

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dinamika kehidupan manusia terus meningkat. Begitu pula dengan gaya hidup yang menimbulkan krisis makna kehidupan, kehampaan spiritual dan tersingkirnya agama dalam kehidupan manusia. Sebagaimana fenomena yang terjadi di masyarakat sekarang ini, kondisi seperti ini mengakibatkan munculnya orang-orang yang merasa kecewa, putus asa, stress, dan bahkan mendorong seseorang untuk melakukan hal-hal negatif.

Manusia tidak diciptakan secara main-main atau sembarangan. Ia diciptakan dengan sebaik-baiknya dan demi tujuan yang mulia.¹ Dengan segala kelebihanannya manusia dituntut untuk menciptakan kehidupan yang seimbang dan serasi di dunia ini, dengan bahagia yang menjadi tujuan utamanya. Kebahagiaan diharapkan bisa dirasakan tidak hanya di dunia tetapi juga di akhirat.²

Dalam kehidupan sehari-hari, manusia mengalami berbagai peristiwa menyenangkan dan tidak menyenangkan. Faktanya, tidak ada orang yang terus menerus dalam keadaan senang atau terus menerus dalam keadaan sengsara. Dua keadaan itu akan terus bergulir sepanjang

¹ Al-Ghazali, *Bahagia Senantiasa*. (Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta, 2007), hlm. 7.

² Anwar Sanusi, *Jalan Kebahagiaan*. (Jakarta: Gema Insani, 2006), hlm. 1.

sejarah kehidupan manusia. Semua bisa terjadi atas kehendak Allah dan atas izin-Nya.

Sebagaimana Allah berfirman :

وَنَبَلُوكُم بِالْأَشْرِّ وَالْأَخْيَرِ فِتْنَةً وَإِلَيْنَا تُرْجَعُونَ

Artinya: “kami akan menguji kamu dengan keburukan dan kebaikan sebagai cobaan. Dan kamu akan dikembalikan hanya kepada kami” (Q.S Al-Anbiya’: 35).

Sebagian manusia berpendapat bahwa kebahagiaan dapat diukur dari seberapa banyak kekayaan materil yang dimiliki, sebagian lain beranggapan bahwa kebahagiaan akan timbul jika memiliki kelebihan yang tidak dimiliki orang lain, sebagian lain juga berpendapat bahwa kebahagiaan terletak pada tahta, kewibawaan, pangkat dan ketenaran yang dimiliki. Inilah pendapat manusia tentang bagaimana menginterpretasikan kata “bahagia”. Semua tergantung pada tujuan hidup masing-masing manusia dalam kehidupannya. Tidak mudah membuat definsi kebahagiaan, pencarian tentang makna kebahagiaan dan upaya mendapatkannya akan terus menerus dilakukan.

Berdasarkan Badan Kesehatan Dunia (WHO) *Global Health Estimates*, estimasi jumlah kematian akibat bunuh diri di seluruh dunia adalah sejumlah 793.000 kematian pada tahun 2016 atau 10,6 kematian

per 100.000 penduduk atau 1 kematian tiap 40 detik. Bunuh diri merupakan penyebab dari 1,4% kematian seluruh dunia dan merupakan ranking ke-18 penyebab kematian terbanyak. WHO *Global Health Estimates*, angka kematian akibat bunuh diri di Indonesia tahun 2016 sebesar 3,4 /100.000 penduduk. Jika diasumsikan pada tahun 2018 angka kejadian akibat bunuh diri tidak berubah, dan penduduk Indonesia tahun 2018 sejumlah 265 juta, maka dapat dihitung perkiraan jumlah kematian akibat bunuh diri di Indonesia sekitar 9.000 kasus per tahun.³

Seperti pendapat dari Hurlock bahwa kebahagiaan merupakan gabungan adanya sikap menerima, kasih sayang dan prestasi. Sikap menerima orang lain dipengaruhi oleh sikap menerima diri sendiri dalam penyesuaian sosial dimana dalam penyesuaian sosial diperlukan daya tarik fisik yang akan menimbulkan rasa sayang dan penerimaan diri orang lain dan akan menghasilkan cinta. Dalam teori ini kebahagiaan melibatkan manusia dengan manusia dan penyesuaian sosial.⁴

Menurut plato, kebahagiaan bisa ditunjukkan lewat jiwa. Jiwa tersusun dari tiga bagian, yaitu nafsu, kehendak, dan akal. Kehendak membuat kita mampu mengendalikan nafsu, sedangkan akal membantu

³ INFODATIN Kementerian Kesehatan RI, *Situasi dan Pencegahan Bunuh Diri*. Hlm.1-4

⁴ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan. Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta: Erlangga, 1997), hlm. 257

menentukan kapan harus mematuhi atau menahan nafsu. Jika ketiga unsur ini seimbang, maka hidup akan bahagia.⁵

Sebagaimana disebutkan diatas, bahagia tidak memiliki bentuk baku. Kebahagiaan itu terbentuk dari daya tarik antar manusia yang tersusun dalam nafsu, kehendak dan akal. Definisi di atas tidak melibatkan Tuhan dalam mendapatkan kebahagiaan. seperti dalam buku tafsir kebahagiaan menurut Jalaluddin Rakhmat, acara agar seseorang hidup bahagia adalah dengan cara beriman dan beramal sholeh (berbuat baik), membahagiakan diri sendiri, mengubah sudut pandang, bersyukur dan memaafkan.⁶

Adapun pengertian menurut al-Ghazali, puncak kebahagiaan pada manusia adalah jika dia berhasil mencapai ma'rifatullah", telah mengenal Allah SWT. Selanjutnya, al-Ghazali menyatakan:

“Ketahuilah bahagia tiap-tiap sesuatu bila kita rasakan nikmat, kesenangan dan kelezatannya mara rasa itu ialah menurut perasaan masing-masing. Maka kelezatan (mata) ialah melihat rupa yang indah, kenikmatan telinga mendengar suara yang merdu, demikian pula segala anggota yang lain dan tubuh manusia”.

⁵ Ahmad Qusyairi, “ Konsep Kebahagiaan menurut Al-Ghazali ”, “*Skripsi*” (Yogyakarta: Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2015)

⁶ Nur Khanifah, “Konsep Kebahagiaan menurut Jalaluddin Rakhmat ”, “*Skripsi*” (Purwokerto: Institut Agama Islam Negeri Purwokerto, 2020)

Ada pun kelezatan hati ialah ma'rifat kepada Allah, karena hati dijadikan tidak lain untuk mengingat Tuhan. Maka tentu saja berkenalan dengan Allah, adalah puncak dari segala macam kegembiraan. Lebih dari apa yang dapat dibayangkan oleh manusia, sebab tidak ada yang lebih tinggi dari kemuliaan Allah. Dan oleh sebab itu tidak ada ma'rifat yang lebih lezat daripada ma'rifatullah.⁷

Jika kebahagiaan dan kesengsaraan itu pada akhirnya berasal dari Allah maka bisa dipastikan bahwa Allah mempunyai maksud dan tujuan. Allah sengaja menimpakan manusia dengan kedua keadaan itu agar Allah bisa mengetahui mana yang bersabar ketika mendapatkan kesengsaraan dan mana yang bersyukur ketika mendapatkan kenikmatan.⁸ Allah menjadikan dunia sebagai negeri yang fana dan ruang ujian agar setiap manusia bekerja keras dan beramal serta agar orang yang bersabar saat menghadapi ujian mendapat balasan di akhirat tanpa hisab. Ujian dan kesulitan menjadi bagian yang niscaya dari kehidupan dunia. Dari Abdullah ibn Mas'ud berkata, "Dunia semuanya

⁷ Imroatus Sholihah, "Konsep Kebahagiaan dalam Al-Quran, perspektif tafsir Mutawalli Asy-Sya'rawi dan Psikologi Positif", *Tesis* (Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2016)

⁸ Ahsin Sakho Muhammad, *Tafsir Kebahagiaan* (Jakarta: PT Qaf Media Kreativa, 2019), hlm. 14

berupa kerisauan. Kesenangan yang terdapat di dalamnya hanyalah bonus”.⁹

Seseorang yang tertimpa ujian hendaknya menyikapinya dengan pandangan positif agar dapat keluar dari ujian itu dengan kebaikan dan kemenangan untuk mencapai kebahagiaan. 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.

Salah satu tokoh yang membahas mengenai kebahagiaan adalah Dr. Ahsin Sakho Muhammad. Ahsin Sakho Muhammad sendiri merupakan seorang pakar bidang Qiraat dan ilmu-ilmu Al-Quran. Dalam bukunya beliau menuliskan faktor-faktor bencana dan musibah berupa kejahatan-kejahatan di dunia sampai dengan pengingkaran terhadap nikmat Allah, menentang Tuhan dari kisah-kisah nabi dan firaun dan bagaimana cara kita memahami, menyikapi suatu bencana dan musibah melalui tuntunan Al-Quran. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian mengenai

⁹ Ibnu Qadhib al-Ban, *Rahasia Kebahagiaan* (Jakarta: Penerbit Zaman, 20013), hlm. 9-10

konsep kebahagiaan yang diangkat dari pemikiran Dr. Ahsin Sakho Muhammad. Peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul: **“Konsep Kebahagiaan Menurut Dr. Ahsin Sakho Muhammad”**.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang masalah diatas, maka penelitian ini berusaha menjawab pertanyaan:

1. Bagaimana Konsep Kebahagiaan Menurut Dr. Ahsin Sakho Muhammad Dalam Buku Tafsir Kebahagiaan ?
2. Bagaimana Metode Untuk Memperoleh Kebahagiaan Menurut Dr. Ahsin Sakho Muhammad Dalam Buku Tafsir Kebahagiaan ?
3. Apa persamaan dan perbedaan metode memperoleh kebahagiaan Menurut Dr.Ahsin, Ahli Islam dan Ahli Psikologi ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan Rumusan Masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui konsep kebahagiaan menurut Dr. Ahsin Sakho Muhammad dalam buku Tafisir Kebahagiaan
2. Untuk Mengetahui Bagaimana Metode Untuk Memperoleh Kebahagiaan Menurut Dr. Ahsin Sakho Muhammad Dalam Buku Tafsir Kebahagiaan

3. Untuk Mengetahui Persamaan Dan Perbedaan Metode Memperoleh Kebahagiaan Menurut Dr.Ahsin, Ahli Islam Dan Ahli Psikologi.

D. Kegunaan Penelitian

Kegunaan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti ini dapat digolongkan dalam dua macam, yaitu:

1. Secara Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan sumbangan keilmuan atau menambahkan referensi kepada ilmu bimbingan dan konseling Islam, psikologi, dan demi menambah wawasan dan mengembangkan ilmu pengetahuan, khususnya tentang konsep kebahagiaan.

2. Kegunaan Praktis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan pedoman mengenai kebahagiaan pada konselor dan psikolog
- b. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi pembelajaran dan dapat disosialisasikan pada Da'i

E. Sistematika Penulisan Laporan

Penulisan skripsi ini terbagi menjadi lima bab dengan uraian sebagai berikut:

Bab I adalah pendahuluan. Dalam bab ini menggambarkan latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dari penelitian, manfaat dari penelitian, tinjauan pustaka, kerangka teori, metodologi penelitian, teknik pengumpulan data dan juga sistematika pembahasan.

Bab II merupakan tinjauan teori. Pada bab ini dipaparkan beberapa teori yang berhubungan dengan topik pembahasan meliputi sebagai berikut: pengertian konsep, kebahagiaan menurut para ahli.

Bab III merupakan metodologi penelitian. Disini dijelaskan mengenai pendekatan / metode penelitian, subyek dan obyek penelitian, data dan jenis data, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.

Bab IV terdiri dari konsep kebahagiaan dalam pemikiran Dr. Ahsin Sakho Muhammad yang meliputi pengertian kebahagiaan, sumber kebahagiaan, aspek-aspek kebahagiaan, kaakter kebahagiaan. Cara memperoleh kebahagiaan.

Bab V merupakan penutup. Bab ini berisi tentang uraian kesimpulan yang diambil berdasarkan hasil pembahasan penelitian juga saran-saran yang bisa diberikan untuk pemugaran atau perbaikan selanjutnya.