

ABSTRAK

Ibnu Kaenah. 1211010049. Implementasi Prinsip Stoikisme Marcus Aurelius Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Mental Remaja Muslim Di Kota Bandung (Studi Pada Remaja Masjid Al-Ihsan).

Kasus stoikisme pada perkembangan era digital dan modernisasi telah membawa perubahan signifikan dalam kehidupan sosial remaja, khususnya melalui intensitas penggunaan media sosial yang tinggi. Arus informasi yang cepat, tidak selalu terverifikasi, serta budaya konsumtif dan hedonistik yang menyertainya berkontribusi pada meningkatnya tekanan emosional, kecemasan, stres, dan ketidakpuasan diri pada kalangan remaja. Kondisi ini diperparah oleh fase perkembangan remaja yang secara psikologis masih labil dan rentan terhadap pengaruh eksternal, sehingga berpotensi memicu gangguan kesehatan mental hingga perilaku destruktif.

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana prinsip *dichotomy of control* serta konsep kebahagiaan dalam pemikiran Stoikisme Marcus Aurelius, serta bagaimana implementasi prinsip diatas terhadap kesejahteraan remaja muslim di Kota Bandung.

Kerangka berfikir di dalam sebuah penelitian yang berjudul implementasi prinsip stoikisme marcus aurelius dalam meningkatkan kesejahteraan mental remaja musli di Kota Bandung (studi pada remaja masjid Al-Ihsan). Menggunakan pendekatan konseptual yang berfokus pada prinsip-prinsip inti filosofi dan aplikasinya terhadap fenomena yang diteliti.

Metodologi pada penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif analisis. Sumber data yang digunakan adalah data primer dan sekunder. Jenis data yang digunakan adalah data kualitatif. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik wawancara, observasi, maupun dokumentasi. Kemudian, menganalisis data peneliti melakukan dengan cara deskriptif analisis induktif.

Hasil dari pembahasan rumusan masalah di atas maka peneliti menyimpulkan. Pertama, Prinsip *dichotomy of control* mengarahkan remaja untuk memusatkan perhatian pada aspek-aspek yang berada dalam kendali pribadi, seperti sikap dan usaha , sehingga dapat meminimalkan stres, kecemasan, dan kekecewaan akibat faktor eksternal yang tidak dapat diubah. Prinsip *amor fati* menumbuhkan sikap penerimaan aktif terhadap realitas hidup dengan memaknai kegagalan dan tantangan sebagai bagian dari proses pembentukan diri, bukan sebagai hambatan yang melemahkan. Sementara itu, *self-discipline* berperan strategis dalam membangun kebiasaan positif, konsistensi perilaku, serta pengelolaan diri yang efektif, yang sangat krusial dalam fase pencarian identitas. Kedua, konsep pemikiran Stoikisme Marcus Aurelius menempatkan kebahagiaan bukan sebagai konsekuensi dari kepemilikan materi, jabatan, atau kesenangan duniawi, melainkan sebagai kondisi batin yang stabil, rasional, dan selaras dengan hukum alam. Ketiga, implementasi Implementasi Stoikisme dalam kehidupan remaja Muslim Al-Ihsan menunjukkan bahwa filsafat ini dapat berfungsi sebagai pendekatan praktis dan kontekstual dalam memperkuat ketahanan mental, regulasi emosi, serta pembentukan karakter di tengah kompleksitas kehidupan modern.

Kata kunci: Stoikisme, Marcus Aurelius, Kesejahteraan Mental