

Makna Kebahagiaan Menurut Filsafat

Ditulis oleh Salman Akif Faylasuf pada Senin, 20 September 2021



Bartens mengatakan bahwa semua ilmu yang dikembangkan oleh para filosof pada akhirnya bertujuan untuk mencari tahu bagaimana cara manusia mencapai kebahagiaan. Kebahagiaan hakiki menurut Sokrates adalah kebahagiaan jiwa (eudaimonia). Sokrates mengemukakan bahwa jiwa manusia bukanlah nafasnya saja, tetapi merupakan unsur terpenting dalam hidup manusia.

Jiwa merupakan inti sari manusia. Karena jiwa merupakan inti sari manusia, maka manusia wajib mengutamakan kebahagiaan jiwanya (eudaimonia=memiliki daimon atau jiwa yang baik), lebih daripada kebahagiaan tubuhnya atau kebahagiaan yang lahiriah (K. Bertens, *Sejarah Filsafat Yunani* (Yogyakarta: Kanisius, 1999), hal 105).

Manusia harus membuat jiwanya menjadi jiwa yang sebaik mungkin. Dan untuk mencapai eudaimonia diperlukan kebajikan atau keutamaan, seperti pendirian Sokrates yang terkenal ?keutamaan adalah pengetahuan. Keutamaan di bidang hidup baik tentu menjadikan

seseorang dapat hidup baik. Hidup baik berarti menerapkan pengetahuannya tentang hidup baik itu. Jadi baik dan jahat dikaitkan dengan soal pengetahuan, bukan dengan keinginan manusia. Maka menurut Sokrates, tidak mungkin orang dengan sengaja melakukan hal yang salah. Kalau ada orang berbuat salah, maka hal itu disebabkan karena ia tidak berpengetahuan (Harun Hadiwijono, *Sari Sejarah Filsafat Barat* (Yogyakarta: Kanisius, 1980), hal 36-38).

Senada dengan Socrates, Plato yang juga merupakan murid Socrates mengatakan bahwa eudaimonia merupakan tujuan hidup manusia. Bagi Plato manusia harus mengupayakan kebahagiaannya (eudaimonia) itu. Menurutnya kebahagiaan/kesenangan itu tidak hanya kepuasan hawa nafsu selama hidup di dunia (indrawi) saja tetapi kebahagiaan juga harus dilihat dalam hubungan kedua dunia (dunia indrawi/jasmani dan dunia Idea).

Maksudnya, dengan kata lain di samping kebahagiaan indrawi kebahagiaan yang hakiki yang berkaitan erat dengan batin yakni dunia ide juga perlu diupayakan. Oleh karena itu, untuk mencapai pada kebahagiaan (eudaimonia) dalam dunia ide, manusia harus selalu melakukan apa yang baik. Sebab bagi Plato semua kebaikan dan kebajikan ada didunia ide (dunia ide adalah realitas yang sesungguhnya, sedangkan yang indrawi itu merupakan realitas bayangan) (K. Bertens, *Sejarah Filsafat Yunani*, hal 141).

Baca juga: *Jilbab dan "Serangan Balik" Sekularisme*

Pendapat yang hampir serupa dikemukakan oleh Aristoteles. Ia memulai ajarannya tentang kebahagiaan dari mempertanyakan bagaimana manusia mencapai hidup yang baik. Menurutnya, manusia untuk mencapai kebahagiaannya adalah dengan hidup yang baik. Hidup yang baik di sini maksudnya ialah hidup bermakna, suatu hidup yang terasa penuh dan menentramkan. Untuk dapat hidup bermakna seseorang harus mencapai apa yang menjadi tujuan hidupnya.

Pertanyaannya sekarang adalah apa yang menjadi tujuan hidup manusia? Menurut Aristoteles jawabannya adalah, kebahagiaan (eudaimonia) (Franz Magnis Suseno, *13 Tokoh Etika Sejak Zaman Yunani Sampai Abad ke-19* (Yogyakarta: Kanisius, 1997), hal 30-31).

Sama dengan pendahulunya, kebahagiaan yang dimaksud di sini bukan hanya terbatas pada perasaan subyektif seperti senang atau gembira yang adalah aspek emosional,

melainkan lebih mendalam dan obyektif menyangkut pengembangan seluruh aspek kemanusiaan suatu individu (aspek moral, sosial, emosional, rohani). Menurut Aristoteles kebahagiaan dapat dicapai dengan hidup secara bermoral (hidup baik), karena itulah jalan menuju kebahagiaan. Tujuan moralitas adalah untuk mengantar manusia ke tujuan akhirnya, yakni kebahagiaan.

Kebahagiaan diwujudkan oleh setiap orang dengan jalannya masing-masing. Kemampuan setiap orang untuk mewujudkan kebahagiaan juga tidak sama. Semakin seseorang memandang kebahagiaan sebagai tujuan akhir dalam hidupnya, maka semakin terarah dan mendalam aktivitas-aktivitas yang dilakukannya untuk hidup baik. Dalam hal ini, Aristoteles menempatkan keutamaan dalam posisi istimewa. Menurutnya supaya manusia bahagia, ia harus menjalankan aktivitasnya menurut keutamaannya.

Baca juga: Pemetik Puisi (25): Yudhistira ANM Massardi, Ya Allah, Orde Baru

Hidup dalam keutamaan yang dimaksud oleh Aristoteles ialah hidup yang sungguh ditata dengan baik. Sementara keutamaan (*arete*) yang dimaksud oleh Aristoteles ialah keutamaan yang mengarahkan manusia pada perbuatan yang baik. Kehidupan yang dijalani dalam rambu-rambu aturan-aturan moralitas dan etika yang berlaku secara wajar atau umum dalam masyarakat tertentu.

Aturan-aturan moralitas dalam hal ini perlu dipandang sebagai sesuatu yang dapat dimengerti dan berasal dari dorongan manusiawi untuk menjalankannya, bukan dorongan dari luarnya. Pada intinya, Aristoteles mengajak manusia untuk hidup secara bermoral, yang ia anggap sebagai cara untuk dapat mencapai kebahagiaan.

Lebih rinci Aristoteles membagi kebahagiaan itu menjadi lima bagian, yaitu: Pertama, kebahagiaan yang terdapat pada kondisi sehat badan dan kelembutan indrawi. Kedua, kebahagiaan karena mempunyai sahabat. Ketiga, kebahagiaan karena mempunyai nama baik dan termasyhur. Keempat, kebahagiaan karena sukses dalam berbagai hal. Kelima, kebahagiaan karena mempunyai pola pikir yang benar dan punya keyakinan yang mantap. Dengan tercapainya kelima hal ini, menurut Aristoteles barulah manusia akan mencapai bahagia yang sempurna (Khairul Hamim, *?Kebahagiaan dalam Perspektif al-Qur'an dan Filsafat*, dalam Jurnal Tasimuh, Vol. 13, No. 2, 2016, h. 134).

Filosof lain yang menjelaskan mengenai kebahagiaan adalah Epikuros. Ajaran Epikuros

diarahkan kepada satu tujuan akhir, yakni menjamin kebahagiaan manusia dengan Etika sebagai inti pemikirannya. Etika Epikuros hendak memberikan ketenangan hati (ataraxia) kepada manusia, sebab menurut Epikuros ketenangan hati ini terancam oleh rasa takut. Diantaranya rasa takut terhadap dewa-dewi, rasa takut terhadap kematian, dan rasa takut terhadap nasib yang sebenarnya tidak mendasar dan tidak masuk akal.

Baca juga: Merawat Masjid Kita

Epikuros menekankan bahwa tujuan hidup manusia adalah hedone (kenikmatan, kepuasan) yang dapat kita miliki bila hati kita tenang dan tubuh kita sehat. Namun kata hedone sering disalahartikan oleh kebanyakan orang. Hedone yang ditekankan oleh Epikuros bukan berarti bahwa kita harus secara membabi buta mengikuti hasrat kita. Bahkan sebaliknya, kesenangan yang sesungguhnya tidak tercapai dengan mencari pengalaman nikmat sebanyak mungkin, tetapi dengan menjaga kesehatan dan berusaha hidup sedemikian rupa hingga jiwa bebas dari keresahan. Untuk itu manusia yang mau bahagia justru harus membatasi diri. Ia harus dapat senang dengan yang sederhana (Bernard Delfgaauw, *Sejarah Ringkas Filsafat Barat* (Yogyakarta: Tiara Wacana, 1992), hal 38-39).

Bila dicermati beberapa pandangan para filosof di atas, nampaknya masing-masing mereka punya cara dan bahasa yang berbeda-beda dalam menyampaikan pemikirannya tentang kebahagiaan. Mereka sepakat bahwa tujuan yang ingin dicapai dalam kehidupan ini adalah kebahagiaan. Di mana kebahagiaan tertinggi atau yang paling sempurna adalah dengan mencapai eudaimonia atau kebahagiaan jiwa (bahasa Plato dunia idea).

Mencermati penjelasan beberapa para filosof mengenai kebahagiaan di atas, terlihat jelas bahwa mereka membahas tentang kebahagiaan jasmani yang dialami dan dirasakan oleh seseorang pada saat mereka berada di dunia saja. Mereka tidak membahas kebahagiaan yang akan dan dialami seseorang pada saat mereka berada di alam akhirat kelak.