

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kebahagiaan sudah menjadi topik yang terus dibahas selama berabad-abad sejak zaman Yunani kuno hingga sekarang. Kebahagiaan merupakan kondisi pikiran atau perasaan senang, serta ketentraman hidup lahir dan batin untuk meningkatkan visi diri.² Meski terdengar seperti sebuah potensi yang sudah ada dalam diri, namun orang-orang terus mencari-cari dan mengejar-ngejar ‘kebahagiaan’ yang sesungguhnya, sempurna, dan abadi.

Sebagaimana apa yang dipertanyakan oleh Aristoteles mengenai tujuan hidup manusia. Menurutnya apapun yang bergerak dan apapun yang dilakukan manusia mesti demi sesuatu yang baik dan demi suatu nilai. Nilai inilah yang menjadi tujuan, ada yang dicari demi suatu tujuan yang jauh dari dirinya dan ada pula yang mencari demi dirinya sendiri. Tujuan demi dirinya sendiri disebut sebagai *eudaimonia*, yang artinya kebahagiaan karena menjalani hidup dengan sepenuhnya dan merasakan perkembangan hidup. Ketika manusia telah bahagia, maka ia tidak akan mencari apa-apa lagi.³

Setiap orang mendambakan kebahagiaan, meskipun berbeda pandangan menyangkut apa saja yang memberikan kebahagiaan. Kebahagiaan merupakan hal-hal baik dan menyenangkan menurut masing-masing orang.⁴ Karena kebahagiaan dianggap hal yang subjektif, sehingga sering disebutkan sinonim

² Hasil Pencarian - KBBI Daring (kemdikbud.go.id), diakses pada 1 Juni 2021.

³ Rusfian Effendi, *Filsafat Kebahagiaan: Plato, Aristoteles, Al-Ghazali, dan Al-Farabi* (Yogyakarta: Deepublish, 2017), 23.

⁴ M. Quraish Shihab, *Yang Hilang dari Kita: Akhlak* (Tangerang: PT Lentera Hati, 2016), 47.

kebahagiaan adalah *subjective well-being* yang hanya dapat dirasakan sesuai pengalaman dan pengetahuan masing-masing. Akan tetapi beberapa ahli baik itu dari kalangan filosof, sufi hingga psikolog mencoba untuk merumuskan indikator-indikator kebahagiaan yang dirasakan dalam hidup menggunakan kaca mata ilmiah atau standar untuk menguji kebahagiaan seseorang. Kebahagiaan ini disebut sebagai kebahagiaan objektif (*objective happiness*) sebagai lawan dari kebahagiaan subjektif (*subjective happiness*).⁵

Rakhmat menyebutkan bahwa pada posisi pertama pembahasan kebahagiaan objektif ini ditemukan pada pemikiran Plato, Aristoteles, Thomas Aquinas, serta Al-Ghazali. Sedangkan di posisi kedua ditemukan pada pemikiran Hobbes, Hume, dan Miles serta kaum emotivis, eksistensialis, dan egois. Berdasarkan hal ini kita dapat mengukur apakah seseorang bahagia atau tidak dengan mencocokkannya pada sebuah standar. Standar itu bisa merujuk pada aturan agama sebagaimana yang dilakukan oleh Al-Ghazali dan Thomas Aquinas, atau pada pembuktian yang menunjukkan bahwa pengakuan bahwa seseorang bahagia itu salah.⁶

Dalam dunia psikologi, pada tahun 1998 muncul sebuah gerakan yang disebut Psikologi Positif, sebagai respon atas perkembangan psikologi yang terbatas dan berfokus kepada gangguan dan penyakit mental. Gerakan ini dianggap sangat kuat dan memberi dampak yang begitu besar, luas dan nampaknya telah mengubah wajah sains psikologi itu sendiri. Bahkan dalam kurun waktu kurang dari dua dekade sejak kelahiran gerakan ini, adopsi pada

⁵ Jalaluddin Rakhmat, *Meraih Kebahagiaan* (Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2012), 104.

⁶ Rakhmat, 104–5.

psikologi positif dan perkembangannya dianggap begitu menggembirakan dan menumbuhkan harapan.⁷

Martin Seligman sebagai pelopor gerakan ini melihat bahwasanya psikologi saat itu telah kehilangan arah. Psikologi hanya berfokus pada kelemahan dan kerusakan yaitu pada penyakit mental dan gangguan kejiwaan yang cenderung kepada penderitaan. Sehingga semua orang tampak dipenuhi oleh sisi negatif tanpa memperhatikan potensi dari sisi positifnya. Melalui psikologi positif, ia ingin memasukkan perasaan-perasaan positif seperti kepuasan, kebahagiaan, dan harapan dengan mengoptimalkan kekuatan (*strengths*) dan kebajikan (*virtues*).⁸

Bersama Chris Peterson, ia mengadopsi konsep *eudaimonia* dan *virtues* menurut paham Aristoteles dan menjadikannya fondasi dari *authentic happiness*, fondasi psikologi positif. *Virtues* merupakan konsep Aristoteles tentang apa sesungguhnya kebaikan utama yang unik dan maksud atau tujuan dari segala sesuatu. Sedangkan *strengths* merupakan berbagai rute menuju *virtues* atau sebagai pengejawantahan yang unik dari *virtues*. Sebuah *virtues* yang sama dapat dicapai melalui jalan yang berbeda-beda.⁹

Adapun enam buah kebajikan (*virtues*) yang ditetapkan oleh Seligman dan tim diperoleh berdasarkan sekitar 20 sumber kebajikan dari kitab suci, agamawan, maupun filosof yang berjalan selama tiga ribu tahun dan tersebar di seluruh dunia. Diantara enam kebajikan tersebut ialah kearifan dan pengetahuan, keberanian,

⁷Iman Setiadi Arif, *Psikologi Positif: Pendekatan Saintifik Menuju Kebahagiaan* (Jakarta: Gramedia, 2016), 1.

⁸Martin EP. Seligman, *Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*, trans. oleh Nukman Eva Yulia (Bandung: Mizan, 2005), 21–37.

⁹Arif, *Psikologi Positif: Pendekatan Saintifik Menuju Kebahagiaan*, 22–23.

cinta dan kemanusiaan, keadilan, kesederhanaan, spiritualitas dan transendensi.¹⁰ Dari keenam *virtues* ini terdapat beberapa *strengths* atau kekuatan yang totalnya berjumlah dua puluh empat. Kemudian dalam karyanya Seligman menyebutkan terdapat lima elemen kebahagiaan (*well-being*) yang disingkat menjadi PERMA, diantaranya *positive emotion, engagement, relationship, meaning, dan accomplishment/achievement*.¹¹ Elemen ini akan dijelaskan pada bab II.

Adapun dalam Islam, terkait hal ini ada ajaran tasawuf yang merupakan aspek esoteris dengan berorientasi terhadap ketenangan hati dan kebahagiaan abadi, melalui pengelolaan hati yang senantiasa dekat dengan Allah. Buah dari kedekatan dan kebersihan hati ini melahirkan akhlak baik yang membawa manusia kepada kebahagiaan di dunia hingga kebahagiaan akhirat. Sebagaimana Al-Ghazali sebagai salah satu tokoh sufi yang menyebutkan bahwa hati manusia memiliki implikasi yang begitu luas dengan berbagai aspek dalam proses untuk mencapai kebahagiaan. Ia menyusun sebuah risalah yang membahas tentang proses yang harus dilalui untuk mencapai kebahagiaan yang berjudul *Kimyâ as-Sa'âdah* yang berarti Kimia Kebahagiaan.¹²

Kajian mengenai tasawuf cukup menarik minat yang besar di masyarakat karena mereka memerlukannya untuk mengisi hati dan jiwa yang kosong oleh hiruk-pikuk urusan dunia. Masyarakat berbondong-bondong untuk mendatangi sang guru yang membawa ilmu untuk kedamaian hati dan kedekatan dengan Allah. Islam tidak dimaknai semata-mata mengenai syari'at, namun juga hakikat

¹⁰ Seligman, *Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*, 171.

¹¹ Martin EP. Seligman, *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-Being* (New York: Simon and Schuster, 2012), 29.

¹² A. Mustofa Bisri, *Proses Kebahagiaan: Mengaji Kimiya'us Sa'adah Imam Ghazali* (Jakarta: PT Qaf Media Kreativa, 2020), 10–12.

dari syari'at tersebut. Banyak kegelisahan hati terjawab, dengan ceramah yang tidak terkesan menghakimi. Sehingga para jama'ah pulang dengan hati senang, bahagia dan lebih optimis untuk menghadapi hari-hari.

Tuan Guru H. Ahmad Zuhdiannor yang kerap dipanggil Guru Zuhdi atau dikenal juga dengan panggilan Abah Haji merupakan salah seorang ulama kharismatik dari Kalimantan Selatan yang mengajarkan tasawuf kepada masyarakat luas. Ia lahir di Banjarmasin, 10 Februari 1972 dan meninggal di Jakarta pada 2 Mei 2020.¹³

Pengajian tetap Tuan Guru H. Ahmad Zuhdiannor digelar di berbagai tempat di Kota Banjarmasin, diantaranya Masjid Raya Sabilal Muhtadin, Masjid Jami Banjarmasin, Masjid Kota Citra Graha, dan di rumahnya sendiri.¹⁴ Pengajian ini menjadi salah satu pengajian yang begitu banyak didatangi oleh masyarakat kota Banjarmasin untuk menimba ilmu agama. Ceramah-ceramah beliau begitu digemari masyarakat karena selain pembawaan beliau yang lembut dan santun dalam menyampaikan ilmu agama, terkadang juga diselingi dengan humor-humor kecil yang membuat jama'ah semakin bahagia.

Berdasarkan permasalahan di atas, khususnya melihat besarnya pengaruh Guru Zuhdi terhadap spiritualitas masyarakat kota Banjarmasin yang hidup di tengah hiruk-pikuk perkotaan dan kemodernan, dan mengingat kajian dan pembahasan tentang kesehatan mental khususnya tentang kebahagiaan menjadi topik yang cukup marak dibahas di Indonesia terutama di media sosial, penulis ingin menganalisis kebahagiaan menurut Guru Zuhdi dengan menggunakan perspektif tasawuf dan psikologi positif.

¹³ Diki Rifattama, *111 Malam Sepenggal Nasihat Abah Haji* (Banjarbaru: CV. Zukzez Ekspres, 2021), 1.

¹⁴ Rifattama, 2.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang tersebut di atas, untuk memberikan fokus penelitian yang terarah terhadap masalah yang akan diteliti, penulis membatasi penelitian ini kepada dua fokus yaitu:

1. Bagaimana konsep kebahagiaan menurut Guru Zuhdi?
2. Bagaimana konsep kebahagiaan Guru Zuhdi dalam perspektif tasawuf dan psikologi positif?

C. Tujuan Penelitian

Untuk menemukan jawaban dari rumusan masalah atau fokus penelitian di atas, tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Mendeskripsikan konsep kebahagiaan menurut Guru Zuhdi.
- b. Menganalisis konsep kebahagiaan menurut Guru Zuhdi dengan menggunakan perspektif tasawuf dan psikologi positif.

D. Signifikansi Penelitian

- a. Secara teoretis, penelitian ini dapat menjadi informasi ilmiah mengenai konsep kebahagiaan Guru Zuhdi secara terstruktur dengan analisis tasawuf yang dekat dengan pembahasan tentang kebahagiaan dan psikologi positif atau psikologi kebahagiaan. Penelitian ini juga dapat memberikan kontribusi secara akademik untuk kajian-kajian selanjutnya, serta menambah khazanah kajian tentang pemikiran ulama lokal di Kalimantan Selatan mengingat belum banyak kajian tentang tokoh ini yang berpengaruh cukup besar bagi masyarakat Kalimantan Selatan khususnya di Banjarmasin.

b. Secara praktis, menambah pengetahuan bagi siapapun yang berkepentingan maupun masyarakat luas yang ingin mempelajari atau sekadar ingin mengetahui konsep kebahagiaan Guru Zuhdi. Melalui penelitian ini pembaca juga dapat mengetahui hubungan antara konsep kebahagiaan Guru Zuhdi sebagai kajian lokal dengan teori sebelumnya secara global dalam terutama dari kaca mata tasawuf dan psikologi positif. Dengan mengetahui konsep ini, pembaca dapat menjadikannya acuan dan menerapkannya sebagai salah satu jalan untuk memperoleh kebahagiaan baik untuk dunia maupun akhirat.

E. Definisi Istilah

Untuk menghindari kesalahan dalam memahami judul penelitian ini, maka penulis perlu menjelaskan istilah judul sebagai penegasan arah penelitian:

1. Kebahagiaan, dalam bahasa Indonesia berarti kesenangan dan ketentraman hidup (lahir batin), keberuntungan, dan kemujuran yang bersifat lahir batin.¹⁵ Dalam bahasa Inggris disebut dengan *happiness* dan dalam bahasa arab disebut *as-sa'adah*. Kebahagiaan merupakan sebuah perasaan yang menjadi lawan dari kesedihan atau kesengsaraan. Adapun dalam penelitian ini, penulis memusatkan perhatian kepada konsep kebahagiaan menurut Guru Zuhdi.
2. Tasawuf, merupakan aspek esoteris Islam berupa pelatihan dengan sungguh-sungguh agar dapat membersihkan, memperdalam, mensucikan jiwa atau rohani manusia. Hal ini dilakukan untuk melakukan pendekatan atau taqarub kepada Allah dengan jalan mendekatkan diri kepada Allah

¹⁵Hasil Pencarian - KBBI Daring (kemdikbud.go.id), diakses pada 1 Juni 2021.

dengan beribadah untuk membersihkan diri dari sifat-sifat tercela, menghias diri dengan sifat-sifat terpuji serta memberdayakan potensi lahir dan batin hingga tercapai kebahagiaan sejati. Dengan melalui sudut pandang dari ajaran tasawuf, penulis akan menganalisis kebahagiaan menurut Guru Zuhdi.

3. Psikologi Positif, merupakan aliran baru dalam psikologi yang muncul setelah psikoanalisa, behaviorisme, dan humanisme. Aliran ini juga disebut sebagai psikologi kebahagiaan yang dipelopori oleh Martin Seligman pada tahun 1998. Selain dari teori ajaran tasawuf, teori-teori dari psikologi positif ini juga akan penulis gunakan sebagai perbandingan dalam analisis konsep kebahagiaan menurut Guru Zuhdi.

F. Penelitian Terdahulu

Sejauh penelusuran penulis, belum ditemukan adanya penelitian maupun artikel ilmiah yang mempunyai objek kajian sama persis dengan yang dilakukan penulis. Berikut penulis mengklasifikasikan beberapa penelitian terdahulu yang dijadikan sebagai tinjauan pustaka dan dianggap memiliki kemiripan dengan penelitian ini ke dalam tiga kelompok yaitu: penelitian yang membahas tokoh Tuan Guru H. Ahmad Zuhdiannor, penelitian yang membahas tentang kebahagiaan menurut tokoh, penelitian yang membahas kebahagiaan perspektif tasawuf dan atau psikologi positif.

1. Penelitian yang membahas Tuan Guru H. Ahmad Zuhdiannor dan segala hal yang terkait dengan tokoh:

Sebuah artikel dalam sebuah jurnal yang ditulis oleh Mujiburrahman, M. Zainal Abidin, dan Rahmadi yang berjudul “Ulama Banjar Kharismatik Masa

Kini di Kalimantan Selatan: Studi terhadap Figur Guru Bakhiet, Guru Danau, dan Guru Zuhdi.” Pokok masalah yang dibahas dalam penelitian ini yaitu K. H. Muhammad Bachiet (Guru Bachieth); K. H. Asmuni (Guru Danau) dan K. H. Ahmad Zuhdiannor (Guru Zuhdi). Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian lapangan (*field research*), yang menuntut kehadiran langsung peneliti. Teknik pengumpulan data yang digunakan diantaranya observasi, wawancara, dan studi dokumentasi. Teknik analisis data dalam penelitian ini yaitu inventarisasi data, penggolongan hasil observasi, wawancara, dan studi dokumentasi ke dalam sub-sub permasalahan, dirangkum, serta disusun kembali dalam bentuk deskripsi yang lebih sistematis berbentuk laporan hasil penelitian. Hasil dari data dan informasi yang telah dikumpulkan kemudian dianalisis dengan menggunakan berbagai teori tentang kharisma dalam bentuk analisis kualitatif.¹⁶

Dari penelitian ini, diketahui bahwa kharisma masing-masing tokoh pada gilirannya terpelihara melalui rutinisasi, baik melalui tatap muka langsung di pengajian ataupun melalui media cetak dan elektronik modern. Kehadiran mereka di ruang publik sebagai tokoh dan pemimpin agama begitu didengarkan petuah-petuahnya. Namun, sejauh hingga penelitian ini dilakukan, meskipun mereka menggunakan media modern, pengaruhnya sepertinya lebih kuat tertanam melalui pengajian tatap muka. Hal ini dianggap memiliki kemungkinan menunjukkan bahwa tak ada satupun dari mereka yang kini menduduki posisi setingkat dengan Guru Sekumpul yang memiliki pengaruh begitu besar dan tersebar luas di Kalimantan Selatan. Disebutkan pula bahwa ketiga tokoh ini tampaknya

¹⁶Mujiburrahman, Muhammad Zainal Abidin, dan Rahmadi, “Ulama Banjar Kharismatik Masa Kini di Kalimantan Selatan: Studi Terhadap Figur Guru Bachiet, Guru Danau, Dan Guru Zuhdi,” *Al-Banjari : Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Keislaman* 11, No. 2 (14 Agustus 2012): 116–117.

menunjukkan pergeseran pusat kharisma, dari Martapura tempat Guru Sekumpul menetap, menyebar ke tiga wilayah yaitu Banjarmasin, Barabai, dan Tanjung.¹⁷

Artikel dalam sebuah jurnal yang ditulis oleh Novisari, Yulia Khairina, dan Siti Faridah yang berjudul “Fanatisme Jamaah Pengajian Agama terhadap Guru Zuhdi di Masjid Jami Banjarmasin”. Adapun penelitian ini merupakan jenis penelitian lapangan (*field research*) yang bersifat deskriptif-kualitatif. Peneliti melakukan observasi dengan menggunakan pengamatan naturalistik kepada jamaah Guru Zuhdi di majelis pengajian beliau yaitu Masjid Jami Banjarmasin. Kemudian dilanjutkan dengan melakukan wawancara kepada masyarakat yang menjadi jamaah untuk mencari hasil penelitian fanatisme jamaah pengajian agama terhadap Guru Zuhdi sebagai subjek penelitian. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa fanatisme merupakan paham yang dianut oleh seseorang yang memberi andil terhadap kehidupannya dan membuat emosinya menjadi lebih matang serta bijaksana. Dalam penelitian ini, fanatisme merupakan salah satu wujud dari rasa cinta yang dimiliki suatu masyarakat atau golongan pada sosok figur yang diyakini telah memberikan kontribusi yang besar dalam dirinya dan hidupnya.¹⁸

Kemudian sebuah skripsi yang ditulis oleh Najwa Amaliah dengan judul “Gaya Bahasa dan Metode Dakwah Guru Ahmad Zuhdiannor pada *Channel Youtube Majta TV*” Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dan menggunakan teknik analisis data model Miles dan Huberman untuk mengklasifikasikan kata-kata dalam video-video guru Ahmad Zuhdiannor pada

¹⁷ Mujiburrahman, M. Zainal Abidin, dan Rahmadi, 133–134.

¹⁸ Novisari Novisari, Yulia Hairina, dan Siti Faridah, “Fanatisme Jamaah Pengajian Agama terhadap Guru Zuhdi di Masjid Jami Banjarmasin,” *Jurnal Al-Husna* 1, no. 2 (22 April 2021): 143–147.

channel YouTube Majta TV. Adapun hasil penelitian ini, gaya bahasa yang digunakan guru Ahmad Zuhdiannor dalam menyampaikan dakwahnya ialah 1) Berdasarkan pilihan kata, gaya bahasa yang digunakan adalah gaya bahasa tidak resmi dan gaya bahasa percakapan. 2) Berdasarkan nada suara, gaya bahasa yang digunakan adalah gaya bahasa sederhana yang mulia dan bertenaga. 3) Berdasarkan struktur kalimat menggunakan gaya bahasa *klimaks*, *paralelisme* dan *repetisi*. 4) Berdasarkan langsung tidaknya makna, menggunakan bahasa *kiasan*, *inuendo*, dan *asonansi*. Sedangkan metode dakwah yang dipakai guru Ahmad Zuhdiannor kebanyakannya menggunakan dakwah *al-mau'idzah al-hasanah*.¹⁹

Penelitian lain yang membahas Tuan Guru H. Ahmad Zuhdiannor adalah skripsi yang ditulis oleh Abdur Rahim dengan judul “Retorika Dakwah Tuan Guru H. Ahmad Zuhdiannor. Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field research*) dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi. Adapun subjek penelitian ini adalah Tuan Guru H. Ahmad Zuhdiannor, sedangkan yang menjadi objek penelitian ini adalah retorika dakwah dari beliau. Metode analisis yang digunakan yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil dari penelitian ini diantaranya: *pertama*, berdasarkan hasil analisis peneliti terhadap komposisi pesan dakwah Tuan Guru H. Ahmad Zuhdiannor pada Majelis Taklim, tokoh menggunakan tiga prinsip yaitu adanya kesatuan, pertautan dan penekanan. *Kedua*, bahwa imbauan pesan yang digunakan Tuan Guru H. Ahmad Zuhdiannor pada Majelis Taklim diantaranya imbauan rasional, imbauan emosional, imbauan takut, imbauan ganjaran dan imbauan motivasional.

¹⁹ Najwa Amaliah, “Gaya Bahasa dan Metode Dakwah Guru Ahmad Zuhdiannor pada Channel Youtube Majta TV” (Skripsi, Banjarmasin, UIN Antasari, 2020).

Sedangkan jika dikaitkan dengan istilah-istilah yang ada dalam al-Qur'an, pesan persuasif yang beliau sampaikan dapat disebut dengan istilah *qaulan ma'rûfan*, *qaulan karîman*, *qaulan balîghan* dan *qaulan layyinan*.²⁰

Kemudian sebuah skripsi yang ditulis oleh Rudi Utomo dengan judul “Motivasi Jamaah Majelis Taklim Guru Tuan Guru H. Ahmad Zuhdiannor di Masjid Jami Banjarmasin Kalimantan Selatan”. Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field research*) dengan analisis induktif menggunakan deskriptif kualitatif. Teknik pengumpulan data yang digunakan ialah wawancara, observasi serta dekumenter. Adapun hasil dari penelitian ini ialah motivasi jamaah yang mengikuti majelis taklim guru KH. Ahmad Zuhdiannor diantaranya: ingin memperdalam ilmu agama, ingin menghibur hati, ajakan orang lain, meningkatkan nilai ibadah, dan ingin dekat dengan ulama. Motivasi jamaah ini dipengaruhi oleh faktor internal, yaitu adanya perasaan kurang memiliki pengetahuan agama, kemampuan mengatur waktu sehingga mampu menghadiri untuk mengikuti pengajian agama dan tingginya minat jamaah untuk mengikuti pengajian agama. Ada pula faktor eksternal yaitu kegiatan dan kualitas pengajian serta guru yang menyampaikan pengajian dapat memberikan pengaruh baik bagi jamaah, budaya masyarakat yang menyenangi pengajian agama, serta lokasi pengajian yang mudah dijangkau.²¹

2. Penelitian yang membahas tentang kebahagiaan menurut pandangan ulama atau sufi:

²⁰Abdur Rahim, “Retorika Dakwah KH. Ahmad Zuhdiannor pada Majelis Taklim di Banjarmasin” (Skripsi, Banjarmasin, Institut Agama Islam Negeri Antasari, 2017).

²¹Rudi Utomo, “Motivasi Jamaah Majelis Taklim Guru KH. Ahmad Zuhdiannor di Masjid Jami Banjarmasin Kalimantan Selatan” (Skripsi, Banjarmasin, Institut Agama Islam Negeri Antasari, 2016).

Disertasi yang ditulis oleh Nurliana Damanik yang berjudul “Konstruksi Kebahagiaan dalam Tasawuf Modern HAMKA”. Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan yang menggunakan berbagai pendekatan, diantaranya pendekatan tasawuf, normatif, filsafat, sejarah, sosial, dan hermeneutika. Penelitian ini menggunakan beberapa teknik analisis yaitu analisis isi (*content analysis*), koherensi intern, idealisasi dan analisa kritis, kesinambungan historis, dan keharusan peneliti berempati. Adapun teknik pengambilan kesimpulannya dilakukan melalui inventarisasi, deskripsi, dan sintesis.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kebahagiaan menurut HAMKA adalah kehidupan yang dapat merasakan kesenangan dan ketenangan hidup. Kebahagiaan menurutnya terbagi menjadi dua, yaitu kebahagiaan secara jasmaniah dan secara rohaniyah. Diantara langkah-langkah yang harus dilakukan untuk mencapai kebahagiaan adalah dengan tekun beragama, menanamkan ajaran agama Islam dalam kehidupan, menjaga akal dan hati, membangun sikap zuhud, nilai *qana'ah*, berani melawan hawa nafsu, beramal sholeh, serta bersikap *khauf* dan *raja'*. Melalui langkah-langkah ini kemudian akan dicapai kondisi diri yang selalu bertawakkal kepada Allah, bersikap ikhlas, berakhlak mulia, selalu bersyukur, pemaaf, dan jauh dari buruk sangka. Hal ini yang menjadi dasar konstruksi pemikiran HAMKA dalam membangun makna dan nilai kebahagiaan dalam tasawuf modernnya.²²

Penelitian lain yaitu skripsi yang ditulis oleh Aqmarina Shofita yang berjudul "أثر التوحيد في السعادة عند ابن القيم الجوزية" (Pengaruh Tauhid terhadap

²² Nurliana Damanik, “Konstruksi Kebahagiaan dalam Tasawuf Modern HAMKA” (Disertasi, Medan, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, 2020).

Kebahagiaan menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah: Studi Deskriptif Analisis). Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan pendekatan tasawuf dalam kajian kepustakaan, untuk memahami hakikat tauhid dan kebahagiaan menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah didukung dengan beberapa pendapat tokoh ulama muslim. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tauhid mempunyai posisi yang tinggi dalam kebahagiaan. Hal ini dikarenakan tauhid merupakan suatu keyakinan adanya Tuhan Yang Maha Esa dan tidak menyekutukannya. Tauhid menurut Ibnu Qayyim dibagi menjadi tiga bagian yaitu Tauhid *Rubbubiyah*, Tauhid *Uluhiyyah*, dan Tauhid *Asma' wa Sifat*. Kebahagiaan merupakan rasa dekatnya seorang hamba dengan Tuhan-Nya, seperti pertemuan dengan Allah. Terdapat dua macam yaitu kebahagiaan di dunia dan kebahagiaan di akhirat. Kebahagiaan di dunia yaitu dengan rasa syukur, sabar dan taubat. Sedangkan kebahagiaan di akhirat terdapat dalam keimanan serta ibadah yang benar, karena dalam keimanan inilah terdapat tauhid yang akan mencapai sebuah kebahagiaan yang hakiki. Kebahagiaan juga dibagi menjadi tiga macam, yaitu: kebahagiaan di luar (dzat manusia), kebahagiaan *Jismiyyah* dan *Badaniyyah* serta kebahagiaan *Nafsiyyah* dan *Ruhiyyah Qolbiyyah*. Dan pengaruh tauhid terhadap kebahagiaan seseorang menurut Ibnu Qayyim al-Jauziyyah terletak pada *Qalbun Salim* yang didasari dengan ilmu dan iman, serta dari ibadah yang mencapai *ma'rifatullah*.²³

3. Penelitian yang membahas kebahagiaan perspektif tasawuf dan atau psikologi positif:

²³ Aqmarina Shofita, “*Atsar at-Tauhid fi as-Sa’adah ‘Inda ibn al-Qayyim al-Jauziyyah*” (Skripsi, Prodi Akidah dan Filsafat Islam, Fakultas Ushuluddin Universitas Darussalam Gontor, 2019).

Tesis yang ditulis oleh Imroatus Sholihah yang berjudul “Konsep Kebahagiaan dalam al-Qur’an Perspektif Tafsir Mutawalli Asy-Sya’rawi dan Psikologi Positif”. Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan (*library research*) yang menggunakan pendekatan integratif-interkonektif karena dipusatkan pada satu masalah topik yaitu konsep kebahagiaan dalam al-Qur’an yang diinterpretasikan menurut Mutawalli asy-Sya’rawi. Hasil interpretasi ini kemudian dilandaskan pada salah satu landasan integrasi-interkoneksi ilmu, yaitu landasan psikologis, mengintegrasikannya dalam al-Qur’an dengan psikologi positif. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa term kebahagiaan dalam al-Qur’an ‘*al-falâh*’, ‘*al-fauz*’, dan ‘*al-farh*’ relevan dengan *subjective well being* dalam psikologi positif. Dari pembagian dua term tersebut telah menjelaskan bahwa untuk mengidentifikasi kebahagiaan dibutuhkan dua peran penting, yaitu manusia dan Allah. Karakteristik orang bahagia adalah kebaikan, melaksanakan *amr ma’ruf nahi munkar*, optimis, gembira atas karunia Allah, sabar, dan altruistik. Kemudian beberapa upaya untuk mencapai kebahagiaan, langkah utama adalah mengevaluasi aspek kognitif dan afektif, dan langkah kedua adalah mengaplikasikan takwa, iman, berdzikir kepada Allah, ingat nikmat Allah, jihad di jalan Allah, dan menjauhi meminum khamr.²⁴

Jika dilihat dari penelitian-penelitian tersebut di atas, penelitian ini yang berjudul “Kebahagiaan Menurut Guru Zuhdi: Perspektif Tasawuf dan Psikologi Positif” memiliki beberapa persamaan dalam beberapa aspek penelitian, namun berbeda dan menjadi suatu penelitian yang baru jika dilihat secara keseluruhan.

²⁴ Imroatus Sholihah, “Konsep Kebahagiaan dalam al-Qur’an Perspektif Tafsir Mutawalli Asy-Sya’rawi dan Psikologi Positif” (Tesis, Jurusan Studi Ilmu Agama Islam, Fakultas Pascasarjana Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2016).

G. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (*library research*) karena yang diteliti berupa data berbentuk rekaman video, dokumen, buku-buku, atau jurnal yang relevan dengan penelitian.

2. Subjek dan Objek Penelitian

a. Subjek Penelitian

Rahmadi mengemukakan definisi subjek penelitian dari pendapat Tatang T. Amirin yaitu sumber tempat memperoleh keterangan penelitian atau dapat pula diartikan sebagai seseorang atau sesuatu yang darinya ingin diperoleh keterangan. Atau definisi dari Muhammad Idrus bahwa subjek penelitian sebagai individu, benda, atau organisme yang dijadikan sumber informasi yang dibutuhkan dalam pengumpulan data penelitian.²⁵ Dalam penelitian ini, yang subjek penelitian adalah video rekaman Guru Zuhdi sebagai perwakilan keberadaan Guru Zuhdi dengan menampilkan pemikiran dan ajaran yang disampaikan melalui ceramahnya.

b. Objek Penelitian

Objek penelitian merupakan masalah yang akan diteliti dalam suatu penelitian. Dalam penelitian ini, yang menjadi objek penelitian adalah konsep kebahagiaan menurut Guru Zuhdi yang diperoleh melalui proses pengumpulan data dan akan dianalisis menggunakan teori tasawuf dan Psikologi Positif.

3. Data dan Sumber Data

²⁵ Rahmadi Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian* (Banjarmasin: Antasari Press, 2011), 61.

a. Data

Herdiansyah menyebutkan bahwa data merupakan suatu atribut yang melekat pada suatu objek tertentu, memiliki fungsi sebagai suatu informasi yang dapat dipertanggungjawabkan dan didapatkan melalui metode pengumpulan data.²⁶ Dalam konteks penelitian, peran data seperti bahan bakar untuk mendapatkan hasil penelitian. Penelitian ini menggunakan data kualitatif yaitu data yang berbentuk kalimat atau narasi dari subjek penelitian yang diperoleh melalui suatu teknik pengumpulan data dan akan dianalisis menggunakan teknik analisis data kualitatif untuk menghasilkan suatu temuan atau hasil penelitian yang akan menjawab pertanyaan penelitian yang diajukan.²⁷

Penelitian ini menggunakan dua jenis data yaitu data primer dan data sekunder. Menurut Bungin, sebagaimana yang dikutip oleh Rahmadi, data primer merupakan data yang langsung diperoleh dari sumber data pertama di lokasi penelitian atau objek penelitian. Sedangkan data sekunder merupakan data yang diperoleh dari sumber kedua atau sumber sekunder dari data yang dibutuhkan.²⁸ Data primer dalam penelitian ini adalah konsep kebahagiaan menurut Guru Zuhdi yang terdapat dalam sumber data primer yaitu video rekaman ceramah beliau. Sedangkan data sekunder dari penelitian ini berupa informasi terkait pemikiran dan biografi Guru Zuhdi dari sumber data sekunder seperti buku artikel dan lain sebagainya. Selain itu, data sekunder yang juga diperlukan dalam penelitian ini berupa informasi terkait teori kebahagiaan secara umum baik berdasarkan teori filsafat, tasawuf, hingga psikologi. Data ini digunakan sebagai alat untuk

²⁶ Haris Herdiansyah, *Wawancara, Observasi, dan Fokus Groups: Sebagai Instrumen Penggalan Data Kualitatif* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2013), 8.

²⁷ Herdiansyah, 13–14.

²⁸ Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian*, 71.

membantu analisis data primer untuk mendapatkan hasil penelitian yang diinginkan.

b. Sumber Data

Sumber data juga disebut dengan sumber penelitian, yaitu subjek dari mana data diperoleh. Dapat pula didefinisikan sebagai benda atau orang tempat peneliti mengamati, membaca, atau bertanya mengenai informasi yang berhubungan dengan masalah penelitian.²⁹

Sumber data dalam penelitian ini pun terdiri dari sumber data primer dan sumber data sekunder. Adapun sumber data primer pada penelitian ini berupa data dokumenter berbentuk video rekaman ceramah Guru Zuhdi yang relevan dengan topik penelitian yaitu tentang kebahagiaan. Dalam penelitian ini penulis menganalisis 17 video rekaman ceramah yang terdiri dari: lima video berdurasi panjang (lebih dari satu jam), tujuh video berdurasi sedang (kurang dari satu jam), dan lima video berdurasi pendek (kurang dari sepuluh menit). Semua video bersumber dari situs Youtube dari beberapa kanal di antaranya: Majta Live, Masjid Jami' Banjarmasin, TV Aulia, Daeng Arman, Doa Guru, dan Ingat Nabi. Video-video ceramah yang diteliti adalah ceramah yang berada dalam rentang waktu dari tahun 2019 hingga 2020 termasuk pengajian terakhir sebelum beliau meninggal.

Sedangkan sumber data sekunder pada penelitian ini berupa buku, artikel, dokumen, dan lain-lain yang berhubungan dengan Guru Zuhdi sebagai pelengkap dan pendukung data penelitian seperti materi ceramah yang ditulis oleh murid dari jama'ah beliau dan sumber-sumber lain yang memuat biografi dan penelitian dan

²⁹ Rahmadi, 60.

tulisan yang memuat tentang beliau. Untuk mendukung data penelitian, penulis juga melakukan wawancara kepada saudara dari Guru Zuhdi yaitu Guru Muhammad As'ad.

Adapun sumber data sekunder yang digunakan untuk menganalisis data primer dalam kajian teori tasawuf terkait kebahagiaan adalah karya al-Ghazali seperti dalam *Kimyâ as-Sa'âdah*, *Ihya 'Ulûm ad-Dîn*, *Ma'ârij al-Quds*, dan sumber-sumber lain yang juga membahas kebahagiaan menurut al-Ghazali. Ini juga dikarenakan Guru Zuhdi banyak menggunakan kitab-kitab karya al-Ghazali atau saduran dari karyanya saat menyampaikan ceramah. Sedangkan dari sudut pandang psikologi positif penulis lebih memfokuskan kajian teori menurut Martin Seligman seperti dalam *Authentic Happiness* dan *Flourishing*.

4. Teknik Pengumpulan Data

Pada pengumpulan data penelitian, penulis menggunakan dua teknik, yaitu observasi dan dokumentasi. Herdiansyah mendefinisikan observasi sebagai proses melihat, mengamati, dan mencermati serta “merekam” perilaku secara sistematis untuk tujuan tertentu. Observasi merupakan suatu kegiatan mencari data yang dapat digunakan untuk memberikan suatu kesimpulan atau diagnosis.³⁰

Sedangkan menurut Rahmadi, observasi atau pengamatan artinya melihat dengan penuh perhatian, yang dalam penelitian diartikan sebagai cara-cara mengadakan pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang tampak pada objek penelitian. Pengamatan dapat dilakukan secara langsung maupun tidak langsung. Dalam penelitian ini penulis menggunakan pengamatan secara tidak langsung,

³⁰ Herdiansyah, *Wawancara, Observasi, dan Fokus Groups: Sebagai Instrumen Penggalan Data Kualitatif*, 132.

yaitu pengamatan yang dilakukan melalui media tertentu³¹. Penulis mengamati melalui media video rekaman untuk mengetahui ajaran yang disampaikan oleh Guru Zuhdi dan ceramah beliau yang berhubungan dengan kebahagiaan di situs YouTube. Video rekaman ceramah yang dikumpulkan untuk dianalisis memiliki durasi yang beragam dari video berdurasi panjang, sedang, maupun pendek.

Sedangkan teknik dokumentasi merupakan teknik untuk mengumpulkan data melalui sejumlah dokumen (informasi yang didokumentasikan) berupa dokumen tertulis maupun dokumen terekam³². Teknik dokumentasi ini merupakan sumber non manusia yang stabil serta akurat sebagai cerminan situasi dan keadaan sebenarnya, serta dapat dianalisis secara berulang-ulang tanpa mengalami perubahan.³³ Adapun dalam penelitian ini, dokumentasi yang dikumpulkan berupa dokumen terekam berupa video-video rekaman ceramah Guru Zuhdi semasa hidupnya yang relevan dengan topik penelitian yaitu kebahagiaan.

Langkah-langkah pengumpulan data yang penulis lakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Penulis mengobservasi (mengamati) video rekaman ceramah Guru Zuhdi yang relevan dengan fokus penelitian.
- b. Penulis mendokumentasikan video-video ceramah Guru Zuhdi yang membahas tentang tasawuf secara umum dan kebahagiaan secara khusus.
- c. Penulis mendengarkan dengan seksama ceramah Guru Zuhdi yang relevan dan mentransfer kontennya dalam bentuk tulisan sehingga

³¹ Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian*, 80.

³² Rahmadi, 85.

³³ Syamsu, *Metode Penelitian: (Teori dan Aplikasi Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Mixed Methods, serta Research & Development)* (Jambi: Pusaka Jambi, 2017), 99.

lebih mudah untuk dibaca dan dianalisis. Selama pengumpulan data, penulis menganalisis tulisan tersebut menggunakan teknik dari Miles dan Haberman: pertama-tama dengan melakukan pengkodean berupa pemberian label atas kategori-kategori yang dikembangkan dari masalah penelitian, hipotesis, konsep-konsep kunci atau tema-tema penting pada hasil observasi yang telah ditulis.³⁴ Salah satu cara untuk mempermudah proses analisis selanjutnya adalah dengan memberi catatan pinggir³⁵ pada data konten ceramah Guru Zuhdi yang telah berbentuk teks.

- d. Penulis juga melakukan studi pustaka untuk mengumpulkan data terkait fokus penulisan berupa buku, artikel, surat kabar, dan sebagainya yang diperlukan untuk melengkapi data penelitian. Diantara referensi yang diperlukan yaitu segala yang terkait dengan Guru Zuhdi, pembahasan kebahagiaan dalam sudut pandang tasawuf dan psikologi positif.

5. Teknik Analisis Data

Menganalisis data berarti melakukan kajian untuk memahami struktur suatu fenomena-fenomena yang berlaku di lapangan. Analisis dilaksanakan dengan melakukan terhadap fenomena atau peristiwa secara keseluruhan, maupun terhadap bagian-bagian yang membentuk fenomena-fenomena tersebut serta hubungan keterkaitannya.³⁶ Sedangkan menurut Sugiono analisis data

³⁴ Matthew B. Miles dan A. Michael Huberman, *Analisis Data Kualitatif: Buku Sumber Tentang Metode-Metode Baru*, trans. oleh Tjetjep Rohendi Rohidi (Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia (UI-Press), 2009), 87.

³⁵ Miles dan Huberman, 107.

³⁶ Iskandar, *Metodologi Penelitian Pendidikan dan Sosial: Kuantitatif dan Kualitatif*, ed. oleh Martinis Yamin (Jakarta: Gaung Persada Press, 2009), 220–21.

merupakan proses untuk mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil observasi, wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikannya kedalam kategori, menjabarkannya, melakukan sistesa, menyusun ke dalam pola, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.³⁷

Dalam menganalisis data yang telah dikumpulkan, penelitian ini menggunakan dua metode, yaitu metode analisis isi (*content analysis*) dan analisis deksriptif komparatif. Metode analisis isi digunakan untuk menganalisis data berbentuk video rekaman yang menjadi jawaban dari rumusan masalah pertama yaitu bagaimana konsep kebahagiaan menurut Guru Zuhdi. Sedangkan metode analisis deskriptif komparatif digunakan untuk menjabarkan dan membandingkan konsep kebahagiaan Guru Zuhdi dalam pandangan tasawuf dan psikologi positif.

Langkah-langkah analisis data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Terlebih dahulu penulis mendengarkan video rekaman yang telah dikumpulkan dan mentransfer isinya kedalam bentuk tulisan untuk memudahkan proses analisis.
- b. Penulis mengidentifikasi dan menandai bagian-bagian dari ceramah yang membahas tentang konsep kebahagiaan secara langsung maupun tidak langsung, tersirat maupun tersurat.
- c. Konsep kebahagiaan yang telah diperoleh diklasifikasikan ke dalam beberapa sub pembahasan, disusun secara sistematis kemudian dideskripsikan secara mendetail.

³⁷ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2014), 244.

- d. Penjabaran ini kemudian dianalisis dengan membandingkannya dengan teori-teori dalam tasawuf dan psikologi positif untuk melihat hubungan antara satu dengan yang lain, baik berupa persamaan maupun perbedaan yang ada.

H. Sistematika Pembahasan

Bab pertama atau pendahuluan berisi latar belakang masalah yang menguraikan kronologis umum topik yang diangkat dan penjelasan motivasi penulis sehingga mengangkat tema tersebut dalam penelitian. Selanjutnya dalam bab ini berisi fokus penelitian sehingga usaha yang dilakukan penulis menjadi jelas dan signifikansi penelitian yang memperhatikan sisi manfaat dari hasil penelitian. Kemudian uraian selanjutnya yaitu definisi istilah untuk lebih menguatkan judul yang diangkat penulis dalam penelitian, penelitian terdahulu sebagai bukti keaslian penelitian dan menghindari kesia-siaan jika terdapat kajian yang serupa. Metode penelitian berisi cara atau teknik yang dipilih untuk penelitian, serta sistematika penulisan yang menguraikan format laporan hasil penelitian yang akan disampaikan.

Bab kedua memuat landasan teoretis mengenai konsep kebahagiaan dalam tradisi pemikiran Barat dan Islam khususnya psikologi dan tasawuf dan melihat integrasi antara keduanya. Hal ini meliputi deskripsi mengenai teori-teori kebahagiaan menurut para filsuf, sufi, hingga ilmuwan psikologi. Dalam bab ini pula penulis akan mendeskripsikan teori kebahagiaan menurut tawasuf dan Psikologi Positif sebagai teori yang akan digunakan untuk menganalisis data dalam penelitian ini.

Bab ketiga berisi tentang tokoh yang diteliti, yaitu biografi Tuan Guru H. Ahmad Zuhdiannor, pemikiran tasawuf, dan konsep kebahagiaan dalam ajaran tasawuf yang beliau sampaikan. Adapun biografi terkait latar belakang kehidupan, pendidikan dan sanad keilmuan, serta peran dan pengaruh tokoh ini di tengah masyarakat, khususnya masyarakat Banjarmasin. Hal ini dimaksudkan untuk memberikan gambaran terkait beberapa faktor yang melatarbelakangi pemikirannya. Pada bab ini pula digambarkan mengenai pemikiran tasawuf Tuan Guru H. Ahmad Zuhdiannor berdasarkan data yang telah diperoleh.

Bab keempat berisi tentang analisis konsep kebahagiaan menurut Tuan Guru H. Ahmad Zuhdiannor perspektif tasawuf dan psikologi positif. Adapun bab kelima adalah penutup. Bab ini berisi kesimpulan untuk menjawab pertanyaan yang terdapat dalam fokus penelitian serta saran dan rekomendasi untuk penelitian selanjutnya.