



KEBAHAGIAAN PADA PENDAKWAH MUSLIM

HAPPINESS IN MUSLIM PREACHER

Oleh :

Itsna Nurrahma Mildaeni¹

Herdian²

ABSTRACT

Islam as the religion of the majority of the Indonesian people has values that are embraced by a Muslim that affect the concept and perspective in looking at life, including happiness. This study aims to analyze the factors that determine the happiness of a Muslim. This study used a qualitative approach which was carried out using a survey method with an open-ended questionnaire. The research participants were 40 Muslims consisting of 20 men and 20 women. The results of the study found that happiness in Muslims is related to family (55%), social relationships (18%), sustenance (10%), the concept of spirituality and religiosity (18%). Research proves that the happiness of a Muslim includes physical, psychological, social, and spiritual elements and religiosity. Implications and discussion are discussed.

Keywords: *happiness; preacher; muslim.*

Submitted:

31 – 07 - 2021

Revision:

07 – 08 - 2021

Accepted:

06 – 09 - 2021

ABSTRAK

Islam sebagai agama mayoritas masyarakat Indonesia memiliki nilai-nilai yang dianut oleh seorang muslim yang mempengaruhi konsep dan cara pandang dalam memandang kehidupan termasuk terhadap kebahagiaan. Penelitian ini bertujuan menganalisa faktor-faktor yang menentukan kebahagiaan seorang muslim. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang dilakukan dengan metode survei dengan kuesioner terbuka (*open ended questionnaire*). Partisipan penelitian adalah 40 orang muslim yang terdiri dari 20 orang laki-laki dan 20 orang perempuan. Hasil penelitian menemukan kebahagiaan pada muslim berkaitan dengan keluarga (55%), hubungan sosial (18%), rezeki (10%), konsep spiritualitas dan religiusitas (18%). Penelitian membuktikan bahwa kebahagiaan seorang muslim meliputi unsur fisik, psikis, sosial, dan spiritual dan religiusitas. Implikasi dan pembahasan didiskusikan.

Kata kunci: *kebahagiaan; pendakwah; muslim*

PENDAHULUAN

Setiap manusia memiliki harapan dan tujuan dalam kehidupan. Salah satu harapan dan tujuan terbesar manusia adalah mencapai kebahagiaan. Kebahagiaan bersifat subyektif dan sangat relatif. Masing-masing individu memiliki standar dan pandangan tersendiri tentang kebahagiaan. Sumber dan makna kebahagiaan berbeda antara individu satu dengan individu lainnya. Belum ada definisi baku dan universal tentang kebahagiaan. Konsep kebahagiaan menjadi konsep abadi yang selalu kontemporer. Artinya, konsep kebahagiaan tidak akan pernah habis dalam pembahasan dan akan selalu menjadi masalah kontemporer. Orang-orang di masa lalu, sekarang, dan di masa depan memiliki orientasi yang sama tentang kebahagiaan (Putri, 2018).

Di dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (1996) kebahagiaan diartikan sebagai keadaan atau perasaan senang, tenteram, dan beruntung. Kebahagiaan merupakan perasaan serta keadaan tenteram lahir dan batin tanpa ada perasaan gelisah sedikitpun (Putri, 2018). Kebahagiaan dalam berbagai bahasa seperti Inggris (*Happiness*), Jerman

¹ Itsna Nurrahma Mildaeni, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, itsnanurrahmamildaeni@ump.ac.id (*Corresponding Author*)

² Herdian, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, herdian@ump.ac.id

(*Gluck*), Latin (*Felicitas*), Yunani (*Eutychia, Eudaimonia*), Arab (*Falah, Sa'adah*), Cina (Xing Fu) menunjukkan arti keberuntungan, peluang baik, nasib baik, dan kejadian yang baik (Fuad, 2015). Kebahagiaan (*happy*) dapat diartikan beruntung, merasakan atau mengekspresikan kesenangan dan kepuasan (Lu, 2001).

Kajian tentang kebahagiaan terus berkembang. Berbagai disiplin ilmu seperti filsafat, psikologi, keagamaan, ekonomi serta disiplin ilmu lain menjadikan kebahagiaan sebagai topik kajian dengan fokus yang berbeda-beda. Sebanyak 668.050 jurnal penelitian tentang kebahagiaan di tahun 2015 terdokumentasi dalam berbagai jurnal, di antaranya Ebscohost 6.945 penelitian, Jstor sebanyak 171.067, Oxford Journals 18.296, serta ProQuest tercatat memiliki dokumentasi terbanyak yaitu 471.742. Minat yang besar untuk meneliti kebahagiaan ini disebabkan hakikat hidup manusia adalah untuk memperoleh kebahagiaan (Sofia & Sari, 2018). Dalam bidang sosial politik, kebahagiaan menjadi salah satu hal yang banyak mempengaruhi program-program pemerintah. Banyak negara merancang kebijakan publik untuk mencapai kebahagiaan bagi rakyatnya.

Dalam perkembangan penelitian tentang kebahagiaan, faktor yang mempengaruhi kebahagiaan menjadi salah satu topik yang banyak dikaji. Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi kebahagiaan, antara lain: budaya (Veenhoven, 2012), pendapatan perkapita (AL, n.d.), pernikahan, penghasilan, jenis kelamin, warna kulit, pendidikan, karier (Frey & Stutzer, 2000), agama, personality, gender, warna kulit (Tkach & Lyubomirsky, 2006), religiusitas (Khairunnisa, 2017), karakter dan relasi sosial (Diener, 2006), religiusitas, kesehatan, pendidikan, status pernikahan, dan pendapatan (Friantoro, 2020), agama dan personality (Francis & Lester, 1997), ekonomi dan agama (Steiner et al., 2010), serta kesehatan dan agama (Abdel-Khalek, 2006); (Abdel-Khalek, 2007). Dari berbagai faktor ini, agama menjadi salah satu faktor yang memiliki pengaruh terhadap kebahagiaan.

Indonesia bukan negara agama namun masyarakat Indonesia dikenal sebagai masyarakat agamis. Nilai-nilai agama mempengaruhi hampir seluruh aspek kehidupan masyarakat Indonesia. Terdapat enam agama resmi di Indonesia yaitu Islam, Protestan, Katolik, Hindu, Budha, dan Konghucu. Agama yang dipeluk mayoritas masyarakat Indonesia adalah agama Islam. Menurut hasil Sensus Penduduk Indonesia tahun 2018, sebanyak 86,7% dari 267.670.543 penduduk Indonesia memeluk agama Islam (<https://id.wikipedia.org/>).

Di dalam pandangan Islam, kebahagiaan menjadi hal esensial dalam kehidupan. Al-Qur'an dan hadits yang merupakan sumber pokok ajaran Islam menyebutkan tentang konsep kebahagiaan. Al-Quran sebagai sumber pokok ajaran pertama menyebutkan empat kata yang memiliki keterkaitan arti dengan kebahagiaan, yaitu *sa'id/sa'adah* (bahagia), *falah* (beruntung), *najat* (selamat) dan *najah* (berhasil). Dari keempat kata ini kata *sa'id* memiliki arti yang paling dekat dengan kebahagiaan. Al-Asfahany mengartikan *sa'id* sebagai pertolongan untuk memperoleh kebaikan. Namun kata *falah*, *najat*, dan *najah* merupakan kata yang serumpun dengan kebahagiaan karena ketika mendapatkan keberuntungan, keselamatan dan kesuksesan, seseorang akan merasakan kebahagiaan (Hamim, 2016).

Konsep kebahagiaan dalam Al Quran dapat ditafsirkan sebagai kehidupan yang baik, kebaikan, bahagia atau beruntung, ketenangan dan ketentraman, kelapangan dan

kegembiraan, keberkahan, kesejahteraan, keselamatan, kedamaian, dan limpahan karunia. Kebahagiaan bahkan menjadi tujuan terakhir bagi kehidupan seluruh umat Islam di dunia (Friantoro, 2020). Dalam perspektif Islam kebahagiaan mencakup dua hal, yaitu kebahagiaan yang bersifat duniawi dan kebahagiaan yang bersifat ukhrawi (akhirat) (Hamdan, 2018). Hadits sebagai sumber pokok ajaran kedua menyebutkan empat tanda kebahagiaan yaitu:

“Wanita shalihah, tempat tinggal yang luas, tetangga yang shalih, dan kendaraan yang nyaman. Dan empat (tanda) kesengsaraan : tetangga yang buruk, wanita yang buruk, tempat tinggal yang sempit, dan kendaraan yang buruk” (HR. Ahmad dan Ibnu Hibban).

Selain konsep kebahagiaan yang terkandung di dalam sumber pokok ajaran Islam, banyak filosof dan cendekiawan muslim baik dari masa klasik maupun masa kontemporer menjadikan kebahagiaan sebagai objek kajian, contoh dari masa klasik yaitu Al Kindi dan Al Farabi. Al Kindi menyatakan kebahagiaan manusia terkait dengan ruh serta jiwa dan akhirat adalah puncak kebahagiaan tertinggi manusia. Al Farabi memandang kebahagiaan sebagai kebaikan yang diinginkan untuk kebaikan itu sendiri. Ketika seseorang melakukan kebaikan dalam bentuk aktivitas apapun, hal ini didorong oleh tujuan untuk mencapai kebahagiaan. Misalnya, seseorang yang ikhlas, senang beramal sholih, rajin, profesional, jujur, dan kebaikan lainnya karena orang tersebut memiliki tujuan ingin bahagia (Putri, 2018). Sedangkan dari masa kontemporer, Muhammad Naquib Al-Attas juga memiliki pandangan tentang kebahagiaan. Menurutnya, terdapat dua jenis kebahagiaan yaitu jasmani dan rohani. Tingkatan tertinggi kebahagiaan adalah ketika seseorang mengenal dirinya dan Tuhannya. Kebahagiaan tidak dapat diraih oleh orang yang hanya menekankan aspek material seperti pada masyarakat Barat modern-sekuler (Arroisi & Sari, 2020).

Penelitian tentang kebahagiaan dalam tinjauan Islam terus berkembang. Di antaranya penelitian yang berjudul Psikologi Kebahagiaan Manusia (Fuad, 2015). Penelitian ini menjelaskan tentang makna, komponen dan cara mengukur kebahagiaan dengan pendekatan filosofis dan psikologis. Menurut Fuad (2015), manusia harus merasa bahagia karena Allah menciptakan fitrah manusia dengan berbagai kelebihan dan kesempurnaan. Kebahagiaan seseorang dapat dilihat dari tiga sudut pandang, yaitu secara objektif (*objective happiness*), secara preskriptif (eksternal), dan secara subjektif (*subjective happiness*). Penelitian ini menyarankan salah satu cara yang dapat ditempuh untuk meningkatkan kebahagiaan yaitu dengan metode pengembangan diri oleh para praktisi psikologi islami serta praktisi bimbingan dan konseling islami dalam rangka membantu individu meraih kesuksesan, kebermaknaan, dan kebahagiaan hidup.

Terdapat pula penelitian tentang Indikator Kebahagiaan (*Al-Sa'adah*) dalam Perspektif Al-Quran dan Hadist (Sofia & Sari, 2018). Penelitian ini merupakan studi literatur yang mengumpulkan ayat-ayat Al-Quran dan Hadist terkait konsep-konsep kebahagiaan dalam bahasa Arab. Peneliti menemukan 17 indikator kebahagiaan menurut Al-Quran dan Hadist, yaitu iman dan takwa, berpegang teguh pada agama, berbuat baik, sabar, syukur, penyucian jiwa, menyeru pada kebaikan dan melarang kemungkar/perbuatan buruk, berjuang di jalan Allah, mencari dan mendapat rida Allah, mengingat Allah, mendapat karunia/rahmat Allah, memperbaiki diri, memberi teladan, mencari perlindungan Allah, berserah diri, menolak kejahatan dengan kebaikan serta menjaga lisan dan perbuatan.

Penelitian lain berjudul *Religiusitas Islam dan Kebahagiaan, Sebuah Telaah dengan Perspektif Psikologi* (Mayasari, 2014). Penelitian ini menjelaskan perbedaan antara *subjective well-being* dan *psychological well-being* serta perbedaan antara kebahagiaan yang bersifat hedonik dan eudamonik. Di dalam penelitian ini disimpulkan bahwa religiusitas Islam berkontribusi dalam pemberian makna serta tujuan hidup manusia. Oleh karena itu religiusitas Islam lebih berhubungan dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) yang menekankan kebahagiaan pada hidup yang bermakna (*meaning life*) atau kebahagiaan yang bersifat eudamonik. Religiusitas Islam berbeda dengan konstruk kesejahteraan subyektif (*subjective well-being*) yang bersifat hedonik yang hanya menekankan pada hidup menyenangkan, bebas dari rasa cemas dan stress dan perasaan tidak menyenangkan lainnya.

Penelitian lain yaitu penelitian *Kebahagiaan dalam Perspektif Al-Qur'an dan Filsafat* (Hamim, 2016). Menurut Hamim (2016), manusia tidak hanya mendapatkan kebahagiaan di dunia namun juga di akhirat. Kebahagiaan dapat dicapai dengan berbuat baik, hati tenang, dan tubuh yang sehat. Penelitian ini juga menyebutkan enam cara meraih kebahagiaan menurut Al-Qur'an, yaitu: 1) menanamkan keyakinan bahwa dibalik kesulitan pasti ada kemudahan; 2) bersyukur atas nikmat Allah, ridha, sabar, dan tawakkal atas segala musibah; 3) memaafkan orang yang bersalah; 4) menjauhi buruk sangka atau su'udzon; 5) menjauhi kebiasaan marah ketika menghadapi atau tertimpa musibah; 6) mengurangi keinginan duniawi dengan zuhud dan qona'ah.

Berbagai penelitian ini semakin menguatkan pandangan para filosof dan cendekiawan muslim terdahulu bahwa konsep kebahagiaan di dalam Islam tidak terlepas dari faktor spiritualitas. Seorang muslim akan selalu mengaitkan hidupnya dengan nilai-nilai spiritual. Hal ini berbeda dengan konsep kebahagiaan di dalam psikologi positif dan berbagai konsep pengukurannya seperti *subjective well-being* dan *life satisfaction* yang hanya mengukur kebahagiaan dari sisi afeksi dan kognisi.

Perbedaan yang terjadi merupakan konsekuensi dari perbedaan pandangan (*worldview*) Barat dan Islam tentang manusia. Pandangan Barat yang sekuler dan materialistik belum mengurai hakikat manusia dari substansi metafisik, namun hanya menjelaskan prinsip umum dan gejala jiwa manusia secara materi. Sedangkan Islam memandang manusia lebih tinggi dari dimensi materi atau fisik karena jiwa merupakan bagian metafisika yang menjadi penggerak seluruh aktivitas fisik (Hasib, 2019).

Dari berbagai penelitian yang dipaparkan sebelumnya dapat ditemukan konsep kebahagiaan yang bersumber dari Al-Qur'an, Hadits, dan pandangan para cendekiawan yang merupakan gambaran ideal kebahagiaan muslim. Yang menjadi pertanyaan, bagaimana kondisi faktual tentang kebahagiaan muslim? Benarkan gambaran ideal ini ditemukan dalam kehidupan faktual? Penelitian ini akan mengungkap hal ini dengan menggali sumber dan makna kebahagiaan berdasarkan peristiwa yang membahagiakan dan tidak membahagiakan pada seorang muslim, khususnya pada pendakwah. Penelitian ini menggunakan tinjauan psikologi Islam untuk dapat memahami kondisi psikologis seorang muslim dengan cara pandang yang lebih komprehensif karena manusia dalam pandangan Islam bukan hanya makhluk fisik namun makhluk dengan berbagai potensi serta memiliki dimensi spiritual.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan alat pengumpulan data menggunakan kuesioner terbuka (*open-ended questions*). Penelitian dilakukan pada masa pandemic, sehingga peneliti menggunakan aplikasi google form untuk pengambilan data secara online. Sebelum partisipan mengisi kuesioner terbuka, partisipan diperkenankan untuk mengisi lembar kesediaan atau *inform consent* sebagai salah satu bentuk kesukarelaan partisipan untuk menjadi subjek penelitian ini. Analisis data penelitian menggunakan analisis deskriptif data kualitatif dengan mendeskripsikan masing-masing pertanyaan berdasarkan jawaban yang diperoleh dari google form.

Partisipan dalam penelitian ini yaitu 40 muslim, yang terdiri dari 20 laki-laki dan 20 perempuan yang memenuhi kriteria penelitian, yaitu memiliki hafalan Al-Qur'an minimal 1 juz dan aktif dalam kegiatan dakwah. Usia partisipan antara 20-58 tahun. Instrument yang digunakan adalah kuesioner terbuka yang merupakan hasil adaptasi dari penelitian yang dilakukan oleh CICIP (*Center for Indigenous and Cultural Psychology*) Universitas Gadjah Mada terhadap Happiness Questionnaire yang disusun dan dikembangkan oleh Uichol Kim. Di dalam penelitian ini ditambahkan pertanyaan tentang peristiwa yang sangat tidak membahagiakan seperti penelitian yang dilakukan terhadap remaja Suku Minangkabau (Hartati, 2017). Adapun pertanyaan yang akan dikaji dalam penelitian ini meliputi peristiwa yang membahagiakan, peristiwa yang sangat tidak membahagiakan, dan makna kebahagiaan.

Peristiwa yang membahagiakan merupakan peristiwa yang pernah dialami dan dipersepsikan oleh partisipan sebagai sesuatu yang membahagiakan, diperoleh dengan mengerjakan perintah: "Tuliskan dua peristiwa yang membuatmu merasa sangat bahagia" dan menjawab pertanyaan "Pilihlah salah satu peristiwa yang membuatmu paling merasa bahagia." Peristiwa yang sangat tidak membahagiakan merupakan peristiwa yang pernah dialami dan dipersepsikan oleh partisipan sebagai sesuatu yang tidak membahagiakan, diperoleh dengan mengerjakan perintah: "Tuliskan dua peristiwa yang membuatmu merasa sangat tidak bahagia" dan menjawab pertanyaan "Pilihlah salah satu peristiwa yang membuatmu paling merasa tidak bahagia." Terakhir, makna kebahagiaan ialah pengertian kebahagiaan yang dipersepsi oleh subjek, diperoleh melalui jawaban atas perintah "Lengkapilah kalimat berikut ini: "Menurut saya, kebahagiaan adalah....."

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil analisis data penelitian ditemukan sumber kebahagiaan, sumber ketidakbahagiaan serta makna kebahagiaan pada pendakwah muslim. Sumber kebahagiaan dan ketidakbahagiaan yaitu: keluarga (55%), hubungan sosial (18%), religiusitas-spiritualitas (18%), dan rezeki (10%). Adapun makna kebahagiaan pada pendakwah meliputi faktor fisik, emosi, kognisi, dan spiritual. Kebahagiaan pada pendakwah muslim bersifat jangka pendek dan jangka Panjang.

Keluarga

Kategori pertama yaitu keluarga. Keluarga merupakan unit masyarakat terkecil yang memiliki peran penting dalam kehidupan suatu bangsa. Keluarga menjadi lembaga sakral yang dibangun atas dasar kasih sayang di atas pernikahan sah, bertujuan menggapai ridha Allah swt, memperoleh keturunan serta membangun kekeluargaan dari kedua

pasangan (Jannah, 2018). Keluarga memiliki banyak fungsi, diantaranya fungsi sosial, cinta dan kasih sayang (Pertamaningtias & Listyaningsih, 2018). Keluarga dapat menjamin kehidupan emosional anak untuk tumbuh dan berkembang. Keluarga merupakan tempat memenuhi kebutuhan fisik maupun psikis anggotanya (Ulfa, 2015). Bila fungsi keluarga tidak berjalan dengan baik maka akan terjadi hambatan atau gangguan fisik maupun mental anggota keluarga, termasuk hambatan untuk meraih kebahagiaan.

Keluarga menjadi kategori yang paling banyak muncul dari pertanyaan penelitian tentang peristiwa yang membahagiakan. Peristiwa yang membahagiakan bagi para pendakwah seperti menikah, memiliki anak, jalan-jalan bersama keluarga, menasehati keluarga, membantu pasangan, komunikasi keluarga yang baik, menyenangkan orang tua dan anak serta bisa mencukupi kebutuhan keluarga merupakan jawaban yang muncul dalam kategori ini. Hal ini menunjukkan bahwa keluarga menjadi sumber kebahagiaan pada pendakwah muslim.

Munculnya kategori keluarga sebagai sumber kebahagiaan juga muncul pada pertanyaan tentang peristiwa yang tidak membahagiakan. Meski bukan merupakan kategori yang paling banyak muncul untuk pertanyaan kedua, namun hal ini tetap menunjukkan bahwa keluarga memiliki peran dan fungsi vital dalam kehidupan seorang muslim. Manusia memiliki kebutuhan fisik maupun psikis yang harus dipenuhi dan keluarga menjadi salah satu tempat yang dapat memenuhi kebutuhan ini. Dengan dipenuhinya kebutuhan ini manusia akan merasa aman, tenteram, terlindungi, dan puas (Bakar, 2018).

Keluarga sebagai salah satu hal yang mempengaruhi kebahagiaan manusia telah banyak ditemukan pada penelitian terdahulu (Hartati, 2017; Ramadlon et al., 2018; Hamdan, 2018; Putra & Sudibia, 2019). Keluarga menjadi sumber kebahagiaan sekaligus sumber ketidakbahagiaan. Jika kualitas kehidupan keluarga baik, maka seseorang akan merasakan kebahagiaan. Sebaliknya, jika kualitas kehidupan keluarga buruk, maka seseorang akan merasakan ketidakbahagiaan. Seperti pendapat Fahey et al., (2012) yang menyebutkan bahwa kondisi keluarga dan kualitas hubungan antar anggota keluarga menjadi elemen dasar dalam menciptakan individu yang berbahagia baik orang tua maupun anak.

Hubungan sosial

Kategori kedua yang ditemukan yaitu hubungan sosial. Manusia sebagai *zoom politicon* (makhluk sosial) membutuhkan bantuan dan dukungan pihak lain untuk dapat bertahan hidup. Manusia butuh berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Untuk mencapai kebahagiaan manusia tidak dapat melakukannya seorang diri. Agar dapat mencapai kebahagiaan seseorang perlu memiliki jaringan sosial, memperoleh dukungan sosial dan merawat hubungan sosial (*nurturing social relationships*) (Hamdan, 2018).

Hubungan sosial menjadi hal yang memiliki pengaruh besar bagi kebahagiaan pendakwah. Bahkan pada pertanyaan tentang peristiwa yang tidak membahagiakan, hubungan sosial menjadi kategori yang paling banyak muncul dibanding kategori keluarga. Serupa dengan keluarga yang menjadi sumber kebahagiaan sekaligus sumber ketidakbahagiaan, hubungan sosial juga menjadi sumber kebahagiaan sekaligus sumber ketidakbahagiaan. Temuan ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyebutkan bahwa interaksi sosial menjadi sumber kebahagiaan dan ketidakbahagiaan (Hartati,

2017). Bila hubungan sosial dengan orang lain dan lingkungan sosial baik, maka seseorang dapat meraih kebahagiaan dan bila hubungan sosial dengan orang lain serta lingkungan sosialnya buruk, maka seseorang akan merasakan ketidakbahagiaan.

Salah satu temuan unik dalam kategori ini yaitu data penelitian yang banyak menyebutkan “kebermanfaatan untuk orang lain”. Seorang pendakwah muslim akan merasakan kebahagiaan bila dirinya bisa bermanfaat untuk orang lain. Hal ini dapat dipahami karena seorang muslim meyakini sebuah Hadits Rasulullah saw bahwa “*sebaik-baik manusia adalah yang bermanfaat untuk orang lain*”. (HR. Ahmad, ath-Thabrani, ad-Daruqutni).

Seligman (Zulkarnain & Fatimah, 2019) menjelaskan secara umum terdapat tiga bentuk kebahagiaan manusia dalam hidup: 1) hidup yang penuh kesenangan (*pleasant life*), 2) hidup yang nyaman (*good life*), 3) hidup yang bermakna (*meaningful life*). Bastaman (2007) menyatakan bahwa makna hidup adalah hal-hal yang dianggap sangat penting, berharga dan memberikan nilai khusus bagi seseorang sehingga dijadikan tujuan hidup. Hidup yang bermakna ini terwujud dalam usaha untuk selalu memberikan makna bagi diri sendiri dan orang lain. Dari penjelasan ini dapat disimpulkan ketika seseorang dapat memberikan manfaat untuk orang lain, maka seseorang akan merasa memiliki hidup yang bermakna dan pada akhirnya mencapai kebahagiaan. Seperti kesimpulan penelitian Imroatus Sholihah (2016) yang menyebutkan bahwa ketika seseorang berkorban untuk orang lain, baik berupa materi, waktu atau tenaga untuk kepentingan dan kebahagiaan orang lain (altruist), maka dalam diri orang tersebut akan muncul perasaan positif yaitu bahagia.

Religiusitas dan Spiritualitas

Kategori yang muncul selanjutnya adalah religiusitas dan spiritualitas. Religiusitas berasal dari kata religi yang merupakan sistem kompleks yang terdiri dari kepercayaan dan keyakinan yang terwujud dalam sikap melaksanakan upacara dan ritual keagamaan yang bertujuan untuk berhubungan dengan Allah (Mayasari, 2014). Menurut Glock dan Stark (Ancok & Suroso, 2011) religiusitas merupakan suatu simbol sistem keyakinan, nilai, dan perilaku yang memusatkan berbagai persoalan duniawi yang keseluruhan maknanya disimpulkan dalam suatu keyakinan hakiki. Religiusitas bersifat formal dan institusional, merefleksikan komitmen terhadap keyakinan serta praktek menurut tradisi keagamaan tertentu, sedangkan spiritualitas berkaitan dengan pengalaman persoalan dan bersifat fungsional, merefleksikan upaya individu untuk memperoleh tujuan dan makna hidup (Amir & Lesmawati, 2016).

Pada kategori ini, data penelitian menunjukkan adanya dimensi religiusitas dan spiritualitas pada pendakwah muslim. Baik pertanyaan tentang peristiwa yang membahagiakan maupun pertanyaan tentang peristiwa yang tidak membahagiakan muncul jawaban tentang kategori religiusitas dan spiritualitas. Hal ini membuktikan bahwa religiusitas dan spiritualitas menjadi hal yang sangat lekat dengan kehidupan pendakwah muslim. Sebagai seorang muslim, hubungan dan kedekatan seorang hamba dengan Tuhannya akan berpengaruh besar bagi kehidupannya.

Meski religiusitas dan spiritualitas merupakan konsep yang berbeda. Namun dalam kehidupan seorang muslim, religiusitas merupakan cerminan dari spiritualitas yang dimilikinya. Rukun Iman dan Rukun Islam merupakan perwujudan dari religiusitas dan

spiritualitas seorang muslim dan menjadi dua hal yang tidak bisa dipisahkan. Menurut Daradjat (1993) wujud religiusitas yang paling penting adalah perasaan dan pengalaman batin seorang hamba tentang Tuhan, hari akhir dan komponen agama yang lain. Maka religiusitas dalam Islam menggambarkan kondisi religiusitas dan spiritualitas. Kategori religiusitas dan spiritualitas ini semakin menguatkan bahwa manusia tidak hanya terdiri dari dimensi fisik namun juga dimensi non fisik dan spiritual.

Rezeki

Kategori terakhir adalah rezeki. Rezeki adalah segala sesuatu yang dipakai untuk memelihara kehidupan (yang diberikan oleh Tuhan), makanan (sehar-hari), nafkah, penghidupan, pendapatan (uang dan sebagainya untuk memelihara kehidupan), keuntungan, kesempatan mendapat makan (Kebudayaan, 1990).

Rezeki dalam Islam memiliki arti lebih luas. Rezeki dalam pandangan muslim tidak sebatas pada hal-hal yang bersifat materi namun juga non materi (Pasmadi, 2009). Menurut Sayyid Qutb rezeki adalah segala sesuatu yang dapat diambil manfaatnya, tidak hanya berupa materi seperti uang atau harta saja (Rosnita, 2017).

Di dalam penelitian ini, rezeki berupa hal yang bersifat materi muncul di dalam data penelitian. Namun rezeki berupa hal yang bersifat non materi seperti kesehatan juga dapat ditemukan dari jawaban-jawaban partisipan. Manusia membutuhkan materi untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Manusia tidak hanya memiliki kebutuhan fisik namun juga kebutuhan psikis. Tidak dapat dipungkiri bahwa materi dapat mempengaruhi kebahagiaan manusia. Namun materi bukan satu-satunya hal yang dapat membuat manusia bahagia.

Sama seperti kategori “keluarga” dan “hubungan sosial” yang muncul pada pertanyaan tentang peristiwa yang membahagiakan dan tidak membahagiakan, kategori rezeki juga muncul pada dua pertanyaan ini.

Makna Kebahagiaan

Bagi pendakwah muslim makna kebahagiaan memiliki beberapa dimensi yaitu dimensi fisik, emosi, kognisi dan spiritual. Dimensi fisik contohnya berkaitan dengan kesehatan jasmani, dimensi emosi berkaitan dengan perasaan tenang, senang dan perasaan positif lainnya, dimensi kognisi berkaitan dengan pemahaman dan kesadaran bahwa kebahagiaan merupakan hal yang harus diperjuangkan. Hal ini dapat menjadi faktor pendorong untuk dapat mencapai tujuan hidup. Sedangkan dimensi spiritual berkaitan dengan rasa syukur dan kedekatan dengan Allah.

Bila dilihat dari sumber kebahagiaan, makna kebahagiaan dapat bersumber dari faktor internal maupun eksternal. Faktor eksternal seperti hubungan sosial. Faktor eksternal ini tidak hanya dari manusia lain namun merupakan anugerah Allah. Hal ini menunjukkan bahwa kebahagiaan pada pendakwah muslim menunjukkan hubungan horizontal dan hubungan vertikal seorang manusia.

Kebahagiaan bagi seorang pendakwah muslim bersifat jangka pendek dan jangka panjang. Hal ini karena seorang muslim meyakini adanya kehidupan setelah kehidupan

dunia yaitu kehidupan akhirat. Kebahagiaan pada kehidupan akhirat ini yang lebih diutamakan oleh seorang muslim. Sehingga seorang muslim mau berjuang untuk mendapatkan kebahagiaan akhirat dan mengalahkan kebahagiaan dunia.

Berbagai kategori yang dijelaskan sebagai temuan penelitian ini yaitu: keluarga, hubungan sosial, rezeki, religiusitas-spiritualitas. Empat kategori ini menunjukkan bahwa kebahagiaan muslim tidak terbatas pada kebahagiaan yang bersifat materi, namun juga bersifat non materi. Dari kategori ini dapat juga dilihat bahwa manusia memiliki dimensi spiritualitas. Penelitian ini menguatkan hasil penelitian Fuad, (2015) bahwa kebahagiaan meliputi unsur fisik, psikis, sosial, dan spiritual. Kebahagiaan juga tidak hanya menggambarkan hubungan horizontal, namun juga hubungan vertikal seorang manusia dengan Tuhannya.

Menurut Al Attas aspek non materi menjadi aspek penting yang harus diperhatikan untuk menemukan kebahagiaan (Arroisi & Sari, 2020). Bagi seorang muslim kebahagiaan tidak hanya ditemukan pada hal-hal yang bersifat materi. Kebahagiaan bagi seorang muslim berkaitan dengan tanggung jawab sebagai khalifah di muka bumi dan tujuan penciptaannya yaitu untuk beribadah (Friantoro, 2020). Iman dan taqwa akan menjadikan seseorang tenang dan tentram dalam menjalani kehidupan (Daradjat, 1993). Temuan kategori ini semakin menguatkan aspek kebahagiaan dalam psikologi Islam yang menitik beratkan pada hubungan transendental seorang hamba dengan Tuhannya sekaligus membuktikan kekeliruan konsep kebahagiaan Barat yang berorientasi pada kehidupan duniawi dan menafikan aspek ruhani, spiritual dan sifat-sifat ketuhanan.

KESIMPULAN

Penelitian tentang kebahagiaan pada pendakwah muslim ini menyimpulkan bahwa sumber kebahagiaan dan ketidakbahagiaan pada muslim yaitu: keluarga, hubungan sosial, rezeki, dan religiusitas-spiritualitas. Kebahagiaan muslim tidak terbatas pada kebahagiaan yang bersifat materi, namun juga bersifat non materi. Makna kebahagiaan pada muslim memiliki 4 dimensi yaitu dimensi fisik, emosi, kognisi, dan spiritual. Kebahagiaan pada pendakwah muslim tidak hanya menggambarkan hubungan horizontal, namun juga hubungan vertikal seorang manusia dengan Tuhannya. Kebahagiaan pada pendakwah muslim bersifat jangka pendek dan jangka panjang.

Sedikitnya jumlah partisipan menjadi kekurangan dan keterbatasan penelitian. Rentang usia partisipan sangat lebar. Penelitian juga tidak membedakan jenis kelamin laki-laki dan perempuan dalam menganalisa data. Sehingga kami menyarankan untuk penelitian selanjutnya dapat mengungkap kebahagiaan pada muslim lebih mendalam dengan berbagai subyek dan pendekatan. Selain itu diperlukan data yang cukup banyak agar lebih memahami konsep kebahagiaan secara umum.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdel-Khalek, A. M. (2006). Happiness, health, and religiosity: Significant relations. *Mental Health, Religion & Culture*, 9(1), 85–97.
- Abdel-Khalek, A. M. (2007). Religiosity, happiness, health, and psychopathology in a probability sample of Muslim adolescents. *Mental Health, Religion and Culture*, 10(6), 571–583.
- AL, A. (n.d.). Analisis Indeks Kebahagiaan di Indonesia. *Equator Journal of Management and Entrepreneurship (EJME)*, 6(1).
- Amir, Y., & Lesmawati, D. R. (2016). Religiusitas dan Spiritualitas: Konsep yang Sama atau Berbeda? *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris*, 2(2), 67–73.
- Ancok, D., & Suroso, F. N. S. (2011). *Psikologi Islami Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi*.
- Arroisi, J., & Sari, N. (2020). Bahagia Perspektif Syed Muhammad Naquib Al-Attas. *Fikri: Jurnal Kajian Agama, Sosial Dan Budaya*, 5(2), 183–196.
- Bakar, A. (2018). PSIKOLOGI TRANSPERSONAL; Mengenal Konsep Kebahagiaan dalam Psikologi. *Madania: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman*, 8(2), 162–180.
- Bastaman, H. D. (2007). *Logoterapi : psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*. Raja Grafindo Persada.
- Daradjat, Z. (1993). Ilmu Jiwa Agama, Jakarta: Bulan Bintang. *Daradjat, Zakiyah*.
- Diener, E. (2006). Guidelines for National Indicators of Subjective Well-Being and Ill-Being. *Journal of Happiness Studies*, 7(4), 397–404. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9000-y>
- Fahey, T., Keilthy, P., & Polek, E. (2012). Family relationships and family well-being: A study of the families of nine year-olds in Ireland. *Dublin: University College Dublin and the Family Support Agency*, 1–108.
- Francis, L. J., & Lester, D. (1997). Religion, personality and happiness. *Journal of Contemporary Religion*, 12(1), 81–86.
- Frey, B. S., & Stutzer, A. (2000). Happiness, economy and institutions. *The Economic Journal*, 110(466), 918–938.
- Friantoro, D. (2020). Determinan Kebahagiaan Individu Muslim di Indonesia. *Syiar Iqtishadi: Journal of Islamic Economics, Finance and Banking*, 4(2), 1–17.
- Fuad, M. (2015). Psikologi kebahagiaan manusia. *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 9(1), 114–132.
- Hamdan, S. R. (2018). Happiness: Psikologi Positif Versus Psikologi Islam. *UNISIA*, 38(84), 1–14.
- Hamim, K. (2016). Kebahagiaan Dalam Perspektif Al-Qur'an dan Filsafat. *Tasâmuh*, 13(2), 127–150.
- Hartati, N. (2017). Makna dan sumber kebahagiaan remaja suku minangkabau. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(2), 80–84.
- Hasib, K. (2019). Manusia dan Kebahagiaan: Pandangan Filsafat Yunani dan Respon Syed Muhammad Naquib al-Attas. *Tasfiyah: Jurnal Pemikiran Islam*, 3(1), 21–40.
- Jannah, M. (2018). Konsep keluarga idaman dan islami. *Gender Equality: International Journal of Child and Gender Studies*, 4(2), 87–102.
- Kebudayaan, D. P. dan. (1990). *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (ke-3). Balai Pustaka.
- Khairunnisa, A. (2017). Hubungan Religiusitas Dengan Kebahagiaan Pada Pasien Hemodialisa Di Klinik Hemodialisa Muslimat Nu Cipta Husada. *Jurnal Psikologi*, 9(1).

- Lu, L. (2001). Understanding happiness: A look into the Chinese folk psychology. *Journal of Happiness Studies*, 2(4), 407–432.
- Mayasari, R. (2014). Religiusitas Islam dan kebahagiaan (Sebuah telaah dengan perspektif psikologi). *Al-Munzir*, 7(2), 81–100.
- Pasmadi, A. K. (2009). *Konsep Rezeki Dalam Pandangan Para Pedagang Pasar (Studi Kasus Para Pedagang Pasar Kleco Surakarta 2009)*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Pertamaningtias, A. H., & Listyaningsih, U. (2018). Fungsi Keluarga terhadap Pendidikan Karakter Anak Usia Sekolah Dasar di Kecamatan Saptosari Kabupaten Gunungkidul. *Jurnal Bumi Indonesia*, 7(2).
- Putra, G. B. B., & Sudibia, I. K. (2019). Faktor-Faktor Penentu Kebahagiaan Sesuai Dengan Kearifan Lokal Di Bali. *E-Jurnal Ekonomi Dan Bisnis Universitas Udayana*, 79–94.
- Putri, E. W. (2018). Konsep Kebahagiaan Dalam Perspektif Al-Farabi. *Thaqafiyat: Jurnal Bahasa, Peradaban Dan Informasi Islam*, 19(1), 95–111.
- Ramadlon, T., Nabilah, N., Herdian, H., & Arnis, G. (2018). Sumber Kebahagiaan Dan Kesedihan Di Era Milenial. *SemNasPsi (Seminar Nasional Psikologi)*, 1(1), 177–187.
- ROSNITA, R. (2017). *Konsep Rezeki dalam Perspektif Alqurân (Studi Tafsîr Fî Zilâl Alqurân Karya Sayyid Quṭb)*. Universitas Islam Negeri" SMH" Banten.
- Sholihah, I. (2016). *Konsep kebahagiaan dalam Al-Qur'an perspektif Tafsir Mutawalli Asy-Sya'rawi dan psikologi positif*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Sofia, N., & Sari, E. P. (2018). Indikator Kebahagiaan (Al-Sa'adah) dalam Perspektif Alquran dan Hadis. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 23(2), 91–108.
- Steiner, L., Leinert, L., & Frey, B. S. (2010). Economics, religion and happiness. *Zeitschrift Für Wirtschafts-Und Unternehmensethik*, 11(1), 9–24.
- Tkach, C., & Lyubomirsky, S. (2006). How do people pursue happiness?: Relating personality, happiness-increasing strategies, and well-being. *Journal of Happiness Studies*, 7(2), 183–225.
- Ulfa, K. (2015). Peran Keluarga Menurut Konsep Perkembangan Kepribadian Perspektif Psikologi Islam. *Al-Adyan: Jurnal Studi Lintas Agama*, 10(1), 123–140.
- Veenhoven, R. (2012). Does happiness differ across cultures? In *Happiness across cultures* (pp. 451–472). Springer.