

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Masyarakat dunia sedang mengalami depresi dikarenakan arus globalisasi, atau *work-related stress*, di mana beban kerja telah merenggut kehidupan personal sampai pada tahap yang sangat mengkhawatirkan. Misalnya, berdasarkan data dari *National Institute of Occupational Health and Safety* (NIOSH) tahun 2010, terdapat 40% pekerja melaporkan bahwa beban kerja dapat membuat mereka stres, sedangkan 25% pekerja mengakui bahwa pekerjaan adalah aspek utama yang memicu stres mental.<sup>1</sup>

Di Indonesia sendiri, fenomena *work-related stress* belum dialami secara menyeluruh oleh masyarakat. Krisis yang disebabkan oleh beban kerja ini masih berpusat di wilayah-wilayah urban, di mana industrialisasi maju begitu pesat. Meski begitu, bangsa kita tengah menghadapi ancaman dari dua sudut sekaligus. Pertama gejala konsumerisme yang *latah* mengikuti segala macam globalisasi, yang kedua adalah ekstremisme dan kepicikan agamis.<sup>2</sup> Menurut hemat penulis, dua ancaman ini saling bersinergi dan memengaruhi. Ketika orang-orang terjebak dalam corak hidup konsumerisme, maka agama dijadikan pelarian secara instan. Sayangnya, pelarian tersebut seringkali

---

<sup>1</sup> Andhika Kusuma Wardhana, "Stres Kerja: Penyebab, Dampak, dan Solusinya (Studi Kasus Pada Karyawan NET. Yogyakarta)" (Tesis Magister, Program Pascasarjana, Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta, 2018), p. 19.

<sup>2</sup> Aditya Permana, "Gejala Alienasi dalam Masyarakat Konsumeristik," *Jurnal Pemikiran Sosiologi*, Vol. 1, No. 2 (November, 2012), p. 92-93.

membawa pada kecenderungan praktik beragama yang ekstrem, alih-alih moderat.

Penelitian Julia Day Howell di Jakarta, misalnya, menunjukkan adanya kelompok yang disebut sebagai *urban sufisme*. Secara definitif *urban sufisme* adalah gejala pencarian spiritual secara intens oleh masyarakat perkotaan (*urban*) lewat pendekatan-pendekatan sufistik. Tujuan dari kelompok ini adalah mencari ketenangan, kebahagiaan, kesenangan, dan koneksi atau keterhubungan dengan Tuhan. Sampai batas tertentu, gerakan neo-fundamentalis adalah bagian dari dan bukan sekadar respons terhadap modernitas.<sup>3</sup>

Orang-orang kembali tertarik untuk merumuskan kebahagiaan (*happiness*), yang bukan sekadar pada tataran definitif, tetapi juga pada metode untuk meraihnya. Kekhawatiran menguatnya wacana kelompok fundamentalis yang konon menawarkan kebahagiaan, ketentraman, dan kesenangan sebagai jalan keluar dari *work-related stress* yang menurut penulis bersifat ilusif dan semu, membawa dorongan personal untuk meneliti dua praktik yang mengajarkan metode untuk mencapai kebahagiaan.

Pertama adalah tawaran tasawuf modern oleh Haji Abdul Malik Karim Amrullah (untuk selanjutnya disebut HAMKA), yang meski menitikberatkan pada keterhubungan (*connection*) dengan sesuatu yang bersifat teologis (*ilahiah*), tetap tidak menepikan praktik kebajikan pada tataran sosiologis (*insaniah*). Menurut HAMKA, dimensi tasawuf yang berupaya untuk melupakan kewajiban dunia dan mementingkan

---

<sup>3</sup> Julia Day Howell, "Sufism and the Modern in Islam". (New York: I.B Tauris & Co. Ltd, 2007), p. 8.

kehidupan akhirat (zuhud) secara total bukanlah asal ajaran Islam. Sebab, Islam adalah agama yang menyeru umatnya untuk mencari rezeki dan menempuh jalan keagungan, ketinggian, dan keagungan dalam memperjuangkan kehidupan bangsa-bangsa. Selain itu, agama Islam menyerukan untuk menjadi penguasa alam atas dasar keadilan, mengambil kebaikan di mana pun ia memiliki suara, dan memungkinkan mengambil kesempatan untuk mencari kesenangan yang diperbolehkan.<sup>4</sup> Semangat moderasi, atau upaya penyeimbangan, membuat ritus-ritus keagamaan tidak kehilangan konteksnya. Agama sebagai rujukan untuk mencari kebahagiaan dalam paradigma HAMKA terasa sangat relevan untuk dibahas, lebih-lebih dipraktikkan.

Kedua, metode mencapai kebahagiaan yang bersumber dari jurnal pribadi Marcus Aurelius, yakni Meditasi. Marcus Aurelius sendiri dikenal sebagai salah satu pemikir berpengaruh dalam tradisi filsafat stoikisme. Inti kebahagiaan bagi Marcus Aurelius adalah menjalani kehidupan yang selaras dan serasi dengan alam.<sup>5</sup> Di mana dalam hal ini, Marcus Aurelius berupaya memberi ajaran agar kehidupan berlangsung secara dinamis, tidak ajek dan kaku. Doktrin pokok fisika stoa adalah bahwa unsur-unsur yang penggabungan nya membentuk semesta ragawi dan setiap objek di dalamnya terus menerus saling berubah dan bergabung kembali, melakukan pembaharuan dan regenerasi konstan.<sup>6</sup> Marcus Aurelius menggunakan metafora “*dunia selalu muda*” untuk mengungkapkan hal tersebut. Kemampuan untuk senantiasa beradaptasi dengan kemajuan zaman dan kondisi alam di mana kita hidup menjadi

---

<sup>4</sup> HAMKA, *Tasawuf Modern* (Jakarta: Republika, 2015) p. 5.

<sup>5</sup> Marcus Aurelius, *Meditasi* (Jogjakarta: Basabasi, 2020) p. 215.

<sup>6</sup> Marcus Aurelius, *Meditasi*, p. 223.

penting untuk mencapai kebahagiaan dalam paradigma Marcus Aurelius.

Atas problematika ini, menurut hemat penulis, dua tradisi yang bersumber dari ajaran Islam dan filsafat Barat, yakni stoikisme dan tasawuf modern, sejatinya telah menyediakan jalan keluar untuk menempuh kebahagiaan dengan cara yang tetap memiliki relevansi dengan kemajuan zaman. Tetapi kemudian, muncul pertanyaan mengenai perbedaan esensial di antara keduanya, sejauh mana terpengaruh dua ajaran ini, dan lebih jauh lagi, ajaran mana yang sejatinya lebih relevan untuk dipraktikkan di era mutakhir.

Sejatinya wacana tentang hidup bahagia sendiri telah menjadi subjek menarik yang dibahas baik secara sekilas atau mendalam oleh kelompok intelektual dan pemikir. Dalam perkembangan filsafat di Barat misalnya, Bertrand Russel bahkan menulis buku yang secara khusus membahas mengenai metode menggapai kebahagiaan. Buku tersebut hadir sebab keyakinan bahwa banyak orang yang tidak bahagia bisa menjadi bahagia melalui ikhtiar yang terarah dengan baik.<sup>7</sup> Bertolak dari corak filsafat stoikisme yang teramat tradisional, Bertrand Russel menjelaskan dengan pendekatan yang lebih modern. Sementara dalam tradisi tasawuf, bisa disimpulkan bahwa kebahagiaan adalah tujuan inti. Kebahagiaan tersebut seringnya termanifestasi ketika terjadi hubungan intim antara makhluk dan khalik.

Sekian banyak pembahasan tentang kebahagiaan yang terhampar dalam khazanah keilmuan kita, penulis akan memfokuskan studi ini

---

<sup>7</sup> Betrand Russell, *The Conquest of Happiness* (Jogjakarta; Iriscod, 2020), p. 5.

pada dua tokoh terkemuka dari masing-masing ajaran. Yakni Marcus Aurelius dari ajaran stoikisme, dan HAMKA dalam ajaran tasawuf modern. Penelitian ini akan mengkomparasikan masing-masing tokoh sebagai objek material, karena keduanya ditemukan dalam dua tradisi yang jauh berbeda, yakni timur dan barat<sup>8</sup>. Dua tokoh ini, dirasa oleh penulis cukup representatif dalam mengejewantahkan ihwal kebahagiaan dengan disiplin dan landasan hukum yang dikuasai oleh masing-masing individu.

### **B. Rumusan Masalah**

1. Apa konsep bahagia dalam perspektif HAMKA dan Marcus Aurelius?
2. Bagaimana cara menempuh hidup bahagia dalam perspektif HAMKA dan Marcus Aurelius?
3. Apa perbedaan dan persamaan konsep bahagia dalam perspektif HAMKA dan Marcus Aurelius?

### **C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian**

Penelitian ini memiliki 3 tujuan di antaranya:

1. Untuk menjelaskan konsep bahagia dalam perspektif HAMKA dan Marcus Aurelius.
2. Untuk menjelaskan cara meraih kebahagiaan dalam perspektif HAMKA dan Marcus Aurelius.
3. Untuk menjelaskan perbedaan dan persamaan konsep bahagia dalam perspektif HAMKA dan Marcus Aurelius.

Selain itu akan memperoleh manfaat kegunaan di antaranya:

---

<sup>8</sup> Anton Bakker, Metodologi Penelitian Filsafat (Jakarta: Kaninsius, 1990), p. 83.

### 1. Teoritis

Secara teoritis riset ini akan menambah kajian tentang konsep bahagia melalui dua paradigma dengan cara perbandingan. Pertama dari filsafat stoik Marcus Aurelius, kedua tasawuf modern HAMKA. Selain itu, penelitian ini diharap mampu membedah masing-masing paradigma secara utuh, dan menerka kajian-kajian lain yang mempertemukan khazanah keilmuan Barat-Timur.

### 2. Praktis

Secara praktis penelitian ini diharap mampu membandingkan dua praktik sehingga masyarakat bisa menemukan opsi terkait paradigma mana yang akan dijadikan pedoman hidup.

### 3. Pragmatis

Sebagai obat dan jalan keluar alternatif yang bisa diambil oleh masyarakat urban yang tengah, dan akan, mengalami *work-related stress*. Kedua opsi ini diharapkan akan menjauhkan masyarakat pada alternatif-alternatif yang hanya merambah pada tataran permukaan, seperti ekstremisme beragama.

## **D. Kajian Pustaka**

Hingga saat ini, penulis belum mendapatkan satupun skripsi yang mengangkat tema tentang Marcus Aurelius atau HAMKA terkait kebahagiaan dalam studi komparatif. Meski begitu, penulis menemukan beberapa referensi yang sekiranya berkaitan secara tidak langsung, dan bisa disajikan sumber rujukan yang absah dalam proses penulisan skripsi ini.

*Pertama*, Skripsi berjudul “Kebahagiaan Dalam Perspektif Tasawuf (Analisis Perbandingan Al-Ghazali dan HAMKA)”, disusun oleh Nelly Melia IAIN Bengkulu 2018. Bagi Nelly, konsep kebahagiaan bagi HAMKA adalah memberdayakan ide (hati dan pikiran), untuk memastikan peringkat yang bahagia dicapai oleh manusia karena akal mampu membedakan baik dan buruk untuk menjadi pertimbangan, penyelidik alam jika segala sesuatu menjadi kesempurnaan yang membahagiakan. Kesempurnaan yang bahagia tergantung pada idenya. Tesis ini tidak terlalu elaboratif, dan lebih berfokus pada konsep kebahagiaan satu sama lain, daripada menggabungkan atau membandingkan.<sup>9</sup>

*Kedua*, jurnal ilmiah seri Filsafat Teologi Widya Sasana, berjudul “di mana letak kebahagiaan? penderitaan, paradoksnya (tinjauan teologis filosofis)” editor Edison R. L. Tinambunan, Stsf Widya Sasana, Vo, 24. No seri 23, tahun 2014. Stoikisme hendak menekankan cara hidup yang sesungguhnya dalam diri manusia. Untuk itu zeno berkata bahwa syarat untuk mencapai sesuatu adalah hidup sesuai dengan kodrat alamiah. Inilah cara hidup manusia yang sempurna tidak ada acara lain.<sup>10</sup>

---

<sup>9</sup> Nelly Melia, “Kebahagiaan dalam Perspektif Tasawuf: Analisis Perbandingan Antara Al-Ghazali dan Buya HAMKA” (Skripsi, Program S1, IAIN, Bengkulu, 2018), p. 96.

<sup>10</sup> Edison R, L Tinambunan, dkk, “Dimana Letak Kebahagiaan? Penderitaan, Harta, Paradoksnya: Tinjauan Filosofis Teologis,” *Jurnal Seri Filsafat Teologis Widya Sasana*, Vol. 24 No. Seri 23 (Oktober, 2014), p. 31.

## **E. Kerangka Konsep**

### **1. Pengertian Bahagia dan Unsur-Unsur Bahagia**

#### **a. Pengertian Bahagia**

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, kebahagiaan adalah suatu keadaan atau perasaan senang dan tentram (bebas dari segala kesusahan). Di sisi lain, kebahagiaan adalah kesenangan dan ketenangan hidup (luar dan spiritual), keberuntungan, kemujuran yang bertabiat lahir batin.

Sedangkan dalam kamus filsafat, dikatakan bahwa doktrin paling sederhana menyebutkan bahwa kebahagiaan itu sendiri cukup langsung sifatnya, tergantung dalam konteks sosial dan penerimaan masyarakat. Semua teori etika mesti mengusung pentingnya kebahagiaan manusia. Para filsuf berbeda pertama-tama dalam konsep tentang di manakah kebahagiaan terletak, kedua bagaimana hubungan kebahagiaan seorang agen, atau penukaran nya, dengan kebahagiaan orang lain, dan ketiga, apakah dibutuhkan untuk mengakui tujuan lain dari tindakan manusia selain kebahagiaan.<sup>11</sup>

Kebahagiaan bukan sekadar tujuan akhir yang hendak dicapai, dan sifatnya tidak personal. Oleh sebab itu, kebahagiaan harus dibedakan dari hedonisme. Hedonisme menentang kepedulian terhadap orang lain, karena menanggap kesenangan individual sebagai capaian utama yang diraih. Ada paradoks dalam hedonisme, bahwa individu

---

<sup>11</sup>Simon Blackburn, *Kamus Filsafat* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), p. 384.

yang dengan sadar memaksimalkan kesenangannya lebih rentan gagal.<sup>12</sup>

b. Unsur-Unsur Bahagia

Suatu riset psikologi sosial mengatakan, ada 3 faktor utama kebahagiaan seseorang, ialah *having a good family life, having a good job, serta having good friends and community*. Jika diteliti, sebagian besar usia seseorang akan dihabiskan di 3 zona sosial dan aktivitas ini. Setiap zona kegiatan dan sosialisasi silih berganti mengisi dan menutupi kebosanan dan kekurangan lainnya.<sup>13</sup>

Zona awal yang sangat besar mempengaruhi adalah keluarga yang baik. Secara emosional, keluarga memiliki energi gravitasi yang sangat besar bagi kehidupan orang lain.<sup>14</sup> Di mana peran keluarga ini menentukan jati diri setiap individu, rumah menjadi tempat berpulang paling dirindukan di mana jika di dalam sebuah keluarga memiliki anggota yang solidaritas nya tinggi, ini akan membantu meningkatkan kebahagiaan yang dirasakan tiap anggota keluarganya. Jadi perlunya membangun sebuah keluarga yang di dalam nya terdapat banyak hal kebaikan.

Zona kedua adalah *having a good job*. Seseorang bekerja tidak hanya untuk menghasilkan uang, tetapi juga melibatkan harga diri, aktualisasi diri, dan bersosialisasi di luar zona keluarga.<sup>15</sup> Kebahagiaan bisa dirasakan jika kita bekerja dengan bajik, sesuai kemampuan,

---

<sup>12</sup> Simon Blackburn, *Kamus Filsafat*, p. 385.

<sup>13</sup> Komaruddin Hidayat, *Psikologi Kebahagiaan* (Jakarta: Noura Books, 2013), p. 40.

<sup>14</sup> Komaruddin Hidayat, *Psikologi Kebahagiaan*, p. 40.

<sup>15</sup> Komaruddin Hidayat, *Psikologi Kebahagiaan*, p. 41.

amanah serta menikmati nya. Jika hanya kerja karena upah yang tinggi itu hanya akan dirasakan dengan kepuasan yang sementara, tapi jika gaji sudah sesuai serta cocok dengan lingkungannya itu sudah cukup bahagia yang hampir sempurna. Jadi lingkungan kerja yang baik akan menghasilkan individu yang memiliki kualitas tinggi.

Zona ketiga adalah lingkungan pertemanan dan komunitas. Kita semua mengalami bahwa umur kita tidak hanya dalam urusan rumah tangga dan kerja, tetapi juga bermasyarakat, itu suatu kebutuhan sosial dan psikologis.<sup>16</sup> Perlu di waspadai lingkungan pertemanan yang beracun memiliki potensi yang sangat besar untuk menghancurkan kebaikan yang ada pada diri kita, jadi perlunya memilih kepada siapa kita berteman, untuk itu dalam zona ketiga ini sangat penting untuk dapat meraih sebuah kebahagiaan, di mana setiap individu saling menyalurkan kebahagiaan lewat kebaikan yang diperbuat.

Dengan demikian, tentu masih banyak unsur lain yang mempengaruhi kebahagiaan seseorang. Namun, ketiga aspek ini begitu dominan. Ketiga hal di atas, menurut hasil penelitian, didefinisikan sebagai nilai-nilai pribadi. Nilai-nilai hidup seseorang akan sangat mempengaruhi makna hidup ini, yang tercantum dalam rumah tangga, pekerjaan dan perilaku sosial.<sup>17</sup>

HAMKA berpendapat bahwa kebahagiaan dalam agama adalah memperdayakan akal. Akal mampu menentukan peringkat kebahagiaan yang dapat dicapai manusia, karena akal mampu membedakan yang baik dan buruk, dan berguna sebagai penimbang serta penyelidik

---

<sup>16</sup>Komaruddin Hidayat, *Psikologi Kebahagiaan*, p. 41.

<sup>17</sup> Komaruddin Hidayat, *Psikologi Kebahagiaan*, p. 42.

hakikat dalam kejadian segala sesuatu. Jadi, kebahagiaan yang sempurna tergantung kepada kesempurnaan akal, sebab agama sendiri adalah penuntun akal.<sup>18</sup>

Bagi HAMKA penggunaan rasio bukan sebatas entitas untuk merumuskan hal-hal yang sifatnya konkret, tetapi juga yang abstraktif dan kontemplatif seperti kebahagiaan. Penggunaan akal memiliki peranan penting bagi HAMKA, bukan saja karena akal mampu menyeleksi baik-buruk, benar-salah, tetapi juga berfungsi menjadi indikator pemenuhan kebahagiaan. Ketika rasio digunakan secara lebih ekstensif, maka dengan sendirinya kebahagiaan akan tercapai.

Aksentuasi pada penggunaan akal untuk mencapai kebahagiaan dalam paradigma HAMKA sangat menarik untuk ditelaah, sebab ada loncatan berpikir dari kebanyakan pemuka agama yang lebih sering menekankan pada penggunaan wahyu secara final. HAMKA justru menjembatani dua hal tersebut, yakni wahyu sebagai landasan dan akal sebagai alat telaah.

HAMKA konsisten memadukan akal dan wahyu dalam uraiannya terhadap bahagia, baik secara teoritis maupun praktis. Bahagia adalah kemampuan mentransformasikan akal dan wahyu dalam aktivitas sehari-hari. Keduanya, bagi HAMKA, bukan sesuatu yang distingtif melainkan inheren dan menyatu.

Beragamnya pemaknaan terhadap kebahagiaan, seperti yang telah penulis sampaikan di atas, bisa dipahami karena kebahagiaan bersifat subjektif. Paradigma HAMKA tentang bahagia boleh jadi dipengaruhi

---

<sup>18</sup> M. Alfian Alfian, *HAMKA dan Bahagia* (Penjuru Ilmu: Bekasi, 2014), p. 18.

oleh pemikir di Barat, atau sama sekali bertentangan. Point ini menjadi salah satu stimulus terhadap penelitian yang sedang digarap penulis.

Penulis menyadari bahwa kebahagiaan memang berbeda-beda, di antaranya dipengaruhi oleh tradisi dan budaya yang melingkupi manusia. Penulis meyakini adagium Aristoteles, sebagaimana diikuti HAMKA bahwa kebahagiaan tak bisa dirumuskan sebagai sesuatu ritus yang universal, melainkan selalu unik bersesuaian dengan tipologi masyarakat. Menurut Aristoteles, kebahagiaan bukanlah perolehan manusia, dan gaya kebahagiaan itu sendiri berbeda dan beragam.<sup>19</sup>

Secara teoritis, tak terlalu ketat distingsi antara HAMKA dan Marcus Aurelius tentang kebahagiaan. Sebab, ajaran stoikisme Marcus Aurelius mengubah secara total cara memandang dunia, dengan proyeksi yang sama dengan HAMKA. Bila biasanya kita memberi nilai kepada realitas dunia mengikuti nafsu dan emosi (mengikuti kriteria subjektif manusiawi kita), maka sekarang harus diteliti dan dipilih, karena ternyata ada hal-hal yang sama sekali tidak tergantung pada diri kita, yaitu hal-hal yang mestinya diletakkan di bawah kriteria peristiwa niscaya alam semesta. Menurut kaum stoik, meski kadang tidak mengertinya secara penuh, segala yang terjadi niscaya pasti bersifat rasional dan Ilahi, yang Ilahi (*logos*, takdir) adalah kebaikan itu sendiri.<sup>20</sup>

Penelitian ini melihat adanya celah perbedaan yang cukup signifikan—terutama dalam konteks praktik—antara Tasawuf Modern

---

<sup>19</sup> HAMKA, *Tasawuf Modern*, p.19.

<sup>20</sup> A, Setyo Wibowo, *Ataraxia Bahagia Menurut Stoikisme* (Yogyakarta: PT Kanisius 2019). p.58.

yang diusung HAMKA dan Filsafat stoik Marcus Aurelius. Di satu sisi, HAMKA percaya bahwa kebahagiaan adalah pergulatan hidup, sesuatu yang harus dipenuhi dengan cara penggunaan akal, bukan sesuatu yang dianugerahkan secara alamiah. Tapi di sisi lain, Marcus Aurelius justru menganjurkan kita untuk berpasrah kepada apa pun kejadian yang diberikan *Dike* (Nasib).<sup>21</sup>

Marcus Aurelius dalam bukunya mengenai konsep kebahagiaan mengatakan bahwa:

“Kenyamanan pikiran akan kau dapat dari tidak melihat apa yang tetanggamu katakan atau lakukan atas pikiran, tetapi hanya melihat tindakanmu sendiri, menjadikannya adil, terhormat, terilhami oleh kebaikan! jadi jangan melihat pada karakter hitam di kedua sisi, tetapi berlarilah tepat sesuai garis: lurus atau tidak menyimpang”.<sup>22</sup>

## 2. Pengertian Tasawuf Modern dan Filsafat Stoikisme

### a. Pengertian Tasawuf Modern

Tasawuf dikonotasikan dengan Kata *Shuf* memiliki arti “kain yang dibuat dari bulu yaitu wol”, “bulu domba atau wol.”<sup>23</sup> Para sufi hanya mengenakan kain wol kasar, bukan wol halus seperti yang kita kenal sekarang. Mengenakan wol kasar adalah tanda kemiskinan dan kesederhanaan pada saat itu. Lawannya berpakaian sutra oleh pejabat pemerintah yang menikmati kehidupan mewah. Sufi tidak memakai sutra dan memilih wol kasar karena mereka hidup sederhana dan miskin tetapi memiliki jiwa yang murni dan mulia. Kain *shuf* ini

---

<sup>21</sup> A, Setyo Wibowo, *Ataraxia Bahagia Menurut Stoikisme*, p.136.

<sup>22</sup> Marcus Aurelius, *Meditasi*, p. 87.

<sup>23</sup> Harun Nasution, *Falsafat Agama* (Jakarta: Bulan Bintang, 1975), p. 57.

melambangkan mereka yang hidup sederhana dan tidak peduli dengan lingkungan sekitar.<sup>24</sup>

Masuk akal untuk menghubungkan Sufi atau tasawuf dengan *Syuf* karena keduanya memiliki hubungan atau korelasi, terutama gaya pakaian dasar yang dikenakan oleh para sufi dan kesopanan yang mereka jalani. Namun, menurut riwayat pernyataan *Syuf*, ia menjadi sebutan bagi kelompok yang menjunjung tinggi kebersihan batin, baik bagi para sufi maupun bagi istilah ilmunya yang dikenal dengan tasawuf. Pakaian yang menunjukkan kesederhanaan pemakainya pada awalnya menjadi pakaian yang khas dalam kehidupan sufi, khususnya untuk menghindari kesenangan dan menunjukkan kesopanan pemakainya. Kain *Shuf* ini sangat populer di kalangan zahid pada saat itu sehingga mereka akan memakai kain tambal lain sebagai gantinya jika tidak ada.<sup>25</sup>

Pada hakikatnya tasawuf dapat dimaknai dari segi bahasa disamping makna etimologisnya. Beberapa pandangan tentang definisi tasawuf telah dikemukakan, antara lain:

Junaidi al-Baghdad menjelaskan bahwa "Tasawuf harus berada di mana Anda berada bersama Allah tanpa perantara.". Tasawuf adalah

---

<sup>24</sup> Nilyati, "Peran Filsafat dalam Kehidupan Modern," *Tribakti: Jurnal Pemikiran KeIslaman*, Vol. XIV, No. 1 (Januari-Juni 2015), p. 5.

<sup>25</sup> Rivay Siregar, *Tasawuf dari Sufisme Klasik ke Neo-Sufisme* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1999), p. 31.

“Keluar dari pemikiran yang buruk dan menjadi akhlak yang mulia dan terpuji” itulah yang terkandung dalam tasawuf.<sup>26</sup>

Tasawuf adalah ilmu yang mempelajari upaya mendekatkan diri kepada Allah dengan tekun beribadah, membersihkan diri dari sifat-sifat tercela, menghiasi diri dengan sifat-sifat yang terpuji, tidak mementingkan urusan duniawi, merasa cukup dengan segala karunia Allah kepadanya, disertai tawakkal dan mahabbah. kepada Allah SWT, sesuai dengan banyak definisi di atas. Tasawuf menurut HAMKA adalah “membersihkan diri dari pengaruh benda atau alam agar mudah menuju jalan Allah SWT”.

Seorang sufi harus menempatkan Tuan pada skala “tauhid” dalam tasawuf modern yang dihadirkan oleh HAMKA. Tauhid pada awalnya berarti: Tuhan Yang Maha Esa berada pada posisi transenden (berada di luar dan di atas makhluk) sekaligus juga merasa dekat dengan hati (qalb). Menurut Nabi Muhammad, pemahaman ini merupakan perpaduan antara konsep iman (ilmu kalam) dan konsep “ihsan”. Akibatnya, Tuhan tidak "terlalu jauh" atau "terlalu dekat". Sistem kepercayaan ini disebut juga dengan sistem kepercayaan sufisme.<sup>27</sup>

Tasawuf menjadi obat dalam kehidupan modern, mengatasi krisis spiritual manusia modern, yang telah terlepas dari pusatnya, dan telah kehilangan pandangan tentang siapa dirinya, serta alasan dan tujuan hidupnya. Kesedihan batin disebabkan oleh ketidakjelasan tentang

---

<sup>26</sup> Labib, *Memahami Ajaran Tasawuf* (Surabaya: Bintang Usaha Jaya, 2001), p. 12-13.

<sup>27</sup> Novia Maria Ulfah, “Etika Dalam Kehidupan Modern: Studi Pemikiran Sufistik Hamka,” *Esoterik: Jurnal Akhlak dan Tasawuf*, Vol. 2, No. 1 (Oktober-Desember, 2016), p. 5.

makna dan tujuan hidup. Ladang kering yang disemprot dengan air yang menyegarkan sebagai hasil dari tasawuf Islam, memberikan penyegaran dan mengarahkan kehidupan ke arah yang lebih baik dan lebih jernih. Jadi, bagi HAMKA, tasawuf modern memerlukan penerapan karakteristik berikut: qanaah, keikhlasan, kesiapan untuk membantu yang membutuhkan sambil berkomitmen untuk bekerja.

#### b. Pengertian Filsafat Stoikisme

Untuk kata *Stoicism*, the *Oxford English Dictionary* mengutip istilah-istilah ini: “*austerity, repression of feeling as characteristic of a Stoical attitude towards life-sikap keras-tegas, menekan perasaan dan berteguh hati adalah ciri-ciri pelaku stoik menghadapi kehidupan*”. Stoikisme adalah aliran filsafat dari zaman Yunani Hellenistik yang sangat berpengaruh pada saat itu dan juga saat ini di kalangan beberapa pemikir modern<sup>28</sup> (seperti Montaigne, Descartes, Pascal, Malebranche, Leibniz, Kant, Nietzsche, Deleuze, Foucault).

Stoikisme bukan sekadar deskripsi atau wacana teoretis tentang sifat dunia, kemanusiaan, atau teori kebenaran sebagai aliran filsafat. Stoikisme adalah filsafat dan cara hidup. Meskipun ketabahan memberikan banyak teori tentang "apa itu keberadaan (*being, existence*)" (ontologi atau fisika), teori tentang pengetahuan (epistemologi atau dialektika / logika), dan keyakinan tentang moral, itu harus ditafsirkan dalam kerangka pengaturan tertentu sebagai

---

<sup>28</sup> John Sellars, *Stoicism* (Chesham:Acumen, 2006), p. 1.3.

filsafat. Filsafat, menurut kaum Stoa, sebagian besar berkaitan dengan bagaimana seseorang harus menjalani hidupnya.<sup>29</sup>

Dalam stoikisme keunggulan salah satunya, melatih kita untuk dapat fokus bahkan dalam situasi yang paling mengganggu, untuk dapat mengabaikan apa pun dan segalanya bahkan kematian yang merayap sehingga kita mengunci apa yang penting.

## **F. Metode Penelitian**

### **1. Pendekatan**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif karena paradigma penelitian kuantitatif adalah *positivisme*, jika dunia kehidupan sosial dapat dipelajari berdasarkan prinsip-prinsip hukum kausal seperti hukum alam yang berlaku dalam kehidupan sehari-hari. Pendekatan positivisme memandang bahwa fakta/ indikasi/ fenomena yang dapat diklasifikasikan, relatif konstan, konkrit, dapat diamati, dapat diukur, dan memiliki hubungan sebab akibat dengan indikasi. *Positivism* dari faktor aksiologis menuntut peneliti bebas dari nilai-nilai, mengupayakan objektivitas, sehingga prediksi atau hukum yang berlaku bebas dari waktu dan tempat. Prosedur penelitian yang membuat penelitian informasi deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan tentang orang-orang, sikap yang dapat diamati sehingga menciptakan kebenaran yang dapat diterima oleh ide-ide manusia dan cenderung menggunakan analisis penelitian kualitatif yang dapat

---

<sup>29</sup> A. Setyo Wibowo, *Ataraxia Bahagia Menurut Stoikisme*, p. 35.

dikatakan penelitian lebih subjektif dan menggunakan teori yang telah dikembangkan yang ada sebelumnya.<sup>30</sup>

## 2. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini merupakan riset berbasis kepastakaan (library research) yaitu penelitian dengan mengumpulkan data sambil mempelajari referensi yang berkaitan dengan objek yang diteliti berupa buku, tulisan, surat kabar, manuskrip, dan sebagainya. Karena penelitian ini bersifat kualitatif, maka setiap sesi pengumpulan informasi peneliti melakukan analisis untuk memahami makna dan menangkap esensi dari kategori informasi yang dikumpulkan.

Ada pula sumber informasi yang digunakan dalam riset ini bisa diklasifikasikan dalam 2 bagian:

### a. Data Primer

Data primer dalam riset ini diperoleh langsung sumber primer karya- karya dari tokoh HAMKA ditulis dalam bahasa Indonesia yaitu buku berjudul, Tasawuf Modern, buku ini pada awalnya sebagai esai bersambung di majalah Pedoman Komunitas terbitan Medan dengan HAMKA sendiri sebagai pemimpin redaksi, hingga pada akhirnya dikumpulkan semua karangan menjadi sebuah buku. Sementara itu sumber primer dari Marcus Aurelius yaitu buku berjudul, Meditasi diterjemahkan dari *Meditations* dengan catatan oleh Martin Hammod dalam bahasa Inggris yang pada awalnya berbahasa Yunani, lalu diterjemahkan Kembali

---

<sup>30</sup>Salju, Safar ddk, *Pedoman Penulisan Karya Tulis Ilmiah* (Sulawesi: Lembaga Penerbitan dan Publikasi Ilmiah Universitas Muhammadiyah Palopo, 2019), p.1.

dalam bahasa Indonesia oleh Nisa Khoiriyah dari penerbit Basa Basi.

#### b. Data Sekunder

Informasi sekunder berbentuk buku- buku ataupun literature lain yang menunjang riset ini, Ada juga data sekunder yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu: Buku, Jurnal, Skripsi dan lain-lain. karya-karya tokoh yang berhubungan langsung dengan penelitian ini, sebagai berikut:

- 1) Buku Ataraxia karya A. Setyo Wibowo.
- 2) Buku How to Think Like A Roman Emperor karya Donald Robertson.
- 3) Buku Lives of The Stoics karya Ryan Holiday and Stephen Hanselman.
- 4) Buku Marcus Aurelius A Life karya Frank Melynn.
- 5) Buku Pribadi dan Martabat Buya HAMKA karya Rusydi HAMKA.

### 3. Teknik Analisa Data

Setelah pengumpulan data dilakukan, selanjutnya adalah melakukan analisis data dengan menggunakan metode sebagai berikut:

#### a. Interpretasi.

Proses mendeskripsikan dan menggali makna dengan tujuan agar makna yang ditangkap dalam objek penelitian dapat dikomunikasikan oleh subjek. Dalam hal ini penulis ingin menggali makna di balik tasawuf modern dan filsafat stoikisme sehingga ditemukan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Selanjutnya, nilai-nilai yang telah diperoleh dalam tasawuf dan filsafat berkaitan dengan etika dan tata cara hidup yang lebih berbudi luhur di zaman modern, sehingga diperoleh relevansi antara keduanya.<sup>31</sup>

#### b. Idealisasi

Setiap pemikiran atau komentar akan dipahami karena dinamika dan esensinya semurni mungkin. Di satu sisi hanya dalam kemurnian itu mereka dapat dengan jujur dibandingkan; di sisi lain, perbandingan lebih pas untuk menunjukkan orientasi yang sebenarnya dalam visi masing-masing.<sup>32</sup>

#### c. Komparasi Simetris

Perbandingan dapat dilakukan setelah setiap pemikiran dijelaskan sepenuhnya. Dibandingkan dengan rumusan masalah, pendekatan, penggunaan istilah, argumentasi, contoh, juga harus dibedakan tingkat mana yang dibandingkan: apakah ada perbedaan besar pada tataran kasat mata dan konkrit, sebaliknya pada tataran dasar ada adalah kesamaan besar. Bisa juga sebaliknya.<sup>33</sup>

Penulis akan berusaha menguraikan masing-masing pandangan secara utuh, baik Marcus Aurelius dengan filsafat stoikisme dan HAMKA dengan tasawuf modern. Kemudian penulis akan membandingkan dua pandangan sehingga akan ditemukan kesimpulan berupa persamaan, perbedaan dalam mencapai kebahagiaan.

---

<sup>31</sup> Anton Bakker, *Metodologi Penelitian Filsafat*, p. 85.

<sup>32</sup> Anton Bakker, *Metodologi Penelitian Filsafat*, p. 87.

<sup>33</sup> Anton Bakker, *Metodologi Penelitian Filsafat*, p. 87.

## G. Sistematika Penulisan

Adapun pembahasan dalam penelitian ini agar mudah dipahami dan disusun secara sistematis, penulis membagi pembahasan yang berisi V bab dan masing-masing bab tersebut saling berkaitan satu sama lain, sebagai berikut:

*Bab Pertama*, merupakan bab pendahuluan yang memuat seperti latar belakang, identifikasi masalah, rumusan masalah, kajian pustaka, tujuan dan kegunaan, kerangka teori dan metodologi penelitian.

*Bab Kedua*, mendeskripsikan biografi serta karya-karya HAMKA dan Marcus Aurelius, yang memiliki beberapa sub bab, *pertama*, riwayat pendidikan, karya dan pengaruhnya. Yang *kedua* riwayat pendidikan, karya dan pengaruhnya.

*Bab Ketiga*, bahgia perspektif tasawuf dan filsafat, yang berisikan 4 sub bab yaitu, *pertama* bahgia dalam tinjauan tasawuf modern HAMKA, yang *kedua* cara mencapai kebahagiaan menurut HAMKA, yang *ketiga* bahgia dalam ajaran filsafat stoikisme Marcus Aurelius, yang *keempat* cara mencapai kebahagiaan menurut Marcus Aurelius.

*Bab Keempat*, mengenai analisis komparatif hidup bahgia perspektif tasawuf dan filsafat, memiliki 1 sub bab di yaitu, analisis komparatif konsep bahgia HAMKA dan Marcus Aurelius.

*Bab Kelima*, merupakan bab terakhir. Di antaranya memuat penutup yang meliputi kesimpulan, yaitu jawaban persoalan yang sudah

dibahas bab-bab sebelumnya dari rumusan masalah dan saran yang diajukan oleh penulis, berdasarkan penelitian yang telah dilakukan.