

MAKNA EKSISTENSI MANUSIA MENURUT PEMIKIRAN JEAN-PAUL SARTRE

Ningsi Betty¹, Desi Yunita Nahak², orisen Natonis³, Noviani H.F Faot⁴, Putry A.J Reke⁵,
Ireni irmawati pelokila⁶

bettyningsi30@gmail.com¹, esinahak27@gmail.com², orisennatonis18@gmail.com³,
faotnoviani@gmail.com⁴, putryreke1@gmail.com⁵, irenpellokila83@gmail.com⁶

Institut Agama Kristen Negeri Kupang

ABSTRAK

Jean-Paul Sartre merupakan tokoh utama filsafat eksistensialisme yang menekankan kebebasan dan tanggung jawab manusia dalam menentukan makna hidupnya. Pemikiran Sartre lahir sebagai kritik terhadap pandangan filsafat klasik dan religius yang menganggap manusia memiliki hakikat atau esensi yang telah ditentukan sejak awal. Melalui prinsip “eksistensi mendahului esensi”, Sartre menegaskan bahwa manusia pertama-tama ada, kemudian membentuk dirinya melalui pilihan dan tindakan. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji makna eksistensi manusia menurut pemikiran Jean-Paul Sartre serta implikasinya bagi kehidupan manusia modern. Metode yang digunakan adalah studi pustaka dengan pendekatan deskriptif-analitis. Hasil kajian menunjukkan bahwa bagi Sartre, makna eksistensi manusia tidak berasal dari luar dirinya, melainkan diciptakan secara sadar melalui kebebasan, tanggung jawab, dan hidup yang autentik.

Kata Kunci: Eksistensialisme, Eksistensi Manusia, Jean-Paul Sartre, Kebebasan.

ABSTRACT

Jean-Paul Sartre is a leading figure in existentialist philosophy, emphasizing human freedom and responsibility in determining the meaning of life. Sartre's thinking emerged as a critique of classical and religious philosophical views that assume humans have a predetermined nature or essence. Through the principle of "existence precedes essence," Sartre asserts that humans first exist and then shape themselves through choices and actions. This study aims to examine the meaning of human existence according to Jean-Paul Sartre's thinking and its implications for modern human life. The method used is a literature review with a descriptive-analytical approach. The results of the study indicate that for Sartre, the meaning of human existence does not originate from outside the individual but is consciously created through freedom, responsibility, and authentic living.

Keywords: Existentialism, Human Existence, Jean-Paul Sartre, Freedom.

PENDAHULUAN

Masalah tentang makna hidup dan keberadaan manusia selalu menjadi tema penting dalam filsafat. Pada abad ke-20, eksistensialisme muncul sebagai aliran filsafat yang menyoroti pengalaman konkret manusia, terutama kebebasan, kecemasan, dan tanggung jawab. Jean-Paul Sartre sebagai tokoh utama eksistensialisme ateistik memberikan pandangan radikal tentang manusia sebagai makhluk yang sepenuhnya bebas.

Sartre menolak pandangan bahwa manusia memiliki tujuan hidup yang sudah ditetapkan oleh Tuhan, kodrat, atau sistem metafisis tertentu. Menurutnya, manusia hadir ke dunia tanpa esensi bawaan, dan melalui tindakannyalah ia membentuk jati dirinya. Oleh karena itu, pemikiran Sartre menjadi penting untuk dikaji karena memberikan pemahaman baru tentang eksistensi manusia dalam dunia yang penuh ketidakpastian.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi pustaka. Data diperoleh dari karya-karya Jean-Paul Sartre, khususnya *Being and Nothingness* dan *Existentialism Is a Humanism*, serta literatur pendukung berupa buku dan artikel filsafat. Data dianalisis secara deskriptif-analitis untuk memahami konsep eksistensi manusia dalam

pemikiran Sartre.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Eksistensi Mendahului Esensi

Konsep utama dalam filsafat Sartre adalah pernyataan bahwa “eksistensi mendahului esensi”. Pernyataan ini berarti bahwa manusia tidak diciptakan dengan hakikat tertentu sebagaimana benda-benda buatan. Manusia pertama-tama ada, kemudian melalui keputusan dan tindakan membentuk siapa dirinya (Christiana, 2013). Tidak ada sifat bawaan yang menentukan manusia selain kebebasannya sendiri.

Dengan demikian, manusia tidak dapat menyalahkan kodrat, Tuhan, atau lingkungan atas kehidupannya. Setiap individu bertanggung jawab sepenuhnya atas apa yang ia lakukan dan apa yang ia jadikan dirinya (Tasmara, 2001).

B. Kebebasan dan Tanggung Jawab

Menurut Sartre, manusia adalah makhluk yang sepenuhnya bebas. Kebebasan ini tidak dapat dihindari, bahkan ketika seseorang memilih untuk pasif (Muzairi, 2012). Sartre menyebut kondisi ini sebagai manusia yang “dikutuk untuk bebas”. Kebebasan ini membawa konsekuensi berupa tanggung jawab moral yang besar (Tambunan, 2016).

Setiap pilihan yang dibuat manusia bukan hanya menentukan dirinya sendiri, tetapi juga mencerminkan nilai-nilai yang ia anggap baik bagi seluruh manusia (Kosasih, 2015). Oleh sebab itu, kebebasan dan tanggung jawab merupakan dua hal yang tidak dapat dipisahkan dalam eksistensi manusia.

C. Kecemasan dan Ketidakejaran Diri

Kesadaran akan kebebasan sering menimbulkan kecemasan karena manusia menyadari bahwa tidak ada pegangan absolut dalam hidup. Sartre juga memperkenalkan konsep *bad faith*, yaitu sikap tidak jujur terhadap diri sendiri dengan cara menyangkal kebebasan dan tanggung jawab, misalnya dengan menyalahkan keadaan atau peran sosial (Widi et al., 2025).

Sebaliknya, hidup yang autentik adalah hidup yang dijalani dengan kesadaran penuh akan kebebasan dan tanggung jawab, serta keberanian untuk mengambil keputusan secara sadar.

D. Makna Eksistensi Manusia

Bagi Sartre, makna hidup tidak ditemukan, tetapi diciptakan. Hidup pada dasarnya tidak bermakna, dan manusia yang memberi makna melalui komitmen, tindakan, dan pilihan hidup (Purbajati & Hasan, 2024). Dengan demikian, makna eksistensi manusia bersifat subjektif dan dinamis, tergantung pada bagaimana individu menjalani hidupnya (Purnama, 2010). Pandangan ini menempatkan manusia sebagai subjek aktif yang bertanggung jawab penuh atas eksistensinya sendiri.

KESIMPULAN

Pemikiran Jean-Paul Sartre tentang eksistensi manusia menegaskan bahwa manusia adalah makhluk yang bebas dan bertanggung jawab atas dirinya sendiri. Prinsip “eksistensi mendahului esensi” menunjukkan bahwa manusia tidak memiliki tujuan hidup yang telah ditentukan sebelumnya. Makna hidup diciptakan melalui pilihan dan tindakan yang dilakukan secara sadar dan autentik. Meskipun kebebasan menimbulkan kecemasan, Sartre melihatnya sebagai peluang bagi manusia untuk membentuk dirinya dan memberikan makna bagi eksistensinya sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Christiana, E. (2013). Pendidikan yang Memanusiakan Manusia. *Humaniora*, 4(1), 398–410.
- Kosasih, A. (2015). Konsep pendidikan nilai. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Muzairi, M. (2012). Kebebasan Manusia dan Konflik dalam Pandangan Eksistensialisme Jean Paul Sartre. *ESENSIA: Jurnal Ilmu-Ilmu Ushuluddin*, 13(1), 39–66.
- Purbajati, H. I., & Hasan, Z. (2024). Pemikiran Eksistensialisme Jean-Paul Sartre Dalam Perspektif Kehidupan Masyarakat Kontemporer. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 7(11), 4143–4150.
- Purnama, A. (2010). Manusia Mencari Makna dalam Pergulatan Kaum Eksistensialis. *Jurnal Orientasi Baru*, 19(2), 171–184.
- Tambunan, S. F. (2016). Kebebasan individu manusia abad dua puluh: Filsafat eksistensialisme Sartre. *Jurnal Masyarakat Dan Budaya*, 18(2), 59–76.
- Tasmara, T. (2001). Kecerdasan ruhaniah (transcendental intelligence): Membentuk kepribadian yang bertanggung jawab, profesional, dan berakhlak. *Gema insani*.
- Widi, C. R. P., Kevin Kurniawan, P., & Wing, B. P. K. (2025). Mindless Scrolling dalam Perspektif Filsafat Sartre sebagai Wujud Bad Faith. *Seri Filsafat Teologi*, 35(34), 38–57.