

KEBAHAGIAAN MENURUT PARA FILSUF

Munawir Haris

Dosen Tetap STAIN Sorong

Abstract: *Happiness is not the same as joy or pleasure. The happiness is a condition that lasts (a lasting condition) and not a feeling or emotion that passed. In general, a person may feel happy even though he was suffering from grief, as well as someone who is experiencing chronic unhappiness can also know the moments of joy. Also happiness is not a disposition or attitude merry soul although not denying that these things can help towards happiness. Some people can have such behavior even in the face of disappointment. Someone is perfectly happy because he has a good full and perfect. Perfect happiness that comes and fully satisfy all our desires, while happiness is called incomplete if it does not satisfy all our desires or, suppose can satisfy all the desires, but are not satisfy with fully. To avoid confusion, it should be noted in earnest here that the moral philosophy of happiness natural look only (natural happiness). Natural happiness is satisfying all desires are included and appears on the naked human nature (man's bare nature). This article talks about the concept of happiness according to the philosophers.*

Keywords: *Pleasure, Happiness and the Philosophers.*

Pendahuluan

Sebagai awal kajian ini sangat menarik apabila kita merenungkan pendapat Richard Carlson¹ tentang fenomena dan eksistensi bahagia, yang

¹ Richard Carlson adalah penulis buku laris *Don't Sweat The Small Stuff, Don't Worry Make Money and Don't Sweat the Small Stuff* ini Love. Dia pembicaraa pada acara The Oprah Winfrey Show dan The To Day Show.

menurutnya bahagia adalah hak setiap orang dengan berbagai macam strata dan status, cuma pandang dan pola pemaknaan lebih lanjut ia mengatakan:

Seseorang pernah bertanya kepada saya, “Jika harus memilih satu frasa atau pedoman yang telah mempertahankan sudut pandang yang tepat ketika orang lain bersikap menjengkelkan, apa yang akan kau pilih?” Kata-kata yang keluar dari mulut saya adalah, “Semua orang berhak merasa bahagia”. Pikirkanla sebentar. Semua orang ingin bahagia, orang-orang yang kamu kenal dan mereka yang tidak kamu kenal, orang yang kamu sukai dan orang yang tidak kamu sukai. Orang yang baik, orang jahat, semua orang ingin bahagia dan semua orang dengan caranya masing masing mencoba menjadi bahagia. Bahkan orang-orang yang melakukan hal buruk sering melakukan hal buruk itu sebagai upaya aneh untuk membuat diri mereka sendiri lebih bahagia. Itu hanya bagian sikap manusiawi. Kalau memperhitungkan faktor ini dalam hidupmu, kamu akan takjub melihat apa yang bisa terjadi pada dirimu. Dari pada menjadi kesal atau merasa terganggu oleh orang lain ketika mereka mengatakan atau melakukan hal-hal yang tidak kamu sukai, kamu malah bisa mempertahankan sudut pandang dan selera humor sambil tetap bersimpati.²

² Richard Carlson, *Jangan Meributkan Masalah Kecil Buat Para Remaja*, terj. Rina Buntaran, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2001), h. 216-218 pada bagian lain ia juga menjelaskan: Saya menanyai Rachel, seorang remaja enam belas tahun, apakah ia bisa menerapkan strategi ini dalam hidupnya. Setelah hanya beberapa detik memikirkannya, tiba-tiba ia sadar. Ia mengatakan bahwa baru beberapa hari sebelumnya ia marah kepada seorang temannya yang memamerkan baju barunya dan pacarnya. Ia mengatakan bahwa ia benci orang yang suka pamer atau bersikap menonjolkan diri. Tapi, untuk pertama kali dalam hidupnya, ia bisa melihat apa yang terjadi dari sudut pandang yang baru. Tiba-tiba saja ia mengerti bahwa temannya, seperti halnya semua orang bersikap seperti itu hanya karena ia ingin bahagia. Entah kenapa, temannya merasa bahwa pamer atau membual membuatnya merasa lebih baik tentang dirinya sendiri. Dan meskipun Rachel masih merasa “tidak menyukai sikap itu”, ia bisa melihat gambaran yang lebih besar. Meski sikap temannya sangat mengesalkan, ia bisa melihat kepolosannya. Kemarahannya mereda, dan ia bahkan tersenyum ketika berkata kepada saya, “Yah, memang dia punya hak untuk bahagia. Menurutku itu bukan cara terbaik untuk merasa bahagia, tapi ia memang berhak.

Kebahagiaan menurut Ahmad Asy-Syarbashi,³ merupakan harapan terindah dalam kehidupan yang selalu dihayalkan oleh setiap orang. Manusia selalu mencari kebahagiaan pada setiap waktu dan tempat. Sebagian di antara mereka benar-benar menemukan, meskipun orang-orang yang bahagia sedikit sekali. Sebagian yang lain telah diperdaya oleh buruk sangka dan telah dikalahkan oleh kegelisahan. Mereka menghabiskan hidup mereka dengan keyakinan bahwa mereka tercegah dari kebahagiaan dan bahwa penderitaan adalah bagian yang tak terpisahkan dari mereka, padahal kebahagiaan ada di depan orang-orang yang lalai. Terdapat perbedaan pendapat yang cukup tajam tentang batasan dan penentuan kebahagiaan.

Manusia jika bebas dari belenggu hawa nafsu dan khayalan yang bohong serta angan-angan yang berlebihan, dan ia menyadari bahwa kehidupan tidak murni berisi kebaikan namun perpaduan antara kebaikan dan keburukan, gerakan dan diam, kenyamanan, dan kelelahan, sehat dan sakit, kekuatan dan kelemahan, maka ia akan mengetahui jalan kebahagiaan dan akan berusaha mencapainya. Bisa saja ia mencapainya dan menikmatinya di dunia suatu benda yang lebih berharga dari pada kebahagiaan itu sendiri. Rumah, harta dan berbagai pesona dunia tidak dapat menggantikan hakikat kebahagiaan. Tetapi manusia mampu mengenal kebahagiaan sebagai sesuatu yang jauh dari kebinasaan atau ketidaknyamanan.

Ketika seseorang terkena penyakit kronis, dan ia merasakan, lalu ia mulai mencari sebab-sebab yang dapat menyembuhkannya, sehingga ia mendapatkan kesembuhan dan kesehatannya mulai pulih kembali, maka saat itu ia merasakan bentuk kesenangan setelah sebelumnya ia merasakan kepayahan. Ketika manusia terkena kesempitan hidup yang cukup merisaukannya lalu ia berjuang sekuat tenaga untuk mengatasinya, sehingga ia mampu menyingkirkannya dan ia menemukan kembali kedamaiannya, maka saat itu juga merasakan kebahagiaan. Jika seseorang

³ Ahmad Asy-Syarbashi, *Yas'alunaka; Tanya Jawab Lengkap Tentang Agama dan Kehidupan*, terj. Muhammad Attaf, (Jakarta: Lentera Basritama, Jakarta, 2001), h. 334.

memiliki suatu tujuan yang ingin dicapainya, kemudian ia mencurahkan waktunya, hartanya, tenaga, dan pikirannya, bahkan ia sampai bergadang tengah malam lalu ia pun mencapai tujuan yang diinginkan tersebut, maka saat itu ia merasakan kedamaian dan ketenangan serta kebahagiaan yang mengalir dalam jasmani dan rohaninya. Itu juga termasuk salah satu bentuk kebahagiaan. Demikianlah bahwa setiap kali manusia berhasil melewati suatu penderitaan atau mampu untuk mengatasi suatu kesulitan atau mampu menyingkirkan suatu krisis, maka saat itu terwujudlah dihadapannya suatu kebahagiaan.

Menurut Ahmad Asy-Syarbashi, bahwa kebahagiaan terwujud dengan jelas dalam pelaksanaan kewajiban. Sebab, pelaksanaan kewajiban memiliki kenikmatan rohani yang tidak dapat diketahui kecuali bagi orang yang mempunyai prinsip dalam kehidupan dan berusaha memperjuangkannya. Terkadang saat engkau melaksanakan kewajiban, engkau terkena kesulitan-kesulitan materi yang cukup banyak, namun engkau menganggapnya kecil dan terkadang engkau malah menikmatinya karena ketenangan jiwamu, kedamaian hatimu, keteguhan rohanimu, serta keluhuran hatinuranimu. Ketika engkau bangkit untuk melaksanakan sesuatu yang menurut keyakinanmu sebagai suatu kewajiban, maka semua penderitaan tersebut akan kau lupakan dan engkau akan dibawahnya pindah ke taman kebahagiaan yang mengagungkan, maka berusahalah untuk melepaskan diri dari segala penderitaanmu dan laksanakanlah kewajibanmu dengan sabar niscaya engkau termasuk orang-orang yang berbahagia.⁴

Definisi Kebahagiaan

Haji Abdul Malik Karim Amirullah atau lebih dikenal dengan Hamka dalam bukunya *Tasawuf Modern* banyak mengutip berbagai macam pendapat tentang definisi kebahagiaan dalam perspektif yang berbeda. Di antara

⁴ *Ibid.*, h. 335

pendapat yang dikutipnya adalah pendapat Khalid al-Barmaky, Hutai'ah, Zaid bin Tsabit, Ibnu Khaldun, Abu Bakar Ar-Razi dan Al-Ghazali.⁵

Yahya bin Khalid al-Barmaky, seorang wazir yang mashur di dalam Daulat Bani Abbas, berpendapat bahwa kebahagiaan adalah sentosa perangai, kuat ingatan, bijaksana akal, tenang dan sabar menuju maksud, sedangkan Hutai'ah dalam sebuah syairnya ia menulis; “Menurut pendapatku bukanlah kebahagiaan itu pada mengumpulnya harta benda, tetapi taqwa akan Allah itulah bahagia, taqwa akan Allah itulah bekal yang sebaik-baiknya disimpan pada sisi Allah sajalah kebahagiaan para orang yang taqwa”.⁶

Menurut Zaid bin Tsabit kebahagiaan adalah jika petang dan pagi seorang manusia telah memperoleh aman dari gangguan manusia itulah dia orang yang bahagia. Sedangkan Ibnu Khaldun berpendapat bahagia itu adalah tunduk dan patuh mengikuti garis-garis Allah dan perikemanusiaan. Di sisi lain Abu Bakar Ar-Razi⁷ berpendapat bahagia yang dirasakan oleh seorang tabib, ialah jika ia dapat menyembuhkan orang yang sakit dengan tidak mempergunakan obat, cukup dengan mempergunakan aturan makan saja, sebagai wacana tambahan al-Ghazali berpendapat bahagia adalah kelezatan yang sejati yaitu bilamana manusia dapat dengan tetap mengingat Allah.⁸

⁵ Haji Abdul Malik Karim Amirullah, *Tasawuf Modern*, (Jakarta: Pustaka Panjimas, 2001), h. 20-23

⁶ *Ibid.*, h. 21

⁷ Abu Bakar Ar-Razi yang dimaksud dalam tulisan ini adalah seorang mufasir, sedangkan ar-Razi yang dikenal sebagai filosof bernama asli Abu Bakar Muhammad Ibn Zakariya ibn Yahya al-Razy.

⁸ Deskripsi lebih lanjut lihat Abuddin Nata, *Ilmu Kalam, Filsafat dan Tasawuf; Dirasa Islamiyah IV*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, Jakarta, 1993), h. 181-182. Pokok ajaran tasawuf al-Ghazali itu dipaparkan dalam kitabnya *Ihya Ulum al-Din*. Kebahagiaan yang sejati menurutnya ditemukan melalui ma'rifat. Ma'rifat atau ilmu sejati bukan semata-mata melalui akal. Ma'rifat itu sebenarnya adalah mengenal Tuhan (*hadrat rububiyah*), dengan kesenangan hati hanya di dapat setelah diperoleh pengetahuan yang belum diketahui. Al-Ghazali lebih lanjut berbicara tentang teori kebahagiaan.

Ketahuiilah bahagia segala sesuatu ialah bila kita rasa nikmat kesenangan dan kelezatannya, dan kelezatan itu ialah menurut tabiat kejadian masing-masing, maka kelezatan ialah melihat rupa yang indah, kenikmatan telinga mendengar suara yang merdu, demikian pula segala anggota yang lain di tubuh manusia. Adapun kelezatan hati ialah teguh ma'rifat kepada Allah, karena hati itu dijadikan ialah buat mengingat Tuhan. Tiap-tiap barang yang dahulunya tiada dikenal oleh manusia, bukan buatan gembiranya jika telah dikenalnya. Tak ubahnya dengan orang yang baru pandai bermain catur, dia tidak berhenti-henti bermain, meskipun telah dilarang berkali-kali, tidak sabar hatinya kalau tidak bertemu dengan buah dan papan catur itu. Demikian pulalah hati, yang dahulunya belum ada ma'rifatnya kepada Tuhannya, kemudian itu dia mendapat nikmat mengenal-Nya, sangatlah gembiranya dan tidak sabar dia menunggu masa akan bertemu dengan Tuhan itu, karena kelezatan mata memandang yang indah tadi. Tiap-tiap bertambah besar ma'rifat, bertambah pula besar kelezatan⁹

Menurutnya bahwa kebahagiaan itu ada dua macam, yaitu lezat (kepuasan) dan *sa'adah* (kebahagiaan). Dengan bertambah banyak yang diketahui, bertambah pula kesenangan dan kepuasan. Itulah sebabnya orang yang lebih luas ilmunya lebih merasa berbahagia dari pada orang yang kurang ilmunya. Al-Ghazali juga banyak mengeluarkan kata-kata hikmah yang banyak dikagumi oleh kaum sufi sesudahnya. Al-Ghazali misalnya berkata: Apabila seorang hamba telah bersunyi dengan dirinya, berhentilah perjalanan indera lahir, dan bangunlah indera batin. Maka teruskanlah zikir dengan hati, sebut dan ingatlah dia dan jangan lepaskan. Dan ketika itu ia tidak menerima kabar dari dirinya atau dari alam, karena tidak ada lagi yang menguasai batin, selain yang Maha Kuasa. Semua itu menurutnya merupakan pintu mujahadah. Waktu itu terbukalah mata hati, dan sangguplah seseorang melihat... terbukalah Malaikat langit dan bumi, *arasy* dan kursi, Luh dan Qalam. Dengan cara mujahadah seperti itu tersingkaplah hijab yang memisahkan antara Khalik dan makhluk, sehingga terungkaplah apa yang menjadi rahasia yang berada di balik alam nyata ini. Indera batin dan indera lahir mengambil peranan penting dalam hal ini, dan akibatnya ilmu-ilmu yang selama ini bersifat samar-samar dan berdasarkan pengalaman saja berubah menjadi suatu kenyataan, bahkan ilmu-ilmu tersebut dapat disusun menjadi suatu buku-buku yang menjadi pegangan bagi penganut tasawuf berikutnya.

⁹ Abdul Malik Karim Amirullah..., h. 22 ia juga menjelaskan bahwa Seorang hamba rakyat akan sangat gembira kalau dia dapat berkenalan dengan wazir, kegembiraan itu naik berlipat ganda kalau dia dapat berkenalan dengan raja. Tentu saja berkenalan

Konsep kebahagiaan al-Ghazali secara garis besar bergantung pada tiga hal, yaitu kekuatan amarah, kekuatan syahwat dan kekuatan ilmu. Ketiganya harus ada pada posisi dan porsi seimbang, jangan berlebih-lebihan menurut kekuatan amarah, yang menyebabkan mempermudah yang sukar dan membawanya pada penyesalan. Jangan pula berlebih-lebihan pada kekuatan syahwat, sehingga membawa pada jati diri yang paradox dan membawa kesia-siaan. Yang dibutuhkan adalah keseimbangan antara kekuatan syahwat, dan marah, bila ini terjadi luruslah jalan menuju Tuhan. Maka sangat perlunya manusia berjalan di tengah-tengah di antara tiga kekuatan itu. Jangan berlebih-lebihan menurutkan kekuatan marah, yang menyebabkan mempermudah yang sukar dan membawanya kepada binasa. Jangan pula berlebih-lebihan pada kekuatan syahwat, sehingga menjadi seorang yang *humuq* (pandir), yang membawa kerusakan pula. Maka jika kekuatan syahwat dan marah itu ditimbang baik-baik dan diletakkan di tengah-tengah luruslah perjalanannya menuju petunjuk Tuhan. Demikianlah pula dari hal marah. Kalau kemarahan itu berlebihan dari yang mesti, hilanglah diri dari perasaan cemburu dan hilang pula perasaan bertanggung jawab atas agama dan keperluan hidup atas dunia. Tetapi

dengan Allah, adalah puncak dari segala macam kegembiraan, lebih dari apa yang dapat dikira-kirakan oleh manusia, sebab tidak ada yang maujud ini yang lebih dari kemuliaan Allah. Bukanlah segala kemuliaan alam itu hanya sebagian dari anugerah Allah? Bukanlah segala macam keganjilan dalam alam itu hanya sebagian yang sangat kecil dari keganjilan Maha Kuasa Allah? Oleh sebab itu tidaklah ada satu ma'rifat yang lebih lezat dari pada *ma'rifatullah*. Tidak ada pula suatu pandangan yang lebih indah dari pandangan Allah. Sebab segala kelezatan dan kegembiraan dan kesenangan dan suka cita yang ada di atas dunia ini, semuanya hanya takluk kepada pertimbangan nafsu, timbul sebab pertimbangan nafsu dan semuanya akan berhenti perjalanannya apabila telah sampai ke batas, yaitu kematian. Tetapi kelezatan *ma'rifatullah* bukan bertakluk dengan nafsu, ia bertakluk dengan hati. Maka perasaan hati tidak berhenti, sehingga mati. Hati nurani itu tidak rusak lantaran perpindahan hidup dari fana kepada baka. Bahkan bila tubuh kasar ini mati, bertambah bersihlah ma'rifat itu, karena tidak ada penggggunya lagi, sebab kekuasaan iblis, hawa dan nafsu tidak sampai ke sana. Hati nurani itu telah keluar dari alam yang sempit, masuk ke daerah alam yang luas, keluar dari gelap gulita menuju terang benderang.

kalau marah terletak di tengah-tengah, timbullah kesabaran, keberanian dalam perkara yang memerlukan keberanian, dan segala pekerjaan dapatlah dikerjakan menurut hikmat.

Demikian pula hanya dengan syahwat, kalau syahwat itu bertambah-tambah, terjadilah *fasiq* (melanggar perintah Allah). Kalau syahwat kurang terjadilah kelemahan hati dan pemalas. Kalau syahwat berjalan di tengah-tengah, timbullah *Iffah* artinya dapat memerintah diri sendiri, dan *qanaah*, yaitu cukup dengan apa yang ada serta tidak berhenti berusaha. Kata beliau, “Di dalam batin engkau ada terkumpul beberapa sifat yang ganjil, serta kebinatangan, sifat keganasan dan sifat malaikat. Tetapi dirimu yang sejati ialah nyawamu, rohmu. Hendaklah engkau tahu bahwa sifat-sifat yang tersebut tadi bukan kejadian yang asli dari jiwamu, dia hanya sifat-sifat yang mendatang kemudian. Sebab itu hendaklah engkau perhatikan baik-baik dan ketahui pula makanan apakah yang setuju dengan sifat-sifat tadi, untuk mencapai bahagia. Kebahagiaan sifat kebinatangan ialah makan, minum, tidur dan sebagainya. Kalau engkau dimasuki oleh sifat kebinatangan itu lebih dari pada ukuran yang mesti, tentu engkau hanya bersungguh-sungguh memikirkan makan, dan minum saja.”¹⁰

Deskripsi di atas adalah kajian tentang definisi kebahagiaan dilihat dari sudut pandang religiusitas berikut ini akan dikaji definisi kebahagiaan dengan sudut pandang yang berbeda, yaitu dengan paradigma filosofis yang menyajikan pemikiran dari Puspoprojo, Aristoteles yang mewakili filsafat klasik dan Louis O. Kattsoff.

Kebahagiaan dalam perspektif Puspoprojo adalah keinginan yang terpuaskan karena disadari memiliki sesuatu yang baik secara lebih spesifik ia memfokuskan pendapatnya pada konsep seseorang dapat merasa puas dan pasti mampu membatasi keinginan-keinginannya dengan membuat kompromi yang bijaksana,¹¹ tetapi ada satu hal penting yang menurutnya

¹⁰ *Ibid.*, h. 23-24

¹¹ Puspoprojo, *Filsafat Moral; Kesusilaan Dalam Teori dan Praktek*, Pustaka Grafika,

perlu diberi perhatian khusus adalah bahwa kepuasan jasmani semata bukanlah kebahagiaan. Sebenarnya hanya makhluk yang berakal budi saja yang benar-benar dapat bahagia. Sebab hanya merekalah yang dapat merenungkan keadaannya, menyadari, serta mengerti kepuasan yang mereka alami. Kebahagiaan adalah keadaan subjektif yang menyebabkan seseorang merasa dalam dirinya ada kepuasan keinginannya dan menyadari dirinya memiliki sesuatu yang baik. Keadaan semacam itu hanya ada dalam sesuatu yang mampu merenungkan dirinya dan sadar akan dirinya, yaitu makhluk yang berakal budi.

Kebahagiaan tidaklah sama dengan kegembiraan atau kesenangan. Kebahagiaan adalah suatu keadaan yang berlangsung (*a lasting condition*) dan bukanlah suatu perasaan atau emosi yang berlalu. Secara umum boleh jadi seseorang merasa bahagia meskipun ia sedang menderita kesedihan, demikian pula seseorang yang mengalami ketidakhahagiaan yang kronis juga bisa mengenal saat-saat gembira. Juga kebahagiaan bukanlah suatu disposisi atau sikap jiwa yang riang gembira, meskipun tidak disangkal bahwa hal-hal tersebut bisa menolong ke arah kebahagiaan. Sebab sebagian orang dapat memiliki perilaku demikian meskipun dalam menghadapi kekecewaan.

Seseorang itu merasa bahagia dengan sempurna karena ia secara utuh memiliki yang baik dan sempurna. Kebahagiaan sempurna itu datang dan sepenuhnya memuaskan segala keinginan kita, sedangkan kebahagiaan disebut tidak sempurna apabila tidak memuaskan semua keinginan kita atau, andaikata dapat memuaskan semua keinginan, tetapi tidaklah memuaskan keinginan dengan sepenuhnya. Guna menghindari kekacauan, hendaknya diperhatikan dengan sungguh-sungguh di sini bahwa filsafat moral memandang kebahagiaan kodrati saja (*natural happiness*). Kebahagiaan kodrati adalah pemuasan segala hasrat yang termasuk dan muncul dari kodrat telanjang manusia (*man's bare nature*). Aristoteles berpendapat

bahwa kebahagiaan bukanlah suatu perolehan untuk manusia dan corak bahagia itu lain-lain dari berbagai ragam, menurut corak dan ragam orang yang mencarinya. Kadang-kadang sesuatu yang dipandang bahagia oleh seseorang, tidak demikian oleh orang lain, sebab kebahagiaan merupakan suatu kesenangan yang dicapai oleh setiap orang menurut kehendak masing-masing. Ia juga berpendapat bahwa bahagia itu bukan mempunyai arti dari satu kejadian, melainkan berlainan coraknya menurut tujuan masing-masing manusia. Bahagia adalah tujuan akhir tiap-tiap manusia.¹²

Pendapat Aristoteles ini akan semakin beda apabila dipadukan dengan pendapat Hendrik Ibsen,¹³ yang secara mendasar ia frustrasi dan kecewa dengan realitas bahagia ini. Hendrik berpendapat bahwa mencari bahagia itu hanya menghabiskan umur, karena jalan untuk menempuhnya sangat tertutup. Setiap usaha untuk melangkah ke sana senantiasa memperoleh kecewa, karena mula-mula orang yang menujunya menyangka bahwa perjalanan telah dekat, tetapi secara nyata sangat jauh. Menurutny, manusia belum pernah mencapai bahagia sebab setiap jalan yang ditempuh menjauhkan jalan manusia kepadanya. Pendapat Hendrik Ibsen ini kontraproduktif dengan Leo Tolstoy¹⁴ secara mendasar ia berargumen bahwa yang menjadi sebab manusia putus asa di dalam mencari bahagia ialah karena bahagia itu diambilnya untuk dirinya sendiri bukan untuk bersama. Padahal segala bahagia yang diborong untuk sendiri itu mustahil berhasil karena bahagia semacam itu selalu mengganggu kebahagiaan orang lain. Orang lain yang terganggu akhirnya responsif jika ia tersinggung

¹²Kajian tentang pemikiran Aristoteles bisa dilihat dalam Diane Colline, *Lima Puluh Filosof Dunia Yang Menggerakkan*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2001), Ali Mudhofir, *Kamus Filsafat Barat*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001) dan Ahmad Syadali, *Filsafat Umum Untuk Fakultas Tarbiyah dan Ushuluddin Komponen MKDK*, (Bandung: Pustaka Setia, 1997).

¹³Wacana Hendrick Igsen lebih lanjut lihat Ahmad Tafsir, *Filsafat Umum; Akal dan Hati Sejak Thales Sampai Capra*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2001), h. 145

¹⁴Harry Hamesma, *Tokoh-tokoh Filsafat Barat Modern*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1992), h. 30

dan berusaha mempertahankan diri oleh sebab itu bukan lagi menuntut bahagia memberi keuntungan, tetapi memberi kerugian bersama, pendapat Tolstoy ini mendapat pengakuan dari Bertrand Russel¹⁵ dan George Bernard Shaw.¹⁶

Louis O.Kattsoff mengkaji kebahagiaan ini dikorelasikan dengan etika. Diawal kajiannya ia memperkenalkan istilah teknik. Suatu ajaran yang mendasarkan diri pada suatu tujuan terakhir dinamakan ajaran teologis, sedangkan sebuah teori yang mengajarkan bahwa perbuatan perbuatan kesusilaan berusaha mencari serta menemukan kebahagiaan atau kenikmatan dikatakan bersifat teologis. Yang namanya tujuan dapat berupa apa saja. Tujuan dapat pula dimisalkan berupa keselamatan abadi dan suatu teori yang memberi titik berat pada kenikmatan atau kebahagiaan dikatakan bersifat hedonistic.¹⁷ Hedonisme adalah suatu teori yang mengatakan bahwa kenikmatan atau akibat-akibat yang nikmat dalam dirinya sudah mengandung kebaikan. Dalam usaha memilah-milah berbagai corak hedonisme menurutnya perlu secara hati-hati dibedakan antara teori yang mengatakan bahwa manusia dalam kenyataannya mencari kenikmatan (Hedonisme Psikologis) dengan prinsip yang mengatakan bahwa manusia

¹⁵ Ahmad Hanafi, *Ikhtisar Sejarah Filsafat Barat*, (Jakarta: Pustaka al-Husna, 1981), h. 98.

¹⁶ Harun Hadiwiyono, *Sari Sejarah Filsafat Barat 2*, (Yogyakarta: Kanisius, 1988), h. 120.

¹⁷ Hedonisme adalah salah satu teori etika yang paling tua, paling sederhana, paling kebenda-bendaan, dan dari abad ke abad selalu kita temukan kembali. Dan banyak yang belum pernah dengan sadar merumuskan filsafat hidup untuk diri mereka sendiri, hidup mengikuti prinsip aliran ini. Untuk aliran ini kesenangan (kenikmatan) adalah tujuan akhir hidup dan yang baik yang tertinggi. Kaum hedonis modern memilih kata kebahagiaan untuk kesenangan. Maka hendaknya kita berhati-hati dalam membaca buku-buku mereka sebab bila bicara tentang kebahagiaan, mereka betul-betul hanya memaksudkan kesukaan hidup ini saja. Hedonisme pertama-tama dirumuskan oleh Aristippus. Salah menafsirkan ajaran gurunya, yakni Socrates, yang berkata bahwa tujuan hidup adalah kebahagiaan, Aristippus menyamakan kebahagiaan dengan kesenangan. Menurut dia kesenangan itu berkat gerakan yang lemah gemulai, sedang rasa sakit berkat gerakan kasar. Kesenangan intelektual mungkin lebih tinggi, tetapi kesenangan panca indera lebih dalam (lebih intensif).

seharusnya mencari kenikmatan (Hedonisme Etnis), juga orang mungkin berpendirian seharusnya yang kita usahakan ialah kebahagiaan yang sebesar-besarnya bagi diri sendiri (Hedonisme Egoistik) atau dengan pandangan yang mengatakan bahwa satu-satunya prinsip kesusilaan ialah kebahagiaan yang sebesar mungkin bagi seluruh manusia (Hedonisme Utilitarianisme atau Altruistis).¹⁸

Kebahagiaan Adalah Tujuan Utama Setiap Orang

Kebahagiaan adalah motif terdasar dari segala sesuatu yang kita kerjakan. Setiap perbuatan kita digerakkan oleh keinginan. Pemuasan keinginan tersebut dituju atau dikehendaki paling sedikit sebagai suatu unsur dalam keseluruhan kebahagiaan kita. Sering kita harus mengorbankan beberapa hal yang baik untuk hal-hal yang baik lainnya. Bisa juga kita keliru memilih sesuatu yang nampaknya baik, dan tidak memilih sesuatu yang sebenarnya baik. Bisa juga kita, seperti orang yang tidak sehat akal nya, memilih suatu kesenangan yang sementara sifatnya pada saat sekarang ini dari pada memilih kebahagiaan yang lebih besar di hari nanti. Tetapi semua ini kita kerjakan untuk kebahagiaan. Ini hanya menunjukkan, bahwa kita bukannya tidak menghendaki kebahagiaan, tetapi justru menunjukkan bahwa kita sangat menghendaki kebahagiaan tersebut, sehingga kita tidak dapat menanti lebih lama lagi. Maka kita berusaha cepat-cepat merenggut bentuk-bentuk potongannya, bentuk tidak sempurnanya yang memikat demikian hebat terhadap panca indera kita.

Tidak perlulah kita dengan secara eksplisit memikirkan tentang kebahagiaan dalam segala hal yang kita kerjakan. Kita tidak perlu lebih dulu berhenti pada setiap perbuatan dan berkata kepada diri kita sendiri, “ini saya kerjakan supaya saya bahagia”. Kadang-kadang, bila kita merenungkan tentang maksud hidup, kita bisa secara eksplisit membuat dan memerintah

¹⁸ Louis O. Kattsoff, *Pengantar Filsafat*, terj. Soejono Soemargono, (Yogyakarta: Tiara Wacana 1996), h. 56.

perbuatan-perbuatan kita selanjutnya, tetapi juga mereka yang tidak pernah memikirkan tentang arti dan maksud hidup, tetap berbuat secara implisit demi kebahagiaan.

Sejak zaman dahulu sampai sekarang, kebahagiaan itu selalu didamba dan dicari oleh setiap insan. Rupanya terlalu sulit untuk mendapatkannya bahkan untuk menentukan apa yang dimaksud dengan bahagia itu yang dalam bahasa Arab disebut *as sa'adah*, dalam bahasa Inggris disebut *happiness*, tidaklah mudah. Tiap orang mungkin mempunyai batasan sendiri, sehingga sukar menentukannya secara pasti. Berbagai kontradiksi tampak dalam kenyataan sehari-hari, misalnya ada pendapat yang mengatakan bahwa harta kekayaan membawa seseorang kepada kebahagiaan, namun sebaliknya sering terjadi, justru harta itu yang menghilangkan kebahagiaan. Tidak jarang kita menemukan orang yang ketika dalam kemiskinan hidupnya tampak tenang, tidak cecok dengan keluarga, hidupnya rukun, baik dalam rumah tangga maupun dengan tetangga, saudara, kerabat dan teman-temannya. Tetapi setelah rizkinya bertambah, fasilitas hidup semakin cukup bahkan melebihi kebutuhan, ketenangan mulai sirna dari keluarganya, suami istri mulai cecok, kerukunan dalam pergaulan hilang berganti dengan salah paham, kurang serasi, yang menjurus ke suasana berantakan.

Jadi kekayaan itu tidak dapat dijadikan ukuran untuk mencapai kebahagiaan. Artinya harta dapat membantu orang untuk mencapai kebahagiaan, tetapi harta juga dapat mendatangkan kesengsaraan dan kepedihan hidup. Dengan sendirinya tentu ada syarat lain yang memungkinkan agar harta itu dapat membawa kita kepada hidup bahagia. Kekuasaan, pangkat dan kedudukanpun demikian. Artinya kekuasaan, pangkat dan kedudukan itu tidak menjadi jaminan bagi kebahagiaan. Bahkan kadang-kadang justru menyebabkan hilangnya kebahagiaan. Kalau tidak pandai mengendalikan diri, anak dan istri, sanak keluarga dan teman karib yang dulu sangat disayangi, dapat berubah menjadi musuh atau

sasaran kemarahan, bahkan tidak jarang orang mengorbankan teman baiknya demi untuk mencapai kedudukan bagi dirinya. Fitnah, hasutan dan kedengkian sering digunakan orang untuk mencapai tujuannya. Dalam hal seperti itu pastilah kekuasaan, pangkat dan kedudukan itu tidak akan membawanya kepada kebahagiaan, baik untuk dirinya sendiri, apalagi bagi orang lain, terutama terhadap orang-orang yang merasa dijadikan alat untuk mencapai kedudukannya itu. Kepandaian dan ilmu pengetahuan dapat mempermudah hidup. Banyak kesenangan dan fasilitas hidup dicapai dengan bertambah majunya ilmu pengetahuan. Kita semua dapat merasakannya dengan ilmu pengetahuan hidup bertambah mudah dan enak, tetapi kemudahan dan kesenangan lahiriah belum tentu membahagiakan.

Kita ambil sebuah contoh, misalnya anak. Orang yang tidak punya anak merasa sedih, kecil hati, tidak bahagia, dan takut jangan-jangan hubungan keluarga akan mudah retak kalau tidak ada anak. Sebaliknya kita pun melihat, banyak sekali orang tua yang menderita justru karena punya anak. Ada yang disebabkan oleh karena anaknya nakal, ada pula karena anaknya tidak menghargai dan menyantuninya, sehingga hari tua dihadapinya dengan penderitaan dan penyesalan, padahal ia mempunyai anak yang berkedudukan cukup meyakinkan.

Ada orang tua yang berpendapat bahwa umur muda itu umur yang paling enak, karena badan kuat, tenaga cukup, kesempatan untuk bersenang-senang banyak, akan tetapi tidak semua anak muda merasa bahagia dalam hidupnya, bahkan banyak yang merasa sengsara, sedih, hilang semangat, tidak ada kegairahan dalam menghadapi hari depannya. Lalu meraka menjadi pemalas, pengelamun, atau berontak menjadi nakal, mengisap ganja, menyalahgunakan narkotika dan obat-obatan terlarang lainnya dan sebagainya.

Jadi, semua yang bersifat lahiriah, baik harta, pangkat, kekuasaan, ilmu pengetahuan, umur muda dan sebagainya tidak langsung membawa kita ke kebahagiaan. Semuanya itu hanya sebagai pembantu. Kalau begitu,

dimana letak kebahagiaan itu? Tidak mudah menentukannya, karena sulitnya membuat definisi yang tepat mengenai perkataan bahagia, banyak orang yang menjadi putus asa karenanya, sehingga tidak sedikit orang yang mencoba lari dari kenyataan hidup duniawi ini.

Penyebab Hilangnya Kebahagiaan

Ada empat (4) hal pokok yang menurut Zakiyah Daradjat berperan penting dalam menghancurkan eksistensi kebahagiaan. Keempat hal pokok tersebut adalah iri, dendam, cemas, dan stress.¹⁹

Iri Hati

Iri merupakan salah satu sikap yang perlu diwaspadai. Berapa banyak orang bersaudara jadi bermusuhan, saling mendendam, dan membenci, hanya karena iri kepada saudaranya yang lebih mendapat kesayangan orang tua. Tidak sedikit persaudaraan menjadi putus karena penyakit iri mulai menjalar ke hati salah satu dari keduanya. Bahkan tidak jarang orang tua iri terhadap anaknya yang dulu disayanginya. Begitu pula dalam masalah pekerjaan, karena iri timbul adu domba dan fitnah.

Penyakit iri sangat berbahaya dan sukar diobati dengan terapi biasa. Penyakit itu banyak merusak, mengganggu dan menghilangkan kebahagiaan hidup, bahkan menyebabkan persengketaan, permusuhan, penipuan, dan lebih jauh lagi dapat menyebabkan timbulnya perang dan malapetaka dalam masyarakat. Secara sederhana para ahli jiwa berpendapat bahwa selama rasa iri bersarang di hati seseorang, selama itu pula ia tidak akan mencapai rasa bahagia dalam hidupnya. Timbul pertanyaan, mengapa ada penyakit iri tersebut? Salah satu penyebab datangnya rasa iri itu adalah faktor kejiwaan. Jika kita

¹⁹Zakiyah Daradjat, *Kebahagiaan Rohani*, Jakarta, 1993, h. 12

berbicara tentang anak-anak dalam satu keluarga saling iri satu sama lain, biasanya disebabkan oleh karena tidak samanya keadaan atau fasilitas yang diterima oleh masing-masing anak. Apabila orang tua tidak adil dalam memperlakukan anak-anaknya, pada umumnya anak yang merasa dirugikan atau kurang mendapat perhatian akan merasa iri kepada saudaranya yang lebih mendapat perhatian. Rasa iri yang mulanya kecil akan dapat tumbuh menjadi besar, bahkan mungkin sampai menyebabkan pembunuhan terhadap orang yang sangat disayangi oleh orang tuanya, atau menimbulkan kebencian dan permusuhan antara satu sama lain, yang berlanjut sampai dewasa, bahkan sampai tua.

Ada pula terjadi iri karena ketidakpuasan terhadap diri yang kadang disertai oleh rasa rendah diri. Hal seperti itu terjadi misalnya, karena yang diinginkan tidak tercapai, maka orang yang mendapatkannya menjadi sasaran iri hatinya. Boleh jadi orang tersebut saudaranya, kerabatnya, temannya atau boleh jadi orang lain yang tidak ada hubungan dengan dia sama sekali.

Boleh jadi juga, penyebabnya adalah persaingan hebat dalam mencapai sesuatu. Mungkin yang dikejar itu baik, akan tetapi karena orang lain yang lebih dulu menemukannya, maka lawan bersaing tadi dijadikan musuh. Oleh karena itulah maka persaingan yang tidak sehat dapat beralih menjadi lawan atau musuh yang perlu disingkirkan. Dalam dunia percintaan dan dalam perusahaan tidak urung hal demikian sering terjadi. Begitu besar akibat dan bahaya yang didatangkan oleh penyakit iri tersebut. Oleh karena itu orang selalu mencari jalan bagaimana supaya rasa iri dapat dibuang atau dikendalikan. Memang jalan untuk menyembuhkan penyakit iri itu tidak mudah, karena sejak adanya manusia telah diketahui adanya penyakit itu. Namun sampai sekarang penyakit itu masih merajalela.

Di sinilah letak pentingnya beragama secara sadar, serta agama yang diyakini betul-betul, dihayati sungguh-sungguh lalu diamalkan secara teratur dan tepat. Agama Islam sungguh luas menyangkut segala segi kehidupan, bertautan erat dengan semua aspek kehidupan. Baik yang menyangkut hubungan manusia dengan Tuhan, *hablun minallah*, yang pelaksanaannya tampak dalam ketaatan beribadah. Begitu pula yang menyangkut keimanan yang memantul pada sikap dan tingkahlaku dalam menghadapi apa saja. Di samping itu ada ajaran yang menyangkut hubungan sesama manusia, alam dan makhluk Tuhan lainnya, *hablun minannas*. Jika segala sesuatu dapat diletakkan pada tempatnya, maka kekecewaan, kekurangan atau kegagalan dapat dihadapi dengan tenang, dan ingat manusia hanya merencanakan, keputusan di tangan Allah Swt. Jika sesuatu yang diinginkan itu tidak tercapai, terimalah dengan hati tenang dan terbuka, serta kembalikan kepada Allah Swt. Bila sesuatu itu diterima dengan tawakal, maka kekecewaan itu tidak akan berkembang menjadi tekanan perasaan dan rasa rendah diri. Dengan demikian, kemampuan untuk berpikir yang objektif dapat dipertahankan.

Dengan adanya hati yang tenang, leganya perasaan, akan mudahlah kita menghindarkan rasa iri. Dengan terhindarnya kita dari rasa iri, semuanya akan tampak menyenangkan. Orang yang cerdas, pandai dan cekatan akan dapat dijadikan pendorong untuk berbuat dan tempat bertanya, jika diperlukan orang lain dapat dijadikan pembantu dalam menenangkan kegelisahan dan menghilangkan rasa iri.

Iri adalah suatu sifat yang membahayakan kehidupan. Orang yang mempunyai sifat iri, tidak mungkin merasa bahagia, bahkan dikatakan oleh ahli jiwa, selama rasa iri itu bersemayam dalam hati seseorang, selama itu pula ia tidak akan pernah mengecap rasa bahagia. Orang yang iri merasa tersiksa dan menderita melihat orang lain senang atau mendapat keuntungan. Sebaliknya, merasa gembira, tentulah gembira

yang semu, apabila orang lain susah atau menderita. Tentu saja ia tidak akan mampu membuat semua orang susah atau menderita. Iri adalah penyakit atau gangguan kejiwaan, yang tumbuh akibat pengalaman hidup sejak kecil. Mungkin yang bersangkutan tidak menyadari bahwa ia iri, karena iri itu menyelinap dalam pribadinya. Hanya bekasnya saja yang tampak dari luar. Bekas tersebut akan terlihat dari sikap, ucapan dan tindakan dalam pergaulan. Misalnya ia akan benci kepada orang yang tampaknya senang, ia akan selalu mengkritik dan mencari-cari kekurangan dan kesalahan orang lain. Bahkan kadang-kadang penilaiannya yang negatif kepada seseorang disebarkan, sehingga berkembanglah pandangan negatif, yang sekarang populer dengan istilah isu terhadap orang yang menjadi sasaran irinya.

Sifat iri benar-benar sangat berbahaya, karena kadang-kadang orang yang dihindari penyakit itu tidak mampu mengendalikan dirinya, sehingga segala perbuatan, sikap dan tindakannya merupakan pantulan dari usaha untuk menyusahkan orang lain, rasa kasih sayang yang wajar tidak ada lagi dalam hatinya. Jika masih ada juga kasih sayang, hanyalah kasih sayang yang berkaitan dengan memenuhi kebutuhan dan keinginannya. Orang yang iri tidak mengenal balas jasa, karena ia tidak mampu menilai jasa orang. Jika kebutuhannya telah terpenuhi ia lupa akan pertolongan orang lain. Berbagai macam akibat dapat terjadi pada orang iri. Kesehatan terganggu, nafsu makan berkurang, tidur tidak pernah nyenyak dan dalam pergaulan ia dijauhi orang.

Dendam

Dendam adalah semacam emosi tidak menyenangkan, yang berawal dari sakit hati. Dendam dapat mempengaruhi sikap, tingkah laku dan cara menghadapi orang. Dendam itu dapat terjadi pada siapa saja, pada anak-anak, remaja, orang dewasa dan orang

lanjut usia sekalipun. Pada anak rasa dendam itu sederhana dan bersifat dangkal, mudah terungkap dalam bentuk tingkah laku dan tindakan lahir. Misalnya seorang anak yang merasa sakit hati kepada saudaranya, maka ia akan memendam rasa dendam, dimana setiap bertemu benda milik saudaranya itu dirusak atau dibuangnya. Ada pula anak yang menekan rasa dendamnya sampai tidak kelihatan keluar. Keadaan ini akan menimbulkan bahaya lebih besar, karena dari tekanan perasaan yang ditumpuk sedikit demi sedikit sejak kecil itu akan dapat membentuk kelainan atau gangguan kejiwaan yang akan mempengaruhi kesehatan jasmani dan rohaninya. Dan dapat pula menyebabkan pembentukan kepribadiannya tidak stabil, sehingga dikemudian hari ia menjadi keras kepala, tidak dapat bergaul dengan baik, dan tidak sayang kepada orang tua, saudara dan orang-orang yang seharusnya disayangnya.

Gejala dendam pada remaja mengambil bermacam bentuk kenakalan, misalnya melakukan sesuatu yang dilarang oleh orang tua, atau berbuat sesuatu yang menyebabkan orang tua mendapat malu. Umpamanya orang tuanya kaya, dia berpakaian compang camping, orang tuanya alim ia tidak sembahyang dan meremehkan agama, bapaknya seorang terpelajar, dia tidak mau sekolah dan lain sebagainya. Dendam pada orang dewasa seringkali diungkapkan dalam bentuk terselubung dan lebih memilih bentuk yang seolah-olah baik atau tampaknya baik, misalnya berpura-pura memberi yang merusak atau membahayakan, memfitnah, mengadu domba, meracun dan sebagainya.

Boleh jadi dendam orang dewasa diungkapkan dengan mengambil sasaran yang tidak langsung kepada yang bersangkutan, akan tetapi kepada orang-orang yang ada hubungan dengan sasaran asli, misalnya keluarga, lingkungan kelompoknya, bahkan kadang-kadang sampai kepada masyarakat, suku bangsa atau bahkan bangsanya. Salah

satu penyebab terjadinya dendam adalah karena kekecewaan yang disebabkan oleh orang lain. Misalnya tidak mendapat kasih sayang, perlakuan tidak adil, sering merasa terancam, tidak aman, merasa diremehkan, dihina dan tidak dihargai, dirugikan, dihambat dan sebagainya.

Cemas

Dalam kehidupan sehari-hari, kata cemas sering digunakan pengganti kata takut dalam arti khusus, yaitu takut akan hal yang objeknya kurang jelas. Akan tetapi dalam arti kejiwaan atau psikis, cemas mempunyai pengertian yang berkaitan dengan penyakit dan gangguan kejiwaan atau keadaan perasaan yang campur baur terutama dalam kondisi tertekan (frustasi) dan konflik.

Gejala cemas ada yang disadari dan ada pula yang tidak disadari. Yang disadari misalnya takut, ngeri, atau merasa lemah tidak berdaya, merasa salah atau dosa, dan merasa terancam. Di samping perasaan-perasaan yang disadari itu, cemas menyangkut pula proses kejiwaan yang kompleks dan campur baur yang bekerja dalam jiwa tanpa disadari, sehingga misalnya takut, akan tetapi tidak mengerti mengapa ia takut dan tidak tahu apa yang mendorongnya kepada rasa takut yang tidak menentu itu.

Sebenarnya cemas yang mengganggu dan membahayakan hidup itu banyak gejala dan tandanya, ada yang menyangkut fisik jasmani, ada pula gejala psikis rohaniyah. Gejala fisik jasmaniah antara lain tangan dan kaki terasa dingin, keringat berpercikan, gangguan perut, debaran jantung, tidur tidak nyenyak selalu merasa ada gangguan, kepala sakit atau pusing, hilang nafsu makan, dan pernafasan terganggu. Sedangkan gejala psikis rohaniyah antara lain takut yang berlebihan, menyangka akan terjadi bahaya atau musibah, tidak mampu memusatkan perhatian, selalu merasa akan hancur,

lemah dan selalu murung (sedih), kurang kepercayaan diri, tidak ada ketenangan jiwa, ingin lari dari kenyataan, atau takut menghadapi hidup.

Penutup

Sebagai penutup, terakhir dari penyakit itu adalah stress. Modernitas memunculkan logika, semakin maju ilmu pengetahuan dan teknologi, semakin banyak tuntutan kehidupan, semakin meningkat perlombaan dan persaingan dalam mencapai keperluan hidup. Sikap manusia semakin berubah menjadi condong kepada materi dan mencari kesenangan lahir yang biasanya bersifat sementara. Hal-hal maknawi yang lebih mendalam kurang mendapat perhatian. Akibatnya banyak masalah yang timbul dan tidak teratasi. Dengan sendirinya kegoncangan jiwa dan ketegangan batin tidak dapat dielakkan. Ketidakpuasan, kekecewaan, dan tidak terpenuhinya kebutuhan pokok dalam hidup, baik kebutuhan jasmani, seperti makan, minum, seks, dan sebagainya, maupun kebutuhan kejiwaan, seperti kasih sayang, rasa aman, rasa harga diri, rasa bebas, rasa sukses, dan rasa ingin tahu, semuanya bisa mendatangkan stres.

DAFTAR PUSTAKA

- Abuddin Nata, *Ilmu Kalam, Filsafat dan Tasawuf; Dirasa Islamiyah IV*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, Jakarta, 1993).
- Ahmad Asy-Syarbashi, *Yas'alunaka; Tanya Jawab Lengkap Tentang Agama dan Kehidupan*, terj. Muhammad Attaf, (Jakarta: Lentera Basritama, Jakarta, 2001).
- Ahmad Hanafi, *Ikhtisar Sejarah Filsafat Barat*, (Jakarta: Pustaka al-Husna, 1981).
- Ahmad Syadali, *Filsafat Umum Untuk Fakultas Tarbiyah dan Ushuluddin Komponen MKDK*, (Bandung: Pustaka Setia, 1997).

- Ahmad Tafsir, *Filsafat Umum; Akal dan Hati Sejak Thales Sampai Capra*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2001).
- Diane Colline, *Lima Puluh Filosof Dunia Yang Menggerakkan*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2001). Ali Mudhofir, *Kamus Filsafat Barat*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001).
- Haji Abdul Malik Karim Amirullah, *Tasawuf Modern*, (Jakarta: Pustaka Panjimas, 2001).
- Harry Hamesma, *Tokoh-tokoh Filsafat Barat Modern*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1992).
- Harun Hadiwiyono, *Sari Sejarah Filsafat Barat 2*, (Yogyakarta: Kanisius, 1988).
- Louis O. Kattsoff, *Pengantar Filsafat*, terj. Soejono Soemargono, (Yogyakarta: Tiara Wacana 1996).
- Puspoprojo, *Filsafat Moral; Kesusilaan Dalam Teori dan Praktek*, (Bandung: Pustaka Grafika, 1999).
- Richard Carlson, *Jangan Meributkan Masalah Kecil Buat Para Remaja*, terj. Rina Buntaran, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2001).
- Zakiyah Daradjat, *Kebahagiaan Rohani*, (Jakarta, Pustaka, 1993).