

BAB V

FORMULA KEBAHAGIAAN MENURUT HAMKA PERSPEKTIF PSIKOLOGI PENDIDIKAN ISLAM

A. Psikologi Pendidikan Islam

Sebelum memahami tentang Psikologi Pendidikan Islam, peneliti akan menjelaskan pengertian, ruang lingkup, dan fokus kajian Psikologi Pendidikan. Pemahaman terhadap Psikologi Pendidikan ini akan mengantarkan pada pengertian sekaligus pemahaman terhadap Psikologi Pendidikan Islam. Psikologi Pendidikan adalah sebuah cabang dari ilmu psikologi yang mengkhususkan diri pada kajian pengajaran dan pembelajaran dalam dunia pendidikan.¹ Psikologi Pendidikan terus dikembangkan baik teoritik maupun praktik² untuk mendapatkan formulasi yang tepat, sehingga manfaat dari penelitian untuk pengembangan Psikologi Pendidikan tidak hanya dirasakan sekarang, tapi juga untuk waktu mendatang.³

William James, John Dewey, dan E.L.Thorndike sebagai tokoh utama yang meletakkan pondasi kajian psikologi pendidikan memberikan banyak pengetahuan baru. Pendidikan harus terus ditingkatkan seiring dengan meningkatnya keingintahuan manusia yang berdampak kepada kemajuan peradaban. Manusia sebagai pelaku pendidikan, sekaligus proses pelaksanaan pendidikan harus dipertahankan mengingat manusia memiliki potensi masing-masing yang berbeda. Psikologi pendidikan berhasil berdiri sebagai disiplin ilmu mandiri yang fokus pada permasalahan pengajaran dan pembelajaran. Dalam proses pendidikan Islam harus melibatkan sekolah, keluarga, dan masyarakat untuk percepatan pencapaian tujuan pendidikan.⁴

Williams James banyak memberikan kuliahnya tentang *Talks to Teachers* dan mengatakan bahwa hasil penelitian psikologi yang dikembangkan di laboratorium sering memberikan kepada kita informasi yang tidak ilmiah dan tidak bisa diaplikasikan terhadap dunia belajar mengajar. John Dewey selanjutnya banyak mendorong bagaimana ilmu psikologi banyak bergerak dalam wilayah praktis dengan membangun laboratorium psikologi pendidikan. Ia menyimpulkan bahwa sesungguhnya anak merupakan pembelajar aktif, dan anak bisa belajar lebih baik jika ia belajar dengan aktif. Dewey meyakini bahwa potensi anak bukan hanya dalam

¹ John. W. Santrock, *Educational Psychology 2nd Edition*, 'Psikologi Pendidikan', Terjemahan oleh Tri Wibowo BS. (Jakarta: Prenadamedia Group, 2015), p. 4.

² Cholil & Kurniawan S., *Psikologi Pendidikan: Telaah Teoritik dan Praktik*, (Surabaya: IAIN Sunan Ampel Press, 2011), 8-9.

³ Merlin Wittrock, 'Focus on Educational Psychology', *Educational Psychologist*, 4.2 (1967), 17-20 <<https://doi.org/10.1080/00461526709528927>>.

⁴ Roqib M., *Ilmu Pendidikan Islam; Pengembangan Pendidikan Integratif di Sekolah, Keluarga, dan Masyarakat*, (Yogyakarta: LkiS, 2009), 122.

masalah akademik, maka anak harus di berikan pengajaran lebih yaitu menyangkut interaksi anak dengan lingkungan dan sosial. Karena anak memiliki potensi besar untuk dikembangkan sesuai dengan potensi yang mereka bawa dari lahir. Dewey juga mengatakan bahwa setiap anak berhak untuk mendapatkan pendidikan yang layak dalam kehidupannya.

E.L.Thorndike banyak memberikan perhatian kepada pengukuran dan penilaian secara ilmiah terhadap cara-cara belajar secara ilmiah. Penilaian terhadap hasil belajar siswa harus jelas.⁵ Kontribusi teori E.L.Thorndike banyak mempengaruhi terhadap perjalanan dan pengembangan psikologi pendidikan. Salah satu tugas sekolah yang terpenting terhadap pendidikan anak adalah mengajarkan bagaimana anak bisa menggunakan nalarnya dengan baik. Thorndike menekankan bahwa psikologi pendidikan harus memiliki media pengukuran yang ilmiah untuk mendapatkan informasi belajar anak sehingga kualitas pendidikan bisa diukur selanjutnya untuk ditingkatkan.⁶

Psikologi pendidikan tidak hanya berhenti pada masalah aspek kognitif akademik anak, tetapi ia harus berkembang pada pendidikan moral yang baik sebagai pertanggungjawaban kemanusiaan. Moral positif meliputi karakter, optimis, harapan, cinta, dan sosial harus ditumbuhkembangkan dalam diri anak. Karena esensi pendidikan manusia adalah terjadinya perubahan perilaku dari belum baik menjadi baik. Pendidikan moral pastinya tidak bisa diselesaikan dengan pendidikan secara oral, tetapi pendidikan harus menciptakan sebuah strategi yang terorganisir secara masif sehingga pendidikan dan pengendalian moral positif bisa tercipta secara maksimal. Di Rusia sebagai negara komunis memperhatikan pendidikan moral anak, karena mereka sadar bahwa anak merupakan generasi penerus.⁷ Pendidikan moral untuk menyadarkan anak siapa kesejatiannya membutuhkan proses yang panjang. Bukan hanya pendidikan moral, berkaitan dengan pendidikan skill anak saja membutuhkan jam pengajaran yang relatif panjang.⁸

Melihat sejarah Psikologi Pendidikan maka ilmu Psikologi Pendidikan Islam harus mengacu pada pendidikan Islam awal yang dilakukan oleh Nabi Muhammad saw yang berdasarkan pada Al-Quran dan Hadist. Perjalanan Psikologi Pendidikan Islam selanjutnya berkembang seperti yang dilakukan tokoh-tokoh Islam dalam sepanjang sejarah pendidikan Islam hingga saat ini. Nilai pendidikan yang ada dalam Islam tidak pernah berubah, integrasi antara

⁵ Hamalik O., *Psikologi Belajar & Mengajar*, (Bandung: Sinar Baru Agresindo, 2010), 203.

⁶ John. W. Santrock.

⁷ A. A. Bodalev, 'Educational Psychology and Moral Education', *Journal of Russian and East European Psychology*, 22.1 (1983), 13–19 <<https://doi.org/10.2753/RPO1061-0405220113>>.

⁸ Kelivn S., and Rosemary S. *Educational Psychology second edition*. Switzeland: Jacobs Foundation, (2009), 138.

ilmu dan kebahagiaan⁹ sesuai dengan misi Islam sebagai agama *rahmatan lil 'alamin*. Cara dan proses untuk mewujudkan pendidikan Islam dalam melahirkan generasi cerdas, beriman, takut kepada Allah, dan berakhlak terus berkembang sesuai dengan tuntutan zaman dan budaya masyarakat masing-masing.¹⁰

Al-Quran menyampaikan tentang maksimalisasi potensi manusia untuk menjadi manusia sempurna.¹¹ Emosi manusia sering berubah dan disebabkan oleh banyak faktor. Misalnya yang terjadi pada jamaah haji yang dalam beberapa kasus mengalami kondisi emosi negatif dengan berkata kotor yang disebabkan oleh hal-hal teknis selama pelaksanaan ibadah haji.¹² Kondisi ini menjadi bukti bahwa manusia terus mengalami sebuah proses menuju lebih baik dalam setiap kehidupannya.

طَسَّ تَلَكَّ ءَايَةُ الْقُرْآنِ وَكِتَابٍ مُّبِينٍ ۙ اِهْدِنَا صِرَاطَكَ الذِّينَ
يُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَهُمْ بِالْآخِرَةِ هُمْ يُوقِنُونَ ۝ ٣

Thaa Siin (Surat) ini adalah ayat-ayat Al Quran, dan (ayat-ayat) Kitab yang menjelaskan. Untuk menjadi petunjuk dan berita gembira untuk orang-orang yang beriman. (yaitu) orang-orang yang mendirikan sembahyang dan menunaikan zakat dan mereka yakin akan adanya negeri akhirat (Q.S. An-Naml, 27:1-3).

Fokus Psikologi Pendidikan Islam tidak hanya berhenti pada pelaksanaan pengajaran dan pembelajaran di pendidikan formal (sekolah), tetapi mencakup pendidikan di keluarga dan lingkungan. Proses psikologi pendidikan anak terjadi dalam setiap aktifitas dan masa perkembangannya.¹³ Misalnya masa perkembangan remaja di mana ia merupakan bagian dari perubahan psikis dari anak ke dewasa.¹⁴ Lingkungan tinggal anak yaitu keluarga harus bisa berperan maksimal dalam pendidikan anak.¹⁵ Karena

⁹ Husaini, A., *Pendidikan Islam Membentuk Manusia Berkarakter & Beradab*, (Jakarta: Cakrawala Publishing, 2010), 81.

¹⁰ Mujib, A. & Mudzakkir J., *Ilmu Pendidikan Islam*, (Jakarta: Kencana Prenada Media, 2006), 78.

¹¹ Sumawijaya, A., *Biarkan Al-Quran Menjawab: Mengerti Tema-Tema Penting Kehidupan Dalam Kitab Suci*, (Jakarta: Zaman, 2013), 27.

¹² M. Naim (2016) *Kematangan Emosi Jamaah HAJI (Studi Fenomenologi Jamaah Haji Kota Surabaya)* Yogyakarta: PPI UMY, <http://thesis.umy.ac.id/index.php?opo=bibliography&id=72177>

¹³ Hasan ABP., *Psikologi Perkembangan Islami: Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia dan Praktek Hingga Pascakematian*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2008), 23.

¹⁴ Sarwono SW., *Psikologi Remaja*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2007), 71.

¹⁵ Jalaluddin, *Psikologi Agama: Memahami Perilaku Dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2012), 291.

dalam setiap kesempatan anak senantiasa belajar dari apa yang ia lihat, dengar, ucap, rasa, dan yang ia pikirkan.

Basis utama dalam Psikologi Pendidikan Islam adalah Al-Quran dan Hadits. Pendidikan berbasis rahmah dalam Al-Quran bisa menjadi contoh bagaimana psikologi pendidikan mengambil sebuah peran untuk optimalisasi pelaksanaan pencapaian pendidikan. Ada tiga komponen utama pendidikan rahmah dalam Al-Quran, pertama adalah kepribadian seorang pendidikan yang harus menjadi model utama pendidikan. Kedua adalah aspek teknis dalam membina kepribadian siswa mulai dari spiritual, akademik, moral, dan sosial. Ketiga adalah penyatuan seluruh nilai Al-Quran yang menjadikan manusia berkepribadian sempurna.¹⁶

Proses belajar harus senantiasa berlangsung dan pendampingan secara intensif dilakukan melalui metode yang ilmiah dan terukur untuk mencapai hasil maksimal.¹⁷ Aspek penting dalam Psikologi Pendidikan Islam adalah ruh, jiwa, dan hati sebagai target sasaran utama pendidikan. Dalam tradisi sufi ada psikologi sufi yang menjadi cermin psikologi transpersonal, yakni upaya pencapaian manusia menuju puncak kebahagiaan.¹⁸

Pendidikan Islam Di masa Rasulullah saw dan para sahabat merupakan masa puncak kegemilangan dalam melahirkan generasi terbaik. Melalui Al-Qur'an perihai emosi yang dirasakan manusia meliputi takut, marah, cinta, senang, antipasti, benci, cemburu, hasud, sesal, malu, dan benci terus terdidik.¹⁹ Fokus utama dalam pendidikan Islam waktu di Mekkah adalah pada pendidikan akhlak, moral, dan tauhid. Masjid, rumah, kuttab menjadi tempat utama pelaksanaan pendidikan.²⁰ Rasulullah saw bersama para sahabat langsung berguru kepada beliau dengan duduk di serambi masjid. Pendidikan Islam di Madinah mulai diajarkan strategi politik dan sosial.²¹ Pendidikan masa Rasulullah saw berlandaskan pada Al-Quran sebagai sumber utama, yaitu melalui penghafalan dan pengamalan.

Perjalanan kehidupan Abu Musa Al-Asy'ari menjadi bagian dari kisah kesuksesan proses psikologi pendidikan Islam masa klasik. Pribadi yang ikhlas hanya bersandar kepada Allah sebagai tempat bergantung menjadikan Abu Musa sebagai pribadi yang ikhlas dan bahagia.²² Sumber pengetahuan dari Allah melalui ilmu, keikhlasan dari hati, dan limpahan kebahagiaan

¹⁶ Idi Warsah (2016) *Pendidikan Berbasis Rahmah Dalam al Qur'an (Telaah Psikologi Pendidikan)*. Yogyakarta: UMY, <http://thesis.umy.ac.id/datapublik/t127127.pdf>

¹⁷ Nurjan S., *Psikologi Belajar*, (Ponorogo: Wade, 2015), 15.

¹⁸ Jaenudi U., *Psikologi Transpersonal*, (Bandung: Pustaka Setia, 2012), 160.

¹⁹ Najati, MU., *Psikologi Dalam Al-Quran: Terapi Qurani Dalam Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, Ter. Alfarisi MZ., (Bandung: Pustaka Setia, 2005), 99.

²⁰ 'Jurnal Thariqah Ilmiah Vol. 01, No. 02 Juli', 01.02 (2014), 14.

²¹ Hamim Hafiddin, 'Pendidikan Islam pada Masa Rasulullah', 1.1 (2015), 14.

²² Khalid KM., *Karakteristik Perihidup Enampuluh Sahabat Rasulullah*, terj. Syaf M. dkk., (Bandung: Diponegoro, tt.), 653.

adalah rahmat dari Allah untuk hamba-Nya. Berjalan di jalan yang benar bersama Rasulullah saw untuk menuju puncak kebahagiaan tertinggi.

Kemajuan peradaban Islam yang berhasil diraih lebih dari 1000 tahun merupakan bukti semangat dan keyakinan muslim dalam mencintai ilmu. Pelaksanaan pendidikan Islam yang maksimal mengantarkan umat dunia pada kejayaan temuan-temuan sains yang sekarang menjadi pijakan pengembangan sains teknologi modern. Pendidikan Islam sebagai basis utama, ketundukan umat pada Tuhan, dan motivasi kesadaran belajar mampu melahirkan generasi berkualitas. Psikologi Pendidikan Islam merupakan proses dari capaian kesuksesan umat muslim selama tahun 600-1600 Masehi.²³

Para tokoh pendidikan Islam dari klasik hingga modern misalnya Al-Qabisi (935-1012M), Ibnu Sina (980-1037M), Al-Ghazali (1048-1111M), Ibn Khladun (1332-1404), Muhammad Abduh (1849-1905), Muhammad ‘Athiyah Al-Abrasyi tt., Fazlur Rahman (1919-1988) adalah mereka yang berhasil dalam pendidikan Islam di zamannya.²⁴ Dasar psikologi dalam proses pembelajaran menjadi penting diperhatikan untuk mengantarkan peserta didik menjadi pribadi yang utuh dan berkemajuan.²⁵ Trilogi pemikiran Cak Nur yakni tauhid, pluralisme, dan Indonesia sebagai *modern nation state* adalah upaya untuk mewujudkan cita-cita pendidikan Islam di Indonesia.²⁶

Pendidikan Islam tidak terbatas pada pendidikan terhadap anak, tetapi jauh dari itu adalah pendidikan terhadap anak dimulai ketika kedua orangtua menikah.²⁷ Perjuangan orangtua dalam mendidik anak menjadi satu hal penyebab anak harus berbuat baik kepada orangtua. *Birrul walidain* menjadi kewajiban anak atas kemuliaan orangtua dalam kehidupan.²⁸ Pendidikan etika atau moral menjadi penting untuk memahamkan anak berkaitan dengan hak dan kewajiban sebagai manusia yang beradab.²⁹

²³ ‘Muslim Heritage and Education | Muslim Heritage’.

²⁴ Assegaf AR., *Aliran Pemikiran Pendidikan Islam*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2013), 61-224.

²⁵ Ridla MJ., *Tiga Aliran Utama Teori Pendidikan Islam: Perspektif Sosiologis-Filosofis*, terj. Arif M., (Yogyakarta: Tiara Wacana Yogya, 2002), 202.

²⁶ Nafis MW., *Cak Nur Sang Guru Bangsa: Biografi Pemikiran Prof. Dr. Nurcholish Madjid*, (Jakarta: Kompas Media Nusantara, 2014), 237.

²⁷ Ali SAH., “Pengantar”, *Prophetic Parenting: Cara Nabi Saw Mendidik Anak*, terj. Qurusy FAA., (Yogyakarta: Pro-U Media, 2010), 23.

²⁸ Shihab MQ., *Birrul Walidain: Wawasan Al-Qur’an Tentang Bakti Kepada Ibu Bapak*, (Tangerang: Lentera Hati, 2014), 21.

²⁹ Zarkashi I., *Biografi K.H. Imam Zarkasyi Dari Gontor Merintis Pesantren Modern*, (Ponorogo: Gontor Press, 1996), 271.

B. Kontribusi Kebahagiaan Menurut Hamka Terhadap Psikologi Pendidikan Islam

Setiap orang memiliki hak untuk hidup bahagia. Cara dan proses dalam pencapaian kebahagiaan yang berbeda menunjukkan bahwa kebahagiaan itu bersifat subjektif. Bagaimana orang mengerti dan memahami kebahagiaan, maka muncul cara untuk mewujudkan kebahagiaan. Psikoterapi dan agama menjadi media seseorang untuk mendapatkan kebahagiaan. Psikoterapi yang fokus pada aspek psikologis sebagai media kebahagiaan tidak cukup, dan agama menjadi lebih baik untuk menjadi media pencapaian kebahagiaan dari pada psikoterapi.³⁰ Setiap orang harus mampu mengenali kesejatan dirinya secara mandiri.

Kajian pengajaran dan pembelajaran Psikologi Pendidikan Islam dalam lingkup pendidikan formal, keluarga, dan lingkungan harus mampu mengantarkan manusia pada tujuan akhir kehidupan. Pengalaman dzikir sebagai fenomena spiritual keagamaan³¹ merupakan bagian dari proses psikologi pendidikan Islam. Kebahagiaan dunia dan akhirat merupakan tujuan utama manusia selama menjalani kehidupan. Hati yang pernah terluka oleh pengalaman harus kembali sehat dengan shalat, dengan mengingat bahwa manusia memiliki tujuan hidup mulia untuk sebuah kemuliaan.³²

Al Ghazali menekankan bahwa setiap orang harus selamat dari tipu daya dunia yang nampak indah. Karena banyak orang yang tertipu dengan kehidupan dunia ini sehingga mereka menjauhi kematian karena takut terputus dengan segala kenikmatan dunia. Manusia memiliki cinta, rindu, sayang hati, dan ridla sebagai modal mendapatkan rasa cinta kepada Allah.³³ Kecerdasan emosi bisa dimaksimalkan untuk mencapai puncak kesuksesan manusia.³⁴ Melalui pendidikan setiap orang memiliki kesempatan yang sama untuk mendapatkan kemenangan sejati dalam hidupnya.³⁵

Penelitian ini merupakan capaian Hamka yang di berikan untuk menemukan sebuah formula pendidikan kebahagiaan kepada manusia. Puncak dari tujuan kehidupan adalah kebahagiaan, maka Psikologi Pendidikan Islam sebagai sebuah disiplin ilmu harus mampu memberikan sebuah formula

³⁰ Seligman M., *Bahagia Sejati*, terj. Trimaryoan RSS., (Jakarta: Prestasi Pustaka Publisher, 2003), 210.

³¹ Subandi, *Psikologi Dzikir: Studi Fenomenologi Pengalaman Transformasi Religius*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009), 65.

³² Mogahed Y., *Reclaim Your Heart: Wawasan-Mencerahkan Tentang Cinta, Duka, dan Bahagia*, terj. Andwiani N., (Jakarta: Zaman, 2012), 173.

³³ Al Ghazali, *Ihya' 'Ulumuddin Jilid VIII*, terj. Zuhri dkk., (Semarang: Asy Syifa', 2003), 500.

³⁴ Goleman D., *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*, terj. Widodo ATK., (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2003), 525.

³⁵ Waitley D., *Psychology of Winning*, terj. Qadria L., (Yogyakarta: Rumpun, 2009), 15-26.

terhadap tujuan pendidikan Islam bahwa setiap manusia harus mampu mencapai kebahagiaannya. Manusia harus mampu mengenali dirinya sendiri, mengenali hak dan kewajibannya sebagai manusia dengan Tuhannya, sebagai warga negara, anggota keluarga dan masyarakat. Kesadaran manusia disetiap posisi akan menjadikan diri bahagia.

Tingkatan kebahagiaan Hamka yang terdiri dari kebahagiaan lahir, kebahagiaan batin, dan kebahagiaan hakiki merupakan teori pendidikan kebahagiaan yang relevan bagi pencapaian tujuan pendidikan Islam. Banyak jalan untuk mencapai kebahagiaan, tetapi tidak semua jalan mampu mengantarkan manusia pada kebahagiaan hakiki. Setiap budaya, agama, keyakinan, dan tradisi peradaban manusia telah memberikan pedoman untuk mendapatkan kebahagiaan. Manusia di berikan banyak pilihan dalam persimpangan jalan menuju kebahagiaan. Silakan ditentukan supaya hidup senantiasa berada dalam wilayah bahagia. Hamka telah memberikan sebuah konsep dalam Al-Quran bagaimana setiap orang bisa mencapai kondisi bahagia hakiki. Terpenting adalah setiap manusia harus mampu memenuhi persyaratan yang telah ditentukan.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ حَقَّ تَقَاتِهِ وَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنْتُمْ مُسْلِمُونَ ١٠٢

Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah sebenar-benar takwa kepada-Nya; dan janganlah sekali-kali kamu mati melainkan dalam keadaan beragama Islam (Q.S. Ali Imran, 3:102).

Sebuah tindakan nyata diperlukan untuk mengantarkan manusia dalam hidup yang bahagia dan membahagiakan orang lain. Kebaikan yang dilakukan dan terus disebarakan untuk berbagi kepada sesama adalah bentuk upaya manusia menyebarkan kebahagiaan. Tradisi masyarakat digital yang suka hal instan menjadi tantangan tersendiri bagi pada pendidik atau siapapun yang ingin menyebarkan kebahagiaan. Dibutuhkan metode baru yang kekinian untuk memberikan edukasi kepada masyarakat tentang model kebahagiaan dari tingkatan kebahagiaan lahir, batin, dan kebahagiaan hakiki.

Psikologi Pendidikan Islam memiliki sebuah kesempatan besar untuk mengambil peran pentingnya sebuah pendidikan kebahagiaan. Bukan hanya mengambil materi pendidikan secara umum, namun duplikasi dari kesuksesan pendidikan Islam masa lampau yang berbasis Al-Quran bisa dilakukan untuk mencapai kesuksesan. Ruang lingkup mulai dari keluarga, sekolah, dan lingkungan secara umum harus dibentengi dengan nilai positif dalam Al-Quran seperti kejujuran, ketekunan, kesabaran, keikhlasan, ketulusan dan akhlak terpuji lainnya. Kebahagiaan bukan sebuah capaian dengan proses yang instan. Kebahagiaan membutuhkan spirit dan ketekunan tingkat tinggi supaya manusia sadar bahwa sesungguhnya bahagia adalah hak setiap orang.

C. Relevansi Kebahagiaan Menurut Hamka Dalam Konteks Kekinian

Perubahan perilaku manusia di era revolusi industri 4.0 yang mencoba memadukan antara manusia dengan mesin menjadi sebuah peluang sekaligus tantangan baru dunia. Percepatan produktivitas dalam ekonomi tidak diimbangi dengan antisipasi dampak psikologis manusia. Tekanan mental dan pudarnya kebahagiaan dalam diri seseorang menjadi masalah baru.³⁶ Dunia harus memperhatikan masalah penting ini supaya manusia tetap mendapatkan apa yang seharusnya mereka dapatkan yaitu kebahagiaan.

Kebahagiaan dalam masyarakat era revolusi industri 4.0 saat ini menjadi semakin tertantang untuk diperebutkan dengan menggunakan berbagai cara. Munculnya berbagai anggapan bahwa kebahagiaan selalu identik dengan banyaknya materi seolah perlahan mulai mengalami kesadaran pasca kehidupan masyarakat modern. Masyarakat Barat mulai menyadari bahwa sesungguhnya materi tidak terlalu berpengaruh terhadap munculnya kebahagiaan hakiki dalam diri. Materi hanya mampu mendatangkan kebahagiaan lahir yang cepat muncul sekaligus cepat menghilang.

Perlu diamati renungan para profesional pemikir Barat seperti Fritjof Capra, Bertrand Russell, Abraham Maslow, Edward de Bono, John Archibald Wheeler, dan Schumacher yang mulai mengatakan bahwa masalah utama manusia adalah kegagalan manusia dalam memahami diri sendiri. Komponen diri di antaranya yang terdiri dari jiwa harus dididik dengan baik supaya menghasilkan mental positif dalam kehidupan. Aspek spiritual dan rohani menjadi penting untuk mengendalikan diri dan berdamai dengan akal sehingga menjadi manusia yang utuh berkepribadian positif.³⁷

Orientasi masyarakat Barat saat ini mulai bergeser dari kebahagiaan materi pada pencarian kebahagiaan diri yang lebih bermakna. Beberapa penelitian misalnya yang dilakukan oleh Martin Seligman yang terus mengembangkan potensi psikologi positif pada manusia mengalami peningkatan yang signifikan.³⁸ Kajian jiwa sama tuanya dengan kajian terhadap manusia. Eksistensi manusia dalam mencari hakikat diri dalam menemukan kebahagiaan menjadi bagian utama dalam perjalanan kehidupan manusia melalui agama.³⁹ Apakah hal yang paling penting dalam kehidupan manusia? Jawabannya adalah “kebahagiaan.” Setiap orang yang memiliki

³⁶ Uwe Dombrowski and Tobias Wagner, ‘Mental Strain as Field of Action in the 4th Industrial Revolution’, *Procedia CIRP*, 17 (2014), 100–105 <<https://doi.org/10.1016/j.procir.2014.01.077>>.

³⁷ Nataatmadja H., *Intelegensi Spiritual: Intelegensi Manusia-Manusia Kreatif, Kaum Sufi dan Para Nabi*, (Jakarta: Perennial Press, 2001), 3.

³⁸ Seligman M., *Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*, terj. Nukman EY., (Bandung: Mizan Pustaka, 2005), 135.

³⁹ Durkheim E., *The Elementary Forms of The Religious Life*, terj. Muzir IR. & Syuri M., (Yogyakarta: IRCiSoD, 2011), 354.

pikiran sehat pasti akan mengupayakan segala cara untuk mendapatkan kebahagiaan.⁴⁰

Kelompok sufisme Barat terus mengupayakan gerakan spiritual untuk menemukan kebahagiaan hakiki. Melalui gerakan-gerakan tarekat, pencarian sekaligus penyebaran literatur sufi, serta praktik pengkajian literatur sufi adalah upaya nyata Barat untuk menemukan sebuah bentuk baru kebahagiaan. Psikologi sufi dalam bentuk psikologi transformasi dan terapi adalah sebuah kombinasi dari praktik spiritual keagamaan Islam. Sufi Barat mengupayakan sebuah kendaraan dalam mengeskpresikan penyatuan perspektif antara Islam dan Barat, tradisional dan modern.⁴¹

Konsep kebahagiaan Hamka berupa tahapan kebahagiaan mulai dari kebahagiaan lahir, kebahagiaan batin, dan kebahagiaan hakiki merupakan kebutuhan kebahagiaan manusia. Setiap manusia yang berjalan menuju kebahagiaan akan menemukan lintasan-lintasan masalah yang akan membentuk kebahagiaan manusia. Akal dan jiwa yang sehat dibutuhkan untuk dapat mencapai kebahagiaan hakiki. Ego diri, kerja batin, dan eksistensi ruh merupakan komponen pelengkap untuk kebutuhan kebahagiaan. Ruh yang diturunkan kepada tubuh manusia diselimuti unsur dunia material yang terdiri dari tanah, air, api, dan udara. Ruh menjadi eksistensi suci dalam manusia yang akan abadi dalam kebahagiaan.⁴²

Orang-orang sukses, orang yang mampu mengenali potensi dirinya sehingga mampu mencapai kebahagiaan adalah ia yang dapat memposisikan kebahagiaan dalam diri dengan benar. Masalah terbesar manusia di saat ia tidak mampu menemukan kebahagiaan sekaligus kesalahan dalam menemukan kebahagiaan.⁴³ Perkembangan kepribadian yang utuh dan menyenangkan memerlukan latihan yang disiplin, karena akan datang waktu ujian kesabaran dalam mencapai kebahagiaan itu datang.⁴⁴

Kebahagiaan diri bergantung pada keadaan-keadaan yang dipandang positif sehingga menghasilkan kebahagiaan. Tidak bergantung pada materi dan kebendaan, juga tidak bergantung pada aspek sosial. Cara pandang terhadap keadaan menjadi modal utama mendapatkan kebahagiaan dan

⁴⁰ James W., *The Varieties of Religious Experience: Pengalaman-Pengalaman Religius*, terj. Anshari L., (Yogyakarta: IRCiSoD, 2011), 87.

⁴¹ Hinnels J. & Malik J., *Sufi-Sufi Diaspora: Fenomena Sufisme di Negara-Negara Barat*, terj. Gunawan, (Jakarta: Mizan Publika, 2015), 61-87.

⁴² Frager R., *Obrolan Sufi Untuk Transformasi Hati, Jiwa, dan Ruh*, terj., Akmal H., (Jakarta: Zaman, 2013), 136.

⁴³ Allen J., *Secret of Health, Success and Power*, terj. Ali NZ., (Yogyakarta: Smart Book, 2004), 119.

⁴⁴ Hill N., *The Magic Leader to Success*, terj. Puteri JA., (Yogyakarta: Mitra Sejati, 2010), 120.

kedamaian batin.⁴⁵ Kebahagiaan tidak akan pernah datang dari luar diri selama diri tidak pernah berdamai dengan diri sendiri. Sumber kebahagiaan ada dalam diri sendiri yang harus diupayakan hingga berwujud kebahagiaan. Menaklukkan diri sendiri adalah lebih baik daripada menaklukkan ribuan musuh dalam peperangan.⁴⁶

⁴⁵ Tolle E., *Panduan Pencerahan Spiritual*, terj. Adve, (Yogyakarta: Mitra Sejati, 2009), 205.

⁴⁶ Raja O., dkk., *101 Motivator Yang Menginspirasi Dunia*, (Jakarta: L Press, 2010), 62.