



Fenomena *Alter Ego* dan Krisis Keautentikan: Perspektif Nilai Siplisitas Vinsensian dalam Dunia Digital

Albertus Dian Gedhe Nugraha¹, Joanito Ellsita Deanys Christyarso², Leo Libertus Nika³

Sekolah Tinggi Filsafat Teologi Widya Sasana, Indonesia^{1,2,3}

Email: Albertustaurus@gmail.com

Abstract:

The focus of this paper is the alter ego phenomenon, a secondary digital identity that is often in stark contrast to an individual's real-world personality. Although initially viewed as a medium for creative self-expression, the massive use of alter egos now triggers a critical authenticity crisis among social media users due to the pursuit of social validation and algorithmic pressure. This study analyzes the digital alter ego phenomenon and the resulting authenticity crisis through the lens of Vincentian simplicity. Utilizing a qualitative method with a literature review approach, this paper evaluates the ambivalence of using digital alter egos. The analysis reveals that while an alter ego can serve as a temporary means to reflect inner honesty regarding one's vulnerability, it ultimately masks genuine sincerity, creates an existential duplicity, triggers self-alienation, and diminishes moral responsibility through digital deindividuation. This study concludes that the value of Vincentian simplicity offers a crucial spiritual framework to restore authentic identity, sincere relationships, and ethical boundaries in the digital era.

Keywords: alter ego, crisis of authenticity, digital world, vincentian simplicity, openness.

Abstrak:

Fokus dari tulisan ini adalah fenomena alter ego, yaitu identitas digital sekunder yang sering kali bertolak belakang dengan kepribadian asli individu di dunia nyata. Meskipun awalnya dipandang sebagai wadah ekspresi diri yang kreatif, penggunaan alter ego yang masif kini memicu krisis keautentikan yang kritis di kalangan pengguna media sosial akibat pengejaran validasi sosial dan tekanan algoritma. Penelitian ini menganalisis fenomena alter ego digital dan krisis keautentikan tersebut melalui lensa nilai simplisitas Vinsensian. Tulisan ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi pustaka, untuk mengevaluasi ambivalensi penggunaan alter ego digital. Hasil analisis menunjukkan bahwa meskipun alter ego dapat menjadi sarana sementara untuk mencerminkan kejujuran batin atas kerapuhan diri, pada hakikatnya fenomena ini justru menutupi ketulusan sejati, menciptakan duplisitas eksistensial, memicu alienasi diri, dan menurunkan tanggung jawab moral melalui deindividuasi digital. Penelitian ini menyimpulkan bahwa nilai simplisitas Vinsensian menawarkan kerangka spiritual yang krusial untuk memulihkan identitas yang autentik, relasi yang tulus, dan batasan etis di era digital.

Kata Kunci: Alter Ego, Krisis Keautentikan, Dunia Digital, Siplisitas Vinsensian, Keterbukaan.

Introduksi

Perkembangan teknologi digital dan media sosial telah menjadi salah satu fenomena global yang paling signifikan dan sering dibicarakan oleh masyarakat dunia saat ini. Menurut Statista (2023), lebih dari 4,89 miliar orang di seluruh dunia menggunakan internet, dan lebih dari 4,26 miliar di antaranya merupakan pengguna



media sosial.¹ munculnya platform digital seperti Facebook, Instagram, WhatsApp, TikTok, dan aplikasi lainnya. Di Indonesia, pengguna aktif media sosial lebih dari 139 juta orang pada tahun 2024. Penggunaan didominasi oleh kalangan muda, khususnya mereka yang berusia 18-34 tahun, yang aktif dalam konten dan berinteraksi di berbagai platform.²

Perkembangan ini membawa perubahan besar dalam cara manusia membangun identitas dan berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Kehadiran berbagai platform digital memungkinkan individu menampilkan diri secara bebas melalui foto, video, maupun narasi personal. Dalam perkembangan ini memunculkan sebuah fenomena yang dikenal sebagai fenomena alter ego, yaitu identitas alternatif yang sengaja diciptakan oleh individu untuk merepresentasikan citra tertentu yang berbeda dari kepribadian nyatanya. Fenomena tersebut pada awalnya dipandang sebagai bentuk ekspresi diri dan kreativitas dalam ruang digital. Namun, perkembangan dunia digital yang semakin pesat menunjukkan bahwa penggunaan alter ego kini menjadi semakin luas dan kompleks, terutama di kalangan generasi muda yang hidup dalam budaya media sosial yang kompetitif dan berorientasi pada pengakuan sosial.³

Di tengah perkembangan tersebut, muncul persoalan mengenai krisis keautentikan dalam kehidupan digital. Banyak individu cenderung menampilkan kehidupan yang ideal, sempurna, dan sesuai ekspektasi sosial demi memperoleh validasi berupa perhatian, pengikut, maupun apresiasi dari pengguna lain. Kondisi ini menciptakan kesenjangan antara identitas nyata dengan identitas virtual yang ditampilkan di media sosial.⁴ Berbagai penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media sosial secara intensif dapat mempengaruhi kesehatan mental, rasa percaya diri, serta persepsi individu terhadap dirinya sendiri. Fenomena ini tampak dalam kehidupan sehari-hari ketika seseorang lebih fokus membangun citra digital dibandingkan membangun relasi yang tulus dan autentik. Harapan awal media sosial sebagai sarana komunikasi dan pengembangan diri sering kali bergeser menjadi ruang pencitraan dan kompetisi sosial yang tidak sehat.⁵

Munculnya fenomena alter ego dan krisis keautentikan dipengaruhi oleh berbagai faktor internal maupun eksternal. Dari faktor internal, individu memiliki kebutuhan untuk diterima, dihargai, dan diakui oleh lingkungan sosialnya. Keinginan memperoleh validasi sosial mendorong seseorang menciptakan identitas yang dianggap lebih menarik dibandingkan kondisi dirinya yang sebenarnya. Sementara itu, faktor eksternal turut memperkuat fenomena tersebut, seperti perkembangan teknologi digital, budaya popularitas di media sosial, tekanan lingkungan sosial, serta sistem algoritma platform digital yang cenderung mengutamakan konten menarik dan sensasional.⁶ Selain itu, perubahan gaya hidup masyarakat modern yang semakin kompetitif menyebabkan individu merasa perlu menampilkan citra ideal agar tetap relevan di tengah lingkungan sosial digital.

¹ Ria Anista, "Transformasi Kebudayaan: Dampak Perkembangan Teknologi Dan Media Sosial," *Yazri.com*, 2024, 36.

² Erwin et al., "Social Media Marketing Trends," Google Books, 2023, 4.

³ Shafira Aurenevia Dwi Rakhmawati dan Detya Wiryany, "Analisis Dramaturgi Pada Media Sosial: Second Account Di Instagram Sebagai Alter Ego," *Yayasan Pendidikan Dzurriyatul Quran.id*, 2025. 3049.

⁴ Alexander Kano et al., "Antara Keberadaan Dan Pencitraan: Filsafat Eksistensialisme, Media Sosial, Dan Krisis Identitas," *Stftws.ac.id*, 2026, 141-142.

⁵ Fany Mulyono, "Dampak Media Sosial Bagi Remaja," *Jurnal Simki Economic* 4, no. 1 (2021), 57-65.

⁶ Feri Sulianta, "Ego Dan Media Sosial," Google Books, 2025, 3-5.

Apabila kondisi ini tidak ditangani, maka berbagai dampak negatif dapat muncul, baik bagi individu maupun komunitas. Pada tingkat individu, krisis keautentikan dapat menyebabkan kecemasan sosial, rendahnya rasa percaya diri, ketergantungan terhadap validasi digital, hingga kebingungan identitas. Individu dapat mengalami tekanan psikologis karena harus terus mempertahankan citra tertentu yang berbeda dari dirinya yang asli. Sementara itu, pada tingkat komunitas, fenomena ini berpotensi menciptakan hubungan sosial yang dangkal, menurunkan nilai kejujuran, serta melemahkan kualitas interaksi antarindividu dalam masyarakat digital. Dalam jangka panjang, masyarakat dapat kehilangan budaya kesederhanaan dan ketulusan karena lebih menekankan penampilan dibandingkan nilai-nilai kemanusiaan yang autentik.⁷

Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk menghadapi persoalan tersebut adalah melalui penerapan nilai simplisitas Vinsensian. Nilai ini menekankan hidup dalam kesederhanaan, kejujuran, ketulusan, dan integritas dalam relasi dengan sesama. Perspektif Vinsensian mengajak individu untuk tidak terjebak dalam pencitraan semu, melainkan membangun identitas yang autentik berdasarkan nilai kemanusiaan dan kepedulian sosial.⁸ Dalam konteks dunia digital, simplisitas Vinsensian dapat menjadi alternatif solusi untuk membangun penggunaan media sosial yang lebih sehat, bijaksana, dan berorientasi pada kebenaran diri. Pendekatan ini juga membantu individu memahami pentingnya keseimbangan antara kehidupan nyata dan kehidupan virtual.

Pembahasan mengenai fenomena alter ego dan krisis keautentikan menjadi penting untuk diteliti karena persoalan ini semakin relevan dalam kehidupan masyarakat modern, khususnya generasi muda yang sangat dekat dengan dunia digital. Penelitian mengenai topik ini dapat memberikan pemahaman tentang pengaruh budaya digital terhadap pembentukan identitas individu. Selain itu, kajian ini juga memiliki manfaat dalam mengembangkan kesadaran mengenai pentingnya keautentikan diri di tengah arus media sosial yang semakin kompleks. Dari sisi akademik, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam kajian sosial, budaya digital, dan pendidikan karakter berbasis nilai-nilai kemanusiaan.

Berdasarkan uraian tersebut, artikel ini bertujuan untuk menganalisis fenomena alter ego dan krisis keautentikan dalam dunia digital melalui perspektif nilai simplisitas Vinsensian. Selain itu, artikel ini juga bertujuan menemukan relevansi nilai kesederhanaan dan keautentikan sebagai solusi dalam menghadapi tantangan pembentukan identitas di era digital. Oleh karena itu, pembahasan dalam artikel ini difokuskan pada beberapa rumusan masalah, yaitu: Apa yang dimaksud dengan fenomena alter ego dalam dunia digital? Dalam perspektif nilai simplisitas Vinsensian, sejauh mana penggunaan alter ego digital mencerminkan atau justru menutupi kejujuran dan keterbukaan hati yang menjadi inti spiritualitas tersebut?

Metodologi

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi pustaka. Metode kualitatif dipilih karena penelitian ini memiliki fokus pada pemahaman mendalam mengenai mengenai fenomena alter ego dan krisis keautentikan dalam dunia

⁷ Hafid Asfianto, "Intensi Perilaku Alter Ego pada pengguna akun alter di Twitter Fakultas Psikologi" (Skripsi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2022), 5-6.

⁸ Alexandro Yulianto Mawo Radho, Fernando Ersa Widodo, and Yohanes Dwi Nugroho, "Keutamaan Simplisitas: Pentingnya Keterbukaan Dalam Formasio Calon Imam," *Serikat Kecil: Jurnal Studi Spiritualitas Vinsensian* 1, no. 2 (2024): 173–186.

digital melalui perspektif nilai simplisitas Vinsensian. pendekatan ini tidak menekankan pada pengukuran angka pengguna teknologi digital atau media sosial, melainkan pada analisis makna, pemahaman konsep, serta interpretasi terhadap fenomena sosial yang terjadi di masyarakat digital saat ini. Metode paling efektif untuk mengumpulkan informasi dari sumber literatur yang relevan guna mendukung landasan teoritis dan empiris dalam penelitian. Metode ini melibatkan proses identifikasi, evaluasi, dan sintesis dari literatur yang sudah ada untuk memahami fenomena yang sedang diteliti. Pengumpulan data diperoleh dari berbagai sumber tertulis, seperti jurnal ilmiah, artikel akademik, dan penelitian terdahulu yang relevan dengan topik pembahasan. Data yang sudah dikumpulkan kemudian dianalisis secara deskriptif dan interpretatif dengan mengkaji hubungan antara fenomena alter ego digital, keautentikan diri, dan nilai-nilai simplisitas Vinsensian seperti kejujuran, kesederhanaan, dan keterbukaan hati.

Hasil dan Pembahasan

Hakikat dan Karakteristik Fenomena Alter Ego dalam Dunia Digital

Perkembangan teknologi informasi saat ini tidak bisa dipungkiri telah melahirkan ruang eksistensi baru bagi manusia, yaitu ruang digital. Fenomena ini melekat pada keseharian setiap orang melalui media sosial, platform permainan daring, hingga ruang simulasi virtual lainnya. Menjadi sebuah kenyataan bagi setiap individu untuk berinteraksi di dalam ruang ini, baik disadari ataupun tidak, juga baik disengaja maupun tidak. Karena ruang digital dan kehidupan nyata manusia melekat dengan rapatnya, cara manusia menempatkan dirinya di dunia maya sangat mempengaruhi kedalaman psikologis dan sosial mereka.⁹ Salah satu fenomena psikologis yang berkembang begitu pesat seiring dengan modernitas digital ini adalah pembentukan alter ego.¹⁰

Istilah alter ego berasal dari bahasa Latin yang berarti "diri yang lain" atau "aku yang kedua." Dalam ranah psikologi klasik, konsep ini awalnya dipandang sebagai mekanisme pertahanan diri atau manifestasi dari kepribadian ganda yang muncul akibat tekanan eksternal tertentu. Namun, dalam konteks dunia digital saat ini, pengertian tersebut mengalami pergeseran makna yang cukup signifikan. Alter ego digital dapat diartikan sebagai identitas sekunder yang dibangun, dipelihara, dan ditampilkan oleh seorang individu di ruang siber, yang sering kali memiliki karakteristik, sifat, atau bahkan nilai-nilai yang berbeda secara kontras dengan identitas asli mereka di dunia nyata.¹¹

Pembentukan alter ego digital ini berkaitan erat dengan karakteristik ruang digital itu sendiri, yang menawarkan fitur anonimitas (ketiadaan identitas asli) dan kedekatan semu. Di dunia nyata, manusia sering kali dibatasi oleh norma sosial, tuntutan keluarga, hingga keterbatasan fisik yang melekat pada dirinya sejak lahir. Sebaliknya, dunia digital memberikan kebebasan mutlak bagi pengguna untuk mendesain ulang diri mereka

⁹ Asmaul Husna, Kamaruddin Hasan, and Awaluddin Arifin, "Identitas dan penciptaan diri di era disrupsi digital," *Jurnal Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Malikussaleh (JSPM)* 5, no. 1 (2024), 45.

¹⁰ Nizha Maulidhina, *Konsep Diri Alter Ego di Media Sosial (Studi Fenomenologi Konsep Diri Pengguna Akun Alter Ego Memposting Foto Seksi di Twitter dalam Menunjukkan Identitasnya yang Berbeda di Kota Bandung)*. Diss. Universitas Komputer Indonesia, 2019, 345-346.

¹¹ Inosensius Enryco Mokos, "Konstruksi identitas diri remaja di media sosial: Analisis konsep dramaturgi Erving Goffman," *MUKASI: Jurnal Ilmu Komunikasi* 4, no. 3 (2025), 641-642.

sendiri.¹² Seseorang dapat memilih nama samaran yang baru, menyusun narasi hidup yang berbeda, hingga menggunakan foto profil atau avatar virtual yang tidak mencerminkan penampilan fisik aslinya sama sekali. Proses ini bukan lagi sekadar menyembunyikan diri, melainkan sebuah usaha aktif untuk melahirkan entitas baru yang dirasa lebih ideal atau lebih fungsional dalam lingkungan digital tertentu.

Fenomena alter ego digital ini setidaknya dapat dilihat dalam beberapa contoh berikut. Yang pertama adalah melalui akun samaran atau yang populer dengan istilah *second account* (akun kedua) dan *finsta* (*fake Instagram*). Melalui akun-akun tersembunyi ini, individu biasanya melepaskan topeng formalitas mereka untuk mengekspresikan emosi, keluh kesah, atau ketertarikan spesifik yang dianggap tabu atau memalukan jika ditunjukkan pada akun utama mereka. Contoh kedua terjadi dalam dunia permainan daring (*online gaming*), di mana individu mengadopsi karakter avatar tertentu dengan sifat-sifat yang agresif, dominan, atau heroik, yang sangat bertolak belakang dengan kepribadian asli mereka yang mungkin cenderung pasif dan pemalu di kehidupan sehari-hari. Lalu yang ketiga, yang saat ini berkembang semakin canggih, adalah penggunaan identitas virtual dalam ekosistem Virtual YouTuber (VTuber) atau dunia metaverse, di mana seseorang sepenuhnya beroperasi di balik visualisasi digital dua dimensi atau tiga dimensi yang digerakkan oleh teknologi penangkap gerak tubuh (*motion capture*).

Kumpulan fenomena di atas menunjukkan bahwa alter ego digital tidak tercipta secara kebetulan, melainkan melalui proses komodifikasi dan kurasi diri yang sangat terencana. Ruang digital menyediakan panggung, dan individu bertindak sebagai sutradara sekaligus aktor bagi diri mereka yang lain. Konsep ini memberi makna rasa, bahwa di dalam dunia digital yang serba semu, manusia selalu mencari celah untuk melarikan diri dari ketidaksempurnaan realitas, sekaligus mencoba menemukan ruang alternatif di mana suara mereka dapat didengar tanpa bayang-bayang penghakiman sosial yang kaku.¹³

Mekanisme Pembentukan Alter Ego Digital

Pembentukan alter ego digital ini melibatkan pergeseran cara manusia dalam memahami konsep kedirian. Konsep kedirian tradisional selalu berpijak pada kesatuan yang utuh antara tubuh, jiwa, dan ruang sosial tempat individu tersebut bertumbuh. Namun, modernitas digital merusak kesatuan tersebut dengan menciptakan pemisahan antara subjek yang berpikir dengan tubuh fisik yang bertindak. Ketika seseorang masuk ke dalam ruang digital, tubuh fisiknya tetap berada di kursi kamarnya, namun kesadaran eksistensialnya berpindah dan beroperasi di dalam jaringan internet melalui perantara alter ego tersebut.¹⁴

Proses pemisahan ini didorong oleh dua faktor psikologis yang berjalan beriringan, yaitu kebutuhan akan validasi sosial dan ketakutan akan penolakan (*fear of missing out* atau FOMO). Di zaman digital yang sangat mengagungkan metrik

¹² Riska Farwati, Wulan Yuliyanti, and Wahyu Puji Rahayu Ningsih, "Ujaran kebencian dan perundungan di dunia maya: Tantangan etika dalam ruang digital Indonesia," *JISPENDIORA Jurnal Ilmu Sosial Pendidikan Dan Humaniora* 2, no. 3 (2023), 217-218.

¹³ Hans Karunia, Nauvaliana Ashri, and Irwansyah Irwansyah, "Fenomena penggunaan media sosial: Studi pada teori Uses and Gratification," *Jurnal Teknologi Dan Sistem Informasi Bisnis* 3, no. 1 (2021), 100-102.

¹⁴ Romelus Blegur, "Perspektif Teologis Tentang Makna "Kehadiran" Dalam Kultur Digital," *Studia Philosophica et Theologica* 22, no. 2 (2022), 248-249.

popularitas berupa jumlah pengikut (followers), suka (likes), dan komentar ini, identitas asli manusia sering kali dianggap kurang menarik atau kurang menjual.¹⁵ Akibatnya, timbul dorongan internal yang kuat untuk menciptakan alter ego yang telah disesuaikan dengan selera pasar atau tren populer yang sedang berlangsung di media sosial. Alter ego ini didesain sedemikian rupa agar terlihat cerdas, estetik, sukses, atau memiliki kehidupan yang selalu menyenangkan.

Alter ego juga dibentuk sebagai wadah penyaluran bagi aspek-aspek kepribadian yang selama ini ditekan oleh lingkungan nyata individu tersebut. Sebagai contoh, seorang individu yang hidup dalam kultur masyarakat yang sangat konservatif dan menuntut kepatuhan mutlak, mungkin akan menciptakan alter ego digital yang sangat vokal, kritis, dan berani melakukan penyimpangan pada kebiasaan sosial. Dalam konteks ini, alter ego berfungsi sebagai katarsis emosional yang memberikan rasa aman, sebab segala konsekuensi buruk dari tindakan digital tersebut akan ditanggung oleh identitas buaatannya, bukan oleh diri fisiknya yang rentan di dunia nyata.¹⁶

Hubungan kausalitas antara arsitektur platform digital dan psikologi pengguna ini pada akhirnya menciptakan sebuah lingkaran setan yang sulit diputus. Platform digital dengan algoritma rekomendasinya sengaja dirancang untuk memberi penghargaan berupa keterikatan tinggi (high engagement) kepada konten-konten yang dramatis, ekstrem, atau sangat terkurasi. Manusia, melalui alter ego digitalnya, kemudian berlomba-lomba memproduksi kepribadian yang sesuai dengan algoritma tersebut demi mendapatkan validasi instan. Proses ini secara perlahan mengubah orientasi hidup seseorang, di mana kebahagiaan dan kepuasan batin tidak lagi dicari melalui pencapaian nyata di dunia sebenarnya, melainkan diukur dari seberapa sukses alter ego mereka dalam mengumpulkan pengakuan di jagat maya.

Alter ego digital adalah cerminan dari jiwa manusia modern yang sedang mengalami keretakan internal. Manusia tidak lagi puas dengan satu diri yang tunggal dan terbatas; mereka mendambakan pluralitas eksistensi yang serba bisa dan serba instan. Keinginan untuk melipatgandakan diri ini mengakar pada pembinaan pandangan diri yang rapuh, yang menganggap bahwa diri yang asli terlalu membosankan atau terlalu terluka untuk menghadapi kerasnya tuntutan dunia luar, sehingga membutuhkan tameng virtual untuk tetap bisa bertahan hidup.

Implikasi Alter Ego Digital terhadap Keaslian Diri (Authenticity) Individu

Dampak paling mendasar yang ditimbulkan oleh pembentukan alter ego digital adalah terjadinya keretakan hubungan antara individu dengan jati dirinya yang sebenarnya.¹⁷ Keaslian diri mengandaikan adanya keselarasan antara apa yang dirasakan di dalam batin dengan apa yang diekspresikan dalam tindakan nyata. Namun, ketika seseorang menghabiskan sebagian besar waktunya untuk merawat dan menghidupkan alter ego digitalnya, batasan antara kepribadian yang asli dan yang buatan secara perlahan akan mulai mengabur. Hal ini memicu terjadinya disonansi kognitif yang parah, di mana

¹⁵ Difa Nuresa, "Ketika like dan share menjadi mata uang sosial di era digital," *Journal of Mandalika Social Science* 3, no. 1 (2025), 32-33.

¹⁶ Hayatul Lisa and Ade Irma, "Penggunaan akun second Instagram sebagai media ekspresi diri remaja di era digital," *Arini: Jurnal Ilmiah Dan Karya Inovasi Guru* 2, no. 1 (2025), 11-13.

¹⁷ Saryuti and Haerani Nur, "Identitas di Era Maya: Pencarian Jati Diri Remaja dalam Labirin Media Sosial," *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan* 2, no. 2 (2025), 19-20.

individu mengalami kebingungan akut untuk menentukan siapakah diri mereka yang sesungguhnya.

Hal ini menyebabkan terjadinya fenomena alienasi diri atau keterasingan eksistensial. Seseorang mungkin merasa sangat berkuasa, populer, dan dikagumi saat beroperasi menggunakan alter ego digitalnya di internet, namun seketika merasa hampa, kesepian, dan tidak berdaya saat harus kembali menghadapi kenyataan hidup sebagai manusia biasa di dunia nyata. Kontras yang terlalu tajam antara kejayaan semu di dunia digital dan kesunyian realitas fisik ini sering kali berujung pada rasa cemas yang mendalam dan hilangnya arah akan tujuan hidup yang hakiki. Identitas asli yang tidak pernah dirawat karena dianggap tidak sempurna akhirnya menjadi asing bagi pemiliknya sendiri, sementara identitas digital yang dianggunkan hanyalah seonggok kode fiktif yang tidak memiliki kedalaman emosional yang nyata.

Keberadaan alter ego digital tidak hanya merusak hubungan individu dengan dirinya sendiri, melainkan juga merusak kualitas hubungan sosial antarmanusia di kehidupan sehari-hari.¹⁸ Ketika interaksi sosial di dunia maya dimediasi oleh identitas-identitas buatan yang telah terkurasi, relasi yang terbangun pun ikut menjadi semu dan transaksional. Sikap hormat dan tenggang rasa yang tulus, yang seharusnya menjadi fondasi utama dalam etika sosial masyarakat, digantikan oleh hukum untung-rugi atau efisiensi performa digital. Manusia tidak lagi melihat sesamanya sebagai pribadi yang utuh dengan segala kelebihan dan kekurangannya, melainkan hanya sebagai penonton atau konsumen bagi performa alter ego mereka.

Dampak dari fenomena ini adalah meluasnya krisis etika sosial di era digital, seperti maraknya ujaran kebencian (*hate speech*), perundungan siber (*cyberbullying*), dan polarisasi kelompok yang tajam. Seseorang yang bersembunyi di balik alter ego anonim akan merasa kehilangan tanggung jawab moral atas kata-kata yang diucapkannya, sebab ia merasa tindakan buruk tersebut tidak akan mencoreng reputasi aslinya di dunia nyata. Penurunan kesadaran moral atau deindividuasi ini membuat manusia kehilangan kemampuan empatinya secara drastis. Sikap mengalah, sabar, dan ikhlas yang menjadi inti dari kearifan relasional tradisional ditinggalkan demi mengejar kemenangan adu argumen yang egois di media sosial, yang pada akhirnya membawa dampak kerusakan nyata berupa keretakan sosial di dunia nyata.

Di zaman konsumerisme global saat ini, keaslian diri sering kali dikorbankan demi mendapatkan validasi eksternal yang bersifat sementara. Proses penyesuaian diri yang dilakukan oleh alter ego digital agar selalu selaras dengan tren pasar membuat individu kehilangan kebebasan otentiknya dalam berpikir dan bertindak.¹⁹ Mereka tidak lagi memilih sesuatu berdasarkan nilai-nilai internal atau keyakinan batin yang mendalam, melainkan berdasarkan apa yang dianggap keren, cerdas, dan fungsional oleh standar universal budaya populer global. Kehidupan manusia modern akhirnya berubah menjadi sebuah panggung pertunjukan yang tiada henti, di mana setiap jengkal aktivitas harus difoto, disunting, dan dipamerkan melalui alter ego mereka demi mempertahankan citra tertentu.

Hal ini menyebabkan manusia terjebak dalam kepalsuan eksistensial yang melelahkan fisik maupun mental. Seseorang harus terus-menerus memakai topeng

¹⁸ Andika Andira and Romi Mesra, "Dinamika Hubungan Sosial Di Era Media Sosial: Studi Kasus Di Kalangan Remaja Kota Batam," *Jurnal Masyarakat Digital* 1, no. 2 (2025), 85-87.

¹⁹ Nur Kholizha Putri Andini Fahsyah and Ahmad Junaidi, "Fenomena Fear of Missing Out (FOMO) pada Generasi Z dalam Mengikuti Trend Tiktok," *Kiwari* 4, no. 1 (2025), 68-69.

digitalnya agar tidak kehilangan pengakuan dari komunitas mayanya, meskipun di dalam lubuk hatinya yang terdalam ia merasa sangat tersiksa dan tertekan oleh kepalsuan tersebut. Keaslian diri yang seharusnya bersifat dinamis dan bertumbuh melalui pengalaman hidup yang nyata, kini terperjara dalam kotak algoritma digital yang statis dan kaku. Manusia tidak lagi berani menampilkan kerentanan, kesedihan, atau kegagalan mereka yang manusiawi, karena menganggap hal-hal tersebut akan merusak kesempurnaan citra yang telah dibangun dengan susah payah oleh alter ego.

Alter Ego Digital dalam Timbangan Simplisitas Vinsensian

Santo Vinsensius de Paul menempatkan simplisitas sebagai keutamaan pertama dan yang paling utama dari Lima Keutamaan Vinsensian. Bagi Vinsensius, simplisitas bukan sekadar perkara berpenampilan sederhana atau hemat secara material. Lebih dalam dari itu, simplisitas adalah sebuah disposisi batin yang menuntut keselarasan antara apa yang ada di dalam hati dengan apa yang diungkapkan melalui perkataan dan perbuatan. Simplisitas adalah kejujuran yang tanpa pamrih, keterbukaan hati yang transparan, dan penolakan keras terhadap segala bentuk duplisitas atau pencitraan diri demi keuntungan pribadi. Jika diukur dengan meteran spiritualitas ini, manifestasi alter ego digital memancarkan ambiguitas yang kompleks antara "mencerminkan" dan "menutupi" kebenaran diri.²⁰

Penggunaan alter ego digital, di satu sisi dapat dinilai sebagai upaya manusia untuk mencerminkan kejujuran batin yang selama ini terpasung di dunia nyata. Fenomena *second account* atau *finsta (fake Instagram)*, misalnya, sering kali lahir bukan karena dorongan untuk menipu, melainkan karena kerinduan yang mendalam akan ruang yang aman untuk menjadi jujur. Di dunia nyata yang dipenuhi oleh penghakiman sosial yang kaku, ekspektasi keluarga yang berat, dan tuntutan formalitas profesional, manusia modern kerap merasa terasing dari dirinya sendiri. Diri yang asli sering kali dipaksa untuk memakai topeng kesempurnaan sosial demi dapat diterima oleh lingkungan.

Dalam konteks ini, alter ego digital berfungsi sebagai katarsis psikologis sekaligus ruang pengakuan dosa modern. Di balik akun samaran tersebut, seorang individu justru berani menanggalkan "topeng formalitas" yang biasa ia pakai di akun utama atau di kehidupan nyata. Melalui identitas sekunder ini, mereka secara jujur mengekspresikan kerapuhan, rasa cemas, keluh kesah, ketakutan, hingga ketertarikan spesifik yang dianggap tabu oleh masyarakat konvensional.

Jika dikaitkan dengan dimensi keterbukaan hati, ruang privat virtual yang dibangun lewat alter ego ini seolah-olah mengimitasi ruang pengakuan yang jujur.²¹ Di sana, individu tidak perlu berpretensi menjadi orang sukses atau selalu bahagia. Ada bentuk kejujuran radikal yang dilepaskan ketika seseorang mengakui bahwa dirinya sedang tidak baik-baik saja, meskipun kejujuran itu harus disembunyikan di balik nama samaran. Dalam dinamika yang unik ini, alter ego digital seakan menjadi alat bantu sementara bagi jiwa yang terluka untuk menyuarakan kebenaran batinnya tanpa bayang-bayang penolakan. Namun, apabila analisis kita ditarik lebih dalam ke akar spiritualitas Vinsensian, argumen bahwa alter ego mencerminkan kejujuran tersebut segera runtuh

²⁰ Alexandro Yulianto Mawo Radho, Fernando Ersu Widodo, and Yohanes Dwi Nugroho, "Keutamaan Simplisitas: Pentingnya Keterbukaan dalam Formasio Calon Imam," 176.

²¹ Hayatul Lisa and Ade Irma, "Penggunaan akun second Instagram sebagai media ekspresi diri remaja di era digital," 11.

oleh kenyataan yang lebih besar: bahwa alter ego digital pada hakikatnya adalah bentuk duplisitas eksistensial yang akut.

Mekanisme pembentukan alter ego sangat dikendalikan oleh kurasi diri yang ketat dan komodifikasi identitas. Ketika individu mendesain identitas virtualnya agar terlihat lebih estetik, cerdas, vokal, atau superior demi memenangkan algoritma platform dan meraih validasi sosial, melalui *likes*, *followers*, dan *engagement*, mereka sedang membangun menara kepalsuan. Proses ini secara langsung menutupi kejujuran hati. Manusia tidak lagi menampilkan dirinya apa adanya sebagai ciptaan yang unik dan rapuh, melainkan menampilkan diri yang telah "diedit" agar sesuai dengan selera pasar universal.

Alter ego digital sering kali mengaburkan batas antara keaslian dan kepalsuan. Ketika seseorang menghabiskan mayoritas energi psikologisnya untuk merawat, menghidupkan, dan membela citra alter egonya, identitas asli yang nyata di dunia fisik perlahan-lahan akan terabaikan dan mengalami alienasi. Santo Vinsensius mengingatkan bahwa Allah adalah Kebenaran itu sendiri, dan Dia tidak dapat ditemui di dalam kepalsuan atau kepura-puraan.²² Sehingga dengan memisahkan kesadaran eksistensialnya ke dalam entitas fiktif di dunia maya, manusia modern mengalami keretakan internal. Mereka mengalami disonansi kognitif: merasa sangat berkuasa di balik layar, namun seketika merasa hampa dan kesepian saat gawai dimatikan. Keterbukaan hati yang sejati menuntut keberanian untuk menghadapi realitas diri yang retak dan tidak sempurna di hadapan Allah dan sesama secara langsung, bukan melarikan diri ke dalam fantasi identitas yang serba bisa dan serba instan.

Dampak paling berbahaya dari alter ego yang menutupi simplisitas ini adalah terjadinya deindividuasi moral dalam ruang digital. Keutamaan simplisitas Vinsensian selalu berorientasi ke luar, yaitu pada membangun relasi yang tulus, jujur, dan penuh kasih dengan sesama, khususnya mereka yang miskin dan tersingkir.²³ Simplisitas meruntuhkan sekat-sekat kesombongan agar manusia dapat berjumpa sebagai sesama saudara.

Sebaliknya, fitur anonimitas yang melekat pada alter ego digital sering kali disalahgunakan untuk melepaskan tanggung jawab moral. Seseorang yang bersembunyi di balik akun anonim atau avatar virtual cenderung merasa kebal dari konsekuensi sosial dunia nyata. Akibatnya, alih-alih melahirkan keterbukaan hati, alter ego ini justru menjadi tameng untuk memuntahkan ujaran kebencian (*hate speech*), melakukan perundungan siber (*cyberbullying*), dan memicu polarisasi sosial. Nilai-nilai kearifan relasional seperti sikap mengalah, sabar, empati, dan ikhlas yang menjadi buah dari simplisitas batin, lenyap digantikan oleh egoisme performatif demi memenangkan debat kusir di media sosial.

Ketika interaksi antarmanusia dimediasi oleh identitas-identitas buatan yang transaksional, relasi sosial yang terbangun pun ikut menjadi dangkal dan semu. Manusia tidak lagi dipandang sebagai pribadi yang utuh yang memiliki kedalaman batin, melainkan hanya diposisikan sebagai objek penonton atau konsumen bagi pertunjukan

²² Alexandro Yulianto Mawo Radho, Fernando Ersu Widodo, and Yohanes Dwi Nugroho, "Keutamaan Simplisitas: Pentingnya Keterbukaan dalam Formasio Calon Imam," 178.

²³ Alexandro Yulianto Mawo Radho, Fernando Ersu Widodo, and Yohanes Dwi Nugroho, "Keutamaan Simplisitas: Pentingnya Keterbukaan dalam Formasio Calon Imam," 177.

alter ego kita. Ini adalah kebalikan dari visi Vinsensian, yang melihat wajah Kristus pada diri sesama yang kita jumpai secara nyata.²⁴

Kesimpulan

Fenomena alter ego dalam ruang digital merupakan cerminan dari kompleksitas manusia modern yang sedang mengalami keretakan eksistensial dan krisis keautentikan di tengah derasnya arus budaya digital. Melalui fitur anonimitas, kurasi diri, dan tuntutan algoritma media sosial, individu kerap melahirkan identitas kedua demi mencari ruang aman atau demi meraih validasi sosial yang semu. Dalam timbangan nilai simplisitas Vinsensian, fenomena ini memiliki dimensi ambiguitas yang mendalam. Di satu sisi, alter ego seperti akun samaran, dapat menjadi katarsis psikologis yang mencerminkan kejujuran batin yang terpasung, tempat di mana manusia berani menanggalkan topeng formalitas untuk mengakui kerapuhan dan ketidaksempurnaan mereka.

Namun, di sisi lain yang lebih substantif, spiritualitas Vinsensian membongkar bahwa alter ego digital pada hakikatnya menutupi kejujuran dan keterbukaan hati yang sejati. Mekanisme pembentukan alter ego yang sarat akan pencitraan komodifikasi merupakan bentuk duplisitas eksistensial yang mengalienasi manusia dari jati diri aslinya serta menjebak mereka dalam kepalsuan yang melelahkan. Lebih jauh lagi, anonimitas ini sering kali berujung pada deindividuasi moral, di mana individu kehilangan tanggung jawab etis, yang kemudian memicu meluasnya ujaran kebencian dan pendangkalan relasi sosial di dunia maya.

Sebagai solusi atas tantangan ini, nilai simplisitas Vinsensian hadir bukan sebagai bentuk penolakan terhadap teknologi, melainkan sebagai kompas etis dan spiritual bagi masyarakat digital. Nilai ini memanggil setiap individu untuk berani meruntuhkan menara kepalsuan virtual dan menampilkan diri apa adanya sebagai ciptaan yang unik di hadapan Allah dan sesama. Dengan mengintegrasikan keselarasan antara hati, perkataan, dan perbuatan, simplisitas Vinsensian mampu memulihkan keautentikan hidup, menumbuhkan kembali empati yang tulus, serta mentransformasikan ruang digital yang transaksional menjadi panggung perjumpaan manusiawi yang sejati dan bermartabat.

Referensi

- Alexander et al. "Antara Keberadaan Dan Pencitraan: Filsafat Eksistensialisme, Media Sosial, dan Krisis Identitas." *Stftws.ac.id*, 2026.
- Alexandro Yulianto Mawo Radho, Fernando Ersu Widodo, and Yohanes Dwi Nugroho. "Keutamaan Simplisitas: Pentingnya Keterbukaan Dalam Formasio Calon Imam," *Serikat Kecil: Jurnal Studi Spiritualitas Vinsensian* 1, no. 2 (2024): 173–186.
- Andika Andira and Romi Mesra. "Dinamika Hubungan Sosial Di Era Media Sosial: Studi Kasus Di Kalangan Remaja Kota Batam." *Jurnal Masyarakat Digital* 1, no. 2 (2025): 77-89.

²⁴ Alexandro Yulianto Mawo Radho, Fernando Ersu Widodo, and Yohanes Dwi Nugroho, "Keutamaan Simplisitas: Pentingnya Keterbukaan dalam Formasio Calon Imam," 184.

- Asmaul Husna, Kamaruddin Hasan, and Awaluddin Arifin. "Identitas dan penciptaan diri di era disrupsi digital." *Jurnal Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Malikussaleh (JSPM)* 5, no. 1 (2024): 44-56.
- Difa Nuresa. "Ketika like dan share menjadi mata uang sosial di era digital." *Journal of Mandalika Social Science* 3, no. 1 (2025): 29-39.
- Erwin et al. "Social Media Marketing Trends." Google Books, 2023.
- Fany Mulyono. "Dampak Media Sosial Bagi Remaja." *Jurnal Simki Economic* 4, no. 1 (2021). 57–65.
- Feri Sulianta. "Ego Dan Media Sosial." Google Books, 2025.
- Hafid Asfiyanto. "Intensi Perilaku Alter Ego pada pengguna akun alter di Twitter Fakultas Psikologi." Skripsi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2022.
- Hans Karunia, Nauvaliana Ashri, and Irwansyah Irwansyah. "Fenomena penggunaan media sosial: Studi pada teori Uses and Gratification." *Jurnal Teknologi Dan Sistem Informasi Bisnis* 3, no. 1 (2021): 92-104.
- Hayatul Lisa and Ade Irma. "Penggunaan akun second Instagram sebagai media ekspresi diri remaja di era digital." *Arini: Jurnal Ilmiah Dan Karya Inovasi Guru* 2, no. 1 (2025): 1-15.
- Inosensius Enryco Mokos. "Konstruksi identitas diri remaja di media sosial: Analisis konsep dramaturgi Erving Goffman." *MUKASI: Jurnal Ilmu Komunikasi* 4, no. 3 (2025): 638-649.
- Nizha Maulidhina. *Konsep Diri Alter Ego di Media Sosial (Studi Fenomenologi Konsep Diri Pengguna Akun Alter Ego Memposting Foto Seksi di Twitter dalam Menunjukkan Identitasnya yang Berbeda di Kota Bandung)*. Diss. Universitas Komputer Indonesia, 2019.
- Nur Kholizha Putri Andini Fahsya and Ahmad Junaidi. "Fenomena Fear of Missing Out (FOMO) pada Generasi Z dalam Mengikuti Trend Tiktok." *Kiwari* 4, no. 1 (2025): 61-70.
- Ria Anista. "Transformasi Kebudayaan: Dampak Perkembangan Teknologi Dan Media Sosial." *Yazri.com*, 2024.
- Riska Farwati, Wulan Yuliyanti, and Wahyu Puji Rahayu Ningsih. "Ujaran kebencian dan perundungan di dunia maya: Tantangan etika dalam ruang digital Indonesia." *JISPENDIORA Jurnal Ilmu Sosial Pendidikan Dan Humaniora* 2, no. 3 (2023): 213-225.
- Romelus Blegur. "Perspektif Teologis Tentang Makna "Kehadiran" Dalam Kultur Digital." *Studia Philosophica et Theologica* 22, no. 2 (2022): 246-261.
- Saryuti and Haerani Nur. "Identitas di Era Maya: Pencarian Jati Diri Remaja dalam Labirin Media Sosial." *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan* 2, no. 2 (2025): 13-23.
- Shafira Aurenevia Dwi Rakhmawati and Detya Wiriany. "Analisis Dramaturgi Pada Media Sosial: Second Account Di Instagram Sebagai Alter Ego." *Yayasan Pendidikan Dzurriyatul Quran.id*, 2025.