pada tahun 2019. Buku ini berhasil menarik perhatian masyarakat karena menyajikan konsep-konsep Stoikisme dengan bahasa yang sederhana, komunikatif, dan mudah dipahami. Konsep-konsep filsafat yang pada dasarnya bersifat

abstrak dijelaskan melalui berbagai analogi, metafora, dan contoh peristiwa yang dekat dengan kehidupan sehari-hari sehingga lebih mudah diterima oleh pembaca (Manampiring, 2019). Keberhasilan buku *Filosofi Teras* menunjukkan bahwa bahasa memiliki peranan yang sangat penting dalam proses penyampaian dan pembentukan makna suatu konsep filosofis. Pemilihan kata, penggunaan metafora, serta penyajian contoh-contoh konkret menjadi faktor yang memengaruhi pemahaman pembaca terhadap nilai-nilai Stoikisme yang disampaikan oleh penulis. Dengan kata lain, pemahaman pembaca terhadap ajaran Stoikisme tidak hanya ditentukan oleh isi pesan yang disampaikan, tetapi juga oleh bagaimana bahasa digunakan untuk merepresentasikan pesan tersebut.

Namun, penyederhanaan konsep-konsep filsafat ke dalam bahasa populer juga menimbulkan persoalan yang menarik untuk dikaji. Konsep-konsep Stoikisme yang pada awalnya berkembang dalam konteks filsafat Yunani-Romawi Kuno mengalami proses reinterpretasi dan rekonstruksi makna ketika disampaikan kepada masyarakat modern. Penggunaan istilah tertentu, pilihan diksi, serta metafora yang digunakan oleh penulis dapat membentuk pemahaman baru terhadap konsep-konsep tersebut. Oleh karena itu, diperlukan suatu kajian yang mampu menjelaskan bagaimana nilai-nilai Stoikisme direpresentasikan melalui bahasa dan bagaimana bahasa tersebut memengaruhi pemaknaan pembaca. Permasalahan tersebut menjadikan kajian semantik sebagai pendekatan yang relevan untuk digunakan dalam penelitian ini. Menurut Leech (1981), makna dalam bahasa tidak hanya bersifat denotatif atau makna literal, tetapi juga mencakup makna konotatif yang berkaitan dengan nilai rasa, asosiasi emosional, dan pengalaman budaya yang melekat pada suatu kata. Dalam buku *Filosofi Teras*, berbagai konsep Stoikisme seperti kebajikan, kebahagiaan, ketenangan, penderitaan, dan pengendalian diri direpresentasikan melalui berbagai bentuk makna yang menarik untuk dianalisis secara semantik.

Selain teori semantik yang dikemukakan oleh Leech (1981), penelitian ini juga didukung oleh teori metafora konseptual yang dikemukakan oleh Lakoff dan Johnson (1980). Menurut Lakoff dan Johnson (1980), manusia memahami konsep-konsep abstrak melalui konsep-konsep konkret yang berasal dari pengalaman sehari-hari. Metafora tidak hanya dipandang sebagai gaya bahasa, tetapi juga sebagai alat berpikir yang membantu manusia memahami sesuatu yang abstrak menjadi lebih konkret. Dalam buku *Filosofi Teras*, konsep-konsep Stoikisme sering kali dijelaskan melalui berbagai analogi dan metafora, misalnya kehidupan diibaratkan sebagai perjalanan, pikiran sebagai benteng pertahanan, atau emosi sebagai sesuatu yang perlu dikendalikan. Penggunaan metafora tersebut menunjukkan adanya proses konstruksi makna yang menarik untuk diteliti dari perspektif semantik.

Penelitian mengenai makna dalam karya sastra maupun buku pengembangan diri sebenarnya telah banyak dilakukan. Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa bahasa memiliki peran penting dalam membentuk pemahaman pembaca terhadap suatu konsep atau nilai tertentu. Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji representasi nilai-nilai Stoikisme dalam buku *Filosofi Teras* melalui pendekatan semantik masih tergolong terbatas. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih berfokus pada aspek filsafat Stoikisme secara umum atau pada relevansi Stoikisme terhadap kehidupan masyarakat modern, tanpa menganalisis bagaimana nilai-nilai tersebut direpresentasikan melalui penggunaan bahasa.

Keterbatasan penelitian terdahulu menunjukkan adanya kesenjangan penelitian (*research gap*) yang perlu diisi. Hingga saat ini belum banyak penelitian yang mengkaji secara mendalam mengenai jenis-jenis makna, relasi makna, dan metafora konseptual yang digunakan dalam merepresentasikan nilai-nilai Stoikisme pada buku *Filosofi Teras*. Padahal, buku tersebut merupakan salah satu karya populer yang memiliki pengaruh besar dalam memperkenalkan dan membentuk pemahaman masyarakat Indonesia mengenai filsafat Stoikisme. Penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan karena secara teoretis dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian linguistik, khususnya dalam bidang semantik. Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya penerapan teori semantik Geoffrey Leech dan teori metafora konseptual Lakoff dan Johnson dalam menganalisis teks nonfiksi yang mengandung nilai-nilai filosofis. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji hubungan antara bahasa, makna, dan penyampaian nilai-nilai filosofis dalam karya populer.

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat membantu pembaca memahami bahwa bahasa memiliki peran penting dalam membentuk cara pandang seseorang terhadap suatu konsep. Dengan memahami bagaimana nilai-nilai Stoikisme direpresentasikan dalam buku *Filosofi Teras*, pembaca diharapkan dapat lebih kritis dalam memahami berbagai teks pengembangan diri dan filsafat populer yang berkembang di masyarakat. Selain itu, hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi penulis dan pendidik dalam menyampaikan konsep-konsep abstrak melalui bahasa yang lebih mudah dipahami oleh masyarakat. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian mengenai Representasi Makna Semantik Nilai Stoikisme dalam Buku *Filosofi Teras* Karya Henry Manampiring menjadi penting untuk dilakukan. Penelitian ini tidak hanya bertujuan untuk mengidentifikasi nilai-nilai Stoikisme yang terdapat dalam buku tersebut, tetapi juga untuk menganalisis bagaimana nilai-nilai tersebut direpresentasikan melalui penggunaan bahasa berdasarkan kajian semantik. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai hubungan antara bahasa, makna, dan penyampaian nilai-nilai filosofis dalam karya populer di Indonesia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif karena bertujuan untuk menggambarkan secara mendalam representasi makna nilai-nilai Stoikisme dalam buku *Filosofi Teras* karya Henry Manampiring melalui kajian semantik. Pendekatan ini dipilih karena penelitian tidak berfokus pada pengujian hipotesis atau perhitungan statistik, melainkan pada penafsiran makna, pola kebahasaan, dan cara nilai-nilai filosofis disampaikan melalui bahasa. Dengan pendekatan deskriptif kualitatif, peneliti dapat menjelaskan bagaimana konsep Stoikisme seperti dikotomi kendali, pengendalian emosi, persepsi rasional, ketenangan diri, dan kebajikan direpresentasikan dalam teks secara rinci dan sistematis. Jenis penelitian ini juga sesuai karena objek yang dikaji berupa kutipan-kutipan bahasa yang mengandung muatan makna tertentu, sehingga analisis lebih menekankan pada pemahaman konteks dan hubungan makna daripada pengukuran numerik.

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan data berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Data yang diambil bukan seluruh isi buku, melainkan kutipan berupa kata, frasa, kalimat, atau

paragraf yang secara eksplisit maupun implisit mencerminkan nilai-nilai Stoikisme. Pemilihan data didasarkan pada tiga kriteria utama, yaitu kriteria tematik, kriteria kebahasaan, dan kriteria strategi kognitif. Kriteria tematik menuntut data yang berkaitan langsung dengan nilai Stoikisme; kriteria kebahasaan menekankan adanya unsur semantik seperti makna denotatif, konotatif, dan kontekstual; sedangkan kriteria strategi kognitif mencakup penggunaan metafora dan analogi yang membantu menjelaskan konsep filosofis yang abstrak. Dengan cara ini, data yang dipilih benar-benar representatif untuk menjawab rumusan masalah penelitian.

Sumber data penelitian ini adalah data primer, yakni buku *Filosofi Teras* karya Henry Manampiring yang menjadi objek utama kajian. Buku tersebut dipilih karena memuat penjelasan tentang Stoikisme dengan bahasa populer, komunikatif, dan mudah dipahami, sehingga sangat sesuai untuk dianalisis dari sudut pandang semantik. Selain itu, penelitian juga menggunakan sumber data sekunder berupa teori dan referensi yang mendukung analisis, terutama teori semantik Geoffrey Leech dan teori metafora konseptual Lakoff dan Johnson. Sumber-sumber tersebut digunakan untuk memperkuat dasar konseptual dalam menafsirkan makna yang muncul dari kutipan-kutipan yang dianalisis. Dengan demikian, data primer memberikan bahan utama analisis, sedangkan data sekunder membantu peneliti dalam menginterpretasikan temuan secara lebih akademik.

Tipe data dalam penelitian ini adalah data kualitatif non-numerik yang berupa satuan-satuan kebahasaan, seperti kata, frasa, kalimat, dan wacana. Data ini dianalisis bukan dalam bentuk angka, melainkan melalui penjelasan makna dan hubungan antarunsur bahasa. Setiap satuan bahasa yang dipilih diperlakukan sebagai data yang mengandung informasi semantik dan filosofis. Data tersebut kemudian diklasifikasikan berdasarkan nilai Stoikisme yang muncul di dalamnya, lalu dianalisis berdasarkan jenis makna yang digunakan, seperti makna denotatif, konotatif, dan konseptual. Karena fokus penelitian terletak pada pemaknaan, maka tipe data kualitatif ini dianggap paling tepat untuk menggambarkan fenomena bahasa secara mendalam.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan metode padan referensial karena alat penentu analisis berada di luar bahasa, yaitu prinsip-prinsip Stoikisme sebagai referen utama. Dalam tahap awal, data diidentifikasi dan diklasifikasikan berdasarkan satuan bahasa yang mencerminkan nilai Stoikisme. Setelah itu, data dianalisis menggunakan teori semantik Geoffrey Leech untuk menemukan makna denotatif dan konotatif yang terkandung dalam kutipan. Selanjutnya, peneliti menelaah hubungan makna serta strategi pemaknaan yang digunakan, termasuk metafora konseptual, untuk mengetahui bagaimana konsep abstrak Stoikisme dipetakan ke dalam bentuk bahasa yang lebih konkret. Tahap akhir dari analisis dilakukan dengan menarik simpulan secara induktif, yakni menyusun hasil temuan dari data-data khusus menjadi gambaran umum mengenai representasi nilai Stoikisme dalam buku tersebut. Hasil analisis kemudian disajikan secara informal, yaitu dalam bentuk uraian naratif yang memudahkan pembaca memahami temuan penelitian secara jelas, runtut, dan mendalam.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Representasi Nilai Stoikisme dalam Buku *Filosofi Teras*

Hasil analisis menunjukkan bahwa buku *Filosofi Teras* karya Henry Manampiring merepresentasikan nilai-nilai Stoikisme melalui bahasa yang sederhana, dekat dengan pengalaman sehari-hari, dan mudah dipahami pembaca modern. Dari data yang dianalisis, tampak bahwa Stoikisme tidak disampaikan sebagai filsafat yang berat atau abstrak, melainkan dikemas ulang menjadi gagasan praktis yang langsung berhubungan dengan kehidupan, terutama terkait cara berpikir, mengelola emosi, dan menentukan sikap terhadap peristiwa hidup. Secara umum, ditemukan lima nilai utama Stoikisme yang dominan, yaitu dikotomi kendali, pengendalian emosi dan pikiran, persepsi rasional, ketenangan diri, serta kebajikan dan pengembangan diri.

Representasi nilai-nilai tersebut memperlihatkan bahwa penulis berupaya menjembatani filsafat klasik dengan kebutuhan pembaca masa kini. Bahasa yang dipilih cenderung komunikatif, reflektif, dan persuasif, sehingga pembaca tidak hanya memahami isi pesan, tetapi juga terdorong untuk merefleksikan pengalaman pribadinya sendiri. Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa aspek bahasa memiliki peran penting dalam mentransformasikan Stoikisme dari konsep filosofis menjadi pengetahuan praktis yang aplikatif.

1.1 Dikotomi Kendali

Nilai dikotomi kendali muncul sebagai temuan yang paling mendasar dalam buku ini. Konsep ini menegaskan bahwa ada hal-hal yang berada dalam kendali manusia dan ada pula yang berada di luar kendalinya. Kutipan “Bahwa ada hal-hal di dalam hidup yang bisa kita kendalikan, dan ada yang tidak” secara langsung memperlihatkan pembagian tersebut. Secara semantik, kata *kendalikan* memuat makna kemampuan untuk mengatur atau memengaruhi suatu keadaan, sehingga pembaca diarahkan untuk menyadari batas kuasa diri terhadap peristiwa eksternal.

Makna yang dibangun dalam kutipan ini bukan sekadar penjelasan konseptual, tetapi juga menjadi dasar etis. Penulis menekankan bahwa ketenangan dan kebahagiaan akan lebih mudah dicapai ketika seseorang memusatkan perhatian pada hal yang benar-benar dapat ia atur. Ini terlihat pula pada kutipan “Kebahagiaan sejati hanya bisa datang dari dalam” yang menempatkan sumber kebahagiaan pada faktor internal, bukan eksternal. Frasa *datang dari dalam* memberi makna bahwa kebahagiaan dibentuk oleh pola pikir, sikap, dan respons individu, bukan oleh keadaan luar yang berubah-ubah.

Kutipan lain seperti “Hal-hal yang ada di bawah kendali kita bersifat merdeka, tidak terikat, tidak terhambat tetapi hal-hal yang tidak di bawah kendali kita bersifat lemah, bagai budak, terikat, dan milik orang lain” memperkuat oposisi makna melalui antonimi. Pasangan kata *merdeka* versus *budak* serta *tidak terikat* versus *terikat* berfungsi menegaskan bahwa kebebasan sejati menurut Stoikisme bukan kebebasan fisik, melainkan kebebasan batin yang lahir dari kemampuan menguasai diri. Dengan demikian, hasil analisis menunjukkan bahwa dikotomi kendali direpresentasikan melalui diksi yang kontras, sederhana, tetapi sangat efektif dalam membangun pemahaman pembaca.

1.2 Pengendalian Emosi dan Pikiran

Nilai berikutnya yang menonjol ialah pengendalian emosi dan pikiran. Dalam Stoikisme, emosi negatif dipahami bukan sebagai akibat langsung dari peristiwa, melainkan sebagai hasil penilaian subjektif terhadap peristiwa tersebut. Kutipan “Emosi negatif adalah opini yang mengatakan bahwa sesuatu itu buruk...” menunjukkan bahwa emosi lahir dari proses interpretasi pikiran, bukan dari kejadian itu sendiri. Kata *opini* di sini penting karena menandakan adanya unsur penilaian, sehingga emosi ditempatkan dalam ranah kognitif yang bisa dikendalikan.

Pembahasan ini menjadi semakin kuat dalam kutipan “Apa yang biasa disebut perasaan liar bisa dipahami dan dipilah untuk akhirnya dilatih supaya menjadi emosi yang baik”. Frasa *perasaan liar* memiliki konotasi emosi yang tidak terarah, sulit dikendalikan, dan cenderung menguasai individu. Sementara itu, kata *dilatih* menunjukkan bahwa emosi bukan sesuatu yang tetap, melainkan dapat diarahkan melalui proses pembiasaan dan kesadaran diri. Dengan cara ini, penulis membangun pesan bahwa manusia tidak perlu menjadi korban emosi, melainkan dapat melatih dirinya untuk merespons secara rasional.

Kutipan lain, “Kunci kebahagiaan bagi Stoa adalah manakala kita terhindarkan dari nafsu-nafsu tidak jelas, kecanduan, angkara murka, kehilangan kendali, dendam kesumat, kecemasan yang obsesif, rasa kesal berlebih-lebihan,” menyajikan daftar emosi negatif dengan konotasi kuat. Deretan kata seperti *angkara murka*, *dendam kesumat*, dan *kecemasan yang obsesif* membentuk citra psikologis yang tidak sehat dan menjadi antitesis dari ketenangan Stoik. Dalam pembacaan semantik, penggunaan rangkaian kata itu berfungsi sebagai penegasan bahwa kebahagiaan diperoleh bukan dengan mengikuti dorongan emosional, melainkan dengan membatasi dan menata emosi secara rasional.

1.3 Persepsi Rasional

Nilai persepsi rasional tampak dalam cara buku ini menekankan pentingnya cara pandang yang benar terhadap peristiwa hidup. Dalam Stoikisme, penderitaan emosional sering kali tidak berasal dari kejadian itu sendiri, melainkan dari penilaian yang keliru terhadap kejadian tersebut. Karena itu, rasionalitas menjadi alat utama untuk membaca realitas secara lebih jernih. Kutipan “Cara pandang kita yang keliru atas kejadian dalam hidup menyebabkan kita stres, gelisah, depresi atau marah-marah tanpa alasan yang jelas” menegaskan bahwa sumber gangguan mental terdapat pada cara berpikir yang salah.

Secara semantik, ungkapan *cara pandang yang keliru* mengandung muatan evaluatif yang mengarahkan pembaca untuk mengoreksi pola pikirnya. Penulis tidak hanya menyatakan bahwa manusia bisa salah menafsirkan peristiwa, tetapi juga menunjukkan konsekuensi nyata dari kekeliruan itu, yaitu stres, gelisah, depresi, dan kemarahan. Dengan demikian, rasionalitas dalam teks ini bukan hanya kemampuan berpikir logis, tetapi juga kemampuan menguji kembali asumsi pribadi sebelum bereaksi terhadap situasi. Hasil ini memperlihatkan bahwa buku *Filosofi Teras* memosisikan rasionalitas sebagai dasar dari keseimbangan hidup. Pembaca diarahkan untuk memahami bahwa respons emosional yang sehat harus dibangun dari pemikiran yang jernih, bukan dari reaksi spontan. Dalam konteks ini, bahasa yang dipakai

penulis menjadi alat pedagogis yang efektif karena menghubungkan konsep abstrak tentang rasionalitas dengan pengalaman konkret pembaca sehari-hari.

1.4 Ketenangan Diri

Nilai ketenangan diri muncul sebagai tujuan akhir dari penerapan Stoikisme. Ketenangan ini tidak dimaknai sebagai pasif, melainkan sebagai kondisi batin yang stabil ketika seseorang berhasil mengelola dorongan emosinya dan membedakan hal yang bisa dikendalikan dengan yang tidak. Dalam teks, ketenangan sering disandingkan dengan kebahagiaan sejati dan pelepasan diri dari tekanan emosional yang tidak perlu.

Berdasarkan kutipan yang dianalisis, ketenangan diri dibangun melalui pemahaman bahwa hidup tidak selalu bisa dikontrol sepenuhnya, tetapi respons terhadap hidup tetap dapat diatur. Karena itu, ketenangan bukan hasil dari dunia luar yang ideal, melainkan hasil dari kemampuan individu mengelola pikiran dan emosi secara bijaksana. Bahasa yang digunakan dalam buku ini cenderung menenangkan dan menegaskan, sehingga pembaca tidak merasa digurui, melainkan diajak memahami proses internal menuju stabilitas batin. Dalam pembahasan ini, terlihat bahwa ketenangan diri memiliki hubungan erat dengan dikotomi kendali dan pengendalian emosi. Ketiganya saling menopang dalam membangun gambaran Stoikisme sebagai cara hidup yang menuntun individu agar tidak mudah goyah oleh keadaan eksternal. Dengan begitu, representasi ketenangan diri dalam teks menjadi hasil akhir dari kerja makna yang tersusun secara sistematis.

1.5 Kebajikan dan Diri

Nilai kebajikan dan pengembangan diri dalam buku ini tampak dari penekanan bahwa ukuran baik dan buruk tidak ditentukan oleh peristiwa luar, melainkan oleh cara manusia meresponsnya. Kutipan “Sesuatu hal hanya bisa menjadi benar-benar baik atau buruk jika hal tersebut berada di bawah kendali kita” memperlihatkan bahwa penilaian moral harus bertolak dari tindakan yang sadar dan bertanggung jawab. Pasangan antonim *baik* dan *buruk* di sini tidak sekadar menunjukkan lawan makna, tetapi juga membangun kerangka etika Stoik yang mengutamakan kebajikan sebagai pusat hidup.

Secara pembahasan semantis, kebajikan direpresentasikan sebagai kemampuan untuk menggunakan akal, menjaga sikap, dan tidak menyerahkan penilaian pada keadaan luar. Dengan kata lain, kebajikan adalah kualitas diri yang harus terus dipraktikkan, bukan hanya dipahami secara teoritis. Penulis mengemas gagasan ini dengan bahasa yang mudah dicerna sehingga pembaca dapat melihat bahwa pengembangan diri menurut Stoikisme bukanlah pencapaian popularitas atau kesuksesan eksternal, melainkan pembentukan karakter yang berintegritas.

2. Jenis Makna yang Dominan

Hasil analisis juga menunjukkan bahwa jenis makna yang dominan dalam buku ini adalah makna denotatif, konotatif, dan relasi makna, terutama antonimi. Makna denotatif tampak pada istilah seperti *kendali*, *baik*, *buruk*, dan *kebahagiaan* yang digunakan dalam arti dasar dan mudah dikenali pembaca. Sementara itu, makna konotatif muncul pada frasa seperti *perasaan liar*, *angkara murka*, dan *budak*, yang menghadirkan nuansa emosional dan

memperkuat pesan Stoik. Relasi makna, khususnya antonimi, berperan besar dalam memperjelas oposisi konsep seperti *merdeka–budak*, *terikat–tidak terikat*, serta *baik–buruk*. Pola oposisi ini penting karena membantu pembaca memahami perbedaan antara respons Stoik dan respons emosional yang tidak terkendali. Dengan kata lain, makna dalam buku ini tidak hanya menjelaskan isi, tetapi juga mengarahkan pembaca untuk memilih cara pandang tertentu.

3. Metafora dan Pemahaman

Walau kutipan yang tampak dalam cuplikan data lebih banyak menonjolkan penjelasan langsung, kerangka analisis dalam skripsi ini juga menempatkan metafora konseptual sebagai alat untuk menyederhanakan konsep filosofis. Berdasarkan isi metodologi, pemetaan metafora digunakan untuk menjembatani konsep abstrak dengan pengalaman konkret pembaca. Hal ini sejalan dengan cara buku *Filosofi Teras* membahas Stoikisme melalui contoh hidup sehari-hari, bukan dengan istilah filsafat yang berat. Secara keseluruhan, relasi antara makna, pilihan kata, dan penyederhanaan konsep menunjukkan bahwa buku ini berhasil membentuk pemahaman pembaca melalui bahasa yang tidak hanya informatif tetapi juga instruktif. Bahasa dipakai sebagai sarana untuk membangun kesadaran, bukan sekadar menyampaikan definisi. Itulah sebabnya buku ini efektif sebagai teks filsafat populer: ia mengubah gagasan Stoikisme menjadi sesuatu yang terasa dekat, relevan, dan dapat diterapkan dalam kehidupan nyata.

Penutup Substansi

Berdasarkan hasil dan pembahasan tersebut, dapat ditegaskan bahwa buku *Filosofi Teras* merepresentasikan Stoikisme melalui bahasa yang ringkas, komunikatif, dan penuh oposisi makna yang jelas. Nilai yang paling menonjol ialah dikotomi kendali, pengendalian emosi dan pikiran, persepsi rasional, ketenangan diri, serta kebajikan dan pengembangan diri. Seluruh nilai itu dibangun melalui pilihan kata denotatif, konotatif, dan relasi makna yang membantu pembaca memahami filsafat Stoik secara lebih praktis. Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa makna bukan hanya isi pesan, tetapi juga cara pesan itu disusun agar menjadi mudah dipahami dan bermakna bagi pembaca masa kini.

KESIMPULAN

Filsafat Stoikisme kembali memperoleh perhatian di era modern karena relevansinya dalam membantu individu menghadapi berbagai tekanan dan permasalahan psikologis. Di Indonesia, nilai-nilai Stoikisme diperkenalkan secara luas melalui buku *Filosofi Teras* karya Henry Manampiring yang menyajikan konsep-konsep filosofis dengan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami. Penggunaan bahasa, pilihan kata, dan metafora dalam buku tersebut menunjukkan bahwa makna suatu konsep filosofis dibangun dan direpresentasikan melalui proses kebahasaan. Oleh karena itu, kajian semantik menjadi penting untuk menganalisis bagaimana nilai-nilai Stoikisme direpresentasikan dalam buku *Filosofi Teras*, sehingga penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan antara bahasa, makna, dan penyampaian nilai-nilai filosofis dalam teks populer.

DAFTAR PUSTAKA

- Andini, R. (2022). *Semantic analysis of the anthology of Voice Poetry From Behind Mist by Wiyatmi*. Universitas Jambi.
- Bertens, K. (2018). *Sejarah Filsafat Yunani*. Yogyakarta: Kanisius.
- Leech, G. (1981). *Semantics: The Study of Meaning* (2nd ed.). Penguin Books.
- Maharani, F. (2024). *Analisis semantik gaya bahasa perbandingan dalam kumpulan puisi Hujan Bulan Juni karya Sapardi Djoko Damono*. Universitas Hasanuddin.
- Manampiring, H. (2019). *Filosofi Teras: Filsafat Yunani-Romawi Kuno untuk Mental Tangguh Masa Kini*. Jakarta: Kompas Media Nusantara.
- Pratiwi, N. (2023). Analisis jenis relasi makna pada lirik lagu karya Rony Parulian. *Jurnal Bahasa Dan Sastra*, 8(2), 112–120.
- Rusdiana, S. K. (2023). *Pengaruh Konten Stoikisme di Media YouTube terhadap Pemahaman Kalangan Generasi Z (Studi Korelasi di Kalangan Penonton YouTube Ferry Irwandi pada Video "Memahami Filsafat Stoikisme")* (Universitas Pembangunan Jaya). Universitas Pembangunan Jaya, Tangerang Selatan. Retrieved from <https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/7948>
- Sari, D. (2022). Analisis komponen sebagai metode analisis makna leksikal dalam studi semantik. *Jurnal Studi Ilmu Bahasa*, 5(1), 45–57.
- Sudaryanto. (2023). *Metode dan Aneka Teknik Analisis Bahasa (Pengantar. Penelitian Wahana Kebudayaan Secara Linguistik)*. Yogyakarta: Duta Wacana University Press.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sutanto, R. (2020). Representasi Semantik dalam Teks Filsafat Populer di Indonesia. *Jurnal Linguistik Dan Sastra*, 19(2), 112–125.
- Wulandari, T., & Kurniawan, A. (2024). Penyampaian Nilai Filsafat dalam Buku Pengembangan Diri: Tinjauan Semantik. *Jurnal Ilmu Bahasa Dan Budaya*, 22(1), 77–90.
- Yuliana, M. (2022). Representasi semantik dalam teks filsafat populer di Indonesia. *Jurnal Linguistik Dan Sastra*, 19(2), 112–125.
- Zabryna, F. A. E., & Farihah, I. (2024). The Relevance of Stoicism Philosophy to the Social and Religious Life of Generation Z. *Kanẖ Philosophia: A Journal for Islamic Philosophy and Mysticism*, 10(1), 79–94. <https://doi.org/10.20871/kpjiipm.v10i1.320>