

# *Menjadi Pribadi Kuat*

*Di Tengah Krisis Identitas Masyarakat Digital*

Chaerudin A.Ewa

# *Menjadi Pribadi Kuat*

*Di Tengah Krisis Identitas Masyarakat Digital*



# Menjadi Pribadi Kuat

*Di Tengah Krisis Identitas Masyarakat Digital*

**Penulis:**

Chaerudin A. Ewa

**Desain/Tata Letak :**

Tim Kreatif Magama

**Foto Sampul & Isi:**

**Penerbit:**

Magama

(Anggota Ikapi)

**Redaksi :**

Jl. Hangtuah Kompleks Unismuh Palu Kel. Talise

Jl. Soekarno Hatta Kompleks Perdus Untad Palu

Kel. TondoKec. Mantikulore Kota Palu-Sulawesi Tengah

Tlp. 085241351887 - 0895 4059 - 23050

Email:magamapublishing\_34gmail.com

Website: penerbitmagama.com fanspage: Penerbit Magama

IG. Magama\_connct

Cetakan Pertama, Januari 2025

xii + 50 Halaman: 14,8 x 21 cm

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, Allah Swt yang Atas takdir dan kehendakNya pulalah buku sederhana ini dapat hadir di tangan Pembaca.

Shalawat dan Salam teridah untuk Nabi Muhammad SAW, penghulu dan peletak pencerahan peradaban yang darinya menjadi Inspirasi dan pembaca cahaya kebaikan untuk semua manusia.

Kehadiran buku ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pembaca untuk bisa lebih memahami diri sendiri serta kompleks masalah yang dihadapi. Pemahaman itu penting sebab sebuah jalan keluar akan gambar dimulai dari pengetahuan awal tentang masalah itu sendiri.

Setiap individu, disadari atau tidak dalam hidupnya pernah mengalami fase krisis identitas. Dimana karena kondisi tersebut membuat seseorang itu menjadi gamang, sekan gelap melihat masa depan dan sulit menentukan langkah dan sikap yang harus diambil.

Untuk hal tersebutlah buku ini hadir. Setidaknya memberikan sudut pandang yang berbeda tentang apa yang dipahami dari masalah yang dihadapi selama

ini. Serta memberikan setitip cahaya yang dapat dijadikan penerang bagi jalan keluar yang ingin dilalui.

Terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu hadirnya buku ini. Dan kepada pembaca semoga buku ini bermanfaat, dan selamat membaca.

Kota Palu, 2 Januari 2023

**Penulis**

## **DAFTAR ISI**

**Kata Pengantar vii**

**Daftar Isi – ix**

### **BAGIAN 1**

**PENDAHULUAN – 1**

### **BAGIAN 2**

**MEMAHAMI KRISIS IDENTITAS – 5**

A. Mengapa Identitas itu Penting? – 5

B. Krisis Identitas – 7

### **BAGIAN 3**

**PENYEBAB DAN TAHAP KRISIS**

**IDENTITAS - 9**

A. Faktor Penyebab Krisis Identitas Diri- 9

B. Media dan Krisis Identitas – 10

C. Tingkatan Tahap Menuju Krisis Identitas – 12

### **BAGIAN 4**

**DAMPAK KRISIS IDENTITAS PADA**

**INDIVIDU DAN MASYARAKAT – 15**

A. Dari Konflik Internal Hingga Krisis Multidimensi – 15

B. Krisis Identitas dan Kepercayaan Diri – 19

## **BAGIAN 5**

### **STRATEGI MENGATASI KRISIS**

#### **IDENTITAS – 23**

- A. *Selfreflection* (introspeksi) – 23
- B. Eksplorasi – 25
- C. Komunikasi – 28
- D. Mengikuti Minat dan Hobi – 30
- E. Kesabaran dan pengertian – 32

## **BAGIAN 6**

### **MEMBANGUN IDENTITAS DIRI**

#### **YANG KUAT – 35**

- A. Membangun Kesadaran akan Nilai-nilai Diri – 37
- B. Membangun Minat Dan Tujuan Hidup -40
- C. Membangun Kekuatan Diri – 41
- D. Melangkah Menuju Pemulihan, Membangun Identitas yang Kokoh – 44
- E. Keluar dari Krisis Melalui Kebiasaan Menulis – 46

## **BAGIAN 6**

### **PENUTUP – 49**

#### **BAHAN BACAAN – 53**



# **BAGIAN 1**

## **PENDAHULUAN**

Dinamika sosial yang terjadi saat ini demikian kompleksnya. Digitalisasi yang berkembang demikian cepat mengubah segala hal termasuk interaksi keseharian kita.

Hal tersebut bukan tidak mungkin membuat kita gamang menjalani hidup. Ragu terhadap keputusan dan tindakan yang harus dilakukan. Dunia nyata dan maya sudah berjalan beriringan, tetapi pada saat yang sama tetap terdapat dinding pemisah. Kita tidak bisa memastikan secara utuh bahwa apa yang disaksikan melalui media sosial dan online sepenuhnya sesuai kenyataan. Banyak yang lalu terjebak dalam kepribadian ganda dan menunjukkan identitas yang berbeda antara yang ditampilkan dan apa yang riil diperankannya. Akibatnya adalah lahirnya krisis baru

*Menjadi Pribadi Kuat* | 9

di Tengah Krisis Identitas Masyarakat Digital

yang mengancam setiap individu di tengah dinamika masyarakat digital yakni krisis identitas.

Sebagai makhluk sosial, identitas memiliki peran yang penting dalam kehidupan kita. Identitas membantu kita memahami siapa kita sebenarnya dalam konteks hubungan dengan orang lain. Identitas mencakup aspek-aspek seperti budaya, nilai-nilai, agama, dan bahasa yang kita anut. Melalui identitas, kita dapat merasakan keterikatan dengan kelompok sosial tertentu dan memperoleh gambaran tentang diri kita dalam lingkungan sosial yang lebih luas.

Identitas sosial memberikan rasa penerimaan dan pengakuan dari kelompok sosial di mana kita berada. Saat kita mengidentifikasi diri dengan suatu kelompok, kita dapat merasa dimengerti, diterima, dan dihargai oleh anggota kelompok tersebut. Identitas juga memungkinkan kita mengembangkan rasa memiliki terhadap tingkah laku bersama dan kepentingan bersama dengan anggota kelompok tersebut.

Identitas sosial membantu kita memahami dan mengikuti norma-norma sosial yang ada dalam masyarakat. Dengan mengidentifikasi diri dengan kelompok sosial tertentu, kita dapat memahami peran

dan tanggung jawab kita dalam konteks sosial tersebut. Identitas juga mempengaruhi cara kita berinteraksi dengan orang lain dan mematuhi norma-norma yang berlaku dalam kelompok tersebut.

Identitas sosial membangun rasa solidaritas dan dukungan sosial antara anggota kelompok. Identitas membantu membentuk ikatan emosional dan rasa saling peduli antara individu-individu yang memiliki identitas yang sama atau serupa. Solidaritas dan dukungan sosial ini sangat penting dalam memperkuat kesejahteraan mental, emosional, dan sosial kita.

Identitas sosial memungkinkan kita menghadapi tantangan bersama sebagai kelompok. Ketika individu-individu dengan identitas yang sama atau serupa bersatu, mereka dapat bekerja sama untuk mengatasi masalah atau menghadapi tantangan sosial, budaya, politik, atau ekonomi yang dihadapi oleh kelompok tersebut.

Secara keseluruhan, identitas sebagai makhluk sosial memberikan kita pemahaman tentang siapa kita, memberikan rasa penerimaan, membantu kita mengikuti norma dan nilai-nilai sosial, memperkuat solidaritas dan dukungan sosial, serta memungkinkan

kita menghadapi tantangan bersama. Identitas sosial adalah bagian yang tak terpisahkan dari kehidupan kita sebagai makhluk sosial.

## BAGIAN 2

# MEMAHAMI KRISIS IDENTITAS

### A. Mengapa Identitas itu Penting?

Identitas merujuk pada cara seseorang mengidentifikasi dan memahami dirinya sendiri. Ini terdiri dari beragam aspek seperti jender, etnisitas, agama, budaya, keyakinan, nilai-nilai, minat, dan pengalaman hidup individu. Identitas diperoleh melalui interaksi dengan lingkungan dan melibatkan faktor internal (pemikiran, perasaan, dan persepsi) serta faktor eksternal (interaksi sosial dan budaya).