

**KONSEP KEBAHAGIAAN PERSPEKTIF  
KI AGENG SURYOMENTARAM DI ERA MODERN**



**SKRIPSI**

*Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Mengikuti Seminar Skripsi  
Program Studi Akidah Dan Filsafat Islam Fakultas Ushuluddin Dan Adab  
Universitas Islam Negeri (UIN) Datokarama Palu*

**Oleh:**

**ARDI**

**NIM:21.2.06.0016**

**PROGRAM STUDI AKIDAH DAN FILSAFAT ISLAM FAKULTAS  
USHULUDDIN DAN ADAB UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
(UIN) DATOKARAMA PALU  
2025**

### PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan penuh kesadaran, penyusunan yang bertanda tangan di bawah ini, menyatakan bahwa skripsi ini benar adalah hasil karya penyusunan sendiri. Jika dikemudian hari terbukti bahwa merupakan duplikas, tiruan ,atau di Buat oleh orang lain, sebagain atau seluruhnya, maka skripsi dan gelar yang diperoleh karenanya batal demi hukum.

Palu, 21 agustus 2025  
Penyusun,



ARDI  
NIM: 21.2.060.016

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi yang berjudul "KONSEP KEBAHAGIAN PERSPEKTIF KI AGENG SURYOMENTARAM DIERA MODEREN " oleh Ardi, Nim: 21.2.06.0016 mahasiswa jurusan Aqidah dan Filsafat Islam, Fakultas Ushuluddin dan Adab, Unifersitas Islam Negeri (UIN) Datokarama Palu, setelah dengan seksama meneliti dan mengoreksi skripsi yang bersangkutan maka masing-masing pembimbing memandang bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat ilmiah dan dapat diajukan untuk seminar.

Palu, 14 Agustus 2025 M

Palu, 1446 H

Pembimbing I



Dr. Rusdin, S.Ag., M.Fil.I  
NIP.197001042000031001

Pembimbing II



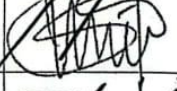
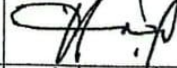
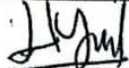
Yulian Sri Lestari, S.Psi., M.Psi  
NIP.199407092020122006

### PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi saudara ARDI NIM. 21.2.06.0016 dengan judul “Konsep Kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram Di Era Modern”, yang telah di ujikan di depan dewan penguji Fakultas Ushuluddin dan Adab, Universitas Islam Negeri (UIN) Datokarama Palu pada tanggal 25 Agustus 2025 yang bertepatan dengan tanggal 1 Rabi’ul Awal 1447 H. Dipandang bahwa skripsi tersebut telah memenuhi kriteria penulisan karya ilmiah yang dapat diterima sebagai persyaratan guna memperoleh Gelar Sarjana Agama S.Ag Jurusan Aqidah Dan Filsafat Islam dengan beberapa perbaikan.

Palu 25 Agustus 2025  
1 Rabi’ul Awal 1447 H

### DEWAN PENGUJI

| Jabatan       | Nama                               | Tanda Tangan                                                                          |
|---------------|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| Ketua         | Isnan Hidayatullah, S.Th.I., M.S.I |   |
| Penguji I     | Dr. H. Sidik, M.Ag                 |   |
| Penguji II    | Dra. Surni Kadir, M.Pd.I           |  |
| Pembimbing I  | Dr. Rusdin, M.Fil.I                |  |
| Pembimbing II | Yulian Sri Lestari, S.Psi, M.Psi   |  |

### Mengetahui:

Dekan  
Fakultas Ushuluddin dan Adab

  
Dr. H. Sidik, M.Ag  
NIP. 196406161997031002

Ketua Jurusan  
Aqidah Dan Filsafat Islam

  
Dr. Kamridah, S.Ag., M.Th.I  
NIP. 197608062007012024

## PEDOMAN TRANSLASI ARAB-LATIN

### 1. Konsonan

Daftar huruf bahasa Arab dan transliterasinya ke dalam huruf latin dapat dilihat sebagai berikut:

| Arab | Latin | Arab | Latin | Arab | Latin  |
|------|-------|------|-------|------|--------|
| ا    | Alif  | ز    | Zai   | ق    | Qaf    |
| ب    | Ba'   | س    | Sin   | ك    | Kaf    |
| ت    | Ta'   | ش    | Syin  | ل    | Lam    |
| ث    | Sa'   | ص    | Sad   | م    | Min    |
| ج    | Jim   | ض    | Dad   | ن    | Nun    |
| ح    | Ha    | ط    | Ta'   | و    | Wau'   |
| خ    | Kha'  | ظ    | Za'   | ه    | Ha'    |
| د    | Dal   | ع    | 'Ain  | ء    | Hamzah |
| ذ    | Zal   | غ    | Gain  | ي    | Ya'    |
| ر    | Ra'   | ف    | Fa    |      |        |

### 2. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri atas vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong. Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

| Huruf Arab | Nama   | Huruf Latin | Nama |
|------------|--------|-------------|------|
| ا          | Fathah | A           | A    |

|   |         |   |   |
|---|---------|---|---|
|   |         |   |   |
| ا | Kasrah  | I | I |
| و | Dhammah | U | U |

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu

| Tanda | Nama           | Huruf Latin | Nama    |
|-------|----------------|-------------|---------|
| اي    | Fathah dan ya  | Ai          | a dan i |
| او    | Fathah dan waw | Au          | A dan u |

Contoh:

كَيْفَ kaifa

هَوْلَ haula

### 3. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

| Harakat dan Huruf | Nama                    | Huruf  | Nama               |
|-------------------|-------------------------|--------|--------------------|
| أ...إ...          | Fathah dan alif atau ya | -<br>A | a dangaris di atas |
| ي                 | Kasrah dan ya           | -<br>I | i dangaris di atas |

|   |                 |        |                       |
|---|-----------------|--------|-----------------------|
| و | Dhammah dan wau | -<br>U | u dangaris<br>di atas |
|---|-----------------|--------|-----------------------|

Contoh: و

مات  
Mata

رَمَى  
Rama

قِيلَ  
Qila

يَمُوت  
Yamutu

#### 4. Ta'Marbutah

Transliterasinya menggunakan:

- Ta'Marbutahhidup, transliterasinyaadalah /t/ Contohnya: ضَرَوْ رَاْدَاتُ  
raudatu
- Ta'Marbutahmati, transliterasinyaadalah /h/ Contohnya: : ضَرَوْ رَاْدَاه  
raudah
- Ta'marbutah yang diikuti kata sandang al Contohnya: ضَرَوْ الْاَطْفَالِ  
raudah al-atfāl

#### 5. Kata Sandang

Transliterasi kata sandang dibagi menjadi dua, yaitu:

- Kata sandang syamsiyah, yaitu kata sandang yang  
ditransliterasikan sesuai dengan huruf bunyinya Contohnya: :  
الشِّفَاء asy-syifā
- Kata sandang qamariyah, yaitu kata sandang yang

ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya huruf /l/

Contohnya : : **القلم** al-qalamu

#### 6. Penulisan kata

Pada dasarnya setiap kata, baik itu *fi'il*, *isim* maupun *huruf*, ditulis terpisah, hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazimnya dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harakat yang dihilangkan maka dalam transliterasi ini penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contohnya: **وان الله خير الرازقين** (wa innallāha lahuwa khairar-rāziqīn.)

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillahillāhi rabbil ‘ālamīn, segala puji bagi Allah Subhānahu wa Ta‘ālā yang telah melimpahkan rahmat, taufik, serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “**(KONSEP KEBAHAGIAN PERSPEKTIF KI AGENG SURYOMENTARAM DI ERA MODERN**” dengan baik. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada junjungan Nabi Muhammad Ṣallallāhu ‘alaihi wa sallam, keluarga, sahabat, serta pengikut beliau hingga akhir zaman. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan jenjang Strata 1 (S1) dan memperoleh Gelar Sarjana Agama pada Jurusan Aqidah dan Filsafat Islam, Fakultas Ushuluddin dan Adab, Universitas Islam Negeri Datokarama Palu

Ucapan terima kasih yang setulus-tulusnya penulis haturkan kepada orang tua penulis, yaitu **Nuhuria , Samarung )**, yang dengan penuh cinta dan kesabaran telah merawat, mendidik, memfasilitasi pendidikan penulis, serta mengusahakan segala yang terbaik demi masa depan penulis. Doa, dukungan, dan pengorbanan yang kalian berikan menjadi sumber kekuatan yang tak ternilai hingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan berhasil tanpa adanya arahan, dukungan, dan bimbingan dari berbagai pihak yang telah membantu penulis selama proses berlangsung. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada dosen pembimbing yang dengan sabar dan penuh perhatian membimbing penulis, yaitu **Dr. Rusdin, S.Ag., M.Fil** selaku Dosen Pembimbing I, dan **Yulian Sri Lestari, S.Psi., M.Psi** selaku Dosen Pembimbing II. Terima kasih atas segala waktu, ilmu, arahan, sumbangan pemikiran, yang sangat berharga dalam penyusunan skripsi ini. Bimbingan dan perhatian yang Bapak dan Ibu berikan sangat berarti bagi penulis.

Secara khusus, penulis juga menyampaikan rasa terima kasih kepada **Istnan Hidayatullah, S.Th.I., M.S.I. , Mursyidul Haq Firmansyah, M.Phil.** dan Dr. H. Sidik., M.Ag yang meskipun bukan merupakan dosen pembimbing, namun telah memberikan arahan, saran, serta dorongan semangat yang berarti bagi penulis selama masa perkuliahan hingga proses penulisan skripsi.

Melalui kesempatan ini, penulis dengan segala kerendahan hati mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tulus kepada:

1. Prof. Dr. KH. Lukman S. Thahir, M.Ag., selaku Rektor UIN Datokarama Palu, beserta segenap unsur pimpinan, yang telah memberikan dorongan serta kebijakan yang mendukung penulis dalam berbagai hal.
2. Dr. H. Sidik, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Adab, Dr. Suraya Attamimi, S.Ag., M.Th.I., selaku Wakil Dekan I, Dr. Hj. Nurhayati A.R., S.Ag., M.Fil.I., selaku Wakil Dekan II, serta Dr. Tamrin, M.Ag., selaku Wakil Dekan III, atas segala arahan dan dukungan yang diberikan kepada penulis.
3. Dr. Kamridah, S.Ag., M.Th.I., selaku Ketua Jurusan Aqidah dan Filsafat Islam, serta Istnan Hidayatullah, S.Th.I., M.S.I., selaku Sekretaris Jurusan Aqidah dan Filsafat Islam, atas segala bimbingan, motivasi, dan dukungan yang diberikan kepada penulis.
4. Mohamad Syafri., S.Pd., M.Pd selaku Dosen Penasehat Akademik, atas keikhlasan dan kesediaannya dalam membimbing serta mengarahkan penulis selama penyusunan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ushuluddin dan Adab UIN Datokarama Palu, yang dengan penuh ketulusan dan keikhlasan telah membagikan ilmu pengetahuan serta nasihat yang sangat berharga kepada penulis selama masa perkuliahan.

6. Staf akademik Fakultas Ushuluddin dan Adab UIN Datokarama Palu, atas pelayanan yang baik dan dukungan administratif yang telah diberikan kepada penulis selama menjalani perkuliahan.
7. Kepala Perpustakaan UIN Datokarama Palu beserta seluruh jajarannya, yang telah memberikan pelayanan yang baik dan membantu kebutuhan referensi penulis selama berada di perpustakaan.
8. Terima kasih yang tulus penulis ucapkan kepada teman-teman seperjuangan angkatan 2021, terutama kepada Fitroni, Al Amri, Suci Rahmadani Miming, Nesyah S.Ag, Anifa Hakim, S.Ag., dan, yang selalu setia menemani dan memberikan semangat selama masa studi. Tak lupa juga kepada Alias Muh Dahlan, Abd Gafur, Alif Fikri, Nadira, Nur Bariroh, Aat, Ara, masdar, wahid dan orang-orang pilihan yang telah kebersamai dan berjuang bersama penulis di tahap ini. Semoga kita semua sukses dan senantiasa diberikan kemudahan dalam setiap langkah ke depan.
9. Terima kasih yang tulus penulis sampaikan kepada sahabat penulis, yaitu, Muh riand, Umar, Reski Saputri, Suci, Dan Heriani, Meskipun jarak memisahkan, semoga persahabatan ini selalu terjaga.
10. Untuk diri saya, Ardi, terima kasih atas ketekunan, kesabaran, dan semangat yang telah ditunjukkan selama menjalani proses studi dan penyusunan skripsi ini. Semoga pengalaman berharga ini menjadi bekal yang kuat untuk melangkah menuju pencapaian mimpi-mimpi selanjutnya

Terima kasih atas seluruh bantuan dari orang-orang terkasih yang turut berjasa dalam penyelesaian skripsi ini. Kepada semua pihak, penulis senantiasa mendoakan semoga segala kebaikan dan bantuan yang telah diberikan mendapatkan balasan yang berlimpah dari Allah SWT.

Palu, 21 Agustus 2025 M  
27 Dzulhijjah 1447 H

ARDI  
NIM: 21.2.060.016

## DAFTAR ISI

|                                                     |            |
|-----------------------------------------------------|------------|
| <b>HALAMAN SAMPUL .....</b>                         | <b>i</b>   |
| <b>PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....</b>            | <b>ii</b>  |
| <b>PERSETUJUAN PEMBIMBING.....</b>                  | <b>iii</b> |
| <b>PENGESAHAN PEMBIMBING.....</b>                   | <b>iv</b>  |
| <b>PEDOMAN TRANSLASI ARAB-LATIN.....</b>            | <b>v</b>   |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                          | <b>ix</b>  |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>                             | <b>xii</b> |
| <b>ABSTRAK .....</b>                                | <b>xiv</b> |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                       | <b>1</b>   |
| A. Latar Belakang Masalah .....                     | 1          |
| B. Rumusan Masalah .....                            | 8          |
| C. Tujuan dan Manfaat Penelitian .....              | 8          |
| D. Penelitian Terdahulu .....                       | 9          |
| E. Penegasan Istilah .....                          | 12         |
| F. Metode Penelitian.....                           | 16         |
| G. Sistematika Pembahasan .....                     | 19         |
| <b>BAB II KONSEP KEBAHAGIAN SECARA UMUM .....</b>   | <b>20</b>  |
| A. Pengertian Kebahagiaan.....                      | 20         |
| B. Teori-Teori Kebahagiaan Dalam Filsafat .....     | 31         |
| C. Pendekatan Penelitian .....                      | 35         |
| <b>BAB III BIOGRAFI KI AGENG SURYOMENTARAM.....</b> | <b>39</b>  |
| A. Riwayat Hidup .....                              | 39         |

|                                                                               |           |
|-------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| B. Pendidikan.....                                                            | 48        |
| C. Karya-Karya.....                                                           | 50        |
| <b>BAB IV KONSEP KEBAHAGIAN KI AGENG<br/>SURYOENTARAM DI ERA MODERN .....</b> | <b>56</b> |
| A. Ketenangan hidup.....                                                      | 56        |
| B. Gaya hidup hedonis .....                                                   | 58        |
| C. Budaya Konsumtif .....                                                     | 61        |
| D. Tekanan Media sosial.....                                                  | 64        |
| E. Materialis.....                                                            | 67        |
| F. Kesehatan Mental Dan Kebahagiaan .....                                     | 70        |
| G. Hubungan Sosial .....                                                      | 72        |
| H. Pendidikan Karakter.....                                                   | 74        |
| <b>BAB V PENUTUP .....</b>                                                    | <b>78</b> |
| A. Kesimpulan .....                                                           | 78        |
| B. Implikasi penelitian.....                                                  | 79        |

#### DAFTAR PUSTAKA

## ABSTRAK

Nama : Ardi  
Nim : 21.2.060.016  
Judul Skripsi : Konsep Kebahagiaan Perspektif Ki Ageng Suyomentaram Di Era Modern

---

Penelitian ini mengkaji konsep kebahagiaan menurut Ki Ageng Suryomentaram serta relevansinya dalam kehidupan modern. Setiap manusia mendambakan kebahagiaan, namun cara mencapainya berbeda-beda. Berbeda dengan pandangan filsafat Barat, Islam, dan psikologi, pemikiran Ki Ageng Suryomentaram berakar pada kearifan lokal Jawa dengan menekankan kesadaran diri dan pengelolaan batin. Penelitian ini menggunakan metode kepustakaan dengan pendekatan hermeneutik filosofis dan psikologi positif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebahagiaan menurut Ki Ageng Suryomentaram terletak pada ketenangan batin, bukan pencapaian lahiriah. Ajarannya meliputi *eling lan waspada* (mawas diri), *nrimo ing pandum* (ikhlas menerima), *nglegakake ati* (melapangkan hati), *ngurangi pengen* (mengurangi keinginan), serta prinsip mawas diri dan *mulur mungkret* dalam mengelola keinginan. Konsep ini relevan untuk menjawab tantangan modern seperti gaya hidup hedonis, budaya konsumtif, tekanan media sosial, dan materialisme. Dengan mengamalkan ajaran tersebut, individu dapat mencapai ketenangan batin, hidup sederhana, serta menjadi pribadi yang sabar, sadar, dan bersyukur.

This study examines Ki Ageng Suryomentaram's concept of happiness and its relevance to modern life. Every human being longs for happiness, yet the ways to achieve it vary. Unlike Western, Islamic, and psychological perspectives, Suryomentaram's thought is rooted in Javanese wisdom, emphasizing self-awareness and inner balance. Using library research with a philosophical hermeneutic and positive psychology approach, this study finds that happiness lies not in external achievements but in inner peace. His teachings include *eling lan waspada* (mindfulness), *nrimo ing pandum* (acceptance), *nglegakake ati* (broadening the heart), *ngurangi pengen* (reducing desires), along with self-reflection and *mulur mungkret* as guidance in managing human desires. These concepts are highly relevant to address modern challenges such as hedonism, consumerism, social media pressure, and materialism. By applying these values, individuals may attain tranquility, live simply, and cultivate patience, awareness, and gratitude.

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Dalam kehidupannya manusia menjalani hidup dengan caranya masing-masing dan dengan berbagai tujuan, salah satu tujuan hidup manusia adalah bagaimana mendapatkan kebahagiaan, dalam rangka mencari kebahagiaannya setiap orang memaknai kebahagiaan hidup dengan cara yang berbeda, selain itu manusia memiliki kebebasan, kesempatan dan kemampuan untuk mencari kebahagiaan tersebut, secara filsafat kata “bahagia” dapat diartikan dengan kenyamanan dan kenikmatan spiritual dengan sempurna dan rasa kepuasan, serta tidak memiliki cacat dalam pikiran sehingga merasa tenang serta damai.<sup>1</sup>

Filsafat secara umum melatih sebuah kesadaran, keinginan, keahlian sesuai dengan kedudukan sebagai makhluk hidup. Manusia adalah makhluk sosial dan makhluk Tuhan. Filsafat bertujuan. Untuk menjadikan manusia yang sosial. Manusia sosial dilihat sebagai ahli filsafat, ahli hidup serta orang bijaksana, bertujuan khusus untuk menjadikan manusia berilmu. Dalam kehidupan manusia, filsafat sangat mempunyai pengaruh besar, salah satunya dalam hal sebuah kebahagiaan. Dalam kata lain, filsafat dimaknai sebuah kebijaksanaan, dalam melihat, menilai, serta memaknai sesuatu dengan berdasarkan landasan ilmiah<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup>Aisiyah Wahyu Istiqomah dan Annisa Nur Intan, *Kawruh Begja Suryomentaram : Filosofi Hidup Bahagia di Era Milenial*, JAWI, Volume 5, No.1 (2022), 1-2.

<sup>2</sup>*Ibid.*,2

Perjalanan hidup manusia di planet bumi dihiasi dengan berbagai harapan dan cita-cita. Salah satu harapan atau cita-cita tersebut adalah bagaimana mencapai kebahagiaan. Konteks bahagia yang diharapkan dan dicita-citakan manusia berbeda-beda, dan nilai kebahagiaan bagi setiap manusia memiliki perbedaan. Hingga saat ini masih terdapat perbedaan pendapat mengenai sumber dan penyebab kebahagiaan.<sup>3</sup> Seligman berpandangan bahwa manusia memiliki potensi baik dan potensi buruk. Dimana hal ini menandakan bahwa manusia bisa menjadi baik dan bisa juga buruk. Menurutnya, rasa bahagia akan hadir saat manusia ingin mengembangkan potensi positifnya, dan rasa sakitnya akan berkurang.<sup>4</sup>

Pembahasan tentang kebahagiaan sangat menarik untuk dikaji sampai sekarang, pada zaman Yunani kuno kebahagiaan sudah ada pembahasan diantara tokohnya ialah Aristoteles, yang berpendapat bahwa kebahagiaan adalah pencapaian kebaikan sesuai dengan pandangannya tentang kemanusiaan (kesehatan, kesejahteraan, pengetahuan, persahabatan, dll.). sepanjang waktu kehidupan yang terarahkan pada kesempurnaan sifat kemanusiaan, dan pengayaan kehidupan manusia. Selain Aristoteles tokoh Yunani lainnya ialah Epicurus yang mengatakan bahwa sumber utama kebahagiaan adalah kepuasan (kata Yunani kuno untuk kepuasan adalah *hedone*). Karena kepuasan adalah kunci utama untuk meraih kebahagiaan, maka haruslah menjadi tujuan paling utama dari semua tindakan, apapun yang dilakukan harus dilakukan demi

---

<sup>3</sup> Sunedi, Sarmadi, *Psikologi Positif*, (Yogyakarta: Titah Surga, 2018), 23.

<sup>4</sup> Jusmiati, Konsep Kebahagiaan Martin Seligman: Sebuah Penelitian Awal. *Jurnal Ushuluddin*, Vol. 13 No 2 Desember 2017: 359–374

kepuasan.<sup>5</sup> Jadi kebahagiaan dari padangan kedua tokoh di atas dapat diartikan sebagai pencapaian seseorang melakukan kebaikan sesuai dengan pandangannya tentang kemanusiaan dalam rangka mencapai kepuasan dalam hidup.

Meskipun banyak tokoh yang membahas tentang kebahagiaan tetapi Definisi dari kebahagiaan masih belum “disepakati” dalam perspektif kebanyakan orang. Dinamika kebahagiaan hidup manusia tampak begitu bervariasi, beraneka ragam dan berbeda antara satu kebahagiaan dengan kebahagiaan yang lainnya.<sup>6</sup>

Kebahagiaan merupakan salah satu impian manusia, semua orang tanpa terkecuali menginginkan kebahagiaan didalam kehidupannya baik itu di dunia maupun di akhirat. Semua orang menginginkan kebahagiaan dalam kehidupannya, namun tidak ada yang mengetahui secara pasti apa sebenarnya hakikat kebahagiaan itu. ada yang menganggap bahagia itu saat seseorang menduduki jabatan atau tingkat kekayaan, orang miskin yang tidak memiliki harta kekayaan tentu mengatakan bahagia itu jika memiliki banyak harta, orang sakit mengatakan bahagia itu ketika terbebas atau sembuh dari penyakitnya dan ada juga yang mengatakan bahagia itu ketika namanya disebut-sebut banyak orang. maka dari itu timbul lah macam pertanyaan mengenai bahagia, apa sebenarnya kebahagiaan itu ? kebahagiaan bak barang hilang yang memang dicari-cari oleh manusia. ia akan senantiasa dicari dalam setia masa dan tempat.

---

<sup>5</sup> Saeful RS, A, Rahasia Kebahagiaan. *Jurnal Aqidah dan Filsafat Islam*, Vol. 3, 2016 97–105.

<sup>6</sup> Hamim, K, *Kebahagiaan Dalam Perspektif Kebahagiaan Dalam Perspektif Al-Qur ' An Dan Filsafat*. Tasamuh, 13(2), 2016, 127–150.

masing-masing individu mempunyai cara dan mediasi yang berbeda untuk mendapatkannya, sesuai dengan perbedaan karakter, golongan, lingkungan, dan kondisi yang melatarbelakangi mereka.<sup>7</sup>

Dalam buku Tasawuf Modern, Hamka mengatakan bahagia adalah sesuatu yang tidak terdefiniskan, setiap orang memiliki perbedaan dalam memandang kebahagiaan, Hamka mengatakan, bahwa kebahagiaan inilah yang senantiasa dicari setiap orang, sayangnya, banyak yang tersesat lantaran tidak tahu bahagia itu apa. sebagian orang mengatakan bahwa kebahagiaan itu letaknya pada harta. akan tetapi yang berfikir begini adalah orang yang putus asa dalam kemiskinannya. hendak menjadi kaya namun selalu gagal, kadang dirundung rasa mencapai kesenangan padahal tak diperoleh kesenangan lantaran kehilangan kebahagiaan. pendapatnya tak didengar lantaran ia miskin, karena itu diputuskannyalah bahwa bahagia itu pada uang, bukan lainnya. kaidahnya ini berawal dari hati yang kecewa. jika di definisikan lebih dalam dan rinci ada suatu hal yang menyebabkan manusia sebagai makhluk yang di berikan suatu rasa agar tenang dan tentram juga kebahagiaan sebagai suatu tujuan kehidupan yang patut diraih karena kebahagiaan ialah harapan semua orang.<sup>8</sup>

Kebahagiaan begitu berharga dalam hidup seseorang, sehingga apapun bisa dilakukan untuk mendapatkannya. Aidh Al Qarni mengatakan bahwa di antara nikmat terbesar dalam hidup adalah kebahagiaan, ketentraman dan ketenangan hati. Sebab dalam kebahagiaan hati terdapat keteguhan piker,

---

<sup>7</sup> Arrasyid, Konsep Kebahagiaan dalam Tasawuf Modern Hamka, REFLEKSI, Vol. 19, No 2, Juli 2019, 9-10.

<sup>8</sup> *Ibid.*

produktifitas yang bagus keringan jiwa. siapa yang mengetahui cara mendapatkan, merasakan dan menikmati kebahagiaan, maka ia akan dapat memanfaatkan berbagai kenikmatan dan kemudahan hidup.<sup>9</sup> kebahagiaan menjadi motif paling dasar bagi setiap perbuatan yang dilakukannya. Namun demikian, tidak semua orang dapat menemukan jalan untuk meraih kebahagiaan dengan mudah. Sebagian orang harus menempuh jalan yang berat dan berliku bahkan kadang aneh dan menyimpang dari norma-norma yang berlaku.

Banyak tokoh yang membahas tentang kebahagiaan dari berbagai aspek atau sudut pandang yang berbeda-beda seperti Plato, Aristoteles, Seligman, Sigmund Freud, Socrates Hipokrates, Imam Ghazali dan sebagainya. Salah satu tokoh dari Indonesia yang membahas tentang kebahagiaan adalah Ki Ageng Suryomentaram. Ia adalah seorang tokoh dari Jawa, tepatnya dari kesultanan Yogyakarta, sebagai putra Sri Sultan Hamengkubuwono VII.<sup>10</sup>

Suryo mentaram ingin mendapatkan kebahagiaan sejati dengan melepaskan gelar kepangeranan dan kebangsawanannya. Ia hidup sebagai rakyat biasa, hidup sederhana dengan bekerja sebagai petani dan buruh kasar. Namun demikian, nama suryomentara akhirnya mendapat gelar “Ki Ageng”. Salah satu sebabnya adalah ia merupakan salah satu penggagas berdirinya taman siswa. Selain itu, dilingkup masyarakat Jawa, Ki Ageng Suryomentaram dikenal juga sebagai ahli pada bidang ilmu jiwa dan filsafat. Pemikiran-

---

<sup>9</sup> Aidh Al Qarni, *La Tahzan Jangan Bersedih*, (Jakarta: Qisti Press, 2008), 66

<sup>10</sup>Ilham Nur Yahya, *Konsep Kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram Sebagai Solusi Mengatasi Masalah Individu*, Purkerto pada tahun 2021, 6

pemikiran briliannya tentang ilmu jiwa dan filsafat banyak tertuang di berbagai buku yang diterbitkan hingga sekarang. Apa yang menjadi pengamatan dan pengalaman empirik Ki Ageng Suryomentaram telah dicerahkan dan dituangkan kedalam beberapa karya tulis yang berisi tulisan ceramah-ceramahnya tentang konsep bahagia yang diinginkan oleh setiap manusia.<sup>11</sup>

Di era modern saat ini, kebahagiaan menjadi salah satu kebutuhan utama manusia, namun sekaligus menjadi tantangan yang tidak mudah dicapai. Kemajuan teknologi, arus globalisasi, serta tuntutan hidup yang serba cepat dan kompetitif seringkali membuat manusia kehilangan ketenangan batin. Fenomena seperti meningkatnya gaya hidup hedonis, budaya konsumtif, materialisme, serta tekanan media sosial telah memperburuk kondisi psikologis masyarakat. Akibatnya, banyak individu terjebak dalam perbandingan sosial, kecemasan, stres, bahkan depresi, sehingga kualitas kebahagiaan menurun.

Dalam berbagai kajian psikologi modern, kebahagiaan tidak hanya ditentukan oleh faktor material, melainkan juga oleh kesehatan mental, ketenangan batin, dan kualitas hubungan sosial. Hal ini sejalan dengan ajaran Ki Ageng Suryomentaram, seorang filsuf Jawa yang menekankan pentingnya pengawian pribadi atau kesadaran diri sebagai kunci kebahagiaan. Melalui prinsip seperti *eling lan waspada* (selalu ingat dan sadar), *nrimo ing pandum* (menerima dengan lapang dada), *ngurangi pengen* (mengurangi keinginan berlebih), serta *nglegakake ati* (melapangkan hati), Ki Ageng memberikan

---

<sup>11</sup> Sri Wintala Achmad, *Ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram (Sejarah, Kisah Dan Ajaran Kemuliaan)*, (Yogyakarta: Araska Publisher, 2020), 3

pandangan bahwa kebahagiaan sejati bersumber dari dalam diri, bukan dari pencapaian lahiriah yang bersifat sementara.

Ajaran Ki Ageng Suryomentaram menjadi sangat relevan untuk menjawab berbagai problem kehidupan modern. Misalnya, konsep *mawas diri* dengan prinsip *nyawang karep*, *memandu karep*, dan *membebaskan karep* dapat menjadi antitesis gaya hidup hedonis yang hanya berorientasi pada kesenangan sesaat. Demikian pula ajaran *mulur mungkret* memberikan pemahaman bahwa keinginan manusia tidak pernah ada habisnya, sehingga perlu diarahkan pada hidup sederhana (*urip sak madya*) agar tercapai ketenangan batin (*tentrening manah*).

Dengan demikian, penelitian mengenai konsep kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram di era modern menjadi penting untuk dilakukan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi akademis dalam bidang filsafat dan psikologi kebahagiaan, serta kontribusi praktis sebagai panduan bagi masyarakat modern untuk menemukan kebahagiaan sejati melalui kesederhanaan, kesadaran diri, dan ketenangan hati

Dalam perspektif Islam, kebahagiaan sejati (*sa'ādah*) tidak hanya terletak pada pencapaian material, melainkan pada ketenangan hati, kesederhanaan hidup, serta penerimaan terhadap takdir Allah. Hal ini ditegaskan dalam firman Allah SWT:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

"Orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram" (QS. Ar-Ra'd [13]: 28).

Ayat ini menjelaskan bahwa ketenangan batin hanya dapat diperoleh melalui kesadaran spiritual, yaitu dengan terus mengingat Allah. Prinsip ini sejalan dengan ajaran Ki Ageng Suryomentaram tentang *eling lan waspada* (selalu ingat dan sadar) sebagai fondasi kebahagiaan.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka yang menjadi fokus permasalahan adalah

1. Bagaimana Konsep Kebahagiaan Menurut Perspektif Ki Ageng Suryomentaram di era modern ?
2. Bagaimana Implikasi Konsep Kebahagiaan Perspektif Ki Ageng Suryomentaram Terhadap Kehidupan Moderen?

## **C. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

- a. Untuk Mengetahui Konsep Kebahagiaan Menurut Perspektif Ki Ageng Suryomentaram di era modern
- b. Untuk mengetahui Implikasi Konsep Kebahagiaan Perspektif Ki Ageng Suryomentaram Terhadap Kehidupan Moderen

### **2. Manfaat Penelitian**

- a. Secara Teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsi pemikiran dalam pengembangan ilmu pengetahuan di kampus Universitas Islam Negeri (UIN) Datokarama palu khususnya, dan masyarakat pada umumnya.

- b. Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan bagi penulis khususnya, masyarakat pada umumnya, serta dapat dijadikan acuan referensi bagi mahasiswa.

#### **D. Penelitian Terdahulu**

Berdasarkan hasil kajian kepustakaan yang dilakukan oleh penulis, sudah ada beberapa penelitian skripsi sebelumnya yang mengkaji tentang Konsep Kebahagiaan Perspektif Ki Ageng Suryomentaram, diantaranya sebagai berikut:

1. Penelitian Skripsi yang ditulis oleh saudara Sidiq Rahmadi, Mahasiswa jurusan Tasawuf Dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri Surakarta, dengan judul “Konsep Kebahagiaan Menurut Pemikiran Suryomentaram.”<sup>12</sup>

Terdapat persamaan antara penelitian ini dengan penelitian saudara Sidiq Rahmadi, yakni sama-sama menggunakan pendekatan penelitian kepustakaan yang mengkaji tentang konsep kebahagiaan perspektif KI Ageng Suryomentaram. Perbedaannya terletak pada masalah yang ingin dijawab, pada penelitian saudara Sidiq Rahmadi ini masalah yang ingin dijawab yaitu; bagaimana konsep kebahagiaan menurut pemikiran Suryomentaram. Sedangkan dalam penelitian ini ada dua permasalahan

---

<sup>12</sup> Sidiq Rahmadi, *Konsep Kebahagiaan Menurut Pemikiran Suryomentaram*. (Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, (Institut Agama Islam Negeri Surakarta), Tahun 2020.

yang dijawab yang pertama Bagaimana Konsep Kebahagiaan Menurut Perspektif Ki Ageng Suryomentaram di era modern, yang kedua, Bagaimana Implikasi Konsep Kebahagiaan Perspektif Ki Ageng Suryomentaram Terhadap Kehidupan Modern.

2. Penelitian Jurnal yang ditulis oleh saudari Aisiyah Wahyu Istiqomah, UIN Raden Mas Said Surakarta, dengan judul “Kawruh Begja Suryomentaram : Filosofi Hidup Bahagia di Era Milenial”.<sup>13</sup>

Persamaan antara penelitian ini dengan penelitian saudari Aisiyah Wahyu Istiqomah, yakni sama-sama menggunakan pendekatan penelitian kepustakaan yang mengkaji tentang konsep kebahagiaan perspektif KI Ageng Suryomentaram. Adapun perbedaan, dalam penelitian ini yaitu mengkaji dari segi judul, penelitian dari saudari Aisiyah Wahyu Istiqomah yaitu membahas tentang Kawruh Begja Suryomentaram : Filosofi Hidup Bahagia di Era Milenial, sedangkan dalam penelitian ini lebih terfokus pada konsep kebahagiaan perspektif KI Ageng Suryomentaram.

3. Penelitian skripsi yang ditulis oleh Ilham Nur Yahya, mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Islam, fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto dengan judul “Konsep Kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram Sebagai Solusi Mengatasi Masalah Individu”<sup>14</sup>

---

<sup>13</sup> Aisiyah Wahyu Istiqomah, *Kawruh Begja Suryomentaram : Filosofi Hidup Bahagia di Era Milenial*, JAWI, Volume 5, No.1 (2022), UIN Raden Mas Said Surakarta 2022.

<sup>14</sup> Ilham Nur Yahya, *Konsep Kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram Sebagai Solusi Mengatasi Masalah Individu*, (Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri, Purwokerto, 2021).

Persamaan dari penelitian ini dengan penelitian saudara Ilham Nur Yahya yakni sama-sama menggunakan pendekatan penelitian kepustakaan yang mengkaji tentang konsep kebahagiaan perspektif Ki Ageng Suryomentaram. Adapun perbedaan dalam penelitian ini yaitu mengkaji dari segi judul, penelitian dari saudara Ilham Nur Yahya yaitu membahas tentang Konsep kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram Sebagai Solusi Mengatasi Masalah Individu, sedangkan dalam penelitian ini lebih terfokus pada konsep Kebahagiaan Perspektif Ki Ageng Syuryomentaram di era modern.

4. “ Konsep kebahagiaan dalam tasawuf modern Hamka yang ditulis oleh Arrasyid dari UIN Iman Bonjol Padang pada tahun 2019, penelitian ini tentang penelitian kepustakaan (library research) penelitian yang dilakukan dengan literature ( kepustakaan ) maka sumber-sumber yang penulis gunakan adalah buku-buku yang memuat tentang hamka, catatan maupun laporan penelitian terdahulu. dengan menggunakan metode deskripsi,interpretasi dan analisis. yakni metode dalam bentuk deskripsi agar penulis mampu memahami dan memberikan gambaran yang jelas mengenai permasalahan yang terkait dengan penelitian ini. dan metode analisis digunakan agar penulis ini lebih sistematis pada permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini.<sup>15</sup>

---

<sup>15</sup>Arrasyid, “ konsep kebahagiaan Dalam Tasawuf Modern Hamka “ ( Jurnal filsafat dan pemikiran islam 19, no.2,2019).

5. “ Konsep kebahagiaan dalam perspektif Al-Farabi, yang ditulis oleh Endrika Widdia Putri dari Parcasarjana, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Padang periaman, Sumatra Barat pada tahun 2018, penelitian ini mengklarifikasikan data-data yang terkait dengan penelitian, lalu menggambarkan dan mengumkapkan makna yang terkandung di dalam objek yang teliti sesuai fakta apa adanya. kemudian melakukan teori analisis data dengan jalan memilah-milah antara pengertian yang satu dengan pengertian-pengertian yang lain agar mendapatkan data yang diinginkan. sumber data penelitian adalah sumber data primer dan data sekunder. adapun data primernya buku karangan Al-farabi yang berjudul Tahshil al – sa’adah dan Risalah Tanbiah’ala Sabil as-sa’adah. sedangkan sumber data sekundernya adalah karya-karya lain yang membahas tentang pandangan kebahagiaan menurut Al-farabi.<sup>16</sup>

#### **E. Penegasan Istilah**

Proposal ini berjudul Konsep kebahagiaan perspektif KI Ageng Suryomentaram di era modern. Untuk menghindari kekeliruan dalam pemahaman terkait dengan judul tersebut, maka penulis akan memberikan penjelasan terhadap istilah yang terdapat pada judul tersebut

##### **1. Perspektif**

Menurut Miller perspektif adalah suatu cara untuk memandang, atau melihat sebuah fenomena khusus. dengan demikian, dapat dikatakan bahwa

---

<sup>16</sup>Endrika Widdia Putri, “konsep kebahagiaan Dalam Perspektif al-farabi” ( jurnal bahasa, peradaban dan informasi islam, no. 1, juni 2018) 19.

suatu perspektif merupakan suatu kemampuan asumsi maupun keyakinan tertentu tentang suatu hal. melalui perspektif setiap orang akan memandang sesuatu hal berdasarkan cara-cara tertentu. cara-cara itu berhubungan dengan asumsi yang mendasarinya, unsur-unsur pembentukannya, dan ruang lingkup apa yang dipandang itu.<sup>17</sup>

Selain itu, Charon secara ringkas mengemukakan bahwa perspektif adalah suatu kerangka kerja konseptual, sekumpulan asumsi, nilai, dan gagasan yang mempengaruhi perspektif manusia sehingga menghasilkan tindakan dalam suatu konteks situasi.<sup>18</sup>

Perspektif dilihat secara sepintas sama dengan persepsi. namun sebenarnya perspektif bukan persepsi melainkan pemandu persepsi kita; perspektif mempengaruhi apa yang kita lihat dan bagaimana kita menafsirkan apa yang kita lihat.

Secara sederhana perspektif dapat diartikan dengan pandangan. anwar arifin mengatakan semacam paradigma atau teori. menurut ashadi siregar, perspektif adalah teori yang digunakan untuk keperluan analisis dalam suatu disiplin keilmuan yang berasal dari disiplin keilmuan dengan objek formal yang berbeda.<sup>19</sup>

## 2. Kebahagiaan

---

<sup>17</sup> Mulyanti Syas, *Kajian Komunikasi Massa Menurut Perspektif Periodisasi*, AL-MUNIR, Vol IV No.6 Oktober 2012

<sup>18</sup> *Ibid.*

<sup>19</sup> T. Faizin, *Perspektif Komunikasi Antar Pribadi ( Perspektif Mekanistik, Psikologis, Interaksi Dan Perspektif Pragmatis*, Jurnal Al-fikrah Vol. 4 No.1 Tahun 2015

Kebahagiaan memiliki kata dasar bahagia, yang berarti keadaan atau perasaan yang tentram dan senang atau bisa diartikan dengan terbebas dari segala yang menyusahkan.<sup>20</sup> Rahmad dalam bukunya menjelaskan bahwa kebahagiaan ialah suatu perasaan yang menyenangkan serta penilaian seseorang akan kehidupan yang di jalannya.<sup>21</sup>

Menurut Ki Ageng Suryomentaram dalam pemikirannya tentang kebahagiaan menekankan bahwa kebahagiaan itu bukanlah sesuatu yang datang secara otomatis atau di paksakan, tetapi merupakan hasil dari pemahaman dan kesadaran diri yang mendalam. ia percaya bahwa kebahagiaan sejati datang dari kemampuan untuk menerima diri sendiri dengan segala kelebihan dan kekurangannya, serta mampu hidup selaras dengan lingkungan orang lain.

Menurutnya, kebahagiaan tidak bergantung pada faktor eksternal, seperti kekayaan atau status sosial, tetapi lebih pada pemikiran dan perasaan kita terhadap kehidupan. kebahagiaan muncul ketika seseorang mampu menjalani hidup dengan penuh kesadaran, memiliki ketenangan batin, dan dapat menciptakan kedamaian dalam diri serta hubungan dengan orang lain. hal ini mengarah pada pemahaman bahwa kebahagiaan sejati lebih bersifat internal dan terkait dengan cara kita mengelola emosi serta cara kita berinteraksi dengan dunia<sup>22</sup>.

---

<sup>20</sup>Tim Redaksi Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa Edisi Keempat, Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa Edisi Keempat, (Jakarta:Gramedia Pustaka Utama,2012), 114

<sup>21</sup>Jalaludin Rahmad, Meraih Kebahagiaan, (Bandung:Simbiosis Rekatama Media, 2009),23

<sup>22</sup> Sri Wintala Achmad, *Ilmu Bahagia “Ki Ageng Suryomantaram”* (Yogyakarta: Araska, 2020), 260.

Untuk mendapatkan suatu kebahagiaan hidup harus ditempuh dengan laku yang sangat rumit. Dikatakan rumit karena laku tersebut bukan hanya melibatkan tindakan dari raga melainkan juga harus mampu mengelola jiwa, yang artinya mengendalikan rasa.<sup>23</sup>

Menurut Martin Saligman, kebahagiaan (*Happiness*) adalah konsep yang mengacu pada bentuk emosi dan aktifitas positif yang dirasakan individu dan tidak memiliki komponen perasaan sama sekali.<sup>24</sup>

Menurut A Carr, kebahagiaan adalah kondisi psikologis dalam bentuk positif yang ditandai dengan kepuasan terhadap masa lalu, emosi positif yang tinggi dan rendahnya tingkat emosi negative. kebahagiaan merupakan keadaan dimana individu berada pada lingkup positif (perasaan positif) dan mencapai suatu kebahagiaan yang autentik.<sup>25</sup> Myers menggambarkan kebahagiaan sebagai perasaan ketika individu merasakan kehidupannya berkecukupan, bermakna, dan menyenangkan, dengan mengusung empat dimensi yaitu menghargai diri sendiri, optimis, terbuka dan mampu bersosialisasi, serta kemampuan mengontrol dan mengendalikan diri sepenuhnya.<sup>26</sup>

Dari beberapa pandangan di atas dapat dipahami bahwa, kebahagiaan adalah kondisi perasaan yang amat subjektif yang muncul dalam diri individu sebagai respon terhadap berbagai pengalaman

---

<sup>23</sup> *Ibid*, 265.

<sup>24</sup> Sunedi Sarmadi, *Psikologi Positif* Yogyakarta: Tita Surga, 2018, 26.

<sup>25</sup> A Carr, *Positive Psychology: The Science Of Happiness and Human Strength*, (New York: Beunner Routledge, 2014), 42.

<sup>26</sup> Ika Rusdiana, Konsep Authentic Happiness Pada Remaja Dalam Perspektif Teori Myers, *Jurnal Pendidikan Dasar Islam Berbasis Sains*, Vol.2 no. 01 (2017), 41.

kehidupannya. Tanda individu yang bahagia lebih didominasi emosi positif daripada emosi negative, sebaliknya individu yang tidak bahagia cenderung lebih dikuasai oleh emosi negative daripada emosi positifnya

### 3. Modern

Modernisasi berasal dari bahasa latin yaitu modo (cara) dan ernus (masa kini). Secara harfiah modernisasi berarti proses menuju masa kini atau proses menuju masyarakat yang modern. Modernisasi diartikan sebagai perubahan-perubahan masyarakat yang bergerak dari keadaan yang tradisional atau dari masyarakat pra modern menuju kepada suatu masyarakat yang modern. Pengertian modernisasi berdasar pendapat para ahli adalah sebagai berikut.<sup>27</sup>

Menurut J.W. Schoorl, modernisasi merupakan penerapan pengetahuan ilmiah pada semua kegiatan, bidang kehidupan, dan aspek kemasyarakatan. Aspek yang paling menonjol dalam proses modernisasi adalah perubahan ilmu pengetahuan dan teknologi (iptek) yang tinggi. Contohnya, perkembangan teknologi pertanian yang awalnya menggunakan tenaga hewan berkembang ke arah yang lebih maju dengan munculnya penemuan teknologi traktor.<sup>28</sup>

Soerjono Soekanto, modernisasi adalah suatu bentuk dari perubahan sosial yang terarah yang didasarkan pada suatu perencanaan yang biasanya dinamakan social planning.<sup>29</sup>

---

<sup>27</sup>Yulia siska, *manusia dan sejarah*, (Garudhwaca2012), 67.

<sup>28</sup>*Ibid.*

<sup>29</sup>*Ibid.* 68

## **F. Metode Penelitian**

### **1. Jenis Penelitian**

Jenis Penelitian yang digunakan oleh penyusun adalah penelitian kepuustakaan (*library research*), yaitu penelitian yang kajiannya dilakukan dengan menelusuri dan menelaah literature atau sumber-sumber tertulis yang berkaitan dengan pokok pembahasan (penelitian yang difokuskan kepada bahan-bahan pustaka),<sup>30</sup> yang merupakan argumentasi tertulis dan hasil penalaran keilmuan, tinjauan pustaka, serta hasil penalaran logis penelitian mengenai suatu masalah atau topik yang dibahas, penelitian pustaka memuat gagasan atau pikiran-pikiran yang didukung oleh data kepustakaan.

### **2. Pendekatan Penelitian**

Pada penelitian ini pendekatan yang digunakan merupakan pendekatan deskriptif. pendekatan deskriptif adalah metode yang berusaha menggambarkan objek atau subjek yang diteliti secara mendalam, luas dan terperinci. pendekatan ini juga digunakan untuk memecahkan atau menjawab permasalahan yang sedang dihadapi dengan mengumpulkan data, klarifikasi, analisis dan kesimpulan<sup>31</sup>

### **3. Teknik Pengumpulan Data**

---

<sup>30</sup> Abudin Nata, *Metodologi Studi Islam*, (Jakarta: Rajawali Press, 2000), 212

<sup>31</sup> Soerjono Soekanto dan Sri Mamudji, *Penelitian Hukum Normatif*, (satu tinjauan singkat), (Jakarta: Rajawali Pres, 2001), 13-14.

Karena jenis penelitian ini kepustakaan maka metode pengumpulan data yang dipergunakan yaitu metode dokumentasi. Penyusun akan mengumpulkan data mengenai hal yang berhubungan dengan Konsep Kebahagiaan Perspektif KI Ageng Suryomentaram Di era Modern baik dari data primer maupun data sekunder yang berkaitan langsung maupun tidak langsung.

#### **4. Sumber Data**

Sumber data penelitian ini terbagi menjadi dua, yaitu sumber primer dan sumber sekunder :

- a. Data primer adalah data yang diperoleh langsung dari sumber pertama yaitu dari buku-buku Ki Ageng Suryomentaram yang membahas tentang konsep kebahagiaan di era modern. Salah satunya yaitu buku Ki Ageng Suryomentaram yang berjudul “ Ilmu Bahagia ”.
- b. Data sekunder adalah data tambahan yang diperoleh dari sumber-sumber yang berkaitan dengan pembahasan dalam penelitian seperti, dokumen, jurnal, skripsi, dan karya ilmiah lainnya.

#### **5. Teknik Analisis Data**

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan jenis metode penelitian studi literatur yang termaksud penelitian kualitatif. Istilah penelitian kualitatif dimaksudkan sebagai jenis penelitian yang temuan-temuannya tidak diperoleh melalui prosedur statistik atau hitungan lainnya. Penelitian yang akan dilakukan adalah bersifat penelitian kepustakaan (*Library Research*). Studi kepustakaan adalah teknik pengumpulan data dengan

mengadakan studi penelaahan terhadap buku-buku, literatur, catatan-catatan, dan laporan yang ada hubungannya dengan masalah yang dipecahkan.

#### **G. Sistematika Pembahasan**

Sistematika penulisan skripsi ini terdiri dari lima bab yang masing-masing mencakup pada poin-poinnya dan untuk mempermudah pembaca dalam memahami proposal ini, maka berikut akan dikemukakan gambaran umum yang sebagai berikut :

**Bab I**, berisikan tentang pendahuluan yang terdiri dari latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, penjelasan istilah, kajian pustaka, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

**Bab II**, membahas tentang kajian konsep kebahagiaan perspektif Ki Ageng Suryomentaram

**Bab III**, membahas tentang biografi Ki Ageng Suryomentaran, beserta karya-karya, riwayat hidup, latar belakang tokoh dan pemikirannya

**Bab IV**, pembahasan inti dari skripsi ini yaitu tentang konsep kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram Di Era Modern

**Bab V**, merupakan penutup dari seluruh rangkaian skripsi yang di dalamnya yaitu kesimpulan sesuai topic penelitian yang berada pada rumusan masalah, dan juga memberikan kritikan dan saran

## BAB II

### KONSEP KEBAHAGIAAN SECARA UMUM

#### A. Pengertian Kebahagiaan

Dalam kehidupannya manusia menjalani hidup dengan caranya masing masing dan dengan berbagai tujuan, salah satu tujuan hidup manusia adalah bagaimana mendapatkan kebahagiaan, dalam rangka mencari kebahagiaannya setiap orang memaknai kebahagiaan hidup dengan cara yang berbeda, selain itu manusia memiliki kebebasan, kesempatan dan kemampuan untuk mencari kebahagiaan tersebut,<sup>32</sup>

Definisi kebahagiaan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah keadaan atau perasaan senang, santai dan bebas dari gangguan dalam kehidupan di dunia ini dan di kehidupan yang akan datang. Kebahagiaan juga berarti kehidupan yang bahagia. Berdasarkan pengertian tersebut, kebahagiaan adalah suatu perasaan ketika seseorang merasa nyaman, tenang, tenteram dan gembira dalam hatinya.<sup>33</sup>

Makna kebahagiaan secara umum adalah keadaan atau sensasi dari rasa senang dan tenteram (tidak merasakan kemurungan). Kesenangan dan ketenangan dalam hidup, baik secara fisik maupun emosional, menciptakan kebahagiaan. Kemajuan, baik dalam hal lahir maupun batin, juga dianggap sebagai keberuntungan. Beberapa literatur menyatakan bahwa dalam bahasa Arab, "bahagia" atau "keberuntungan" adalah arti dari kata "sa'adah". Dalam bahasa Yunani kebahagiaan dikenal dengan kata Eudaimonia, Adapun Eudaimonia itu sendiri adalah kesempurnaan, atau memiliki "daimon yang baik", sedangkan arti dari daimon adalah jiwa<sup>34</sup>, Sementara dalam bahasa Inggris, istilah untuk

---

<sup>32</sup>Aisiyah Wahyu Istiqomah, Annisa Nur Intan, "Kawruh Begja Suryomentaram : Filosofi Hidup Bahagia di Era Milenial", Jurnal radenintan, Vol.5 No.1, (2022), 2.

<sup>33</sup>Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Kamus Besar Bahasa Indonesia, 748.

<sup>34</sup>K. Bertens, "Sejarah Filsafat Yunani", (Yogyakarta: Kansius, 1991), 90.

kebahagiaan adalah "happiness". Oleh karena itu, kebahagiaan dapat dijelaskan sebagai suatu keadaan di mana seseorang dapat menikmati atau mencapai ketenangan secara fisik dan mental tanpa adanya kegelisahan<sup>35</sup>

Kebahagiaan terdiri atas campuran makna "beruntung" dan "nasib baik". Menurut Stoisme, hanya hal-hal yang dapat kita kontrol yang membawa kebahagiaan sejati, atau hal-hal yang berada di bawah kontrolnya manusia. Kebahagiaan yang sesungguhnya menurut Stoa hanya bisa hadir dari dalam diri manusia sendiri. Demikian sebaliknya, manusia tidak bisa menggantungkan kebahagiaan yang sesungguhnya terhadap hal-hal yang di luar kontrol. Para filsuf Stoa berpendapat bahwa tidak rasional untuk menggantungkan kebahagiaan pada faktor-faktor di luar kendali, semisal tingkah laku, pendapat, status, popularitas, dan kekayaan orang lain.<sup>36</sup>

Dari sudut pandang Islam, kebahagiaan yang dicari seseorang di dunia ini berbeda dengan dasarnya. Jika kita mempelajari dasar-dasar kebahagiaan dalam Islam, Islam didasarkan pada Al-Qur'an. Karena, Alquran adalah kitab umat Islam, petunjuk dan penunjuk jalan bagi umat Islam.

Dalam Al-Qur'an sendiri menjelaskan dan menguraikan cara-cara terbaik bagi manusia untuk meraih kebahagiaan yang sesungguhnya baik di dunia maupun di akhirat. Cara tersebut antara lain dengan mengembangkan pribadi dan mengangkat kepribadiannya menjadi "manusia sempurna" (insan kamil) (Alhabib, 2022). Mengejar kebahagiaan merupakan tujuan yang dimiliki semua manusia. Tidak ada seorang pun ingin hidup dalam kesakitan dan penderitaan di dunia ini. Semua orang ingin menjalani hidup bahagia. Menurut Hamim (2016) di dalam bahasa Arab, kebahagiaan terdapat persamaan

---

<sup>35</sup>Agung D.E, *"Kamus Bahasa Indonesia"*, (Jakarta: Gramedia Widiasrana, 2017),43.

<sup>36</sup>Henry Manampiring, *"Filosofi Teras: Filsafat Yunani-Romawi Kuno Untuk Mental Tangguh Masa Kini"*, (Cet. ke 12, Jakarta: Buku Kompas, 2019),49.

Istilahistilah tersebut meliputi najat (selamat), najah (sukses), falah (beruntung), dan sa'id (bahagia). Dari keempat istilah tersebut, sa'id adalah istilah yang paling mirip dengan kata bahagia. Sa'id sinonim dengan falah, najat, dan najah. Menurut Al-Asfahany, kata sa'id mengacu pada membantu orang-orang dalam memperoleh kebenaran melalui urusan surgawi.<sup>37</sup>

QS. Ar-Ra'd [13]: 28

الْقُلُوبُ تَظْمِنُ اللَّهَ بِذِكْرِ آلَاءِ اللَّهِ بِذِكْرِ قُلُوبُهُمْ وَتَظْمِنُ آمَنُوا الَّذِينَ

*"(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram."*

Kebahagiaan adalah tujuan hidup setiap manusia. Kebahagiaan dapat dimengerti dalam berbagai cara, misalnya secara psikologis, intelektual, atau spiritual. Namun, semua setuju bahwa kebahagiaan yang sifatnya tidak hanya membuat orang tekun, bersemangat, dan menikmati hidupnya, tetapi menjadikan manusia yang dapat menciptakan suasana hati yang tenang, damai, bermakna, dan bahagia tanpa meninggalkan ruang kosong<sup>38</sup>

#### 1. Kebahagiaan Dalam Pandangan Filsafat Barat

Menurut para filosof barat, kebahagiaan adalah sebuah tingkatan tertinggi dalam pencapaian manusia. Pada akhirnya, setiap ilmu yang diciptakan oleh filosof berusaha untuk menemukan cara untuk mencapai kebahagiaan. Dalam perkembangan sejarah filsafat, terdapat beragam sistem etika dan penjelasan

---

<sup>37</sup>Alisa Chusuma Dewi<sup>1</sup>, Muhammad Saiful Hidayat, "Konsep Kebahagiaan Perspektif Islam Dalam Al-Qur'an", Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam, Vol. 1 No. (4 Oktober 2024), 19.

<sup>38</sup>Haidar Bagir, "Risalah Cinta dan Kebahagiaan", (Jakarta Selatan: PT Mizan Publika, 2012), 7.

sistematis mengenai esensi moralitas serta perannya dalam kehidupan manusia. Manusia juga sebagai makhluk sosial yang mempunyai budi pekerti dan etika.<sup>39</sup>

Definisi kebahagiaan menurut Aristoteles (384 SM-322 SM) adalah bahwa kebahagiaan berasal dari kata “happiness” atau keberuntungan. Itu berarti sesuatu yang membuat Anda merasa baik, bersenang-senang atau membuat pengalaman Anda menyenangkan. Bagi Epicurus, pencarian kebahagiaan adalah pencarian pribadi. Kebahagiaan merupakan tujuan utama yang dicari dalam hidup manusia, dan sebagian orang sulit untuk mempercayainya. Namun pada kenyataannya, kebahagiaan sudah ada pada manusia hingga saat ini. Kebahagiaan merupakan sebuah konsekuensi dari sebuah kerja sosial, yang bersifat material dan historis.<sup>40</sup>

Dalam mengeksplorasi esensi kehidupan manusia, Aristoteles menekankan pada akal, karena kebajikan rasionalitas sangat dijunjung tinggi. Ia memandang kebahagiaan sebagai aktivitas yang berakar pada kebajikan, yang berarti kebahagiaan sejati muncul ketika seseorang melakukan semua tindakannya dengan antusias dan tanpa terbebani oleh masalah.<sup>41</sup>

Menurut Plato (427 SM-347 SM), kebahagiaan adalah gerak jiwa menuju pencapaian kebahagiaan, Plato menjelaskan bahwa hakikat dari manusia adalah jiwanya, karena badan hanyalah menifestasi dari jiwa sehingga terkadang badan bisa keliru dan menipu karena hakikat yang menggerakkan badan adalah jiwa.<sup>42</sup> 1 seperi

---

<sup>39</sup> K. Bertens, “*Sejarah Filsafat Yunani*”, 183.

<sup>40</sup> Aisiyah Wahyu Istiqomah, Annisa Nur Intan, “*Kawruh Begja Suryomentaram : Filosofi Hidup Bahagia di Era Milenial*”, jurnal radenintan, Vol.5, No.1 (2022), 3

<sup>41</sup> Andi Prayoga, “*Kesederhanaan Sumber Kebahagiaan Menurut Aristoteles*”, 2022, <https://lsfdiscourse.org/kesederhanaan-sumber-kebahagiaan-menurut-aristoteles/> diakses pada 14 juni 2024.

<sup>42</sup> Effendi, Rusfian, “*Filsafat Kebahagiaan, Plato, Aristotles, Al-Ghazali, Al-Farabi*”. (Yogyakarta: Deepublish, 2017), 4.

halnya mobil tidak bisa bergerak tanpa adanya sopir yang menggerakkan, berarti sopir adalah jiwanya sedangkan mobil adalah badannya, mobil tidak akan mampu bergerak sendiri tanpa sopir yang menggerakkan. Bahkan jiwa menjadi otak atau dalang dari perbuatan badan, yang dapat merasakan Bahagia, sedih, pusing, merupakan hasil dari ekspresi jiwa melalui badan. Maka jiwa menjadi pokok utama dari pergerakan manusia, jika jiwanya salah maka seluruh badannya menjadi salah, Penjelasan tentang jiwa, plato membagi menjadi tiga unsur pokok. Pertama, Epithumia adalah lambang dari nafsu-nafsu rendah.<sup>43</sup>

Plato menganggap bahwa kebahagiaan bisa dicapai dengan melepaskan diri dari keterkaitan pada dunia jasmani indrawi, eros adalah nilai subjektif dan idea-idea adalah nilai-nilai objektif. Maka kebahagiaan didapat dengan nilai subjektif, eros yang menyatu dengan nilai objektif yang tertinggi dengan ide Sang Baik. Dalam cinta kepada Sang Baik kewajiban dan kebahagiaan menyatu dan manusia mengalami keterpenuhan total. Dalam Bahasa religious: manusia mencapai kepenuhan kebahagiaan apabila ia menyatu dengan dalam cinta dengan Yang Illahi.<sup>44</sup>

Thomas Aquinas (1225 M-1274 M) mengatakan, kebahagiaan adalah tujuan akhir yang dicapai dengan melakukan apa yang seharusnya Anda lakukan dalam hidup. Oleh karena itu, hidup ini seperti ladang yang penuh peluang yang diisi dengan akhlak yang baik dan amal shaleh untuk mencapai tujuan yang setinggi-tingginya. Berawal dari tujuan akhir manusia yang pencapaiannya menjadikan hidup berkualitas atau sempurna. St Thomas mengusulkan kesatuan dengan Tuhan dengan memandang Tuhan sebagai tujuan akhir manusia yang harus dicari dan dikejar

---

<sup>43</sup>Ibid,4

<sup>44</sup>Ibid,11

dengan alasan praktis. Dalam hal ini, kebahagiaan sejati adalah kebijakan memperdalam persahabatan dengan Bapa yang penuh kasih, yang merupakan tujuan tertinggi manusia.<sup>45</sup>

## 2. Kebahagiaan Dalam Pandangan Filsafat Islam

Dalam bagian ini, penulis akan membahas kebahagiaan dari perspektif filsafat Islam setelah sebelumnya membahas kebahagiaan dari perspektif filsafat Yunani.

Bahagia dalam pandangan Abu Hamid al-Ghazali, bermuara hanya pada satu kata yaitu sa'adah, yang berhubungan dengan dunia saat ini dan akhirat. Seperti yang telah termaktub dalam kitabnya yang berjudul kimia Assa'adah (kimia kebahagiaan). Bahwasanya kebahagiaan adalah merasakan kelezatan atau kenikmatan pada suatu kecenderungan yang menjadi tabiat segala sesuatu, tabiat segala sesuatu adalah berdasarkan tujuan penciptaannya.<sup>46</sup> Dengan kata lain bahwa Allah dengan segala penciptaannya ingin menjadikan apapun yang diciptakannya adalah alat untuk mendapatkan kebahagiaan. Dengan diciptanya mata sebagai alat untuk memandang hal yang indah dan dengan diciptakannya mulut manusia dapat mendapatkan kebahagiaannya dengan memakan makanan yang nikmat. Namun hal tersebut hanya dapat dirasakan pada manusia yang mencintai Allah, karena Puncak kebahagiaan tersebut bisa diraih oleh seseorang ketika telah sampai pada ma'rifat Allah.<sup>47</sup>

---

<sup>45</sup>Rahmadon, "*Kebahagiaan dalam Pandangan Thomas Aquinas dan Hamka*", Ushuluna: Jurnal Ilmu Ushuluddin, Vol. 1, No. 2, (2018),37.

<sup>46</sup>Effendi, Rusfian, "*Filsafat Kebahagiaan, Plato, Aristotles, Al-Ghazali, Al-Farabi*". (Yogyakarta: Deepublish, Mei-2017),4.

<sup>47</sup>Jarman Arrois, "*Bahagia Dalam Perspektif Al-Ghazali*", Jurnal Studi Agama-Agama Dan Pemikiran Islam. Vol. 17 No.(1, Maret 2019)

Menurut Al Ghazali bahwa kebahagiaan adalah sesuatu yang bisa dicapai dengan perubahan kimiawi didalam diri seseorang manusia dan bukan perubahan fisikawi. Dengan maksud bahwa perubahan kimiawi berarti bukan perubahan fisik, bukan perubahan bentuk jasad, namun perubahan yang ada pada taraf non fisik, non materi, perubahan jiwa, batin, pikiran dan perasaan, yang dapat menghantarkan seseorang menggapai kebahagiaan sejati, jadi maksud dari “Kimia Kebahagiaan” adalah konsep untuk yang menghantarkan transformasi ruhani seseorang agar dapat menggapai kebahagiaan hakiki.<sup>48</sup>

Al-Farabi (870 M-950 M) menulis dua buku tentang kebahagiaan: "Tahshil al-Sa'adah" (Mencari Kebahagiaan) dan "Al-Tanbih al-Sa'adah" (Membangun Kebahagiaan). Dalam "Tanbih as-Sabil as-Sa'adah," AlFarabi menyatakan bahwa kebahagiaan adalah kebaikan tertinggi yang diinginkan untuk dirinya sendiri. Ini berarti bahwa orang melakukan perbuatan baik bukan karena keinginan untuk mendapatkan imbalan, tetapi karena pada dasarnya mereka menikmati berbuat baik. Motivasi untuk berbuat baik tidak didorong oleh imbalan atau keinginan eksternal, tetapi didasarkan pada pemahaman bahwa kebahagiaan itu sendiri adalah baik dan membawa manfaat yang signifikan, serta menyenangkan Tuhan. Selain itu, Al-Farabi menekankan bahwa kebahagiaan adalah tujuan akhir dari kehidupan, yang berarti bahwa semua tindakan baik atau kegiatan sehari-hari pada akhirnya ditujukan untuk mencapai kebahagiaan.<sup>49</sup>

---

<sup>48</sup>Muhammad Fauzi. *"Filsafat Kebahagiaan Menurut Al-Ghazali"*, Skripsi, Program Studi Aqidah Dan Filsafat Islam, Fakultas Ushuluddin, Uin Syarif Hidayatullah, Jakarta:(2019),49.

<sup>49</sup>Achmad Luthfi Asshyddiq, *"Konsep Kebahagiaan Dalam Perspektif Seneca Dan Hamka Di Era Masyarakat Modern"*, Skripsi, Program Studi Aqidah Dan Filsafat Islam Fakultas Ushuluddin, UIN Syarif Hidayatullah, (Jakarta,2024),17,18.

Menurut Al-Farabi, untuk mencapai kebahagiaan, seseorang harus menyelaraskan niat, kehendak, tekad, dan sikapnya dengan sifat atau prinsip-prinsip moral. Prinsip-prinsip moral ini, yang diciptakan oleh manusia, merupakan cerminan dari sifat manusia. Hal ini menyiratkan bahwa hukum moral merupakan bagian intrinsik dari identitas manusia. Sebagai contoh, konsep "keadilan" dibentuk oleh manusia dengan cara tertentu.<sup>50</sup>

Ibn Miskawaih (932 M-1030 M), dalam karya Ibnu Miskawaih "Tahdzib al-Akhlaq", ia membahas konsep kebahagiaan, yang mencakup dimensi fisik dan spiritual. Perspektifnya dipengaruhi oleh filosofi Plato dan Aristoteles. Menurut Ibnu Miskawaih, bentuk kebahagiaan tertinggi mencakup dua aspek utama: aspek teoritis, yang melibatkan keterlibatan intelektual dengan dunia yang terlihat, dan aspek praktis, yang berfokus pada kemampuan jiwa untuk melakukan perbuatan baik dan menciptakan hasil yang positif.<sup>51</sup>

### 3. Kebahagiaan dalam pandangan Psikologi

Dalam pandangan **psikologi**, kebahagiaan bukan hanya sekadar perasaan senang atau puas, tetapi merupakan **kondisi mental yang lebih kompleks** yang mencakup kesejahteraan emosional, kepuasan hidup, dan makna hidup. Berikut adalah beberapa konsep penting tentang kebahagiaan menurut beberapa tokoh dalam psikologi:

#### a. Martin Saligman

---

<sup>50</sup>Radea Yuli A. Hambali Hakim Maulana, "*Konsep Kebahagiaan Perspektif Filsuf Muslim (Al-Farabi Dan Al-Kindi)*", Gunung Djati Conference Series, Vol. 19, No. 4, (2023), 834.

<sup>51</sup>Nova Sarof, "Konsep Kebahagiaan" (Studi Perbandingan Antara Pemikiran Al Ghazali Dan Ibn Miskawaih), Skripsi (Semarang, 2021)

Menurut Seligman, definisi kebahagiaan adalah konsep subjektif karena setiap individu memiliki tolak ukur yang berbeda-beda. Setiap individu juga memiliki faktor yang berbeda-beda sehingga bisa mendatangkan kebahagiaan untuknya. Faktor-faktor itu antara lain uang, status pernikahan, kehidupan sosial, usia, kesehatan, emosi negatif, pendidikan, iklim, ras, jenis kelamin, serta agama atau tingkat religiusitas seseorang. Kebahagiaan sesungguhnya merupakan hasil penilaian terhadap diri dan hidup yang memuat emosi positif, seperti kenyamanan dan kegembiraan yang meluap-luap, maupun aktivitas positif yang tidak memenuhi komponen emosi apapun, seperti absorpsi dan keterlibatan.<sup>52</sup>

Seligman mengatakan ada tiga cara untuk bahagia: Pertama, (*Have a Pleasant Life (Life of Enjoyment)*): Memiliki hidup yang menyenangkan, mendapatkan kenikmatan sebanyak mungkin. Hal ini mungkin cara yang ditempuh oleh kaum hedonis. Tapi pada takaran yang pas, cara ini bisa sangat membahagiakan. Kedua, (*Have a Good Life (Life of Engagement)*): Dalam bahasa Aristoteles disebut eudaimonia. Terlibat dalam pekerjaan, hubungan atau kegiatan yang positif hingga timbul perasaan flow (*focused, concentrated*). Merasa terserap dalam kegiatan itu, seakan-akan waktu berhenti bergerak, bahkan sampai tidak merasakan apapun, karena sangat menikmati kegiatan itu. Fenomena ini diteliti secara khusus oleh rekan Seligman, Mihaly Csikszentmihalyi. Ketiga, (*Have A Meaningful Life (Life of Contribution)*): Memiliki semangat melayani, berkontribusi dan bermanfaat untuk orang lain atau makhluk lain. Menjadi bagian dari organisasi atau kelompok, tradisi atau gerakan tertentu.

---

<sup>52</sup>Martin Seligman, *Authentic Happiness: Using The New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*, Terj. Eva Yulia Nukman, (Bandung : PT. Mizan Pustaka, 2005), 68.

Merasa hidup memiliki makna yang lebih tinggi dan lebih abadi dibanding diri kita sendiri.

Tiga hal inilah yg menjadi fokus kajian positive psycology yaitu bagaimana memiliki hidup yang bermakna, pekerjaan yang membuat flow (focused, concentrated) dan aktivitas yang dinikmati.<sup>53</sup>

Untuk mendapatkan kebahagiaan seseorang harus memulai langkah awal dengan sesuatu yang dinamakan cinta. Berilah cinta, karena cinta adalah suatu bentuk penghargaan yang memperkuat intensitas hubungan sosial dengan sahabat, keluarga, pasangan dan bahkan teman kerja sehingga akan mempermudah mendapatkan kebahagiaan.<sup>54</sup>

b. Blakeslee dan Grossarth-Maticek

Blakeslee dan Grossarth-Maticek dalam Heylighen menyebutkan bahwa orang-orang yang bahagia cenderung lebih jarang jatuh sakit dan lebih sedikit yang meninggal dibandingkan dengan orang-orang yang tidak bahagia.<sup>55</sup>

Tipikal orang-orang yang merasa bahagia telah diklasifikasikan oleh Myers dengan penjelasan bahwa orang yang bahagia adalah orang yang:

1. memiliki harga diri yang tinggi dengan menunjukkan kemampuan mereka serta mengekspresikan perasaan senang mereka,

---

<sup>53</sup> Ibid.

<sup>54</sup> A.Buss, *Psychological dimensions of the self*, (California: SAGE Publications, Inc., 2001), 112.

<sup>55</sup> Wahyu Rahardjo, "Kebahagiaan Sebagai Suatu Proses Pembelajaran", *Jurnal Penelitian Psikologi*, No.2, Vol.12 (Desember, 2007), 135.

2. memiliki kendali diri yang ditunjukkan dengan prestasi yang baik di sekolah, memiliki coping yang baik terhadap stres,
3. bersikap optimis dan berpikiran positif dan bersikap relatif terbuka dengan lingkungan sekitarnya.<sup>56</sup>

## B. Teori-Teori Kebahagiaan Dalam Filsafat

Dalam filsafat, kebahagiaan telah menjadi salah satu tema sentral sejak zaman kuno. Para filsuf dari berbagai zaman dan aliran berpandangan bahwa kebahagiaan bukan sekadar perasaan senang atau kepuasan sesaat, melainkan sebuah **tujuan hidup (the ultimate goal)** yang berakar pada cara hidup, nilai moral, dan makna eksistensi manusia. Setiap aliran filsafat menawarkan perspektif berbeda tentang apa itu kebahagiaan dan bagaimana mencapainya, tergantung pada pemahaman mereka tentang manusia, kebaikan, dan realitas hidup.

Berikut ini adalah berbagai teori kebahagiaan menurut pandangan filsafat dari masa klasik hingga modern:

### 1. Hedonisme

Hedonisme merupakan salah satu teori etika dan pandangan hidup yang telah lama menjadi bagian penting dalam tradisi filsafat, terutama dalam membahas konsep kebahagiaan dan nilai moral. Secara etimologis, istilah "hedonisme" berasal dari bahasa Yunani *hēdonē* yang berarti "kesenangan". Dalam kerangka filosofis, hedonisme beranggapan bahwa kesenangan atau kenikmatan adalah satu-satunya hal yang bernilai intrinsik dalam hidup manusia. Oleh karena itu, menurut pandangan

---

<sup>56</sup>D.G. Myers, *Exploring Social Psychology*, (New Jersey: McGraw-Hill, Inc., 1994), 92.

ini, kebahagiaan sejati tercapai ketika individu mampu memaksimalkan pengalaman-pengalaman menyenangkan dan meminimalkan penderitaan.<sup>57</sup>

Dalam sejarah filsafat, hedonisme berkembang dalam dua bentuk utama: hedonisme psikologis dan hedonisme etis. Hedonisme psikologis adalah teori deskriptif yang menyatakan bahwa setiap tindakan manusia pada dasarnya didorong oleh keinginan untuk memperoleh kesenangan dan menghindari rasa sakit. Dalam hal ini, manusia bertindak berdasarkan naluri alami mereka untuk mencari kenikmatan sebagai motivasi utama dalam kehidupan. Sebaliknya, hedonisme etis merupakan pandangan normatif yang menyatakan bahwa manusia *seharusnya* menjadikan kesenangan sebagai tujuan hidup yang paling tinggi. Dengan kata lain, segala tindakan dinilai baik apabila dapat menghasilkan kesenangan atau kebahagiaan, dan buruk apabila menimbulkan penderitaan.<sup>58</sup>

Gagasan hedonisme dalam bentuk awalnya dapat ditelusuri pada pemikiran Aristippos dari Kirene, seorang murid Socrates yang hidup pada abad ke-4 SM. Aristippos menyatakan bahwa kebahagiaan sejati diperoleh melalui pencapaian kesenangan fisik yang bersifat langsung dan sesaat. Namun, ia juga menekankan pentingnya kendali diri agar manusia tidak menjadi budak dari kesenangan itu sendiri. Bagi Aristippos, kesenangan adalah kebaikan tertinggi, dan penderitaan

---

<sup>57</sup>Irwan Heruadi<sup>1</sup>,ResnitaResnita,Ikbal Saogo,Aldo Master,Junardi Sihalohe(*Filsafat Hedonisme Epikuros: Sebagai Refleksi Bagi Remaja Kristen*),Jurnal: Budi Pekerti Agama Kristen dan Katolik,Vol.No.1 Maret 2024,13

<sup>58</sup>M. Ied Al Munir,(*Melihat Ulang Hedonisme dari Perspektif Normatif dan Motivasi*),jurnal: Ilmu Humaniora,Vol. 08, No. 01, Juni 2024,42

merupakan kejahatan tertinggi. Pandangan ini dikenal sebagai hedonisme klasik atau hedonisme radikal.<sup>59</sup>

Pada era modern, Jeremy Bentham mengembangkan hedonisme melalui teori *utilitarianisme*, yaitu tindakan dianggap baik jika menghasilkan kebahagiaan terbesar bagi banyak orang. Ia mengukur kesenangan secara kuantitatif melalui *hedonic calculus*. John Stuart Mill melanjutkan teori ini dengan membedakan antara kesenangan rendah (fisik) dan tinggi (intelektual dan moral).<sup>60</sup>

## 2. Eudaimonisme (kebahagiaan sebagai kehidupan baik)

Eudaimonia merupakan istilah yang berasal dari bahasa Yunani, yang secara harfiah berarti “jiwa yang baik” atau “kehidupan yang diberkahi”. Dalam pemikiran Aristoteles, eudaimonia tidak sekadar berarti kebahagiaan dalam arti emosional atau kesenangan sesaat, melainkan mencerminkan kehidupan yang dijalani secara utuh, bermakna, dan selaras dengan kebajikan. Dalam karyanya *Nicomachean Ethics*, Aristoteles menjelaskan bahwa eudaimonia adalah tujuan tertinggi dalam hidup manusia, yakni hidup yang sesuai dengan kodrat rasional manusia dan dijalani melalui praktik kebajikan seperti keadilan, kebijaksanaan, dan pengendalian diri.<sup>61</sup>

Berbeda dengan kebahagiaan hedonistik yang berfokus pada kesenangan, eudaimonia menekankan pada realisasi potensi diri secara berkelanjutan. Konsep eudaimonia Aristoteles memberikan semangat dan orientasi awal bagi usaha meraih kebahagiaan. Akan tetapi, konsep itu perlu diteruskan sehingga relevan dengan

---

<sup>59</sup> Irwan Heruadi<sup>1</sup>, Resnita Resnita, Ikbal Saogo, Aldo Master, Junardi Sihaloho “*Filsafat Hedonisme Epikuros: Sebagai Refleksi Bagi Remaja Kristen*”, Jurnal: Budi Pekerti Agama Kristen dan Katolik, Vol.No.1 Maret 2024, 15

<sup>60</sup> Ibid, 15, 16

<sup>61</sup> Benito Cahyo Nugroho, “*Eudaimonia: Elaborasi Filosofis Konsep Kebahagiaan Aristoteles dan Yuval Noah Harari*”, Jurnal: Focus, vol.1, No.1(2020), 8

pemahaman yang berkembang di zaman kontemporer. Konsep ini diadopsi dalam psikologi positif modern untuk menggambarkan kesejahteraan yang didasarkan pada makna hidup, pertumbuhan pribadi, dan hubungan sosial yang sehat.<sup>62</sup>

Dengan demikian, eudaimonia merepresentasikan pandangan bahwa kebahagiaan tidak hanya bersumber dari pengalaman menyenangkan, tetapi dari cara seseorang menjalani hidup yang bermakna, bertanggung jawab, dan berlandaskan nilai-nilai kebajikan.

### 3. Stoisisme

Stoisisme adalah aliran filsafat Yunani Kuno yang didirikan oleh Zeno dari Citium sekitar abad ke-3 SM. Ajarannya menekankan bahwa kebahagiaan sejati hanya dapat dicapai melalui kebajikan (virtue)—seperti kebijaksanaan, keberanian, keadilan, dan pengendalian diri—dan hidup selaras dengan alam (living in accordance with nature). Hal-hal eksternal seperti kekayaan, kesehatan, atau pujian tidak dianggap memiliki nilai moral sejati; yang penting adalah bagaimana seseorang mengontrol pikiran dan reaksinya pada hal-hal di luar kendali mereka<sup>63</sup>

a. Stoik memberikan fokus pada dua hal:

- 1) **Yang bisa dikendalikan:** seperti pikiran, tindakan, dan reaksi kita.
- 2) **Yang tidak bisa kita kendalikan:** seperti kejadian eksternal, opini orang, dan takdir.

b. Prinsip-Prinsip Utama Stoisisme

- 1) **Dikotomi Kendali**

---

<sup>62</sup> Ibid,12

<sup>63</sup>Transiskus Andreas Mardani,Pius Pandor, "*Penerapan Stoisisme Massimo Pigliucci bagi Kaum Muda di EraModern*",jurnal: Filsafat Indonesia,Vol.8, No.2,(2025),318

Fokus pada apa yang bisa kita kontrol, seperti cara kita merespon stres. Jika tidak bisa dikontrol, terimalah dengan tenang.<sup>64</sup>

## 2) Pengendalian Emosi

Ajaran Stoik mendorong kita untuk mengatur persepsi dan kontrol diri, seperti konsep *premeditatio malorum* (mempersiapkan kemungkinan buruk) dan *amor fati* (mencintai takdir), sehingga emosi negatif seperti marah bisa dikurangi.<sup>65</sup>

### C. Pendekatan Penelitian:

#### 1. Jenis penelitian: Deskriptif

pendekatan deskriptif adalah metode yang berusaha menggambarkan objek atau subjek yang diteliti secara mendalam, luas dan terperinci. pendekatan ini juga digunakan untuk memecahkan atau menjawab permasalahan yang sedang dihadapi dengan mengumpulkan data, klarifikasi, analisis dan kesimpulan.<sup>66</sup>

#### 2. Pendekatan: Hermeneutik filosofis Dan Psikologi (positif)

##### a. Hermeneutik Hans-Georg Gadamer

Pendekatan hermeneutik adalah metode yang digunakan untuk memahami makna di balik teks, simbol, atau peristiwa, terutama dalam konteks

---

<sup>64</sup>Adi Iwan Hermawan, "nilai kebijaksanaan filosofi stoisisme dalam pengendalian stress", *Fisip umc*, Vol. XVI, No.01, (Januari-juni 2022), 50.

<sup>65</sup>Victor Novianto, Feryda Indriyanti Putri, "Stoikisme dalam Mengatasi Perilaku Agresif Siswa", *Jurnal: Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial dan Ilmu-Ilmu Sosial*, <https://ejournal.iainmadura.ac.id/index.php/entita/article/view/19160>, (2025-05-05), 471.

<sup>66</sup>Soerjono Soekanto dan Sri Mamudji, "Penelitian Hukum Normatif", (satu tinjauan singkat), (Jakarta: Rajawali Pres, 2001), 13-14.

filsafat, agama, sastra, dan budaya. Tujuannya bukan hanya memahami isi secara literal, tetapi juga menggali makna tersembunyi atau kontekstual.<sup>67</sup>

Hermeneutika dari segi makna terminologisnya dapat dikatakan bahwasanya hermeneutika adalah suatu proses mengubah sesuatu dari situasi dan makna yang diketahui menjadi dimengerti.<sup>68</sup>

Kata Latin hermeneutica diperkenalkan pertama kali sekitar pada abad ke-17 oleh Johann Konrad Dannheucer (1603- 1666). Dannheucer mencantumkan istilah hermeneutika dalam judul bukunya *Hermeneutica Sacra Sive Methodus exponendarum Sacrum Litterarum* yang terbit pada tahun 1654. Dalam tulisan ini, ia mengkhususkan hermeneutika terbatas pada persoalan tentang metode penafsiran teks-teks Injil saja.<sup>69</sup>

Di masa modern sendiri hermeneutik digunakan oleh Friedrich Schleiermacher (1768-1834) yang dikenal sebagai bapak Hermeneutik Modern yang menyusun metode hermeneutik untuk menafsirkan teks-teks Agama dan sastra yang menekankan pentingnya memahami teks dan psikologi penulis. Wilhelm Dilthey (1833-1911) mengembangkan hermeneutik dalam ilmu-ilmu humaniora yang berfokus pada pengalaman hidup manusia, menyatakan bahwa kita bisa memahami kehidupan orang lain melalui pemahaman historis dan empatik.<sup>70</sup>

---

<sup>67</sup>Much Machfud Arif, Alisa Rahmawati, *"pendekatan hermeneutika dalam studi islam"*, Jurnal: Penelitian dan Pemikiran Pendidikan Islam, Vol.16, No. 1, (2022),13

<sup>68</sup> Ibid,14

<sup>69</sup>Rasuki, *"MeNgenal Hermeneutical Theory Sebagai Metode Memahami Teks Secara obyektif"*, Vol.09, No.01, (Juni 2021),106

<sup>70</sup>Ibid,107-108.

Pendekatan Hermeneutika yang di gunakan penulis yaitu hermeneutika Gadamer menekankan adanya *fusi horizon* (fusion of horizons), yaitu mempertemukan horizon pemikiran masa lalu dengan horizon pembaca/peneliti di masa kini. Gadamer menolak pemahaman bahwa makna hanya ada pada intensi asli pengarang. Ia berpendapat makna selalu hidup melalui dialog penafsir. Artinya, konsep kebahagiaan Ki Ageng bisa ditafsir ulang untuk menjawab problem modern (stres, gaya hidup konsumtif, hedonis, media sosial).<sup>71</sup>

b. Psikologi Positif (Martin Seligman)

Psikologi positif adalah studi tentang emosi-emosi positif untuk meningkatkan kualitas hidup manusia. Psikologi positif memfokuskan pada pemahaman dan penjelasan tentang kebahagiaan dan subjective well-being. Psikologi positif memfokuskan pada pemahaman dan penjelasan tentang kebahagiaan dan subjective well-being.<sup>6</sup> Meskipun demikian, psikologi positif tidak dimaksudkan untuk mengganti atau menghilangkan penderitaan, kelemahan atau gangguan (jiwa), tetapi lebih kepada menambah khasanah atau memperkaya, serta untuk memahami secara ilmiah tentang pengalaman-pengalaman manusia.<sup>72</sup>

Psikologi positif merupakan cabang baru dari ilmu psikologi yang dideklarasikan pertama kali pada tahun 1998 oleh Martin Seligman dan Mihaly Csikszentmihalyi.. Ia menekankan bahwa psikologi seharusnya tidak hanya

---

<sup>71</sup>David Vessey, "Gadamer and the Fusion of Horizons," *International Journal of Philosophical Studies* 17, no. 4 (2009): 531–542

<sup>72</sup>Sunedi Sarmadi, "*Psikolog Ipositif* ", Yogyakarta: Titah Surga, (2018),5

mempelajari kelemahan dan gangguan, tetapi juga **apa yang membuat hidup layak untuk dijalani** (“what makes life worth living”). Psikologi positif berhubungan dengan penggalan emosi positif, seperti bahagia, kebaikan, humor, cinta, optimis, baik hati, dan sejenisnya.<sup>73</sup>

Teori pendekatan yang digunakan penulis dari Martin Seligman, Well-Being yang dikenal dengan PERMA Model. Teori ini menjelaskan bahwa kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis (well-being) tidak hanya ditentukan oleh rasa senang sesaat, tetapi mencakup lima dimensi utama yang saling terkait, yaitu Positive Emotion, Engagement, Relationships, Meaning, dan Accomplishment.

---

<sup>73</sup>Ibid,6

### BAB III

#### BIOGRAFI KI AGENG SURYOMENTARAM

##### A. Riwayat Hidup

Ki Ageng Suryomentaram memiliki nama asli Bendara Raden Mas Kudiarmadji. Sementara, nama Suryomentaram yang terdiri dari dua kata yakni "Suryo" (seharusnya ditulis surya) dan "Mentaram" (seharusnya ditulis Mataram) memiliki arti "Matahari Mataram". Mataram di sini tidak mengacu sebagai ibukota Medang semasa pemerintahan Ratu Sanjaya (717-760) atau Rakai Sumba Dyah Wawa (924-928), akan tetapi mengacu pada negeri Mataram Islam atau Mataram Baru. Suatu negeri yang didirikan oleh Raden Bagus, Danang Sutawijaya, Ngabehi Loringpasar, atau Panembahan Senapati (putra Ki Pemanahan atau Ki Ageng Mataram) pada tahun 1587 dan negeri-negeri pecahannya pasca-pemerintahan Raden Mas Sayidin (Sunan Amangkurat I) pada tahun 1677, terutama Kesultanan Ngayogyakarta.<sup>74</sup>

Nama Suryomentaram yang diberikan oleh Sri Sultan Hamengkubuwana VII ayahnya tersebut kiranya menjadi pusaka selama hidupnya. Mengingat melalui pemikiran-pemikiran dan ajaran-ajarannya yang berkaitan dengan filsafat dan ilmu jiwa, Ki Ageng Suryomentaram dapat memberikan pencerahan pemikiran kepada masyarakat Yogyakarta dan Jawa khususnya serta masyarakat Indonesia pada umumnya. semula ki Ageng Suryomentaram di kenal dengan nama Ki Gede Suryomentaram yang pula mendapat gelar ningrat bendara

---

<sup>74</sup>Sri Wintala Achmad, *"ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram"*(Araska,2020), 10

pangeran harya harya (BPH) tersebut diberi julukan baru oleh Ki Hajar Dewantara (bapak taman siswa) yakni Ki Ageng Suryomentaram.<sup>75</sup>

Dari silsilahnya, Ki Ageng Suryomentaram yang lahir pada tanggal 20 Mei 1892 tersebut merupakan putra ke-55 dari Sri Sultan Hamengkubuwana VII (Raden Mas Murtejo, Sultan Sugih, atau Pangeran Banguntapa). Raja Kesultanan Yogyakarta yang berkuasa pada tahun 1877-1921. Sementara, nama ibu dari Suryomentaram adalah Bendara Raden Ayu Retnamandaya. Putri dari Patih Danureja VI. Dikarenakan merupakan putra kandung Sri Sultan Hamengkubuwana VII yang berdarahkan ningrat, Ki Ageng Suryomentaram mendapatkan gelar Bendara Raden Mas (BRM). Sehingga nama lengkap dan sekaligus nama asli (kecil)-nya dari Suryomentaram adalah BRM Kudiarmadji.<sup>76</sup>

Sesudah menginjak usia dewasa, Ki Ageng Suryomentaram memiliki dua orang istri. Dari kedua istrinya tersebut, Suryomentaram memiliki dua orang putra dan empat orang putri. Salah seorang putranya yang meninggal dunia terlebih dahulu bernama Raden Mas Jegot. Sementara putra Ki Ageng Suryomentaram lainnya yakni bernama Raden Mas Grangsang (Grangsang Suryomentaram). Adapun, keempat putri Suryomentaram adalah Raden Ajeng Japrut, Raden Ajeng Dlureg, Raden Ajeng Gresah, dan Raden Ajeng Semplah.<sup>77</sup>

Ki Ageng Suryomentaram saat kurang lebih usia 18 tahun ia dipercaya oleh ayahnya sehingga Ki Ageng Suryomentaram diangkat menjadi seorang pangeran yang bernama bendoro raden mas haryo suryomentaram. Didalam

---

<sup>75</sup>Ibid,11

<sup>76</sup>Ibid,12

<sup>77</sup>Sri Wintala Achmad, "*ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram*"(Araska,2020),13.

kehidupan keraton Ki Ageng Suryomentaram tidak merasa puas karena Ki Ageng Suryomentaram belum pernah bertemu dengan “orang”, aktivitas yang berada di dalam kraton hingga Ki Ageng Suryomentaram sudah besar adalah interaksi ndoro abdi, yang kelihatan di mata Ki Ageng Suryomentaram hanyalah disembah, dihibah-hiba, yang memerintah, sehingga kebiasaan di dalam keraton yaitu memerintah, marah, dan memohon. Maka dari itu Ki Ageng Suryomentaram merasa sangat kecewa padahal ki ageng adalah seorang pangeran yang kaya raya dan berkuasa<sup>78</sup>.

Ki Ageng Suryomentaram merasa di dalam kraton ia sebagai orang-orangan atau orang palsu seperti boneka. Ki Ageng Suryomentaram merasa dirinya telah terkamuflase oleh atribut yang ia kenakan seperti pakaian dari sutra, perhiasan, dan berbagai macam emas. Apa yang ki ageng kenakan ia merasa dirinya berbeda dengan orang lain Pada saat itu ki ageng berbicara dengan dirinya sendiri *“suryomentaram iki yen dijupok semat, drajat, lan kramate, jing iseh kari opo? Jing iseh yo mong wong tok”* (jika ki ageng suryamentara tidak memiliki harta benda, kedudukan, dan wibawa? yang masih hanyalah orang saja!)<sup>79</sup>

Merasa gelisah dan semakin tertekan Pangeran Suryomentaram pada akhirnya berusaha untuk mencari menemukan jawaban atas permasalahan dalam hatinya. Ia menyimpulkna bahwa dirinya tidak pernah bertemu dengan “orang” karena hidupnya hanya terkurung dalam lingkungan keraton, terisolasi dengan dunia luar<sup>80</sup> Merasa menjadi orang-orangan alias manusia palsu, telah

---

<sup>78</sup>Sri Teddy Rusdy *“Epistimologi Ki Ageng Suryamentaram tandhesan Kawruh Bab Kawruh”*, (Jakarta: Yayasan Kartagama 2014),25

<sup>79</sup>Sugiarto, Ryan, *“Psikologi Raos, Saintifikasi Kawruh Jiwo Ki Ageng Suryamentaram”*, (Yogyakarta: Pustaka Ifada,2015).94

<sup>80</sup>Aburrahman El-‘Ashiy, *“Makrifat Jawa untuk Semua”*, (Jakarta: Serambi, 2011),25.

terkamufase oleh pakaian yang dikenakannya yang terbuat dari sutera, perhiasan yang dikenakannya. Membuat dirinya seakan-akan berbeda dengan yang lainnya. Pada saat itu ia berkata kepada dirinya sendiri, “Suryomentaram iki yen dijupuk semat, drajat, lan kramate, jing isih kari opo? Jing isih yo mung wong thok!”<sup>81</sup> (“Jika Suryomentaram ini tak lagi memiliki harta benda (semat), kedudukan (derajat), dan wibawa (kramat), yang tersisa hanyalah orangnya saja!”).<sup>82</sup>

Semakin bergejolak hatinya, kemudian ia memutuskan untuk meletakkan gelarnya, memohon kepada ayahnya untuk berhenti sebagai pangeran, tetapi ditolak. Pada kesempatan yang lain ia juga mengajukan untuk pergi ke Mekah untuk melaksanakan ibadah haji sekaligus untuk menenangkan batinnya, dan kedua kalinya tidak dikabulkan<sup>83</sup>, Akhirnya secara diam-diam meninggalkan lingkungan keraton, menggunakan nama samaran Notodongso, memakai pakaian layaknya pedagang pergi ke Cilacap untuk berjualan batik<sup>84</sup>

Begitu mendengar Pangeran Suryomentaram meninggalkan istana, Sultan Hamengku Buwono VII langsung mengutus K.R.T. Wiryodirjo (Bupati Kota) dan R.L. Mangkudigoyo untuk mencarinya. Tidak mudah untuk menemukannya, karena hidup berbaur layaknya masyarakat biasa yang nyaris sempurna dalam penampilan. Bercelana pendek dengan kain sarung yang diselempangkan pada

---

<sup>81</sup>Ryan Sugiarto, Psikologi Raos: *“Saintifikasi Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram”*, (Yogyakarta: Pustaka Ifada, 2015), hlm. 94

<sup>82</sup>Sri Teddy Rusdy, *“Epistemologi Ki Ageng Suryomentaram Tandhesan Kawruh Bab Kawruh”*, 3.

<sup>83</sup>Aburrahman El-‘Ashiy, Makrifat Jawa untuk Semua, hlm. 25.

<sup>84</sup>Ryan Sugiarto, *“Psikologi Raos: Saintifikasi Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram”*, hlm.

pundaknya dan mengenakan kaos oblong. Rambutnya dicukur hampir habis dan kepalanya dibiarkan terbuka serta kakinya dibiarkan telanjang tanpa alas<sup>85</sup>

Akhirnya ditemukan di Kroya, Banyumas dan pulang ke Yogyakarta.<sup>63</sup> Peristiwa tersebut terjadi ketika sang pangeran berusia dua puluh tahunan, tahun ketika Residen Jonquiere mengirim surat resmi kepada Gubernur Jenderal bersamaan dengan sebuah salinan untuk Suryomentaram agar dia segera mengumumkan gelar pangerannya. Namun ia meminta ayahnya untuk membatalkan pengangkatan tersebut<sup>86</sup>, ia mengira selain kedudukan sebagai penyebab kekecewaan hatinya juga termasuk harta benda yang ia miliki, kemudian seisi rumah dilelang, mobil dijual dan diberikan kepada supirnya, kudanya dijual hasil penjualannya diberikan kepada gamel (perawat kuda), dan pakaian-pakaiannya diberikan kepada pembantunya.<sup>87</sup>

Setelah Hamengku buwono VII meninggal dunia pada tahun 1921 dan saat itu juga tahtanya digantikan oleh hamengku buwono VIII. Setelah Sri Sultan Hamengkubuwono VIII dinobatkan sebagai raja, Pangeran Suryomentaram kembali mengajukan permohonan untuk melepas gelar kepangeranannya yang kedua kalinya dan dikabulkan<sup>88</sup> dan pada saat itulah keinginan ki ageng untuk melepas gelar kepangeranannya dan keluar dari istana disetujui oleh hamengku buwono VIII.<sup>89</sup> Setelah keinginannya untuk bebas dari jabatannya sebagai pangeran Ki Ageng Suryomentaram merasa lega dan tidak lagi terikat oleh sebuah gelar dan Ki Ageng Suryomentaram memutuskan untuk keluar dari istana untuk bebas

---

<sup>85</sup>Aburrahman El-Ashiy, *"Makrifat Jawa untuk Semua"*, 26.

<sup>86</sup>Marcell Boneff, *"Ki Ageng Suryomentaram, Pangeran dan Filsuf dari Jawa"*, 6.

<sup>87</sup>Aburrahman El "Ashiy, *Makrifat Jawa untuk Semua"*, 26-27.

<sup>88</sup>Suryomentaram, *"Ajaran-Ajaran Ki Ageng Suryomentaram Jilid III"*, 190.

<sup>89</sup>Afthonul Afif, *"Ilmu Bahagia Menurut Ki Ageng Suryomentaram"*. (Depok: Kepik, 2012), 2.

mencari hakikat manusia, Ki Ageng Suryomentaram memutuskan untuk pergi dan tinggal di desa bringin, salatiga, jawa tengah dan Ki Ageng Suryomentaram memilih untuk hidup sebagai petani di desa bringin.

Sewaktu tinggal di desa bringin ( salatiga) pascakemangkatan Sri Sultan Hamengkubuwana VII Ki Ageng Suryomentaram dikenal dengan nama Ki Geda Bringin. Artinya, Suryomentaram sebagai orang yang dituakan atau dihormati oleh Masyarakat di desa bringin, Tahun 1921, Ki Ageng Suryomentaram dan Ki Hajar Dewantara beserta beberapa orang mengadakan sarasehan setiap malam Selasa Kliwon dan dikenal dengan nama Sarasehan Selasa Kliwon. Hadir dalam sarasehan itu sebanyak sembilan orang, yaitu: Ki Ageng Suryomentaram, Ki Hajar Dewantara, Ki Sutopo Wonoboyo, Ki Pronowidigdo, Ki Prawirowiworo, B.R.M. Subono (adik Ki Ageng Suryomentaram), Ki Suryodirjo, Ki Sutatmo, dan Ki Suryoputro.<sup>90</sup>

Tahun selanjutnya 1922, Ki Hajar Dewantara bersama Ki Ageng Suryomentaram mendirikan sekolah Taman Siswa yang ditujukan kepada generasi muda. Ki Hajar Dewantara dipilih menjadi pemimpinnya, Ki Ageng Suryomentaram diberi tugas mendidik orang-orang tua<sup>91</sup> Tahun 1925, setelah menjadi duda lebih kurang 10 tahun, Ki Ageng menikah lagi, kemudian membawa keluarganya pindah ke Bringin, Salatiga, dan rumahnya yang di Jogja digunakan untuk asrama dan sekolah Taman Siswa.<sup>92</sup>

---

<sup>90</sup>Suryomentaram, *Falsafah Hidup Bahagia*, 227.

<sup>91</sup>Ryan Sugiarto, *"Psikologi Raos: Saintifikasi Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram"*, 30.

<sup>92</sup>Suryomentaram, *"Ajaran-Ajaran Ki Ageng Suryomentaram Jilid III"*, 192.

Tahun 1927, ketika malam hari Nyi Ageng Suryomentaram sedang nyenyak tidur, dibangunkan oleh Ki Ageng, dan dengan serta merta mengatakan, “Bu, wis ketemu jing tak goleki. Aku ora bisa mati.” (Bu, sudah ketemu yang kucari. Aku tudak bisa mati). Selanjutnya Ki Ageng mengatakan, “Jebul jing rumangsa durung nate ketemu wong, jing rumangsa cuwa lan ora marem ya kuwi wong, wujud si Suryomentaram. Diperintah cuwa, disrengeni cuwa, disembah cuwa, dijaluki berkah cuwa, dianggep dhukun cuwa, dianggep edan, cuwa, dadi pangeran cuwa, dadi wong dagang cuwa, dadi wong tani cuwa, ya kuwi wong jenenge Suryomentaram, banjur arep apa meneh? Saiki mung kari disawang, diweruhi, lan dijajaki”<sup>93</sup>(Ternyata yang belum pernah ketemu orang, yang merasa kecewa dan tidak puas yaitu orang, wujudnya si Suryomentaram. Diperintah kecewa, dimarahi kecewa, disembah kecewa, dimintai berkah kecewa, dianggap dukun kecewa, dianggap gila kecewa, menjadi pangeran kecewa, menjadi pedagang kecewa, menjadi petani kecewa, itulah orang yang namanya Suryomentaram, lalu mau apalagi? Sekarang tinggal dilihat, diawasi dan di-jajagi).<sup>94</sup>

## B. Pendidikan

Dalam pendidikan, pada masa itu memang sulit sekali bagi seseorang untuk mendapat pendidikan yang cukup dan layak. Berbeda dengan Suryomentaram karena dirinya seorang keluarga kerajaan, fasilitas pendidikan untuknya cukup dan juga mendapat bimbingan pendidikan yang layak. Suryomentaram terbilang salah satu anak yang cerdas, dirinya bahkan mampu

---

<sup>93</sup>Ryan Sugiarto, “*Psikologi Raos: Sainifikasi Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram*”, 32

<sup>94</sup>Suryomentaram, *Ajaran-Ajaran Ki Ageng Suryomentaram Jilid III*, 32

menguasai tiga bahasa asing yaitu bahasa Belanda, bahasa Inggris, dan bahasa Arab. Pendidikan formalnya ditempuh di sekolah Srimanganti yang berada di lingkungan istana Kesultanan Yogyakarta. Pendidikan tersebut setara dengan tingkat sekolah dasar pada masa sekarang.<sup>95</sup>

Sekolah di lingkungan keraton tersebut pada mulanya hanya berjumlah sekitar 100 murid. Itupun pasti hanya dari kalangan bangsawan yang boleh bersekolah di sana. Seiring berjalannya waktu, sekolah tersebut membuka kesempatan bagi para anak abdi dalem untuk bisa bersekolah di sana. Semenjak pendirian sekolah di dalam keraton, mulai muncul sekolah-sekolah bagi kaum partikelir lain di luar keraton. Beberapa di antaranya didirikan di daerah Kalasan, Kejawen, Wonogiri, Bantul, Kreteg, Sleman, dan Godean. Unikny, pendirian sekolah tersebut disponsori oleh dua pihak, yakni Pemerintah Kolonial dan Kesultanan Yogyakarta. Pemerintah Kolonial membantu pengadaan kayu bangunan dan kapur tulis, sedangkan Kesultanan membantu pendanaan untuk kegiatan operasional lainnya. Adanya pembukaan di sekolah-sekolah baru tersebut, maka jumlah murid di Jogja mulai meningkat sejak tahun 1891.<sup>96</sup>

Setelah lulus dari pendidikan formal Suryomentaram mengikuti kursus di Klien Ambtenaar. Suryomentaram juga gemar membaca buku, buku-buku yang ia baca banyak buku tentang Filsafat, Psikologi, dan ke-agamaan. Pada pendidikan agama Islam Suryomentaram belajar mengaji dan mendalami ilmu agama dari K.H Ahmad Dalan (pendiri organisasi Muhammadiyah). Selain agama Islam Suryomentam juga mempelajari agama Katholik, Buddha, Hindu, dan aliran-aliran

---

<sup>95</sup>Sri Wintala Achmad, *"ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram"*, 15.

<sup>96</sup>A. Suryomihardjo, Kota Yogyakarta Tempo doeloe: Sejarah Sosial 1880-1930, (Depok: Komunitas Bambu, tt), 32.

kebatinan. Setelah lulus dari kursus di Klien Ambtenaar Suryomentaram bekerja di Residen Yogyakarta selama dua tahun.<sup>97</sup>

Selama mempelajari berbagai agama dan aliran, Suryomentaram pernah mempunyai niatan pindah agama Katholik, akan tetapi niatnya tersebut tidak diizinkan oleh Hamengkubuwono VII, dikarenakan belum ada anggota kerajaan yang beragama selain Islam, jika itu terjadi akan menimbulkan polemik tersendiri dan akhirnya mengurungkan niat tersebut. Mendengar kejadian tersebut K.H Ahmad Dahlan menasehati dan meyakinkan kembali sisi keagamaan Islamnya dengan cara menyarankan untuk berangkat menunaikan ibadah Haji. Akan tetapi hal tersebut pula tidak diizinkan oleh Hamengkubuwono VII.<sup>98</sup>

Dari hal tersebut Suryomentaram mulai mengalami kegelisahan. Rasa tersebut mulai muncul disaat ia melakukan perjalanan ke wilayah Kasunanan Surakarta. Saat itu Suryomentaram melihat petani yang sedang menanam, dalam pandangannya petani yang bekerja tersebut mempunyai etos kerja yang sangat tinggi, mereka juga bekerja keras akan tetapi hasil yang diperoleh tidak setimpal dengan apa yang dikerjakannya. Mereka berbeda dengan dirinya yang bekerja di tempat yang ringan bahkan tanpa bekerja pun dapat hidup layak dan memiliki uang yang cukup.<sup>99</sup> Saat sepulang dari perjalanan tersebut Suryomentaram mengalami kegelisahan bathin, ia terus menenangkan diri di tempat-tempat sunyi melakukan meditasi. Tempat tersebut yaitu Lawet, Gua Langse, Gua Cermin, Kadilangu, dan Parangtritis.<sup>100</sup>

---

<sup>97</sup>Sri Wintala Achmad, *"ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram"*, 15, 16.

<sup>98</sup>Ibid, 16

<sup>99</sup>Nawawi, Hannase, dan Safei, (*Tasawuf Qurani Jawi Ki Ageng Suryomentaram Studi Kawruh Jiwa*), 182

<sup>100</sup>Suryomentaram, *Kawruh Begja Sawetah*, 8

Semakin lama mengunjungi tempat-tempat sunyi, Ki Ageng Suryomentaram memutuskan untuk meninggalkan istana kesultanan Yogyakarta, dengan mengenakan pakaian kumal ala seorang rakyat jelata, suryomentaram yang membawa bekal secukupnya itu melakukan lelana brata. Melakukan laku prihatin dengan cara berkelana dari tempat satu ke tempat lainnya. Dari desa satu ke desa lainnya. Dari wilayah satu ke wilayah lainnya.<sup>101</sup>

Ki Ageng Suryomentaram Tak hanya menjelajahi satu tempat ke tempat lain tetapi juga menjelajahi rasanya sendiri. Setiap kali bertemu orang yang tidak lain diri sendiri, timbul rasa senang di hati Ki Ageng Suryomentaram. Oleh Suryomentaram, rasa senang itu dinamakan rasa Bahagia. Bahagia yang bebas, Bahagia yang tak tergantung pada tempat, waktu, dan keadaan.<sup>102</sup>

Pemahaman Ki Ageng Suryomentaram tentang manusia seluruhnya bertitik tolak dari pengamatannya terhadap dirinya sendiri. Ia menggunakan metode empiris yang didasarkan pada percobaan-percobaan yang dilakukannya pada dirinya sendiri. Dengan cara merasakan, menggagas dan menginginkan sesuatu, menandai adanya gerak kehidupan di dalam batin manusia. Ki Ageng Suryomentaram mencoba membuka rahasia kejiwaan manusia yang dilihatnya sebagai sumber yang menentukan perilaku manusia dalam hidupnya. Dari analisisnya, dihasilkan suatu citra manusia yang lebih menunjukkan seperti apa manusia daripada siapa manusia itu tanpa lepas dari dunia yang melingkupinya. Manusia selalu bergaul dengan dunia di sekitarnya dan selalu terkait dengan dunianya. Ki Ageng juga menunjukkan dasar bagi perilaku manusia dalam

---

<sup>101</sup>Sri Wintala Achmad, "*Ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram*", 23

<sup>102</sup>Ibid, 31.

dunianya, sehingga antara dirinya dengan dunia yang melingkupinya bisa tercipta keselarasan.<sup>103</sup>

### C. Karya-Karya

Setelah ayahnya Hamengkubuwono VII meninggal dunia, lebih tepatnya disaat kepemimpinan kesultanan Yogyakarta dipimpin oleh Hamengkubuwono VIII, Suryomentaram melepas gelar pangerannya lalu menjadi rakyat jelata di desa Bringin, dan memakai waktunya dengan mencurahkan isi pikiran dan isi dari pengalaman kehidupannya.<sup>104</sup> Hal tersebut menghasilkan beberapa karya tulis dan menuangkannya dalam beberapa buku diantara lain; *Kawruh Begja* Bukunya ini berjudul *Kawruh Begja*, yang berarti ilmu atau pengetahuan tentang kebahagiaan, yang mana berisi tentang bagaimana manusia mencapai sebuah kebahagiaan yang sebenarnya. *Pangawikan Pribadi* Catatan ini membahas tentang bagaimana seorang mengenal rasa dari diri sendiri, dan mengetahui batas diri. *Aku Iki Wong opo* Dari judulnya berarti “aku ini orang seperti apa”, berisi tentang pengalaman pencarian diri sendiri. *Kawruh Jiwa* Berisi tentang pengetahuan atau pembelajaran tentang kejiwaan dan watak kejiwaan. *Kawruh Raos* adalah tulisan Suryomentaram yang sebenarnya lanjutan dari *Kawruh Jiwa* dan *Pengawikan Pribadi*, dan beberapa karya lainnya seperti *Piageming Gesang* yang berarti “pakaian orang hidup”, *Kawruh Pamomong*, dan *Jimat Perang*.<sup>105</sup>

Sebagian besar seluruh ajaran Suryomentaram di susun oleh Raden Mas Grangsang Suryomentaram yaitu putra dari Suryomentaram sendiri. Dengan

---

<sup>103</sup>J. B. Adimassana, *Ki Ageng Suryomentaram Tentang Citra Manusia*, (Universitas Michigan: Kanisius, 1986), 23.

<sup>104</sup>Nawawi, Hannase, dan Safei, “*Tasawuf Qurani Jawi Ki Ageng Suryomentaram Studi Kawruh Jiwa*”, 183

<sup>105</sup>Sri Wintala Achmad, *Ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram*. 39

begitu karya-karyanya tidak hanya diketahui oleh para muridnya, akan tetapi bisa dinikmati oleh kaum akademisi dan juga masyarakat umum dan mempelajarinya.<sup>106</sup>

Apa yang telah menjadi pengamatan dan pengalaman empiric Ki Ageng Suryomentaram telah diceramahkan dan dituangkan ke dalam beberapa karya tulis, di antaranya; *Kawruh beja* yang termuat dalam karya tembang Ki Ageng Suryomentaram dalam Tajuk urang-urang Beja tersebut mengandung ajaran kearifan aja dumeah. Ajaran yang bersumber dari kehidupannya sewaktu sebagai kaum ningrat dengan bergelimang harta ini memberikan peringatan agar manusia tidak sombong selagi mendapatkan semat, derajat dan keramat. Sebab semuanya itu hanya titipan tuhan. Bila semuanya diambil tuhan, maka kesombongan akan menjadi boomerang yang mencelakai dirinya sendiri sehingga hidup dalam hinaan banyak orang.<sup>107</sup>

Selama kurang lebih 40 tahun, Ki Ageng Suryomentaram menyelidiki alam kejiwaan dengan menggunakan dirinya sendiri sebagai kelinci percobaan. Puncak dari belajar *Kawruh Begja* adalah mengetahui gagasannya sendiri. Jalan pikiran Ki Ageng Suryomentaram mirip dengan J. Krishnamurti dari India (abad ke-7-6 SM), Sokrates dari Yunani (469- 399 SM). Krishnamurti mendasarkan ajarannya pada pengetahuan tentang diri sendiri (*self knowledge*), yang kurang lebih sama dengan Ki Ageng Suryomentaram yang mendasarkan ajarannya pada pemahamannya atas diri sendiri (*pangawikan pribadi*). Zarathustra juga pernah mengemukakan ajaran *Tat Tvam Asi!* (Itulah Engkau!), sedangkan Sokrates di kota

---

<sup>106</sup>Ibid.39

<sup>107</sup>Ibid,44

Athena mengemukakan ajaran yang bertema *Gothi seauton!* (Kenalilah Dirimu!). Lebih dari itu, ajaran-ajaran Ki Ageng Suryomentaram merupakan resep mujarab dan universal. Jika konsisten menerapkannya, maka senantiasa menemukan kedamaian dan ketentraman (kebahagiaan).<sup>108</sup>

Adapun ajaran Ki Ageng Suryomentaram kepada manusia perihail memahami rasanya sendiri dalam pengawilan pribadi tersebut sangat berhimpitan dengan ajaran-ajaran yang tertuang dalam kawruh rasa dan kawruh jiwa.suatu ajaran yang berkaitan dengan spritualitas manusia.<sup>109</sup>

*Kawruh jiwa* merupakan Kumpulan wejangan Ki Ageng Suryomentaram yang disusun dan dibukukan oleh Grangsang Suryomentaram putranya. *Kawruh jiwa* yang semula diwejangkan oleh Suryomentaram pada publick di Forum jungring selaka tersebut berisikan tentang : *wejangan pokok hidup Bahagia, ukuran keempat,mawas diri,piageming gesang,filsafat rasa hidup,rasa Merdeka,ilmu jiwa kramadangsa,dan rasa Pancasila*.<sup>110</sup>

Ceramah-ceramah dan tulisan Ki Ageng Suryomentaram sudah dibundel menjadi satu oleh *Pasinaon Kawruh Jiwa* Jakarta, yang diprakarsai oleh Ki Grangsang Suryomentaram, putra Ki Ageng Suryomentaram sebanyak 1.106 halaman. Secara sederhana dapat dikatakan bahwa *Kawruh Jiwa* dirintis, diteliti, dikembangkan, dan dijelaskan oleh Ki Ageng Suryomentaram, karena kegalauan perasaan serta keingintahuan yang amat besar terhadap masalah kejiwaan dan kebahagiaan, Ki Ageng menanggalkan status kepangeran dan fasilitas kemewahannya yang dimiikinya pada waktu itu. Kemudian sibuk melalang buana

---

<sup>108</sup>Aburrahman El-‘Ashiy, *Makrifat Jawa untuk Semua*,36-38.

<sup>109</sup>Sri Wintala Achmad, *Ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram*,45.

<sup>110</sup> Ibid,46.

ke sana kemari mencari hakikat hidup, mengamati dan meneliti perjalanan hidupnya, sambil mengembangkan pengetahuannya mengenai jiwa manusia yang kemudian melahirkan pengetahuan yang beliau namakan *Kawruh Jiwa*, ilmu pengetahuan tentang jiwa manusia.<sup>111</sup>

Jiwa sendiri adalah sesuatu yang tidak kasat mata (*intangible*) namun keberadaannya diakui dan dapat dirasakan (*saget dipun raosaken*). Ki Ageng Suryomentaram juga mengatakan *Kawruh Jiwa* adalah ilmu tentang “rasa” (*raos*) atau *kawruh raos*, dan tidak dapat dikatakan sebagai agama, bukan pula berisi kepercayaan terhadap sesuatu. *Kawruh Jiwa* bukan tentang baik-buruk (*dede wulangan sae-awon*). Tidak ada keharusan untuk melakukan atau menolak sesuatu (*dede lelampahan utawi sirikan*), yakni belajar mengenai jiwa dengan segala wataknya (*meruhi jiwa lan sawateg-wategipun*). Inti dari pelajaran ilmu tersebut, adalah belajar memahami diri sendiri secara tepat, benar, jujur, sebagai bekal untuk mampu memahami atau mengerti orang lain dan lingkungannya.

Ki Ageng Suryomentaram juga mengajarkan tentang pengetahuan untuk menjadi seorang pendidik (*kawruh Pamomong*) dan *jimat perang*. *Kawruh Pamomong* tersebut merupakan pemikiran Suryomentaram mengenai cara-cara mendidik anak, di dalam mendidik anak, hendaklah orang tua menanamkan pengetahuan ilmu Bahagia kepada anak sejak burusia dini, ilmu tersebut juga membahas mengenai hal-hal yang bisa menimbulkan perselisihan mengenai hal-hal yang bisa menimbulkan perselisihan dan cinta. Materi-materi Pendidikan

---

<sup>111</sup>Afthonul Afif, dkk, *Matahari dari Mataram: Menyelelami Spiritualitas Jawa Rasional Ki Ageng Suryomentaram*, 12.

,ditujukan agar anak mampu berfikir dan mengerti yang benar,dan mampu mencintai orang lain.<sup>112</sup>

Sementara *jimat perang* merupakan ajaran Ki Ageng Suryomentaram mengenai rasa berani mati sebagai semangat perjuangan untuk melawan penjajah Belanda. Rasa berani mati diusahakan dengan mendidik diri sendiri bahwa rasa tersebut adalah tujuan hidup.rasa berani mati adalah dasar membangun kehidupan bangsa yang kokoh.jimat perang terbukti ampu dalam membakar semangat para pemuda untuk berjuang melawan penjajah Belanda dan melahirkan semboyan, “Merdeka atau mati”

---

<sup>112</sup> Sri Wintala Achmad, *Ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram*,47

**BAB IV**  
**KONSEP KEBAHAGIAN KI AGENG SURYOMENTARAM**  
**DI ERA MODERN**

**A. Ketenangan Hidup**

Salah-satu Pandangan Ki Ageng suryomentaram terhadap manusia yang ingin mendapatkan kebahagiaan di zaman ini yaitu dengan menerapkan tentang ketenangan hidup, Ki Ageng menyatakan dalam Ajarannya; *Pengawian pribadi atau pemahaman terhadap diri sendiri*, bahwa kebahagiaan dapat tercapai apa bila seseorang memahami dirinya dan menjalani hidupnya dengan tenang.<sup>113</sup> Di era modern saat ini, ketenangan seringkali menjadi tantangan tersendiri mengingat kehidupan dipenuhi oleh hiruk-pikuk aktivitas, persaingan, serta tekanan sosial. Namun, hidup tenang tetap dapat diwujudkan melalui pengelolaan stres, penerapan gaya hidup sederhana, serta kesadaran diri yang baik. Dengan demikian, hasil kajian ini menegaskan bahwa kunci untuk mencapai kebahagiaan tidak hanya terletak pada pencapaian materi, tetapi lebih kepada bagaimana seseorang mampu menciptakan ketenangan dalam dirinya di tengah dinamika kehidupan modern.

Kehidupan modern sering kali membawa manusia pada pola hidup yang serba cepat dan kompetitif, sehingga menimbulkan tekanan mental yang berdampak pada penurunan kualitas kebahagiaan. pengawian pribadi ala Ki Ageng Suryomentaram dapat berfungsi sebagai penyeimbang batin. Dengan mengolah rasa, seseorang bisa menghindari stres, iri hati, dan rasa kurang puas yang sering lahir akibat perbandingan sosial (*social comparison*). Konsep ini juga mengajarkan bahwa kebahagiaan sejati tidak ditentukan oleh pencapaian materi semata, melainkan oleh kemampuan untuk menjaga ketenangan batin, empati, dan harmoni dengan sesama.

---

<sup>113</sup>Abdul Kholik dan Fathul Himam, "Konsep Psikoterapi Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram," *Gadjah Mada Journal of Psychology*, Vol. 1, No. 2 (2015): 120,121

Dalam pandangan Islam, ketenangan hidup (*sakinah*) merupakan anugerah Allah SWT yang diberikan kepada hamba-Nya yang beriman dan selalu mengingat-Nya. Hal ini ditegaskan dalam firman Allah SWT:

اللَّهُ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ بِذِكْرِ اللَّهِ ۖ لَا تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ إِلَّا بِذِكْرِ اللَّهِ ۚ الَّذِينَ آمَنُوا

“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram.”

Ayat ini menegaskan bahwa ketenangan batin sejati bersumber dari dzikir dan kesadaran akan kehadiran Allah dalam setiap aspek kehidupan, sejalan dengan ajaran *eling lan waspada* Ki Ageng Suryomentaram.

Konsep pengawian pribadi Ki Ageng Suryomentaram untuk ketenangan hidup di dunia modern dapat dipahami sebagai ajaran tentang cara manusia mengenali, mengendalikan, serta menata batinnya agar tidak mudah diguncang oleh keadaan luar. Dalam ajarannya, Ki Ageng menekankan pentingnya *eling lan waspada* (selalu ingat dan sadar),<sup>114</sup> *nrimo ing pandum* (menerima dengan lapang dada),<sup>115</sup> dan *nglegakake ati* (melapangkan hati).<sup>116</sup> Prinsip-prinsip ini menjadi dasar *pengawian pribadi*, yakni kemampuan untuk menata diri dari dalam sehingga seseorang tidak dikuasai oleh hawa nafsu, keinginan berlebihan, atau kecemasan yang tidak perlu.

Dengan demikian, *pengawian pribadi* Ki Ageng Suryomentaram menjadi relevan untuk kehidupan modern: ia membantu manusia menemukan pusat ketenangan di tengah hiruk-pikuk dunia, melatih kesadaran diri, serta membangun kebahagiaan yang bersumber dari dalam, bukan dari faktor luar yang sifatnya sementara.

## B. Gaya hidup hedonis

<sup>114</sup>Ahkamu Rohman, “Pemikiran Humanisme Islam Jawa Ki Ageng Suryomentaram dalam Buku Kawruh Jiwa,” *Jurnal Bimbingan Konseling*, Vol. 7, No. 3 (2022), 14.

<sup>115</sup>Rakhmawati, S. M. (2022). *Nrimo ing Pandum dan Etos Kerja Orang Jawa: Tinjauan Sila Ketuhanan Yang Maha Esa*. *Jurnal Pancasila*, 3(1), 7,19.

<sup>116</sup>Marhamah & Murtadlo. “Indigenous Konseling (Studi Pemikiran Kearifan Lokal Ki Ageng Suryomentaram Dalam Kawruh Jiwa)”, *Jurnal Bimbingan Konseling*, Vol. 4, No. 2 (2021), hlm. 100–108.

Gaya hidup hedonis menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi pola kebahagiaan manusia di era modern. Gaya hidup hedonis adalah pola hidup yang lebih mengutamakan kesenangan duniawi, kepuasan sesaat, dan pencarian kenikmatan tanpa mempertimbangkan dampak jangka panjang. hedonisme seringkali membuat individu terjebak dalam siklus keinginan yang tidak pernah selesai, sehingga berpotensi menimbulkan rasa hampa dan ketidakpuasan yang berkelanjutan. Di tengah arus globalisasi dan perkembangan teknologi yang semakin pesat, budaya hedonis semakin mudah menjangkau kehidupan masyarakat melalui media sosial, iklan, serta gaya hidup konsumtif yang dipromosikan secara masif.

Selanjutnya, yaitu meskipun gaya hidup hedonis dapat memberikan kebahagiaan secara instan, namun dalam jangka panjang justru dapat menimbulkan berbagai permasalahan psikologis, seperti kecemasan, stres, bahkan depresi. Hal ini disebabkan karena kebahagiaan yang diperoleh bersifat semu dan tidak memberikan ketenangan jiwa secara utuh. Oleh karena itu, pengendalian diri dan pengelolaan gaya hidup menjadi aspek penting agar seseorang tidak terjerumus dalam pola hidup yang hanya berorientasi pada kesenangan sesaat tanpa memperhatikan keseimbangan hidup secara menyeluruh.

Kebahagiaan sejati dalam kehidupan seseorang tidak hanya ditentukan oleh terpenuhinya kebutuhan fisik atau kesenangan duniawi semata. Teori kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram menegaskan bahwa sumber utama kebahagiaan terletak pada ketenangan batin, pengendalian diri, dan kemampuan mengenali serta mengelola keinginan. Salah konsep kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram yang memberikan solusi terkait mengenai gaya hidup hedonis Yaitu : *mawas diri* ( memahami, menguasai, atau mengontrol diri )

*mawas diri* adalah kemampuan seseorang untuk mengenali, memahami, dan mengelola batin atau rasa sehingga tidak dikuasai oleh hawa nafsu, keinginan berlebihan, maupun kecemasan yang tidak perlu.<sup>117</sup> Dalam ajaran *Mawas diri* ki ageng menjelaskan cara Agar manusia Tetap Bahagia Dalam Berkeinginan dengan menerapkan prinsip Nyawang karep , memandu karep dan membebaskan karep. *nyawang Karep* artinya melihat keinginan atau mengetahui ke inginan. Dengan mengetahui keinginan, manusia tidak mudah tergoda dengan keinginan karna dorongan dari godaan orang lain. manusia hanya akan memenuhi atau mengendalikan keinginan sendiri.<sup>118</sup> *memandu karep* berarti kemampuan seseorang untuk mengendalikan, mengarahkan, dan menuntun keinginan (karep) agar tidak membelenggu batin.<sup>119</sup> *membebaskan karep* berarti melepaskan diri dari ikatan keinginan (karep) yang berlebihan sehingga batin menjadi bebas, ringan, dan tentram.

Dalam perspektif Islam, gaya hidup hedonis sangat dikecam karena dapat melalaikan manusia dari tujuan hidup yang hakiki. Allah SWT berfirman:

وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنَ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ  
الْفُسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ

“Dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan bagianmu dari (kenikmatan) dunia; dan berbuat baiklah sebagaimana Allah telah berbuat baik kepadamu, dan janganlah kamu berbuat kerusakan di bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan.” (QS. Al-Qashash [28]: 77).

Ayat ini menegaskan pentingnya keseimbangan: manusia boleh menikmati kenikmatan duniawi, tetapi tidak boleh berlebihan hingga melupakan akhirat. Hal ini

<sup>117</sup>Kholik, A., Himam, F., *Konsep Psikoterapi Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram*, Gadjah Mada Journal of Psychology, Vol. 1, No. 2, 2015, pp. 120–134.

<sup>118</sup>Sri Wintala Achmad, “Ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram”, 154.

<sup>119</sup>N. El-Zastrouw, “Menuju Sosiologi Nusantara: Analisa Sosiologis Ajaran Ki Ageng Suryomentaram dan Amanat Galunggung,” *Islam Nusantara: Journal for the Study of Islamic History and Culture* 1, No. 1 (2020): 104

sejalan dengan ajaran *ngurangi pengen* dalam pemikiran Ki Ageng, yakni mengurangi keinginan berlebihan agar hidup tetap tenteram.

Prinsip *nyawang karep, memandu karep, dan membebaskan karep* menegaskan bahwa kebahagiaan sejati bukanlah terletak pada terpenuhinya semua keinginan, melainkan pada kemampuan manusia untuk menyadari, mengendalikan, dan melepaskan keterikatan terhadap keinginan tersebut sehingga tercapai ketenangan batin (*tentreming manah*) dan sikap *legawa* dalam hidup.

Konsep *Mawas diri* Ki Ageng Suryomentaram bisa menjadi antitesis gaya hidup hedonis. Jika hedonisme memuja kesenangan luar, maka mawas diri mengajarkan kebahagiaan dari dalam diri. Dengan begitu, manusia tetap bisa menikmati hidup, tetapi dengan kesadaran penuh, keseimbangan, dan tidak kehilangan arah

### C. Budaya Konsumtif

Saat ini, gaya hidup modern sangat dipengaruhi oleh budaya konsumtif dan pola hidup hedonis, yang mendorong individu untuk terus mengejar kesenangan tanpa batas. Akibatnya, gaya hidup seperti ini justru seringkali menimbulkan kegelisahan, ketidakpuasan, bahkan stres yang berkepanjangan. Hal ini sejalan dengan konsep Dalam pengajaran *Kawruh Begjo*, yaitu “*mulur mungret*”. *Mulur* berarti *melebar atau membesar*, yaitu keadaan ketika keinginan manusia semakin banyak dan meluas. Contohnya, seseorang yang sudah memiliki cukup harta masih ingin lebih banyak lagi, atau setelah meraih satu jabatan ingin naik ke jabatan yang lebih tinggi, *Mungkret* berarti *menyusut atau mengecil*, yaitu keadaan ketika keinginan berkurang atau

tertahan karena keterbatasan. Misalnya, seseorang terpaksa menekan keinginannya karena kondisi ekonomi, aturan, atau keadaan tertentu.<sup>120</sup>

Ki Ageng menekankan bahwa sifat *mulur mungkret* ini membuat manusia sering gelisah, karena saat *mulur* keinginan tidak pernah puas, dan saat *mungkret* muncul rasa kecewa atau menderita. Dalam konteks budaya konsumtif, sifat *mulur* tampak ketika manusia terdorong untuk membeli dan mengonsumsi barang-barang melebihi kebutuhan pokok, hanya demi gaya hidup, gengsi, atau mengikuti tren. Hal ini menimbulkan lingkaran tak berujung, karena setiap kepuasan segera berganti dengan keinginan baru. Sementara itu, keadaan *mungkret* muncul ketika keterbatasan ekonomi, aturan, atau kondisi memaksa seseorang menahan keinginannya, yang sering berujung pada kekecewaan atau frustrasi.

Kebahagiaan sejati tidak berasal dari pencapaian terusan terhadap keinginan, melainkan dari pengelolaan keinginan itu sendiri, orang yang terus-menerus mengejar kesenangan lahiriah akan sulit mencapai ketenangan, karena selalu ada keinginan baru yang muncul dan membuat hati tidak pernah merasa cukup.<sup>121</sup>

Menurut ajaran Ki Ageng, jalan keluar dari pola konsumtif adalah dengan menyadari dinamika *mulur mungkret* ini lalu mengelolanya melalui sikap *eling lan waspada*. Manusia diajak untuk menyadari bahwa keinginan tidak pernah ada habisnya, sehingga perlu diarahkan pada kebutuhan yang wajar (*urip sakmadya*). Dengan demikian, individu dapat membebaskan diri dari keterikatan pada barang dan

---

<sup>120</sup>Heru Sumbodo dan Koentjoro, "Ngudari Reribet: *Mulur-Mungkret* dan *Tatag Janda Muda* Ditinggal Mati dalam Perspektif Ki Ageng Suryomentaram," *Gajah Mada Journal of Psychology* 4, no. 2 (2018), 1581,72.

<sup>121</sup>Sri Wintala Achmad, "Ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram", 149,150.

simbol-simbol kemewahan, serta menemukan ketentraman batin (*tentreming manah*).<sup>122</sup>

Lebih lanjut, Ki Ageng Suryomentaram menekankan prinsip “nrimo ing pandum” atau menerima dengan ikhlas atas segala kondisi yang dialami.<sup>123</sup> Prinsip ini berbanding terbalik dengan kecenderungan masyarakat modern yang mengutamakan pencapaian, kompetisi, dan pembuktian diri melalui harta maupun status sosial. Dari hasil kajian pustaka dapat disimpulkan bahwa ketenangan dan kebahagiaan dapat diraih dengan cara membatasi keinginan, memperbanyak rasa syukur, dan menjaga keseimbangan hidup antara kebutuhan lahiriah dan kebutuhan batiniah.

Dalam perspektif Islam, ajaran Ki Ageng Suryomentaram tentang *mulur mungkret* memiliki keselarasan dengan prinsip yang diajarkan dalam Al-Qur'an. Islam menekankan pentingnya pengendalian nafsu dan hidup sederhana sebagai jalan menuju ketenangan batin dan kebahagiaan hakiki. Allah memperingatkan manusia agar tidak terjebak dalam sikap berlebihan (*isrāf*) atau mengikuti hawa nafsu tanpa batas, karena hal itu hanya menimbulkan kegelisahan dan jauh dari ketenteraman.

وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ

"Dan janganlah kamu berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan."

(QS. Al-A'raf: 31)

Ayat ini menegaskan bahwa sikap mulur—keinginan yang terus melebar tanpa batas—adalah perilaku yang dilarang, karena menjerumuskan manusia pada gaya hidup konsumtif dan hedonis.

---

<sup>122</sup>Uswatun Marhamah dan A. Murtadlo, "Indigenous Konseling (Studi Pemikiran Kearifan Lokal Ki Ageng Suryomentaram dalam Kawruh Jiwa)," *Jurnal Bimbingan Konseling* 4, no. 2 (2015), 100, 108.

<sup>123</sup>Stella Manoppo, "Kebahagiaan Tanpa Hasrat Egoistik Ala Ki Ageng Suryomentaram", (13 Desember 2023).

Dengan demikian, konsep kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram memberikan gambaran yang relevan dalam menjawab tantangan kehidupan modern. Di tengah maraknya gaya hidup hedonis, teori Ki Ageng menawarkan solusi sederhana namun mendalam, yaitu kebahagiaan yang bersumber dari ketenangan jiwa, pengendalian keinginan, dan kemampuan untuk hidup selaras dengan keadaan yang dimiliki.

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa gaya hidup modern yang dipenuhi oleh budaya konsumtif dan hedonis sering membuat orang terus mengejar kesenangan, tapi justru merasa gelisah dan tidak puas. Ki Ageng Suryomentaram memberikan pandangan bahwa kebahagiaan sejati datang dari hati yang tenang dan keinginan yang sedikit. Melalui ajaran *mulur mungret*, beliau mengajak kita untuk menerima keadaan dengan ikhlas dan hidup seimbang antara kebutuhan jasmani dan rohani. Ajaran ini sangat cocok diterapkan di zaman sekarang agar kita bisa hidup lebih tenang, sederhana, dan bahagia.

#### **D. Tekanan Media Sosial**

tekanan media sosial menjadi salah satu penyebab utama meningkatnya ketidak tenangan hidup manusia modern. Media sosial yang awalnya diciptakan sebagai sarana komunikasi dan berbagi informasi, justru sering kali menimbulkan kecemasan, rasa iri hati, dan perasaan tidak puas terhadap kehidupan sendiri. Melalui berbagai sumber bacaan dijelaskan bahwa media sosial menciptakan standar kehidupan yang tidak realistis, dimana kebahagiaan sering diukur dari tampilan luar seperti popularitas, jumlah pengikut, hingga pencapaian materi. Kondisi ini menyebabkan individu merasa tertekan untuk selalu tampil sempurna, bersaing dalam pencitraan, serta sulit menerima diri apa adanya. Dalam konteks ini, konsep kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram sangat relevan karena menegaskan bahwa kebahagiaan sejati terletak pada ketenangan batin, bukan pada pengakuan dari orang lain.

Lebih lanjut, ajaran Ki Ageng seperti “eling lan waspada” mengingatkan manusia untuk selalu sadar dan berhati-hati dalam menyikapi dunia luar, termasuk dunia maya.<sup>124</sup> Dengan kesadaran tersebut, individu mampu mengontrol diri agar tidak mudah terbawa arus popularitas semu di media sosial. Selain itu, konsep “ngurangi pengen” dapat membantu mengurangi keinginan untuk pamer atau membandingkan diri dengan orang lain.<sup>125</sup> Dalam berbagai buku karangan tentang ki Ageng, ditemukan bahwa Ki Ageng mengajarkan pentingnya “nglegakake ati” atau melapangkan hati agar tidak mudah tersinggung, tidak gampang iri, serta tidak silau oleh pencapaian orang lain, baik dalam dunia nyata maupun dunia maya.<sup>126</sup> Hal ini membentuk sikap mental yang tenang, menerima hidup dengan penuh kesadaran tanpa harus berlomba-lomba tampil sempurna di media sosial.

Dalam Islam, kebahagiaan sejati tidak ditentukan oleh penilaian orang lain, popularitas, maupun harta benda, melainkan oleh ketenangan hati, keikhlasan, dan kedekatan dengan Allah SWT. Media sosial yang sering menjadi ajang pencitraan diri dapat menumbuhkan sifat riya’ (pamer), hasad (iri hati), takabbur (sombong), serta dorongan untuk selalu membandingkan diri dengan orang lain. Padahal sifat-sifat tersebut dilarang dalam Islam karena dapat merusak hati dan menjauhkan manusia dari kebahagiaan hakiki.

Al-Qur’an memberikan tuntunan yang relevan dengan fenomena ini:

وَلَا تَتَمَنَّوْا مَا فَضَّلَ اللَّهُ بِهِ بَعْضَكُمْ عَلَى بَعْضٍ

(QS. An-Nisa [4]: 32)

---

<sup>124</sup>Ibid,113.

<sup>125</sup>Muhaji Fikriono, *Trilogi Kawruh Jiwa: Memahami Ajaran Ki Ageng Suryomentaram*, Serpong: Kaurama Buana Antara, (2022), 112.

<sup>126</sup>Ibid,112.

*“Dan janganlah kamu iri hati terhadap apa yang Allah karuniakan kepada sebagian kamu lebih banyak dari sebagian yang lain..”*

Dengan demikian, Islam sejalan dengan ajaran Ki Ageng Suryomentaram yang menekankan ketenangan hati, *ngurangi pengen*, serta *nrimo ing pandum* sebagai kunci kebahagiaan sejati. Media sosial tidak seharusnya menjadi sumber tekanan, sebab Allah telah menegaskan bahwa kebahagiaan yang hakiki datang dari ketenteraman hati, qana’ah, dan selalu mengingat-Nya.

ajaran Ki Ageng merupakan ajaran yang berfungsi sebagai penyeimbang dari kehidupan media sosial yang cenderung penuh kepalsuan dan pencitraan. Dengan menanamkan prinsip “*nrimo ing pandum*” atau menerima dengan ikhlas apa yang dimiliki, individu dapat hidup lebih sederhana, tidak stres karena perbandingan sosial, serta lebih fokus pada kebahagiaan diri sendiri.<sup>127</sup> Dengan kata lain, konsep kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram memberikan jawaban konkret terhadap tekanan media sosial dengan menuntun manusia untuk mengabaikan penilaian semu, hidup lebih sadar diri, serta menjaga ketenangan hati sebagai sumber kebahagiaan yang sesungguhnya.

Bisa kita simpulkan bahwasanya Media sosial itu sering membuat orang merasa tidak tenang, karena ingin terlihat sempurna dan membandingkan diri dengan orang lain. Ajaran Ki Ageng Suryomentaram bisa membantu mengatasi hal ini. Ia mengajarkan bahwa kebahagiaan sejati datang dari hati yang tenang, bukan dari pujian atau jumlah pengikut. Dengan hidup sederhana, menerima diri sendiri, dan tidak mudah iri, kita bisa lebih bahagia dan tidak stres karena media sosial.

#### **E. Materialisme**

---

<sup>127</sup>Muhaji Fikriono, *Kawruh Jiwa: Warisan Spiritual Ki Ageng Suryomentaram*, 58.

Selain pengaruh gaya hidup hedonis dan tekanan media sosial, budaya materialisme menjadi salah satu penyebab utama menurunnya ketenangan hidup pada masyarakat modern. Materialisme adalah pandangan hidup yang menganggap bahwa kebahagiaan seseorang dapat diukur dari seberapa banyak harta benda yang dimiliki. Fenomena ini semakin menguat di zaman sekarang, di mana kemajuan teknologi dan arus globalisasi menjadikan kepemilikan barang mewah, gaya hidup mahal, serta simbol status sosial sebagai ukuran keberhasilan hidup. kecenderungan materialistik menyebabkan individu lebih fokus mengejar pencapaian duniawi, namun seringkali berakhir pada perasaan tidak puas, rasa iri, dan kecemasan yang berkepanjangan.

Dalam mengatasi problem ini, Ki Ageng Suryomentaram menawarkan konsep kebahagiaan yang bisa membantu manusia di dalam pengendalian diri terhadap materialistik yaitu konsep “nyawang karep” (melihat dan mengenali keinginan). Dengan mengetahui keinginan, manusia tidak mudah tergoda dengan keinginan karna dorongan dari godaan orang lain, Jika keinginan bisa dipenuhi tanpa merugikan diri sendiri atau orang lain, maka boleh dijalankan. Jika keinginan hanya menimbulkan penderitaan atau mendorong hawa nafsu berlebihan, maka sebaiknya dikendalikan. manusia hanya akan memenuhi atau mengendalikan keinginan sendiri dan “nrimo ing pandum” (menerima bagian hidup dengan ikhlas). yang menegaskan bahwa kebahagiaan tidak berasal dari banyaknya harta benda, melainkan dari ketenangan batin dan pengendalian keinginan.<sup>128</sup>

Dalam Islam, kebahagiaan tidak diukur dari banyaknya harta benda atau kepemilikan materi, melainkan dari ketenangan hati, keimanan, serta kedekatan seorang hamba kepada Allah SWT. Orientasi hidup yang hanya mengejar harta dan kesenangan duniawi disebut hubbud-dunya (cinta dunia), yang dalam banyak ayat Al-

---

<sup>128</sup>Sri Wintala Achmad, *“Ilmu Bahagia;Ki Ageng Suryomentaram”*, 154,155.

Qur'an justru diperingatkan sebagai penyebab kelalaian manusia dari tujuan hidup yang hakiki.

الْهَآكُمُ التَّكَاثُرُ • حَتَّىٰ زُرْتُمُ الْمَقَابِرَ

(QS. At-Takatsur [102]: 1–2)

*“Bermegah-megahan telah melalaikan kamu, sampai kamu masuk ke dalam kubur.”*

Ayat ini menegaskan bahwa sifat materialistik, yang sibuk memperbanyak harta dan berbangga dengan pencapaian duniawi, hanya akan melalaikan manusia dari tujuan akhir kehidupannya, yaitu kembali kepada Allah.

Dalam ajaran Ki Ageng, orang yang terlalu terikat pada benda-benda materi akan sulit merasakan kebahagiaan sejati, karena batinnya selalu dibebani oleh keinginan memiliki lebih banyak lagi. Ki Ageng menyebut kondisi ini sebagai “kesengsaraan batin” yang muncul akibat perasaan “pengen” yang tidak ada habisnya. Sebaliknya, beliau mengajarkan prinsip “sederhana, nrimo, lan eling”, yaitu hidup apa adanya, menerima dengan lapang dada, serta senantiasa sadar terhadap diri sendiri dan batasan keinginan. Lebih lanjutnya, dalam mengurangi orientasi materialistik dapat membawa pengaruh positif terhadap kesehatan mental, meningkatkan rasa syukur, serta menciptakan ketenangan dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini sesuai dengan prinsip “nglegakake ati” atau melonggarkan hati yang diajarkan oleh Ki Ageng Suryomentaram, yakni mengurangi beban pikiran akibat keinginan-keinginan yang tidak perlu. Dengan demikian, hasil kajian ini menyimpulkan bahwa budaya materialisme zaman sekarang justru dapat menjauhkan manusia dari kebahagiaan sejati, dan solusi yang ditawarkan oleh Ki Ageng adalah kembali pada kesederhanaan, kesadaran diri, serta ketenangan batin sebagai kunci utama untuk hidup yang damai.

#### **F. Kesehatan Mental dan Kebahagiaan**

salah satu tantangan terbesar masyarakat modern adalah menjaga kesehatan mental di tengah berbagai tekanan hidup. Tuntutan pekerjaan, persaingan sosial, hingga kecepatan arus informasi seringkali menyebabkan individu mengalami stres, kecemasan, bahkan depresi. Dalam kondisi seperti ini, konsep kebahagiaan yang diajarkan Ki Ageng Suryomentaram menjadi sangat relevan karena menempatkan ketenangan hati sebagai sumber utama kebahagiaan. Prinsip “eling lan waspada” dan “Mulur Mungkret” mendorong manusia untuk selalu sadar akan kondisi dirinya, tidak terbawa nafsu duniawi, serta mampu mengontrol diri agar tidak terseret dalam kecemasan akibat hal-hal yang bersifat sementara.<sup>129</sup> Hal ini sejalan dengan berbagai penelitian pustaka yang menunjukkan bahwa ketenangan batin memiliki pengaruh besar terhadap stabilitas emosi dan kesehatan mental.<sup>130</sup>

praktik hidup sederhana seperti yang diajarkan oleh Ki Ageng mampu memberikan efek menenangkan bagi jiwa. Dengan tidak membebani diri dengan ambisi berlebih atau keinginan-keinginan yang tidak perlu, seseorang dapat menjalani hidup dengan lebih ringan. Konsep “ngurangi pengen” tidak hanya mengurangi beban mental, tetapi juga memperkecil potensi rasa kecewa, sebab individu tidak menggantungkan kebahagiaannya pada pencapaian material semata. Selain itu, sikap “nglegakake ati” juga berfungsi sebagai benteng batin, agar manusia tidak mudah stres ketika menghadapi kegagalan, kesulitan, maupun keterbatasan hidup.

Dalam Islam, kesehatan mental sangat erat kaitannya dengan ketenangan hati (tuma'nīnah al-qalb). Islam memandang bahwa jiwa yang tenang hanya dapat diperoleh melalui dzikir, sabar, syukur, ikhlas, dan tawakal kepada Allah. Dengan

---

<sup>129</sup>Ibid, 257

<sup>130</sup>Nur Fitriyani Hardi, “Ketenangan Jiwa Dan Psychological Well-Being: Studi Pada Santri Mahasiswa Di Pondok Pesantren”, [Vol.1, No.2, \(2022\)](#).

menjaga hati agar selalu bersandar kepada Allah, seseorang akan mampu menghadapi tekanan hidup tanpa terjerumus ke dalam stres berlebihan, kecemasan, maupun depresi.

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

(QS. Ar-Ra'd [13]: 28)

*“(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram.”*

Ayat ini menunjukkan bahwa dzikir adalah salah satu obat utama untuk menjaga kesehatan jiwa.

orang yang mampu mengendalikan keinginan serta menerima hidup dengan penuh kesadaran cenderung lebih mudah mengelola stres, memiliki emosi yang stabil, serta lebih jarang mengalami gangguan mental seperti kecemasan berlebihan. Ajaran Ki Ageng secara implisit memberikan panduan praktis dalam menjaga kesehatan mental, yakni dengan menyadari batas kemampuan diri, mengurangi ketergantungan pada validasi eksternal, dan fokus pada penguatan kualitas batin. Dengan demikian, dapat dipahami bahwa konsep kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram berimplikasi besar dalam menjaga keseimbangan mental, yang pada akhirnya mengarahkan individu menuju kehidupan yang lebih sehat, tenang, dan bahagia dalam makna yang sesungguhnya.

Dari pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa Ajaran Ki Ageng Suryomentaram memberikan cara yang tepat untuk menjaga kesehatan mental di tengah tekanan hidup modern. Dengan prinsip *eling lan waspada*, *ngurangi pengen*, dan *nglegakake ati*, kita diajak untuk lebih sadar diri, mengendalikan keinginan, dan menerima hidup dengan ikhlas. Nilai-nilai ini membantu menciptakan ketenangan hati yang penting untuk menjaga emosi tetap stabil. Jika ajaran ini dijalani, kita bisa lebih tenang, terhindar dari stres dan kecemasan, serta menjalani hidup dengan lebih damai dan bermakna.

## G. Hubungan Sosial

hubungan sosial merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia modern. Namun, dalam praktiknya, hubungan sosial di era modern seringkali terdistorsi oleh kepentingan materi, status sosial, dan gengsi. Banyak orang menjalin relasi bukan atas dasar ketulusan, melainkan karena dorongan ingin diakui, dihormati, atau dimanfaatkan untuk kepentingan pribadi. Ki Ageng Suryomentaram melalui ajarannya menegaskan bahwa kebahagiaan dalam hubungan sosial terletak pada ketulusan hati dan kemampuan manusia untuk mengendalikan keinginan negatif seperti iri hati (*drengki*), kebencian (*srei*), serta keinginan untuk menguasai orang lain (*panasten*). Prinsip “*eling lan waspada*” serta “*ora drengki, ora srei, ora panasten*” menjadi pedoman untuk menciptakan hubungan sosial yang sehat dan bersih dari kepentingan duniawi.<sup>131</sup>

dalam konsep Ki Ageng, hubungan sosial yang baik dibangun atas dasar kesadaran diri dan pengendalian hawa nafsu. Dengan mengurangi sikap pamer (*gumunan*) serta tidak mudah silau oleh keberhasilan orang lain, manusia dapat menjaga persahabatan yang tulus, tidak mudah iri hati, serta tidak menaruh dendam terhadap orang lain. Dalam konteks kehidupan modern, ajaran ini sangat relevan karena mengajarkan manusia untuk fokus pada keharmonisan hubungan, bukan pada perbandingan kekayaan atau status sosial. Dengan demikian, seseorang dapat menjalani kehidupan sosial tanpa tekanan, tanpa perlu bersaing secara negatif, serta lebih mampu merasakan ketentraman dalam pergaulan sehari-hari.

individu yang mampu membangun hubungan sosial dengan prinsip ketulusan dan pengendalian diri cenderung memiliki kehidupan sosial yang lebih damai, tidak

---

<sup>131</sup> Muhaji Fikriono, “*Kawruh Jiwa; Warisan Spiritual Ki Ageng Suryomentaram*”, [Javanica](#), (April – 2018).

dipenuhi konflik, serta lebih jarang mengalami stres akibat persoalan hubungan. Hal ini menunjukkan bahwa konsep kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram tidak hanya bermanfaat bagi kebahagiaan pribadi, tetapi juga memberikan dampak positif terhadap kualitas hubungan sosial seseorang. Ajaran Ki Ageng menuntun manusia untuk membina hubungan yang penuh rasa syukur, saling menghormati, dan tidak terpengaruh oleh ukuran-ukuran duniawi, sehingga tercipta kehidupan sosial yang tenteram dan bahagia.

Dalam Islam, hubungan sosial (*mu'āmalah*) adalah aspek penting yang harus dibangun atas dasar ketulusan, keikhlasan, serta saling menghormati. Islam melarang manusia untuk menjalin relasi atas dasar kepentingan duniawi semata, seperti *riya'*, iri hati, atau kesombongan. Sebaliknya, Islam mendorong terciptanya hubungan yang didasari oleh rasa kasih sayang, tolong-menolong, dan persaudaraan.

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوِيكُمْ ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ

(QS. Al-Hujurat [49]: 10)

*“Wahai orang-orang yang beriman, janganlah suatu kaum merendahkan kaum yang lain, boleh jadi mereka lebih baik dari mereka. Dan janganlah saling mencela dan memanggil dengan gelar yang buruk. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk setelah beriman.”*

Ayat ini sejalan dengan prinsip “ora drengki, ora srei, ora panasten” yang diajarkan Ki Ageng Suryomentaram.

Dapat disimpulkan bahwa Ajaran Ki Ageng Suryomentaram yang mengajarkan bahwa hubungan sosial yang baik harus didasari oleh ketulusan dan pengendalian diri. Di zaman sekarang, banyak orang menjalin relasi karena kepentingan pribadi atau ingin terlihat hebat. Padahal, dengan menjauhi rasa iri, benci, dan keinginan menguasai orang lain, kita bisa membangun hubungan yang lebih damai dan tulus. Ajaran ini mengingatkan kita untuk tidak mudah tergoda oleh harta atau

status, dan lebih fokus pada keharmonisan serta ketenangan dalam pergaulan sehari-hari.

## H. Pendidikan Karakter

pendidikan karakter juga menjadi salah satu kebutuhan mendesak dalam kehidupan modern. Masyarakat saat ini cenderung terfokus pada pencapaian akademis dan kesuksesan materi, namun kerap melupakan pembentukan kepribadian yang baik. Ki Ageng Suryomentaram melalui ajarannya menegaskan pentingnya pendidikan karakter sebagai pondasi utama dalam kehidupan manusia. Konsep “ pengawian pribadi ” mengajarkan bahwa seseorang tidak hanya dituntut untuk cerdas secara intelektual, tetapi juga harus memiliki ketenangan hati, kesadaran diri, serta perilaku yang selaras dengan nilai-nilai kemanusiaan. Pendidikan karakter menurut Ki Ageng diarahkan pada pencapaian kebahagiaan batin, bukan hanya kesuksesan lahiriah.<sup>132</sup>

Ki Ageng mendorong manusia untuk mengenali diri sendiri secara jujur (ilmu mengenali diri), sehingga mampu mengendalikan hawa nafsu, tidak diperbudak oleh ambisi pribadi, dan dapat hidup sederhana namun bermakna. Konsep “ngurangi pengen” juga menjadi bagian penting dalam pendidikan karakter, di mana manusia diajarkan untuk mengendalikan keinginan berlebih yang dapat menjerumuskan pada keserakahan. Pendidikan karakter dalam perspektif Ki Ageng tidak hanya melatih kecerdasan intelektual, tetapi juga membentuk kecerdasan emosi dan spiritual, sehingga manusia mampu menjalani hidup dengan penuh kesadaran, kesabaran, serta ketulusan dalam bertindak.

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan dua pendekatan, yaitu Hermeneutik Hans-Georg Gadamer dan Psikologi Positif (Martin Seligman). Kedua

---

<sup>132</sup> Muhaji Fikriono, “*Kawruh Jiwa; Warisan Spiritual Ki Ageng Suryomentaram*”, (April – 2018).

pendekatan ini dipandang relevan karena mampu menjembatani ajaran Ki Ageng Suryomentaram dengan konteks kehidupan manusia modern.

Pertama, pendekatan Hermeneutik Hans-Georg Gadamer dipandang tepat karena ajaran Ki Ageng Suryomentaram merupakan sebuah karya pemikiran yang kaya akan nilai, makna, dan pengalaman hidup manusia. Gadamer melalui hermeneutik filosofisnya menekankan pentingnya *fusi horizon* (*fusion of horizons*), yaitu pertemuan antara horizon penulis/teks (dalam hal ini pemikiran Suryomentaram) dengan horizon pembaca atau peneliti di masa kini. Dengan pendekatan ini, ajaran Ki Ageng yang lahir dalam konteks budaya Jawa tradisional dapat ditafsirkan ulang secara relevan dengan permasalahan modern, seperti gaya hidup hedonis, budaya konsumtif, maupun tekanan media sosial. Hermeneutik Gadamer memungkinkan ajaran tersebut tidak dipahami secara kaku, melainkan melalui dialog antara teks dan realitas masa kini, sehingga maknanya menjadi lebih kontekstual, aktual, dan hidup.

Kedua, pendekatan Psikologi Positif Martin Seligman juga relevan karena penelitian ini membahas konsep kebahagiaan. Seligman melalui teori *Well-Being* atau model PERMA (*Positive Emotion, Engagement, Relationship, Meaning, Accomplishment*) menekankan bahwa kebahagiaan sejati tidak hanya berasal dari kesenangan sesaat, tetapi juga dari keterlibatan penuh dalam kehidupan, hubungan sosial yang sehat, makna hidup, serta pencapaian positif. Konsep ini memiliki titik temu dengan ajaran Ki Ageng Suryomentaram yang menekankan ketenangan batin (*tentrening manah*), pengendalian diri (*ngurangi pengen*), serta kesadaran diri dalam menghadapi keinginan. Dengan demikian, psikologi positif dapat menjadi kerangka ilmiah modern yang menguji dan memperkuat relevansi ajaran Ki Ageng dalam menjawab kebutuhan psikologis manusia di era globalisasi.

Selain itu, pemikiran Ki Ageng Suryomentaram tentang kebahagiaan juga dapat dijadikan dasar pendidikan karakter. Ajarannya menekankan pentingnya *pengawian pribadi* (mengenal diri sendiri), pengendalian nafsu, serta hidup sederhana dan ikhlas. Hal ini sejalan dengan nilai-nilai Islam yang menegaskan bahwa kebahagiaan sejati terletak pada ketenangan hati, kesabaran, serta kedekatan dengan Allah SWT, sebagaimana firman-Nya dalam QS. Asy-Syams (91:9-10):

النَّفْسَ وَمَا سَوَّاهَا ۖ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ۚ ۙ قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا ۙ ۙ وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا ۚ ۙ ۙ

*“Demi jiwa serta penyempurnaannya (ciptaannya), maka Allah mengilhamkan kepadanya (jalan) kefasikan dan ketakwaannya. Sungguh beruntung orang yang menyucikannya (jiwa itu), dan sungguh merugi orang yang mengotorinya.”*

Dengan demikian, kombinasi Hermeneutik Gadamer dan Psikologi Positif Seligman menjadi sangat tepat digunakan dalam penelitian ini. Hermeneutik Gadamer memberikan metode untuk menafsirkan kembali ajaran Ki Ageng agar relevan dengan realitas kontemporer, sedangkan Psikologi Positif memberikan kerangka teoritis-empiris dalam memahami kebahagiaan manusia secara universal. Keduanya saling melengkapi: hermeneutik berfungsi membuka makna teks, sementara psikologi positif berfungsi menguatkan dasar teoritis dalam menjelaskan kebahagiaan sebagai konsep yang tidak hanya filosofis, tetapi juga ilmiah dan praktis.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan mengenai konsep kebahagiaan menurut perspektif Ki Ageng Suryomentaram dan relevansinya terhadap kehidupan modern, dapat disimpulkan bahwa pemikiran Ki Ageng memberikan kontribusi penting dalam menjawab persoalan eksistensial manusia di era kontemporer. Di tengah kehidupan yang semakin kompleks, penuh tekanan, dan cenderung materialistik, banyak individu mengalami kegelisahan, kecemasan, bahkan kehilangan arah dalam mencari makna kebahagiaan.

Ki Ageng Suryomentaram memaknai kebahagiaan bukan sebagai pencapaian lahiriah semata, melainkan sebagai keadaan batin yang tenang dan damai. Ajaran-ajarannya seperti *nrimo ing pandum* (menerima dengan ikhlas), *ngurangi pengen* (mengurangi keinginan), *nglegakake ati* (melapangkan hati), dan *eling lan waspada* (sadar dan mawas diri) menunjukkan bahwa kunci kebahagiaan sejati terletak pada kemampuan individu untuk mengendalikan diri, hidup dengan kesadaran penuh, serta menjauhkan diri dari sifat serakah, iri hati, dan haus pengakuan sosial.

Implikasi konsep kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram dalam kehidupan modern terletak pada kemampuannya memberikan solusi atas berbagai persoalan psikologis dan sosial yang dihadapi manusia masa kini. Ajaran tentang *pengawian pribadi* atau kesadaran diri mendorong individu untuk lebih memahami dirinya

sehingga mampu mengelola keinginan secara bijak melalui prinsip *mulur mungkret*. Nilai-nilai seperti *eling lan waspada*, *nrimo ing pandum*, *nglegakake ati*, dan *ngurangi pengen* menjadi pedoman praktis untuk menghadapi gaya hidup hedonis, budaya konsumtif, materialisme, serta tekanan media sosial yang kerap menimbulkan stres dan ketidakpuasan.

Dengan menerapkan ajaran tersebut, individu dapat mencapai ketenangan batin, hidup lebih sederhana, serta memiliki sikap sabar, ikhlas, dan bersyukur. Hal ini tidak hanya berdampak positif pada kesehatan mental pribadi, tetapi juga memperkuat harmoni sosial dan membentuk karakter manusia modern yang lebih arif, tangguh, dan berdaya menghadapi perubahan zaman. Dengan demikian, konsep kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram memberikan kontribusi penting sebagai alternatif paradigma kebahagiaan yang kontekstual dan relevan bagi kehidupan modern.

## **B. Implikasi Penelitian**

Berdasarkan hasil kajian mengenai konsep kebahagiaan menurut Ki Ageng Suryomentaram dan relevansinya dengan kehidupan modern, penulis menyampaikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Masyarakat Umum, khususnya generasi muda, diharapkan dapat lebih mengenal dan mengaplikasikan nilai-nilai kearifan lokal yang diajarkan oleh Ki Ageng Suryomentaram dalam kehidupan sehari-hari. Di tengah arus modernisasi dan globalisasi yang sering kali memicu tekanan batin, ajaran seperti *ngurangi pengen*, *nrimo ing pandum*, dan *eling lan waspada* dapat

menjadi bekal untuk hidup lebih tenang, sederhana, dan bahagia secara batiniah.

2. Bagi Pemerintah dan Lembaga Pendidikan, penting untuk mengintegrasikan ajaran-ajaran kearifan lokal seperti yang diajarkan oleh Ki Ageng Suryomentaram ke dalam pendidikan karakter, khususnya pada jenjang pendidikan dasar hingga menengah. Hal ini dapat memperkuat jati diri bangsa serta membentuk generasi yang memiliki kesadaran diri, ketangguhan emosional, dan nilai-nilai spiritual yang kuat.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya, kajian mengenai pemikiran Ki Ageng Suryomentaram dapat dikembangkan lebih lanjut melalui pendekatan interdisipliner, seperti filsafat, psikologi, dan sosiologi. Selain itu, analisis mendalam terhadap naskah-naskah asli dan manuskrip ajaran beliau juga dapat memperkaya khasanah keilmuan tentang kebahagiaan dan kehidupan yang berakar pada budaya Nusantara.
4. Bagi Diri Sendiri, penulis menyadari bahwa kajian ini bukanlah akhir dari proses pencarian makna kebahagiaan, melainkan awal dari upaya untuk memahami dan menginternalisasi ajaran luhur dalam kehidupan pribadi. Semoga kajian ini tidak hanya menjadi tulisan ilmiah, tetapi juga menjadi pijakan reflektif untuk menjalani hidup yang lebih sadar, sederhana, dan penuh syukur.

## DAFTAR PUSTAKA

- Fikriono, Muhaji *Trilogi Kawruh Jiwa: Memahami Ajaran Ki Ageng Suryomentaram*, Serpong: Kaurama Buana Antara, (2022)
- Fitriyani Hardi, Nur “*Ketenangan Jiwa Dan Psychological Well-Being: Studi Pada Santri Mahasiswa Di Pondok Pesantren*”, Vol.1, No.2, (2022).
- Achmad Sri Wintala, *Ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram (Sejarah, Kisah Dan Ajaran Kemuliaan)*, Yogyakarta: Araska Publisher, 2020
- Adimassana J. B, *Ki Ageng Suryomentaram Tentang Citra Manusia*, (Universitas Michigan: Kanisius, 1986).
- Afif Afthonul, “*Ilmu Bahagia Menurut Ki Ageng Suryomentaram*”.(Depok: Kepik,2012).
- Afthonul Afif, dkk, *Matahari dari Mataram: Menyelelami Spiritualitas Jawa Rasional Ki Ageng Suryomentaram*.
- Aidh Al Qarni, *La Tahzan Jangan Bersedih*, Jakarta: Qisti Press, 2008
- Aisiyah Wahyu Istiqomah, Annisa Nur Intan, “*Kawruh Begja Suryomentaram : Filosofi Hidup Bahagia di Era Milenial*”,Jurnal radenintan,Vol.5 No.1,(2022),2.
- Al Munir. Ied M,(*Melihat Ulang Hedonisme dari Perspektif Normatif dan Motivasi*), jurnal: Ilmu Humaniora,Vol. 08, No. 01, Juni 2024.
- Arrasyid, Konsep Kebahagiaan dalam Tasawuf Modern Hamka, REFLEKSI, Vol. 19, No 2, Juli 2019.
- Arrasyid,” *konsep kebahagiaan Dalam Tasawuf Modern Hamka* “ ( Jurnal filsafat dan pemikiran islam 19, no.2,2019).
- Arrois Jarman, “*Bahagia Dalam Perspektif Al-Ghazali*”, Jurnal Studi Agama-Agama Dan Pemikiran Islam. Vol. 17 No.(1, Maret 2019)
- Ashiy El- Aburrahman ‘, “*Makrifat Jawa untuk Semua*”, (Jakarta: Serambi, 2011).
- Ahkamu Rohman, “*Pemikiran Humanisme Islam Jawa Ki Ageng Suryomentaram dalam Buku Kawruh Jiwa,*” *Jurnal Bimbingan Konseling*, Vol. 7, No. 3 (2022).

- Bagir Haidar, *“Risalah Cinta dan Kebahagiaan”*, (Jakarta Selatan: PT Mizan Publika, 2012).
- Bertens.k *“Sejarah Filsafat Yunani”*, (Yogyakarta: Kansius, 1991).
- Boneff Marcell, *“Ki Ageng Suryomentaram, Pangeran dan Filsuf dari Jawa”*.
- Buss A, *Psychological dimensions of the self*, (California: SAGE Publications, Inc., 2001).
- Carr A, *Positive Psychology: The Science Of Happiness and Human Strength*, (New York: Beunner Routledge, 2014).
- Chusuma Alisa Dewil, Muhammad Saiful Hidayat, *“Konsep Kebahagiaan Perspektif Islam Dalam Al-Qurán”*, Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam, Vol. 1 No.(4 Oktober 2024).
- D.E, Agung *“Kamus Bahasa Indonesia”*, (Jakarta: Gramedia Widiasrana, 2017).
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Kamus Besar Bahasa Indonesia.
- Effendi, Rusfian, *“Filsafat Kebahagiaan, Plato, Aristotles, Al-Ghazali, Al-Farabi”*. (Yogyakarta: Deepublish, Mei-2017).
- Effendi, Rusfian, *“Filsafat Kebahagiaan, Plato, Aristotles, Al-Ghazali, Al-Farabi”*. (Yogyakarta: Deepublish, 2017).
- Endrika Widia Putri, *“konsep kebahagiaan Dalam Perspektif al-farabi”* ( jurnal bahasa, peradaban dan informasi islam, no. 1, juni 2018).
- Faizin T., *Perspektif Komunikasi Antar Pribadi ( Perspektif Mekanistik, Psikologis, Interaksi Dan Perspektif Pragmatis, Jurnal Al-fikrah Vol. 4 No.1 Tahun 2015*.
- Fauzi Muhammad, *“Filsafat Kebahagiaan Menurut Al-Ghazali”*, Skripsi, Program Studi Aqidah Dan Filsafat Islam, Fakultas Ushuluddin, Uin Syarif Hidayatullah, Jakarta: (2019).
- Fikriono, Muhaji *Trilogi Kawruh Jiwa: Memahami Ajaran Ki Ageng Suryomentaram*, Serpong: Kaurama Buana Antara, (2022)
- Fitriyani Hardi, Nur *“Ketenangan Jiwa Dan Psychological Well-Being: Studi Pada Santri Mahasiswa Di Pondok Pesantren”*, Vol.1, No.2, (2022).
- Fikriono Muhaji, *Trilogi Ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram*, Yogyakarta: LKiS, 2003.

- Hamim, K, *Kebahagiaan Dalam Perspektif Kebahagiaan Dalam Perspektif Al-Qur' An Dan Filsafat*. Tasamuh, 13(2), 2016,
- Hermawan Adi Iwan, “nilai kebijaksanaan filosofi stoisismedalampengendalian stress”, *Fisip umc*, Vol. XVI, No.01, (Januari-juni 2022).
- <http://kbbi.web.id/perspektif.html> diakses pada tanggal 9 Juni, 2021.
- <https://www.google.com/amp/s/kbbi.web.id/perspektif.html>. Diakses pada 06 Januari 2020
- Heru Sumbodo dan Koentjoro, “Ngudari Reribet: *Mulur-Mungkret* dan *Tatag Janda Muda Ditinggal Mati* dalam Perspektif Ki Ageng Suryomentaram,” *Gajah Mada Journal of Psychology* 4, no. 2 (2018).
- Ika Rusdiana, Konsep Authentic Heppiness Pada Remaja Dalam Perspektif Teori Myers, *Jurnal Pendidikan Dasar Islam Berbasis Sains*, Vol.2 no. 01 (2017)
- Irwan Heruadi<sup>1</sup>, Resnita Resnita, Ikbil Saogo, Aldo Master, Junardi Sihalohe (*Filsafat Hedonisme Epikuros: Sebagai Refleksi Bagi Remaja Kristen*), Jurnal: Budi Pekerti Agama Kristen dan Katolik, Vol.No.1 Maret 2024.
- Istiqomah Aisiyah Wahyu dan Intan Annisa Nur, *Kawruh Begja Suryomentaram : Filosofi Hidup Bahagia di Era Milenial*, JAWI, Volume 5, No.1 (2022),
- Istiqomah Aisiyah Wahyu, *Kawruh Begja Suryomentaram : Filosofi Hidup Bahagia di Era Milenial*, JAWI, Volume 5, No.1 (2022), UIN Raden Mas Said Surakarta 2022.
- Jusmiati, Konsep Kebahagiaan Martin Seligman: Sebuah Penelitian Awal. *Jurnal Ushuluddin*, Vol. 13 No 2 Desember 2017.
- Kholik, A., Himam, F., *Konsep Psikoterapi Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram*, *Gajah Mada Journal of Psychology*, Vol. 1, No. 2, 2015,
- Luthfi Asshyddiq Achmad, “*Konsep Kebahagiaan Dalam Perspektif Seneca Dan Hamka Di Era Masyarakat Modern*”, Skripsi, Program Studi Aqidah Dan Filsafat Islam Fakultas Ushuluddin, UIN Syarif Hidayatullah, (Jakarta, 2024).
- Manampiring, Henry “*Filosofi Teras: Filsafat Yunani-Romawi Kuno Untuk Mental Tangguh Masa Kini*”, (Cet. ke 12, Jakarta: Buku Kompas, 2019).
- Much Machfud Arif, Alisa Rahmawati, “*pendekatan hermeneutika dalam studi islam*”, Jurnal: Penelitian dan Pemikiran Pendidikan Islam, Vol.16, No. 1, (2022).

Myers D.G., *Exploring Social Psychology*, (New Jersey: McGraw-Hill, Inc., 1994).

Manoppo Stella, “Kebahagiaan Tanpa Hasrat Egoistik Ala Ki Ageng Suryomentaram”, [https://pusakaindonesia.id/api-revolusi-dan-kebijaksanaan/kebahagiaan-tanpa-hasrat-egoistik-ala-ki-ageng-suryomentaram/?utm\\_source=chatgpt.com](https://pusakaindonesia.id/api-revolusi-dan-kebijaksanaan/kebahagiaan-tanpa-hasrat-egoistik-ala-ki-ageng-suryomentaram/?utm_source=chatgpt.com) , (13 Desember 2023).

Marhamah & Murtadlo. “*Indigenous Konseling (Studi Pemikiran Kearifan Lokal Ki Ageng Suryomentaram Dalam Kawruh Jiwa)*”, Jurnal Bimbingan Konseling, Vol. 4, No. 2 (2021), hlm. 100–108.

Nata, Abudin *Metodologi Studi Islam*, Jakarta: Rajawali Press, 2000,

Nawawi, Hannase, dan Safei, (*Tasawuf Qurani Jawi Ki Ageng Suryomentaram Studi Kawruh Jiwa*).

Nugroho Cahyo Benito, “*Eudaimonia: Elaborasi Filosofis Konsep Kebahagiaan Aristoteles dan Yuval Noah Harari*”, Jurnal: Focus, vol.1, No.1(2020).

N. El-Zastrouw, “Menuju Sosiologi Nusantara: Analisa Sosiologis Ajaran Ki Ageng Suryomentaram dan Amanat Galunggung,” *Islam Nusantara: Journal for the Study of Islamic History and Culture* 1, No. 1 (2020).

Prayoga Andi, “*Kesederhanaan Sumber Kebahagiaan Menurut Aristoteles*”, 2022, <https://lsfdiscourse.org/kesederhanaan-sumber-kebahagiaan-menurut-aristoteles/diakses-pada-14-juni-2024>.

Pusat Pembinaan Bahasa Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. 1994. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakrta: Balai Pustaka.

Radea Yuli A, Hambali Hakim Maulana, “*Konsep Kebahagiaan Perspektif Filsuf Muslim (Al-Farabi Dan Al-Kindi)*”, Gunung Djati Conference Series, Vol. 19, No. 4, (2023).

Rahardjo Wahyu, “Kebahagiaan Sebagai Suatu Proses Pembelajaran”, Jurnal Penelitian Psikologi, No.2, Vol.12 (Desember, 2007).

Rahmad Jalaludin, *Meraih Kebahagiaan*, Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2009.

Rahmadon, “*Kebahagiaan dalam Pandangan Thomas Aquinas dan Hamka*”, Ushuluna: Jurnal Ilmu Ushuluddin, Vol. 1, No. 2, (2018).

- RahmadSidiq i, *Konsep Kebahagiaan Menurut Pemikiran Suryomentaram*. Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri Surakarta, Tahun 2020.
- Rasuki, “*MeNgenal Hermeneutical Theory Sebagai Metode Memahami Teks Secara obyektif*”, Vol.09, No.01, (Juni 2021).
- RS, A Saeful, *Rahasia Kebahagiaan. Jurnal Aqidah dan Filsafat Islam*, Vol. 3, 2016.
- Rusdy Sri Teddy, “*Epistimologi Ki Ageng Suryamentaram tandhesan Kawruh Bab Kawruh*”, (Jakarta: Yayasan Kartagama 2014).
- Rakhmawati, S. M. (2022). *Nrimo ing Pandum dan Etos Kerja Orang Jawa: Tinjauan Sila Ketuhanan Yang Maha Esa*. Jurnal Pancasila.
- Sarof Nova, “*Konsep Kebahagiaan*” (Studi Perbandingan Antara Pemikiran Al Ghazali Dan Ibn Miskawaih), Skripsi (Semarang, 2021)
- Seligman Martin, *Authentic Happines: Using The New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfi Ilment*, Terj. Eva Yulia Nukman, (Bandung : PT. Mizan Pustaka, 2005).
- Singarimbun, Masri dan Effendi Sofian. 1987. *Metode Penelitian Survei*. Jakarta: LP3ES.
- Soerjono Soekanto dan Mamudji, Sri *Penelitian Hukum Normatif*, satu tinjauan singkat, Jakarta: Rajawali Pres, 2001.
- Soerjono Soekanto dan Sri Mamudji, “*Penelitian Hukum Normatif*”, (satu tinjauan singkat), (Jakarta: Rajawali Pres, 2001).
- Sugiarto Ryan, Psikologi Raos: “*Saintifikasi Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram*”, (Yogyakarta: Pustaka Ifada, 2015).
- Sugiarto, Ryan, “*Psikologi Raos, Saintifikasi Kawruh Jiwo Ki Ageng Suryamentaram*”, (Yogyakarta: Pustaka Ifada, 2015).
- Suryomihardjo A, Kota Yogyakarta Tempo doeloe: *Sejarah Sosial 1880-1930*, (Depok: Komunitas Bambu, tt).
- Syas<sup>1</sup> Mulyanti, *Kajian Komunikasi Massa Menurut Perspektif Periodisasi*, AL-MUNIR, Vol IV No.6 Oktober 2012

Transiskus Andreas Mardani, Pius Pandor, “*Penerapan Stoisisme Massimo Pigliucci bagi Kaum Muda di Era Modern*”, jurnal: Filsafat Indonesia, Vol.8, No.2, (2025).

Victor Novianto, Feryda Indriyanti Putri, “*Stoikisme dalam Mengatasi Perilaku Agresif Siswa*”, Jurnal: Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial dan Ilmu-Ilmu Sosial, <https://ejournal.iainmadura.ac.id/index.php/entita/article/view/19160>, (2025-05-05).

Yahya Ilham Nur, *Konsep Kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram Sebagai Solusi Mengatasi Masalah Individu*, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri. Zuhri K.H. Saifuddin, Purwokerto, 2021

Yahya, Ilham Nur *Konsep Kebahagiaan Ki Ageng Suryomentaram Sebagai Solusi Mengatasi Masalah Individu*, Purkerto pada tahun 2021