

### Dekonstruksi YOLO: *Carpe Diem* Pengkhotbah 11:9 atas Kecemasan Eksistensial Generasi Muda

<sup>1</sup>Lidiah, <sup>2</sup>Kornelius Rulli Jonathans, <sup>3</sup>Philip Suciadi Chia

<sup>1,2</sup>Sekolah Tinggi Teologi Bethel The Way, Jakarta

<sup>3</sup>Sekolah Tinggi Teologi Injili Indonesia Yogyakarta  
[yy\\_lidya@yahoo.com](mailto:yy_lidya@yahoo.com)

**Abstract:** *The cultural phenomenon of YOLO (You Only Live Once) reflects the mindset of the younger generation, which emphasises freedom and prioritises temporary pleasures. This gives rise to anxiety due to a loss of direction in life, which is exacerbated by the dominance of internet technology, social media and digital culture. The church and Christian education face a major challenge in reinterpreting the value of life among a generation that is thirsty for meaning but trapped in a cycle of instant gratification. The phenomenon among young people highlights the need for theological reflection on the value of Carpe Diem in the light of the Christian faith. This study aims to deconstruct the understanding of YOLO through a hermeneutic reading of Ecclesiastes 11:9 in order to rediscover the spiritual meaning in freedom of life. It uses a descriptive qualitative method with a hermeneutic approach and literature study. It can be concluded that the YOLO spirit in the culture of the digital generation reflects an existential crisis that arises from a loss of meaning in life and spiritual orientation amid the tide of hedonism and technology. Through theological deconstruction of Ecclesiastes 11:9, it is found that true Carpe Diem is not unlimited freedom, but joy lived in awareness of God and moral responsibility. The implications of this study emphasise the importance of church education oriented towards the formation of reflective spirituality, spiritual resilience, and digital wisdom for today's young generation.*

**Keywords:** *YOLO; carpe diem; ecclesiastes 11:9; existential anxiety; young generation.*

**Abstrak:** Fenomena budaya YOLO (*You Only Live Once*) mencerminkan cara berpikir generasi muda yang menekankan kebebasan dan memprioritaskan kenikmatan sementara. Sehingga memunculkan kecemasan akibat kehilangan arah hidup yang diperkuat oleh dominasi teknologi internet, media sosial dan budaya digital. Gereja dan pendidikan Kristen menghadapi tantangan besar untuk menafsirkan ulang nilai hidup di tengah generasi yang haus makna, namun terjebak dalam siklus kepuasan sesaat. Fenomena di kalangan muda menunjukkan perlunya refleksi teologis terhadap nilai *Carpe Diem* dalam terang iman Kristen. Penelitian ini bertujuan untuk mendekonstruksi pemahaman YOLO melalui pembacaan hermeneutik terhadap Pengkhotbah 11:9 agar ditemukan kembali makna spiritual dalam kebebasan hidup. Menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan hermeneutik dan studi pustaka. Sehingga dapat disimpulkan bahwa semangat YOLO dalam budaya generasi digital mencerminkan krisis eksistensial yang muncul akibat kehilangan makna hidup dan orientasi spiritual di tengah arus hedonisme dan teknologi. Melalui dekonstruksi teologis terhadap Pengkhotbah 11:9, ditemukan bahwa *Carpe Diem* sejati bukanlah kebebasan tanpa batas, melainkan sukacita yang dijalani dalam kesadaran akan Allah dan tanggung jawab moral. Implikasi penelitian

ini menegaskan pentingnya pendidikan gereja yang berorientasi pada pembentukan spiritualitas reflektif, ketahanan rohani, dan kebijaksanaan digital bagi generasi muda masa kini.

Kata kunci: YOLO; *carpe diem*; pengkhotbah 11:9; kecemasan eksistensial; generasi muda.

---

## I. PENDAHULUAN

Era globalisasi merupakan proses keterhubungan antar negara yang ditandai dengan pertukaran informasi, teknologi, dan budaya secara luas tanpa mengenal batas geografis. Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi mempercepat proses ini, sehingga nilai-nilai dan gaya hidup dapat tersebar secara global. Salah satu dampak dari fenomena globalisasi tersebut adalah munculnya budaya “YOLO” (*You Only Live Once*), yang mendorong individu untuk menikmati hidup dan mencari kesenangan tanpa memikirkan dampak jangka panjang.<sup>1</sup> Fenomena budaya populer YOLO yang menjadi semboyan generasi muda masa kini merepresentasikan sebuah pola hidup yang menekankan pengalaman kebebasan tanpa batas. Ungkapan “YOLO” populer di media sosial dan kerap dijadikan alasan untuk melakukan tindakan berisiko atau di luar norma. Fenomena ini mencerminkan budaya modern yang menekankan pada publikasi pengalaman serta pencapaian pribadi, di mana perilaku menyimpang sering dipandang sebagai wujud kebebasan dan ekspresi diri.<sup>2</sup> Konsep “YOLO” ini merupakan fenomena budaya masa kini yang menyoroti pentingnya menikmati hidup secara maksimal, sering kali mendorong seseorang untuk berani mengambil risiko dan mengejar kesempatan tanpa terlalu memikirkan dampak jangka panjang. Gagasan ini telah diadaptasi dan diwujudkan dalam beragam konteks, mulai dari keputusan gaya hidup, praktik keuangan, hingga aktivitas dalam gerakan sosial. Yang berakibat pada kecemasan, kekosongan makna, dan kehilangan orientasi spiritual. Konsep YOLO mendorong masyarakat agar menikmati hidup dan berbelanja tanpa memikirkan konsekuensi jangka panjangnya dan berpengaruh besar terhadap perilaku konsumtif mereka.<sup>3</sup> Dalam hal ini dapat dikatakan bahwa fenomena YOLO bukan sekadar gaya hidup modern, tetapi juga cerminan krisis eksistensial manusia masa kini yang kehilangan arah spiritual di tengah hedonisme dan budaya digital yang menuhankan kenikmatan sesaat.

Budaya ini kerap dihubungkan dengan gaya hidup hedonis, yaitu pandangan yang menempatkan kesenangan dan kenikmatan sebagai tujuan utama dalam hidup.<sup>4</sup> Budaya ini

---

<sup>1</sup> Mahsuna Aulia Anggraini and Anis Maisya, “YOLO Culture Dalam Perspektif Islam: Dampak Globalisasi Terhadap Perilaku Hedonisme Di Kalangan Mahasiswa UIN Raden Mas Said Surakarta,” *Moral: Jurnal Kajian Pendidikan Islam* 2, no. 3 (2025): 87–97.

<sup>2</sup> Calvin John Smiley, “From Silence to Propagation: Understanding the Relationship between ‘Stop Snitchin’ and ‘YOLO,’” *Deviant Behavior* 36, no. 1 (2015): 1–16, <https://doi.org/10.1080/01639625.2014.883888>.

<sup>3</sup> N. Lilianti, “Pengaruh YOLO, Hedonisme, Dan Sosial Media Terhadap Perilaku Konsumtif Generasi Z Di Wilayah RT 02/009 Kelurahan Srengseng Sawah, Jagakarsa” (Universitas Nasional, 2025).

<sup>4</sup> Ariyani Hermawanto and Melaty Anggraini, “Globalisasi, Revolusi Digital Dan Lokalitas: Dinamika Internasional Dan Domestik Di Era Borderless World” (Yogyakarta: LPPM Press UPN Veteran" Yogyakarta, 2020), 4–6.

mendorong individu untuk menikmati hidup seutuhnya tanpa menunda kesempatan, berlandaskan keyakinan bahwa hidup hanya terjadi sekali. Gagasan tersebut sejalan dengan ungkapan Latin *carpe diem* yang berarti “raihlah hari ini.” Istilah YOLO menjadi tren di kalangan generasi muda sebagai bentuk respons terhadap ketidakpastian masa depan dan dorongan untuk menikmati setiap momen kehidupan secara maksimal.<sup>5</sup> Hal ini dalam teologi Kristen merupakan sebuah paradoks yang menuntut pendekatan teologis yang kritis, di mana teks *Pengkhotbah 11:9* dengan semboyan “bersukacitalah, hai pemuda” dapat dibaca ulang bukan sebagai legitimasi hedonisme, atau membangun paradigma tentang berfoya-foya selagi muda melainkan sebagai panggilan untuk menghidupi momen kini dalam kesadaran eskatologis dan tanggung jawab spiritual. Dengan kata lain, perspektif teologis Kristen menuntun manusia untuk memaknai hidup bukan sekadar sebagai ajang mengejar kesenangan sesaat, melainkan sebagai kesempatan untuk bersukacita dalam ketaatan, kesadaran akan kekekalan, dan tanggung jawab rohani di hadapan Allah.

Fenomena YOLO dan hedonisme bukanlah pandangan hidup yang sehat karena menempatkan kesenangan dan kepuasan materi sebagai hal terpenting dalam hidup. Paham ini justru membuat seseorang terjebak pada pencarian kenikmatan sesaat tanpa mempertimbangkan nilai moral dan makna yang lebih dalam. Dalam praktiknya, cara pandang *hedonistik* sering berujung pada perilaku konsumtif dan berlebihan, seperti kebiasaan berbelanja tanpa memedulikan kebutuhan yang lebih esensial.<sup>6</sup> Istilah YOLO bukanlah konsep hidup yang bijak, meskipun awalnya populer melalui lagu “The Motto” karya musisi hip hop asal Kanada, Drake, pada tahun 2011, dan kemudian viral di media sosial melalui tanda pagar #YOLO. Gaya hidup ini sering disalahartikan sebagai ajakan untuk menikmati hidup tanpa batas dan mengabaikan tanggung jawab. Dalam perkembangannya, konsep YOLO justru mendapat konotasi negatif karena mencerminkan rendahnya literasi keuangan serta kecenderungan untuk menghabiskan waktu dan sumber daya demi kesenangan sesaat tanpa mempertimbangkan masa depan.<sup>7</sup> Maka itu, gaya hidup YOLO bukanlah pola hidup yang bijak karena sering dikaitkan dengan perilaku impulsif dan konsumtif. Ironisnya para penganut prinsip ini cenderung menghabiskan uang tanpa pertimbangan matang, didorong oleh keyakinan bahwa hidup hanya sekali sehingga harus dinikmati tanpa memikirkan dampak atau tanggung jawab finansial di masa depan.<sup>8</sup> Akibatnya, gaya hidup YOLO dan hedonisme tidak mencerminkan kehidupan yang bertanggung jawab.

---

<sup>5</sup> Anggraini and Maisya, “YOLO Culture Dalam Perspektif Islam: Dampak Globalisasi Terhadap Perilaku Hedonisme Di Kalangan Mahasiswa UIN Raden Mas Said Surakarta.”

<sup>6</sup> Team CIMB Niaga, “Hedonisme Adalah: Definisi, Ciri-Ciri, Dan Cara Mengatasi,” CIMB Niaga, 2024, <https://www.cimbniaga.co.id/id/inspirasi/gayahidup/hedonisme-adalah>.

<sup>7</sup> Alinda Hardiantoro and Inten Esti Pratiwi, “Sejarah Dan Efek YOLO, Gaya Hidup Yang Populer Di Era Milenial,” Kompas.com, 2023, <https://www.kompas.com/tren/read/2023/08/07/133000265/sejarah-dan-efek-yolo-gaya-hidup-yang-populer-di-era-milenial?page=all>.

<sup>8</sup> Faja Faradila, “Dari YOLO Ke YONO, Pergeseran Gaya Hidup Generasi Muda,” JelajahJawa.Com, 2025, <https://jelajahjawa.fypmedia.id/detailartikel/432/dari-yolo-ke-yono-pergeseran-gaya-hidup-generasi-muda>.

Fenomena global ini menunjukkan peningkatan tingkat kecemasan, depresi, dan kehilangan arah hidup di kalangan generasi muda, terutama di era pasca-pandemi dan hiper-digital atau generasi overstimulus. Di mana media sosial menampilkan realitas semu,<sup>9</sup> tentang “kehidupan seolah sempurna” yang membentuk tekanan psikologis untuk selalu bahagia dan produktif. Merujuk pada hal ini, banyak sekali influencer dan pengiat sosialita *membranding* diri dengan hedonisme dan *flexing*. Sehingga semangat YOLO menjadi ekspresi pelarian dari kekosongan eksistensial, sementara teks *Pengkhotbah 11:9* menghadirkan tegangan dialektis antara “menikmati hidup” dan “menghadapi penghakiman Allah” sebuah ketegangan yang justru mengandung makna pedagogis bagi pembentukan kesadaran spiritual.

Berkaitan dengan penelitian ini, secara umum pernah diteliti oleh Meichella Yosepha Eunike dan Farel Yosua Sualang dalam penelitiannya membahas bahwa frasa *You Only Live Once* (YOLO) bagi generasi muda dimaknai sebagai ajakan untuk menikmati hidup sepenuhnya tanpa menunda kesempatan, meskipun sering kali menimbulkan perdebatan antara nilai positif dan negatifnya. Dalam perspektif teologis, *Pengkhotbah* melalui pasal 11:9 mengakui adanya kenikmatan masa muda, namun menegaskan bahwa sukacita tersebut harus dijalani dengan kesadaran akan tanggung jawab spiritual.<sup>10</sup> Begitu juga dengan Umayrani Cinta Amani Putri, dan Rina Nurhudi Ramdhani menekankan dalam penelitiannya bahwa gaya hidup *You Only Live Once* telah menjadi tren di kalangan mahasiswa, terutama generasi Z, yang cenderung mengejar kesenangan hidup tanpa mempertimbangkan dampak jangka panjang. Pola hidup ini memengaruhi konsep diri mahasiswa, baik dalam hal pengambilan keputusan, kepercayaan diri, maupun pemahaman diri. Dalam konteks bimbingan konseling, pendekatan *client-centered* ala Carl Rogers dipandang efektif untuk membantu individu membangun konsep diri positif dengan menumbuhkan penerimaan diri, kesadaran, dan tanggung jawab terhadap pilihan hidupnya.<sup>11</sup>

Penelitian terdahulu lebih banyak membahas YOLO dari perspektif psikologi, sosiologi budaya, serta eksistensialisme teologis, namun penelitian ini menjadikan kitab *Pengkhotbah 11:9* sebagai dasar untuk mengaitkan fenomena budaya digital YOLO dengan konsep *Carpe Diem* teologis bagi pendidikan iman generasi digital. Artikel ini berupaya menutup gap tersebut melalui dekonstruksi prinsip YOLO dengan pendekatan hermeneutik eksistensial yang menghubungkan filsafat dekonstruksi dan pedagogi Kristen. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa budaya YOLO dan makna hidup serta tanggung jawab moral generasi digital dengan mendekonstruksi pemahaman budaya YOLO yang selama ini

---

<sup>9</sup> Merri Febriana, “Hiperrealitas ‘Endorse’ Dalam Instagram Studi Fenomenologi Tentang Dampak Media Sosial Di Kalangan Mahasiswa Universitas Sebelas Maret,” *Jurnal Analisa Sosiologi* 6, no. 2 (2018), <https://doi.org/10.20961/jas.v6i2.18098>.

<sup>10</sup> Meichella Yosepha Eunike and Farel Yosua Sualang, “Kajian Teologis Pengkhotbah 11: 9-10 Berkaitan Dengan Prinsip You Only Live Once (YOLO) Pada Generasi Muda,” *Pistis: Jurnal Teologi Terapan* 23, no. 2 (2023): 119–31.

<sup>11</sup> Umayrani Cinta, Amani Putri, and Rina Nurhudi Ramdhani, “Konsep Diri Mahasiswa Dengan Gaya Hidup You Only Live Once (Yolo),” *Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi* 5, no. 1 (2025): 88–104, <https://jurnal.umbarru.ac.id/index.php/jubikops/article/view/709>.

identik dengan *hedonisme* dan kebebasan tanpa batas. Melalui pendekatan hermeneutik terhadap teks Pengkhotbah 11:9, penelitian ini berupaya menafsirkan pendekatan dekonstruksi teologis Pengkhotbah 11:9 dalam menjelaskan hubungan antara kebebasan dan takut akan Allah dalam perspektif teologis yang lebih mendalam.

## II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif,<sup>12</sup> dengan pendekatan studi pustaka (*library research*) yang berfokus pada analisis teologis dan filosofis terhadap teks *Pengkhotbah 11:9* dalam konteks budaya modern. Sumber penelitian terdiri atas teks Alkitab sebagai data primer, serta berbagai literatur sekunder seperti buku teologi, jurnal akademik tentang spiritualitas generasi muda, dan kajian budaya digital kontemporer. Penelitian ini dimulai dengan mengidentifikasi fenomena YOLO sebagai bagian dari budaya eksistensial generasi digital yang menekankan kebebasan dan pengalaman hidup tanpa batas. Lalu, dilakukan proses dekonstruksi teologis melalui pembacaan ulang teks Pengkhotbah 11:9 untuk menemukan makna spiritual yang lebih dalam di balik ajakan menikmati hidup. Selanjutnya, penelitian ini menganalisis dinamika kecemasan eksistensial yang dialami generasi muda serta bagaimana spiritualitas Kristen dapat menjadi penyeimbang dalam menghadapi krisis makna tersebut. Setelah itu, dilakukan interpretasi terhadap konsep *carpe diem* untuk melihat relevansinya dalam konteks pendidikan iman dan pembentukan karakter rohani. Pada akhirnya, hasil penelitian ini diarahkan untuk merumuskan implikasi teologis dan praktis bagi psikologi pendidikan gereja agar mampu menuntun generasi muda menikmati hidup secara bertanggung jawab di hadapan Allah.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Budaya YOLO dan Makna Hidup serta Tanggung Jawab Moral Generasi Digital

Konsep “YOLO” yang populer di kalangan generasi muda masa kini bukan sekadar slogan gaya hidup, melainkan manifestasi dari semangat zaman yang menekankan kebebasan, kenikmatan, dan aktualisasi diri tanpa batas, bahkan kerap mengabaikan nilai-nilai tradisional yang lebih bermakna.<sup>13</sup> Sehingga prinsip YOLO memang berpotensi menimbulkan kontradiksi dalam aspek moral dan gaya hidup.<sup>14</sup> Sehingga ini memengaruhi etis hedonisme yang kerap mendapat kritik karena menimbulkan dampak negatif secara sosial, ekologis, maupun etis, sebab pandangan ini mendorong budaya konsumtif yang menempatkan kepuasan diri sebagai prioritas utama.<sup>15</sup> Yolo memang sejatinya berasal dari

---

<sup>12</sup> Sugiyono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. (Bandung: CV Alfabeta, 2016), 90.

<sup>13</sup> Muhammad Soleh Soleh, “Youth, Religion, and Pop Culture: Modernitas Dalam Gaya Hidup Hedonisme Remaja Dan Budaya Populer Versus Eksistensi Agama Jaman Now,” *SEMAR: Jurnal Sosial Dan Pengabdian Masyarakat* 1, no. 2 (2023): 35–44.

<sup>14</sup> Eunike and Sualang, “Kajian Teologis Pengkhotbah 11: 9-10 Berkaitan Dengan Prinsip You Only Live Once (YOLO) Pada Generasi Muda.”

<sup>15</sup> Ondřej Roubal and Petr Wawrosz, “Predatory and Alternative Hedonism – Better Later than Now?,” *ACTA VŠFS* 14, no. 2 (2020): 166–79, <https://doi.org/10.37355/ACTA-2020/2-06>.

akar pada filsafat hedonisme modern dan eksistensialisme sekuler,<sup>16</sup> yang menempatkan manusia sebagai pusat makna hidup. Apalagi, slogan YOLO menjadi bentuk resistensi terhadap kekosongan makna sekaligus pelarian dari kecemasan eksistensial - yang mengakibatkan pada generasi muda terdorong untuk “menikmati hidup sekarang” karena masa depan tampak tidak pasti. Dengan demikian, fenomena YOLO mencerminkan krisis makna eksistensial generasi muda yang terjebak antara keinginan untuk menikmati kebebasan hidup dan kebutuhan akan arah spiritual yang memberi makna sejati bagi keberadaannya.

Budaya digital yang mudah diekspresikan dengan semangat YOLO terejawantah dalam fenomena *digital performativity*, yaitu kebutuhan untuk menampilkan diri secara terus-menerus di ruang virtual sebagai bentuk pembuktian eksistensi. Identitas bukan lagi sesuatu yang ditemukan, melainkan sesuatu yang dikonstruksi dan dipertunjukkan melalui algoritma dan pengakuan sosial (*likes, shares, followers*).<sup>17</sup> Ini menempatkan eksistensi manusia pada nilai representasi visual dan performa sosial, bukan pada kedalaman spiritualitas. Akibatnya, individu mengalami gejala jiwa yang berusaha membuktikan diri di ruang digital, untuk pengakuan yang mana hal ini semakin kehilangan identitas dan keaslian diri.<sup>18</sup> Apalagi YOLO sangat terfragmentasi dunia maya dan tekanan untuk selalu “bahagia” di depan publik digital. Walaupun keadaannya bertolak belakang dengan kesadaran bahwa setiap pengalaman yang dikejar hanya sementara, dan bahwa “hidup kini” tidak selalu memberi kepuasan yang dijanjikan. Dengan demikian, budaya digital yang dipengaruhi semangat YOLO pada akhirnya melahirkan paradoks eksistensial, di mana pencarian makna hidup justru tergantikan oleh pencitraan diri yang dangkal dan kehilangan kedalaman spiritual.

Dalam perspektif teologis, fenomena YOLO menunjukkan hilangnya orientasi ilahi dalam hidup generasi muda, yang ingin hidup sepenuhnya namun tidak mengetahui tujuan sejati keberadaannya. Budaya YOLO dan hedonisme yang muncul bukan hanya didorong oleh kerinduan akan makna, tetapi juga oleh tekanan sosial dan dinamika pergaulan yang menjerumuskan mereka dalam kesementaraan digital.<sup>19</sup> Ditambah dengan membangun paradigma terkait adanya prinsip YOLO yang mendorong individu untuk memaksimalkan pengalaman hidup dengan mencari kesenangan dan menghindari rasa kehilangan kesempatan (*fear of missing out*). Hal ini sejalan dengan perilaku hedonistik yang berfokus pada pencarian kesenangan dan kepuasan pribadi sebagai tujuan utama hidup.<sup>20</sup> Dengan demikian, fenomena YOLO dan hedonisme mencerminkan krisis spiritual generasi muda yang kehilangan arah ilahi, di mana pencarian makna hidup digantikan oleh dorongan

---

<sup>16</sup> Erwin Eka Saputra, “Relevansi Filsafat Eksistensialisme Dalam Kehidupan Modern,” *Journal of Humanities, Social Sciences, and Education* 1, no. 3 (2025): 118–29.

<sup>17</sup> Ananda Ade Salsabila and Haerani Nur, “Representasi Diri Di Sosial Media: Antara Identitas Nyata Dan Identitas Virtual,” *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora* 4, no. 4 (2025): 5601–20.

<sup>18</sup> Aulya Endah Lestari and Universitas Widyatama, “Identitas Digital Di Era Sosial Media Antara Ego Dan Eksistensi,” no. June (2025).

<sup>19</sup> Anggraini and Maisya, “YOLO Culture Dalam Perspektif Islam: Dampak Globalisasi Terhadap Perilaku Hedonisme Di Kalangan Mahasiswa UIN Raden Mas Said Surakarta.”

<sup>20</sup> Anggraini and Maisya.

untuk mengejar kesenangan sesaat demi memenuhi kekosongan eksistensial di tengah arus budaya digital.

Untuk menjawab berbagai krisis eksistensial dan spiritual yang lahir dari budaya YOLO, diperlukan pendekatan pembentukan iman dan karakter yang mampu mengarahkan generasi muda pada pemahaman hidup yang bermakna, bertanggung jawab, dan berorientasi ilahi. Pendidikan iman perlu menanamkan kesadaran bahwa kebebasan sejati tidak ditemukan dalam pengejaran kesenangan sesaat, tetapi dalam hikmat untuk mengelola hidup secara bijaksana sesuai kehendak Tuhan, sebagaimana tercermin dalam prinsip *Carpe Diem* teologis Pengkhotbah yang mengajak manusia menikmati hidup tanpa kehilangan orientasi kekekalan. Pendampingan spiritual juga harus membantu generasi muda mengembangkan identitas diri yang selaras dengan nilai alkitabiah, bukan sekadar performatif, dan tentunya dengan memperkuat relasi personal dengan Allah, komunitas iman, dan nilai-nilai yang membangun kedalaman karakter. Selain itu, literasi digital dan etika penggunaan media perlu ditanamkan agar mereka mampu membedakan antara eksistensi yang sejati dan konstruksi citra semu yang ditawarkan algoritma. Dengan demikian, budaya YOLO dapat didekonstruksi dan direstorasi menjadi dorongan positif untuk hidup secara penuh dan bertanggung jawab dalam terang iman Kristen.

### **Pendekatan Dekonstruksi Teologis Pengkhotbah 11:9**

Dalam pembacaan kitab *Pengkhotbah 11:9* menuntut pembacaan yang melampaui pemahaman literal terhadap seruan “Bersukacitalah, hai pemuda, dalam masa mudamu.” Secara historis, kitab *Pengkhotbah* merupakan bagian dari tradisi kebijaksanaan Ibrani (*hokmah*), yang menggambarkan refleksi eksistensial manusia terhadap kefanaan hidup di bawah matahari.

Eksegesis dalam kajian pengkhotbah 11:9 yang mencakup kata שמחה (*Semakh*) “Bersukacitalah” ini berakar dari kata kerja שמח (*samak*) berarti *bersukacita secara mendalam, mengalami kegembiraan batin*. Qohelet memakai bentuk imperatif (perintah) yang menunjukkan izin ilahi untuk menikmati hidup. Ini bukan sekadar ajakan moral, tetapi pengakuan bahwa sukacita adalah bagian dari *anugerah Tuhan* (band. Pkh 2:24). Namun, kata ini mengandung nuansa perintah yang bertanggung jawab, bukan kebebasan tanpa batas. Ini menandakan bahwa bergembiralah dan nikmatilah setiap momen kehidupan yang dianugerahkan Allah kepada para pemuda-pemudi Kristen. Namun, harus disadari bahwa setiap orang percaya akan dimintai pertanggungjawaban di hadapan Tuhan atas cara mereka menjalani hidup dan menggunakan masa mudanya.<sup>21</sup> Allah menghendaki manusia bersukacita, tetapi dalam kerangka kesadaran bahwa sukacita sejati bersumber dari-Nya.

Istilah “dalam masa mudamu” berasal dari kata Ibrani ילדו'ת (*yaldu't*), yang berakar dari kata ילד (*yalad*), yang berarti *melahirkan* atau *masa awal kehidupan yang baru tumbuh*. Dalam konteks Pengkhotbah 11:9, istilah ini menunjuk pada fase kehidupan yang penuh

---

<sup>21</sup> Asiva Noor Rachmayani, “Nasehat Kitab Pengkhotbah Bagi Masa Depan Pemuda-Pemudi Katolik (Katekese Orang Muda),” no. 162882 (2015): 6.

dengan energi, semangat dan potensi eksplorasi. Masa muda digambarkan sebagai periode penting di mana seseorang sedang membentuk jati diri dan arah hidupnya, namun juga berada dalam posisi yang rentan terhadap kesalahan dan godaan. Secara teologis, masa muda bukan sekadar waktu untuk menikmati hidup tanpa batas, tetapi merupakan kesempatan ilahi untuk belajar, bertumbuh dalam iman, dan mengarahkan potensi diri sesuai dengan kehendak Tuhan. Maka kenikmatan yang pada masa muda juga harus disertai dengan tanggung jawab terhadap nilai spiritual. Nilai spiritual utamanya terkait Ketuhanan menjadi sesuatu yang langka dalam diri anak muda, terlebih pada zaman ini.<sup>22</sup> Charles Francis Whitley dalam Eunike dkk mengungkapkan bahwa Istilah *yaldût* (יְלָדוּת) dalam bahasa Ibrani merupakan bentuk kata benda feminin jamak yang digunakan untuk menunjuk pada *masa muda*. Menariknya, kata ini memiliki keterkaitan dengan istilah yang berarti *menjadi hitam*, yang secara simbolis menggambarkan periode ketika rambut seseorang masih berwarna hitam sebuah metafora yang melambangkan kekuatan, vitalitas, dan semangat hidup pada masa muda.<sup>23</sup>

Frasa *וְהָלַךְ בְּדַרְכֵי לְבָבָהּ* yang berarti “*berjalanlah menurut jalan hatimu*” menggunakan kata *derekh* (דֶּרֶךְ) yang menunjuk pada jalan, arah hidup, atau gaya hidup seseorang. Dalam konteks ini, Pengkhotbah mengakui kebebasan manusia untuk menentukan arah hidupnya sendiri, namun dengan tanggung jawab moral yang melekat di dalamnya. Dengan demikian, nasihat ini bukan ajakan untuk hidup sesuka hati, melainkan dorongan agar manusia menggunakan kebebasannya secara bertanggung jawab sesuai dengan kehendak Allah. Secara teologis, ayat ini menegaskan bahwa kebebasan sejati bukanlah kebebasan tanpa batas, melainkan kebebasan yang tunduk pada nilai-nilai ilahi yang menuntun manusia kepada kehidupan yang benar di hadapan Tuhan. Sebab kenikmatan yang pada masa muda juga harus disertai dengan tanggung jawab terhadap nilai spiritual. Nilai spiritual utamanya terkait Ketuhanan menjadi sesuatu yang langka dalam diri anak muda, terlebih pada zaman ini.<sup>24</sup> Frasa “*menurut pandangan matamu*” menggunakan kata *mar’eh* (מַרְעֵה) yang menunjuk pada apa yang tampak, penampilan luar, atau hal-hal yang menarik perhatian secara visual. Pengkhotbah menyadari kecenderungan manusia untuk tertarik pada keindahan dan daya pikat yang terlihat oleh mata, karena pancaindra sering kali menjadi pintu masuk bagi keinginan dan hasrat duniawi. Namun, ini menjadi peringatan bahwa apa yang tampak indah tidak selalu benar atau membawa kebaikan, sebab mata manusia dapat menyesatkan apabila tidak dikendalikan oleh hati yang takut akan Tuhan (bdk. Ayub 31:1). Oleh karena itu, secara teologis, ayat ini mengajarkan bahwa iman dan peran Roh Kudus harus menjadi penuntun di atas segala dorongan visual duniawi.<sup>25</sup> Keindahan sejati bukan terletak pada apa yang tampak, melainkan pada

---

<sup>22</sup> Eunike and Sualang, “Kajian Teologis Pengkhotbah 11: 9-10 Berkaitan Dengan Prinsip You Only Live Once (YOLO) Pada Generasi Muda.”

<sup>23</sup> Eunike and Sualang.

<sup>24</sup> Eunike and Sualang.

<sup>25</sup> Yonatan Alex Arifianto and Asih sumiwi Rachmani, “Peran Roh Kudus Dalam Menuntun Orang Percaya Kepada Seluruh Kebenaran Berdasarkan Yohanes 16 : 13,” *Jurnal Diegesis* 3, no. 1 (2020): 1–12.

keselarasan pandangan hidup dengan kehendak Allah yang menuntun manusia pada kebijaksanaan dan kesucian hati.

Frasa *וְדַע כִּי עַל כָּל-אֲלֵהָ יִבְיָאֵהּ הָאֱלֹהִים בְּמִשְׁפָּט* yang berarti “Ketahuilah bahwa Allah akan membawa engkau ke pengadilan” mengandung peringatan teologis yang sangat mendalam. Kata *מִשְׁפָּט* (mishpat) dalam bahasa Ibrani menunjuk pada konsep pengadilan atau keputusan hukum ilahi yang mencerminkan keadilan dan otoritas Allah atas kehidupan manusia. Di sini, Pengkhotbah menegaskan bahwa kebebasan yang dimiliki manusia bukanlah tanpa batas, sebab setiap pilihan dan tindakan akan diperhadapkan kepada penghakiman Allah. Kebebasan hidup yang dimaknai secara salah dapat membawa manusia pada penyimpangan moral,<sup>26</sup> sementara kesadaran akan mishpat menuntun manusia untuk hidup dengan rasa takut akan Tuhan. Secara teologis, ayat ini menegaskan bahwa sukacita sejati hanya dapat ditemukan dalam kehidupan yang bertanggung jawab secara spiritual yakni sukacita yang dijalani dalam kerangka kesadaran bahwa Allah adalah Hakim yang adil atas segala perbuatan manusia.

Namun, teks ini sering disalahpahami seolah-olah memberikan legitimasi terhadap gaya hidup hedonistik yang berorientasi pada kenikmatan sesaat. Dengan menggunakan pendekatan hermeneutik ayat ini perlu dibaca bukan sebagai seruan untuk kebebasan tanpa batas, tetapi sebagai undangan untuk menemukan makna spiritual dalam dinamika sukacita dan tanggung jawab di hadapan Allah. Dekonstruksi di sini bukan berarti pembongkaran makna asli teks, melainkan pembacaan ulang terhadap struktur pemahaman yang selama ini membatasi teks pada dimensi moralistik atau hedonistik semata.

Frasa “bersukacitalah dalam masa mudamu” mengandung bahwa sukacita bukanlah bentuk pelarian dari realitas, melainkan ekspresi iman terhadap kebaikan Allah di tengah kefanaan hidup. Akan tetapi, *Pengkhotbah* dengan sadar mengkoreksi “tetapi ketahuilah bahwa karena semuanya ini Allah akan membawa engkau ke pengadilan. Dengan demikian, dalam *Pengkhotbah 11:9* mengungkapkan bahwa teks ini tidak sedang menolak kenikmatan hidup, tetapi menata ulang pemahamannya dalam horizon spiritualitas yang bertanggung jawab. Hidup bukanlah hidup yang lepas dari nilai-nilai moral, tetapi hidup yang sadar akan kefanaan diri sekaligus membuka diri terhadap misteri ilahi. Di sinilah *Carpe Diem* dalam perspektif biblika berbeda secara fundamental dari semboyan YOLO. Jika YOLO menekankan kebebasan instan, maka *Carpe Diem* dalam terang *Pengkhotbah* mengandung kesadaran eksistensial bahwa setiap momen adalah anugerah Allah yang harus dijalani dengan hikmat dan rasa takut akan Tuhan. Melalui pembacaan ini, *Pengkhotbah 11:9* menjadi teks yang relevan bagi spiritualitas generasi muda modern. Ia mengajarkan bahwa kesenangan hidup bukanlah tujuan akhir, tetapi sarana untuk mengenal kebaikan Allah dan menumbuhkan rasa syukur di tengah keterbatasan. Dekonstruksi ini sekaligus menjadi kritik terhadap budaya YOLO yang memisahkan kebahagiaan dari tanggung jawab spiritual.

---

<sup>26</sup> Muhammad Agung Raharjo, Andi Aderus, and Hamzah Harun, “Kebebasan Manusia Dalam Berkehendak Dan Berbuat: Analisis Persoalan Klasik Dalam Konteks Kehidupan Berbangsa Di Indonesia,” *ALFIHRIS : Jurnal Inspirasi Pendidikan* 3, no. 1 (2025): 203–15, <https://doi.org/10.59246/alfihris.v3i1.1231>.

## **Kecemasan Eksistensial dan Prinsip *Carpe Diem*, serta Implikasinya bagi Psikologi Pendidikan Gereja**

Kecemasan generasi muda yang dibesarkan dalam ekosistem digital kini menghadapi dilematis,<sup>27</sup> yang mana mereka tampak terkoneksi dengan dunia melalui teknologi, namun secara batin sering kali terputus dari makna hidup yang sejati. Budaya YOLO mendorong mereka untuk hidup dalam identitas yang palsu. Kecemasan dan spiritualitas eksistensial adalah aspek penting dari lanskap psikologis generasi muda, terutama di kalangan remaja dan dewasa muda. Demografi ini sering bergulat dengan pembentukan identitas, ketidakpastian tentang masa depan, dan pencarian makna, yang merupakan tema sentral dalam kecemasan eksistensial. Yang mana hal ini dapat saja dibentuk oleh lingkungan sosiokultural mereka.<sup>28</sup> Kecemasan eksistensial merupakan pergumulan batin manusia dalam penelitian ini generasi muda, ketika menghadapi ketidakpastian makna hidup, penderitaan, dan kefanaan diri. Bahkan perasaan gelisah sering kali muncul ketika seseorang mulai menilai dan membandingkan dirinya dengan orang lain.<sup>29</sup> Dengan demikian, kecemasan eksistensial yang dipengaruhi oleh budaya YOLO menegaskan perlunya pemulihan spiritualitas yang berakar pada relasi dengan Allah agar generasi muda menemukan kembali makna dan arah hidup yang sejati.

Kecemasan generasi muda dalam Alkitab juga digambarkan sebagai dinamika dari perjalanan iman manusia. Dalam Mazmur 42:6, pemazmur berseru, “Mengapa engkau tertekan, hai jiwaku, dan mengapa engkau gelisah di dalam diriku? Berharaplah kepada Allah!” ini menunjukkan adanya pergulatan antara keputusan dan pengharapan. Bahkan dalam Pengkhotbah 1:2 menegaskan, “Kesia-siaan belaka, segala sesuatu adalah sia-sia,” menggambarkan kekosongan eksistensial tanpa kehadiran Allah. Namun, Yesaya 41:10 memberikan penghiburan, “Jangan takut, sebab Aku menyertai engkau; jangan bimbang, sebab Aku ini Allahmu,” menegaskan kehadiran Allah yang menenangkan hati yang cemas. Maka itu, fenomena YOLO pada generasi muda muncul sebagai respons terhadap kecemasan eksistensial tersebut sebuah upaya untuk memberi makna instan pada hidup yang terasa singkat dan tak pasti. Namun, di balik semboyan “hidup hanya sekali” itu, tersembunyi kerinduan mendalam akan makna sejati yang hanya dapat dipenuhi melalui relasi dengan Allah, bukan melalui pencarian kesenangan sesaat. Sehingga pada akhirnya, dalam kitab Filipi 4:6-7 menutup dengan janji damai sejahtera Allah yang melampaui segala akal, yang akan “memelihara hati dan pikiranmu dalam Kristus Yesus.” Dengan demikian, kecemasan eksistensial bukan sekadar penderitaan batin, tetapi dapat menjadi ruang teologis untuk menemukan kembali makna hidup di dalam Allah yang hadir, menuntun, dan memberi ketenangan sejati.

---

<sup>27</sup> Syahara Septia Mulia et al., “Di Antara Mimpi Dan Aksi: Langkah Nyata Generasi Muda Dalam Dinamika Pembangunan Sosial Berkelanjutan,” *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar* 2, no. 4 (2025): 14.

<sup>28</sup> Dimitrios Pavlidis and Panagiota Tragantzopoulou, “Living in Limbo: Existential Concerns Among Greek Young Adults,” *Youth* 5, no. 3 (2025): 94, <https://doi.org/10.3390/youth5030094>.

<sup>29</sup> Lira Aisafitri and Kiayati Yusriyah, “Kecanduan Media Sosial (Fomo) Pada Generasi Milenial,” *Jurnal Audience* 4, no. 01 (2021): 86–106, <https://doi.org/10.33633/ja.v4i01.4249>.

Dengan demikian, kecemasan eksistensial dapat ditafsirkan sebagai ruang teologis tempat Allah berbicara melalui kegelisahan manusia, memanggilnya untuk menyadari keterbatasan dan menyerahkan hidupnya dalam kepercayaan yang penuh kepada-Nya. Dalam kerangka pendidikan Kristen dan gereja, pemahaman ini memiliki nilai pedagogis yang sangat penting. Pendidikan iman tidak hanya bertugas menenangkan kecemasan dengan jawaban instan, tetapi menuntun generasi muda untuk berdamai dengan ketidakpastian hidup sebagai bagian kehidupan rohani. Kecemasan dapat menjadi “guru batin” yang menuntun generasi muda mengenal jati dirinya sebagai ciptaan Allah yang dikasihi, namun juga terbatas. Oleh karena itu, proses pembentukan spiritual dalam pendidikan Kristen harus membuka ruang bagi refleksi eksistensial,<sup>30</sup> kontemplasi tentang penderitaan. Dengan cara ini, kecemasan tidak lagi dipandang sebagai musuh iman, melainkan sebagai kesempatan untuk mengalami kehadiran Allah yang menenangkan, membebaskan, dan memulihkan makna hidup. Di tengah dunia digital dan kehidupan manusia yang dikuasai internet dan gadget terlebih dikuasai dan budaya YOLO yang menciptakan ilusi kebahagiaan instan,<sup>31</sup> spiritualitas Kristen justru memanggil generasi muda untuk menemukan kedamaian yang sejati dalam kehadiran Allah yang kekal dan personal.

Konsep *Carpe Diem* yang berarti “raihlah hari ini” atau “nikmatilah hari ini” memiliki daya tarik besar bagi generasi modern, khususnya di tengah budaya digital yang cepat dan instan. *Carpe Diem* berhubungan dengan sikap hidup yang berfokus pada kesadaran dan penghargaan terhadap momen saat ini, sebagaimana dijelaskan dalam kajian psikologis. Prinsip ini mendorong seseorang untuk menjalani hidup dengan penuh kesadaran dan keutuhan, sehingga dapat mengurangi kecemasan akan masa depan serta meningkatkan rasa syukur dan kepuasan hidup.<sup>32</sup> Prinsip ini perlu dibaca secara teologis dan pedagogis agar tidak terjebak dalam hedonisme atau YOLO (*You Only Live Once*) yang dangkal. *Carpe Diem* dalam terang iman Kristen bukan sekadar ajakan untuk menikmati hidup, melainkan panggilan untuk menghayati setiap hari sebagai anugerah Allah yang harus dijalani dengan tanggung jawab spiritual, moral, dan sosial. Prinsip *Carpe Diem* dapat menjadi sarana membentuk kesadaran diri dan makna hidup yang lebih mendalam. Gereja berperan penting dalam menolong generasi muda untuk memahami bahwa menikmati hidup bukan berarti hidup tanpa arah, tetapi menemukan sukacita sejati dalam relasi dengan Tuhan. Hal ini berkaitan dengan nasihat pada ayat terakhir yang disampaikan oleh penulis kitab

---

<sup>30</sup> Ribka Esther Legi et al., “Pendidikan Agama Kristen Dewasa: Tantangan, Strategi, Dan Implikasi Bagi Pengembangan Spiritualitas Dalam Konteks Sosial-Budaya Modern,” *Jurnal Teologi Injili* 5, no. 1 (2025): 38–56.

<sup>31</sup> Ferdianto P. Karimale, “Perilaku Konsumtif Generasi Z Pada Media Sosial Dalam Hegemoni Budaya Populer,” *Sustainability (Switzerland)* (Universitas Muhammadiyah Malang, 2025), [http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484\\_SISTEM\\_PEMBETUNGAN\\_TERPUSAT\\_STRATEGI\\_MELES\\_TARI](http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELES_TARI).

<sup>32</sup> Dinda Agil Noviyana et al., “Carpe Diem: Filosofi Memetik Momentum ‘Hari Ini,’” *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan* 1, no. 01 (2023): 300–304, <https://doi.org/10.70508/literaksi.v1i01.310>.

Pengkhotbah dalam Pengkhotbah 12:14 "Sesungguhnya Allah akan membawa setiap perbuatan ke penghakiman yang berlaku atas segala yang tersembunyi, entah itu baik, entah itu jahat". Ayat ini menegaskan bahwa kita akan dimintakan pertanggungjawaban dihadapan Allah suatu hari kelak atas setiap perbuatan yang kita lakukan dalam kehidupan ini, sehingga kita harus memaknai hidup dalam kebenaran Tuhan dan bukan sekadar momen untuk memuaskan keinginan pribadi.

Dalam perspektif gereja, *Carpe Diem* dapat diterjemahkan sebagai upaya membentuk keseimbangan antara aktualisasi diri dan kesadaran spiritual. Gereja harus membimbing generasi muda agar mampu memaknai hidup dengan tanggung jawab dan kebijaksanaan. Pendidikan iman yang berorientasi pada *Carpe Diem* teologis membantu mereka memahami bahwa hidup yang dijalani hari ini memiliki konsekuensi kekal. Dengan demikian, prinsip ini menjadi alat refleksi untuk menumbuhkan kesadaran eksistensial bahwa setiap keputusan dan tindakan memiliki makna dalam rencana Allah. Maka itu generasi muda perlu menyadari bahwa setiap tindakan, termasuk upaya untuk menikmati hidup, pada akhirnya akan dihadapkan pada penghakiman Allah. Dengan demikian, para pemuda dan pemudi harus memahami bahwa segala sesuatu yang mereka lakukan di masa muda akan dimintai pertanggungjawaban di hadapan-Nya. Kesadaran ini menuntun mereka untuk menikmati masa muda dengan bijaksana, disertai sikap takut akan Allah sebagai landasan moral dan spiritual dalam menjalani kehidupan.<sup>33</sup> Selain itu, *Carpe Diem* juga memiliki implikasi praktis terhadap pembentukan karakter dan pengelolaan emosi dalam pelayanan pastoral. Guru, pendidik Kristen, dan gembala dapat mengajarkan pentingnya mengelola waktu, menetapkan prioritas, serta mengembangkan rasa syukur terhadap kehidupan. Pendekatan ini memperkuat kesehatan mental dan spiritual generasi muda yang kerap dilanda kecemasan eksistensial akibat tekanan dunia digital. Dengan demikian, *Carpe Diem* dalam psikologi pendidikan gereja bukanlah ajakan untuk hidup tanpa batas, tetapi undangan untuk mengisi setiap hari dengan kesadaran iman, tanggung jawab moral. Dengan pembentukan kesadaran spiritual harian, dimana gereja perlu menanamkan kebiasaan refleksi harian di kalangan remaja dan pemuda agar mereka belajar menyadari kehadiran Allah dalam setiap momen hidup. Strategi ini membantu mereka memahami bahwa *Carpe Diem* bukan berarti menikmati hidup secara bebas, tetapi menghargai waktu yang Tuhan berikan dengan penuh kesadaran rohani dan tanggung jawab. Lalu gereja perlu membangun pendidikan emosional dan spiritualitas kontekstual, ini membawa dalam psikologi pendidikan gereja, penting untuk mengintegrasikan pendidikan emosional dengan nilai-nilai spiritual. Generasi muda perlu diajarkan untuk mengelola emosi,<sup>34</sup> tekanan sosial, dan kecemasan eksistensial secara sehat melalui iman. Program bimbingan pastoral dan konseling rohani dapat diarahkan untuk membantu mereka menemukan

---

<sup>33</sup> Eunike and Sualang, "Kajian Teologis Pengkhotbah 11: 9-10 Berkaitan Dengan Prinsip You Only Live Once (YOLO) Pada Generasi Muda."

<sup>34</sup> REZI ZAMZAMI, "Dampak Teknologi Digital Terhadap Perilaku Sosial Generasi Muda," *TECHSI-Jurnal Teknik Informatika* 15, no. 2 (2024): 87–95.

makna hidup<sup>35</sup> saat ini tanpa kehilangan orientasi hidup. Dengan demikian, prinsip *Carpe Diem* diaktualisasikan sebagai latihan kesadaran diri dan kedewasaan iman, bukan pelarian dari tanggung jawab.

Selanjutnya gereja membangun pelayanan partisipatif dan Tindakan Nyata Kasih dalam pelayanan holistik, dimana gereja dapat menanamkan nilai *Carpe Diem* melalui pelayanan sosial yang nyata, di mana generasi muda didorong untuk menggunakan waktunya untuk memberkati sesama.<sup>36</sup> Melalui pelayanan komunitas, kunjungan sosial, dan proyek kemanusiaan, mereka belajar bahwa “menggunakan hari ini dengan baik” berarti menjadikan setiap kesempatan sebagai ladang untuk melakukan kebaikan dan melayani Tuhan.

Solusi atas persoalan kecemasan eksistensial dan penyimpangan makna hidup akibat budaya YOLO terletak pada pembentukan iman yang utuh, pendampingan pastoral yang mendalam, serta pendidikan Kristen yang mampu mengintegrasikan refleksi teologis dengan realitas psikologis generasi digital. Gereja perlu menolong generasi muda menemukan identitas yang autentik melalui relasi yang hidup dengan Allah, sekaligus membekali mereka dengan literasi emosional, spiritual, dan digital agar tidak terjebak dalam pencitraan maya yang semu. Prinsip *Carpe Diem* teologis harus diajarkan sebagai panggilan untuk menikmati hidup dengan kesadaran spiritual, rasa syukur, dan tanggung jawab moral, bukan sebagai lisensi untuk hidup tanpa batas. Melalui pembiasaan refleksi harian, bimbingan pastoral, konseling rohani, serta keterlibatan dalam pelayanan kasih yang konkret, generasi muda diajak memaknai waktu sebagai anugerah Allah yang harus dikelola dengan bijaksana. Dengan cara ini, kecemasan eksistensial dapat diubah menjadi ruang pertemuan dengan Allah yang memberi arah, kedalaman, dan ketenangan sejati, sementara budaya YOLO didekonstruksi menjadi motivasi untuk hidup secara penuh dalam terang iman Kristen.

#### IV. KESIMPULAN

Fenomena YOLO dalam budaya digital mencerminkan krisis eksistensial generasi muda yang kehilangan orientasi spiritual. Prinsip “You Only Live Once” yang menekankan kebebasan tanpa batas dan pencarian kenikmatan instan telah menjerumuskan banyak anak muda ke dalam gaya hidup hedonistik dan performatif, yang berfokus pada pencitraan diri daripada kedalaman makna hidup. Dalam konteks ini, dekonstruksi teologis terhadap Pengkhotbah 11:9 menjadi penting untuk menata ulang pemahaman tentang kebebasan dan sukacita dalam terang iman. Seruan “bersukacitalah dalam masa mudamu” bukanlah pembenaran terhadap kesenangan duniawi yang tanpa batas, melainkan undangan untuk menikmati hidup sebagai anugerah Allah yang harus dijalani dengan tanggung jawab moral

---

<sup>35</sup> Tahith Aldrich Nanariain and Milton T Pardosi, “Peran Konseling Pendeta Dalam Bimbingan Rohani Dan Kebiasaan Positif Bagi Pemuda Kristen,” *Harati: Jurnal Pendidikan Kristen* 4, no. April (2024): 39–53.

<sup>36</sup> Esty Endaria Sembiring, “Penggembalaan Yang Holistik Dan Kontekstual Terhadap Generasi Muda Masa Kini,” *Kharisma: Jurnal Ilmiah Teologi* 4, no. 2 (2023): 112–27.

dan spiritual. Dengan demikian, kebebasan yang sejati adalah kebebasan yang tunduk pada kehendak Allah dan diarahkan pada pembentukan karakter yang takut akan Tuhan.

Sementara itu, konsep *Carpe Diem* dalam perspektif teologi dan psikologi pendidikan gereja dapat menjadi antitesis yang membangun terhadap budaya YOLO. *Carpe Diem* bukan sekadar ajakan menikmati hidup, melainkan panggilan untuk menghargai setiap hari sebagai kesempatan rohani untuk bertumbuh, melayani, dan bersyukur. Dalam psikologi pendidikan gereja, prinsip ini menegaskan pentingnya kesadaran eksistensial dan spiritualitas reflektif yang membantu generasi muda mengelola kecemasan, mengatur prioritas, dan menghidupi iman secara nyata. Gereja perlu mengaktualisasikan nilai *Carpe Diem* melalui pembentukan kesadaran spiritual harian, pendidikan emosional-spiritual, serta pelayanan partisipatif yang menumbuhkan tanggung jawab sosial dan moral. Dengan demikian, *Carpe Diem* dalam iman Kristen menjadi fondasi pedagogis untuk membangun generasi muda yang mampu hidup dengan penuh sukacita, tanggung jawab, dan kesadaran akan kehadiran Allah dalam setiap momen kehidupan.

## REFERENSI

- Aisafitri, Lira, and Kiayati Yusriyah. "Kecanduan Media Sosial (Fomo) Pada Generasi Milenial." *Jurnal Audience* 4, no. 01 (2021): 86–106. <https://doi.org/10.33633/ja.v4i01.4249>.
- Anggraini, Mahsuna Aulia, and Anis Maisya. "YOLO Culture Dalam Perspektif Islam: Dampak Globalisasi Terhadap Perilaku Hedonisme Di Kalangan Mahasiswa UIN Raden Mas Said Surakarta." *Moral: Jurnal Kajian Pendidikan Islam* 2, no. 3 (2025): 87–97.
- Arifianto, Yonatan Alex, and Asih sumiwi Rachmani. "Peran Roh Kudus Dalam Menuntun Orang Percaya Kepada Seluruh Kebenaran Berdasarkan Yohanes 16 : 13." *Jurnal Diegesis* 3, no. 1 (2020): 1–12.
- Asiva Noor Rachmayani. "Nasehat Kitab Pengkhotbah Bagi Masa Depan Pemuda-Pemudi Katolik (Katekese Orang Muda)," no. 162882 (2015): 6.
- Cinta, Umayrani, Amani Putri, and Rina Nurhudi Ramdhani. "Konsep Diri Mahasiswa Dengan Gaya Hidup You Only Live Once (Yolo)." *Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi* 5, no. 1 (2025): 88–104. <https://jurnal.umbarru.ac.id/index.php/jubikops/article/view/709>.
- Eunike, Meichella Yosepha, and Farel Yosua Sualang. "Kajian Teologis Pengkhotbah 11: 9-10 Berkaitan Dengan Prinsip You Only Live Once (YOLO) Pada Generasi Muda." *Pistis: Jurnal Teologi Terapan* 23, no. 2 (2023): 119–31.
- Faradila, Faja. "Dari YOLO Ke YONO, Pergeseran Gaya Hidup Generasi Muda." *JelajahJawa.Com*, 2025. <https://jelajahjawa.fypmedia.id/detailartikel/432/dari-yolo-ke-yono-pergeseran-gaya-hidup-generasi-muda>.
- Febriana, Merri. "Hiperrealitas 'Endorse' Dalam Instagram Studi Fenomenologi Tentang Dampak Media Sosial Di Kalangan Mahasiswa Universitas Sebelas Maret." *Jurnal Analisa Sosiologi* 6, no. 2 (2018). <https://doi.org/10.20961/jas.v6i2.18098>.
- Hardiantoro, Alinda, and Inten Esti Pratiwi. "Sejarah Dan Efek YOLO, Gaya Hidup Yang Populer Di Era Milenial." *Kompas.com*, 2023.

- <https://www.kompas.com/tren/read/2023/08/07/133000265/sejarah-dan-efek-yolo-gaya-hidup-yang-populer-di-era-milenial?page=all>.
- Hermawanto, Ariyani, and Melaty Anggraini. "Globalisasi, Revolusi Digital Dan Lokalitas: Dinamika Internasional Dan Domestik Di Era Borderless World." Yogyakarta: LPPM Press UPN" Veteran" Yogyakarta, 2020.
- Karimale, Ferdianto P. "Perilaku Konsumtif Generasi Z Pada Media Sosial Dalam Hegemoni Budaya Populer." *Sustainability (Switzerland)*. Universitas Muhammadiyah Malang, 2025. [http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484\\_SISTEM\\_PEMBETUNGAN\\_TERPUSAT\\_STRATEGI\\_MELESTARI](http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI).
- Legi, Ribka Esther, Yopi Baleona Tolego, Anatje Ivone Sherly Lumantow, and Jelty Juriaty Rumetor. "Pendidikan Agama Kristen Dewasa: Tantangan, Strategi, Dan Implikasi Bagi Pengembangan Spiritualitas Dalam Konteks Sosial-Budaya Modern." *Jurnal Teologi Injili* 5, no. 1 (2025): 38–56.
- Lestari, Aulya Endah, and Universitas Widyatama. "Identitas Digital Di Era Sosial Media Antara Ego Dan Eksistensi," no. June (2025).
- Lilianti, N. " Pengaruh YOLO, Hedonisme, Dan Sosial Media Terhadap Perilaku Konsumtif Generasi Z Di Wilayah RT 02/009 Kelurahan Srengseng Sawah, Jagakarsa." Universitas Nasional, 2025.
- Muhammad Agung Raharjo, Andi Aderus, and Hamzah Harun. "Kebebasan Manusia Dalam Berkehendak Dan Berbuat: Analisis Persoalan Klasik Dalam Konteks Kehidupan Berbangsa Di Indonesia." *ALFIHRIS: Jurnal Inspirasi Pendidikan* 3, no. 1 (2025): 203–15. <https://doi.org/10.59246/alfihris.v3i1.1231>.
- Mulia, Syahara Septia, Ririn Fadhila, Keysha Afifatu Zahida, and Tiok Wijanarko. "Di Antara Mimpi Dan Aksi: Langkah Nyata Generasi Muda Dalam Dinamika Pembangunan Sosial Berkelanjutan." *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar* 2, no. 4 (2025): 14.
- Nanariain, Tahith Aldrich, and Milton T Pardosi. "Peran Konseling Pendeta Dalam Bimbingan Rohani Dan Kebiasaan Positif Bagi Pemuda Kristen." *Harati: Jurnal Pendidikan Kristen* 4, no. April (2024): 39–53.
- Noviyana, Dinda Agil, Devi Aprilianti, Nela Melani, Siti Perawati, Pipit Nurhayati, Masduki Asbari, and Dini Salvida. "Carpe Diem: Filosofi Memetik Momentum 'Hari Ini.'" *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan* 1, no. 01 (2023): 300–304. <https://doi.org/10.70508/literaksi.v1i01.310>.
- Pavlidis, Dimitrios, and Panagiota Tragantzopoulou. "Living in Limbo: Existential Concerns Among Greek Young Adults." *Youth* 5, no. 3 (2025): 94. <https://doi.org/10.3390/youth5030094>.
- Roubal, Ondřej, and Petr Wawrosz. "Predatory and Alternative Hedonism – Better Later than Now?" *ACTA VŠFS* 14, no. 2 (2020): 166–79. <https://doi.org/10.37355/ACTA-2020/2-06>.

- Salsabila, Ananda Ade, and Haerani Nur. "Representasi Diri Di Sosial Media: Antara Identitas Nyata Dan Identitas Virtual." *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora* 4, no. 4 (2025): 5601–20.
- Saputra, Erwin Eka. "Relevansi Filsafat Eksistensialisme Dalam Kehidupan Modern." *Journal of Humanities, Social Sciences, and Education* 1, no. 3 (2025): 118–29.
- Sembiring, Esty Endaria. "Penggembalaan Yang Holistik Dan Kontekstual Terhadap Generasi Muda Masa Kini." *Kharisma: Jurnal Ilmiah Teologi* 4, no. 2 (2023): 112–27.
- Smiley, CalvinJohn. "From Silence to Propagation: Understanding the Relationship between 'Stop Snitchin' and 'YOLO.'" *Deviant Behavior* 36, no. 1 (2015): 1–16. <https://doi.org/10.1080/01639625.2014.883888>.
- Soleh, Muhammad Soleh. "Youth, Religion, and Pop Culture: Modernitas Dalam Gaya Hidup Hedonisme Remaja Dan Budaya Populer Versus Eksistensi Agama Jaman Now." *SEMAR: Jurnal Sosial Dan Pengabdian Masyarakat* 1, no. 2 (2023): 35–44.
- Sugiyono. *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta, 2016.
- Team CIMB Niaga. "Hedonisme Adalah: Definisi, Ciri-Ciri, Dan Cara Mengatasi." CIMB Niaga, 2024. <https://www.cimbniaga.co.id/id/inspirasi/gayahidup/hedonisme-adalah>.
- ZAMZAMI, REZI. "Dampak Teknologi Digital Terhadap Perilaku Sosial Generasi Muda." *TECHSI-Jurnal Teknik Informatika* 15, no. 2 (2024): 87–95.