

# KEBAHAGIAAN DALAM PANDANGAN IBNU AL-QAYYIM AL-JAUZIYAH DAN RELEVANSINYA TERHADAP MASYARAKAT MODERN

Ade Lutfi Nugraha Putra Magister  
Ilmu Agama Islam Universitas  
Paramadina  
ade.putra@students.paramadina.ac.id

## ABSTRAK

*Persoalan kebahagiaan telah menjadi tema utama pembahasan para sastrawan, agamawan, dan filsuf selama berabad-abad. Pemikiran para filsuf Yunani, Barat, dan Islam telah memberi banyak pengaruh terhadap konsep kebahagiaan, termasuk cara menggapainya. Dalam hal ini, Ibnu Al-Qayyim menganggap penting untuk secara khusus membahas tentang kebahagiaan. Fenomena ini mendorong suatu penelitian untuk menggali makna kebahagiaan yang hakiki. Secara naturalistik, peneliti mengkonstruksikan berbagai macam pendapat para tokoh mengenai konsep dan cara menggapai kebahagiaan, baik dari Yunani, Barat, maupun Islam. Melalui metode deskriptif-analitis dan deskriptif-interpretatif, peneliti memaparkan sekaligus menganalisis konsep para tokoh tentang kebahagiaan untuk selanjutnya diinterpretasikan sesuai dengan konteks masyarakat modern. Plato berpendapat bahwa kebahagiaan hakiki tidak mungkin diraih di dunia. Sementara Al-Farabi meyakini bahwa kebahagiaan bisa diraih, baik di dunia maupun di akhirat. Aristoteles mengedepankan kehidupan yang penuh dengan kebaikan sebagai prasyarat meraih kebahagiaan. Sementara itu Al-Ghazali berpendapat bahwa kebahagiaan hanya bisa diraih jika manusia mengenal Tuhannya (Ma'rifatullah) dengan cara mengenal dirinya. Dalam konsepnya mengenai kebahagiaan, Ibnu Al-Qayyim meyakini bahwa kebahagiaan hanya bisa diraih melalui ilmu dan kalbu. Inilah pintu masuk kebahagiaan menurut Ibnu Al-Qayyim. Kemuliaan ilmu dan kebersihan kalbu adalah jalan menuju kebahagiaan.*

Kata Kunci : kebahagiaan, kebaikan, ilmu, kalbu, filsuf.

## Pendahuluan

Setiap manusia menghendaki kehidupan yang bahagia. Tidak ada satupun manusia yang ingin hidup susah, gelisah, dan tidak merasakan ketentraman. Akan tetapi setiap manusia memiliki prinsip dan cara pandang yang berbeda dalam mengukur kebahagiaan. Karena yang paling mempengaruhi seseorang dalam mengukur kebahagiaan adalah prinsip dan pandangan hidup yang dipijaknya. Kebahagiaan tidak selalu berupa kemewahan dan keberlimpahan materi duniawi. Kebahagiaan justru seringkali hadir dari sebuah kesederhanaan yang dibalut dengan keikhlasan.

Persoalan kebahagiaan telah menjadi tema utama pembahasan para sastrawan, agamawan, dan para filosof selama berabad-abad. Kebahagiaan, dalam berbagai bahasa seperti Inggris (*Happiness*), Jerman (*Gluck*), Latin (*Felicitas*), Yunani (*Eutychia, Eudaimonia*),

hingga Arab (*Falah, Sa'adah*), menunjukkan arti keberuntungan, peluang baik, dan kejadian yang baik. Dalam bahasa Cina (*Xing Fu*), kebahagiaan terdiri dari gabungan kata “beruntung” dan “nasib baik”. Setiap orang, dengan berbagai tingkatan usia dan latar belakang, memiliki gambaran yang berbeda-beda tentang kebahagiaan.<sup>1</sup>

Ada begitu banyak pandangan dan pendapat mengenai kebahagiaan, mulai dari filosof Yunani, Sokrates. Menurut Sokrates, budi ialah tahu. Orang yang berpengetahuan dengan sendirinya berbudi baik. Jalan menuju kebaikan adalah jalan yang sebaik-baiknya untuk mencapai kesenangan hidup. Tujuan etik baginya adalah untuk mencapai kebahagiaan atau kesenangan hidup. Namun, Sokrates tak pernah mempersoalkan apa itu kebahagiaan atau kesenangan hidup, sehingga murid-muridnya memberikan pendapat mereka sendiri-sendiri<sup>2</sup>.

Selanjutnya, tokoh lain bernama Plato yang merupakan murid Sokrates. Berdasarkan ajaran ideanya, Plato berpendapat bahwa kebahagiaan tertinggi itu tidak mungkin diperoleh di dunia, kebahagiaan tertinggi baru bisa diperoleh ketika jiwa sudah berpisah dengan jasad. Plato berpandangan bahwa kebahagiaan tertinggi itu hanya terletak pada jiwa, bukan jasad, sehingga ketika jasad dan jiwa masih melekat pada tubuh yang kotor dengan berbagai kepentingannya, berarti jiwa belum benar-benar bahagia. Bagi Plato kebahagiaan yang hakiki baru bisa dirasakan manusia di akhirat kelak.<sup>3</sup>

Aristoteles juga memiliki pandangan yang berbeda tentang kebahagiaan jiwa. Aristoteles merupakan seorang filosof Yunani, murid dari Plato selama 20 tahun. Ia menulis beberapa karya dalam bidang fisika, metafisika, puisi, logika, retorika, politik, pemerintahan, biologi dan zoologi<sup>4</sup>. Namanya cukup dikenal dalam dunia filsafat, baik di Timur maupun di Barat, karena dia, bersama dua filosof Yunani lainnya Sokrates dan Plato, cukup berpengaruh dalam dunia pemikiran Barat.

Secara umumnya, pandangan Aristoteles tentang konsep manusia masih bersifat fisik. Ilmu tentang manusia, oleh Aristoteles, dimasukkan ke dalam disiplin ilmu fisika. Psikologi, istilah kita hari ini, dalam pemikiran Aristoteles masuk dalam bidang ilmu fisika yang

---

<sup>1</sup>Jalaluddin Rakhmat, *Meraih Kebahagiaan* (Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2008), hal. 98, Lihat juga tulisan Jalaluddin Rakhmat, *Tafsir Kebahagiaan* (Bandung: Serambi, 2010).

<sup>2</sup>Muhammad Hatta, *Alam Pikiran Yunani*, (Jakarta: Tutamas Indonesia, 1980), hal. 83.

<sup>3</sup>Ahmad Tibry, *Konsep Bahagia HAMKA: Solusi Alternatif Manusia Modern*, (Padang: IAIN-IB Press, 2006), hal. 51.

<sup>4</sup>Menurut Aristoteles dalam banyak karyanya, hanya makhluk yang berakal budi saja yang benar-benar dapat bahagia. Sebab hanya merekalah yang dapat merenungkan keadaannya, menyadari, serta mengerti kepuasan yang mereka alami. Kebahagiaan adalah keadaan subjektif yang menyebabkan seseorang merasa dalam dirinya ada kepuasan akan keinginannya dan menyadari dirinya memiliki sesuatu yang baik. Keadaan semacam itu hanya ada bagi mereka yang mampu merenungkan dan sadar akan dirinya, yaitu makhluk yang berakal budi. Simon Petrus L Tjahjadi, *Petualangan Intelektual: Konfrontasi Para Filosof dari Zaman Yunani Hingga Zaman Modern*, (Jogjakarta: Kanisius, 2004), hal. 63.

kajiannya mencakup hal-hal fisis dan alamiyah. Sehingga, manusia diselidiki dalam ruang lingkup hal-hal fisik yakni makhluk hidup yang mempunyai *psyche* (jiwa). Hal ini disebabkan tipe pandangan pemikiran Aristoteles yang cenderung kepada penyelidikan empiris. Aristoteles memandang bahwa manusia hidup memiliki tujuan, yaitu nilai kebahagiaan (*eudaimonia*). Menurutnya jika manusia telah mencapai kebahagiaan, maka tidak ada yang diinginkan lagi setelahnya.<sup>5</sup> Kebahagiaan yang dimaksud adalah bila manusia melaksanakan moral (etika), maka manusia menjadi makhluk yang berbahagia. Disinilah korelasi etika dan kebahagiaan dijelaskan oleh Aristoteles.

Filsuf Muslim lainnya yang juga cukup dalam bicara tentang kebahagiaan adalah Al-Farabi. Meskipun ini bukanlah inti filsafatnya, namun ia sangat antusias sekali membahas tentang kebahagiaan. Bahkan Al-Farabi menulis dua buku tentang kebahagiaan, yaitu *Tahshil al-Sa'adah* (Mencari Kebahagiaan) dan *al-Tanbih al-Sa'adah* (Membangun Kebahagiaan). Bagi Al-Farabi, kebahagiaan adalah jika jiwa manusia menjadi sempurna di dalam wujud dimana ia tidak membutuhkan dalam eksistensinya kepada suatu materi.<sup>6</sup> Menurut Al-Farabi, bangsa dan warga kota dapat mencapai kebahagiaan, baik di dunia maupun di akhirat, adalah ketika manusia memenuhi empat hal. Empat hal itu yaitu keutamaan teoritis, keutamaan intelektual, keutamaan akhlaki, dan keutamaan amalia.<sup>7</sup> Kebahagiaan tertinggi bagi Al-Farabi baik di dunia maupun di akhirat kelak bisa dicapai.

Menurut Ibn Miskawayh, untuk memperoleh kebahagiaan, manusia harus mencapai suatu derajat kemanusiaan yang tertinggi. Derajat ini dapat dicapai jika manusia mampu menyempurnakan kemampuan kognitif dan kemampuan praktis. Dengan kemampuan kognitif, manusia cenderung pada berbagi ilmu pengetahuan sehingga wawasan dan kemampuan serta kerangka berpikirnya tepat dan akurat, sehingga ia bergerak maju mencapai pengetahuan tertinggi, yaitu pengetahuan Ilahi. Pada kemampuan inilah segala keraguan menjadi hilang dan hati menjadi tentram. Sedangkan dengan kemampuan praktis, manusia akan mencapai

---

<sup>5</sup>Berbeda dengan Plato, Aristoteles memiliki pandangan yang berlawanan. Menurut Aristoteles, hidup yang baik dapat dikatakan dengan satu kata yaitu “kebahagiaan”, kebahagiaan adalah kebaikan instrinsik, dan merupakan tujuan dalam diri kita masing-masing. Tegasnya kebahagiaan adalah hidup yang terintegrasi dan memuaskan. Selanjutnya, kebahagiaan atau kesejahteraan, dapat diperoleh manusia di dunia, jika manusia berupaya keras untuk mengusahakannya. Kebahagiaan adalah apa yang kita cari demi dirinya sendiri (*eudaimonia*). Kebahagiaan bagi Aristoteles adalah tercapainya apa yang dibutuhkan di dunia ini berupa terpenuhinya kepentingan materi. Kebahagiaan menurut Aristoteles terkait dengan materi, sehingga kebahagiaan tertinggi bisa dicapai di dunia ini. Franz Magnis-Suseno, *Menjadi Manusia: Belajar dari Aristoteles*, (Yogyakarta: Kanisius, 2009), hal. 3.

<sup>6</sup>Ibrahim Madkour, *Filsafat Islam: Metode dan Penerapan*, terj. Yudian Wahyudi dkk, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1996), bagian 1, cet. ke-4, hal. 32.

<sup>7</sup>Abu Nashr Al-Farabi, *Tahshil al-Sa'adah*, (Libanon: Dar wa Maktabah al-Hilal, 1995), hal. 25.

kesempurnaan karakter yang harmonis dalam hidup, sehingga tercapai kebahagiaan yang menyeluruh bagi individu dan masyarakat.<sup>8</sup>

Demikian pula seorang ulama kenamaan, Ibnu Al-Qayyim Al-Jauziyah, dalam membahas tentang kebahagiaan, Ibnu Al-Qayyim Al-Jauziyah merasa bahwa nilai-nilai menuju sebuah kebahagiaan sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial, politik dan budaya pada zamannya. Dia merupakan salah seorang pendiri dari neo-sufisme, dimana ciri-cirinya adalah berupaya melakukan penekanan pembahasan terhadap motif moral dan penetapan dari metode dzikir dan melakukan pemusatan pemikiran maupun hati, serta adanya upaya pendekatan kepada Allah, yang mana sasaran dan isi konsentrasi tersebut diselaraskan dengan Al-Qur'an dan Sunnah serta bertujuan untuk memantapkan keyakinan tentang konsep iman dan pemurnian nilai-nilai moral dan jiwa manusia<sup>9</sup>.

Menurut Ibnu Al-Qayyim, kebahagiaan dan penderitaan manusia tergantung pada sehat dan rusaknya tiga anggota badan, yaitu pendengaran, penglihatan, dan hati<sup>10</sup>. Kelak, manusia akan dimintai pertanggungjawaban tentang penggunaan ketiga hal tersebut dalam upaya memperoleh kebahagiaan dalam hidupnya. Maka pengenalan terhadap segala potensi diri demi mencapai kebahagiaan adalah juga upaya mengenal Tuhannya. Karena tidak ada yang lebih dekat dengan kita, selain diri kita sendiri<sup>11</sup>.

Maka kebahagiaan adalah sebuah langkah riil dan nyata dalam aksi dan reaksi, bukan dalam imaginasi awang-awang dan atau dunia pertapaan. Ibnu Al-Qayyim mengusulkan kehidupan praktis yang dinamis daripada kehidupan teori pertapaan<sup>12</sup>. Dalam arti, tentu saja mereka yang baik akan mencari teman yang baik. Mereka yang baik juga pasti akan mencari tempat kerja dan bisnis yang baik. Mereka yang baik juga tentu akan memilih tepat tinggal dalam komunitas masyarakat yang baik. Inilah kebahagiaan yang bersifat inklusif dan kolektif.

---

<sup>8</sup>Ibn Miskawayh, *Menuju Kesempurnaan Ahklak*, (Beirut, Lebanon: Darul Kutub al 'Ulumiyyah) hal. 63-64

<sup>9</sup>Husen Bahresy, *Tasawuf Murni : Moral Islam Menuju Pembangunan dan Hidup Bahagia dengan Landasan al-Qur'an dan al-Hadits* (Surabaya: al-Ihsan, 1990), hal. 69.

<sup>10</sup>Lebih jauh, Ibnu Qayyim menjelaskan bahwa kebahagiaan yang mempengaruhi jiwa ada tiga, yaitu kebahagiaan yang berasal dari luar diri manusia, kebahagiaan jasmani, dan kebahagiaan hakiki, yaitu kebahagiaan jiwa, ruhani, dan hati. Itulah kebahagiaan ilmu yang buahnya berguna. Hanya ilmu seperti itu yang akan kekal dalam segala perubahan waktu dan keadaan. Hanya itu yang akan senantiasa menyertai hamba dalam perjalanan di tiga fasenya, yaitu fase dunia, fase *barzakh*, dan fase akhirat yang kekal. Ibnu Qayyim Al Jauziyyah, *Kunci Kebahagiaan*, terj. Abu Hayyie al-Katani, dkk (Jakarta: Akbar Media, 2017), hal. 169.

<sup>11</sup>Konsep kebahagiaan Al-Ghazali secara garis besar bergantung pada tiga hal, yaitu kekuatan amarah, kekuatan syahwat dan kekuatan ilmu. Ketiganya harus ada pada posisi dan porsi seimbang, jangan berlebihan menuruti kekuatan amarah yang akan membawanya pada penyesalan. Jangan pula berlebihan pada kekuatan syahwat, sehingga membawa pada kesia-siaan. Yang dibutuhkan adalah keseimbangan antara kekuatan syahwat dan amarah, bila ini terjadi, maka luruslah jalan menuju Tuhan. Al-Ghazali, *Kimia Kebahagiaan*, terj. Haidar Bagir (Bandung: Mizan, 1984), hal. 9.

<sup>12</sup>Ibnu Qayyim Al Jauziyyah, *Kunci Kebahagiaan*, terj. Abu Hayyie al-Katani, dkk (Jakarta: Akbar Media, 2017), hal. 246.

Kebahagiaan yang bisa dimiliki oleh siapa saja. Kebahagiaan yang bukan hanya milik raja, priyai, dan filsuf semata. Inilah salah satu konsep kebahagiaan menurut Ibnu Al-Qayyim, bahwa kebahagiaan bersifat kolektif dan dapat diraih bersama-sama oleh keluarga dan masyarakat, bahkan hingga kota dan negara<sup>13</sup>. Maka seorang penyendiri tidak akan mampu mencapai kebahagiaan<sup>14</sup>.

Menurut Thomas Aquinas, kebahagiaan tidak terletak pada barang-barang ataupun makanan, pakaian dan lain sebagainya, itu termasuk ke dalam kebahagiaan yang tidak sempurna, seperti yang dapat dimiliki dalam kehidupan ini. Barang-barang eksterior diperlukan, bukan sebagai esensi dari kebahagiaan, tetapi sebagai alat untuk kebahagiaan. Untuk kebutuhan manusia dalam kehidupan ini adalah kebutuhan tubuh. Kebahagiaan dikatakan sebagai kebaikan manusia yang berdaulat.<sup>15</sup> Aquinas mengatakan, manusia wajib untuk melakukan yang baik dan menghindari yang buruk. Selain akal budi dapat memahami tentang yang baik dan yang buruk, manusia juga diarahkan oleh hati nuraninya untuk melakukan yang baik. Maka yang menjadi masalah berikutnya adalah bagaimana langkah agar dirinya tetap teguh melakukan yang baik dalam kehidupan ini.<sup>16</sup>

Haji Abdul Malik Karim Amrullah atau lebih dikenal dengan Buya Hamka dalam bukunya *Tasawuf Modern* banyak mengutip berbagai macam pendapat tentang definisi kebahagiaan dalam perspektif yang berbeda. Di antara pendapat yang dikutipnya adalah pendapat Khalid al-Barmaky, Hutai'ah, Zaid bin Tsabit, Ibnu Khaldun, dan Abu Bakar Ar-Razi. Yahya bin Khalid al-Barmaky, seorang wazir yang masyhur di dalam Daulat Bani Abbas, berpendapat bahwa kebahagiaan adalah sentosa perangai, kuat ingatan, bijaksana akal, tenang dan sabar menuju maksud dan tujuan. Sedangkan Hutai'ah dalam sebuah syairnya menuliskan bahwa kebahagiaan bukanlah terkumpulnya harta benda, tetapi taqwa kepada Allah, itulah bahagia. Taqwa kepada Allah itulah sebaik-baiknya bekal".<sup>17</sup>

Hamka dalam *Tasawuf Modern* menyebutkan bahwa kesempurnaan kebahagiaan tergantung kepada kesempurnaan akal. Namun demikian, menurut Hamka, semata-mata menggantungkan usaha akal tidak akan mengantarkan manusia pada kebahagiaan paripurna. Ada perantara antara akal dengan bahagia, yaitu *iradah*, kemauan. Walaupun akal sudah tinggi,

---

<sup>13</sup>Jurnal al Qisthas : Jurnal Hukum dan Politik. P-ISSN : 2086-9649. *Gagasan Al-Farabi Tentang Negara Ideal (Al-Madinah Al-Fadhilah)*. Ditulis oleh M. Yusuf Jamil. UIN Sultan Maulana Hasanuddin, Banten. 2016.

<sup>14</sup>Rusfian Effendi, *Filsafat Kebahagiaan : Plato, Aristoteles, Al-Ghazali, Al-Farabi*, (Yogyakarta: CV. Budi Utama, 2017) hal. 81.

<sup>15</sup> Thomas Aquinas. *Summa Theologica*, Vol. I, hal. 16.

<sup>16</sup>Hawasi, *Thomas Aquinas: Menyelaraskan Antara Iman dan Akal*, (Jakarta: CV. Poliyama Widyapustaka, 2003.) hal. 93.

<sup>17</sup>Haji Abdul Malik Karim Amirullah, *Tasawuf Modern*, (Jakarta: Pustaka Panjimas, 2001), hal. 20-21

kalau tidak ada *iradah* untuk mencapai bahagia, bahagia itu tidak akan tercapai.<sup>18</sup> Dalam Islam, kebahagiaan mencakup dunia dan akhirat. Kebahagiaan akhirat merupakan puncak kebahagiaan dan yang tertinggi adalah kebahagiaan melihat-Nya, sebagaimana yang telah dijanjikan Allah SWT kepada siapa saja yang hidup dengan penyerahan diri dan kesadaran serta patuh kepada perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya.

Menurut Al-Ghazali, jalan kebahagiaan yang hakiki adalah mengikuti jalan kenabian. Ia mengatakan bahwa setiap orang yang mencari kimia kebahagiaan ini tanpa berbasis kehadiran kenabian, maka ia telah salah jalan. Dan amalnya seperti uang dinar palsu. Ia menyangka dirinya kaya, padahal sebenarnya dia orang yang rugi di hari kiamat kelak.<sup>19</sup> Maksud jalan kenabian di sini adalah menyucikan diri dari akhlak-akhlak tercela dan sifat-sifat binatang serta mengisinya dengan ilmu dan hikmah untuk menapaki jalan kebahagiaan.

Jalan kenabian adalah jalan yang terang karena berdasarkan wahyu. Mengikuti jalan kenabian sama dengan menempuh jalan yang sangat jelas petunjuknya menuju kebahagiaan. Allah SWT sudah mengutus nabi dan rasul untuk menjadi petunjuk ke jalan kebahagiaan. Jalan itu kemudian menjadi sempurna dengan diutusnya Nabi Muhammad SAW. Oleh karena itu tidak ada jalan kebahagiaan selain mengikuti jalan mereka. Ibnu Al-Qayyim Al-Jauziyah dalam *Al Wabilush Shoyyib* mengatakan bahwa tidak ada daya dan upaya kecuali dari Allah Yang Maha Tinggi dan Maha Agung, yang senantiasa diharapkan terijabahnya do'a. Semoga Allah melindungi kalian di dunia dan akhirat. Semoga Allah senantiasa melapangkan nikmat-Nya. Semoga Allah pula menjadikan kalian menjadi orang-orang yang bersyukur tatkala diberi nikmat, bersabar ketika ditimpa musibah dan segera memohon ampunan kepada Allah ketika terjerumus dalam dosa. Inilah tiga tanda kebahagiaan dan tanda keberuntungan seorang hamba di dunia dan akhiratnya. Seorang hamba senantiasa akan berputar pada tiga kondisi ini<sup>20</sup>.

Inilah tiga tanda bahagia menurut Ibnu Al-Qayyim, yaitu (1). Bersyukur ketika diberi nikmat (2). Bersabar ketika ditimpa musibah. (3). Memohon ampun ketika telah terjerumus dalam dosa. Kemana pun kita melangkah dalam hidup ini, jadi apapun kita di bawah sinar mentari, dikenal publik ataupun hanya manusia biasa, seluruh manusia akan menghadapi tiga hal ini. Mampu dia mengelola ketiganya, maka kebahagiaan itu akan menyempurnakan

---

<sup>18</sup>Buya Hamka mengatakan dengan agama, iman, Islam dan *i'tikad*, sudah dapat mencapai kebahagiaan batin dan hubungan yang baik dengan Allah. Tapi diperlukan keutamaan otak dan budi untuk memperoleh suatu kebahagiaan. Hamka mengatakan, Manusia yang bahagia adalah yang memiliki keutamaan otak dan budi, sehingga ia dapat semakin dekat dengan sumber kebahagiaan yaitu Allah SWT. Haji Abdul Malik Karim Amrullah, *Tasawuf Modern*, (Jakarta: Pustaka Panjimas, 2001), hal.15.

<sup>19</sup>Al-Ghazali, *Kimia Kebahagiaan*, terj. Haidar Bagir (Bandung: Mizan, 1984), hal. 2

<sup>20</sup>Ibnu Al-Qayyim Al-Jauziyah, "*Al Wabilush Shoyyib*", hal. 11, Maktabah Asy Syamilah.

hidupnya. Apabila seorang manusia tidak mampu mengelola ketiga hal di atas, maka segala masalah dalam hidup akan menggelinding bak bola salju. Rasa lapar akan terus ada, rasa haus seolah tiada habisnya, hingga manusia terjebak dalam materialisme yang nampak pada panca indera.

Membahas tentang kebahagiaan adalah membahas tentang makna dan *telos* kehidupan itu sendiri. Sesuatu yang sangat abstrak tapi tetap dapat dirasakan dalam ranah praktis. Sesuatu yang senantiasa dicari, namun tidak berbentuk fisik kebendaan dan materi. Maka, bahasan mengenai kebahagiaan termasuk bagian yang sangat *urgent* agar hidup ini tidak kosong dan larut dalam rutinitas kesibukan di era modern, lalu di ujung sana kita akan duduk sendiri dan termenung kesepian, karena gagal mendefinisikan dan memaknai kebahagiaan dalam langkah yang kadung telah terjeaki. Habisnya waktu dalam kesibukan tanpa memahami maknanya adalah awal dari sebuah kesedihan dan kesepian. Maka memahami makna kehidupan adalah awal dari menggapai kebahagiaan. Oleh karena itu penulis memandang penting membuat penelitian mengenai konsep kebahagiaan dalam pandangan Ibnu Al-Qayyim Al-Jauziyah dan relevansinya terhadap masyarakat modern.

### **Tujuan Penelitian**

Penelitian ini dilakukan untuk mencapai tujuan sebagai berikut:

1. Mengetahui konsep tentang kebahagiaan.
2. Mengetahui konsep kebahagiaan menurut Ibnu Al-Qayyim Al-Jauziyah.
3. Memahami cara menggapai dan mengaplikasikan kebahagiaan dalam konteks masyarakat modern.

### **Manfaat Penelitian**

Adapun hasil penelitian ini diharapkan akan memberikan manfaat kepada semua pihak, baik kalangan akademisi maupun umat Islam pada umumnya. Manfaat umum dari penelitian ini adalah memberikan sumbangan ilmiah dan memperkaya wawasan, wacana, dan khazanah keilmuan di kalangan akademisi muslim. Adapun manfaat khusus dari penelitian ini untuk memberikan informasi dan pemahaman kepada umat Islam tentang cara menggapai kebahagiaan dan pengaplikasiannya dalam kehidupan sehari-hari.

### **Metodologi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan dengan metode penelitian kualitatif yaitu penelitian yang menghasilkan deskripsi dengan mementingkan proses. Untuk mencapai hasil tujuan penelitian

dias, maka proses yang dilakukan bersifat deskriptif analitis. Teknik pengumpulan data berupa studi kepustakaan.

### **Pembahasan**

Setiap manusia tentu menginginkan kesempurnaan dalam segala aspek kehidupan, baik lahir maupun bathin. Secara lahir, manusia menginginkan kesempurnaan fisik, sedangkan secara bathin, manusia mendambakan ketenangan dan kebahagiaan. Kebahagiaan adalah sesuatu yang sangat penting dalam kehidupan ini. Semua manusia tentu akan menginginkan dan mengusahakannya. Dalam upaya meraihnya, setiap manusia tentu tidak mungkin melakukannya seorang diri, maka setiap manusia perlu bantuan dari sekitarnya. Manusia butuh orang lain sebagai makhluk sosial dan manusia juga perlu lingkungan sebagai kelengkapan sosialisasinya.

### **Konsep Kebahagiaan Menurut Plato**

Plato mengartikan budi ialah menentukan tujuan dan nilai dari etik. Ide menjadi dasar moral, istilahnya melalui idea manusia akan mengetahui baik dan buruknya suatu perbuatan yang dimotori oleh akal budinya. Dari sinilah Plato mulai menjejaki tentang kebahagiaan. Penilaian itu muncul karena sudah terancang di dalam dunia idea. Idea menjadi acuan atas dunia lahir, karena itu idea menjadi tujuan terhadap kebahagiaan yang sebenarnya. Untuk mengetahui dunia, ide berada di dunia lain, bukan di dunia fisik<sup>21</sup>.

Segala pengetahuan itu tiruan dari yang sebenarnya, yang timbul dalam jiwa sebagai ingatan kepada dunia yang asal. Jiwa muncul sebagai penghubung antara dunia idea dan dunia lahir (bertubuh). Berasal dari penglihatan, teringat oleh jiwa gambaran yang asal, yang diketahuinya sebelum turun ke dunia. Penglihatan hanya alasan untuk ingat kepada idea. Pengetahuan dengan pengertian adalah ingatan, begitulah teori kebahagiaan yang digagas oleh Plato<sup>22</sup>. Selanjutnya, Plato berpendapat bahwa kebahagiaan tertinggi itu tidak mungkin diperoleh di dunia, kebahagiaan tertinggi baru bisa diperoleh ketika jiwa sudah berpisah dengan jasad. Plato berpandangan bahwa kebahagiaan tertinggi itu hanya terletak pada jiwa, bukan jasad, sehingga ketika jasad dan jiwa masih melekat pada tubuh yang kotor dengan berbagai

---

<sup>21</sup> Rusfian Effendi, *Filsafat Kebahagiaan: Plato, Aristoteles, Al Ghazali, Al Farabi*, (Yogyakarta: CV. Budi Utama, 2017) hal. 4

<sup>22</sup> Franz Magnis-Suseno, *Menjadi Manusia: Belajar dari Aristoteles*, (Yogyakarta: Kanisius, 2009), hal. 15.

kepentingannya, berarti jiwa belum benar-benar bahagia. Bagi Plato kebahagiaan yang hakiki baru bisa dirasakan manusia di akhirat kelak.<sup>23</sup>

Plato menyadari bahwa untuk mencapai kebahagiaan, manusia akan banyak menghadapi rintangan dan hambatan. Materi merupakan penghalang terbesar, dan meskipun ia dapat disingkirkan, namun penghalang itu tidak dapat dihilangkan seluruhnya, karena wujud manusia sangat terbatas. Dengan kemampuan intelektual yang dimilikinya, manusia dapat mengatasi hambatan yang terdapat pada diri sendiri, namun tugas ini sangat berat. Manusia harus berjuang membebaskan fakultas rasionalnya dari pengaruh jasad yang bertentangan antara baik dan buruk. Dari sinilah, menurut Plato, munculnya teori etika<sup>24</sup>.

### **Konsep Kebahagiaan Menurut Al Farabi**

Dalam buku *Risalah Tanbih as-Sabil as-Sa'adah*, Al-Farabi mengatakan bahwa kebahagiaan adalah kebaikan yang diinginkan untuk kebaikan itu sendiri. Artinya seseorang melakukan kebaikan adalah dengan motif karena suka melakukan kebaikan itu. Alasan seseorang melakukan kebaikan bukan karena apa-apa atau karena ada apanya. Tapi karena memang tahu kebaikan itu baik dan luar biasa manfaatnya. Segala hal yang membuat manusia bahagia adalah baik, begitu pula sebaliknya. Selain itu, Al-Farabi mengatakan kebahagiaan adalah tujuan hidup dan tujuan akhir dari segala yang dilakukan<sup>25</sup>.

Kebahagiaan dapat dicapai melalui upaya terus-menerus mengamalkan perbuatan yang terpuji berdasarkan kesadaran dan kemauan. Artinya manusia tidak cukup hanya paham dan sadar mengenai kebahagiaan tersebut, tapi juga harus dipraktikkan sehingga menjadi kebiasaan. Siapa yang merindukan kebahagiaan, maka wajiblah ia berusaha terus-menerus menumbuhkan dan mengembangkan sifat-sifat baik yang terdapat dalam jiwa secara potensial, dan dengan upaya-upaya demikian, sifat-sifat baik itu akan tumbuh dan berurat serta berakar secara aktual dalam jiwa. Latihan adalah unsur yang penting. Menurut Al-Farabi, dengan latihan terus-menerus maka akan terwujudlah kebiasaan<sup>26</sup>. Dengan demikian, dapat dipahami bahwa jika seseorang ingin mencapai puncak kebahagiaan, maka wajiblah bagi dia untuk menumbuhkan dan mengembangkan sifat-sifat baik-baik yang ada pada dirinya, sehingga sifat-sifat tersebut menjadi sebuah kebiasaan (*habit*).

---

<sup>23</sup>Ahmad Tibry, *Konsep Bahagia HAMKA: Solusi Alternatif Manusia Modern*, (Padang: IAIN-IB Press, 2006), hal. 51.

<sup>24</sup>Charles H. Patterson, *Cliff's Course Outlines: Western Philosophy*, (Lincoln, Nebraska: Cliff's Note, 1970), hal. 23.

<sup>25</sup>Afifeh Hamed, *Farabi's View on Happiness*, International Journal of Advanced Research, vol. 1, issue 7, 2013, hal. 476.

<sup>26</sup>Abdul Aziz Dahlan, *Pemikiran Falsafi Dalam Islam*, (Padang: IAIN IB Press, 1999), hal. 65

Selain itu, menurut Al-Farabi, kebahagiaan akan mampu diraih ketika manusia memenuhi empat jenis sifat keutamaan. Keutamaan menurut Al-Farabi adalah keadaan jiwa yang menimbulkan tindakan yang mengarah pada kesempurnaan teoritis. Artinya, keutamaan dari sesuatu adalah sesuatu yang menghasilkan keunggulan dan kesempurnaan dalam keberadaan dan tindakannya<sup>27</sup>. Adapun keutamaan-keutamaan tersebut yaitu, *pertama*, keutamaan teoritis, yaitu prinsip-prinsip ilmu pengetahuan yang diperoleh orang sejak semula tanpa dirasai, tanpa diketahui cara dan asalnya diperoleh, dan juga diperoleh dengan renungan kontemplatif, penelitian dan juga dari belajar<sup>28</sup>.

*Kedua*, keutamaan intelektual atau pemikiran, yaitu keutamaan yang dengannya memungkinkan orang mengetahui apa yang paling bermanfaat dalam tujuan yang utama. Termasuk dalam hal ini, kemampuan untuk membuat aturan-aturan, karena itu disebut dengan keutamaan pemikiran budaya (*fadh' al fikriyyah madaniyyah*)<sup>29</sup>. *Ketiga*, keutamaan akhlaki, yaitu keutamaan yang bertujuan untuk mencari kebaikan. *Keempat*, keutamaan amalia atau praktis yang dapat diperoleh dengan dua cara, pernyataan-pernyataan yang memuaskan dan yang merangsang<sup>30</sup>.

Akhirnya, saat empat keutamaan tersebut telah dipahami dan diaplikasikan manusia dalam kehidupannya, maka perlahan akan mengarahkan manusia untuk menuju jalan kesempurnaan, karena telah memiliki kematangan spritual, berada dekat dengan Allah SWT. maka manusia akan merasakan kebahagiaan. Dalam kitab yang berjudul “*Risalah fi Tanbih ‘ala as-Sabil as-Sa’adah*”, Al-Farabi menjelaskan bahwa akhlak itu bertujuan untuk memperoleh kebahagiaan<sup>31</sup> yang merupakan tujuan tertinggi yang dirindui dan diusahakan oleh setiap manusia<sup>32</sup>.

### Konsep Kebahagiaan Menurut Sigmund Freud

Psikologi merupakan ilmu yang mempelajari tentang perilaku manusia secara umum dari sisi mental, baik yang bersifat perasaan maupun jiwa, yang bisa digunakan untuk mengetahui karakter, sifat, dan perilaku manusia. Secara terminologi, psikologi berasal dari bahasa Yunani, *Psyche*, yang berarti jiwa. Sedangkan *Logos* berarti pengetahuan<sup>33</sup>. Secara terminologi,

<sup>27</sup> Afifeh Hamedi, *Farabi's View on Happiness*, International Journal of Advanced Research, vol. 1, issue 7, 2013, hal. 475.

<sup>28</sup> Abu Nashr Al-Farabi, *Tahshil al-Sa'adah*, (Libanon: Dar wa Maktabah al-Hilal, 1995), hal. 25-26.

<sup>29</sup> Muhammad Utsman Najati, *Jiwa dalam Pandangan Para Filosof Muslim* (Bandung: Pustaka Hidayah 1993), hal. 26.

<sup>30</sup> Ahmad Daudy, *Kuliah Filsafat Islam*, (Jakarta: PT. Bulan Bintang, 1992), hal. 48

<sup>31</sup> Abu Nashr Al-Farabi, *Tahshil al-Sa'adah*, (Libanon: Dar wa Maktabah al-Hilal, 1995), hal. 17

<sup>32</sup> Ahmad Daudy, *Kuliah Filsafat Islam*, (Jakarta: PT. Bulan Bintang, 1992), hal. 47

<sup>33</sup> Abu Ahmadi, *Psikologi Umum*, (Jakarta: Renika Cipta, 2009), hal. 1

psikologi adalah ilmu yang mempelajari tentang jiwa, baik mengenai macam-macam gejalanya, prosesnya, maupun latar belakangnya<sup>34</sup>. Atau bisa disederhanakan bahwa psikologi adalah ilmu jiwa<sup>35</sup>.

Kajian kebahagiaan menurut Sigmund Freud sebagai berikut :

a. Psikoanalisa

Psikoanalisa disebut juga aliran “Psikologi Dalam” (*depth psychology*) yang terkenal dengan teori alam bawah sadar. Berbeda dengan pandangan-pandangan dalam kalangan psikologi yang umum berlaku pada waktu itu, Sigmund Freud berpendapat bahwa kehidupan manusia dikuasai oleh alam ketidaksadarannya. Berbagai kelainan tingkah laku tersebut disebabkan oleh faktor-faktor yang terdapat dalam alam ketidaksadaran tersebut<sup>36</sup>. Argumen ini melahirkan teori id, ego, dan super ego yang terkenal itu, dimana fungsi ketiga aktifitas jiwa tersebut berperan penting dalam seluruh tindakan manusia.

b. Hubungan Emosional Dengan Orang Lain

Hubungan emosional dengan objek-objek di luar merupakan salah satu metode mendapatkan kebahagiaan. Menurutnya, cinta adalah pusat segalanya, sebuah cara hidup yang menjadikan kepuasan dalam mencintai dan dicintai. Sikap psikis yang alamiah ini, terutama cinta seksual, muncul pada diri semua orang sebagai bentuk manifestasi diri dalam memberikan pengalaman paling kuat dalam sensasi-sensasi yang menyenangkan. Meski diakui hilangnya cinta terhadap objek yang dicintai juga dapat menciptakan penderitaan, ketidakberdayaan, dan kesedihan<sup>37</sup>.

c. Kesenangan Atas Keindahan

Keindahan yang dimaksud, terwujud dalam keindahan bentuk manusia dan gesturnya, keindahan alam dan lanskap, keindahan artistik, bahkan keindahan ciptaan-

---

<sup>34</sup>Sarlito Wirawan Sarwono, *Berkenalan Dengan Aliran-aliran dan Tokoh-tokoh Psikologi*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1986), hal. 3

<sup>35</sup>Jiwa adalah daya hidup rohaniah yang bersifat abstrak yang menjadi penggerak dan pengatur semua perbuatan pribadi (personal behaviour). Tindakan pribadi adalah perbuatan sebagai proses belajar yang dimungkinkan oleh keadaan jasmani, rohani, sosial, dan lingkungan. Proses belajar adalah proses untuk meningkatkan kepribadian dengan berusaha mendapatkan pengertian baru, nilai baru, dan kecakapan baru, sehingga dia akan lebih sukses dalam menghadapi kontradiksi-kontradiksi hidup. Abu Ahmadi, *Psikologi Umum*, (Jakarta: Renika Cipta, 2009), hal. 4

<sup>36</sup>Singgih Dirgaganarsa, *Pengantar Psikologi*, (Jakarta: Mutiara, 1983), hal. 61

<sup>37</sup>Sarlito Wirawan Sarwono, *Berkenalan Dengan Aliran-aliran dan Tokoh-tokoh Psikologi*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1986), hal. 173

ciptaan ilmiah. Nilai estetika dari hal-hal di atas meski hanya sedikit mengurangi penderitaan, tetapi memberikan efek kebahagiaan yang besar. Kesenangan atas keindahan tersebut memiliki kualitas perasaan yang khas dan sedikit melenakan<sup>38</sup>. Keindahan tidak memiliki kegunaan yang nyata dan nilai yang jelas dalam kebudayaan, tetapi peradaban tidak akan sempurna tanpanya. Sigmund Freud mengakui psikoanalisa tidak mampu menjelaskan sifat dan asal usul keindahan, sebagaimana kegagalan ilmu estetika menjelaskannya<sup>39</sup>.

### **Pandangan Ibnu Al-Qayyim Al-Jauziyah Tentang Kebahagiaan**

Menurut Ibnu Al-Qayyim Al-Jauziyah, sesungguhnya frekuensi kebahagiaan bersama yang dicintai tergantung pada kekuatan dan kelemahan cinta itu sendiri. Apabila kecintaan itu besar, maka kebahagiaan pun terasa besar pula. Sebagaimana kebahagiaan seseorang yang dilanda dahaga tatkala meminum air dingin dan tergantung rasa letihnya dalam mencari air itu, demikian pula dengan orang yang lapar. Maka perasaan cinta itu sesuai dengan pengetahuannya tentang yang dicintai dengan segala keindahan lahir-batinnya<sup>40</sup>. Kebahagiaan memandang Allah SWT setelah bertemu dengan-Nya adalah sesuai dengan kekuatan cinta dan keinginannya untuk berjumpa dengan-Nya. Hal ini sesuai dengan pengetahuannya terhadap Allah serta sifat-sifat kesempurnaan-Nya.

Ibnu Qayyim sangat menekankan kebahagiaan bermula dari ilmu dan kalbu. Tidak ada yang lebih buruk bagi tempat ilmu dan hati daripada perubahannya dari sesuatu yang biasanya membuat orang-orang mendapatkan petunjuk menjadi sebab sesatnya mereka. Apabila kondisi hati sudah demikian, maka penamaannya sebagai tempat ilmu adalah seperti mulut yang tidak membedakan antara pahit dan tawarnya air, sebagaimana dikatakan dalam sebuah syair : *"Barangsiapa mulutnya pahit dan sakit, maka air embun pun terasa pahit."*<sup>41</sup>

Sesungguhnya, menurut Ibnu Qayyim, ilmu itu dimaksudkan untuk diamalkan, ia ibarat seorang pemandu jalan bagi seorang musafir. Jika musafir tersebut tidak berjalan di belakang pemandu jalan itu, maka dia tidak akan mendapat manfaat dari petunjuknya, dan ia seperti orang yang tidak mengetahui apa-apa. Sebab, orang berilmu dan tidak mengamalkan ilmunya

---

<sup>38</sup> Abu Ahmadi, *Psikologi Umum*, (Jakarta: Renika Cipta, 2009), hal. 54

<sup>39</sup> Sarlito Wirawan Sarwono, *Berkenalan Dengan Aliran-aliran dan Tokoh-tokoh Psikologi*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1986), hal. 97

<sup>40</sup> Ibnu Qayyim Al Jauziyyah, *Kunci Kebahagiaan*, terj. Abu Hayyie al-Katani, dkk (Jakarta: Akbar Media, 2017), hal. 176

<sup>41</sup> Ibnu Qayyim Al Jauziyyah, *Kunci Kebahagiaan*, terj. Abu Hayyie al-Katani, dkk (Jakarta: Akbar Media, 2017), hal. 201

seperti orang bodoh yang tidak berilmu sama sekali. Juga seperti orang yang memiliki emas dan perak. Namun, ketika kelaparan dan tidak memiliki pakaian, dia tidak membeli makanan dan pakaian dengan hartanya itu. Sehingga, dia seperti orang fakir yang tidak memiliki apa-apa<sup>42</sup>.

Menurut Ibnu Qayyim, jika ingin menggapai kebahagiaan, maka setiap hamba sangat memerlukan ilmu tentang apa yang membahayakannya, sehingga ia bisa menjauhinya dan tentang apa yang bermanfaat baginya sehingga ia mengusahakan dan mengerjakannya. Akhirnya, ia cinta kepada yang bermanfaat dan benci kepada yang membahayakan, sehingga cinta dan bencinya sesuai dengan kecintaan dan kebencian Allah. Dan ini termasuk konsekuensi penghambaan dan kecintaan. Jika ia keluar dari hal yang demikian, maka ia akan mencintai apa yang dibenci oleh Tuhannya dan membenci apa yang dicintai-Nya<sup>43</sup>.

Demikian pula halnya orang yang berilmu di antara manusia, mereka seperti hati dalam anggota tubuh. Manakala baik dan buruknya anggota tubuh itu tergantung dengan baik dan buruknya raja, maka demikian pula halnya manusia dengan ulama dan pemimpinnya. Ulama salaf mengatakan ada dua golongan, apabila ia baik, maka seluruh manusia baik; dan apabila ia rusak, maka seluruh manusia rusak<sup>44</sup>, itulah qalbu. Apabila hati rusak, maka rusak pulalah pendengaran dan akal, karena hati merupakan pangkal dari keduanya.

Jika pendengaran dan penglihatan rusak, maka hati pun rusak. Karena jika seseorang enggan mendengarkan kebenaran dan tidak sudi melihat orang yang menyampaikannya karena benci, maka kebenaran tersebut tidak akan sampai ke dalam hati, sehingga hati pun ikut rusak. Demikian juga jika pendengaran dan akal rusak, maka akan diikuti dengan kerusakan penglihatan<sup>45</sup>. Dalam keadaan seperti ini, kebahagiaan akan semakin jauh. Hidup hanya akan dipenuhi dengan syahwat dunia yang tiada habis-habisnya.

---

<sup>42</sup> Ibnu Al-Qayyim Al-Jauziyyah, *Kunci Kebahagiaan*, (Jakarta: Akbar Media, 2017), hal. 201

<sup>43</sup> Metode kedua untuk mengetahui yang berbahaya dan yang bermanfaat dari berbagai perbuatan adalah wahyu. Metode dan cara ini lebih luas, jelas, dan benar. Dan yang mengetahui hal-hal tersebut secara mendetail tiada lain kecuali Rasulullah SAW. Ibnu Al-Qayyim Al-Jauziyyah, *Manajemen Qalbu : Melumpuhkan Senjata Syetan*, terj. Ainul Haris Umar Arifin Thayib, Lc. Cetakan VI, (Jakarta: Darul Falah, 2005), hal. 356

<sup>44</sup> Sakitnya hati yaitu berupa kerusakan yang menyimpannya, sehingga merusak pandangan dan keinginannya terhadap kebenaran. Ia lalu tidak melihat kebenaran sebagai kebenaran, atau ia melihatnya sebagai sesuatu yang lain dari hakikat sebenarnya, atau pengetahuannya tentang kebenaran menjadi berkurang, sehingga merusak keinginannya terhadapnya. Akhirnya ia membenci kebenaran yang bermanfaat atau mencintai kebatilan yang membahayakan, atau malah kedua hal tersebut secara bersama-sama melekat pada dirinya, dan inilah pada galibnya yang terjadi. Karena itu, penyakit yang menimpa hati terkadang ditafsirkan dengan keraguan dan kebimbangan. Ibnu Qayyim Al Jauziyyah, *Kunci Kebahagiaan*, terj. Abu Hayyie al-Katani, dkk (Jakarta: Akbar Media, 2017), hal. 211

<sup>45</sup> Ibnu Qayyim Al Jauziyyah, *Kunci Kebahagiaan*, terj. Abu Hayyie al-Katani, dkk (Jakarta: Akbar Media, 2017), hal. 206

Sesungguhnya, menurut Ibnu Qayyim, jenis kebahagiaan yang mempengaruhi jiwa ada tiga<sup>46</sup>, yaitu :

1. Kebahagiaan yang berasal dari luar diri manusia.

Kebahagiaan ini dipinjamkan kepada manusia dari luar dirinya dan hilang apabila si pemberi pinjaman mengambilnya kembali. Inilah kebahagiaan harta dan kehidupan. Kebahagiaan dan kegembiraan semacam ini seperti kegembiraan orang botak yang bangga dengan kepala anak pamannya yang berambut banyak. Kebahagiaan ini juga seperti kebahagiaan seseorang sebab pakaian dan hiasannya<sup>47</sup>.

2. Kebahagiaan jasmani

Kebahagiaan jasmani ini seperti fisik yang sehat, seimbang, serasi antara anggota tubuhnya, kebersihan warna dan kekuatan anggota-anggota tubuh. Kebahagiaan ini lebih erat melekat pada diri manusia daripada yang pertama. Tetapi, sebenarnya ia berada di luar zat dan hakekatnya. Sebab manusia benar-benar menjadi manusia karena ruh dan hatinya, bukan karena jasmani dan badannya. Penisbatan jasmani kepada ruh dan hatinya seperti penisbatan baju dan pakaian kepada badannya. Sesungguhnya badan itu dipinjamkan kepada ruh dan alat baginya. Badan adalah kendaraan ruh. Karena itu, kebahagiaan manusia atas kesehatan, keindahan, dan kebajikannya adalah bentuk kebahagiaan eksternal/luar diri.

3. Kebahagiaan hakiki

Yaitu kebahagiaan jiwa, ruhani dan hati. Itulah kebahagiaan ilmu dan qalbu yang buahnya berguna. Hanya ilmu seperti itu yang akan kekal dalam segala perubahan dan keadaan. Hanya itu yang akan senantiasa menyertai hamba dalam segala perjalanan dalam tiga fasenya, yaitu fase dunia, alam *barzakh*, dan tempat kekekalan (akhirat). Dengan kebahagiaan inilah, manusia menapaki tangga-tangga keutamaan dan tingkatan-tingkatan kesempurnaan.

---

<sup>46</sup> Ibnu Qayyim Al Jauziyyah, *Kunci Kebahagiaan*, terj. Abu Hayyie al-Katani, dkk (Jakarta: Akbar Media, 2017), hal. 215

<sup>47</sup> Kegembiraan dan kesenangan bisa melapangkan jiwa dan menumbuhkannya, membuatnya lupa aib dan kekurangannya. Kesenangan terhadap nikmat juga bisa membuat hamba lupa terhadap pemberi nikmat itu. Dalam keadaan seperti ini, tipu daya menjadi lebih dekat dengannya daripada jarak antara tangan yang memegang makanan dengan mulut. Jika merasa berkecukupan ini berkaitan dengan sesuatu yang fana dan pasti akan berakhir, lalu bagaimana dengan merasa berkecukupan yang berkaitan dengan sesuatu yang lebih tinggi dari hal itu? Orang seperti ini, yang tidak disertai kewaspadaan terhadap tipu daya, maka dikhawatirkan kecukupan dirampas dan diambil darinya. Ibnu Al-Qayyim Al-Jauziyyah, *Madarijus Salikin : Pendakian Menuju Allah*, terj. Kathur Suhardi (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 1999), hal. 312

## Kontekstualisasi Kebahagiaan Pada Masyarakat Modern

Masalahnya, tidak jarang yang menempuh jalan kebahagiaan dengan cara yang tidak terpuji. Meskipun sejatinya jalan untuk menempuh kebahagiaan itu telah dijelaskan Allah dalam kitab suci-Nya<sup>48</sup>. Di samping itu, tidak sedikit filsuf, ilmuwan juga ulama yang memberikan konsep dan pengalamannya dengan berbagai kiat dan strategi yang berbeda untuk menghantarkan seseorang meraih kebahagiaan. Namun tetap saja, mayoritas manusia cenderung mengikuti selera dan keinginannya, kurang memperhatikan jalan yang Allah, Rasul dan para ulama berikan. Padahal jalan yang diajarkan agama jauh lebih membahagiakan bila dibanding dengan jalannya sendiri.

Kebahagiaan tidak semata menunjuk pada entitas jasmani manusia, bukan pada jiwa hewani dan tubuh manusia. Bukan pula suatu keadaan akal pikiran manusia yang *akali* belaka. Melainkan ia menunjuk pada keyakinan diri akan hakikat terakhir yang mutlak. Yakni keyakinan akan hak Allah dan menunaikan amalan yang dikerjakan oleh diri berdasarkan keyakinan itu<sup>49</sup>. Kebahagiaan akan diperoleh oleh seseorang ketika sampai pada tingkatan pengenalan yang sempurna kepada Allah. Kebahagiaan tersebut tidak merujuk pada kenikmatan jasmani atau inderawi, melainkan kebahagiaan abadi di atas segala kenikmatan materi duniawi. Adapun cara menggapai dan menerapkan kebahagiaan dalam konteks kekinian bisa dilakukan dengan banyak cara, diantaranya :

### 1. Pembersihan Jiwa

Jiwa adalah sesuatu lain yang berbeda dengan fisik, baik dari segi substansinya, hukum-hukumnya, ciri-cirinya, maupun perilaku-prilakunya. Jiwa berasal dari substansi yang lebih tinggi, lebih mulia, dan lebih utama dari segala sesuatu yang bersifat fisik di dunia<sup>50</sup>. Hingga seiring berjalannya masa, jiwa yang bersih tadi lambat laun mulai

---

<sup>48</sup> Surat al-Balad menginformasikan bahwa manusia niscaya bersusah payah mencari kebahagiaan, dan Allah sendiri telah menunjukkan jalan yang membawa kepada kebaikan, dan jalan yang membawa kepada kesengsaraan. Tuhan menggambarkan bahwa menempuh jalan yang membawa kepada kebahagiaan itu lebih sulit daripada yang membawa kepada kesengsaraan. Surat al-Balad ini memiliki hubungan dengan surat al-Syams. Kedua surat ini sama-sama menerangkan bahwa Allah telah menunjukkan kepada manusia dua buah jalan, yaitu jalan kefasikan dan jalan ketakwaan. Pada surat al-Syams ditegaskan bahwa orang yang menjalani jalan ketakwaan itu akan berbahagia dan orang yang menjalani jalan kefasikan itu akan merugi. "Dan kami telah menunjukkan kepadanya dua jalan. Yang dimaksud dua jalan itu adalah jalan kebajikan dan jalan kejahatan." QS. al-Balad ayat 10, QS. al-Syams ayat 8.

<sup>49</sup> Syed Muhammad Naquib al-Attas, *Makna Kebahagiaan dan Pengalamannya dalam Islam*, (T.K: T.P, T.Th), 2. al-Attas, *Prolegomena to the Metaphysics of Islam: An Exposition of the Fundamental Elements of the Worldview of Islam*, (Kuala Lumpur: ISTAC, 1995), hal. 107-109.

<sup>50</sup> Seorang manusia menjadi akan menjadi manusia yang sebenarnya jika memiliki jiwa yang cerdas. Dengan jiwa yang cerdas itu, manusia terangkat derajatnya, setingkat malaikat, dan dengan jiwa yang cerdas itu pula manusia dibedakan dari binatang. Manusia yang paling mulia adalah yang paling besar kadar jiwa cerdasnya dan dalam hidupnya selalu cenderung mengikuti ajaran jiwa yang cerdas itu. Manusia yang hidupnya dikuasai

tercemar dengan nafsu syahwat dalam lingkaran pragmatisme dunia. Dia mulai terpengaruh oleh materi yang semu dan amat temporer. Mulai berpaling dari kejernihan jiwa menuju pemuasan nafsu material semu. Hingga akhirnya sedikit demi sedikit mutiara jiwa yang jernih tadi mulai kotor dan akhirnya akan menghitam. Makin lama kian menghitam hingga akhirnya banyak jiwa yang sinarnya merdup dan mati.

Kesenangan akan dunia justru semakin mengeraskan hati. Manusia akan terus disibukkan dengan aktifitas yang seolah tidak habisnya. Kebahagiaan akan sulit diraih dengan hati yang mengeras dan menghitam. Maka upaya pembersihan hati (*tazkiyah an-nafs*) adalah upaya menuju kebahagiaan yang hakiki. Memiliki hati yang ikhlas dan lapang adalah syarat mutlak meraih kebahagiaan. Pengenalan terhadap jiwa dan Zat Yang Memberikan Jiwa tersebut haruslah berjalan beriringan. Pengenalan seorang makhluk akan Sang Khalik dalam proses pembersihan jiwa harus seiring sejalan. Tanpa mengenali penciptanya, manusia tidak akan mampu memahami esensi jiwa. Lalu bagaimana dirinya akan melakukan pembersihan jiwa (*tazkiyah an-nafs*) jika dia tidak tahu dari mana jiwa itu bermula?

## 2. Kekuatan Iman dan Kematangan Ilmu

Sesungguhnya agama Islam adalah agama yang sangat menjunjung martabat ilmu lebih dari yang lain, sebab ilmu adalah anak kunci rahasia alam, dan ilmu itulah anak kunci pencari Khalik. Hal ini dibuktikan dengan peristiwa pengangkatan Muhammad menjadi rasul. Ketika diturunkan wahyu pertama, perkara ilmiah yang pertama dibuka yaitu surat Al-Alaq ayat 1-5<sup>51</sup>. Nabi Muhammad datang ke dunia membawa Al-Qur'an dan menyebarkan ilmu, apapun juga macamnya, baik ilmu tentang dunia maupun akhirat. Dan boleh dikatakan bahwa agama Islam adalah agama segala ilmu, sebab telah membebaskan manusia dari kebodohan.

Pada hakekatnya agama Islam mengandung pokok pelajaran tentang hubungan dengan Allah dan masyarakat. Nabi tidak mengajarkan kimia atau matematika. Ilmu kedokteran tertinggi pada waktu itu baru mencakup madu dan lebah. Orang belum pandai meneropong bintang-bintang, belum tahu ukuran bumi, sebab Al-Qur'an tidak

---

oleh nafsu dan keburukan, maka turunlah derajatnya menjadi setara, atau bahkan lebih rendah lagi, dari hewan. Mana yang lebih dominan di antara dua macam jiwa yang lain tadi, maka demikianlah kadar turun derajat kemanusiannya. Manusia harus pandai menentukan pilihan untuk menentukan dirinya dalam derajat mana yang seharusnya. M. Utsman Najat, *Jiwa Dalam Pandangan Para Filsuf Muslim*, (Bandung: Pustaka Hidayah, 2002), hal. 87-88

<sup>51</sup> Hamka, *Falsafah Hidup*, (Singapura: Pustaka Nasional, 1999) hal, 57

mengajarkan itu dan nabi Muhammad pun tidak mengajar yang sedemikian. Meskipun demikian, Al-Qur'an senantiasa membuka pintu akal untuk menyelidikinya. Maka tak heran kalau beberapa abad setelah wafatnya nabi, dunia Islam menjadi kaya akan segala macam ilmu.

### 3. Manajemen Syukur Nikmat

Tindakan syukur akan menyebabkan nikmat Allah bertambah, atau berdampak pada nilai tambah atau *added value*. Karena itu, belum bersyukur seseorang bila tidak menimbulkan nilai tambah dalam bentuk apapun. Maka indikator syukur adalah adanya nilai tambah sebagai akibat dari usaha seorang yang bersyukur. Rasa syukur inilah sebenarnya yang akan menjadi obat dan solusi dari kompleksitas dan 'kerumitan' hidup. Dengan rasa syukur, seseorang akan merasakan kehidupan yang cukup, menenangkan hati dan pikiran, serta mendekatkan dirinya dengan kebahagiaan.

Kehidupan ini adalah sesuatu yang kompleks, maka bersyukur adalah kuncinya. Tidak perlu membanding-bandingkan hidup kita dengan hidup orang lain, karena sejatinya setiap manusia memiliki episode hidupnya masing-masing. Setiap rizki manusia adalah bagiannya dan juga bagian dari tanggung jawabnya kelak. Tanpa rasa syukur, hidup terasa cukup rumit dan kompleks. Sesuatu dalam genggamannya seolah tiada artinya, terlebih dengan membandingkannya dengan milik orang lain. Semakin dibandingkan, semakin rumit, dan kerumitan menjauhkannya dari kebahagiaan.

### 4. Menata Diri Dalam Kesabaran

Telah menjadi suatu keniscayaan terkenanya jiwa dengan bencana dan ujian dengan ketakutan, kelaparan, kesengsaraan serta kemusnahan harta, nyawa dan makanan. Hal ini adalah suatu ketentuan untuk meneguhkan keyakinan orang yang beriman pada tugas kewajiban yang harus ditunaikannya. Sehingga akhirnya setelah mereka mengalami ujian, tentu akan terbukti tangguh dan merasa berat untuk berkhianat kepada Islam karena mengingat pengorbanan dan perjuangan yang telah dilakukannya.

Akidah yang dianut oleh seseorang bila tanpa ujian, maka akan mudah bagi penganutnya untuk meninggalkannya bila satu ketika terkena ujian yang berat untuk menguji keimanannya. Semakin berat ujian dan pengorbanan, akan semakin meninggikan nilai keimanan dalam hati dan jiwa seseorang. Bahkan, makin besar penderitaan dan pengorbanan yang telah dialami, justru akan bertambah berat juga

seseorang untuk berkhianat atau meninggalkan akidahnya, karena sudah teruji keimanannya dengan berbagai ujian<sup>52</sup>.

Kesabaran dalam menerima ujian adalah kembalinya kita mengingat Allah ketika menghadapi segala ujian dan goncangan, serta berusaha mengosongkan hati dari segala hal kecuali ditujukan semata kepada Allah. Kemudian, agar terbuka hati kita bahwa tidak ada kekuatan kecuali kekuatan Allah, tidak daya kecuali daya Allah, dan tidak keinginan kecuali keinginan mengabdikan kepada Allah.

### **Hasil Penelitian**

Konsep kebahagiaan Ibnu Qayyim sangat menekankan bahwa kebahagiaan bermula dari ilmu dan kalbu. Tidak ada yang lebih buruk bagi tempat ilmu dan hati daripada perubahannya dari sesuatu yang biasanya membuat orang-orang mendapatkan petunjuk menjadi sebab sesatnya mereka. Ilmu dan kalbu adalah kunci terpenting dalam upaya menggapai kebahagiaan. Ilmu yang pada akhirnya akan melahirkan kecanggihan teknologi, tentu akan mempermudah hidup manusia, sementara akhlak dan kejujuran serta keimanan akan menunjukkan kemana arah tujuan hidup yang bahagia. Bagi Ibnu Qayyim, kebahagiaan hanya bisa didapat setelah melalui jembatan kesulitan. Anda tidak akan menyelesaikan jarak perjalanan ke sana, kecuali dengan perahu kesungguhan dan kerja keras.

Kebahagiaan ini hadir untuk menyapa manusia modern yang sibuk dengan rutinitas mekanistiknya. Membuka jembatan emas bagi kita semua dalam mengarungi samudera kebahagiaan yang tiada bertepi. Merubah cara berfikir kearah positif sangat menentukan sudut pandang yang tepat ketika kita ingin memberikan penilaian atas realitas yang terjadi. Maka perlu adanya keseimbangan antara kemajuan teknologi dengan peningkatan keimanan dan kesadaran beragama serta kehalusan akhlak dan kejujuran. Kecanggihan teknologi akan mempermudah dan membantu hidup setiap manusia, sementara akhlak dan kejujuran akan menunjukkan kemana arah tujuan hidup yang bahagia.

### **Rekomendasi**

Kebahagiaan merupakan dambaan setiap manusia. Setiap manusia sejatinya akan selalu mengarahkan pandangan hidupnya menuju makna kebahagiaan. Oleh karena itu setelah penulis meneliti konsep kebahagiaan menurut Ibnu Al-Qayyim Al-Jauziyah dan penerapannya dalam konteks kekinian, dapatlah peneliti memberikan rekomendasi sebagai tindak lanjut keilmuan

---

<sup>52</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir al-Misbah*, (Jakarta: Lentera, 2001), hal 125

ini, diantaranya, *pertama*, perlu adanya penelitian lanjutan yang lebih dalam dan lebih komprehensif terkait makna dan hakikat kebahagiaan, baik dari konsep kebahagiaan para tokoh lainnya, penafsiran kebahagiaan itu sendiri, hingga penerapannya dalam konteks kehidupan masa kini, agar konsep mengenai kebahagiaan bukanlah konsep abstraksi keilmuan dan pemikiran saja, namun juga masuk pada ranah aplikasi kehidupan nyata.

*Kedua*, agar penelitian berbentuk karya tulis ilmiah menjadi konsumsi bacaan yang berdampak positif bagi kehidupan masyarakat, maka perlu kiranya mengambil data aktual dan kekinian dalam memahami dan mencari kebahagiaan. Hal ini merupakan bentuk kontekstualisasi dan internalisasi keilmuan dalam kehidupan masyarakat, sehingga masyarakat mampu memahami dan menjadikannya sebagai acuan dalam menjalani kehidupan menuju kebahagiaan. Akhirnya, peneliti menyadari sepenuhnya bahwa kajian mengenai konsep kebahagiaan menurut Ibnu Al-Qayyim Al-Jauziyah ini jauh dari sempurna dan masih banyak yang perlu dikaji ulang lebih dalam dan lebih tajam dari berbagai perspektif.

### Daftar Pustaka

- Al-Farabi, Abu Nashr, 1995, *Tahshil al-Sa'adah*, Libanon: Dar wa Maktabah al-Hilal
- , 1987, *Risalah Tanbih 'ala Sabil as-Sa'adah*, Amman: Universitas Yordania
- Al-Ghazali, 1984, *Kimia Kebahagiaan*, terj. Haidar Bagir, Bandung: Mizan
- , 2008, *Ihya' Ulumuddin*, T.K: Darul al-Fikr
- Ahmadi, Abu, 2009, *Psikologi Umum*, Jakarta: Renika Cipta
- Al-Hijazy, Hasan bin Ali Hasan. 2001. *Manhaj Tarbiyah Ibnu Qayyim*, terj. Muzaidi Hasbullah, Jakarta: Al-Kautsar
- Al Jauziyyah, Ibnu Qayyim, 2017, *Kunci Kebahagiaan*, terj. Abu Hayyie al-Katani, dkk, Jakarta: Akbar Media
- , 1993, *al-Wabalu ash-Shayibu Minal Kalimi ath-Thayyibi*, terj. Salim Muh. Wakid, Hujan Rahmat, Solo: CV. Pustaka Mantiq
- , 1998, *Zad al-Ma'ad*, terj. Ahmad Sunarto dan Ainur Rofiq, Jakarta: Robbani Press
- , 2005, *Manajemen Qalbu : Melumpuhkan Senjata Syetan*. terj : Ainul Haris Umar Arifin Thayib, Lc., Jakarta: Darul Falah
- , 2015, *Melepas Kesempitan Hati*, Jakarta: Pustaka At-Tibyan

- Al-Naraqī, Muhammad Mahdi Ibn Abi Dhar, 2003, *Jami' al-Sa'adah*, terj. Ilham Mashuri dan Sinta Nuzuliana Jakarta: Lentera
- Aristoteles, 2004, *Nichomachean Ethics*, terj. Embun Kenyowati, Jakarta: Teraju
- Azra, Azyumardi, 1996, *Pergolakan Politik Islam: Dari Fundamentalisme, Modernisme, hingga Post-Modernisme*, Jakarta: Paramadina
- Bahresy, Husen, 1990, *Tasawuf Murni: Moral Islam Menuju Pembangunan dan Hidup Bahagia dengan Landasan al-Qur'an dan al-Hadits*, Surabaya: al-Ihsan
- Bertens, Kees, 1999, *Sejarah Filsafat Yunani*, Yogyakarta: Kanisius
- Daudy, Ahmad, 1992, *Kuliah Filsafat Islam*, Jakarta: PT. Bulan Bintang
- Dahlan, Abdul Aziz, 1999, *Pemikiran Falsafi Dalam Islam*, Padang: IAIN IB Press
- Dewantara, Agustinus W., 2017, *Filsafat Moral: Pergumulan Etis Keseharian Hidup Manusia*, Yogyakarta: PT. Kanisius
- Dirgaganarsa, Singgih, 1983, *Pengantar Psikologi*, Jakarta: Mutiara
- Effendi, Rusfian, 2017, *Filsafat Kebahagiaan: Plato, Aristoteles, Al Ghazali, Al Farabi*, Yogyakarta: CV. Budi Utama
- Farid, Ahmad, 2006, *60 Biografi Ulama Salaf*, Jakarta: Pustaka Al-kautsar
- Fanani, Ahwan, 2009, *Menggugat Keadilan Politik Hukum Ibnu al-Qayyim al-Jauziyah*, Semarang: Walisongo Press