

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang dilakukan tentang konsep kontemplasi (Studi Perbandingan Tasawuf Al-Ghazali dan Filsafat stoikisme Marcus Aurelius) menghasilkan kesimpulan sebagai berikut:

Pertama, Al-Ghazali dan Marcus Aurelius memiliki perspektif yang berbeda tentang konsep kontemplasi. Menurut Al-Ghazali, kontemplasi berarti menyelaraskan ajaran agama dalam kehidupan kita, dan Marcus Aurelius mengartikannya sebagai menggunakan akal kita untuk melakukan sesuatu yang akan membuat kita merasa tenang.

Dari penjelasan di atas, jelas bahwa Al-Ghazali mengutamakan al-Qur'an dan hadist sebagai sumber ajarannya. Di sisi lain, Marcus Aurelius mengutamakan pengalaman empiris dan akal. Namun, tujuan mereka hampir sama, yaitu mencapai ketenangan yang sempurna sebagai dasar untuk menjalani hidup.

Kedua, praktik kontemplasi menurut Al-Ghazali mencakup etika, keyakinan, iman, dan agama, sedangkan praktik kontemplasi menurut Marcus Aurelius mencakup mendefinisikan masalah dengan tepat, menghindari masalah yang terlalu rumit, dan mengendalikan emosi negatif. Sangat penting untuk menerapkan praktik kontemplasi Al-Ghazali dan Marcus Aurelius karena sejauh penulis meneliti diskursus ini, semakin sulit bagi orang modern mendapatkan ketenangan dalam hidup. Saat ini, manusia menyadari bahwa mereka kehilangan kemampuan untuk mencapai keseimbangan diri, serta merasa terancam oleh ketidakhadiran harmoni dengan lingkungan sekitar dan hubungan sosial, mereka mulai

mempertimbangkan diri mereka dengan lebih serius. Perasaan keterasingan dan ketidaksepahaman dengan lingkungan mendorong mereka untuk merenungkan kekurangan mereka dan merasa perlu untuk melakukan evaluasi diri yang mendalam. Jalan alternatif untuk mengatasi kebutuhan tersebut adalah konsep kontemplasi dari Al-Ghazali dan Marcus Aurelius.

Selain mengajarkan praktik berkontemplasi dengan cara dekat dengan Tuhan, Al-Ghazali menyarankan kita untuk menjalani kehidupan seperti para wali Allah, sehingga kita dapat meniru hidup yang rahmatan lil alamin. Namun, kontemplasi Marcus Aurelius, melalui pengetahuan yang dia peroleh dari kaum stoik, mengarahkan kita ke cara hidup yang sederhana. Paradigma stoik dapat membuat segala sesuatu yang kompleks terlihat lebih sederhana. Marcus Aurelius dan Al-Ghazali memiliki karakteristik unik yang masing-masing dapat digunakan sesuai kebutuhan.

Ketiga, ada aspek kesamaan dan perbedaan menurut Al-Ghazali dan Marcus Aurelius tentang praktik kontemplasi. Al-Ghazali mengajarkan praktik kontemplasi melalui penerapan prinsip-prinsip religius, sedangkan Marcus Aurelius mengajarkan praktik kontemplasi melalui penerapan gaya hidup dan pemikiran sederhana yang didasarkan pada kaidah stoik. Lebih jelas lagi, Al-Ghazali selalu berhubungan dengan Tuhan karena dia percaya bahwa kontemplasi (*tafakur*) tidak akan hilang selama kita menghambakan diri hanya kepada Tuhan. Corak ini dapat menjadi pilihan yang lain bagi mereka yang menganut agama dan aliran spiritual tertentu.

Marcus Aurelius, seorang raja Romawi yang sangat berkuasa dan adil pada masanya, menerapkan ajaran stoik dalam hidupnya. Dia juga

belajar banyak dari guru-guru stoik yang mendukung perjalanan dan gaya hidup yang lebih baik dan bijak.

Praktik meditasi, yang dianggap sebagai obat ampuh untuk materialisme dan hedonisme sensual di zaman modern, adalah persamaan pemikiran antara keduanya. Sementara tasawuf juga berfungsi sebagai pengantar bagi mereka yang serakah dan fanatik agama, Al-Ghazali mengajarkan bahwa orang tidak hanya fokus untuk beribadah saja, tetapi juga melupakan tanggung jawab lain seperti bekerja, bersosialisasi, dan bertfakur. Menurut Al-Ghazali, seseorang dapat disebut sebagai sufi jika ia dapat menyeimbangkan antara dunia dan akhirat. Oleh karena itu, prinsip ajaran yang dipegang oleh keduanya adalah sama, yaitu mencapai ketenangan dalam hidup.

B. Saran

Dalam menyusun konsep kontemplasi, diperlukan tingkat ketelitian dan kecerdasan yang tinggi, terutama karena penelitian ini melibatkan dua tokoh intelektual, yaitu Al-Ghazali dan Marcus Aurelius. Kontras penelitian ini didasarkan pada perbedaan spiritual dan ilmiah antara tasawuf dan filsafat Stoa.

Dalam penelitian ini, penulis menyadari bahwa jika ada yang tertarik untuk melakukan penelitian kembali, maka penelitian ini dapat dikembangkan dengan lebih baik. Penulis merasa bahwa skripsi ini masih mengandung banyak kekurangan dan memerlukan kajian lebih mendalam. Setiap kali kita mencoba membicarakan kontemplasi, selalu ada hal yang belum terungkap. Selain itu, pemikiran itu sendiri sering berubah seiring waktu. Penulis hanya mampu membahas kontemplasi dalam dua tokoh yang memiliki latar belakang yang sangat berbeda.

Dalam tahap penelitian ini, peneliti menggunakan data *Library Research*. Sumber data ini berasal dari buku-buku yang ditulis langsung oleh subjek penelitian, seperti kitab "*Ihya Ulumuddin*" oleh Imam Al-Ghazali dan "*Meditations*" oleh Marcus Aurelius. Penulis menyarankan agar lebih banyak sumber primer dari tokoh yang saling berkaitan, terutama dari Marcus Aurelius. Penelitian menunjukkan bahwa jarang sekali tokoh Marcus Aurelius dibahas secara mendalam di perguruan tinggi.