

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yesus Kristus atas kasih karunia dan pertolongan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “PENGUASAAN DIRI DAN DIKOTOMI KENDALI: Solusi Fenomena *FOMO* pada Remaja Gereja Toraja Jemaat Agape Topangana”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Teologi pada Program Studi Teologi Kristen. Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa tanpa dukungan, bimbingan, dan doa dari berbagai pihak, karya ini tidak akan terselesaikan dengan baik.

Oleh karena itu, dengan penuh kerendahan hati, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Agustinus, M.Th., selaku Rektor IAKN Toraja, yang telah memberikan kesempatan, fasilitas, dan kebijakan yang mendukung kelancaran studi penulis di kampus ini.
2. Bapak Pdt. Syukur Matasak, M.Th., selaku Dekan Fakultas Teologi dan Sosiologi Kristen yang membimbing dalam perkuliahan.
3. Bapak Darius, M.Th., selaku Koordinator Program Studi Teologi Kristen, yang membantu penulis dalam memberi arahan dan perhatian.

4. Ibu Naomi Sampe, Ph.D dan Bapak Ivan Sampe Buntu, M.Hum, selaku Dosen Pembimbing I dan II, yang telah membimbing dengan penuh perhatian dan kesabaran, memberikan masukan yang membangun, dan dorongan sejak awal hingga akhir penulisan skripsi Penulis.
5. Dr. Ismail Banne Ringgi', M.Th dan Bapak Ferdi Sapan Alextian,M.Psi selaku Penguji I dan II, yang memberi arahan, kritik dan saran guna membangun dan memperbaiki tulisan penulis.
6. Bapak Roby Marrung,M.Th selaku Dosen Wali, yang telah memberikan bimbingan akademik dan nasihat pribadi selama masa studi penulis.
7. Seluruh dosen dan segenap staf pegawai IAKN Toraja, yang telah memberikan ilmu, bimbingan, pelayanan, dan dukungan administratif yang telah diberikan selama masa studi penulis.
8. Gereja Toraja Jemaat Agape Topangana yang juga adalah tempat bertumbuh penulis serta Para informan baik dari kalangan remaja, orang tua, dan pendeta,yang telah menerima penulis melakukan penelitian dan juga kesediaan waktu, kejujuran, dan keterbukaan dalam memberikan data dan informasi penting yang menjadi inti dalam penelitian ini.

9. Ibu Pdt. Fitria Prihartini Agan, S.Th yang terus mendukung penulis selama masa pendidikan di IAKN Toraja beserta seluruh anggota majelis dan jemaat Agape Topangana yang terus memberi ruang bagi penulis untuk belajar lebih dalam lagi mengenai pelayanan ditengah-tengah jemaat.
10. Gereja Toraja Jemaat Karappa', beserta Pdt. Seri Salunna, S.Th. yang telah menjadi tempat pelayanan penulis dan telah memberikan dukungan dalam masa studi.
11. Ibu Pdt. Marta Selmin, S.Th bersama dengan keluarga besar Gereja Toraja Jemaat Bethel Motow beserta kedua Cabang Kebaktian Nafiri Sibaga dan Lemban Tongoa, sebagai tempat Praktek SPPD penulis, yang telah memberi kesempatan untuk belajar secara langsung dalam pelayanan nyata di tengah jemaat.
12. Gereja Toraja Jemaat To'sa'pang Klasis Rantebua, sebagai tempat Praktek KKL penulis, yang telah memperkaya pengalaman pelayanan dan menjadi wadah pertumbuhan spiritual dan sosial bagi penulis.
13. Alm. Yusuf Salu (om baba) bersama keluarga, Abraham Salo (papa ade el) bersama keluarga, dan Imelda Salo (mama tua) dan keluarga , Natalia Samaa (mama tua) dan Keluarga, yang selalu memberikan dukungan, semangat, motivasi, doa, kepada penulis dan telah menjadi donatur Penulis.

14. Deanna Julibby Limbong, adik satu-satunya penulis terima kasih sudah banyak mengalah dalam hal kebutuhan, terima kasih sudah belajar dengan baik dan menggapai banyak prestasi di bangku sekolah. Semoga kelak penulis bisa membalas hal-hal yang tidak terpenuhi selama ini. Cita-citamu kedepan segera tercapai, jangan bosan untuk menjadi anak yang baik dan selalu patuh.
15. Nafaidel, Elora, Elory dan Satya yang selalu penulis rindukan, ayah kalian tidak menemani masa pertumbuhan kalian, tapi doanya selalu menyertai langkah kalian semua. Bertumbuhlah dengan baik, menjadi anak-anak yang takut akan Tuhan dan terus jadi sumber tawa dan sukacita bagi ibumu.
16. Stella Elisabet Tonimba, Amd.Kep. , Junita Kanda Madao Amd.Keb. , dan Yulianti, S.Farm. yang adalah sahabat penulis sedari kecil hingga sekarang yang tidak pernah bosan menyemangati, mendukung, menghibur dan saling berbagi cerita dengan penulis, panjang umur saudara-saudariku. *All the best for our Future!*.
17. Juliana Cancer Denasita, Marni Liku Dengen, dan Muliani, Sahabat Penulis dibangku perkuliahan yang selalu kebersamai dalam empat tahun ini dalam tawa dan lelah, dalam tangis dan gembira, yang akan tetap tinggal bukan sebagai teman biasa, tapi sebagai

keluarga ditengah perjuangan Penulis. *Just wanna say thank you for being my friends here and know all of my problem.*

18. Marsel Delfran Demmatande, Eliezer Sa'bara', Geovanni Prima Putra Pasulu, dan teman yang lain dalam Grup "Cukup tw", yang penulis sebut dengan "Teman Perjalanan", telah menjadi tempat berbagi keluh kesah, menjadi sumber tawa karena tingkah aneh dan kekonyolan lainnya. *Thanks for making me feel supported.*

19. Cece, Risa, Anti, Lilis dan kakak Almei Prinda, S.Th yang selalu menjadi kakak-kakak yang baik untuk penulis, selalu memperhatikan penulis, dan saling menopang satu sama lain. Terimakasih untuk kebersamaan dan kenangan di Pondok SS yang tidak akan di penulis lupakan.

20. Teman-teman seangkatan Program Studi Teologi 2021, terlebih khusus Kelas E Teologi 21, yang telah menjadi bagian penting dalam perjalanan akademik ini. Terima kasih atas kebersamaan, semangat, dan tawa yang menjadi penguat dalam setiap proses perjuangan. *Good luck guys!.*

21. *Juicy Luicy* salah satu band yang lagu-lagunya menjadi favorit penulis dan selalu penulis dengarkan kapanpun dan dimanapun itu. Terimakasih sudah menciptakan lagu yang menggambarkan berbagai emosi penulis.

22. *Last but not least Tesalonika, never hate yourself, you are great, you are strong and you are precious. Bertahan sejauh ini sudah sangat hebat, so appreciate yourself.*

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, penulis terbuka terhadap saran dan kritik yang membangun demi kesempurnaan karya ini. Akhir kata, penulis berharap skripsi ini dapat memberikan kontribusi positif, baik secara akademis maupun praktis, khususnya dalam pembinaan kerohanian dan pengembangan karakter remaja Kristen di tengah tantangan zaman yang semakin kompleks.

Mengkendek, 20 Juni 2025  
Penulis

Tesalonika

## DAFTAR ISI

|                                                                                         |      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|------|
| SAMPUL.....                                                                             |      |
| HALAMAN SAMPUL.....                                                                     | i    |
| HALAMAN PERSETUJUAN .....                                                               | ii   |
| HALAMAN PENGESAHAN .....                                                                | iii  |
| SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....                                                 | iv   |
| SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH<br>UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS ..... | v    |
| SURAT KETERANGAN PENGECEKAN PLAGIARISME .....                                           | vi   |
| HALAMAN PERSEMBAHAN .....                                                               | vii  |
| MOTTO .....                                                                             | viii |
| ABSTRAK .....                                                                           | ix   |
| ABSTRACT .....                                                                          | x    |
| KATA PENGANTAR .....                                                                    | xi   |
| DAFTAR ISI.....                                                                         | xvii |
| BAB I PENDAHULUAN.....                                                                  | 1    |
| A. Latar Belakang Masalah.....                                                          | 1    |
| B. Fokus Masalah.....                                                                   | 8    |
| C. Rumusan Masalah .....                                                                | 8    |
| D. Tujuan Penelitian .....                                                              | 8    |
| E. Manfaat Penelitian.....                                                              | 9    |
| F. Sistematika Penulisan.....                                                           | 9    |
| BAB II LANDASAN TEORI .....                                                             | 11   |
| A. Penguasaan Diri dalam Kekristenan .....                                              | 11   |
| B. Remaja Kristen .....                                                                 | 14   |
| C. Pentingnya Penguasaan Diri bagi Remaja Kristen .....                                 | 15   |
| D. Dikotomi Kendali Stoikisme.....                                                      | 19   |
| E. <i>FOMO (Fear of Missing Out)</i> : Fenomena Sosial di Era Digital .....             | 23   |
| F. Penerapan Stoikisme dalam Mengatasi <i>FOMO</i> pada Remaja.....                     | 25   |
| BAB III METODE PENELITIAN.....                                                          | 28   |
| A. Jenis Penelitian .....                                                               | 28   |
| B. Waktu dan Tempat Penelitian.....                                                     | 29   |
| 1. Waktu Penelitian .....                                                               | 29   |
| 2. Tempat Penelitian.....                                                               | 29   |
| C. Informan .....                                                                       | 29   |
| D. Jenis Data .....                                                                     | 30   |
| E. Teknik Pengumpulan Data.....                                                         | 30   |

|                                                    |           |
|----------------------------------------------------|-----------|
| 1. Studi Literatur.....                            | 30        |
| 2. Wawancara.....                                  | 30        |
| 3. Observasi.....                                  | 31        |
| F. Teknik Analisis Data .....                      | 31        |
| 1. Analisis Tematik.....                           | 32        |
| 2. Analisis Kontekstual.....                       | 32        |
| G. Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data .....         | 32        |
| <b>BAB IV TEMUAN PENELITIAN DAN ANALISIS .....</b> | <b>33</b> |
| A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....           | 33        |
| B. Deskripsi Hasil Penelitian.....                 | 33        |
| 1. Temuan dari Observasi.....                      | 33        |
| 2. Temuan dari Wawancara.....                      | 36        |
| C. Analisis Data .....                             | 38        |
| 1. Penguasaan Diri dalam Kekristenan.....          | 38        |
| 2. Dikotomi Kendali Stoikisme.....                 | 40        |
| 3. Integrasi Konsep Stoikisme dan Kekristenan..... | 42        |
| <b>BAB V PENUTUP.....</b>                          | <b>43</b> |
| A. Kesimpulan.....                                 | 43        |
| B. Saran.....                                      | 44        |
| 1. Bagi Gereja .....                               | 44        |
| 2. Bagi Orang Tua.....                             | 44        |
| 3. Bagi Remaja.....                                | 44        |
| 4. Bagi Peneliti Selanjutnya .....                 | 45        |
| C. Penutup.....                                    | 45        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                        | <b>47</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                               | <b>50</b> |
| A. Lampiran Hasil Cek Plagiasi .....               |           |
| B. Pedoman Observasi .....                         |           |
| C. C. Pedoman Wawancara.....                       |           |
| D. D. Catatan Lapangan Hasil Observasi .....       |           |
| E. Transkrip Hasil Wawancara.....                  |           |
| F. Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian .....        |           |
| G. Surat Permohonan Penelitian.....                |           |
| H. Surat Keterangan Penelitian.....                |           |
| <b>CURRICULUM VITAE .....</b>                      |           |