

**KONSEP HIDUP BAHAGIA : STUDI KOMPARATIF PADA
KITAB *RISÁLAH QUSYAIRIAH* DAN *LETTERS FROM A STOIC***

TESIS

OLEH

KARTINI KUSUMA DEWI

230211010010



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI

BANJARMASIN

2026

Konsep Hidup Bahagia: Studi Komparatif Pada Kitab *Risâlah Qusyairiah* dan *Letters From a Stoic*

TESIS

Diajukan kepada Pascasarjana UIN Antasari
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister
Ilmu Tasawuf

Oleh:

Kartini Kusuma Dewi

230211010010



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
PASCA SARJANA
PROGRAM STUDI ILMU TASAWUF
BANJARMASIN
2026

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Kartini Kusuma Dewi

NIM : 230211010010

Tempat dan Tanggal Lahir : Banjarbaru, 11 April 1998

Program Studi : Ilmu Tasawuf

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa tesis saya yang berjudul “Konsep Hidup Bahagia : Studi Komparatif dalam Kitab *Risâlah Qusyairiah* dan *Letters From a Stoic*” adalah benar-benar karya tulis saya, kecuali kutipan yang telah disebutkan sumbernya. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa tesis ini bukan hasil karya tulis saya sendiri atau merupakan hasil plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan agar dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarbaru, 16 Juli 2026
Yang Membuat Pernyataan



Kartini Kusuma Dewi
230211010010

BUKTI BEBAS PLAGIASI



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
UNIT PENJAMIN MUTU PASCASARJANA
SERTIFIKAT BEBAS PLAGIARISME

No: 1669/Un.14/IV/UPM-BP/07/2026

Setelah kami melakukan pengecekan dengan aplikasi turritin pada alamat <https://www.turritin.com/>, dengan ini, kami nyatakan bahwa tesis yang ditulis oleh:

Nama	: Kartini Kusuma Dewi
NIM	: 230211010010
Jenjang/Program Studi	: SZ/ILTA
Judul	: Konsep Hidup Bahagia : Studi Komparatif dalam Kitab Risalah Qusyairiyah dan Letters From a Stoic
Hasil Plagiasi	: 2%

tidak terindikasi plagiarisme dengan hasil kurang dari 25%. Naskah tesis yang tidak terindikasi plagiarisme tersebut harus diunggah di repository UIN Antasari di alamat <http://idruin-antasari.ac.id/>

Mengetahui
Wakil Direktur,



NIP. 1977070820090811008

Banjarmasin, 16 Juli 2026

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Konsep Hidup Bahagia : Studi Komparatif Pada Kitab *Risâlah Qusyairiah* dan *Letters From A Stoic*

Teks yang disusun dan diajukan oleh:

Kartini Kusuma Dewi
NIM: 230211010010

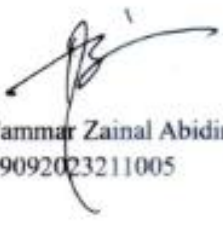
Persetujuan telah disetujui oleh dosen pembimbing
untuk dapat diajukan kepada dewan penguji.

Tanggal persetujuan: 16 Juli 2026

Pembimbing I


Prof. Dr. Muhammad Rusydi, M. Ag
NIP. 198004032009121005

Pembimbing II


Dr. Ali Mu'ammarr Zainal Abidin, MA.
NIP. 197909092023211005

Mengetahui,
Ketua Prodi Ilmu Tasawuf


Dr. Muhammad Iqbal, M. SI
NIP. 197709062008011011

PENGESAHAN TESIS

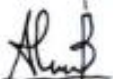
KONSEP HIDUP BAHAGIA : STUDI KOMPARATIF DALAM KITAB *RISĀLAH QUSYAIRIAH* DAN *LETTERS FROM A STOIC*

Teks yang disusun dan diajukan oleh:

Kartini Kusuma Dewi

NIM. 230211010010

Hari dan tanggal ujian : Kamis, 30 Juli 2026

No	Nama Penguji	Tanda Tangan
1.	Dr. Muhammad Iqbal, M.S.I	
2.	Prof. Dr. Muhammad Rusydi, M.Ag	
3.	Dr. Ahmad, M.Fil.I	
4.	Wardatun Nadhiroh, M.Hum., Ph.D	

Mengetahui

Direktur Pascasarjana UIN Antasari Banjarmasin



Prof. Dr. H. Mujiurrahman, MA.
NIP. 19711209 1996031001

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala Puji syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah Swt., karena hanya limpahan karunia, rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, penulisan tesis yang berjudul *“Konsep Hidup Bahagia : Studi Komparatif dalam Risâlah Qusyairiah dan Letters From a Stoic”* ini dapat diselesaikan dengan segenap daya ketulusan. Peneliti menyadari bahwa setiap langkah dalam proses ilmiah ini tidak terlepas dari izin dan bimbingan-Nya.

Dengan penuh kerendahan hati, peneliti juga menyampaikan ungkapan terima kasih sedalam-dalamnya kepada semua pihak yang telah memberikan doa, dukungan moral maupun intelektual, serta bantuan nyata selama proses penelitian berlangsung, hingga akhirnya tesis ini rampung dan tersusun. Ucapan terima kasih ini secara khusus ditujukan kepada :

1. Rektor Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin Prof. Dr. Hj. Nida Mufidah, M.Pd. yang telah menciptakan iklim akademik yang terbuka, progresif, dan mendukung pengembangan kajian-kajian keislaman multidisipliner, termasuk bidang Tasawuf yang menjadi fokus penelitian ini.
2. Direktur Pascasarjana Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin Prof. Dr. H. Mujiburrahman, MA atas dedikasi dan kepemimpinannya dalam mengembangkan mutu akademik dan manajerial di lingkungan Pascasarjana, serta atas kebijakan yang memberikan ruang bagi mahasiswa untuk mengembangkan pemikiran kritis dan reflektif dalam menyusun karya ilmiah.
3. Ketua Prodi Ilmu Tasawuf Muhammad Iqbal M.S.I, juga kepada dosen pembimbing I Prof. Dr. Muhammad Rusydi, M. Ag dan kepada dosen

pembimbing II saya Dr. Ali Muammar Ali Zainal Abidin, S.S.I., M. A, yang telah sabar membimbing peneliti dan senantiasa memberikan arahan kepada peneliti selama melakukan penelitian hingga dapat menyelesaikan penulisan tesis ini.

4. Kedua orang tua saya, Akhmad Humaidi dan Dra. Sitti Rabi'ah yang senantiasa memberikan dukungan dalam doa dan materi serta senantiasa memberikan nasihat dan pelukan dalam suka duka mengerjakan tesis dan studi ini.
5. Kepada kakak saya, M. Adriannor S.B dan Rinita, yang juga selalu mensupport dalam hal nasihat, semangat, tempat, waktu dan uangnya.
6. Sahabat-sahabat saya, Safitri Ariani, Aisyah Deby, Aida dan Firdaus Club, rekan kerja saya di Ar-Raudhah, teman-teman di Kedai Sarunai yang selalu memberikan pengertian dan semangat selama berkuliah dan pengerjaan tesis ini.
7. Teman-teman seperjuangan mahasiswa program studi Ilmu Tasawuf angkatan 2023 yang telah membersamai peneliti dalam menjalani studi bersama.

Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi peneliti, dan kepada pembaca secara umum. *Âmîn yâ rabb al-â'lamîn.*

Banjarmasin, 16 Juli 2026
Peneliti

Kartini Kusuma Dewi
230211010010

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-INDONESIA

A. Pedoman Transliterasi

Pedoman transliterasi yang digunakan dalam penulisan tesis ini adalah pedoman transliterasi Arab-Indonesia yang terdapat di dalam buku Pedoman Karya Ilmiah yang diterbitkan oleh Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin edisi tahun 2021.

1. ا : A	16. ط : Th
2. ب : B	17. ظ : Zh
3. : T	18. ع : ‘
4. ث : Ts	19. غ : Gh
5. ج : J	20. ف : F
6. ح : <u>H</u>	21. ق : Q
7. خ : Kh	22. ك : K
8. د : D	23. ل : L
9. ذ : Dz	24. م : M
10. ر : R	25. ن : N
11. ز : Z	26. و : W
12. س : S	27. ه : H
13. ش : Sy	28. ء : ‘
14. ص : Sh	29. ي : Y
15. ض : Dh	

1. Vokal

Vokal dalam bahasa arab, seperti vokal bahasa indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong. Vokal tunggal memiliki ketentuan alih aksara sebagai berikut.

Tanda Vokal Arab	Tanda Vokal Latin	Keterangan
ـَ	A	Fathah
ـِ	I	Kasrah
ـُ	U	Dhammah

Vokal rangkap memiliki ketentuan alih aksara sebagai berikut.

Tanda Vokal Arab	Tanda Vokal Latin	Keterangan
ـَـِ	Ai	a dan i
ـَـُ	Au	a dan u

1. Vokal Panjang

Ketentuan alih aksara vokal panjang (*mad*), yang dalam bahasa arab dilambangkan dengan harakat dan huruf sebagai berikut.

Tanda Vokal Arab	Tanda Vokal Latin	Keterangan
بَـَ	Â	a dengan topi di atas
بِـِ	Î	i dengan topi di atas

يُ	Ū	u dengan topi di atas
----	---	-----------------------

2. Kata Sandang

Kata sandang yang dalam sistem aksara Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu dialihaksarakan menjadi huruf /l/, baik diikuti huruf *Syamsiyah* maupun huruf kamariah. Contoh: al-rijal bukan ar-rijal, al-diwan bukan ad-diwan.

3. Syiddah (*Tasydid*)

Syiddah atau *tasydid* yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tan (ـَـ) dalam alih aksara ini dilambangkan dengan huruf, yaitu dengan menggandakan huruf yang diberi tanda *syiddah* itu. Akan tetapi, hal ini tidak berlaku jika huruf yang menerima tanda *syiddah* itu terletak setelah kata sandang yang diikuti oleh huruf-huruf *Syamsiyah*. Misalnya, kata (الضَّرُورَةُ) tidak ditulis adh-dharurah melainkan al-dharurah, demikian seterusnya.

4. Ta Marbutah

Berkaitan dengan alih aksara ini, jika huruf *ta marbutah* terdapat pada kata yang berdiri sendiri, maka huruf tersebut dialihaksarakan menjadi huruf /h/ (lihat contoh 1 dibawah). Hal yang sama juga berlaku jika *ta marbutah* tersebut diikuti oleh kata sifat (*na't*) (lihat contoh 2). Namun, jika huruf *ta marbutah* tersebut diikuti kata benda (*ism*), maka huruf tersebut ut dialihaksarakan menjadi huruf /t/ (lihat contoh 3).

No.	Kata Arab	Alih Aksara
1	الطَّرِيقَةُ	Tharîqah
2	الْجَامِعَةُ الْإِسْلَامِيَّةُ	Al-Jâmi'ah al-Islâmiyyah
3	وَحْدَةُ الْوُجُودِ	Wahdah al-Wujûd

5. Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam alih aksara ini huruf kapital tersebut juga digunakan, dengan mengikuti ketentuan yang berlaku dalam ejaan Bahasa Indonesia, antara lain untuk menuliskan permulaan kalimat, huruf awal nama tempat, nama bulan, nama diri, dan lain-lain. Jika nama diri didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal atau kata sandangnya. Contoh: al-Ghazali, al-Banjari bukan Al-Banjari.

Beberapa ketentuan lain dalam Pedoman Umum Ejaan Bahasa Indonesia (PUEBI) sebetulnya juga dapat diterapkan dalam alih aksara ini, misalnya ketentaun mengenai huruf cetak miring (*italic*) atau cetak tebal (*bold*). Jika menurut PUEBI, judul buku itu ditulis dengan cetak miring, maka demikian halnya dalam alih aksaranya, demikian seterusnya.

Berkaitan dengan penulisan nama, untuk nama-nama tokoh yang berasal dari Nusantara sendiri, disarankan tidak dialiaksarakan meskipun akar katanya berasal dari bahasa Arab. Misalnya ditulis Abdussamad al-Palimbani, tidak ‘Abd al-Samad al-Palimbani; Nuruddin al-Raniri, tidak Nur al-Din al-Raniri.

ABSTRAK

Kartini Kusuma Dewi 230211010010, *Konsep Hidup Bahagia : Studi Komparatif dalam Risâlah Qusyairiah dan Letters From a Stoic*. Pembimbing: Prof. Dr. Muhammad Rusydi, M. Ag dan Dr. Ali Mu'ammarr Zainal Abidin, S.S.I., M. A. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena masyarakat modern yang sering mengaitkan kebahagiaan dengan keberhasilan material, status sosial, dan pencapaian duniawi. Pandangan tersebut menyebabkan kebahagiaan menjadi bersifat sementara dan rentan hilang ketika seseorang mengalami kegagalan atau kehilangan. Oleh karena itu, diperlukan kajian mengenai konsep kebahagiaan yang lebih mendalam melalui perspektif tasawuf Islam dan filsafat Stoa. Penelitian ini bertujuan untuk: (1) menganalisis konsep kebahagiaan menurut Imam al-Qusyairi dalam *Risâlah Qusyairiah* dan Seneca dalam *Letters from a Stoic*; serta (2) menganalisis relevansi konsep-konsep tersebut beserta penerapannya dalam kehidupan masyarakat modern. Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan (*library research*) dengan pendekatan kualitatif. Data primer berupa kitab *Risâlah Qusyairiah* karya Imam al-Qusyairi dan *Letters from a Stoic* karya Seneca, sedangkan data sekunder diperoleh dari buku, jurnal ilmiah, dan sumber-sumber lain yang relevan. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan metode analisis isi (*content analysis*) dengan pendekatan komparatif untuk menemukan persamaan, perbedaan, serta relevansi kedua konsep kebahagiaan tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Imam al-Qusyairi memandang kebahagiaan sebagai keadaan batin yang diperoleh melalui penyucian jiwa (*tazkiyat al-nafs*), pengendalian hawa nafsu, *maqâmât* dan *ahwâl*, sikap ridha, serta kedekatan kepada Allah hingga mencapai *ma'rifah* sebagai puncak perjalanan spiritual. Sementara itu, Seneca memandang kebahagiaan sebagai kehidupan yang selaras dengan kebajikan (*virtue*) dan akal budi (*reason*), yang diwujudkan melalui pengendalian diri, kebebasan dari dominasi emosi, serta penerimaan terhadap segala peristiwa sesuai hukum alam. Persamaan kedua tokoh terletak pada penekanan terhadap pembinaan batin, pengendalian diri, dan penolakan terhadap ketergantungan pada kenikmatan dunia sebagai sumber kebahagiaan. Adapun perbedaannya terletak pada orientasi akhir kebahagiaan, di mana Imam al-Qusyairi menempatkan Allah sebagai sumber dan tujuan utama kebahagiaan, sedangkan Seneca menempatkan kebajikan rasional sebagai dasar kehidupan yang bahagia. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa kedua konsep tersebut tetap relevan dalam kehidupan modern karena menawarkan alternatif terhadap krisis makna, tekanan psikologis,

budaya konsumtif, serta kecenderungan masyarakat mengejar validasi sosial. Integrasi nilai spiritual dari tasawuf dan nilai etis dari filsafat Stoa dapat menjadi landasan dalam membangun kebahagiaan yang lebih utuh, berkelanjutan, dan bermakna.

Kata Kunci: Kebahagiaan, Imam al-Qusyairi, Seneca, *Risâlah Qusyairiah*, *Letters from a Stoic*, Tasawuf, Stoisme.

ABSTRACT

Kartini Kusuma Dewi 230211010010, *Konsep Hidup Bahagia : Studi Komparatif dalam Risâlah Qusyairiah dan Letters From a Stoic*. Pembimbing: Prof. Dr. Muhammad Rusydi, M. Ag dan Dr. Ali Mu'ammarr Zainal Abidin, S. S.I., M. A. This research is motivated by the phenomenon of modern society, where happiness is frequently associated with material success, social status, and worldly achievements. Such a perspective makes happiness temporary and vulnerable to external changes. Therefore, this study examines the concept of happiness from the perspectives of Islamic Sufism and Stoic philosophy. The objectives of this research are: (1) to analyze the concept of happiness according to Imam al-Qusyairi in *Risâlah Qusyairiah* and Seneca in *Letters from a Stoic*; and (2) to examine the relevance of these concepts and their application in contemporary life. This study employs a qualitative library research method. The primary sources consist of *Risâlah Qusyairiah* by Imam al-Qusyairi and *Letters from a Stoic* by Seneca, while the secondary sources include books, scholarly journals, and other relevant academic literature. Data were collected through documentation techniques and analyzed using content analysis with a comparative approach to identify the similarities, differences, and contemporary relevance of the two concepts of happiness. The findings reveal that Imam al-Qusyairi views happiness as an inner state attained through the purification of the soul (*tazkiyat al-nafs*), the control of desires, spiritual stations (*maqâmât*) and states (*aḥwâl*), contentment with God's decree (*riḍâ*), and closeness to Allah culminating in *ma'rifah* (gnosis) as the highest stage of spiritual realization. In contrast, Seneca understands happiness as a life lived in accordance with virtue and reason, manifested through self-control, freedom from destructive passions, and acceptance of events in harmony with the order of nature. Both thinkers emphasize inner transformation, self-discipline, and independence from worldly pleasures as the foundation of genuine happiness. However, they differ in their ultimate orientation. Imam al-Qusyairi places Allah as the ultimate source and purpose of happiness, whereas Seneca regards rational virtue as the highest principle of a flourishing life. This study further demonstrates that both concepts remain highly relevant in addressing the challenges of contemporary society, including the crisis of meaning, psychological distress, consumerism, and the

pursuit of social validation. The spiritual values of Sufism and the ethical principles of Stoicism provide complementary perspectives for developing a more holistic, sustainable, and meaningful understanding of happiness. Consequently, enduring happiness cannot be achieved solely through material prosperity or technological advancement, but requires continuous self-transformation encompassing spiritual, moral, and existential dimensions.

Keywords: Happiness, Imam al-Qusyairi, Seneca, *Risâlah Qusyairiah*, *Letters from a Stoic*, Sufism, Stoicism.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
BUKTI BEBAS PLAGIASI	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iv
PENGESAHAN TESIS	v
KATA PENGANTAR.....	vi
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-INDONESIA	viii
ABSTRAK	xii
ABSTRACT	xiii
DAFTAR ISI	xv
DAFTAR TABEL.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	12
C. Tujuan Penelitian.....	12
D. Definisi Operasional.....	13
E. Penelitian Terdahulu.....	16
F. Metode Penelitian.....	22
G. Sistematika Penulisan.....	25
BAB II KONSEP TEORITIS HIDUP BAHAGIA	28
A. Konsep Kebahagiaan.....	28
B. Hakikat Kebahagiaan	34
C. Kebahagiaan pada Filsafat Islam	34
D. Tasawuf Memandang Kebahagiaan	41

E. Teori Kebahagiaan Kaum Stoa.....	45
BAB III BIOGRAFI DAN KARYA TOKOH.....	53
A. Imam Qusyairi dan Risalahnya	53
1. Biografi Imam Qusyairi	53
2. <i>Risâlah Qusyairiah</i>	58
3. Karakter Pemikirannya.....	60
B. Seneca dan Surat-suratnya	68
1. Biografi Seneca	68
2. Letters From a Stoic	69
BAB IV ANALISIS KOMPARATIF KONSEP HIDUP BAHAGIA	83
A. Hakikat Kebahagiaan	85
B. Tujuan Hidup Manusia.....	89
C. Sumber Kebahagiaan	91
D. Jalan Menuju Kebahagiaan	95
E. Hambatan Menuju Kebahagiaan	100
F. Persamaan Konsep Kebahagiaan	107
G. Perbedaan Konsep Kebahagiaan.....	112
H. Relevansi Konsep Kebahagiaan dalam Kehidupan Sekarang.....	117
BAB V PENUTUP.....	124
A. Kesimpulan	124
B. Saran-saran.....	126
DAFTAR PUSTAKA	127
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	134
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	136

DAFTAR TABEL

Table 4 1 Hasil Analisis Komparatif Konsep Kebahagiaan dalam <i>Risâlah Qusyairiah</i> dan Letters from a Stoic	116
---	-----