

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Kebahagiaan

a. Definisi Kebahagiaan

Kebahagiaan memiliki banyak definisi dan banyak dikaji oleh berbagai disiplin keilmuan. Masing-masing perspektif mempunyai sudut pandang tersendiri dalam memaknai sebuah kebahagiaan. Hal tersebut menjadikan pemaknaan yang beragam tentang arti sebuah kebahagiaan serta konsep yang berbeda-beda mengenai kebahagiaan, dan bagaimana kebahagiaan itu dapat dicapai.

Kebahagiaan memiliki kata dasar bahagia, menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008) secara umum menjelaskan bahwa bahagia adalah suatu keadaan atau perasaan senang dan tentram lahir batin dengan terbebasnya dari sesuatu yang menyusahkan. Hal ini diperkuat oleh Kosasih yang menyatakan bahwa Arti kata “bahagia” berbeda dengan kata “senang”. Kebahagiaan bersifat abstrak dan tidak dapat disentuh maupun diraba, kebahagiaan memiliki hubungan yang erat kaitannya dengan kejiwaan seseorang yang bersangkutan (Kosasih, 2002: 30). Dari pendapat tersebut kebahagiaan dan kesenangan merupakan sebuah konsep yang berbeda karena sesuatu yang menyenangkan belum menjadi sebuah jaminan atas kebahagiaan seseorang, sementara kesenangan sudah tercakup di dalam kebahagiaan. Perbedaan mendasar dari kebahagiaan dan kesenangan dapat dilihat dari dua aspek yakni Kebahagiaan meliputi dua dimensi yakni dunia dan akhirat, sementara kesenangan belum tentu memiliki aspek dimensi akhirat.

b. Kebahagiaan Menurut Tokoh Psikologi

Kebahagiaan dari sudut pandang psikologi memiliki sebuah konsep dan sebuah pendefinisian tersendiri diantaranya diungkapkan oleh tokoh psikologi positif Martin dalam (Jumiati, 2017: 97) bahagia dapat dilihat dari dua sudut pandang, yakni meliputi definisi *moral-laden* dan *morally-netral*. Kebahagiaan dari sudut pandang *moral-laden* menghendaki bahwa tolak ukur dari suatu kebahagiaan adalah nilai-nilai moral, yang intinya adalah perpusat pada pelaksanaan kebaikan (*virtue*). Pandangan ini menghendaki bahwa kebahagiaan seseorang diukur berdasarkan kebaikan-kebaikan yang dilakukan oleh seseorang yang berkaitan dengan nilai-nilai norma yang berlaku didalam masyarakat apakah sesuai atau bertentangan. Jadi orang dikatakan memiliki kebahagiaan yang tinggi bila melakukan sebuah kebaikan yang tinggi didalam kehidupan.

Sedangkan definisi kebahagiaan dari sudut pandang *netral* memiliki penekanan pada kesejahteraan subjektif dalam kepuasan penuh terhadap hidup atau pencapaian terhadap kenikmatan yang tinggi. Melalui pengertian tersebut dapat dipahami bahwa kebahagiaan merupakan suatu hal bersifat subjektif dan personal (Jumiati, 2017: 97).

Sebagaimana yang diterangkan oleh Seligman bahwa kebahagiaan itu bersifat subjektif, oleh karena itu akan terdapat sebuah makna yang berbeda-beda dari setiap individu mengenai sebuah arti kebahagiaan. Artinya tidak ada manusia yang benar-benar memiliki sebuah konsep yang sama tentang kebahagiaan karena setiap manusia memiliki pemahaman, latar belakang, serta harapan yang berbeda antara manusia satu dengan yang lainnya (Seligman, 2005: 73). Disini mengindikasikan bahwa setiap manusia memiliki sebuah arti kebahagiaan yang bermacam-macam karena dengan berbagai latar belakang serta harapan akan masa

depan yang berbeda pula. Meskipun manusia memiliki sebuah pengalaman yang sama, tidak bisa diambil sebuah kesimpulan bahwa orang tersebut memiliki sebuah kebahagiaan yang sama karena kebahagiaan itu lebih bersifat personal dan mendasar terhadap pemaknaan pada kejadian yang dialami oleh setiap individu.

Berbeda dengan Martin yang memandang kebahagiaan lebih pada kebaikan-kebaikan yang dilakukan oleh seseorang yang berkenaan dengan nilai-nilai moral, Seligman lebih menekankan pada emosi positif yang dirasakan oleh seseorang serta berbagai aktifitas yang disukainya, sehingga dapat menimbulkan berbagai perasaan seperti senang, tentram, damai dan berbagai emosi positif lainnya. Berkat berbagai emosi positif yang dirasakan oleh seseorang akan memiliki banyak manfaat dalam kehidupannya seperti mampu berinteraksi dengan baik dalam lingkungan masyarakat, toleran, kreatif serta memiliki jiwa bangkit dari keterpurukan yang baik (Seligman, 2005: 29).

Sedangkan Veenhoven mendefinikan kebahagiaan dengan seluruh kenikmatan atau kepuasan hidup individu secara menyeluruh yang meliputi afektif dan kognitif dari kehidupan setiap individu sehingga dikenal sebagai kebahagiaan keseluruhan (*overall happiness*). Berbeda dengan Carr, A yang menyebutkan bahwa kebahagiaan adalah keadaan psikologis yang positif ditandai dengan tingkat kepuasan hidup tinggi, tingkat afek positif yang tinggi dan tingkat afek negatif yang rendah (Dewi, 2016: 1-8). Hal ini menunjukkan bahwa kebahagiaan merupakan sesuatu yang lebih kompleks, bukan hanya soal perasaan positif yang dirasakan oleh seseorang melainkan juga berkenaan dengan kognitif sehingga oleh Veenhoven dinamakan dengan kebahagiaan yang menyeluruh, ditandai dengan tingkat kepuasan hidup yang tinggi, afek yang tinggi, serta memiliki afek yang rendah.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan menurut tokoh psikologi adalah suatu keadaan afektif dan kognitif yang tinggi serta rendahnya afek negative pada seseorang sehingga menimbulkan perasaan senang, tenang, damai, dan berbagai perasaan positif sehingga manusia dapat berfungsi dengan baik secara individu maupun sosial.

c. Kebahagiaan Menurut Tokoh Tasawuf

Kebahagiaan menurut tokoh psikologi tentunya berdeda dengan tokoh tasawuf, Marwing dalam penelitiannya menyatakan bahwa konsep kebahagiaan dari barat lebih cenderung berbasis hedonisme karena kebahagiaan hedonis diukur melalui keseimbangan antara pengalaman kesenangan dan ketidakseimbangan, di mana kebahagiaan merupakan jumlah keseimbangan antara dua faktor tersebut yang mana kebahagiaan merupakan sebuah perasaan subjektif terhadap kualitas kesenangan pada kehidupan individu. Hedonisme memandang hanya dengan berfokus pada perasaan positif, seperti halnya digambarkan sebagai level kepuasan hidup yang tinggi dan efek negative yang rendah (Marwing, 2018: 266). Sementara tasawuf memandang kebahagiaan lebih cenderung kearah aspek spiritual dan kedekatan antara manusia terhadap Tuhan-Nya.

Sebagaimana dinyatakan oleh para sufi seperti Al-Ghazali (1058-1111) dalam kitabnya *Kimiâ' al-Sa'âdah* menyebutkan bahwa Kebahagiaan adalah berpaling dari dunia untuk menghadap Allah. Kebahagiaan ini akan tercapai dengan melawan kecenderungan nafsu sampai cermin hatinya bening dan dinding indranya terbuka sehingga dimungkinkannya memperoleh limpahan rahmat Tuhan atau mendapat ilham dari Tuhan (al-Ghazali, t.t: 6). Dari pengertian yang kemukakan ini menggambarkan bahwa kebahagiaan tidak terpaku dan bertumpu

pada aspek material seperti halnya uang dan benda-benda berharga didunia, tetapi lebih cenderung berpaling dari kesenangan dunia yang sifatnya fana dan lebih mengutamakan akhirat serta kedekatan dengan Tuhan sebagai sumber kebahagiaan.

Senada dengan Imam al-Ghazali, Kabir Helminski seorang sufi penerus tradisi Jalaluddin Rumi, menulis tentang manusia sempurna *The Knowing Heart: A Sufi Path of Transformation*, Menyebutkan bahwa sifat manusia sempurna adalah refleksi dari sifat-sifat Tuhan yang sebagian tertermin dalam 99 nama Allah. Kesempurnaan manusia adalah takdir bawaan manusia, yang memerlukan hubungan harmonis antara kesadaran diri dan rahmat Illahi yang menjadi capaian kebahagiaan yang sesungguhnya (Sentanu, 2008: 19). Hal ini semakin memperkuat bahwa yang menjadikan manusia bahagia adalah kedekatan manusia dengan Tuhan-Nya karena manusia merupakan manifestasi dari Tuhan dan kebahagiaan sejati diperoleh atas kesadaran diri kepada Tuhannya.

Meskipun berfokus pada kesadaran diri akan Tuhan dan lebih mementingkan kehidupan jangka panjang yakni akhirat, bukan berarti sepenuhnya meninggalkan kehidupan dunia, tetapi melepaskan kecenderungan terhadap dunia itu sendiri karena kebahagiaan sejati adalah kebahagiaan spiritual. Seperti yang di ungkapkan oleh Ibnu Maskawaih dalam (Majid, 2019: 39) yang menjelaskan bahwa kebahagiaan tertinggi adalah kebahagiaan spiritual, yakni kebahagiaan yang dapat dirasakan oleh seseorang saat mampu melepaskan tuntutan-tuntutan indrawi untuk menerima emanasi-emanasi dari atas sehingga membuat dimensi ruhaninya tercerahkan oleh cahaya-cahaya Illahi. Atau dalam bahasa lain, kebahagiaan dapat diperoleh saat seseorang berhasil menyingkirkan perangkap eksistensi jasmaninya sehingga jiwa dapat mengambil peran dalam tujuan spiritual sepenuhnya.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan adalah berpalingnya seseorang dari dunia dengan melawan kecenderungan nafsu dan memiliki hubungan yang harmonis antara kesadaran diri dan rahmat Illahi sehingga dimungkinkan limpahan rahmat Tuhan sehingga mampu melepaskan tuntutan-tuntutan indrawi untuk menerima emanasi-emanasi dari atas sehingga membuat dimensi ruhaninya tercerahkan oleh cahaya-cahaya Illahi.

2. Indikator Kebahagiaan

Setiap orang pastinya mendambakan sebuah kehidupan yang bahagia dan dapan menjalaninya dengan suka cita. Namun untuk memperoleh kebahagiaan tak semua orang mampu dalam meraih dan memiliki kebahagiaan tersebut. (Myers, 2012: 20), seorang ahli kejiwaan yang melakukan sebuah penelitian berkaitan dengan solusi mencari kebahagiaan bagi manusia modern. Orang yang selalu bahagia dalam menjalani hidup memiliki empat karakteristik yang dapat digunakan sebagai sebuah indicator kebahagiaan seseorang.

a. Menghargai diri sendiri

Orang yang bahagia cenderung menyukai dirinya sendiri. Orang yang memiliki kebahagiaan tinggi lebih percaya diri dan optimis dalam menghadapi masa depan. Hal ini diperkuat dalam penelitian Herdian Maulana yang menyatakan bahwa hal yang berpengaruh terhadap kesejahteraan dan kebahagiaan adalah penerimaan diri. Penerimaan diri ini berarti menerima keadaan hidup dan diri sendiri tanpa syarat (Maulana, 2018: 3144).

Penerimaan diri merupakan sesuatu yang sangat penting dimiliki seseorang karena penerimaan diri ini merupakan salah satu ciri lain orang yang mengaktualisasikan diri, sifatnya yang menerima segala apa yang ada pada diri dan juga terhadap orang lain (Muhammad, 2002: 88). Dari penerimaan diri ini, Hal lain

yang tidak kalah penting dari penerimaan diri adalah ungkapan terimakasih atau rasa syukur atas apa yang dimiliki sebagai anugrah Tuhan, yang mana ungkapan rasa syukur ini merupakan salah satu bentuk ungkapan terimakasih terhadap Tuhan atas segala berkat yang telah diterima oleh manusia.

b. Optimis

Orang yang bahagia cenderung memiliki pandangan terhadap dunia secara positif setelah pondasi dalam dirinya kuat yakni bentuk penerimaan diri apa adanya. Ada dua dimensi untuk menilai apakah seseorang memiliki optimisme yang tinggi dalam menghadapi sebuah persoalan atau pesimis dalam menjalani setiap kehidupannya. Dimensi tersebut adalah dimensi permanen (berapa lama seseorang menyerah) dan dimensi pervasive (untuk menentukan apakah ketidakmampuan menyebar dalam berbagai situasi). Orang yang optimis mempercayai bahwasannya peristiwa baik memiliki penyebab yang permanen, sedangkan peristiwa buruk bersifat sementara sehingga mereka akan berusaha sekuat mungkin untuk mencari aspek yang membuat mereka merasa baik (Seligman, 2005: 121). Sedangkan orang yang pesimis lebih cenderung menyerah dalam kondisi yang buruk di area tertentu.

c. Terbuka

Berkaitan dengan aspek sosial, Orang yang memiliki kebahagiaan dalam hidup pada umumnya lebih terbuka terhadap orang lain serta lebih senang membantu orang lain yang membutuhkan bantuan. Menurut Abdur Rahman bin Nasir As-Sa'di termasuk yang dapat mengusir kegundahan serta gelisah (Rahman, 2010: 17). Disamping itu, orang bahagia juga memiliki hubungan positif dalam kehidupan sosial baik dalam keluarga,

tentangga, maupun dalam kehidupan bermasyarakat (Maulana, 2018: 3143).

d. Mampu mengendalikan diri

Mampu mengendalikan diri sendiri menjadi salah satu karakteristik orang yang bahagia karena orang yang bahagia pada umumnya orang bahagia memiliki control pada hidupnya. Mengendalikan diri pada dasarnya terdapat keseimbangan antara kebutuhan jasmaniah dan ruhaniah, dalam penelitian yang dilakukan Herdian Maulana menyebutkan bahwa aspek spiritualitas merupakan aspek penting dalam kesejahteraan, di tambah lagi pemaknaan ulang pada setiap keadaan hidup dengan sudut pandang yang baru yang lebih positif (Maulana, 2018: 3147).

Pengendalian diri juga merupakan salah satu bentuk kematangan seseorang dalam segi emosional yang berupa sabar dan tabah dalam menghadapi berbagai tekanan dan ujian yang datang pada hidup seseorang (Syukur, 2003: 177). Orang yang tidak mampu mengendalikan diri sendiri rawan mengalami stress bahkan depresi saat masalah datang dalam hidup sehingga membuatnya semakin jauh dari kebahagiaan.

Rasa bahagia muncul dari dalam diri sendiri berupa sikap hidup, bukan dari luar seperti kekayaan, kekuasaan, popularitas, dan sebagainya. Sikap hidup adalah merasa cukup dan mensyukuri apa yang diperoleh, bersabar dan senang dengan keadaan hidupnya meski kurang beruntung, optimis dan mencintai kehidupannya. Dalam kehidupan ini kadang-kadang mengalami kesulitan atau penderitaan, seperti krisis ekonomi. Menghadapi keadaan seperti ini orang dianjurkan untuk bersabar supaya keadaan dunia tidak bertambah sulit, yang kemudian membuatnya tidak bahagia (Tebba, 2003: 41-42).

3. Sumber Kebahagiaan

a. Sumber Kebahagiaan Perpektif Psikologi

Banyak sumber kebahagiaan yang menjadi faktor serta mempengaruhi seseorang untuk memperoleh kebahagiaan, seperti yang diungkapkan oleh Seligman ada delapan faktor lingkungan yang mempengaruhi kebahagiaan seseorang, namun tidak semua faktor tersebut memiliki pengaruh yang besar terhadap kebahagiaan seseorang.

1) Uang

Dalam penelitiannya, Seligman mengungkapkan bahwa terdapat banyak data yang membahas tentang pengaruh kekayaan dan kemiskinan terhadap kebahagiaan seseorang. Dari data-data yang diperoleh, memperoleh kesimpulan umum bahwasannya orang kaya lebih bahagia daripada orang miskin saat membandingkan kesejahteraan subjektif rata-rata orang yang tinggal dinegara kaya dengan orang-orang yang tinggal di negara miskin. Meskipun uang memiliki pengaruh terhadap kebahagiaan seseorang namun uang bukanlah penentu akhir dari sebuah kebahagiaan yang dirasakan pada setiap individu, hal ini selaras dengan ungkapan Seligman yang menyatakan bahwa “Penilaian anda terhadap uang, akan mempengaruhi kebahagiaan anda, daripada uang itu sendiri” (Seligman, 2005: 154-155).

2) Perkawinan/Pernikahan

Pernikahan menjadi faktor kebahagiaan seseorang memiliki tingkat yang lebih tinggi daripada uang. Individu yang menikah memiliki kebahagiaan yang lebih tinggi daripada orang yang tidak menikah. Pernikahan menjadi salah satu faktor kebahagiaan seseorang apabila dalam pernikahan yang dilakukannya dapat membawa pada sebuah hubungan yang

harmonis dan saling mengembangkan masing-masing individu, jika dalam perkawinan itu tidak membawa pada hubungan yang baik dan memuaskan, maka akan berdampak sebaliknya bagi individu tersebut. Penemuan ini sejalan dengan penelitian yang membahas tentang hubungan kebahagiaan dan perkawinaan yang memperoleh kesimpulan bahwa kemampuan bersosialisasi yang meningkat dari setiap individu merupakan aspek positif dari sebuah pernikahan. diperkuat dengan pernyataan Seligman yang menyebutkan bahwa orang-orang yang dalam perkawinannya tidak begitu bahagia, akan memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih rendah dari orang tidak menikah atau orang yang bercerai (Seligman, 2005: 162).

3) Kehidupan Sosial

Seligman dan Diener dalam sebuah penelitiannya menemukan bahwa orang yang paling bahagia adalah orang yang sedang dalam hubungan romantic. Hal ini masih ada kaitannya dengan perkawinan yang merupakan salahsatu faktor dalam memperoleh kebahagiaan, dalam perkawinan sendiri sangat erat kaitannya dengan sebuah hubungan yang romantic. Individu yang bahagia lebih cenderung aktif dalam bersosialisasi daripada hidup menyendiri, mereka lebih suka menghabiskan waktu untuk kegiatan yang menyenangkan seperti berkumpul dengan teman-temannya (Seligman, 2005:164).

4) Emosi Negatif

Bradburn berkesimpulan didalam penelitiannya bahwa individu yang banyak mengalami emosi negative akan mengalami emosi positif dan sebaliknya. Meskipun demikian orang yang memiliki emosi negative tidak tercampakkan dari kehidupan riang gembira. Begitupun sebaliknya, orang memiliki emosi positif dalam hidup akan sangat terlindungi

dari kesedihan atau emosi negative. Untuk memiliki emosi positif, individu harus mampu mengurai setiap peristiwa buruk dalam sebuah kehidupan agar lebih mampu dalam menghadapi emosi negative yang dialaminya (Seligman, 2005: 165).

5) Usia

Sebuah studi mengenai kebahagiaan terhadap 60.000 orang dewasa di 40 negara mematahkan sebuah asumsi bahwasannya orang muda lebih bahagia daripada orang tua. Dari penelitian itu diperoleh sebuah kesimpulan bahwasannya kebahagiaan dibagi dalam tiga komponen, yaitu kepuasan hidup, efek menyenangkan, dan efek tidak menyenangkan. Kepuasan hidup meningkat secara perlahan seiring bertambahnya usia, efek menyenangkan sedikit melemah, dan efek tidak menyenangkan tidak berubah (Seligman, 2005: 167).

6) Kesehatan

Kesehatan yang dapat berpengaruh terhadap kebahagiaan seseorang adalah kesehatan yang dipersepsikan oleh seseorang dalam pikirannya, bukan kesehatan tubuh yang sebenarnya dialami oleh individu. Sehingga orang yang merasa dirinya sehat akan cenderung memiliki perasaan yang lebihh bahagia daripada individu yang merasa dirinya tidak sehat. Berkat kemampuan beradaptasi dengan penderitaan, individu menjadi bisa menilai menilai kesehatan secara positif bahkan ketika sakit (Seligman, 2005:168). Ini menngambarkan bahwasannya yang mempunyai pengaruh besar terhadap kebahagiaan adalah bagaimana seseorang memaknai keadaan hidup seseorang terlepas bagaimana keadaannya. Sehingga menjadi sangat berkaitan dengan indicator kebahagiaan berupa penerimaan diri secara apa adanya.

7) Pendidikan, Iklim, Ras dan Jenis Kelamin

Faktor-faktor yang berkaitan dengan pendidikan, iklim, ras dan jenis kelamin ini menurut Seligman tidak memiliki pengaruh yang begitu tinggi. Meskipun pendidikan merupakan salah satu sarana untuk memperoleh penghasilan yang lebih tinggi, pendidikan bukanlah suatu sarana dalam mencapai kebahagiaan. Begitupun dengan iklim dan ras juga tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap sebuah kebahagiaan seseorang. Jenis kelamin, seperti yang telah disebutkan bahwasanya laki-laki dan perempuan sedikit memiliki perbedaan yakni perempuan lebih bahagia sekaligus lebih sedih daripada laki-laki (Seligman, 2005: 169).

8) Agama

Setengah abad setelah Sigmund Freud merendahkan tentang agama, diskusi-diskusi tentang iman menuding agama sebagai penindas seksualitas, anti-intelektualisme, otoriter serta tidak toleran. Namun pada kenyataannya, data-data penelitian yang menunjukkan adanya pengaruh positif secara psikologis dari iman mulai mendukung Agama sebagai salah satu faktor kebahagiaan. Orang-orang yang memiliki tingkat religius yang tinggi jelas lebih kecil kemungkinannya untuk terlibat dalam penyalahgunaan obat-obatan terlarang, melakukan kejahatan, bercerai dan bunuh diri. Dalam penelitian Herdian Maulana menyebutkan bahwa spiritualitas juga menjadi aspek penting dalam kesejahteraan, yang mana penerapannya tidak lepas dari prinsip-prinsip nilai keagamaan (Maulana, 2018: 3147).

Data penelitian juga menunjukkan bahwa orang-orang yang religius lebih bahagia dan lebih puas terhadap kehidupan daripada orang yang tidak religius. Seligman juga menambahkan bahwa hubungan timbal balik antara agama dan kebahagiaan yang lebih besar, rendahnya depresi dan

kelenturan dalam menghadapi sebuah tragedi, tidaklah seperti garis lurus. Pada masa kejayaan behaviorisme, manfaat emosional dari agama dijelaskan berasal dari dukungan sosial yang lebih besar. Menurut pandangan ini pula, menyatakan bahwa orang-orang religius berkumpul bersama membentuk suatu komunitas perkawanan yang simpatik dan ini membuat mereka merasa lebih baik. Pada intinya yang lebih mendasar adalah agama mengisi manusia dengan harapan akan masa depan dan menciptakan makna dalam hidup (Seligman, 2005, 72).

b. Sumber Kebahagiaan Perspektif Tasawuf

Sumber kebahagiaan dari sudut pandang tasawuf seperti yang diungkapkan oleh al-Ghazali adalah ketika manusia mampu menundukkan nafsu kebinatangannya, dan mampu bertransformasi dari manusia yang sempurna dari tingkatan hewan ke tingkatan malaikat. Karena pada kenyataannya manusia merupakan makhluk yang sangat lemah di dunia ini. Oleh sebab itu, manusia harus menyadari ketidak berdayaannya itu dengan selalu bergantung pada Zat yang Maha Sempurna (al-Ghazali, t.t: 26-27).

Kebahagiaan merupakan sesuatu yang muncul dari dalam diri, bukan karena pengaruh dari aspek luar seperti kekayaan, material, popularitas maupun kekuasaan yang dimiliki oleh manusia. Seperti merasa cukup dan bersyukur atas apa yang telah dimiliki, bersabar dan senang dengan keadaan hidupnya yang dialami terlepas bagaimanapun keadaannya, optimis serta mencintai kehidupannya (Tebba, 2003: 41). Dengan demikian kebahagiaan itu bersumber dari dalam diri sendiri bukan karena sebab luar yang mempengaruhi, yang mana merupakan sebuah kebalikan dari sumber-sumber kebahagiaan yang telah menjadi kepercayaan pada umumnya sepertihalnya uang atau kekayaan.

Faktor utama yang menjadi sumber kebahagiaan adalah faktor yang membangkitkan cinta kepada Allah SWT. Untuk menggapai cinta kepada Allah memerlukan berbagai tahapan-tahapan dan memerlukan waktu yang panjang untuk merefleksi diri. Disebutkan bahwa pusat kebahagiaan adalah ketikan seorang hamba berjumpa dengan Allah SWT. Bukan berarti jalan yang harus ditempuh dengan meninggalkan dunia, tetapi menjadikan dunia sebagai sarana dan persiapan untuk menghadap dan bertemu dengan Allah SWT (Sanusi, 2006: 2).

4. Proses Mencapai Kebahagiaan

a. Proses Mencapai Kebahagiaan Menurut Imam Al-Ghazali

Kebahagiaan merupakan keadaan yang dibutuhkan oleh setiap manusia dalam hidupnya. Apapun aktivitas, jika tidak mendatangkan rasa bahagia maka aktivitas itu tidak bernilai sempurna. Al-Ghazali yang memiliki metode khusus untuk menggapai kebahagiaan yang disebut dengan *kimia al-sa'adah* dan tersusun dari delapan elemen penting di dalamnya yaitu:

1) Mengenal Diri Sendiri

Imam Ghazali menyebutkan bahwa salah satu kunci untuk mengenal Tuhan adalah dengan mengenal diri, karena tidak ada yang lebih dekat dengan diri kecuali diri sendiri. Bila tidak mengetahui diri sendiri mana mungkin akan mengenal dan mengetahui orang lain. Hal ini di perkuat oleh hadis nabi Muhammad SAW. yang ber bunyi “ Siapa yang mengenal dirinya, ia mengenal Tuhannya” (al-Ghazali,t.t. : 9).

Langkah pertama untuk mengenali diri adalah dengan menyadari bahwa manusia terdiri dari wujud luar disebut dengan jasad dan wujud dalam disebut dengan hati atau ruh. Hati yang dimaksud bukanlah segumpal daging yang terletak

di dada kiri, akan tetapi tuan yang mengendalikan semua fakultas lainnya yang ada dalam diri manusia. Pada hakikatnya, hati bukanlah sesuatu yang inderawi, melainkan sesuatu yang tidak dapat dilihat. Pengetahuan tentang wujud dan sifat hati inilah yang menjadi kunci mengenal Tuhan (al-Ghazali,t.t. :11).

Untuk memahami lebih jauh perjuangan batin benar-benar mengenal diri dan Tuhan. Manusia dapat melihat jasadnya sebagai sebuah kerajaan. Jiwa sebagai rajanya dan indera sebagai tentara. Akal dapat disebut sebagai perdana menteri, syahwat sebagai pemungut pajak dan amarah sebagai polisi. Dengan alasan mengumpulkan pajak, syahwat selalu ingin merampas segala hal demi kepentingan diri sendiri, sementara amarah cenderung bersikap kasar dan keras. Pemungut pajak dan polisi harus selalu ditempatkan di bawah raja, tetapi tidak mesti dibunuh dan ditindas karena masing-masing punya peran tersendiri yang harus dipenuhi. Akan tetapi, jika syahwat dan amarah menguasai nalar maka jiwa akan runtuh. Jiwa yang membiarkan fakultas-fakultas yang lebih rendah menguasai yang lebih tinggi ibarat orang yang menyerahkan bidadari kepada seekor anjing, atau seorang muslim kepada seorang raja kafir yang dhalim. (al-Ghazali, t.t: 13-14)

Jendela hati itu juga dapat terbuka dan mengarah ke dunia gaib di saat-saat yang menyerupai ilham kenabian, yakni ketika intuisi muncul dalam pikiran tanpa melalui perangkat indrawi. Semakin orang memurnikan dirinya dari hasrat badani dan memusatkan pikirannya kepada Tuhan, semakin peka pula seseorang terhadap intuisi-intuisi seperti itu. Orang yang tidak

menyadari intuisi semacam itu tidak berhak menyangkal keberadaannya (al-Ghazali, t.t: 17).

Pada bagian ini, Imam al-Ghazali memaparkan tentang tentang kebesaran jiwa manusia. Orang yang mengabaikan dan menodai kesuciannya dengan mengotori atau bahkan merusaknya, pasti akan kalah di dunia dan akhirat. Kebesaran manusia yang sebenarnya terletak pada kemampuannya untuk terus berkembang dan terus maju. Tanpa kemampuan itu manusia akan menjadi makhluk yang lemah di antara makhluk lainnya, takluk oleh rasa lapar, haus, panas, dingin, dan musnah oleh penderitaan (al-Ghazali, t.t: 25).

Sebenarnya manusia merupakan makhluk yang teramat lemah dan hina di dunia ini. Kebernilaian dan keutamaannya hanya akan nampak di negeri akhirat. Melalui kedisiplinan diri dengan sarana “Kimia Kebahagiaan” manusia akan naik ke tingkat malaikat. Tanpa Kimia Kebahagiaan, manusia akan kehilangan arah dan jatuh pada tingkatan hewan serta memiliki kehidupan yang sia-sia. Oleh karena itu, disertai kesadaran sebagai makhluk terbaik dan paling unggul, manusia harus berusaha mengetahui ketakberadaanya, karena pengetahuan itu menjadi salah satu kunci untuk membuka pengetahuan tentang Allah (al-Ghazali, t.t: 26).

2) Mengenal Allah

Pengetahuan tentang Allah merupakan satu-satunya subjek pengetahuan tertinggi sehingga orang yang berhasil meraihnya pasti akan merasakan puncak kesenangan. Setiap orang yang mengkaji persoalan ini akan melihat bahwa kebahagiaan sejati tidak dapat dilepaskan dari *ma'rifat* mengenal Allah. Setiap fakultas yang ada dalam diri manusia

menyukai segala sesuatu. Syahwat senang memenuhi hasrat nafsu, kemarahan menyukai balas dendam, mata menyukai pemandangan indah, dan telinga senang mendengar suara-suara merdu. Jiwa manusia diciptakan dengan tujuan untuk menyerap kebenaran. Dan kebenaran dekat dengan puncak kebahagiaan (al-Ghazali, t.t: 22-23).

Ma'rifat adalah kondisi (*hal*) yang bermuara dari upaya-upaya *mujahadah* dan menghapus sifat-sifat jelek, pemutusan semua hubungan dengan makhluk, serta penghadapan inti/hakikat cita-cita kepada Allah yang dilakukan oleh seseorang. Dalam kondisi ini, maka kemudian Allah hadir dan mengisi hati orang tersebut dengan rahmat, memancarkan *nur*-Nya, melapangkan dada, membuka padanya rahasia alam *malakut*, serta berkilaulah masalah-masalah *Ilahiyah*. Kondisi semacam ini didapatkan dengan jalan melakukan zuhud di dunia dan membebaskan diri dari belenggu dunia, mengosongkan hati dari berbagai kotoran-kotoran serta menghadap secara utuh kepada Allah (Rusli, 2013: 77).

Imam Ghazali menyebutkan bahwa salah satu cara mengenal Allah dengan cara tafakkur alam. Melihat dan memikirkan berbagai ciptaan-Nya. Alam merupakan bentuk cinta dari Allah untuk hamba-hamba-Nya. Rasulullah saw pernah berkata bahwa kasih sayang Allah lebih lembut daripada kasih sayang seorang ibu kepada bayinya yang sedang menyusu. Dengan mengenali penciptaan dirinya, manusia akan mengetahui keberadaan Tuhan. Dengan merenungi segala sesuatu yang menakjubkan mata dan hati, manusia menyadari kekuasaan dan kebijaksanaan Allah. Dan dengan merenungkan karunia yang berlimpah untuk memenuhi

berbagai kebutuhannya, manusia akan menyadari cinta Allah kepadanya. Begitu pula dengan mengenal diri sendiri menjadi kunci untuk mengenal Allah (al-Ghazali, t.t: 30-32).

Sifat-sifat manusia merupakan pantulan sifat-sifat Tuhan, keberadaan ruhnya pun dapat mengantarkan manusia pada pemahaman tentang keberadaan Allah. Dengan demikian, bisa dikatakan bahwa Allah dan ruh manusia tidak dibatasi oleh ruang dan waktu. Setelah mengetahui sebagian esensi dan sifat-sifat Allah melalui perenungan terhadap esensi dan sifat-sifat ruh, manusia akan memahami metode kerja, pengaturan, kekuasaan Allah kepada kekuatan-kekuatan malakut dan sebagainya dengan mengamati bagaimana manusia mengatur kerajaan kecil yang ada dalam dirinya (al-Ghazali, t.t: 36).

3) Mengetahui Dunia

Dunia ini adalah panggung atau pasar yang disinggahi oleh para musafir dalam perjalanan mereka ke tempat lain, di dunia inilah manusia membekali diri dengan berbagai pembekalan. Dengan bantuan perangkat indrawinya manusia harus memperoleh pengetahuan tentang ciptaan Allah dan melalui perenungan terhadap semua ciptaan-Nya manusia akan mengenal Allah (al-Ghazali, t.t: 42).

Selama hidup di dunia ini, manusia harus menjalankan hal penting, yaitu melindungi dan memelihara jiwa, serta merawat dan mengembangkan jasadnya. Jiwa akan terpelihara dengan pengetahuan dan cinta kepada Allah. Sebaliknya, jiwa manusia akan hancur jika jiwa seseorang terserap dalam kecintaan kepada sesuatu yang lain. sedangkan jasad hanyalah

hewan tunggangan jiwa, yang kelak akan musnah (al-Ghazali, t.t: 49).

Untuk bertahan dan berkembang, jasad hanya membutuhkan makanan, pakaian, dan tempat tinggal. Sememntara nafsu jasmani yang tertanam dalam diri cenderung memberontak melawan nalar yang tumbuhnya lebih lambat ketimbang nafsu, oleh karena itu, nafsu jasmani harus dikendalikan dengan hukum-hukum Tuhan yang diajarkan oleh para nabi (al-Ghazali, t.t: 50).

Manusia seringkali lupa bahwa kebutuhan manusia hanya tiga yakni: makanan, pakaian, dan tempat tinggal, yang mana semua itu dibutuhkan oleh manusia hanyalah sebagai penguat jasad untuk dijadikan tunggangan yang layak bagi jiwa untuk sebuah perjalanan ke alam berikutnya yakni kehidupan akhirat. Dunia cenderung menipu dan memperdaya manusia, yang mewujudkan dalam berbagai rupa (al-Ghazali, t.t: 52).

Siapa saja yang mau merenungkan secara serius keabadian dimasa lalu yakni ketika manusia belum lahir kedunia dan ketika dunia ini belum diciptakan, serta keabadian di masa datang berupa kehidupan akhirat, ketika dunia sudah tidak ada, maka manusia akan mengetahui dan sadar bahwa kehidupan di dunia ini hanya sebagai sebuah perjalanan yang bertahap-tahap. Bagi orang yang senantiasa mengumbar hawa nafsunya, Imam Ghazali mengibaratkan seperti orang-orang yang memenuhi perutnya dengan panganan lezat kemudian memuntahkannya. Kelezatan telah hilang namun rasa kualitasnya masih tetap terasa. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin banyak harta yang dinikmati maka semakin berat penderitaan yang dirasakan ketika manusia dipisahkan oleh kematian,

karena jiwa yang dilekati oleh sifat tamak akan menderita di akhirat karena nafsu yang tak terpuaskan (al-Ghazali, t.t: 53).

Meski telah banyak berbicara tentang bahaya dunia, al-Ghazali juga menegaskan bahwa didunia ini ada beberapa hal yang tak layak dicela, seperti ilmu dan amal baik. Ilmu dan amal baik yang dibawa seseorang ke akhirat akan mempengaruhi nasib seseorang dan keadaannya disana, terlebih lagi amal yang dibawa adalah amal ibadah yang membuatnya selalu ingat dan mencintai Allah SWT. Juga ada beberapa hal baik lainnya di dunia ini, seperti perkawinan, makanan, pakaian, dan lain-lain, yang dipergunakan secara bijak oleh kaum beriman sebagai sarana untuk mencapai kehidupan di akhirat kelak (al-Ghazali, t.t: 58).

4) Mengenal Akhirat

Pada tahap selanjutnya al-Ghazali menyebutkan bahwa orang yang mempercayai Al-Qur'an dan Sunah sudah tidak asing lagi dengan konsep nikmat surga dan siksa neraka yang menanti di akhirat. Namun, ada hal penting sering dilupakan, yakni ada surga dan neraka ruhani. Hati orang yang tercerahkan memiliki satu jalan yang terbuka kearah dunia ruhani sehingga ia dapat mengetahui-bukan dari kabar angin atau kepercayaan tradisional, melainkan teralami secara nyata penyebab segala kerusakan dan kebahagiaan jiwa (al-Ghazali, t.t, 60).

Orang yang hidup di dunia merupakan pengelana dan musafir menuju Allah yang dalam istilah tasawuf biasa disebut *salik*. Perjalanan untuk mendekat kepada Allah dapat dicapai dengan menggunakan dua system yaitu *mulaazamah* (senantiasa berdzikir) dan *mukhaalafah* (menghindari diri dari melupakan Allah) (Bagir, 2005 : 138). Al-Ghazali membahas

lebih mendalam tentang betapa berbedanya jiwa manusia dari jasad dan segenap anggota tubuh manusia. Setiap anggota tubuh bisa rusak dan berhenti bekerja, namun kemandirian jiwa tetaplah abadi tak akan terusik. Selain itu, tubuh manusia mengalami perkembangan dari waktu ke waktu. Namun kepribadian manusia akan tetap sama dari dahulu maupun sekarang (al-Ghazali, t.t: 63). Jadi dapat dikatakan bahwa jiwa akan terus ada menyertai esensialnya yang tak bergantung pada tubuh, seperti pengetahuan dan cinta kepada Allah. Layaknya pengetahuan, kebodohan juga akan abadi menyertai jiwa. Jadi, jika manusia lebih memilih kebodohan daripada pengetahuan tentang Allah maka kebodohan itu akan menyertai di akhirat dalam wujud kegelapan jiwa dan penderitaan.

Dari uraian tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa kehidupan dunia ini adalah mempersiapkan diri bagi dunia yang akan datang. Bahkan seandainya seseorang meragukan keberadaan akhirat, nalar mengajarkan bahwa ia seakan-akan ada dengan pertimbangan dampak luar biasa yang akan terjadi. Keselamatan hanya bagi orang-orang yang mengikuti ajaran Allah SWT. (al-Ghazali, t.t, 80)

5) Spiritualitas dalam Musik dan Tarian

Al-Gazali menyebutkan bahwa Allah Yang Maha Kuasa menciptakan hati manusia bagaikan sebuah batu api. Hati akan berpijar-pijar seperti halnya music dan harmoni, yang mampu memberikan ketentraman kepada diri sendiri dan orang lain. Harmoni yang dinikmati manusia merupakan gema dari keindahan dunia yang lebih tinggi, yang biasa disebut sebagai dunia ruh. Musik dan tarian sangat besar dalam mempengaruhi keadaan hati manusia, dan juga menyalakan cinta yang tertidur dalam hati-cinta yang bersifat duniawi dan

indrawi, maupun yang Ilahi maupun ruhani (al-Ghazali, t.t : 82)

Para sufi memanfaatkan musik untuk membangkitkan cinta yang lebih besar kepada Allah dari diri mereka, dengan bantuan music ini seorang sufi seringkali mendapatkan visi dan gairah ruhani. Dalam keadaan yang demikian, hari seorang sufi menjadi bersih, dan mencapai suatu tingkat kesucian yang tak akan pernah bisa dicapai melalui perilaku prihatin. Mereka semakin menyadari keterkaitan mereka dengan dunia ruhani sehingga secara bertahap akan sirna bahkan kesadaran indrawi mereka akan hilang. Bagaimanapun, seorang murid yang hatinya belum sepenuhnya tersucikan dari nafsu duniawi, meski pernah mendapatkan pengelihatan ruhani-mesti dilarang oleh syekhnya untuk ambil bagian dalam tarian mistik semacam itu karena hanya akan mendatangkan *madarat* daripada *maslahat* (al-Ghazali, t.t :85-86)

Ada beragam beragam keadaan ekstatik yang dialami oleh para sufi sesuai dengan emosi yang mendominasi dirinya, seperti cinta, takut, nafsu, tobat, dan lain sebagainya. Keadaan spiritual seperti itu seringkali dicapai tidak hanya melalui lantunan Al-Qur'an, tetapi juga melalui lantunan-lantunan syair yang romantic. Meski ini merupakan sebuah fenomena yang baru dalam Islam yang tidak ada cintohnya dari para sahabat, mesti kita ingat bahwa yang diharamkan hanyalah segala sesuatu yang bertentangan dengan syariat (al-Ghazali, t.t : 95)

6) Muhasabah dan Dzikir

Muhasabah adalah kritik atau intropeksi diri secara terus menerus. Orang yang dalam hatinya terdapat iman akan selalu meninjau apapun yang dikatakan dan dilakukan, serta

bersyukur atas kebaikan dan berusaha menghapus dosa dan kesalahan dengan beristighfar. Sungguh-sungguh menyesali segala dosa dan bertaubat. Muhasabah adalah elemen terpenting bagi orang beriman yang mengabdikan hidupnya kepada Allah SWT (Gluden, 2001: 28).

Al-Ghazali menjelaskan bahwa para wali memahami sesungguhnya manusia datang ke dunia hanyalah untuk menjalani perjuangan batin yang hasilnya akan menentukan nasib akhir yakni: surga atau neraka. Karena itu, mereka selalu mewaspadi tubuh mereka yang seringkali mengkhianati jiwa agar tidak mengalami kerugian besar. Seseorang yang bijak pasti akan melakukan muhasabah setiap pagi setelah sholat subuh dan berkata kepada jiwanya sebagai berikut (al-Ghazali, t.t: 98) :

“Wahai jiwaku, tujuan hidupmu hanya satu. Meski sedetik, saat yang terlewat tidak bisa dikembalikan karena dalam perbendaharaan Allah bagian napasmu sudah ditentukan, tidak bisa ditambah atau dikurangi. Saat kehidupan telah berakhir, tak ada lagi laku batin yang dapat kau jalani. Karena itu, apapun yang bisa kau kerjakan, kerjakanlah sekarang. Perlakukan hari ini layaknya hidupmu telah habis dan hari yang akan kau jalani hanyalah bonus yang dianugerahkan Allah Yang Maha Rahim. Sungguh salah besar jika kau menyia-nyiakkan hari yang kau hidupi” (al-Ghazali, t.t: 98)

Selain bertindak dan berpikir dengan cermat. Setiap malam, kita juga harus memperhitungkan (*muhasabah*) setiap tindakan yang dilakukan sepanjang hari ini sehingga dapat mengetahui apakah hari ini dalam keadaan yang untung atau merugi.

Muhasabah juga merupakan sebuah tindakan untuk pembersihan hati, yang bermakna menghapus kecintaan pada dunia dan hal-hal duniawi serta menghilangkan darinya segenap kesedihan, duka, dan kekhawatiran atas segala sesuatu yang tidak berguna (Valiuddin, 1997:61). Oleh karena itu, manusia perlu mengawasi dengan ketat lisaanya, mata, dan seluruh anggota tubuh, karena semua itu mungkin menjadi pendorong ke neraka. Meski cenderung keras kepala, jasad akan menerima perintah dan dapat dijinakkan dengan laku zuhud. Inilah yang sebenarnya menjadi tujuan muhasabah perlu untuk dilakukan (al-Ghazali, t.t: 100).

Dengan membersihkan hati, manusia mampu meretas keterikatan dari segala sesuatu selain Allah dengan cara mengosongkan hati dari kecintaan pada dunia serta menghilangkan segenap pikiran buruk dan tidak baik. Inilah buah hati dari mengingat Allah atau disebut dengan zikir. Manakala cahaya dari hasil mengingat Allah masuk kedalam hati, maka hatipun kosong dari kesedihan dan kedukaan dunia serta dipenuhi dengan kecintaan kepada Allah saja, sehingga menjadikan manusia merasakan kebahagiaan (Valiuddin, 1997: 89).

Melupakan Allah sama artinya lalai terhadap dirinya sendiri, seperti yang dijelaskan dalam Al-Qur'an (QS. Al-Hasyr: 19) sebagai berikut:

وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنسَاهُمْ أَنفُسَهُمْ أُولَٰئِكَ هُمُ الْفَٰسِقُونَ

“dan janganlah kamu seperti orang-orang yang lupa kepada Allah, lalu Allah menjadikan mereka lupa kepada mereka sendiri. mereka Itulah orang-orang yang fasik”.

Dalam bukunya, Valiuddin menjelaskan bahwa berpaling dari mengingat Allah menyebabkan diri dikuasai oleh kekuatan-kekuatan bukan Tuhan, yang setiap saat mendorong manusia untuk melakukan perbuatan yang jahat. Manakala berbagai kekuatan menghujam kuat dengan kuat sehingga memalingkan manusia dari mengingat Allah, maka jiwanya akan tersesat sedemikian rupa sehingga ia bahkan tidak tahu bahwa Allah itu ada (Valiuddin, 1997: 92). Hal inilah yang akan membuat manusia semakin jauh dari kata bahagia karena kekosongan yang terus menerus dialami jiwanya.

7) Perkawinan

Perkawinan memainkan peran penting dalam kehidupan manusia sehingga perlu diperhitungkan saat membahas tema spiritual. Perkawinan adalah bagian dari spiritual. Ada beberapa keuntungan menurut al-Ghazali tentang pernikahan yaitu:

pertama, Allah menciptakan manusia dan jin untuk beribadah kepada Allah swt dan berkat perkawinan, jumlah para penyembah Allah menjadi semakin bertambah banyak. Oleh karena itu, ada sebuah pepatah yang dikenal diantara ahli kalam “sibukkan dirimu dalam tugas-tugas perkawinan dari pada ibadah-ibadah sunnah yang lain”.

Kedua, dalam sebuah hadist dikatakan bahwa doa anak yang shaleh kepada orang tuanya yang telah meninggal dunia sangat mustajab. Begitu pula sebaliknya, apabila anak shaleh lebih dahulu meninggal dari orang tuanya maka ketika anak

tersebut masuk surga akan menangis dan berkata “aku tidak mau masuk jika tidak beserta ayah dan ibu”. Begitulah anak-anak akan menarik orang tuanya ke surga.

Ketiga, melalui perkawinan setiap pasangan akan merasakan ketenangan dan ketenteraman. Duduk bersama dan memperlakukan isteri dengan baik merupakan perbuatan yang memberikan rasa santai setelah melakukan tugas-tugas keagamaan. Ketika Rasulullah saw mendapatkan masalah, selain menyerahkan segala urusannya kepada Allah swt, Rasulullah juga menghampiri istrinya untuk merasakan sentuhan kemanusiaan yang hangat dan dapat memberikan semangat dan kekuatan untuk menerima wahyu-wahyu baru. Dalam sebuah hadits yang terkenal beliau bersabda “*tiga hal yang aku cintai di dunia ini, wewangian, wanita dan kenikmatan dalam shalat*”. Suatu hari sayyidina Umar bertanya kepada Rasulullah saw tentang hal-hal yang paling penting untuk dicari di dunia ini, Beliau saw menjawab “*lidah yang selalu berzikir kepada Allah, hati yang penuh rasa syukur dan istri yang amanah*” (al-Ghazali, t.t: 116-119).

8) Cinta Kepada Allah

Cinta kepada merupakan suatu topik yang paling penting, kesempurnaan manusia tercapai jika cinta kepada Allah memenuhi dan menguasai hatinya. Jika cinta kepada Allah tidak sepenuhnya menguasai hati, setidaknya merupakan perasaan yang paling dominan dari perasaan selain Allah. (al-Ghazali, t.t: 135)

Tuhan adalah mata air cinta dan sumber segala yang ada. Kenyataannya begitu banyak ayat al-Qur’an yang menyatakan Cinta adalah sifat Tuhan. Cinta adalah dimensi pengalaman rohani, bukan dalam pengertian teoritis. Cinta

sepenuhnya mengendalikan keadaan batin dan psikologis yang tidak dapat diterangkan dengan kata-kata, tapi hanya dapat dipahami melalui pengalaman (al-Qarni, 2002: 76).

Sebagaimana halnya seseorang yang ingin mengungkapkan cinta kepada kekasihnya, kata-kata tak dapat mewakili apa yang ada di hati melalui selembar kertas. Apalagi cinta seorang hamba kepada Tuhan yang tidak hanya melampaui dunia, tapi dunia yang akan datang dan segala sesuatu yang terjangkau oleh imajinasi (Chittick, 2001: 291).

Semua muslim mengakui bahwasannya melihat Allah adalah puncak kebahagiaan manusia, sebagaimana dikatakan syari'at. Tetapi kebanyakan pengakuan manusia hanyalah pengakuan lisan yang tidak disertai dengan keyakinan yang teguh. Beberapa tanda cinta kepada Allah adalah sebagai berikut:

- a) Tidak membenci kematian, karena seorang “teman” tidak akan takut bertemu dengan “teman”nya. Memang benar, seorang pecinta Allah yang ikhlas mungkin saja takut akan kematian sebelum tuntas mempersiapkan diri untuk kehidupan akhirat. Namun, jika ia benar-benar ikhlas, pasti ia akan bersemangat mempersiapkan diri.
- b) Kesiediaan seseorang untuk mengorbankan segala hasrat dan kehendaknya demi mencapai kehendak Allah. Manusia harus mengikuti dan melaksanakan segala sesuatu yang dapat mendekatkannya kepada Allah seraya menjauhkan diri dari segala sesuatu yang menjauhkan dari Allah.
- c) Pikiran yang selalu hidup dan segar berkat zikir ke Allah. Setiap saat ingatan kepada Allah tak pernah lepas dari pikirannya. Seorang pecinta pasti akan terus mengingat

kekasihnya. Jika cintanya itu sempurna, tentu ia tidak akan pernah melupakan-Nya.

- d) Mencintai Al-Qur'an, firman Allah, mencintai Nabiullah Muhammad. Jika cintanya benar-benar kuat, ia akan mencintai semua manusia, karena semua adalah hamba Allah. Bahkan cintanya akan meliputi seluruh makhluk, karena orang yang mencintai seseorang akan mencintai karya ciptaannya dan tulisan tangnnya.
- e) Adanya hasrat yang kuat untuk beruzlah demi tujuan ibadah. Seseorang yang mencintai Allah senantiasa mendambakan datangnya malam agar bisa berhubungan dengan Temannya (Allah) tanpa halangan.
- f) Perasaan yang rindan dan mudah untuk beribadah. Jika cinta kepada Allah sudah sempurna, taka da kebahagiaan yang bisa menandingi kebahagiaan beribadah kepada-Nya.
- g) Mencintai orang yang menaati-Nya dan membenci orang yang kafir dan orang yang tidak taat (al-Ghazali, t.t: 154-158).

b. Proses Mencapai Kebahagiaan Menurut Ibnu Maskawayh

Dalam menjelaskan tentang kebahagiaan, Ibnu Maskawayh lebih menekankan pada akhlak yang mulia karena akhlak merupakan hal yang sangat mendasar dan penting. Berbicara tentang akhlak tentunya tidak lepas dari manusia sebagai sosok makhluk ciptaan Allah yang sempurna. Dengan akhlak manusia dapat menjadi pembeda antara manusia dan hewan, bila akhlak mulia didalam diri manusia telah hilang maka derajatnya akan jatuh lebih hina dari pada hewan. Oleh karena itulah akhlak merupakan sesuatu yang sangat urgen atau penting dimiliki oleh manusia. Disamping itu, Islam merupakan agama yang sangat menekankan pada kebaikan akhlak. Bahkan Nabi Muhammad

SAW diutus ke dunia untuk menyempurnakan akhlak manusia (al-Haydari, 2004: 27).

Ibnu Maskawayh memulainya dengan penjelasan dengan *al-khair* (kebaikan). Karena kebaikan merupakan bagian yang penting dari kebahagiaan. Ibnu Maskawayh mendefinisikan *al-khair* merupakan suatu keadaan dimana seseorang sampai pada batas akhir kesempurnaan wujud. Hal ini menunjukkan bahwa kebaikan tersebut bergantung dalam sifat-sifat terpuji manusia yang mengankarkan pada derajat yang mulia. Sebab hanya dengan sifat-sifat tersebut manusia mampu mencapai derajat kesempurnaan wujud.

Kebaikan ini dapat dikelompokkan menjadi tiga bagian dengan penjelasan sebagai berikut:

- 1) Kebaikan yang bersifat umum, yakni kebaikan bagi seluruh manusia dalam kedudukannya sebagai manusia. Dengan artian bahwa ukuran-ukuran dari kebaikan tersebut secara umum sudah disepakati oleh manusia.
- 2) Kebaikan yang bersifat khusus serta menjadi ukuran diri pribadi setiap manusia. Kebaikan inilah yang menjadi tolak ukur dan biasa disebut dengan kebahagiaan, karena pada dasarnya kebahagiaan pada setiap manusia itu berbeda dari satu orang dengan yang lainnya, dan bergantung bagaimana usaha dan cara meraihnya.
- 3) Kebaikan mutlak yang merupakan sebuah tujuan akhir dan identik dengan wujud. Kebaikan ini merupakan pencapaian tertinggi manusia dalam kemampuannya membedakan, berfikir, dan mengambil hikmah. Pada tahapan ini manusia merasa malu dan takut sebab timbulnya perkara yang buruk dari dalam dirinya. Hal ini menjadikan manusia senantiasa menjaga diri dari segala sesuatu yang buruk dan melakukan

sebuah kebaikan, dan pada akhirnya mengantarkan manusia pada kebagaiaan tertinggi (Jamal, 2017: 66).

Kebahagiaan yang dimaksudkan disini adalah kebahagiaan yang meluap dari dalam diri manusia yang tidak membutuhkan hal lainnya seperti pengeruh dari luar, sehingga kebahagiaan ini murni muncul dari dalam jiwa manusia entah bagaimanapun kondisi yang dialami. Kebahagiaan ini akan didapatkan dengan cara memenuhi kebutuhan-kebutuhan jiwa maupun kebutuhan jasmani. Namun, pada dasarnya kebutuhan jiwa menjadi lebih penting daripada kebutuhan yang lainnya. Karena kebahagiaan jiwa merupakan kebahagiaan yang mampu mengantarkan manusia menuju derajat malaikat, yang mana pada tingkatan ini manusia tidak lagi merasakan kekurangan, meski kekurangan materi dan jasmani dirasan. Serta dengan keadaan ini menjadikan semuanya indah dan damai hingga terciptalah kebahagiaan. Oleh sebab itu Ibnu Maskawayh seselalu menekankan pentingnya pendidikan akhlak dengan tujuan terpeliharanya kondisi kejiwaan manusia (Jamal, 2017: 67).

Untuk mencapai kebahagiaan ini, Ibnu Maskawayh menjelaskan bahwa, manusia haruslah menyempurnakan dua hikmah.

Pertama, hikmah teoritis yang dapat diperoleh dengan mempelajari semua ilmu dan mengenal diri sendiri sebagai jasad atau *maujudat* sehingga dapat melihat tujuan akhir yaitu pengabdian kepada sang Pencipta. Sehingga dimungkinkan memperoleh pendapat yang benar tentang segala sesuatu yang dipelajari oleh manusia dan akhirnya menjadikannya sebagai petunjuk untuk memperoleh sebuah petunjuk untuk senantiasa mendekatkan diri kepada sang Pencipta. Ibnu Makawayh pada pembahasan ini lebih mengedepankan pada pembelajaran ilmu syari'at sebagai intinya, karena setiap orang mempelajari dan

matang ilmu syari'atnya akan menjadi pribadi yang berpendirian teguh, terbiasa menjalankan perbuatan yang diridhai oleh Allah dan jiwanya siap menerima hikmah dari setiap keadaan yang dijalani sehingga pada akhirnya mampu memperoleh kebahagiaan (*as-sa'adah*) (Dewi, 2011: 262)

Kedua, hikmah praktis yang dapat diperoleh dengan cara mempelajari buku-buku tentang akhlak, hal ini bertujuan agar menjadi pengontrol dalam diri manusia. Pada bagian yang kedua ini lebih mengerucutkan pada pembahasan mengenai ilmu akhlak karena dengan ilmu akhlak merupakan sebagai sebuah pengontrol dari perilaku manusia dan juga sebagai nutrisi jiwa manusia (Jamal, 2017: 68).

Dengan demikian, hakikat kebahagiaan paling tinggi dalam pandangan Ibnu Maskawayh adalah dengan berkembangnya manusia dari *ma'rifat maujudat* ke *ma'rifatullah*. Dan barang siapa telah sampai pada maqam ini, manusia akan mencapai kebahagiaan tertinggi. Namun bukan berarti bahwa saat terfokus pada urusan jiwa dan riadhah lantas mengabaikan hal-hal materil dan jasad, hal ini juga harus diperhatikan secara sempurna dan menjadikannya sebagai sarana untuk *ma'rifatullah*.

5. Thariqah Naqsyabandiyah Khalidiyah

a. Pengertian Thariqah

Kata "*Thariqah*" merupakan kata yang berasal dari bahasa Arab yang memiliki arti *al-khat fi al-sya'i* (garis sesuatu), *al-shirath* (jalan), dan *al-sabil* (jalan). Kata ini juga memiliki makna *al-hal* (keadaan). Dalam literature Barat, kata thariqah memiliki arti *road* (jalan raya), *way* (cara atau jalan), dan *path* (jalan setapak). Thariqah juga bermakna jalan atau cara untuk mencapai tingkatan-tingkatan (*maqam*) dalam rangka mendekati diri kepada Allah. Melalui cara ini seseorang dapat mencapai peleburan

diri dengan Yang Nyata (*fana' fi al-haqq*). Mengikuti suatu aliran *thariqah* berarti melakukan olah batin, latihan-latihan (*riyadhah*), dan perjuangan yang sungguh-sungguh (*mujahadah*) dibidang kerohanian (Humam, 2013: 5).

Sementara menurut M. Amin Syukur, *thariqah* adalah sebuah pengamalan keagamaan yang bersifat esoteric (penghayatan), yang dilakukan oleh seorang *salik* dengan amalan-amalan yang berwujud wirid dan dzikir yang diyakini memiliki mata rantai secara sambung menyambung dari guru (*mursyid*) ke guru lainnya sampai Nabi Muhammad SAW, dan bahkan sampai ke malaikat Jibril dan Allah SWT. Mata rantai (sanad) dikalangan *thariqah* dikenal dengan nama silsilah (transmisi). Dalam tataran ini *thariqah* menjadi sebuah organisasi ketasawufan (Syukur, 2003: 44).

Thariqah merupakan sebuah jalan atau petunjuk dalam menjalankan suatu ibadah dengan ajaran yang dicontohkan oleh nabi dan sahabat-sahabanya. *Thariqah* juga berarti sebuah organisasi yang mempunyai syeikh, upacara ritual, dan dzikir tertentu. Pada dasarnya *thariqah* merupakan sebuah bagian dalam tasawuf, karena dzikir memiliki tujuan untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT dan pada akhirnya merupakan penyucian jiwa (*tazkiyatunnafs*), yang mana penyucian jiwa adalah bagian inti dari ajaran tasawuf (Badrudin, 2015: 29). Kajian tasawuf tidak dapat dipisahkan dengan praktek 'ubudiyah dan mu'amalah dalam *thariqah*.

Dapat disimpulkan bahwa *thariqah* adalah sebuah kumpulan atau organisasi yang mempunyai syeikh (guru) yang memiliki matarantai (silsilah) sampai kepada Nabi Muhammad SAW serta memiliki upacara ritual, dan dzikir tertentu sebagai jalan seorang *salik* untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT.

b. Silsilah Thariqah Naqsyabandiyah Kholidiyah

Pada awalnya, thariqah merupakan bentuk praktik ibadah yang diajarkan secara khusus oleh Rasulullah kepada orang-orang tertentu, seperti Rasulullah mengajarkan wirid atau dzikir yang perlu diamalkan oleh sayidina Ali bin Abi Thalib atau sahabat beliau yang lainnya. Ajaran-ajaran khusus ini diajarkan Rasulullah sesuai dengan kadarnya dan kebutuhan penerimanya, terutama berkaitan dengan faktor psikologis.

Pada tahap selanjutnya, ajaran khusus Rasulullah itu disebarkan secara khusus pula oleh beberapa sahabat penerima. Meski tak semua orang pantas menerima ajaran tersebut, namun jumlah mereka bertambah banyak. Sehingga pada akhirnya menjadi komunitas tertentu dan menjadi kekuatan sosial utama yang mampu masuk hamper diseluruh komunitas masyarakat muslim. Kemudian menjadi perkumpulan khusus, atau lahir sebagai sebuah tarekat (Burhani, 2002: 101).

Komunitas sufi ini pada mulanya hanya diikuti oleh para sufi yang bersangkutan secara spontan dan tanpa ikatan. Namun pada perkembangannya, mereka membentuk sebuah organisasi yang didalamnya ditentukan corak dan peraturan sendiri-sendiri yang secara populer mereka sebut sebagai lembaga thariqah. Melalui lembaga ini mereka melakukan pembinaan secara disiplin dalam mencetak pembibitan sufi dan orang-orang saleh secara kolektif. Lembaga ini kemudian menjadi lembaga yang inklusif bagi seseorang yang ingin memasukinya (Humam, 2013: 7-8)..

Diantara thariqah yang mula-mula muncul dengan pimpinan para tokoh besar adalah thariqah Qadiriyyah di Bagdad yang didirikan oleh syekh Abdul Qadir al-Jailani (w. 1166 M), thariqah Rifa'iyah di Asia Barat yang didirikan oleh syekh Ahmad Rifai (w.1182 M), thariqah Syadziliyyah di Maroko yang didirikan oleh Syekh Nurudin Ahmad bin Abdullah al-Syadzili (w. 1228 M),

thariqah Badawiyah di Mesir yang didirikan oleh syekh Ahmad Badawi (w.1276 M), dan thariqah Naqsyabandiyah di Asia Tengah yang didirikan oleh syekh Muhammad Baha'uddin al-Naqsyabandi (w. 1317 M) (Humam, 2013: 8).

Thariqah Naqsyabandiyah didirikan oleh Muhammad bin Muhammad Baha'uddin al-Uwaisi al-Bukhari al-Naqsyabandi. Beliau lahir di Hinduwan atau Arifan, Bukhara, Uzbekistan pada 717 H atau 1318 M. Beliau merupakan seorang tokoh yang pandai dalam melukiskan kehidupan yang gaib-gaib kepada para pengikutnya, sehingga beliau dikenal dengan nama Nawsyabandi (lukisan). Sedangkan "al-Uwaisi" berhubungan dengan salah seorang tokoh sufi terkenal pada masa sahabat, yaitu Uwais al-Qarni, karena system tasawuf Naqsyabandi menyerupai system tasawuf ini. Disamping itu ada pula riwayat yang menyebutkan bahwa syekh Naqsyabandi memiliki hubungan keluarga dengan Uwais al-Qarni (Humam, 2013: 87).

Thariqah Naqsyabandiyah masuk ke Indonesia sejak dua abad sebelum Belanda mengenalnya untuk pertama kali. Ulama dan sufi Indonesia yang pertama kali menyebut thariqah ini adalah syekh Yusuf al-Makasari (1626-1699). Beliau mempelajari Thariqah Naqsyabandiyah di Nuhita, Yaman melalui syekh Muhammad Abd al-Baqi' al-Majazi al-Yamani. Sementara di Madinah, Beliau berbaiat thariqah Naqsyabandiyah kepada syekh Ibrahim al-Kutani (Bruinessen, 1992: 34)

Martin van Bruinessen menambahkan bahwa yang diperkenalkan oleh syekh Yusuf al-Makasari saat itu bukanlah thariqah Naqshabandiyah sebagai organisasi melainkan sebuah teknik-tekniknya saja seperti bacaan dzikir dan juga metode pengaturan nafas ketika melakukan dzikir. Thariqah Naqsyabandiyah baru menjadi sebuah organisasi di Indonesia pada paruh kedua abad ke-19. Penyebarannya terjadi terutama pada abad

ke-19 dan masuk melalui pelajar-pelajar Indonesia yang belajar di Makkah atau melalui peta Jemaah haji yang pulang ke Indonesia.

Pada perkembangannya di Indonesia, thariqah Naqsyabandiyah berkembang dalam bentuknya sendiri-sendiri, yakni thariqah Naqsyabandiyah Khalidiyah dan Naqsyabandiyah Muzhariyah. Thariqah Naqsyabandiyah Khalidiyah bersumber dari syekh Isma'il al-Khalidi di Minangkabau yang penyebarannya dimulai dari daerah asalnya hingga ke penjuru Indonesia.

Perkembangan thariqah Naqsyabandiyah Khalidiyah juga berkembang dan tumbuh dengan baik di Jawa Timur Selatan yakni Kediri-Blitar. Selanjutnya Syekh 'Ali Ridha dari Jabal Abu Qubais mengangkat dua khalifah yang menetap di daerah ini. Yang pertama adalah Kiai Yahya dari Desa Mbaran di Mojo, Kediri Selatan. Disana Ia di gantikan oleh putranya Umar dan cucunya, Bastomi (Bruinessen, 1992: 176). Kemudian untuk Thariqah Naqsyabandiyah Khalidiyah di lingkungan Cepoko Kelurahan Klemunan Muryidnya KH. Ahmad Durri mendapatkan sanad dan baiat di Mbaran Kediri.

Dalam kitab Risalah al-Lathaifiah fi Nufus al-Insaniyah thariqah Naqsyabandiyah Khalidiyah memiliki silsilah atau sanad yang dijelaskan sebagaimana tabel berikut:

**Tabel sanad/silsilah Thariqah Naqsyabandiyah
Khalidiyah Baran Kediri**

No	Nama	
1.	ILLAHI ANTA MAQSHUDI (ALLAH SWT)	
2.	Malaikat Jibril	
3.	Rasulullah SAW	
4.	Sayyidina Abu Bakar As-Shiddiq	Ashiddiqiyah
5.	Sayyidina Salman Al-Farisi	

6.	Syaikh Qasim Ibn Muhammad	
7.	Syaikh Ja'far Shadiq	
8.	Syaikh Abu Yazid al-Bisthami	Thifuriyyah
9.	Syaikh Abu Hasan al-Kharqani	
10.	Syaikh Abu 'Ali al-Fadhil	
11.	Syaikh Yusuf Hamdzani	
12.	Syaikh 'Abdul Khalik al-Ghujdawani	Alkhawjaniyyah
13.	Syaikh 'Arif Riwikari	
14.	Syaikh Ahmad Anjiyur Faghnawi	
15.	Syaikh 'Ali Ramitani	
16.	Syaikh Baabaa as-Samasi	
17.	Syaikh Amir Kilal	
18.	Syaikh Bahauddin an-Naqsyabandiyati	Naqsyabandiyah
19.	Syaikh 'Alaluddin al-'Attharu	
20.	Syaikh Ya'qub al-Jarkhi	
21.	Syaikh 'Abdullah Ahraar	Al-Ahrariyyah
22.	Syaikh Muhammad Zaahid	
23.	Syaikh Khawwajah Muhammad Darwiisy	
24.	Syaikh Maula al-Karim	
25.	Syaikh Baaqi billah	
26.	Syaikh Ahmad Faruqi SIRR Hindi	Mujaddidiyyah
27.	Syaikh Muhammad Ma'shum	
28.	Syaikh Saifuddin	
29.	Syaikh Muhammad Nur Al-Budwani	Mujaddidiyyah
30.	Syaikh Habibullah Janjanan	
31.	Syaikh 'Abdullah Dahlawiy	
32.	Syaikh Khalid 'Usmani Al-Baghdadiy	Al-Kalidiyyah
33.	Syaikh 'Abdullah Afandiy Al-Makkiy	
34.	Syaikh Sulaiman Afandiy Al-Quramiy	
35.	Syaikh Isma'il Al-Burusiy	

36.	Syaikh Sulaiman Al-Zuhdiy (Shahib Majmu'at Al-Rasail)	
37.	Syaikh 'Aliy Ridha Jabal Abi Qubais Al-Makkiy	
38.	Syaikh Muhammad Yahya Al-Baraniy	
39.	Syaikh 'Umar Sulaiman al-Baraniy	
40.	Syaikh Bisthami 'Umar al-Baraniy	
41.	K.H Ahmad Durri	

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan adalah uraian hasil penelitian yang telah dilakukan pada penelitian terdahulu yang masih memiliki keterkaitan sehingga dapat digunakan sebagai pendukung kajian teori yang dikemukakan oleh para peneliti sebelumnya dan sebagai gambaran untuk penelitian selanjutnya.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Iin Nasri Impisari dengan judul “Makna Kebahagiaan Pada Lansia Muslim Yang Tinggal di Panti Tresna Werdha Teratai Palembang” penelitian ini membahas bagaimana para lansia yang tinggal di panti tresna atau panti jompo dalam memaknai kebahagiaan dalam hidup mereka, penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah sama mengkaji tentang kebahagiaan, sedangkan perbedaannya adalah subyek yang dikaji dalam penelitian.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Okiana Budi Ashari dengan judul “Apakah Orang Miskin Tidak Bahagia ? Studi Fenomenologi Tentang Kebahagiaan di Dusun Deliksari” penelitian ini dilatar belakangi oleh masih banyaknya masyarakat yang hidup dibawah garis kemiskinan dan rendahnya kemampuan untuk bisa memenuhi kebutuhan pokok sehari-hari.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti kaji adalah sama dalam membahas kebahagiaan serta menggunakan metode penelitian yang sama yakni kualitatif fenomenologi. Sedangkan perbedaannya adalah subyek yang diteliti dan juga latar belakang masalah yang diangkat. Karena penelitian yang peneliti ambil adalah tentang kebahagiaan pada pengamal thariqah Naqsyabandiyah Khalidiyah di Baran Kediri.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Aulia Putri Rosya dengan judul “Kebahagiaan Pada Pengikut Tarekat Naqsyabandiyah Tanah Dingin di Kecamatan Rao Utara”. Penelitian ini membahas tentang kebahagiaan pada pengikut Tarekat Naqsyabandiyah di Kecamatan Rao Utara, serta mengetahui bagaimana cara untuk memperoleh kebahagiaan pada pengikut tarekat Naqsyabandiyah Tanah Dingin yang mengikuti suluk.

Persamaan dalam penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah sama dalam membahas tentang kebahagiaan dan berfokus pada tarekat. Sedangkan perbedaannya adalah penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologi, selain itu terdapat perbedaan dalam subjek penelitian.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Rizwanda Abdul Majid dengan judul “Pencapaian Kebahagiaan Dalam Suluk Wahidiyah”. Penelitian ini membahas tentang pencapaian kebahagiaan dalam suluk Wahidiyah dan bertujuan untuk menjelaskan makna kebahagiaan dan cara yang musti ditempuh untuk mencapai kebahagiaan.

Persamaan dalam penelitian ini dengan yang peneliti lakukan adalah sama dalam mengkaji kebahagiaan. Perbedaannya adalah penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif studi kasus, sedangkan penelitian yang peneliti lakukan menggunakan

penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, selain itu juga terdapat perbedaan dalam subyek penelitian.

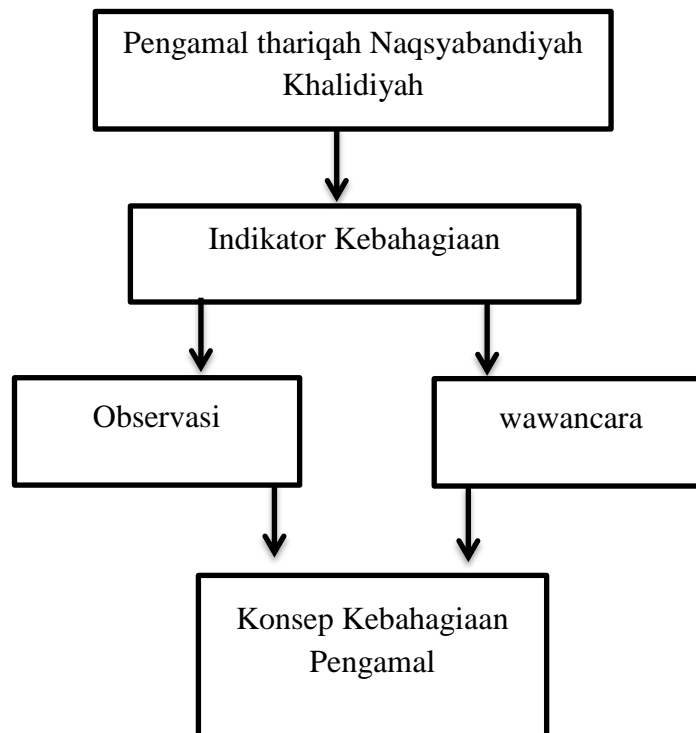
C. Alur Pikir

Kebahagiaan merupakan sebuah dambaan bagi setiap manusia, karena dengan kebahagiaan kehidupan akan terasa semakin memuaskan dan dipenuhi dengan suka cita. Kebahagiaan banyak sekali dikaji oleh banyak disiplin ilmu tak terkecuali oleh para tokoh psikologi dan tokoh taawuf, tentunya dengan perbedaan sudut pandang akan mempengaruhi tentang konsep dan arti sebuah kebahagiaan itu sendiri. Psikologi lebih memandang bahwa kebahagiaan merupakan tingginya afek positif dan rendahnya afek negatif pada diri seseorang serta banyak dipengaruhi oleh faktor dari luar seperti uang, kesehatan, hubungan sosial dan sebagainya. Sedangkan dalam pandangan tasawuf lebih memandang bahwa kebahagiaan akan diperoleh dengan cara meningkatkan kesadaran akan Tuhan serta mendekatkan diri kepada Allah sebagai wujud penghambaan secara total, dengan demikian kebahagiaan merupakan sesuatu yang keluar dari dalam diri manusia itu sendiri tanpa pengaruh dari luar bagaimanapun kondisinya.

Thariqah merupakan salah satu jalan yang ditempuh seseorang guna mendekatkan diri kepada Allah dengan berbagai ritual yang dijalankannya. Orang yang berthariqah diduga memiliki sebuah konsep tersendiri dalam memaknai sebuah kebahagiaan yang dirasakannya. Berbeda dengan mayoritas orang pada umumnya yang masih cenderung memandang kebahagiaan dari sudut pandang materialis.

Hal ini senada dengan penuturan salah satu pengamal thariqah Naqsyabandiah Khalidiyah di Baran Kediri yang mengungkapkan bahwa kebahagiaan tertinggi adalah ketika seseorang dapat wushul kepada Allah. Karena konsep kebahagiaan bersifat personal dan subjektif, maka dengan metode kualitatif fenomenologi diharapkan mampu menggali secara mendalam tentang bagaimana kebahagiaan pengamal thariqah Naqsyabandiyah Khalidiyah di Baran Kediri, dan bagaimana upaya untuk

mencapai kebahagiaan tersebut. Dengan demikian akur pemikiran yang akan digambarkan peneliti:



D. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang dan rumusan masalah yang telah ditentukan, meka secara umum pertanyaan yang akan diajukan peneliti kepada subyek adalah sebagai berikut :

1. Mohon ceritakan latar belakang anda (meliputi nama, usia, pekerjaan)
2. Bagaimana latar belakang anda bisa mengikuti Thariqah Naqsyabandiyah Khalidiyah di Baran Kediri ?
3. Mohon ceritakan bagaimana pengalaman sebelum dan sesudah mengikuti Thariqah Naqsyabandiyah Khalidiyah di Baran Kediri ?
4. Apakah terdapat perbedaan pandangan tentang kebahagiaan sebelum dan sesudah masuk dalam Thariqah Naqsyabandiyah Khalidiyah di Baran Kediri ?

5. Apakah dalam menjalankan kehidupan sehari-hari dengan penuh suka cita dan bahagia ?
6. Mohon utarakan apakah dalam menjalani kehidupan sehari-hari nilai-nilai dalam thariqah tetap tercerminkan ?
7. Bagaimana pandangan anda tentang kehidupan dunia dan kehidupan akhirat ?
8. Mohon jelaskan Apakah dalam kehidupan ini Anda tetap bahagia saat berjalan tidak sesuai dengan rencana Anda ??