

Fathul Hamdani, S.H.  
Ana Fauzia, S.H.  
Dr. Widodo Dwi Putro, S.H., M.Hum.



# A VALUE OF AWARENESS

(Petuah untuk Anak Muda di Abad ke-21)

SAMUDRA  
BARU

# A VALUE OF **AWARENESS**

(Petuah untuk Anak Muda di Abad ke-21)

**SAMUDRA  
BIRU**

**Sanksi Pelanggaran Pasal 113 Undang-Undang  
Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 Tentang Hak Cipta**

1. Hak Cipta adalah hak eksklusif pencipta yang timbul secara otomatis berdasarkan prinsip deklaratif setelah suatu ciptaan diwujudkan dalam bentuk nyata tanpa mengurangi pembatasan sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan. (Pasal 1 ayat [1]).
2. Pencipta atau Pemegang Hak Cipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 8 memiliki hak ekonomi untuk melakukan: a. Penerbitan ciptaan; b. Penggandaan ciptaan dalam segala bentuknya; c. Penerjemahan ciptaan; d. Pengadaptasian, pengaransemenan, atau pentransformasian ciptaan; e. pendistribusian ciptaan atau salinannya; f. Pertunjukan Ciptaan; g. Pengumuman ciptaan; h. Komunikasi ciptaan; dan i. Penyewaan ciptaan. (Pasal 9 ayat [1]).
3. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah). (Pasal 113 ayat [3]).
4. Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah). (Pasal 113 ayat [4]).

# A VALUE OF AWARENESS

(Petuah untuk Anak Muda di Abad ke-21)

Fathul Hamdani, S.H.  
Ana Fauzia, S.H.  
Dr. Widodo Dwi Putro, S.H., M.Hum.



SAMUDRA  
BIRU

**A VALUE OF AWARENESS**

**(Petuah untuk Anak Muda di Abad ke-21)**

© Fathul Hamdani, dkk.

xxii + 94 halaman; 14,8 x 21 cm.

ISBN: 978-623-261-481-9

Hak cipta dilindungi oleh Undang-Undang.

Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apa pun juga tanpa izin tertulis dari penerbit.

**Cetakan I, September 2022**

Penulis : Fathul Hamdani, S.H.  
Ana Fauzia, S.H.  
Dr. Widodo Dwi Putro, S.H., M.Hum.  
Editor : Alviana C.  
Sampul : Bagus Satrio  
Layout : Chairi

Diterbitkan oleh:

**Penerbit Samudra Biru (Anggota IKAPI)**

Jln. Jomblangan Gg. Ontoseno B.22 RT 12/30

Banguntapan Bantul DI Yogyakarta

Email: [admin@samudrabiru.co.id](mailto:admin@samudrabiru.co.id)

Website: [www.samudrabiru.co.id](http://www.samudrabiru.co.id)

WA/Call: 0812-2607-5872

**SAMUDRA  
BIRU**

## UCAPAN TERIMA KASIH

\*\*\*

### **Fathul Hamdani**

Untuk orang tua saya ibunda Mare'ah dan ayahanda Jafa'at, terima kasih karena telah senantiasa mendukung dan mendoakan saya sehingga menghantarkan saya di titik seperti sekarang ini.

Untuk Ana Fauzia, tunangan saya yang senantiasa kebersamai dan terus memberikan *support* dalam segala hal. Terima kasih atas semangat dan antusiasmenya untuk bersama-sama menyelesaikan buku ini.

Untuk Dr. Widodo Dwi Putro, S.H., M.Hum., selaku mentor, guru, dan inspirasi saya, terima kasih telah bersedia memberikan input-input yang berharga dan meluangkan waktu untuk bersama-sama menulis buku ini.

### **Ana Fauzia**

Untuk orang tua saya, ibunda Siti Maimunah dan almarhum ayahanda Tornado Bastiarma, terima kasih atas kasih sayang dan didikan yang diberikan selama ini. Terima kasih juga atas segala dukungan dan doa yang diberikan dalam setiap proses yang saya lalui.

Untuk tunangan saya, Fathul Hamdani, akhirnya selesai juga *yak!* Terima kasih atas segala dukungan dan semangatnya selama penulisan buku ini. Semoga buku ini dapat memberikan manfaat bagi siapa pun yang sekarang sedang membaca buku ini, *hehe*.

Untuk Dr. Widodo Dwi Putro, S.H., M.Hum., selaku Ketua Asosiasi Filsafat Hukum Indonesia, terima kasih telah bersedia meluangkan waktunya kebersamai kami dalam menulis buku ini. Semoga masukan dan kritikan-kritikan yang Bapak berikan kepada kami berdua dapat meminimalisasi kekurangan-kekurangan yang ada dalam buku ini.

### **Widodo Dwi Putro**

Teruntuk istriku tercinta, Estidrajat Hadiarti, anakku Militan Raushan Fikr dan Genta Juang, terima kasih karena selalu menjadi penyemangat dan terima kasih atas cinta yang senantiasa kalian sematkan dalam doa.

Untuk adinda Fathul Hamdani dan Ana Fauzia, terima kasih karena telah mempersilakan saya untuk memberikan masukan-masukan serta pemikiran dalam penulisan buku ini. Teruslah menulis!

SAMUDRA  
BIRU

## PENGANTAR PENULIS

\*\*\*

**E**ksistensi manusia dengan segala keunikan dan kekhasannya menjadikan ia sebagai makhluk yang berbeda di antara makhluk lain yang diciptakan Tuhan. Buku ini bisa dikatakan memfokuskan kajiannya pada aspek manusia sebagai makhluk yang luar biasa melalui kemampuannya dalam berpikir dan bernalar. Mulai dari bagian awal buku ini sampai dengan bagian akhir, pembaca akan dibawa untuk mengeksplorasi dan memahami berbagai dinamika persoalan yang berkaitan dengan pikiran manusia, baik dalam tataran kehidupan pribadi maupun kehidupan sosial. Selain itu, melalui setiap kajian yang dipaparkan dalam buku ini, pembaca juga akan diajak untuk mengenal pemikiran-pemikiran besar dari tokoh-tokoh Islam, filsuf Barat dan Timur, khususnya dalam kaitannya dengan manusia sebagai makhluk yang berakal.

Melalui buku ini diharapkan dapat menggugah kesadaran kita sebagai manusia, khususnya anak muda dalam memahami eksistensi diri. Anugerah yang diberikan Tuhan berupa akal sejatinya telah melahirkan tanggung jawab bagi manusia untuk memanfaatkan akalanya sebaik mungkin dalam menjalani kehidupan. Sebab seperti yang disampaikan oleh Ibn Sina, manusia pada dasarnya merupakan *masterpiece* dari Tuhan.



Salah satu ungkapan latin yang tidak asing di telinga kita yaitu "*Cogito Ergo Sum*" bahwa dengan berpikir aku ada, yang ditulis oleh Rene Descartes, seorang filsuf ternama Prancis. Ungkapan tersebut menunjukkan bagaimana aktivitas berpikir begitu menentukan eksistensi kita sebagai manusia. Adapun aktivitas berpikir yang selalu menjadi penekanan dalam setiap kajian di buku ini adalah terkait bagaimana manusia mampu menghadirkan kesadaran, mampu memegang kontrol atas segala macam persepsi dan rasa takut, mampu memegang kontrol terhadap hawa nafsu, hingga bagaimana manusia mampu melahirkan kebahagiaan dari pikirannya sendiri.

**Tim Penulis**

SAMUDRA  
BIRU

## GLOSARIUM

\*\*\*

### A

- Abstrak : Menurut KBBI, abstrak adalah tidak berwujud; tidak berbentuk; mujarad; niskala.
- Amour de soi* : Istilah dalam bahasa Prancis yang dikembangkan oleh Jean-Jacques Rousseau yang berarti “*self-love*”. *Amour de soi* merupakan salah satu dari dua bentuk cinta diri yang dideskripsikan oleh Jean-Jacques Rousseau dalam *Emile (On Education)*, yang dicirikannya sebagai bentuk cinta diri yang alami dan sehat yang tidak bergantung pada cara kita berhubungan dengan orang lain.
- Amour propre* : Menurut Kamus Bahasa Inggris Terjemahan Indonesia, arti *amour propre* adalah cinta kepada diri sendiri.
- Arif : Menurut KBBI, arif adalah bijaksana; cerdas dan pandai; berilmu.

SAMUDRA  
BIRU

## B

**Bijaksana** : Secara etimologi bijak adalah sikap tepat dalam menyikapi setiap keadaan dan peristiwa sehingga memancarkan keadilan, ketawadluan dan kebeningan hati, serta selalu menggunakan akal budinya (pengalaman dan ilmu pengetahuannya).

## D

**Delusi** : Delusi adalah kondisi di mana penderitanya tidak dapat membedakan hal yang nyata dan tidak. Orang yang mengalami gangguan delusi sering kali akan menganggap apa yang dialami, dilihat, atau didengarnya benar-benar terjadi dan meyakinkan orang lain bahwa hal tersebut adalah fakta.

**Desakralisasi** : Di dalam KBBI, desakralisasi adalah menghilangkan kesakralan; proses menghilangnya sifat sakral (suci).

*Discourse* : Kata *discourse* berasal dari bahasa Latin yaitu "*discursus*" kata ini mengacu pada kata percakapan (*conversation*) atau *speech*. Dapat juga kita artikan discourse adalah suatu perluasan terhadap bahasa (terutama dalam lisan) yang lebih luas dari kalimat, atau merupakan sebuah unit koheren seperti, argumen, atau narasi.

SAMUDRA  
BIRU

## E

- Esensi : Esensi adalah adanya kenyataan, yaitu hakikatnya. Pengertian mengenai esensi mengalami perubahan sesuai dengan konsep penggunaannya, sehingga esensi ialah pada konsepnya sendiri. Menurut Thomas Aquinas, esensi adalah adanya sesuatu yang terlepas dari persoalan apakah sesuatu itu ada atau tidak.
- Eudaimonia* : *Eudaimonia* (Yunani: \_ [eu↗dai↗monia®]; dalam bahasa Inggris disebut *eudaemonia* atau *eudemonia*, /ju@d@m@ni/) adalah kata Yunani yang secara harfiah diterjemahkan menjadi keadaan atau kondisi 'semangat yang baik', dan yang umumnya diterjemahkan sebagai 'kebahagiaan' atau 'kesejahteraan'. Dalam karya Aristoteles, *eudaimonia* adalah istilah untuk kebaikan manusia tertinggi atau kebahagiaan dalam tradisi Yunani kuno.

## F

- Fana : Kata fana berasal dari bahasa Arab yaitu *al-fana'* yang mengandung arti hilangnya wujud sesuatu. Kata ini lantas diserap dalam bahasa Indonesia, menjadi fana. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) arti fana adalah dapat rusak, hilang, mati, atau tidak kekal.

Fanatisme : Fanatisme merupakan kata yang berasal dari bahasa Latin *fanaticus*, yang memiliki arti amarah atau gangguan Jiwa. Hal tersebut merupakan gambaran bahwa amarah yang terdapat dari seseorang yang fanatisme merupakan luapan karena tidak memiliki faham yang sama dengan orang orang lain. Fanatisme adalah paham atau perilaku yang menunjukkan ketertarikan terhadap sesuatu secara berlebihan. Filsuf George Santayana mendefinisikan fanatisme sebagai, “melipatgandakan usaha Anda ketika Anda lupa tujuan Anda”; dan menurut Winston Churchill, “Seseorang fanatisme tidak akan bisa mengubah pola pikir dan tidak akan mengubah haluannya”. Bisa dikatakan seseorang yang fanatik memiliki standar yang ketat dalam pola pikirnya dan cenderung tidak mau mendengarkan opini maupun ide yang dianggapnya bertentangan.

Filosofi : Secara bahasa, filosofi adalah kata yang berasal dari bahasa Yunani, *philo* dan *sophia*. *Philo* artinya cinta, dan *sophia* yang berarti kebijakan atau hikmah. Jadi, filosofi atau filsafat berarti cinta kebijakan (*the love of wisdom*). Sementara, secara istilah, filosofi adalah ‘ilmu istimewa’ yang mencoba menjawab masalah-masalah

yang tidak dapat dijawab oleh ilmu pengetahuan biasa, karena masalah-masalah termaksud di luar jangkauan ilmu pengetahuan biasa. Filosofi juga bisa diartikan sebagai hasil daya upaya manusia dengan akal budinya untuk memahami secara radikal dan integral serta sistematis hakikat segala yang ada (Tuhan, alam semesta dan manusia).

**Fitrah** : Fitrah diambil dari bahasa Arab yaitu *fa-tho-ro* yang berarti “membuka” atau “menguak”, juga dapat diartikan sebagai perangai, tabiat, kejadian, asli, agama, ciptaan. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), fitrah dikaitkan dengan kata sifat, asli, bakat, pembawaan perasaan keagamaan.

## G

**Gnothi Seauton** : *Gnothi Seauton Kai Meden Agan* adalah pernyataan dari Socrates, seorang filosof asal Yunani. Ungkapan tersebut artinya “Kenalilah dirimu sendiri, dan jangan berlebihan”. Tulisan ini terdapat pada Kuil orakel di Delphi Dewa Apollo.

**Grundnorm** : Sebuah konsep dalam Teori Hukum Murni yang diciptakan oleh Hans Kelsen, seorang ahli hukum dan filsuf hukum. Kelsen menggunakan istilah ini untuk menunjukkan norma dasar, perintah, atau

aturan yang membentuk dasar dari sebuah sistem hukum. Teori ini didasarkan pada kebutuhan untuk menemukan sumber untuk semua undang-undang, di mana undang-undang dasar dan konstitusi dapat memperoleh legitimasi mereka (mirip dengan konsep dari prinsip-prinsip pertama). Norma dasar ini lebih sering dianggap sebagai hipotesis. Penggunaan istilah ini terbagi ke dalam tiga cakupan yang berbeda, yaitu (i) istilah asli yang diperkenalkan oleh Kelsen, (ii) penggunaan oleh Neo-Kantian yang merupakan para kritikus Kelsen dan pengikutnya, dan (iii) penggunaan istilah ini secara hipotetis dan simbolis sepanjang sejarah penggunaannya.

## H

Hakikat : Menurut KBBI, hakikat adalah Intisari atau dasar, Kenyataan yang sebenarnya (sesungguhnya). Adapun secara harfiah, *haqiqah* berarti inti sesuatu, puncak atau sumber (asal) dari sesuatu. Di dunia sufi, hakikat merupakan aspek lain dari syariat yang bersifat eksoterik, yaitu aspek esoterik (batiniah). Kemudian secara terminologi, hakikat dapat diartikan sebagai rahasia yang paling dalam dari segala amal, inti dari syariat dan akhir dari perjalanan yang ditempuh oleh seorang sufi.

- Harmoni : Harmoni (dalam bahasa Yunani: *harmonia*, berarti terikat secara serasi/sesuai). Dalam bidang filsafat, harmoni adalah kerja sama antara berbagai faktor dengan sedemikian rupa hingga faktor-faktor tersebut dapat menghasilkan suatu kesatuan yang luhur.
- Homo Religius* : Mahluk yang mempunyai fitrah untuk memahami dan menerima nilai-nilai kebenaran yang bersumber dari agama, sekaligus menjadikan kebenaran agama itu sebagai rujukan atau referensi sikap dan perilakunya.
- Hudhuri* : Kesadaran manusiawi non-fenomenal yang identik dengan wujud fitrah manusia itu sendiri
- Humanis : Menurut KBBI, humanis adalah orang yang mendambakan dan memperjuangkan terwujudnya pergaulan hidup yang lebih baik, berdasarkan asas perikemanusiaan; pengabdian kepentingan sesama umat manusia.

## I

- Ilusi : Ilusi adalah distorsi indera, yang dapat mengungkapkan bagaimana pikiran biasanya mengatur dan menafsirkan rangsangan sensorik. Meskipun ilusi mendistorsi persepsi kita tentang kenyataan, mereka umumnya dimiliki oleh kebanyakan orang.



Intoleransi : Intoleransi adalah kata yang memiliki makna negatif dan merupakan lawan dari kata toleransi, yakni sikap abai atau rasa ketidakpedulian terhadap eksistensi orang lain.

*Istidraj* : Kesenangan dan nikmat yang Allah berikan kepada orang yang jauh dari-Nya yang sebenarnya itu menjadi azab baginya apakah dia bertobat atau semakin jauh.

## J

Jiwa : Jiwa (berasal dari bahasa Sanskerta : *jiva* yang artinya “benih kehidupan”) Dalam berbagai agama dan filsafat, jiwa adalah bagian yang bukan jasmaniah (immaterial) dari seseorang. Biasanya jiwa dipercaya mencakup pikiran dan kepribadian dan sinonim dengan roh, akal, atau awak diri. Di dalam teologi, jiwa dipercaya hidup terus setelah seseorang meninggal, dan sebagian agama mengajarkan bahwa Tuhan adalah pencipta jiwa. Di beberapa budaya, benda-benda mati dikatakan memiliki jiwa, kepercayaan ini disebut animisme.

*Khawarij* : Istilah umum yang mencakup sejumlah aliran dalam Islam yang awalnya mengakui kekuasaan Ali bin Abi Thalib, lalu menolaknya. Disebut *Khawarij* disebabkan karena keluarnya mereka dari dinul Islam dan pemimpin kaum muslimin.

## N

Nafsu

Sebuah perasaan atau kekuatan emosional yang besar dalam diri seorang manusia; berkaitan secara langsung dengan pemikiran atau fantasi seseorang.

## O

Obsesi

: Obsesi menurut KBBI daring ialah gangguan jiwa berupa pikiran yang selalu menggoda seseorang dan sangat sukar dihilangkan.

## P

Persepsi

: Persepsi (dari bahasa Latin *perceptio*, *percipio*) adalah tindakan menyusun, mengenali, dan menafsirkan informasi sensoris guna memberikan gambaran dan pemahaman tentang lingkungan. Persepsi meliputi semua sinyal dalam sistem saraf, yang merupakan hasil dari stimulasi fisik atau kimia dari organ pengindra. Seperti misalnya penglihatan yang merupakan cahaya yang mengenai retina pada mata, pencium yang memakai media molekul bau (aroma), dan pendengaran yang melibatkan gelombang suara.

SAMUDRA  
BIRU

## S

- Sakral : Sesuatu yang dihormati, dimuliakan, dan tidak dapat dinodai. Sesuatu yang dianggap sakral tidak terbatas pada aspek agama. Berbagai objek, baik yang religius atau bukan, termasuk juga tindakan, tempat, kebiasaan, dan gagasan dapat dianggap sebagai sesuatu yang sakral atau kudus.
- Sya'ir : Berasal dari bahasa Arab yaitu *syi'ir* atau *syu'ur* yang berarti "perasaan yang menyadari". Kata *syu'ur* kemudian berkembang menjadi *syi'ru* yang berarti "puisi" dalam pengertian umum.

## T

- Tabib : Orang yang pekerjaannya mengobati orang sakit dengan metode atau cara tradisional baik dengan menggunakan ayat-ayat kitab suci atau herbal.
- Takdir : Menurut KBBI, arti kata takdir adalah ketetapan Tuhan. Arti lainnya dari takdir adalah ketentuan Tuhan.
- Tiphiidae* : Keluarga dari serangga *hymenoptera*. Satu dari uang tunai Ciri-ciri keluarga ini adalah *Diamma* dua warna, yang betinanya tidak bersayap dan menyerupai semut besar, yang membuatnya mendapatkannya nama daerah penutur bahasa Inggris dari "semut biru".

Toleransi : Toleransi adalah kemampuan individu untuk memperlakukan seseorang dengan baik. Sikap toleransi ini membiarkan orang lain punya pendapat berbeda dari kita. Pada hakikatnya, toleransi menjadi sebuah kesadaran untuk menerima dan menghargai perbedaan. Toleransi berasal dari kata bahasa Inggris “*Tolerance*” berarti membiarkan. Menurut KBBI, toleransi diartikan sebagai sikap toleran, mendiamkan, dan membiarkan.

## Z

*Zoon Politicon* merupakan sebuah istilah yang digunakan oleh Aristoteles untuk menyebut makhluk sosial. Kata *Zoon Politicon* merupakan padanan kata dari kata *Zoon* yang berarti “hewan” dan kata *politicon* yang berarti “bermasyarakat”. Secara harfiah *Zoon Politicon* berarti hewan yang bermasyarakat. Dalam pendapat ini, Aristoteles menerangkan bahwa manusia dikodratkan untuk hidup bermasyarakat dan berinteraksi satu sama lain, sebuah hal yang membedakan manusia dengan hewan.

SAMUDRA  
BIRU

SAMUDRA  
BIRU

# DAFTAR ISI

\*\*\*

<b>Ucapan Terima Kasih .....</b>	<b>v</b>
<b>Pengantar Penulis.....</b>	<b>vii</b>
<b>Glosarium.....</b>	<b>ix</b>
<b>Daftar Isi .....</b>	<b>xxi</b>
1. Harga dari Sebuah Kesadaran.....	1
2. Memahami Diri: Antara Persepsi, Ketidaktahuan, dan Kesadaran.....	7
3. Pola Pikir dan Kemauan .....	13
4. Seni Hidup Bahagia dan Bahaya Merasa Sepi.....	17
5. Kembali ke Sifat Alamiah.....	25
6. Pengetahuan adalah Makanan Jiwa .....	33
7. Sedang Perihal Kematian Pun Kita Harus Belajar .....	39
8. Memaknai Takdir dan Jalan Hidup.....	47
9. Manusia dan Nafsu.....	53
10. Bagaimana Seharusnya Cinta Bekerja? .....	59
11. Manusia dan Kebenaran .....	65
12. Manusia dan Sosial: Belajar dari Makhluk Bernama Semut .....	71

Daftar Pustaka .....	79
Indeks.....	85
Tentang Penulis .....	89

SAMUDRA  
BIRU

## HARGA DARI SEBUAH KESADARAN

\*\*\*

*Keraguan tak lain adalah penghianat, yang membuat kita kehilangan peluang untuk menang, berawal dari takut mencoba. – William Shakespeare, Measure for Measure*

**S**ejarah bumi telah dimulai sejak empat miliar tahun yang lampau, dan kita cukup beruntung dapat hidup di masa sekarang. Di antara lima juta spesies yang ada dan di antara sekitar enam miliar orang di planet ini, kita cukup beruntung karena terlahir sebagai orang yang memiliki kesadaran (Matt Ridley, 2005: 2). Untuk sejenak kita boleh berbangga, tapi mari kita kembali berpikir, dari kesadaran yang kita miliki, sudah sejauh mana manusia mampu untuk mengaktualisasikan kesadarannya. Menurut Murtadha Muthahhari seorang filsuf, *mutakallim* (teolog), dan juga seorang cendekiawan di abad ke-14 dari Iran, mengatakan bahwa kesadaran sendiri di dalam al-Qur'an mengandung pengertian menemukan jati diri dengan cara mendidik dan menghidupkan potensi-potensi fitrah dan internal yang ada pada wujud dirinya dan kemudian menjiwai (memahami dengan hati) hakikat-hakikat keberadaan dan nama-nama serta sifat-sifat Ilahi. Jadi, zat atau esensi dan substansi diri manusia terletak pada kesadaran akan jati dirinya (Murtadha Muthahhari, Jil. 2: 304 & 308).



Adapun upaya untuk menghidupkan potensi-potensi fitrah dan internal yang ada pada wujud diri sebagai manusia, yakni hakikat-hakikat keberadaan manusia lebih jauh akan dibahas pada pembahasan “Kembali ke Sifat Alamiah” pada pembahasan selanjutnya. Namun yang pertama-tama akan kita bahas adalah berkaitan dengan sejauh mana manusia mampu untuk mengaktualisasikan kesadaran yang ada dalam dirinya.

Manusia dalam sehari membutuhkan waktu rata-rata sekitar 7-8 jam untuk istirahat. Sebuah kalkulator “*My Life Asleep*” yang dirancang oleh Hillarys Blinds, menghitung seberapa banyak waktu yang digunakan atau yang dihabiskan untuk tidur berdasarkan umur. Pada usia 31 tahun, rata-rata orang telah menghabiskan 12 tahun waktu untuk tidur atau setara dengan 627 minggu atau 105.362 jam dalam hidupnya. Selain itu, sebuah studi pernah menyebutkan bahwa manusia seumur hidupnya menghabiskan sekitar 26 tahun untuk tidur. Adapun sebuah studi yang dilakukan oleh Pakar Kesehatan Kanada telah menghitung bahwa manusia menghabiskan waktu 7 tahun dalam hidup mereka untuk berbaring di tempat tidur untuk menunggu dirinya tidur (Riani Angel Augustine, 2017).

Maka jika dihitung dengan usia rata-rata usia manusia saat ini adalah 60-70 tahun, maka berapa tahun sisa waktu kita untuk membuat kehidupan ini menjadi bermakna, dan satu point besar yang harus digarisbawahi adalah, usia kita belum tentu bisa mencapai usia rata-rata, bisa saja kita mati pada usia 40-50 tahun, pada usia 25-30 tahun, lantas berapa usia kita saat ini, atau bahkan bisa jadi kita mati esok hari. Namun karena itu kita harus jauh merenung, sebab seperti yang dikatakan Alexander Pope “segala yang musnah adalah kebutuhan bagi yang lain, itu sebabnya kita

bergiliran lahir dan mati, seperti gelembung-gelembung di laut berasal, mereka muncul, kemudian pecah, dan kepada laut mereka kembali” (Alexander Pope, 1734).

Dari ungkapan itu, dengan kesadaran yang manusia miliki, kita bisa memilih untuk hidup kemudian menjadi berarti lalu mati, atau hidup dan tak berarti lalu mati. Sehingga pada tahap ini kesadaran yang kita miliki disebut sebagai kesadaran diri yang bersifat *hudhuri*, yakni memiliki kesadaran serta pengetahuan terhadap keberadaan dan eksistensi diri melalui potensi-potensi internal yang ada dalam diri manusia itu sendiri. Kesadaran ini merupakan sebuah pengetahuan prinsipil yang mana pada tahap ini manusia memperoleh dan akan meraih sebuah realitas bernama “saya” dan hal itu sama dengan pengetahuan dan kesadaran terhadap diri pribadinya (Murtadha Muthahhari, Jil. 2: 308).

Manusia merupakan makhluk yang diciptakan dengan klasifikasi yang mendekati sempurna. Banyak pendapat yang mengemukakan mengenai sebab-sebab manusia menempati kelas tersebut. Pendapat yang umum adalah dikarenakan manusia merupakan ciptaan Tuhan dengan bekal akal sebagai alat untuk menalar, mengingat, dan merencanakan tindakan yang akan dilakukan (al-Ghazali, 1961: 280). Sehingga melalui akal tersebutlah kesadaran dibangun, memahami esensi diri sebagai manusia. Bahkan dalam satu *sya’ir* yang digubah oleh Syeikh Abdurrahman Shiddiq menyebutkan bahwa:

*“Jika ada akal pikirannya  
Ahl al-Nazhar itu namanya  
Durhaka bila ia meninggalkannya  
Juga tiada selamat baginya.”*

SAMUDRA  
BIRU

Kutipan *sya'ir* di atas menggambarkan, betapa tingginya pengakuan Syeikh Abdurrahman Shiddiq terhadap pentingnya akal bagi manusia. Akal menurut Syeikh Abdurrahman Shiddiq, sebagaimana yang dapat ditangkap dari pernyataannya melalui bait *sya'ir* di atas, merupakan daya untuk berpikir dalam rangka mencari kebenaran yang kemudian mejadi pengetahuan. Itulah sebabnya Syeikh Abdurrahman Shiddiq menjuluki orang yang mempunyai kemampuan berpikir sebagai *Ahl al-nazhar*.

Dari ungkapan *sya'ir* tersebut terlihat pula pandangan Syeikh Abdurrahman Shiddiq yang mengukuhkan bahwa akal secara potensial memang dimiliki oleh setiap orang normal. Tetapi kenyataannya tidak setiap orang memamfaatkan potensi tersebut sebagaimana mestinya. Akal yang berpikir secara rasional (*Al-nazhar*), dalam pandangannya, akan menghassilkan capaian-capaian pengetahuan yang kemudian dapat membawa manusia kepada keselamatan. Ia menghargai *Ahl al-nazhar* karena orang yang seperti itu dipandang sebagai orang yang mengarahkan daya intelektualnya (adanya kesadaran) untuk mencapai kebenaran, dengan demikian berarti ia telah membangun jembatan bagi keselamatan hidupnya. Sebaliknya, Syeikh Abdurrahman Shiddiq menganggap suatu kemunduran apabila seseorang tidak memfungsikan akalnya sebagai daya untuk berpikir rasional.

Selain itu, dalam pandangan Ibn Sina (1975: 434), manusia merupakan *masterpiece* dari Tuhan. Dengan sebab bahwa dalam diri manusia terdapat unsur jiwa yang dinamai oleh beliau dengan *nafs an-Naathiqah*. Lebih jauh apabila kita melihat bagaimana pandangan Socrates (470-399 SM) tentang kehidupan, bahwa dalam hidup, jiwa manusia bukanlah napasnya semata-mata, tetapi asas hidup manusia dalam arti yang lebih mendalam.

Jiwa itu adalah intisari manusia, hakikat manusia sebagai pribadi yang bertanggung jawab yakni bagaimana manusia mempertanggungjawabkan kehidupannya. Artinya adalah, dalam satu contoh, ketika manusia memiliki kesadaran akan ketidaktahuan, maka bagaimana manusia bertanggung jawab akan ketidaktahuannya. Selalu merasa tidak tahu dan sadar akan kekurangan yang dimiliki adalah cara terbaik agar manusia terus belajar dan berada dalam proses pencarian.

Namun demikian, akal manusia pada dasarnya terbatas, hal ini dibuktikan dari adanya keraguan, maka manusia kemudian mulai mempertanyakan segala sesuatu karena semuanya berawal dari sebuah ketiadaan. Rene Descartes pada abad ke-17 telah menggaungkan bagaimana akal adalah eksistensi dari keberadaan manusia (W. Azwar Muliono, 2019: 1-2). Karena akal (pemikiran) kita beranjak dari satu peradaban ke peradaban berikutnya. Pikiran-pikiran besar yang lahir bahkan telah mempengaruhi setiap ruang kehidupan kita saat ini. Semuanya bergerak dalam waktu, menciptakan sejarah, membangun peradaban, dan memperbaharui peradaban. Seperti yang diungkapkan oleh Agustinus soal waktu, bahwa manusia lahir dari waktu, dan ketika manusia tidak bisa menggunakan akalnya, maka ia juga akan mati oleh waktu.

Dari ungkapan Agustinus kita belajar bahwa masa sekarang sekalipun akan menjadi masa lalu esok harinya, maka ketika masa sekarang adalah masa yang tanpa arti, manusia akan tenggelam dan mati bersama waktu. Oleh karena manusia adalah makhluk yang berakal maka ia dapat merubah siklus kehidupan, yakni dengan menambah arti dalam setiap masa yang dilewati. Hingga masa lalu akan berubah dengan mengubah masa kini, sebab masa

kini akan menjadi masa lalu esok hari. Senada dengan ungkapan seorang penyair Alexander Pope bahwa “langit tak mengungkap nasib siapa pun, kecuali di bagian yang bercerita soal masa kini” (Alexander Pope, 1734).

“Kesadaran” ia tidak hanya sekadar kata yang dirumuskan dari huruf K E S A D A R A N, namun khas dari manusia yang membedakannya dengan makhluk yang lain adalah bagaimana ia mampu mengejawantahkan segala sesuatu berdasarkan akal budi. Layaknya bahasa dan kata yang dirumuskan dalam bentuk teks, dari adanya “akal” kita berusaha mencari tahu tentang makna, makna adalah hal yang diseberang teks yang tak tampak oleh indrawi manusia, ia mencoba menjelaskan dan memberi tahu sebuah dunia di seberang teks. Oleh karena itu, pada akhirnya dari “kesadaran” dengan memaknai esensi yang terdapat di dalamnya, baru dapat dikatakan kesadaran ketika bagaimana manusia mampu untuk mengaktualisasikannya. Maka sekarang bahwa dengan kita dapat berpikir menunjukkan bahwa manusia merupakan entitas yang memiliki kesadaran.

SAMUDRA  
BIRU

## MEMAHAMI DIRI: ANTARA PERSEPSI, KETIDAKTAHUAN, DAN KESADARAN

\*\*\*

*Memahami diri sendiri adalah awal dari semua kebijaksanaan. - Aristoteles*

**S**atu-satunya anugerah yang tidak didapatkan oleh makhluk lain selain manusia adalah kemampuannya dalam berpikir. Pikiran yang begitu kompleks menuntut manusia untuk terus berusaha memahami pikiran itu sendiri. Rasa marah, benci, dendam, merasa selalu benar, takut akan sesuatu, kesemuanya itu berasal dari dalam diri manusia yang harus bisa dipahami. Ketika manusia sudah bisa memahami semua yang ada dalam dirinya, maka saat itulah manusia akan lepas dari perasaan-perasaan buruk yang menyelimutinya.

Memahami pikiran artinya memahami diri, salah satunya adalah soal persepsi kita. “Dunia kita adalah persepsi kita, dunia adalah dunia sebagaimana kita mempersepsikannya”, itulah argumen yang diajukan oleh George Berkeley lebih dari dua ratus tahun silam (Rizky Yazid, 2021). Sikap kita terhadap orang lain dan dunia sebagai keseluruhan sangat tergantung dari persepsi

yang bercokol di kepala kita. Baik yang kita persepsikan maka baik pula cara kita menyikapi setiap persoalan yang kita hadapi. Akan tetapi, persepsi yang ada di kepala kita sering kali tidak sesuai dengan kenyataan yang sesungguhnya. Persepsi yang salah inilah yang akhirnya melahirkan konflik dan berbagai ketegangan dalam hidup manusia, baik pada tingkat pribadi maupun sosial. Sehingga, orang yang merasa bahwa persepsinya merupakan kebenaran mutlak dan sesuai 100 persen dengan kenyataan, adalah orang yang hidup dalam delusi. Yaitu suatu ketidakmampuan dalam membedakan antara kenyataan dan ilusi.

Persepsi tidak jauh berbeda dengan konsep, namun ia bukanlah kenyataan. Ia adalah bentuk abstraksi yang dihasilkan oleh pikiran manusia. Ketika sebuah peristiwa kita bungkus dalam konsep, ketika itu pula, ia bukan lagi kenyataan. Konsep memisahkan kita dari kenyataan, dan bahkan bisa mengurung kita ke dalam kesalahpahaman apabila hal tersebut tidak bisa kita bedakan. Berpikir konsep sebagai sebuah kenyataan adalah salah satu kesalahan terbesar. Ini sama halnya seperti berpikir bahwa persepsi adalah realita. Kita menderita, ketika kita tercabut dari kenyataan, dan terkurung di dalam konsep. Ini sama seperti penderitaan yang kita alami, ketika kita hidup dalam persepsi. Pengaruhnya juga terasa di dalam hubungan dengan orang lain. Ketika kita berpikir bahwa persepsi di dalam kepalanya kita adalah sebuah kebenaran, maka hal tersebut akan berpotensi menimbulkan perselisihan pendapat dengan orang lain, yang juga berpikir bahwa persepsinya adalah kenyataan dan kebenaran.

Ketika Anda sedang mencintai seseorang misalnya, kita cenderung untuk membangun sebuah persepsi, apakah ia juga mencintai kita atau tidak, dan ketika kita tidak bisa

mengkonstruksikan bahwa persepsi di dalam pikiran tidak lebih hanya merupakan sebuah persepsi, maka kita akan merasakan kecewa, dan bahkan menderita ketika pada kenyataannya kita tahu bahwa seseorang tersebut tidak mencintai kita, sebagaimana apa yang kita rasakan. Memaksakan persepsi kita kepada orang lain sebagai sebuah kebenaran justru merupakan sebuah kesalahan.

Begitu pun dengan persoalan-persoalan lainnya, ketika Anda berdialog, berdebat, atau bertukar pikiran dengan seseorang, dan Anda memaksakan persepsi Anda kepada orang lain agar diterima sebagai sebuah kebenaran, justru akan menimbulkan permasalahan. Namun berangkat dari argumen yang diajukan oleh George Berkeley di atas, persepsi pada dasarnya dapat membawa seseorang pada sesuatu yang sifatnya positif dan juga negatif. Dan hal tersebut hanya dapat dilalui melalui jalan pemahaman terhadap apa yang ada di dalam diri. Memahami diri artinya menyadari segala hal yang ada di dalam diri, sehingga manusia dapat melewati setiap permasalahan di dalam hidup tanpa keputusan dan penderitaan.

Persepsi yang salah tersebut bisa berawal dari ketidaktahuan. Ketidaktahuan akan menjadi sesuatu hal yang positif apabila kita menyadarinya sebagai sebuah ketidaktahuan. Namun, ketidaktahuan akan menjadi sesuatu hal yang negatif apabila kita tidak pernah menyadarinya, dan justru merasa selalu tahu dan merasa selalu benar.

Bahkan Plato, filsuf Yunani Kuno dalam salah satu karya dialognya menegaskan dengan jelas, bahwa ketidaktahuan (bisa juga dibaca sebagai kesalahpahaman) merupakan akar dari setiap permasalahan di atas bumi ini. Filsuf eksistensialis Prancis, Albert Camus, juga menegaskan, bahwa kesalahpahaman mendorong



seseorang bertindak salah, walaupun niat hatinya baik. Buddhisme sejak 2.500 tahun yang lalu juga sudah menegaskan, bahwa kesalahpahaman tentang seluruh kenyataan, termasuk tentang diri kita, adalah akar dari semua penderitaan hidup manusia. Socrates, salah satu tokoh terpenting di dalam Filsafat Yunani Kuno, juga terkenal dengan ungkapannya “Orang yang paling bijak adalah orang yang sadar, bahwa dirinya tak tahu apa-apa”. Kesalahpahaman ini pun lalu diungkapkan dengan berbagai cara. Di dalam Buddhisme, ia disebut sebagai delusi. Di dalam filsafat, ia dikenal sebagai kesalahan berpikir. Bagi Francis Bacon, filsuf modern, kesalahpahaman adalah Idol-idol yang menutupi mata kita dari kebenaran. Anthony de Mello menyebutnya sebagai *programming* atau pengkondisian yang begitu kuat mempengaruhi cara berpikir dan cara kita merasakan sesuatu.

Oleh karena itu, memahami diri pada intinya adalah proses untuk menyadari segala sesuatu yang ada di dalam diri manusia. Kesadaran yang kami ungkapkan inilah yang menurut Socrates sebagai “*Gnotie Seauton*”, yakni suatu metode yang menunjukkan sebuah kepentingan kemanusiaan yang bersifat fundamental dalam hal memahami dan mengkonstruksikan pikiran, yang merupakan salah satu ciri khas dari keberadaan manusia.

Menurut Socrates, manusia dengan pikiran atau kesadarannya, seolah melangkah maju dari usaha untuk menyingkap misteri satu menuju misteri-misteri lain yang kian mekar, di dalam hidupnya. Atau dengan kata lain, manusia dengan pikiran atau kesadarannya, seolah bergerak dari satu ketidaktahuan menuju ketidaktahuan baru dalam hidupnya. Kesadaran inilah yang akan membawa manusia dari ketidaktahuan menuju sebuah kebijaksanaan dalam hidup. Hidup tanpa memaksakan persepsi kita kepada orang

lain, menyadari bahwa persepsi yang kita rasakan bukanlah suatu kebenaran yang bersifat mutlak, serta menghargai persepsi orang lain tanpa menjustifikasinya sebagai suatu kesalahan. Karena pada dasarnya dengan menyadari ketidaktahuan dalam dirilah, manusia bisa merasa bahwa apa yang ia persepsikan belum tentu sebuah kebenaran.

Tidak bisa kita pungkiri, bahwa di tengah kompleksnya kehidupan saat ini, sering kali permasalahan yang kita hadapi justru timbul dari pikiran atau bahkan persepsi kita sendiri, kesalahpahaman, amarah, benci, dan lain sebagainya adalah buah dari pikiran yang tidak bisa dikonstruksikan di dalam sebuah kesadaran. Oleh karena itu, kunci untuk mencegah hal tersebut adalah dengan memahami hakikat dan gerak pikiran manusia. Setiap bentuk konsep adalah hasil dari pikiran manusia. Dengan konsep itu, manusia lalu menanggapi berbagai keadaan di luar dirinya. Dalam hal ini, emosi dan perasaan juga merupakan hasil dari konsep yang berakar pada pikiran manusia.

Apa ciri dari pikiran manusia? Ada tiga ciri mendasar, yakni tidak nyata, sementara dan rapuh. Pikiran itu bukanlah kenyataan. Ia adalah tanggapan atas kenyataan. Pikiran dibangun di atas abstraksi konseptual atas kenyataan. Pikiran juga sementara. Ia datang, ia pergi, dan ia berubah.

Cuaca berubah, maka pikiran juga berubah. Ketika manusia lapar, maka pikirannya pun melemah. Begitu pun sebaliknya, ketika perut kenyang, pikiran bekerja lebih maksimal. Ini menegaskan ciri selanjutnya, bahwa pikiran itu rapuh. Apa yang kita pikirkan sama sekali belum tentu benar. Bahkan, keyakinan kita atas pikiran kita cenderung mengarahkan kita pada kesalahan dan penderitaan, baik penderitaan diri sendiri maupun orang lain.

Pikiran kita begitu amat mudah berubah, dan ini jelas menandakan kerapuhan dari semua bentuk pikiran kita.

Sehingga, berangkat dari uraian di atas, segala macam perasaan negatif yang ada dalam diri kita, amarah, benci, kesalahpahaman, penderitaan, dan lain sebagainya sesungguhnya bisa dilampaui ketika kita berakar kuat diri kenyataan. Ketika persepsi dilihat tidak lebih dari sebuah persepsi, dan pikiran dilihat semata-mata adalah sebuah pikiran. Konsep datang dan pergi. Persepsi datang dan juga pergi. Lalu apa yang menetap? Eiiittsss ayok, siapa yang lagi baca!

SAMUDRA  
BIRU

## POLA PIKIR DAN KEMAUAN

\*\*\*

*Saya tidak membagi dunia menjadi yang lemah dan yang kuat, atau sukses dan gagal... Saya membagi dunia menjadi pembelajar dan bukan pembelajar.*

- Benjamin Barber

**B**icara soal pola pikir (*mindset*), Carol S. Dweck (2006) seorang guru besar psikologi di Universitas Stanford membagi pola pikir manusia menjadi dua, yakni pola pikir yang tetap (*fixed mindset*) dan pola pikir yang tumbuh (*growth mindset*). Lantas siapa saja orang yang termasuk dalam pola pikir tetap dan pola pikir tumbuh?

Sebagian besar pakar sepakat bahwa kecerdasan bukanlah sifat bawaan (*nature*) atau hasil binaan (*nurture*), gen atau lingkungan. Sebagaimana dikemukakan oleh ahli saraf terkemuka Gilbert Gottlieb (1995), gen dan lingkungan sebenarnya tidak sekadar bekerja sama seiring dengan perkembangan kita, tetapi gen juga membutuhkan masukan dari lingkungan untuk dapat bekerja secara tepat.

Di saat yang sama, para ilmuwan mempelajari bahwa manusia mempunyai kemampuan yang lebih untuk belajar seumur hidup

dan mengembangkan otak mereka daripada yang mereka pikir selama ini. Guru inteligensi mutakhir Robert Sternberg menulis bahwa faktor terpenting yang menentukan bagaimana seseorang mencapai keahlian tertentu “bukanlah kemampuan yang sudah melekat sebelumnya, melainkan usaha keras dengan maksud yang jelas”. Atau sebagaimana diakui pendahulunya, Alfred Binet (pencipta tes IQ), bahwa orang yang pada awalnya paling cerdas tidak selalu menjadi yang paling cerdas akhirnya.

Apabila kita kembali pada sifat alamiah kita, setiap orang pada dasarnya dilahirkan dengan kehendak kuat untuk belajar. Bayi mengembangkan keterampilannya setiap hari. Bukan hanya keterampilan biasa, melainkan juga tugas-tugas yang paling sulit, seperti belajar berjalan atau berbicara. Bagi seorang bayi, ia tidak pernah menganggap bahwa upaya itu terlalu sulit atau tidak berguna. Bayi tidak takut melakukan kesalahan atau merendahkan diri mereka. Mereka berjalan, jatuh, lalu bangkit lagi, hingga mereka bisa berlari.

Lalu apa yang bisa mengakhiri proses pembelajaran seseorang? Jawabannya adalah pola pikir tetap. Bagi mereka yang sudah menganggap dirinya cerdas, mereka cenderung tidak mau belajar, dan belajar hanya ditujukan untuk mereka yang bodoh. Di sinilah terlihat bagaimana pola pikir tetap bekerja, yakni mereka yang memiliki pola pikir tetap akan lebih memilih “hasil” daripada “proses”. Sehingga apabila pertanyaan mengenai “Pada saat seperti apa Anda merasa cerdas?” begitu banyak di antara mereka yang membicarakan saat-saat mereka merasa menjadi pribadi istimewa, yakni seseorang yang berbeda dan lebih baik daripada yang lain.

Kata istimewa di atas tentu bukan merupakan suatu hal yang berbahaya, namun ketika kata “istimewa” tersebut mulai diartikan sebagai “lebih baik daripada yang lain”, maka disitulah letak bahayanya. Sehingga apabila kecerdasan atau kesuksesan tersebut diartikan sebagai suatu momentum dimana Anda lebih baik daripada orang lain, maka Anda akan membangun harga diri (*self-esteem*) dengan memberikan stigma rendah bagi mereka yang gagal atau kecerdasannya di bawah anda.

Di balik harga diri yang muncul dari pola pikir tetap tersebut, tersembunyi suatu pertanyaan sederhana: apabila Anda adalah seseorang ketika Anda berhasil, ketika Anda istimewa, lalu siapakah Anda ketika Anda gagal?

Bagi seseorang yang memiliki pola pikir tumbuh, bukan berarti “keberhasilan” adalah hal yang tidak penting, akan tetapi orang yang mempunyai pola pikir tumbuh akan benar-benar mencintai apa yang mereka lakukan, meskipun menghadapi berbagai kesulitan dan bahkan kegagalan. Namun bagi mereka yang memiliki pola pikir tetap, mereka akan cenderung menyalahkan keadaan, mencari kambing hitam atau menganggap dirinya sebagai orang yang bodoh ketika mereka dihadapkan dengan kegagalan.

Lantas apakah pola pikir tersebut merupakan sesuatu yang permanen dari karakter kita? Atau kita dapat mengubahnya?

Pola pikir adalah bagian penting dari kepribadian manusia, dan pola pikir tersebut dapat dirubah hanya dengan mengetahui tentang kedua jenis pola pikir tersebut, sehingga kita bisa mulai berpikir dan bereaksi dengan cara yang baru. Seperti yang diungkapkan oleh Benjamin Barber, seorang sosiolog terkemuka, ia mengungkapkan bahwa: “*Saya tidak membagi dunia menjadi yang*

*lemah dan yang kuat, atau sukses dan gagal .... Saya membagi dunia menjadi pembelajar dan bukan pembelajar".* Dari ungkapan tersebut dapat ditarik suatu pemahaman bahwa yang terpenting bagi kita adalah apakah kita mau belajar atau tidak. Sebab ukuran kesuksesan atau bahkan kecerdasan seseorang, itu tidak diukur dari apakah Anda lebih baik dari orang lain atau tidak. Namun ukuran dari keberhasilan atau kecerdasan seseorang adalah apakah ia sudah menjadi lebih baik dari versi dirinya yang sebelumnya atau tidak.

SAMUDRA  
BIRU

## SENI HIDUP BAHAGIA DAN BAHAYA MERASA SEPI

\*\*\*

*Sepi tidak melulu tentang mereka yang hidupnya selalu sendirian, atau tentang mereka yang hidup di tengah keramaian. Tapi sepi adalah tentang rasa yang ada dalam diri manusia, dan mungkin saja tentang jiwa yang belum menemukan bahagia. – Fathul Hamdani, Berbicara dalam Ruang Rasa*

**S**aat ini, ada lebih dari 6 milyar manusia di atas muka bumi ini. Namun, banyak orang masih hidup dalam kesepian yang menggerogoti jiwa mereka. Bukankah ini merupakan salah satu keanehan terbesar umat manusia di abad Ke-21 ini (Reza A.A Wattimena, 2015: 110). Layaknya lantunan lagu yang dinyanyikan Once dari Band Dewa, "di dalam keramaian, aku masih merasa sepi". Berbagai penelitian dari berbagai bidang ilmu sampai pada satu kesimpulan, bahwa kesepian itu berbahaya. Ia mendorong orang untuk berpikir salah. Akibatnya, ia merasa kesal, dan bahkan mengalami depresi. Dengan kondisi ini, akibatnya banyak orang yang akhirnya memutuskan untuk melakukan bunuh diri (Solomon, 2002).

SAMUDRA  
BIRU



Apakah kesepian selalu menggiring manusia ke arah kegelapan seperti ini?

### **Apa yang Menyebabkan Kesepian?**

Kami melihat, ada dua akar mendasar dari kesepian. Pertama adalah akar sistemik. Kita hidup di dalam masyarakat pembunuh. Ada dua ciri mendasar dari masyarakat pembunuh, yaitu ketakutan pada segala bentuk perbedaan (cara berpikir/sudut pandang yang berbeda, cara hidup yang berbeda, bahkan keyakinan yang berbeda) dan kecenderungan untuk melihat sistem, aturan serta kebijakan lebih penting dari hidup manusia.

Akar kedua adalah akar pribadi. Biasanya, orang mengalami kesepian, setelah ia mengalami peristiwa yang berat dalam hidupnya. Misalnya, ia kehilangan keluarganya, atau gagal dalam hubungan yang bermakna baginya. Hal lain juga berpengaruh, misalnya kecenderungan diri yang amat rapuh (sensitif) terhadap berbagai peristiwa hidup. Berbagai karya sastra klasik di berbagai peradaban sudah menggambarkan situasi kesepian yang begitu mencekik jiwa manusia (Solomon, 2002).

### **Renungkan Kembali**

Kami ingin kembali ke pertanyaan awal, apakah kesepian selalu menggiring pada penderitaan dan kesedihan? Jawaban kami "tidak". Ada lima argumen yang ingin kami ajukan. Dasar dari kelima argumen ini adalah, bahwa kesepian bisa menjadi satu bentuk jalan hidup manusia yang juga membawa makna serta kebahagiaan. Bagaimana ini dijelaskan?

Pertama, kesepian bisa dijadikan sebagai waktu yang tepat untuk berpikir ulang tentang hidup kita. Kesepian adalah waktu untuk melakukan refleksi. Kita diajak untuk melihat apa yang

sudah kita lakukan, sehingga kita sampai pada titik kesepian ini. Kita juga diajak untuk berpikir lebih mendalam, apa yang akan kita lakukan dengan berpijak pada kesepian yang kita rasakan sekarang ini. Kesepian membuat hidup kita menjadi lebih mendalam.

Dua, waktu kesepian juga bisa digunakan untuk melakukan tinjauan ulang, apa yang sungguh penting di dalam hidup kita. Kita diajak untuk memikirkan ulang, apa yang sungguh bermakna di dalam hidup kita, sehingga itu layak untuk dikejar, walaupun sulit. Kita juga diajak untuk melepaskan apa yang palsu dan "membunuh" kita perlahan-lahan. Kesepian membuat kita sadar dan fokus pada apa yang sungguh penting dalam hidup kita, dan membuang jauh-jauh hal-hal yang jelek dan merusak hidup kita.

Tiga, kesepian juga mengajak kita berpikir ulang tentang orang-orang yang ada di sekitar kita. Kita diajak untuk sungguh membedakan antara sahabat dan teman/parasit. Sahabat akan hadir dan menemani kita di waktu kesepian. Sementara, teman/parasit hanya akan tertawa saja. Kita lalu bisa sungguh fokus pada sahabat kita yang walaupun sedikit, akan selalu bisa menjadi pilar penyangga dalam hidup kita. Ingatlah, bahwa kualitas hidup kita juga ditentukan oleh orang-orang yang ada di sekitar kita, yakni sahabat-sahabat kita. Jangan pernah takut untuk kehilangan teman, karena itu adalah bagian dari proses penyaringan untuk sungguh tahu, siapa sahabat sejati kita, baik sekarang ataupun nanti.

Empat, kesepian juga adalah kesempatan kita untuk melihat dunia dengan cara yang berbeda. Di dalam kesepian, kita masuk dalam suatu keadaan gelap. Kita dipaksa untuk melepas semua pandangan dan keyakinan kita yang ada. Lalu, kita pun punya

kesempatan untuk melihat dunia dengan cara yang sama sekali baru, dan mungkin lebih baik dari sebelumnya. Kesepian adalah saat untuk menjadi kreatif.

Lima, dengan sudut pandang yang berbeda, kita lalu berpikir dengan cara yang berbeda. Kita pun lalu bisa bekerja dan berkarya dari sudut pandang yang berbeda. Inilah hakikat dari penemuan baru yang bisa membawa manusia ke arah kehidupan yang lebih baik. Kesepian bisa dibaca sebagai saat untuk menjadi penemu dan penerobos kebuntuan di dalam berbagai bidang kehidupan manusia.

### **Bagaimana Kebahagiaan Diarahkan sebagai Jalan Hidup?**

Memang, ada kesedihan dan penderitaan di dalam kesepian. Namun, jika tidak ditata dan dimaknai dengan tepat, kesepian juga bisa menghancurkan manusia. Namun, kesepian juga dapat dilihat sebagai kesempatan untuk bangkit dan melakukan perubahan penting dalam hidup kita. Ia tidak perlu dilihat sebagai kegelapan, melainkan sebagai jalan hidup yang bisa ditempuh, guna menemukan makna dan kebahagiaan dalam hidup. Banyak orang takut kesepian, karena itu merupakan tanda, bahwa mereka itu sendiri. Sehingga, orang takut dengan kesendirian.

Argumen ini melupakan fakta, bahwa banyak orang yang memiliki keluarga dan memiliki sahabat sekalipun juga merasa kesepian. Dari sini kita melihat bahwa kesepian dan kesendirian memang memiliki kaitan satu sama lain, namun juga bukan berarti bahwa kesepian dapat berarti kesendirian. Sehingga yang menjadi permasalahan adalah apa yang ada dalam diri kita, yaitu tentang apa yang kita rasakan. Apakah hati atau jiwa kita merasa bahagia atau tidak. Oleh karena itu, apakah seseorang yang hidupnya penuh kebahagiaan pernah merasa sepi sekalipun ia sendirian dan jauh dari keramaian? Kurasa tidak.

Dalam tradisi Islam, kebahagiaan pada dasarnya merujuk pada salah satu kata dalam bahasa Arab yang disebut *sa'adah*. *Sa'adah* adalah kata bentukan dari suku kata *sa'ada*, yang berarti bahagia. Definisi bahagia, dalam tradisi ilmu tasawuf, seperti yang disampaikan oleh Imam al-Ghazali dalam karya monumentalnya *Ihya' Ulumuddin*, adalah suatu konsep akan kenikmatan yang dianugerahkan oleh Tuhan. Artinya, kebahagiaan adalah konsepsi yang paling dekat dengan hati manusia, yakni bagaimana manusia mampu mensyukuri nikmat yang Tuhan berikan. Sehingga keberadaan akal dalam hal ini memiliki peran yang esensial untuk merumuskan dan mempersepsikan tentang karunia atau nikmat yang Tuhan berikan kepada manusia.

Oleh karena itu, apabila digali lebih mendalam, bahagia pada dasarnya adalah tentang apa yang kita persepsikan. Kebahagiaan itu tidak dicari, namun diciptakan. Mengapa? Karena bilamana kebahagiaan itu bisa dicari ataupun dibeli, mungkin hanya mereka yang punya uang yang akan memiliki kebahagiaan. Tapi mungkin ada pertanyaan yang mengatakan bahwa "Bagaimana dengan mereka yang bahagia karena pergi ke mall, *shooping*, pergi ke salon, pergi liburan ke luar negeri? Bukankah itu karena uang?". Pertanyaan atau pandangan tersebut sama sekali keliru dalam memahami konsep kebahagiaan, apakah mereka tidak akan bahagia jika mereka tidak bisa pergi jalan-jalan, *shooping*, ataupun pergi ke salon karena tidak ada uang? Tentu inilah yang juga akan menjadi sumber masalah, karena berawal dari pola pikir yang salah, yaitu merasa bahwa kebahagiaan hanya akan ada apabila apa yang diinginkan terpenuhi, sementara manusia lupa untuk mensyukuri nikmat atau karunia yang sudah Tuhan berikan kepadanya.

Hidup yang bahagia menyentuh tiga tingkatan. Yang pertama adalah hidup yang bernilai dari kaca mata pribadi. Artinya, kita menganggap cara hidup kita itu penting dan menarik untuk diri kita sendiri. Yang kedua adalah cara hidup tersebut tidak hanya bernilai secara pribadi, tetapi juga bermakna untuk orang lain. Orang lain terbantu dengan cara hidup yang kita pilih. Yang ketiga adalah, hidup kita lalu bergerak terlepas dari nilai pribadi dan makna sosial. Kita melampaui diri pribadi serta tuntutan sosial, dan menjadi bebas sepenuhnya. Hidup kita lalu menjadi alamiah sepenuhnya, serta mampu menanggapi segala keadaan yang terjadi secara tepat.

Iniilah yang kami sebut dengan kebahagiaan sebagai pencerahan batin. Hegel, filsuf Jerman abad 19, menyebut hidup yang bernilai secara pribadi sebagai moralitas, dan hidup yang bermakna sosial sebagai hukum. Yang pertama memberikan kepuasan pribadi. Yang kedua memberikan kesesuaian dengan kehidupan sosial. Namun, keduanya lalu dilampaui ke dalam *Sittlichkeit*, yakni tata moral yang mendamaikan tegangan antara keinginan pribadi dan tuntutan sosial masyarakat.

Michael Bordt, dosen di Hochschule für Philosophie München, menyebut hidup yang bahagia sebagai hidup yang berhasil (*das gelungene Leben*). Ia memberikan kepuasan pribadi maupun makna kepada orang lain. Tidak ada pertentangan antara prinsip hidup pribadi dan nilai-nilai sosial masyarakat. Dengan cara berpikir semacam ini, orang lalu bisa menjalani hidupnya dengan bahagia. Bordt juga menegaskan, bahwa kita kini hidup di dalam masyarakat yang serba tidak pasti. Identitas diri kita pun lalu juga tidak pasti. Mungkin, kemarin saya bekerja sebagai guru, dengan identitas diri dan identitas sosial sebagai seorang guru.

Namun, besok saya bisa ganti pekerjaan menjadi seorang pengusaha. Identitas diri dan identitas sosial saya pun lalu berubah. Di dalam dunia semacam itu amatlah penting bagi kita untuk memiliki visi soal hidup yang bahagia. Bordt menyebutnya sebagai identitas yang terus dirangkai (*Bastelidentität/Bastelbiographie*). Tanpa visi yang jelas tentang hidup yang penuh, bermakna dan bahagia, kita akan terombang ambing diterpa segala perubahan yang ada. Kita pun akan hidup menderita.

Kondisi alamiah manusia adalah kebahagiaan. Sejatinya, kita semua selalu bahagia. Kesalahan berpikirlah yang menutupi kebahagiaan itu, sehingga kita kerap kali merasakan penderitaan dan kesepian. Untuk bisa bahagia, orang perlu melepaskan pandangan-pandangannya yang salah tentang kehidupan.

Berkaitan dengan kondisi alamiah manusia untuk mencapai kebahagiaan, akan dibahas lebih jauh dalam pembahasan berikutnya.

SAMUDRA  
BIRU

SAMUDRA  
BIRU

## KEMBALI KE SIFAT ALAMIAH

\*\*\*

*Tak ada makna bagi kehidupan kecuali makna yang diberikan manusia kepada kehidupannya dengan mengembangkan potensinya, yakni hidup secara produktif. – Erich Fromm, Man for Himself*

**M**anusia harus tahu sifat alamiahnya, sifat sejatinya sebagai manusia. Agar manusia mengerti apa yang baik baginya dan apa yang akan membawa kebahagiaan. Dari sana manusia akan belajar dan mengerti bagaimana hidup dan apa yang harus dikejar untuk diraih. Tanpa itu semua, kita tidak akan tahu apa yang baik untuk manusia dalam kehidupan, mengejar demi mencapai sesuatu, namun tak pernah mendapatkan kebahagiaan (Kehidupan seperti inilah yang dikatakan oleh Socrates sebagai kehidupan yang tak teruji, sebagaimana salah satu kalimat terkenalnya yang mengatakan bahwa, “Kehidupan yang tak teruji tidak layak disebut hidup”).

Tidak sedikit di antara kita, di zaman sekarang ini berusaha untuk mengejar dan bersusah payah demi mencapai sesuatu namun tak pernah mendapatkan kebahagiaan. Kita terkadang disibukkan dengan sesuatu, kesibukan yang tak henti-hentinya



demi mengejar materi dan berharap mendapatkan kebahagiaan dari materi tersebut, namun kita lupa bahwa materi sifatnya adalah sementara. Sehingga penting sekali dalam hidup upaya untuk mencapai kebahagiaan tidak hanya dari sesuatu yang bersifat eksternal, namun juga internal yaitu dari dalam jiwa manusia itu sendiri. Maka dalam kehidupan yang ditekankan adalah bagaimana mencapai keseimbangan dan keharmonisan, sebagaimana disebutkan dalam konsep Islam yang disebut dengan istilah *fitrah* (Ali Anwar Yusuf, 2002: 60).

*Fitrah* sendiri bersifat seimbang atau harmoni. Keseimbangan ini merupakan ciri *fitrah* Tuhan pada umumnya. Demikian pula dengan *fitrah* manusia yang seimbang antara fisik dan jiwa, lahir dan batin, akal dan hati. Oleh karena itu, suatu kebahagiaan akan dapat dicapai apabila terdapat keseimbangan atau keharmonisan dalam diri manusia, misalnya saja antara fisik dan jiwa. Karena sering kali dalam kesibukan sehari-hari, akibat beban pekerjaan yang begitu banyak, tidak hanya fisik yang menjadi lelah, namun jiwa pun juga akan turut tertekan. Sehingga tidak heran banyak orang yang kemudian menjadi setres dan lain-lain, alih-alih mencapai kebahagiaan.

Keberadaan akal manusia yang membuatnya belajar dan mengerti bagaimana hidup dan apa yang harus dikejar untuk diraih, dalam hal ini untuk mencapai kebahagiaan, mengingatkan kita terhadap pembahasan sebelumnya bahwa kehidupan silih berganti, kita hidup lalu mati. Namun sebagaimana telah disebutkan, bukankah manusia bisa memberikan makna lain dalam siklus kehidupan tersebut, yakni hidup, berarti lalu mati. Bila raga pada akhirnya ditinggal nyawa, jiwa kan pergi dan tak kan kembali, adapun yang tersisa hanya sekadar nama, maka jangan

biarkan namamu hilang begitu saja ditelan masa, serta tanpa cerita yang dapat memberikan makna atau manfaat terhadap kehidupan itu sendiri.

Bahagia sudah seharusnya dimiliki oleh setiap manusia, karena menurut *fitrah*-nya, manusia diciptakan dengan berbagai kelebihan dan kesempurnaan. Kabir Helminski, seorang sufi penerus tradisi Jalaluddin Rumi, menulis tentang manusia sempurna dalam bukunya, *The Knowing Heart: A Sufi Path of Transformation*. Menurut Helminski, sifat manusia sempurna adalah refleksi dari sifat-sifat Tuhan. Kesempurnaan manusia adalah takdir bawaan manusia, yang memerlukan hubungan yang harmonis antara kesadaran diri dan rahmat Ilahi. Itulah capaian kebahagiaan yang sesungguhnya (Erbe Sentanu, 2008: 19).

Dalam mengukur suatu “kebahagiaan yang sesungguhnya”, kita bisa mencermati ilustrasi berikut:

Apabila seorang klien datang ke psikolog dan berkata: “Hari ini saya merasa bahagia”, maka sang psikolog tentu akan bertanya lebih lanjut: “Mengapa Anda merasa bahagia?”. Salah satu jawaban yang mungkin akan diberikan seseorang adalah: “Karena saya merasa puas dengan apa yang terjadi dengan hidup saya” (Jalaluddin Rakhmat, 2008:106).

Demikian halnya dengan kehidupan seseorang, apakah bermakna atau tidak, dapat dinilai dari model pertanyaan dan jawaban di atas. Dialog di atas mengindikasikan bahwa kebahagiaan hidup seseorang dapat dinilai secara objektif (*objective happiness*) dan subjektif (*subjective happiness*). Secara objektif, kebahagiaan seseorang dapat diukur dengan menggunakan standar yang merujuk pada pembuktian tertentu. Rakhmat mencontohkan,

misalnya ada seseorang bernama Fulan. Ia menghabiskan waktu mudanya untuk berfoya-foya, termasuk dengan melakukan segala tindakan dosa. Ia tidak pernah mengalami sakit. Ia mengaku sangat bahagia. Benarkah ia bahagia? Dalam bahasa Tasawuf, si fulan ini dikatakan sedang mengalami apa yang disebut dengan *istidraj*. Artinya ia sedang diberi ujian oleh Tuhan dengan nikmat (kesenangan) untuk melihat apakah ia sadar atau tidak dengan nikmat yang didapatkannya. Namun menurut ukuran (pembuktian) rasional, ia tidaklah bahagia, karena suatu saat nanti kita bisa saja kehilangan harta, kesehatan, dan kesenangan. Maka secara subjektif kita dapat mengukur kebahagiaan seseorang dengan bertanya kepadanya dengan singkat apakah ia bahagia atau tidak (Jalaluddin Rakhmat, 2008: 107). Demikian pula dengan konsep makna hidup.

Sebagaimana kami ungkapkan di atas, ketika manusia disibukkan dengan materi, pada saat materialisme menjadi panglima, di mana kekayaan, jabatan, dan ketenaran menjadi dewa yang diagung-agungkan dan seolah itu adalah sumber kebahagiaan. Maka, kenyataan yang mengenaskan ini meniscayakan adanya redefinisi terhadap ukuran kesuksesan dan kebahagiaan (Muskinul Fuad, 2015: 115). Dua komponen yang selama ini dianggap sebagai ukuran utama kesuksesan, yaitu kekayaan dan kekuasaan, perlu dilengkapi dengan hal-hal yang lebih mendasar lagi. Ariana Huffington menawarkan empat elemen kesuksesan, yaitu: kesehatan lahiriah-batiniah (*well-being*), ketakjuban (*wonder*), kearifan (*wisdom*), dan sikap memberi (*giving*). Dalam ukuran baru ini, sukses harus berbanding lurus dengan kebahagiaan. Sukses haruslah sebangun dengan kebermaknaan hidup. Jadi, persoalan setiap manusia adalah bagaimana menemukan kebahagiaan hidup yang sesungguhnya dengan mengisinya dengan hal-hal

yang bermakna (Yuswohady, 2014). Menurut Bastaman hidup bermakna adalah gerbang menuju kebahagiaan (HD. Bastaman, 1995: 196). Ia adalah corak kehidupan yang menyenangkan, penuh semangat, bergairah, serta jauh dari rasa cemas dan hampa dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Hal ini terjadi sebagai akibat dari terpenuhinya nilai-nilai dan tujuan hidup yang positif dan benar-benar didambakan.

Terpenuhinya nilai-nilai dan tujuan hidup yang bermakna ini salah satunya dapat dicapai melalui pengembangan potensi diri, yakni hidup secara produktif. Di zaman sekarang ini, bahkan kita sendiri sering kali banyak melewatkan waktu-waktu berharga yang padahal waktu tersebut dapat digunakan untuk hal-hal yang lebih bermanfaat. Seseorang yang hidupnya praktis hanya jalan-jalan, berkumpul dengan teman, menghabiskan waktu berjam-jam di depan media sosial, atau bahkan menghabiskan waktu berjam-jam untuk membicarakan orang lain demi kesenangan semata, maka tentu waktu hidupnya banyak terbuang sia-sia.

Hal tersebut selaras dengan pendapat Soren Aabye Kierkegaard (15 Mei 1813-11 November 1855) seorang filsuf dan teolog abad ke-19 yang berasal dari Denmark (Alastair Hannay & Gordon Marino, 1997) mengatakan bahwa ada tiga bentuk kehidupan, dia sendiri menggunakan istilah tahap. Dia menyebutnya tahap estetika, tahap etika, dan tahap religious. Orang yang hidup pada tahap estetika hidup untuk saat ini dan menangkap setiap kesempatan untuk menikmatinya. Bagi mereka, apa yang dianggap baik adalah apa pun yang indah, memuaskan atau menyenangkan. Sehingga mereka yang hidup pada tahap ini sepenuhnya berada di dunia indra dan menjadi budak nafsu dan perasaannya sendiri. Lebih jauh Kierkegaard mengatakan bahwa salah satu ciri khas

dari kerumunan orang adalah obrolan omong kosong, yang dalam konteks ini adalah pembicaraan yang sebenarnya adalah tidak bermakna atau tidak ada manfaatnya. Sebagaimana contoh yang kami sebutkan di atas.

Kami mengatakan demikian bukan berarti memfatwa bahwa semua kegiatan seperti berkumpul dengan teman/kerabat, jalan-jalan, dan lainnya merupakan hal yang tidak penting sama sekali namun tentunya tergantung pada apa yang dibahas di dalamnya, karena bagaimanapun otak manusia juga membutuhkan sesuatu sebagai sarana untuk merefresh pikiran dari rasa penat. Melainkan yang kami tekankan adalah penting sekali untuk menyeimbangkan antara keduanya, yakni kehidupan tidak melulu hanya disibukkan dengan jalan-jalan, berkumpul sambil membicarakan orang lain, duduk di depan sosial media berjam-jam sambil melihat gosip, namun juga berupaya untuk hidup secara produktif yakni dengan melakukan hal-hal yang bermanfaat (Tahap etika). Karena bagaimanapun harus dibedakan antara kesenangan dan kebahagiaan. Kesenangan merupakan sesuatu yang lahir atas tuntutan nafsu belaka, namun kebahagiaan merupakan sesuatu yang lahir dari dalam jiwa manusia.

Selain itu, dalam pandangan Abu Hamid al-Ghazali, bahagia atau kebahagiaan merujuk pada istilah *sa'ādah*, yang berhubungan dengan dua dimensi eksistensi; dunia saat ini dan akhirat. Menurutnya kebahagiaan merupakan suatu kondisi jiwa yang tenang, damai tanpa suatu kekurangan apa pun (Abu Hamid al-Ghazali, T.Th: 108). Mengenai kondisi jiwa yang tenang, damai tanpa suatu kekurangan apa pun menunjukkan akan rasa cukup dalam diri manusia. Seseorang yang senantiasa merasa berkecukupan atau memiliki rasa cukup dalam hidupnya akan

merasakan ketenangan jiwa yang tentunya berpuncak pada kebahagiaan. Hal ini akan bisa diraih apabila kita senantiasa bersyukur atau menghargai apa yang kita miliki. Maka merasa cukup dalam hal ini dapat bermakna berupaya semaksimal mungkin untuk tidak menginginkan apa yang belum kita miliki. Sebagaimana diungkapkan oleh Seneca, bahwa manusia tidak memiliki kuasa untuk memiliki apa pun yang dia mau, tetapi dia memiliki kuasa untuk tidak menginginkan apa yang belum dia miliki, dan dengan bahagia memaksimalkan apa yang dia terima.

SAMUDRA  
BIRU

SAMUDRA  
BIRU

## PENGETAHUAN ADALAH MAKANAN JIWA

\*\*\*

*Manusia dikatakan hidup karena ia berjiwa, bukan karena ia memiliki raga. Maka jangan jadikan jiwamu yang hidup menjadi budak bagi ragamu yang mati.*

– Alfit Lyceum, Filsafat Harmonisasi

Sebagaimana diungkapkan oleh Plato (428-347 SM), bahwa pengetahuan adalah makanan jiwa, maka manusia harus berhati-hati. Dalam konteks ini, yang dimaksudkan oleh Plato adalah tidak hanya berkaitan dengan pengetahuan yang bernilai positif namun juga negatif, dari itu kenapa manusia harus berhati-hati. Plato memberikan contoh layaknya para Sophis ketika mencari nafkah dengan mengajar para warga Athena dengan imbalan uang. Plato mengatakan bahwa kaum Sophis tidak menipu kita sewaktu mereka memuji apa yang dijualnya (pengetahuan), seperti pedagang barang-barang grosir atau pedagang barang-barang eceran yang menjual barang-barang mereka, karena mereka memuji tanpa pandang bulu semua barang yang mereka jual, tanpa mengetahui apa yang sebenarnya bermanfaat atau merugikan. Maka begitu juga dengan para pelanggan yang tidak benar-benar mengetahui tentang apa yang para Sophis jual (pengetahuan), kecuali mereka yang benar-benar



mengetahui pengaruhnya terhadap jiwa. Itu sebabnya apabila kita memiliki pemahaman mengenai apa yang baik dan yang buruk, mungkin saja kita dengan selamat membeli pengetahuan dari para Sophis (Erich Fromm, 2002: 15).

Di zaman modern saat ini, mungkin kita tidak akan menemukan para Sophis layaknya 450 tahun sebelum masehi yang lalu. Namun dalam konteks hari ini, melalui perkembangan teknologi informasi yang begitu pesatnya, membuat segala macam bentuk informasi mudah untuk diakses. Tentu kemudahan ini di samping memberikan dampak positif khususnya bagi mereka yang mampu menggunakan dan memanfaatkan perkembangan teknologi informasi dengan baik, namun juga memberikan dampak negatif bagi mereka yang salah dan tidak bijak dalam memanfaatkan perkembangan teknologi informasi. Karena sudah menjadi semacam fenomena ketika anak muda zaman sekarang melihat sebuah tontonan maupun bacaan dan menganggap hal tersebut benar (secara subjektif) lantas menjadikan apa yang mereka tonton atau baca sebagai suatu tuntunan sebelum melakukan telaah (observasi) atas kebenarannya terlebih dahulu.

Era teknologi dan komunikasi modern bukan hanya melahirkan lompatan di bidang pengetahuan, melainkan juga memberi jalan dan bahkan memperkuat kekurangan umat manusia. Kehadiran internet cukup banyak menjelaskan persoalan ini, dimana internet bukan hanya tempat penyimpanan pengetahuan yang luar biasa, tetapi juga mendorong tersebarnya berbagai kesalahan informasi. Sebab di satu sisi, internet tidak hanya membuat manusia menjadi bodoh, melainkan juga lebih kejam: sendirian di balik papan ketik, banyak terjadi perdebatan dan bukan diskusi, serta menghina dan bukannya mendengar.

Di era masyarakat bebas, wartawan adalah sumber informasi paling penting yang dapat menjadi wasit dalam perseteruan antara ketidaktahuan dan pembelajaran. Lantas apa jadinya apabila masyarakat lebih menuntut untuk dihibur dan bukannya diberi informasi? Bahkan karena tuntutan tersebut justru banyak media informasi yang bertebaran hanya menjual apa yang disukai oleh masyarakat dan bukan apa yang dibutuhkan oleh masyarakat. Masyarakat lebih senang melihat berita-berita mengenai artis, berita yang berhubungan dengan aib seseorang, dan ironinya banyak juga media yang menjual berita semacam itu untuk popularitas media mereka.

Dalam lingkungan media yang hiper-kompetitif seperti ini, editor dan produser tidak lagi mempunyai kesabaran atau kemewahan finansial yang mengizinkan wartawan untuk mengembangkan kepakaran ataupun pengetahuan mendalam atas satu subjek. Tidak pula ada bukti yang menyatakan bahwa sebagian besar pembaca berita menginginkan berita yang sarat akan detail. Sementara bagi para pakar, ketika diminta memberi pendapat, mereka sering kali dibatasi, dan ucapannya sering diambil sepotong. Semua orang yang terlibat dalam industri berita pun tahu, jika laporan mereka tidak menarik atau menghibur, publik yang plin-plan bisa mencari alternatif lain yang lebih ringan dengan hanya beberapa klik saja (Tom Nichols, 2017: 11-12).

Beranjak dari persoalan di atas, salah satu pendirian Socrates yang terkenal adalah "Keutamaan adalah pengetahuan". Maksudnya adalah ketika keutamaan di dalam hidupnya baik tentu menjadikan orang dapat hidup baik. Hidup baik berarti mampu memperaktekkan pengetahuannya tentang hidup baik tersebut. Jadi berkaitan dengan baik dan jahat, bagi Socrates itu

adalah persoalan pengetahuan bukan kemauan manusia. Sehingga dalam konteks pengetahuan sebagai makanan jiwa, bagi Socrates penting sekali untuk mengutamakan kebahagiaan jiwa (*eudaimonia* = memiliki *daimon* atau jiwa yang baik), lebih daripada kebahagiaan tubuhnya atau kebahagiaan yang lahiriah, seperti umpamanya kesehatan, popularitas, dan kekayaan, namun manusia harus membuat jiwanya menjadi jiwa yang sebaik mungkin.

Jiwa yang sebaik mungkin ini maksudnya adalah jiwa yang di dalamnya selalu haus akan ilmu pengetahuan. Haus akan ilmu pengetahuan dalam arti bahwa manusia dalam mencari informasi sejatinya mengedepankan aspek-aspek atau hal-hal yang berkaitan dengan ilmu pengetahuan, bukan kesenangan belaka. Kesenangan belaka yang dimaksud adalah menuruti ego dan justru lebih tertarik pada informasi-informasi yang berbau kontroversi, popularitas dan seperti hal-hal yang sudah disebutkan di atas. Selain itu, jiwa yang sebaik mungkin ketika sudah mempunyai ilmu pengetahuan adalah jiwa yang mampu menjalankan serta memberikan manfaat pada orang lain atas ilmu yang ia miliki. Karena sebaik-baiknya manusia adalah ia yang mampu mempraktikkan ilmunya dalam kehidupan dan memberikan manfaat bagi orang banyak. Seperti halnya yang dianjurkan oleh Confusius, bahwa di samping belajar, sebaik-baiknya manusia adalah mereka yang mempraktekkan apa yang dipelajari, sehingga menjadi manusia yang lengkap. Orang seperti ini olehnya disebut sebagai “*Qun Zi*” atau seorang intelektual-bijaksana (Widiana, 2019).

Terlebih apabila kita mengingat di dunia profesi seperti sekarang ini, tidak sedikit manusia yang berilmu tinggi, bergelar sedemikian rupa, namun salah dalam menggunakan ilmu serta gelar yang dimilikinya. Manusia yang demikian, yang tidak

mampu mengamalkan ilmunya untuk kebaikan, oleh Imam al-Ghazali dalam *Ihya' Ulumuddin* menyebutnya sebagai manusia yang termasuk dalam golongan orang tertipu (tipu daya setan). Dengan kata lain, keilmuan yang dimiliki justru ditujukan untuk kejahatan, mengelabui orang lain, bahkan melakukan korupsi misalnya.

Oleh karena itu, apabila pengetahuan yang baik dapat diajarkan kepada generasi muda dan kesadaran tersebut dapat dibangun serta dimiliki oleh setiap insan yang berakal, maka praktek-praktek amoral dan penyalahgunaan terhadap ilmu yang dimiliki sebagaimana contoh di atas akan dapat diminimalisir. Bahkan dalam ajaran Confusianisme sendiri disebutkan bahwa harta yang terbaik bagi seorang anak adalah pendidikan. Sebab dalam ajaran Confusianisme, para cendekiawan jauh lebih dihormati daripada kekayaan yang sifatnya materi. Sehingga tidak heran apabila di Amerika saat ini kebanyakan mahasiswa peringkat atas diduduki oleh orang-orang dari Hong Kong, Cina, Taiwan, Singapore, Korea, dan Jepang, dimana negara-negara tersebut banyak dipengaruhi oleh ajaran Confusianisme (Widiana, 2019).

SAMUDRA  
BIRU

SAMUDRA  
BIRU

## SEDANG PERIHAL KEMATIAN PUN KITA HARUS BELAJAR

\*\*\*

*Yang terpenting adalah seberapa baik kau hidup, bukan seberapa panjang. Dan sering kali “baik” tidak berarti berumur panjang. – Seneca*

**L**ihatlah bagaimana semesta berputar kembali ke titik mula-mula. Semua datang dan pergi silih berganti. Musim panas berlalu, tetapi tahun akan berjalan membawa musim panas yang baru, musim dingin meluruh, tetapi waktu yang bergulir akan mengembalikannya. Malam menutupi matahari, tetapi dalam sekejap sinar mentari akan menghapus pekatnya malam. Rasi bintang terus bergeser hingga kembali ke tempatnya semula, sebagian benda-benda langit akan selalu terbit, sementara bagian yang lain tenggelam di sisi ufuk yang lain. Maka begitu pun dengan kehidupan, setiap kelahiran silih berganti dengan kematian.

Mungkin bagi sebagian dari kita mengira bahwa sebuah kesia-siaan mempelajari sesuatu hal yang hanya akan digunakan sekali, sesuatu yang sudah pasti akan kita alami, sebuah kodrat dari makhluk yang bernama manusia. Namun justru atas dasar itulah manusia harus mempelajari sesuatu yang tidak bisa kita

ketahui dari pengalaman, karena hanya datang satu kali dalam hidup manusia, dan kematian merupakan bagian dari kehidupan. Sebagaimana dikatakan oleh Jalâluddîn Rûmî, fana dan peniadaan diri adalah “kematian”. Ia sering mengutip nasihat Nabi, “Matilah kamu sebelum mati (*Mûtû qabla antamûtû*)” (William C. Chittick, 2000: 274). Ungkapan tersebut tentu mengandung makna yang mengarahkan kita pada kesadaran bahwa kita sesungguhnya “tiada” dan yang “wujud” hanyalah Tuhan semata. Hal ini oleh Prof. Dr. K.H. Abdul Syakur Yasin, M.A. diibaratkan seperti kolong meja, yakni kita terkadang tidak sadar bahwa yang sesungguhnya ada atau wujud hanyalah meja, dan apabila mejanya tidak ada maka “kolong” pun tidak ada, sehingga kolong ada karena adanya meja. Begitu pun dengan manusia sendiri, bahwa keberadaan kita di muka bumi ini tidak lebih dari sekadar bayang-bayangNya. Selain itu ungkapan “Matilah kamu sebelum mati” juga bisa bermakna bahwa penting sekali dalam hidup untuk menyadari bahwa kehidupan ini hanyalah “fana”, sehingga dari sana manusia belajar untuk tidak merasa tinggi dan sombong di hadapan sesama, dan belajar ikhlas dalam menerima kematian sebagai sebuah takdir.

Artinya, bahwa dalam memahami hakikat diri dan arti dari suatu kehidupan mengajarkan manusia untuk selalu ingat bagaimana tujuan hidup di dunia, bagaimana memberikan makna dalam hidup. Sehingga pernah suatu waktu Imam Ali as. pernah menyinggung bentuk kesadaran semacam ini. Imam Ali as. bersabda sebagai berikut: “Semoga Tuhan merahmati orang yang mengetahui bahwa dirinya datang dari mana? Sedang berada di mana? Dan hendak menuju ke mana?” (Muhammad Jawad Mughniyah, Jil. 1: 22). Dengan memiliki kesadaran tentang hakikat diri akan senantiasa membawa kita pada sikap rendah

hati, selalu bersyukur, tidak merasa memiliki segala-galanya, karena dunia hanyalah persinggahan semata bagi kehidupan yang sesungguhnya yakni di akhirat nanti. Dengan demikian hidup seperti inilah yang dikatakan sebagai hidup yang tenang serta dapat merasakan kedamaian jiwa sebagaimana dikatakan oleh Imam al-Ghazali.

“Pelajarilah kematian senantiasa,” kira-kira demikianlah pesan yang juga pernah disampaikan oleh salah satu filsuf Barat yakni Lucius Annaeus Seneca atau lebih dikenal dengan Seneca (4 SM–65 M), seorang filsuf Stoik (mazhab pemikiran Yunani yang dibawa ke Roma satu abad sebelumnya dan mulai berkembang di sana), ia juga merupakan seorang negarawan, dan penulis drama Romawi pada Zaman Perak Sastra Latin. Bagi Seneca, mati merupakan salah satu bagian dari hidup yang paling penting, dan satu-satunya bagian yang tidak bisa dipelajari atau diasah melalui pengulangan. Karena kita hanya akan mati satu kali, dan mungkin saja tanpa peringatan, sehingga sangat penting untuk selalu siap atas kematian.

Mempelajari kematian menurut Seneca merupakan cara untuk memahami esensi kehidupan, hakikat tentang waktu, dan hakikat tentang diri. Karena sering kali kita menyia-nyiakan banyak waktu demi pengejaran yang tiada berarti, padahal sejatinya kita diberikan cukup waktu untuk melakukan apa yang benar-benar penting, dan kita harus menjalankannya dengan benar. Karena bagi Seneca, yang terpenting adalah seberapa baik kita hidup, bukan seberapa panjang, dan sering kali “baik” tidak berarti berumur panjang. Sehingga, apa gunanya hidup selama berpuluh-puluh tahun, apabila waktu yang kita gunakan sepanjang hidup hanya untuk bermalas-malasan, menyakiti sesama, mengambil



hak orang lain, dan merugikan kehidupan orang lain, maka kita tak ubahnya tumbuhan benalu bagi hidup dan kehidupan orang lain.

Dalam hidup, penting sekali untuk menanamkan sebuah prinsip bahwa “Aku tidak akan mengarang rentang hidupku seperti melalui bayang-bayang gelap, tetapi aku akan menghidupi hidupku, tidak melewatkannya”. Apa artinya “Menghidupi hidupku, tidak melewatkannya”? Maka yang menjadi perhatian utama dalam hal ini adalah bagaimana kita mengisi setiap waktu dalam hidup dengan nilai-nilai yang seharusnya dan pengejaran yang seharusnya.

Sehingga apabila kita diberikan tambahan usia beberapa tahun lagi, dan bahkan seandainya kehidupan kita diputus di tengah-tengah pun, kita tetap akan berkata “aku tak kekurangan sesuatu pun yang membuat hidupku bahagia, karena aku tidak berencana untuk hidup sampai seterusnya sebagaimana dijanjikan oleh angan-anganku yang tamak, tetapi aku menjalani setiap hariku bagaikan itu hari terakhirku”. Karena hanya dengan menganggap bahwa setiap hari yang kita jalani sebagai hari terakhir lah, kita akan memberikan penutup yang indah dalam hidup dan menjadikan hidup sebagai perjalanan yang utuh.

Seperti apa rentang kehidupan yang paling utuh, kita mungkin bertanya? Menurut Seneca, rentang kehidupan yang paling utuh adalah hidup hingga mencapai kearifan. Barang siapa berhasil mencapai tujuan tersebut, ia tidak mengakhiri hidupnya pada titik terjauh, tetapi ia mengakhiri hidupnya pada titik tertinggi. Karena demikian juga yang disampaikan oleh Aristoteles bahwa hanya dengan mencapai kearifan dan kebijaksanaan lah, manusia dapat dikatakan mampu untuk memahami esensi dari dirinya.

Sampainya manusia pada titik memahami esensi diri, juga menjadi bagian dari rangkaian tentang mengapa dan untuk apa manusia lahir di dunia ini. Oleh karena itu, mempelajari kematian bukan hanya sekadar ungkapan tentang bagaimana cara manusia mati, namun jauh daripada itu, ungkapan ini sejatinya menggugah setiap pendengarnya untuk memahami esensi dari kehidupan dan memahami bahwa kehidupan juga merupakan perjalanan menuju kematian, dan kematian juga bisa berarti awal untuk menuju kehidupan yang baru sebagaimana diungkapkan oleh Plato dimana setelah kematian “akan tiba saatnya kita kembali melihat cahaya”.

Oleh karena itu, doktrin-doktrin tersebut juga selaras dengan doktrin yang diajarkan oleh agama-agama yang berkembang saat ini, yang meyakini bahwa setelah kematian akan ada hari dimana seluruh manusia akan dibangkitkan kembali, dan setiap agama memiliki istilah-istilah yang berbeda untuk menyebut kehidupan setelah kematian. Pandangan-pandangan utama mengenai kehidupan setelah kematian ini berasal dari agama, esoterisme, dan juga metafisika.

Selain itu, pandangan yang sama bagi sebagian besar filsuf Stoa sebagaimana pernah dibahas sebelumnya, bahwa dengan senantiasa mempelajari kematian, manusia tentu akan lebih belajar untuk ikhlas dan tulus dalam menerima dan menjalankan kehidupan serta setiap takdir yang menjadi bagian dari kehidupan itu sendiri, termasuk datangnya kematian. Dan kita harus mulai untuk belajar dan menanamkan dalam diri kita bahwa “aku menikmati hidupku sejauh ini karena aku tidak banyak menghabiskan waktu untuk menghitung berapa lama lagi sisa hidupku”. Artinya apa? Bahwa sesungguhnya, panjang

usia berada di luar kendali kita. Bukan menjadi kuasa kita untuk mengatur berapa lama kita akan ada, namun yang seharusnya kita pikirkan adalah berapa lama kita sungguh-sungguh ada.

Merupakan dua hal yang berbeda antara “berapa lama kita akan ada” dengan “berapa lama kita sungguh-sungguh ada”. Ungkapan “berapa lama kita akan ada” hanya menunjukkan kuantitas, namun “berapa lama kita sungguh-sungguh ada” menunjukkan kualitas, yakni bagaimana esensi hidup yang seharusnya manusia jalani.

Kembali kepada ungkapan di atas, tentang bagaimana seharusnya kita menikmati hidup tanpa harus menghabiskan waktu untuk menghitung berapa lama lagi sisa hidup kita, menunjukkan bahwa bagaimana manusia tidak seharusnya “terobsesi dengan hidup”. Karena menurut Seneca satu-satunya belenggu dalam hidup adalah mencintai kehidupan itu sendiri. Dalam artian bahwa ungkapan tersebut lebih ditujukan kepada pemaknaan tentang obsesi akan hidup yang mengarah pada suatu hal yang bersifat negatif. Sebagai contoh, bahwa bahkan banyak orang yang bersedia menukar kematian dengan hal-hal yang lebih buruk, misalnya mengkhianati seorang kawan atau bahkan saudara sendiri “demi hidup yang lebih lama” atau dengan kata lain “demi kepentingan hidup mereka”.

Namun terdapat suatu pengecualian, bahwa disamping itu manusia juga memiliki tanggungan terhadap orang lain yang membuatnya harus tetap hidup “bukan karena obsesi akan hidup”. Hal tersebut dapat dilihat misalnya melalui ungkapan Seneca dalam tulisannya yang menggambarkan bagaimana kehidupan pernikahannya dengan Pompeia Paulina, yang isinya “Tabib berkata, penyakit ini diawali dengan detak jantungku

yang tak menentu dan iramanya yang tak beraturan. Lekas-lekas aku meminta kereta kudaku untuk disiapkan. Aku bersusah payah untuk keluar, sementara Paulina mencegahku, dia memintaku untuk memperhatikan kesehatanku. Karena aku tahu kesehatannya begitu bergantung pada kesehatanku, aku akhirnya mulai memperhatikan diriku supaya aku bisa memperhatikannya” (*Surat-surat* 104.1-4).

Dalam artian, bahwa perasaan tulus yang datang dari orang lain haruslah kita nikmati, karena terkadang ketika keadaan mulai menghimpit sekalipun dan rasa sakit datang menghampiri, namun demi orang-orang terdekat dan tersayang kita harus tetap kuat dan tetap hidup. Sebagaimana halnya, ketika melihat anak, atau istri tercinta, seorang ayah sekaligus sebagai suami, harus berusaha untuk bertahan hidup di kala ia sakit demi kelangsungan hidup anak dan istrinya juga. Begitu pun dalam konteks yang lainnya, bahwa seorang yang baik haruslah hidup bukan selama yang dia inginkan, tapi selama seharusnya.

SAMUDRA  
BIRU

SAMUDRA  
BIRU

## MEMAKNAI TAKDIR DAN JALAN HIDUP

\*\*\*

Pertama. kehidupan itu berlangsung dalam suatu proses yang terus-menerus. Kedua. kehidupan yang ada pada setiap makhluk hidup itu mempunyai tujuan. Paling tidak dari struktur biologisnya dapat diketahui bahwa tujuan makhluk hidup itu adalah untuk penyempurnaan dirinya dan demi kelangsungan spesiesnya. – Linus K. Palindangan

**L**ife, but a walking shadow, a tale told by an idiot, full of sound and fury, signifying nothing, demikian yang dikatakan William Shakespeare dalam salah satu karyanya. Ungkapan yang mirip juga bisa ditemukan dalam salah satu puisi penyair besar, Chairil Anwar: “Benarkah hidup ini bermakna? Apakah kita pernah minta untuk dilahirkan? Kenapa hidup ini penuh dengan ironi? Apa yang sebenarnya kita cari dalam hidup ini, kekuasaan, uang, status, kemasyhuran, atau apa lagi?”. Kierkegaard menegaskan bahwa yang terpenting dalam hidup itu adalah bagaimana kita harus hidup, bukan apa itu hidup (C. Ananta Wijaya, 1994: 5). Sehingga di sinilah arti penting dari kesadaran sebagaimana sudah diulas dalam pembahasan-pembahasan sebelumnya.

SAMUDRA  
BIRU

Sementara dari struktur biologisnya dapat diketahui bahwa tujuan hidup manusia itu adalah untuk penyempurnaan dirinya dan demi kelangsungan hidupnya (Palindangan, 2012: 25). Untuk merealisasikan diri menjadi sempurna dan utuh. Dimana kehidupan bagi manusia merupakan kesempatan baginya untuk semakin merealisasikan dirinya. Kesimpulan ini berangkat dari penyelidikan atas fakta bahwa manusia tidak pernah merasa hidupnya sudah sempurna. Sebaliknya ia mengalami dirinya selalu ditarik ke atas ke arah kesempurnaan, kebijaksanaan, keutamaan, kebaikan terus-menerus. Dengan kata lain manusia tidak pernah menerima dirinya sebagai sesuatu yang sudah sempurna, sudah utuh sampai kehidupan itu sendiri dialaminya bertemu dengan kematian.

Dalam perjalanan menuju hakikatnya; Kematian bagi manusia tidak diterima sebagai sesuatu yang wajar. Ketika seseorang menyadari kematian dirinya, atau orang yang dikasihinya, ia kemudian berusaha untuk mengusir pikiran tersebut dari kesadarannya, atau bahkan jurtru membayangkannya dengan penuh ketakutan. Padahal kehidupan setiap orang dengan pasti maju secara perlahan menuju ke kematian, atau dalam filsafat Stoa disebut sebagai bagian dari alam (*Nature*).

Beranjak dari persoalan kematian, menurut Leahy (1998: 107) tidak ada apa pun di dunia ini yang mampu untuk memenuhi hasrat manusia untuk mendapatkan kebahagiaan yang sempurna dan definitif. Setelah seseorang mengalami kebahagiaan, kebahagiaan itu seolah cepat memudar dan lenyap sehingga menuntut pemenuhan lagi. Hal-hal di dunia ini sering menipu manusia, sebab tampaknya dapat memberikan kebahagiaan yang sempurna. Kenyataannya tidak demikian. Menurutnya

pengalaman manusiawi yang mengajari bahwa tidak ada satu hal di dunia ini yang dapat memberikan kebahagiaan paripurna. Mengusahakan kebahagiaan sempurna di dunia ini ibarat menyelami sumur tanpa dasar, artinya merupakan usaha yang sia-sia.

Siapa di antara kalian yang pernah mengalami kegagalan? Kami yakin bahwa tidak ada satu orang pun yang luput dari kegagalan. Entah itu kegagalan dalam hal pendidikan, pekerjaan, dan mungkin bahkan gagal dalam hal percintaan. Dalam filsosofi stoisisme yang dipopulerkan oleh Henry Manampiring melalui bukunya yang berjudul "*Filosofi Teras*", menjelaskan bahwa ada hal-hal yang berada di bawah kendali kita dan ada hal-hal yang tidak di bawah kendali kita, seperti yang dikatakan oleh Epictetus: "*Some things are up to us, some things are not up to us*". Maka dalam hal pekerjaan bahkan hingga urusan asmara seperti kami katakan di atas, ada hal-hal yang berada di luar kendali kita. Hari ini kita mungkin berusaha belajar sebaik mungkin, mempersiapkan diri dalam interview ataupun ujian, atau dalam konteks menjalin percintaan kita berusaha memberikan yang terbaik, memberikan perhatian dan kasih sayang, namun urusan hasil bukanlah menjadi kendali kita.

Sehingga dalam hal ini filosofi teras mengajarkan bahwa memikirkan sesuatu yang di luar kendali kita adalah hal yang sia-sia, yakni hanya membuang energi positif dalam diri kita. Dengan kata lain, kita tidak perlu menyesali dan bersedih secara berlebihan, dan cukup hanya mengevaluasi kekurangan kita saja. Sebab filsuf Stoa juga mengajarkan bahwa kebahagiaan sejati hanya bisa diraih melalui "*things we can control*". Artinya kebahagiaan sejati hanya bisa datang dari dalam, yakni kita tidak



bisa menggantungkan kebahagiaan dan kedamaian sejati kita pada hal-hal yang tidak bisa kita kendalikan. Bagi filsuf Stoa, menggantungkan kebahagiaan pada hal-hal yang di luar kendali kita, seperti berhasil meraih sesuatu, perlakuan orang lain, opini orang lain, status dan popularitas (yang ditentukan orang lain), kekayaan, dan lainnya adalah tidak rasional.

Lantas apabila demikian kita artinya hanya menyerahkan jalan hidup pada takdir dan pasrah terhadap keadaan? Tentu tidak. Salah satu hal yang ditekankan oleh filsuf Stoa adalah adanya dikotomi kendali (hal yang bisa dikendalikan dan tidak bisa dikendalikan). Di semua situasi, bahkan saat kita merasa tidak mempunyai kendali sedikitpun, selalu ada bagian di dalam diri kita yang tetap merdeka, yaitu pikiran dan persepsi. Seperti yang dikatakan Epictetus dalam *Discourses*:

“Misalkan saya harus mati. Haruskah saya mati sambil menjerit-jerit dan menangis?

Atau ketika tangan dan kaki saya harus dirantai. Haruskah saya menjalaninya sambil mengeluh dan menggerutu?

Ketika saya harus dibuang (*exiled*). Adakah yang bisa menghentikan saya untuk menjalaninya dengan senyuman dan tetap tenang?”

Dari ungkapan tersebut menunjukkan bahwa tidak ada kemerdekaan yang benar-benar hilang, bahkan di situasi dimana seolah kebebasan kita sudah direnggut sama sekali, atau situasi yang tampak sudah sangat gelap sekalipun. Artinya, dalam situasi terburuk seperti gagal memperoleh pekerjaan, gagal mendapatkan peringkat di kelas, ataupun gagal dalam berbagai hal lainnya

dalam kehidupan tidak serta merta membuat kita terpuruk. Filosofi Teras atau Stoisisme mengajarkan kita untuk berhati-hati dengan persepsi kita dalam menghadapi fakta objektif. Fakta objektif yang dimaksud adalah bahwa terkait mengenai “keputusan akhir” sudah bukan lagi menjadi kendali kita, sementara kendali kita hanya sampai pada upaya untuk memperjuangkan dan mengupayakan yang terbaik untuk mencapai suatu tujuan tertentu.

Adapun keberadaan persepsi sebagaimana dimaksud sejatinya termasuk dalam kendali kita, yakni apakah kita akan terus-menerus merenungi kegagalan tersebut dan kecewa atau beranjak memperbaiki kekurangan dan mencoba kembali. Sehingga dengan mengingat prinsip tersebut tentu akan membuat kita menjadi lebih tenang, sebab ada hari esok yang masih harus dipersiapkan.

SAMUDRA  
BIRU

SAMUDRA  
BIRU

## MANUSIA DAN NAFSU

\*\*\*

*Sesuai dengan perjuangan jiwa seseorang dan penolakannya terhadap syahwatnya, serta penolakannya untuk mengikuti kesenangannya (yang diharamkan), dan penolakan atas apa yang menjadikan mata berkeinginan memandangnya, maka di situlah terletak pahala dan siksaan. – Ali bin Abi Tholib*

Pusat kajian terkait eksistensi manusia sebagai makhluk bermoral dan makhluk beragama (*homo religius*) tidak akan bisa lepas dari persoalan akal di satu sisi dan nafsu di sisi lainnya. Para filsuf di abad pertengahan dan awal abad modern memfokuskan kajian mereka pada eksistensi kemanusiaan seseorang melalui pendayagunaan akal sebaik-baiknya untuk menentang keinginan nafsu (Amril, 2005). Kajian filsafat mengenai akal semacam ini sebenarnya bisa dibilang miliknya filsuf Yunanian klasik, akan tetapi prinsip-prinsip esensialnya terus berlanjut, meskipun dalam beberapa aspek mempunyai perkembangan serta perbaikan di masa-masa berikutnya.

J.J. Rousseau, sebagai seorang filsuf awal abad modern, telah memberikan penekanan terkait pemikiran etiknya terhadap urgensi pendayagunaan akal secara sempurna sehingga perilaku

moral akan bisa diperoleh. Sebaliknya apabila eksistensi akal selalu berada dalam bayang-bayang nafsu, maka yang terjadi adalah kekeliruan akal dalam mengambil keputusan moral, sehingga akan melahirkan perilaku amoral. Terjerumusny akal dalam hal semacam ini, dimana nafsu memang mempunyai sifat untuk senantiasa mengalahkan akal, dan juga dikarenakan kedekatan nafsu yang begitu erat dengan kehidupan material yang melingkupinya. Sehingga yang juga tidak kalah pentingnya adalah bahwa pengaruh lingkungan terhadap nafsu juga sangat signifikan dalam membentuk perilaku manusia.

Kebajikan serta kebaikan moral menurut pandangan J.J. Rousseau lahir dari suatu keinginan untuk mengikuti desakan-desakan alamiah manusia. Dalam masyarakat modern, keinginan spontanitas dari perasaan baik itu hampir-hampir telah lenyap. Oleh karena itu, untuk memperoleh kebaikan yang sebenarnya, maka sangat dibutuhkan upaya yang lahir dari keinginan yang kuat sebagai hasil dari keyakinan yang disengaja guna memperoleh kebajikan sesungguhnya. Adapun hal ini dilakukan dengan melawan godaan segala bentuk kebajikan yang bersifat palsu. Kebajikan dan kebaikan moral adalah bukti nyata dari kebebasan manusia (dari rongrongan hawa nafsu) (Grimsley, 1968: 6465).

Keberadaan akal dan nafsu yang saling berkaitan tersebut menunjukkan bahwa manusia tidak bisa menghilangkan hawa nafsunya, melainkan hanya mengontrolnya. Apabila dibandingkan dalam hal penciptaan, beberapa persamaan dan perbedaan yang mendasar bagi manusia dan makhluk lainnya adalah perihal akal dan nafsu. Misalnya saja binatang, masing-masing baik binatang maupun manusia diciptakan secara fitrah mempunyai kecenderungan memenuhi kebutuhan hawa nafsu.

Namun perbedaan yang sangat mendasar dari keduanya yakni proses dalam pemenuhan hawa nafsunya.

Binatang sebagai makhluk yang tidak mempunyai akal, maka naluri kecenderungan untuk memenuhi hawa nafsunya hanya sebatas fitrahnya. Sebagai contoh ketika mereka lapar, maka mereka akan segera mencari makanan, begitu pun dengan kebutuhan lainnya. Adapun manusia, selain mempunyai kecenderungan hawa nafsu untuk memenuhi kebutuhan hidup, baik nafsu makan maupun nafsu biologisnya, manusia juga diberikan akal. Sehingga dengan akal ini lah manusia dapat mengontrol hawa nafsunya dan menjadikan akalnya sebagai pembimbing untuk membedakan mana yang baik dan buruk, serta mana yang menjadi haknya dan mana yang menjadi hak orang lain.

J.J. Rousseau memiliki pandangan bahwa sebagai daya jiwa manusia, akal dan nafsu tidak berdiri secara terpisah. Pandangan tentunya selaras dengan uraian di atas, dimana akal dan nafsu saling berdampingan. Keduanya saling mempengaruhi yang lainnya dalam mencapai keinginan masing-masing. Sehingga, eksistensi keduanya juga didampangi oleh kekuatan jiwa lainnya yang tidak kalah pentingnya dalam pengembangan kemanusiaan yaitu hati nurani, kesadaran diri dan *freedom*. Kesemua aspek kejiwaan ini adalah milik hakiki manusia itu sendiri dan hanya manusialah yang dapat menentukannya (Grimsley, 1968: 6354).

Mengingat akal dan nafsu hanya bekerja dan berfungsi dengan sempurna apabila ditopang oleh pendayaan kata hati nurani (intuitif), kesadaran dan *freedom*, maka kesemua aspek kejiwaan ini, menurut J.J. Rousseau hendaklah mempunyai keseimbangan dan keselarasan dalam menjalankan fungsinya. J.J. Rousseau dalam hal ini memberi penekanan pada pengandaian bahwa

apabila salah satu aspek dari daya-daya ini tidak harmonis, maka yang mendominasi kemanusiaan tidak lain adalah nafsu yang telah keluar dari alamnya yang original, akibatnya keinginan-keinginan manusia akan melampaui kebutuhan-kebutuhan naturalnya (Lemos, 1977: 9798).

Dalam pengertian lain, telah terjadi peralihan dari sifatnya yang *amour de soi* ke yang *amour proper*. Menyadari akan konsekuensi konsekuensi di atas, J.J. Rousseau merasa perlu memberikan solusi bagaimana agar manusia dapat hidup senantiasa sesuai dengan kemanusiaannya yang cenderung kepada moralitas. Sehingga dari uraian tersebut dapat dikatakan bahwa akal dalam melaksanakan fungsinya dipengaruhi oleh dua kekuatan jiwa lainnya, yaitu nafsu dan hati nurani.

Oleh karena itu, agar manusia dapat hidup senantiasa sesuai dengan kemanusiaannya yang cenderung kepada moralitas, maka J.J. Rousseau menekankan bahwa apabila akal lebih mendengarkan respon-respon yang bersumber dari nafsu, maka keputusan moral yang diambilnya cenderung pada upaya-upaya yang melebihi standar natural yang dimilikinya. Konsekuensinya, akal dalam hal ini akan mengikuti saran-saran yang bersumber nafsu. Sebaliknya bila akal mengikuti hati nurani (intuitif), maka secara niscaya keputusan-keputusan yang diambilnya mengarah kepada tindakan baik dan bajik dan keinginan-keinginannya tidak akan melebihi tuntutan naturalnya.

Dari uraian dan pandangan di atas dapat dilihat bahwa realitas kehidupan manusia, mulai dari lapisan yang paling bawah hingga lapisan yang paling tinggi, baik di bidang sosial-ekonomi hingga politik, menunjukkan bahwa perilaku-perilaku amoral, tindakan melawan hukum, praktik korup di mana-mana, merupakan akibat

dari rendahnya kesadaran manusia dalam menggunakan akal dan hati nuraninya.

Ibn Miskawaih sebagai salah seorang pemikir Muslim klasik dalam teori *self-purfficationnya*, telah menjadikan daya *Ghadhabiyah* sebagai daya jiwa manusia yang dapat menerima moral sebagai alat untuk menundukan agresifitas nafsu yang tidak bermoral. Dengan cara demikian, akal sebagai pemimpin daya-daya jiwa lainnya benar-benar dapat menjalankan fungsinya dalam mencari pembenaran dan keputusan moral menurut fungsi yang sebenarnya tanpa rongrongan dan dorongan dari nafsu (Ibn Miskawaih, 1329: 17). Jadi bisa dilihat, bahwa akal dan hati nurani di sini menjadi tumpuan terwujudnya perilaku moral dalam diri manusia, sehingga manusia tetap berada pada posisinya yang mulia dan ciptaan yang sempurna dibandingkan makhluk lainnya di dunia. Dengan demikian manusialah penentu moralitasnya. Moralitasnya sama sekali tidak tergantung pada orang lain di luar dirinya.

SAMUDRA  
BIRU



SAMUDRA  
BIRU

## BAGAIMANA SEHARUSNYA CINTA BEKERJA?

\*\*\*

Dia yang tak tahu apa pun, tak mencintai apa pun. Dia yang tak bisa apa pun, tak mengerti apa pun. Dia yang tak mengerti apa pun tak berharga. Namun, dia yang mengerti cinta, memperhatikan, melihat... Semakin besar pengetahuan melekat dalam sesuatu, makin besarlah cinta... Siapa pun yang membayangkan bahwa semua buah matang di saat yang sama seperti stroberi berarti takt ahu apa-apa tentang anggur.

– Paracelsus

**P**ernahkah di antara kalian dihadapkan dengan cinta? Tidak hanya cinta terhadap lawan jenis, tapi juga cinta terhadap orang tua, saudara, ataupun sahabat. Kami rasa jawabannya adalah “iya”, tidak seorang pun pernah hidup tanpa cinta, paling tidak dengan seorang kawan. Sebab eksistensi manusia adalah koeksistensi (Fernando Pasaribu, 2013). Tidak ada manusia yang bisa hidup sendirian tanpa adanya orang lain, dan kekuatan yang menyatukan manusia dengan manusia lain ialah cinta. Relasi antara manusia tidak akan berarti tanpa didasarkan atas cinta. Cinta membuat “aku” dan “kamu” menjadi “kita”. Dan “kita” adalah *communion* (kebersamaan).

Namun terkadang, saking cintanya kita terhadap seseorang, kita melarang orang tersebut bergaul dengan orang lain. Sebagai contoh, kita cemburu ketika orang yang kita sayang dekat dengan orang lain, bercanda dengan lawan jenis. Dalam pemikiran kita, ketika orang yang kita sayang sudah menyatu dengan kita, kita berusaha sepenuhnya untuk menguasai apa-apa yang mereka lakukan. Tidak boleh berteman dengan si A, tidak boleh dekat dengan cewek B, atau cowok B, tidak boleh begini, tidak boleh begitu, dan ketidakbolehan yang lainnya.

Begitu pun dalam konteks cinta orang tua terhadap anak, dalam satu contoh misalnya:

Si A adalah seorang anak tunggal. Karena ia merupakan anak tunggal, orang tuanya melarang ia untuk melanjutkan studinya di luar daerah, atau orang tuanya melarang ia untuk bekerja di luar daerah. Sebab apabila si A melanjutkan studi atau bekerja di luar daerah, maka orang tuanya akan merasa kesepian dan tidak ada yang menjaga mereka. Padahal si A juga hendak membawa orang tuanya apabila harus bekerja di luar daerah, namun karena orang tuanya telah lama tinggal atau menetap di tempat tersebut, maka orang tuanya tetap pada pendirian bahwa anaknya tidak boleh jauh bekerja di luar daerah.

Terhadap dua contoh di atas, yakni cinta terhadap lawan jenis dan cinta orang tua terhadap anak, apakah kalian sepakat bahwa demikianlah cinta seharusnya bekerja? Mari kita bahas lebih lanjut.

Gejala bahwa jatuh cinta adalah kisah problematis terdapat pada ungkapan "cinta itu buta"; Bahkan ungkapan Inggris lebih tegas lagi *love is so blind* (cinta begitu buta). Semestinya orang yang

mencintai semakin melihat orang yang dicintainya (Kierkegaard, 2019). Sebab cinta itu mengandaikan pengenalan yang diafirmasi oleh pepatah kita: “Tak kenal maka tak sayang”. Menjadi teranglah bahwa kita hanya akan mencintai sesuatu atau seseorang, kalau kita mengenal (Gunawan, 2018). Mengenal berarti mengetahui, dan seharusnya ia tidak dibutakan.

Dalam konteks kasus di atas, cinta semestinya tidak membutuhkan. Orang yang mencintai semestinya mengenal orang yang dicinta. Mengenal yang dimaksud adalah kemampuan untuk memandang seseorang yang dicinta sebagaimana dirinya, menyadari kekhasannya sebagai individu, peduli bahwa orang yang kita cintai harus bertumbuh dan berkembang sebagai dirinya. Seperti yang diungkapkan oleh Erich Fromm (2018) bahwa: “Aku ingin orang yang kucintai bertumbuh dan berkembang demi dirinya sendiri. Dan dalam caranya sendiri, bukan agar bisa melayaniku. Jika aku mencintai orang lain, aku merasa satu dengannya, tapi dengan dia sebagai dirinya. Bukan sebagai dia yang kuinginkan sebagai obyek kepentinganku (ego). Dari ungkapan Erich Fromm tersebut dapat ditarik satu kerangka pikir bahwa cinta bekerja untuk meningkatkan eksistensi dan kualitas orang yang dicintai sebagai dirinya secara utuh, tidak dalam suatu kekangan.

Lantas bagaimana dengan mereka yang selalu nurut ketika dikekang pasangan atau orang tua misalnya? Apakah itu juga bisa dikatakan “cinta buta”? Menurut hasil penelitian yang dipublikasikan di dalam NeuroImage, cinta juga menghalangi munculnya emosi negatif, sehingga hanya rasa suka yang ada. Area hipotalamus otak menghasilkan senyawa euforia yang menurunkan penilaian negatif terhadap orang yang dicintai sehingga objektivitas dalam melakukan penilaian pun menurun

drastis (Wariati, 2019: 13). Sehingga dari hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa cinta mampu mengaburkan penilaian rasional dan objektif terhadap orang yang dicintai.

Bahkan dalam pandangan Schopenhauer seorang filsuf Jerman (1788-1860), bahwa jatuh cinta itu datang seperti wabah yang kadang tragis, yang mana saat seorang manusia jatuh cinta tingkah lakunya mejadi tidak seimbang. Perasaan jatuh cinta mengangkat orang yang jatuh cinta ke hal-hal muluk melampaui kenyataan yang ada, bahkan hal-hal yang melampaui dirinya (Schopenhauer dalam Adisastra, Oktaviani, & Dewi, 2021: 173). Angan-angan ini dalam tingkat yang lebih tinggi dalam jatuh cinta menjadi begitu membias bahwa jika tidak dapat dicapai, hidup sendiri akan kehilangan daya tariknya, maka kematian pun akan ditempuhnya dengan suka rela.

Lalu pertanyaannya sekali lagi adalah apakah cinta itu benar buta? Dari pemikiran di atas, cinta pada dasarnya tidaklah buta. Cinta secara hakikat adalah sesuatu yang murni, luhur dan diperlukan. Yang buta adalah bila cinta itu menguasai dirinya tanpa suatu pertimbangan. Sebab apa yang yang ditunjukkan dalam penelitian tersebut, maupun dalam pemikiran Schopenhauer hanyalah efek cinta apabila kita tidak mampu memisahkan antara ego dan rasionalitas.

Cinta selalu beriring dengan kebaikan dan keindahan, yang membuat manusia menemukan keberanian baru untuk menghadapi apa pun. Bahwa kebaikan dan keindahan mengiringi cinta, itu sudah pasti, bukanlah hal baru. Sebab, dalam wujud apa dua hal itu bersangkutan paut dan atau mewujud di dalam cinta. Mungkin, di dalam kebijaksanaan, artinya jika Anda mencinta dimohon menjadi bijaksana, sehingga Anda akan menjadi baik dan indah.

Ini mudah. Lalu bijaksana dalam hal cinta itu, yang bagaimana? Barangkali, adalah dalam hal memahami, bahwa mengetahui cinta tidak identik mencintai cinta itu sendiri, mencintai cinta tidak identik bersukacita tentangnya dan atau mengatas-namakannya. Karena itu, cinta selalu merupakan kesadaran yang ditemukan di dalam mawas diri. Jika itu memang terjadi, maka memang betul, bahwa cinta itu cerdas, luas, dalam dan tak bisa dihancurkan apa dan siapa pun.

Dari uraian di atas, inti yang ingin kami sampaikan adalah bahwa cinta itu merupakan kebijaksanaan. Sehingga cinta semestinya bekerja dalam ruang yang melahirkan: Pertama, perhatian pada obyek yang dicintai. Ketika kita mencintai seseorang, maka kita akan memperhatikan kesulitan yang dihadapinya, akan berusaha meringankan bebannya, dan memberikan perhatian yang tinggi atas semua gerak-geriknya. Kedua, melahirkan sikap bertanggung jawab terhadap obyek yang dicintainya. Ketiga, melahirkan sikap menerima obyek yang dicintai sebagaimana dirinya, dan memberikan ruang baginya untuk tumbuh dan berkembang sebagai individu yang lebih baik. Keempat, melahirkan minat untuk memahami seluk-beluk obyek yang dicintai, murni sebagai pelengkap dan menjadi kesempurnaan dirinya, bukan sebagai objek kepentingan egonya. Sebab umumnya setiap orang mencintai unsur-unsur yang ia sendiri tidak memilikinya. Dengan demikian kehendak alam mencoba 'mengoreksi' dengan cara saling melengkapi ketidak sempurnaan yang ada dalam setiap diri individu.

SAMUDRA  
BIRU

SAMUDRA  
BIRU

## MANUSIA DAN KEBENARAN

\*\*\*

Lakukanlah semua hal dalam hidupmu dengan kearifan, cinta, dan kegembiraan.

Jalaluddin Rumi pernah menyampaikan bahwa kebenaran itu ibarat kaca yang dijatuhkan dari langit lalu pecah dan potongannya berserakan di bumi. Lantas manusia pun mengambil potongan kebenarannya masing-masing. Namun untuk mencapai ridha-Nya, manusia harus saling menggabungkan potongan kebenaran-kebenaran itu. Artinya dalam kehidupan sosial, manusia tidak cukup hanya berpegang pada kebenarannya sendiri. Akan tetapi harus berpandangan luas terhadap kebenaran yang lain, sehingga menemukan jalan yang sesungguhnya.

Kebenaran dapat dikatakan sebagai bahasan yang penting dalam wacana keilmuan. Sebab sifat naluri manusia selalu mencoba mencari, mengerti, memahami, serta menjalankan kebenaran. Kebenaran adalah satu nilai fundamental dalam kehidupan manusia. Ia merupakan nilai yang menjadi fungsi ruhani manusia. Artinya sifat manusiawi atau martabat kemanusiaan selalu mencoba menggenggam erat suatu kebenaran. Kebenaran yang dicapai oleh hati nurani adalah puncak kesadaran manusia.



Karenanya, kebenaran yang hakiki adalah kebenaran yang tidak bertolak belakang dengan hati nurani (Mustofa, 2017: 2).

Dalam kehidupan sehari-hari sering kali kita menemukan seseorang atau bahkan diri kita sendiri, karena rasa ingin menang sendiri, ingin unjuk diri, kita menutup kebenaran yang ada dalam hati kita, lalu mencari pembenaran yang lain. Begitu pun dalam forum-forum debat atau diskusi ilmiah, terkadang yang kita lihat hanyalah perdebatan tanpa substansi dan jauh dari solusi. Dan hal ini yang dipertontonkan kepada publik, dimana setiap orang memiliki klaim kebenarannya masing-masing.

Imbasnya dalam kehidupan sosial ketika perdebatan-perdebatan yang berbau kebencian, intoleransi, mengutamakan kepentingan golongan ataupun individu dipertontonkan ke dunia maya, maka efek konstruktif maupun destruktifnya sangat terasa, terlebih ketika itu dilakukan dan dipertontonkan oleh aparaturnegara ataupun wakil rakyat yang katanya mewakili kebutuhan dan kepentingan rakyat.

Selanjutnya dalam konteks agama misalnya juga tidak jauh berbeda. Kami teringat dengan salah satu kisah yang sangat memilukan, sekitar tahun 40 hijriah, 19 Ramadhan subuh hari, Ibn Muljam mengayunkan pedang beracunnya tepat di kepala suci Ali bin Abi Tholib. Kejadiannya di masjid kala ali sedang mengimami sholat subuh berjamaah. Ibn Muljam tentu sadar diri, Ali sang singa Tuhan bukanandingannya. Maka ia aturlah setrategi, yakni dengan menyerang Ali ketika sedang sholat. Ibn Muljam merupakan salah satu pengikut *Khowarij*. Profilnya tampak religius, ia bersurban, bergamis, berjenggot, hafal al-Qur'an, rajin mengaji, sholat, dan puasa. Namun ia tidak mampu membedakan antara al-Qur'an dengan pemahamannya terhadap al-Qur'an. Ia merasa pemahamannya terhadap al-Qur'an adalah al-Qur'an itu sendiri.

Dalam hal ini, fanatisme pemahaman adalah upaya untuk memutlakkan yang subjektif. Dan hal itu bukan hanya bermakna sakralisasi yang profan, tetapi juga desakralisasi yang sakral. Jelas ini merupakan bentuk penghinaan terhadap yang sakral. Namun hal itulah yang dilakukan oleh Ibn Muljam. Siapa yang berbeda dengannya, dengan mudahnya dikafirkan, lantas dihalalkan darahnya. Tak tanggung-tanggung, manusia seperti Ali bin Abi Thalib yang terlahir dalam Ka'bah turut dikafirkannya. Kejahatan yang sempurna, bahkan iblis malu melakukannya.

Di era seperti sekarang ini, Ibn Muljam adalah karakter. Ia bisa hadir di setiap generasi dan tempat. Mudah mengkafirkan yang berbeda merupakan gejala awal. Pada tingkat yang lebih akut, dan bila ada kesempatan, Muljamisme dapat terlihat dalam aksi brutal, barbar, bengis yang disertai dengan balutan-balutan agama. Pengidapnya melakukan tindak pidana bumi dan langit, namun merasa sedang berjihad. Dengan kata lain, dosa yang dianggap ibadah akan dilakukan dengan penuh gairah, dan hal ini yang banyak kita lihat saat ini, yakni ketika ada orang-orang atau suatu kelompok yang melakukan kekerasan atas nama agama.

Kemudian terkait toleransi antarumat beragama, satu cuitan yang sangat menarik yang dituliskan oleh Afi Nihaya Faradisa dalam akun facebook pribadinya dengan judul "Warisan", ia menuliskan bahwa:

"Kebetulan saya lahir di Indonesia dari pasangan muslim, maka saya beragama Islam. Seandainya saja saya lahir di Swedia atau Israel dari keluarga Kristen atau Yahudi, apakah ada jaminan hari ini saya memeluk Islam sebagai agama saya? Tidak. Saya tidak bisa memilih dari mana saya akan lahir

dan di mana saya akan tinggal setelah dilahirkan. Kewarganegaraan saya warisan, nama saya warisan, dan agama saya juga warisan. Untungnya, saya belum pernah bersitegang dengan orang-orang yang memiliki warisan berbeda-beda karena saya tahu bahwa mereka juga tidak bisa memilih apa yang akan mereka terima sebagai warisan dari orangtua dan negara. Setelah beberapa menit kita lahir, lingkungan menentukan agama, ras, suku, dan kebangsaan kita. Setelah itu, kita membela sampai mati segala hal yang bahkan tidak pernah kita putuskan sendiri”.

Tidak ada yang salah dari tulisan di atas, karena di alam pikirannya, saat ini masyarakat Indonesia terbelah terlalu lama, hanya karena “Warisan” itu. Walaupun dapat dibantah, agama bukan selalu penyebab semua perselisihan. Bahkan kita sesama agama pun sering berbeda pendapat yang berujung tikai.

Yang ingin kami sampaikan adalah, peribadatan kita kepada Tuhan adalah kewajiban Hamba kepada Tuhan. Sementara kewajiban kita sesama manusia adalah untuk saling mengasihi dan bersikap adil (Martien, 2017). Sebab sudah menjadi rahasia umum jika kehidupan bermasyarakat di tengah keberagaman seperti di Indonesia tidak serta merta berjalan mulus. Utopia kedamaian sebagaimana dimimpikan Pancasila semakin jauh diraih jika melihat intoleransi masih sering terjadi (Mahardhika, 2021). Intoleransi sebagaimana dimaksud tidak hanya terjadi antar-masyarakat. Namun sering kali intoleransi tersebut juga disebabkan oleh kurangnya perhatian pemerintah. Berbagai kasus seperti 200 gereja yang disegel dan ditolak warga, sulitnya umat beragama yang non-muslim dalam memperoleh izin pendirian

rumah ibadah, hingga pelanggaran terhadap hak asasi manusia yang dilakukan oleh Dinas Pendidikan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung dengan mengeluarkan Surat Edaran yang mewajibkan seluruh SMA/SMK untuk membaca buku Muhammad Al-Fatih 1453 karya Felix Siau, meskipun surat edaran tersebut dibatalkan sehari setelahnya (Mahardhika, 2021).

Salah satu kisah yang patut menjadi contoh bagi setiap pemimpin bahkan masyarakat adalah seperti yang dilakukan oleh Rasulullah saw., beliau adalah sosok nyata bagaimana menggunakan “rasa” dalam beragama dikaitkan dengan hubungan antarsesama yang berbeda. Suatu ketika Nabi sedang “bercengkrama” bersama para sahabatnya. Kemudian ada sekelompok orang lewat sambil memanggul jenazah yang beragama Yahudi. Lalu Nabi secara spontan berdiri sebagai bentuk hormat. Tapi tindakan Nabi itu justru mendapat “protes” dari sahabatnya. Wahai Nabi, kenapa engkau berdiri, bukankah jenazah itu seorang Yahudi? Betul, meski dia Yahudi, setidaknya ia adalah seorang manusia yang perlu kita muliakan, jawab Rasulullah saw.

Sikap humanis Rasulullah tersebut tentu didasarkan dari rasa empati Rasulullah yang begitu dalam kepada sesama. Hal ini diteladankan juga oleh Ali bin Abi Thalib r.a. melalui pernyataan yang sering dikutip oleh Gus Menteri Yaquut Cholil Qoumas. “Mereka yang tidak seiman adalah saudara dalam kemanusiaan”. Konteks dari pernyataan Ali bin Abi Thalib tersebut jelas sekali didasarkan pada perlunya orang beragama tetap mengoptimalkan fungsi hati (*heart*), yang di antara fungsinya untuk berempati kepada sesama (Al-Asyhar, 2022).

SAMUDRA  
BIRU

Setelah kewajiban kita untuk saling mengasihi dan bersikap adil atau dengan istilah lain saling toleransi, maka sisanya menjadi tanggung jawab atau urusan setiap manusia untuk mencari kebenarannya masing-masing (kebenaran yang bersandar pada hakikat Tuhan) dengan memanfaatkan akal pikiran yang sudah Tuhan berikan. Oleh karena itu, dengan merujuk kembali hakikat kebenaran yang diungkapkan oleh Jalaluddin Rumi, yakni ketika setiap orang memungut kepingan kebenarannya, memperhatikannya, lalu berpikir telah memiliki kebenaran secara utuh, maka hal tersebut menjadi sebuah kekeliruan.

SAMUDRA  
BIRU

## MANUSIA DAN SOSIAL: BELAJAR DARI MAKHLUK BERNAMA SEMUT

\*\*\*

*Ketika aktivitas kehidupan diisi dengan ketakziman, aktivitas itu menjadi hidup dengan makna dan tujuan. Sebab ketika tak ada ketakziman dalam aktivitas kehidupan, akibatnya adalah kekejaman, kekerasan, dan kesendirian. – Fathul Hamdani*

**I**stilah bahwa manusia sebagai makhluk individual dan makhluk sosial memang tidak bisa dipisahkan. Sebagai individu, manusia memiliki karakter yang unik, dan berbeda dengan yang lain. Sementara sebagai makhluk sosial, sebab membutuhkan manusia lain guna mengakui keberadaannya membutuhkan ketergantungan. Bahkan Aristoteles mengategorikan manusia sebagai “*Zoon Politicon*”, yang berarti bahwa manusia adalah makhluk yang ingin selalu bergaul dan bersosialisasi di tengah masyarakat.

Para ahli filsafat dan juga analisis sosial banyak mengartikan bahwa masyarakat merupakan kelompok manusia yang saling berinteraksi dan memiliki prasarana untuk kegiatan tertentu serta saling memiliki keterkaitan guna mencapai tujuan bersama. Namun dalam kenyataannya, kondisi yang diinginkan tersebut, yakni

mencapai tujuan bersama kadangkala tidak sesuai dengan harapan. Hal ini tidak lain disebabkan oleh keegoisan dan rasa ingin menang sendiri. Bahkan dalam mencapai tujuan pribadi, terkadang tujuan bersama dikorbankan, upaya saling sikut satu sama lain di dalam suatu kelompok atau organisasi juga bisa terjadi.

Salah satu hal yang menarik untuk kita pelajari tentang filosofi kehidupan sosial adalah dengan melihat bagaimana kehidupan semut. Semut merupakan makhluk hidup dengan populasi terpadat di dunia. Perbandingannya, untuk setiap 700 juta semut yang muncul ke dunia ini, hanya terdapat 40 kelahiran manusia (Putra & Vebrianto, 2019: 304). Tentu masih banyak informasi lain yang menakjubkan bisa dipelajari tentang makhluk ini. Semut adalah salah satu kelompok yang paling “sosial” dalam genus serangga dan hidup sebagai masyarakat yang disebut “koloni”, yang “terorganisasi” luar biasa baik (Holldobler & Wilson, 1990). Tatanan organisasi mereka begitu maju sehingga bisa dikatakan dalam segi ini mereka memiliki peradaban yang mirip dengan peradaban manusia.

Semut merawat bayi-bayi mereka, melindungi koloni, dan bertempur di samping juga memproduksi dan menyimpan makanan. Bahkan ada koloni yang melakukan pekerjaan yang bersangkutan dengan “pertanian” atau “peternakan” (Moreau, 2006). Dengan jaringan komunikasi yang sangat kuat, hewan ini begitu unggul sehingga tak dapat dibandingkan dengan organisme mana pun dalam segi spesialisasi dan organisasi sosial. Di masa kini, para peneliti yang cerdas dan berpendidikan tinggi bekerja siang-malam dalam berbagai lembaga pemikiran untuk merumuskan organisasi sosial yang sukses dan menemukan solusi yang langgeng untuk berbagai masalah ekonomi dan sosial.

Para ideolog juga telah menghasilkan berbagai model sosial selama berabad-abad. Namun secara umum, belum terlihat tatanan sosial sosio-ekonomis yang berhasil dicapai melalui segala upaya intensif ini. Karena sejak dulu konsep tatanan masyarakat manusia didasarkan pada persaingan dan kepentingan individu, tatanan sosial yang sempurna tidak mungkin tercapai. Sementara, semut-semut telah menjalani sistem sosial yang ideal bagi mereka selama jutaan tahun hingga hari ini.

Lalu, bagaimana makhluk kecil ini membentuk tatanan seperti itu? Para evolusionis mencoba menjawab pertanyaan ini dengan klaim bahwa semut telah berevolusi 80 juta tahun yang lalu dari "*Tiphiiidae*", sebuah genus purba rayap, dan mulai bersosialisasi 40 juta tahun yang lalu secara seketika, "atas keinginan sendiri" dan membentuk tingkat tertinggi dalam evolusi serangga (Yahya, 2003). Namun, para evolusionis ini tidak menjelaskan sama sekali apa penyebab perkembangan sosialisasi ini dan bagaimana prosesnya. Perlu dicatat, mekanisme dasar evolusi mengharuskan makhluk hidup saling berta-rung hingga titik terakhir untuk kelangsungan hidup masing-masing, oleh karena itu setiap genus serta setiap individu di dalamnya hanya bisa memikirkan dirinya sendiri dan anaknya (mengapa dan bagaimana ia mulai memikirkan anaknya juga merupakan jalan buntu bagi Evolusi, tetapi hal ini kita abaikan dulu). Tentu saja, bagaimana "hukum evolusi" ini dapat membentuk sistem sosial yang berpusat pada pengorban-an, tidak terjawab. Pertanyaan yang harus dijawab tidak hanya itu.

Mungkinkah makhluk ini, yang berat sel saraf dari sejuta ekornya hanya 20 gram, telah mengambil keputusan untuk bersosialisasi dalam kelompok "secara begitu saja"? Atau mungkinkah mereka berkumpul dan menetapkan peraturan untuk sosialisasi ini setelah mengambil keputusan?



Sebagian besar dari kita tahu bahwa semut hidup berkoloni dan di antara mereka terdapat pembagian kerja yang sempurna. Jika diteliti, kita dapat sistem mereka memiliki struktur sosial yang cukup menarik. Mereka pun mampu berkorban pada tingkat yang lebih tinggi daripada manusia. Salah satu hal paling menarik dibandingkan manusia, mereka tidak mengenal konsep semacam diskriminasi kaya-miskin atau perebutan kekuasaan.

Banyak ilmuwan yang bertahun-tahun melakukan penelitian mendalam namun tak mampu menjelaskan perilaku sosial semut yang begitu maju. Caryle P. Haskins, Ph.D., kepala Institut Carnegie di Washington menyatakan: Setelah 60 tahun mengamati dan mengkaji, kami masih takjub melihat betapa canggihnya perilaku sosial semut. Semut merupakan model yang indah untuk kita gunakan dalam mempelajari akar perilaku hewan. Sebagian koloni semut begitu padat populasinya dan begitu luas daerah hidupnya, sehingga tak mungkin bisa dijelaskan bagaimana mereka dapat membentuk tatanan yang sempurna. Jadi, pernyataan Dr. Haskins sulit dibantah.

Sebagai contoh koloni yang besar ini, misalnya spesies semut *Formica yesensis*, yang hidup di pantai Ishikari, Afrika. Koloni semut ini tinggal di 45.000 sarang yang saling berhubungan di wilayah seluas 2,7 kilometer persegi. Koloni yang memiliki sekitar 1.080.000 ratu dan 306.000.000 pekerja ini dinamai “koloni super” oleh para peneliti. Ditemukan bahwa semua alat produksi dan makanan dipertukarkan dalam koloni secara tertib. Sungguh sulit menjelaskan bagaimana semut-semut ini mempertahankan ketertiban tanpa masalah, mengingat luasnya tempat tinggal mereka. Harus diingat, untuk menegakkan hukum dan menjaga ketertiban sosial, bahkan di negara beradab dengan sedikit penduduk pun, diperlukan berbagai kekuatan keamanan.

Namun, koloni semut tidak memerlukan polisi, satpam, atau hansip. Dan mengingat tugas sang ratu yang kita anggap sebagai pemimpin koloni hanya melestarikan spesies, semut-semut ini sebenarnya tidak punya pemimpin atau penguasa. Jadi, di antara mereka tidak ada hierarki berdasarkan rantai komando. Lalu siapa yang menentukan ketertiban ini dan menjaga keberlanjutannya?

Tapi baiklah, terlepas dari berbagai pertanyaan-pertanyaan ilmiah di atas, biarlah itu menjadi suatu masalah yang harus dipecahkan oleh para ilmuwan. Rasanya kita perlu belajar banyak akan filosofi kehidupan sosial dari makhluk yang bernama semut.

Telah kita ketahui bersama bahwa manusia tidak dapat hidup sendirian, manusia membutuhkan manusia lain agar bisa tetap eksis dalam menjalani kehidupan ini, itu sebabnya manusia juga dikenal dengan istilah makhluk sosial (*Sosial Being*). Keberadaannya tergantung oleh manusia lain. Esensi manusia sebagai makhluk sosial ialah adanya kesadaran manusia tentang status dan posisi dirinya dalam kehidupan bersama dan bagaimana tanggung jawab dan kewajibannya di dalam kebersamaan itu. Adanya kesadaran interdependensi dan saling membutuhkan serta dorongan-dorongan untuk mengabdikan sesamanya adalah bentuk dari asas sosialitas.

Dengan keberadaan manusia sebagai makhluk sosial, di atas rasio yang ia miliki, maka manusia seharusnya mampu untuk mengilhami posisi dirinya dalam turut serta mewujudkan suatu keteraturan dalam kehidupan sosial sebagai bentuk kesadaran akan nilai kebersamaan yang harus dijaga. Seiring berkembangnya peradaban manusia, terlebih di tengah masyarakat modern yang ditandai oleh sifatnya yang plural, baik dari aspek norma, nilai, maupun kepentingan. Setiap norma, nilai dan

kepentingan ini tidak berada secara terisolasi dari yang lainnya, melainkan saling berhubungan dan bahkan saling bergantung. Kesaling tergantungan ini merupakan suatu keniscayaan. Walaupun menurut Durkheim dan Comte bahwa fenomena kesalingtergantungan akan mendorong keteraturan sosial atau solidaritas sosial, tidak dapat dipungkiri juga kenyataan bahwa kompetisi antara berbagai norma, nilai dan kepentingan akan menjadi ancaman bagi solidaritas sosial itu sendiri.

Sehingga hal tersebutlah yang mungkin juga membedakan antara tatanan sosial kehidupan di dalam peradaban manusia dan juga semut. Dimana manusia terkadang memiliki benturan kepentingan dengan manusia yang lainnya, ambisi untuk saling menyingkirkan dan mengalahkan satu sama lain. Hal inilah yang kemudian juga mendasari teori dari Tomas Hobbes yaitu "*homo homini lupus*" bahwa manusia adalah serigala bagi manusia lainnya. Pepatah tersebut hendak mengkritisi tabiat manusia yang terkadang berperilaku kejam terhadap sesama guna mencapai tujuannya. Dan kondisi demikian merupakan bagian yang tidak bisa luput dari aktivitas-aktivitas pergaulan manusia (kehidupan sosial).

Mungkinkah sifat ini juga yang kemudian sulit untuk membawa manusia pada tatanan sosial yang sempurna. Maka jangan heran kenapa masih banyak korupsi di negara yang katanya paling berketuhanan, negara yang menempatkan Tuhan pada tataran tertinggi dalam *Grundnorm* mereka. Mereka melakukan korupsi bukan karena mereka tidak sadar bahwa korupsi dapat merugikan orang banyak atau karena korupsi merupakan suatu hal yang salah, namun karena akal budi dalam dirinyalah yang bermasalah, krisis akan rasa saling menghormati dan menghargai,

krisis akan rasa peduli terhadap sesama, karena menempatkan kepentingan pribadi di atas segalanya, walaupun dengan cara mengambil dan melanggar hak individu yang lain atau masyarakat secara keseluruhan.

Dengan demikian, di dalam tatanan kehidupan manusia, kini kita mengenal seperangkat norma, baik itu norma agama, norma moral, norma hukum, norma sosial, dan norma lainnya yang dijadikan pedoman dalam kehidupan sehari-hari, sehingga tercipta kontrol sosial di dalam kehidupan bermasyarakat dengan tujuan terciptanya keteraturan. Esensi dari manusia sebagai makhluk sosial inilah yang seharusnya selalu dipegang sehingga rasa tanggungjawab dan kewajiban untuk saling melindungi satu sama lain, karena rasa butuh di antara sesama manusialah yang akan menciptakan keteraturan di tengah kehidupan bermasyarakat.

SAMUDRA  
BIRU

SAMUDRA  
BIRU

## DAFTAR PUSTAKA

\*\*\*

### A. Buku

al-Ghazali, Abu Hamid. *al-Mungkidz min al-Dalāl* (Beirut Libanon: Maktabah al-Asbiyah, Tanpa Tahun).

\_\_\_\_\_. *Maqasid al-Falasifah* (Kairo: Darr al-Ma'afir, 1961).

\_\_\_\_\_. *Mi'yar al-ilm* (Mesir: Dar al-Ma'ārif, 1961).

Bastaman, HD. *Integrasi Psikologi dengan Islam, Menuju Psikologi Islami* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1995).

Chittick, William C. *Jalan Cinta Sang Sufi: Ajaran-Ajaran Spiritual Jalāluddîn Rûmî [The Sufi Path of Love: The Spiritual Teachings of Rûmî]*, diterjemahkan oleh M. Sadat Ismail dan Achmad Nidjam (Yogyakarta: Penerbit Qalam, 2000).

Dweck, Carol S. *Mindset: Mengubah Pola Pikir untuk Perubahan Besar dalam Hidup Anda [Mindset: The New Psychology of Succes]*, diterjemahkan oleh Tim Penerjemah Baca (Tangerang: Penerbit Baca, 2016).

Fromm, Erich. *Manusia untuk Dirinya Sendiri [Man for Himself]*, diterjemahkan oleh Sushela M. Nur (Yogyakarta: Diva Press, 2020).

- Fromm, Erich. *Seni Mencintai [The Art of Loving]*, diterjemahkan oleh Aquarina Kharisma Sari (Yogyakarta: Basabasi, 2018).
- Grimsley, Ronald. *Rousseau and Religious Quest* (Oxford : Clarendon Press, 1968).
- Hamdani, Fathul. "Berbicara dalam Ruang Rasa" dalam Luqman Abdurrahman dan Sugeng Widodo (eds.). *Perjalanan Hati* (Probolinggo: CV. Antero Literasi Indonesia, 2018).
- Hannay, Alastair dan Gordon Marino. *The Cambridge Companion to Kierkegaard* (Cambridge: Cambridge University Press, 1997).
- Holldobler, Bert, dan Edward O. Wilson. *The Ants* (Cambridge: Harvard University Press, 1990).
- Hyatt Carol dan Linda Gottlieb. *When Smart People Fail* (New York: Penguin Books, 1987/1993).
- Ibn Miskawaih. *Tahzib al-A\akhlaq* (Mesir: Kurdistan al-Ilmiyah, 1329 H).
- Ibn Sina. *Asy-Syifa' ath-Thabi'iyat* (Kairo: al-Haiah al-Mishriyyah al-'Amah lil Kitab, 1975).
- J.J. Rousseau. *Discourssur L'origine et Les Fondement de L'inegalite parmi Les Hommes* (Gallimard: Presentation par Bertrand de Jouvenel, 1965).
- Kierkegaard, Soren Aabye. *Il Diario del Seduttore* (Milan: Feltrinelli, 2019).
- Leahy, Louis. *Filsafat Ketuhanan Kontemporer* (Yogyakarta: Kanislus, 1993).
- Lemos, Ramon M. *Rousseau's Political Philosophy, an Exposition and Interpretation* (Athen: The University of Georgia Press, 1977).

- Manampiring, Henry. *Filosofi Teras: Filsafat Yunani-Romawi Kuno untuk Mental Tangguh Masa Kini* (Jakarta: Kompas, 2019).
- Mughniyah, Muhammad Jawad. *Fi Zhilâl Nahj al-Balâghah* (Beirut: Dar al-'Ilm lil Malayiin, 1358 Syamsi).
- Muliono, Welhendri A. *Filsafat Ilmu* (Jakarta: Prenadamedia Group, 2019).
- Muthahhari, Murtadha. *Majmu'-e Âtsâr (kumpulan karya)*, Intisyarat-e Shadra.
- Nichols, Tom. *Matinya Kepakaran [The Death of Expertise]*, diterjemahkan oleh Ruth Meigi P. (Jakarta: Kepustakaan Populer Gramedia, 2018).
- Pope, Alexander. *An Essay on Man* (London: Dicitak untuk J. Wilford. P., 1734).
- Rakhmat, Jalaluddin. *Meraih Kebahagiaan* (Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2008).
- Ridley, Matt. *Genom: Kisah Spesies Manusia dalam 23 Bab [Genome: The Autobiography of A Species in 23 Chapters]*, diterjemahkan oleh Alex Tri Kantjono W. (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2005).
- Sair, Alfit. *Filsafat Harmonisasi: Dari Pengetahuan Rasional Menuju Tindakan Rasional* (Makassar: CV. Lyceum Press, 2020).
- Seneca. *How to Die: Sebuah Panduan Klasik Menjelang Ajal [How to Die: An Ancient Guide to the End of Life]*, disunting dan diterjemahkan ke dalam bahasa Inggris dengan kata pengantar oleh James S. Romm serta diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia oleh Daniel Santosa (Jakarta: Kepustakaan Populer Gramedia, 2020).



Sentanu, Erbe. *Quantum Ikhlas: Teknologi Aktivasi Kekuatan Hati* (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2008).

Sternberg, Robert. "Intelligence, Competence, and Expertise" dalam Andrew Elliot dan Carol S. Dweck (eds.). *The Handbook of Competence and Motivation* (New York: Guilford Press, 2005).

Wattimena, Reza A.A. *Bahagia, Kenapa Tidak?: Sebuah Refleksi Filosofis* (Yogyakarta: Penerbit Maharsa, 2015).

Yahya, Harun. *Keajaiban pada Semut: Memahami Hikmah dari Kehidupan Masyarakat Semut* (Bandung: Dzikra, 2003).

## **B. Artikel/Jurnal/Skripsi/Disertasi**

Adisastra, I Nyoman Surpa, Ni Putu Sinta Oktaviani, Luh Kartika Dewi. "Kehendak Buta Perspektif Schopenhauer". *Vidya Darśan*. Vol. 2, No. 2 (Mei 2021).

Fuad, Muskinul. "Psikologi Kebahagiaan Manusia". *Jurnal Komunika*. Vol. 9, No. 1 (Januari-Juni 2015).

Gottlieb, Gilbert. "Normally Occuring Environmental and Behavioral Influences on Gene Activity: From Central Dogma to Probabilistic Epigenesis". *Psychological Review*. Vol. 105 (1995).

Gunawan, Leo Agung Srie. "Problematika Jatuh Cinta: Sebuah Tinjauan Filosofis". *Logos, Jurnal Filsafat-Teologi*. Vol. 15, No. 2 (Juni 2018).

M. Amril. "Purifikasi Akal Dan Nafsu Menuju Hidup Bermartabat (Teori Etika dan Moral JJ Rousseau Dan Ibn Miskawaih)". *KONTEKSTUALITA: Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan*. Vol. 20, No. 2 (Desember 2005).

- Moreau, C. S., et.al. "Filogeni Semut: Diversifikasi di Usia Angiospermae". *Sains*. Vol. 312 (April 2006).
- Mustofa, Imron. "Konsep Kebenaran Ibnu Sina". *Kalimah: Jurnal Studi Agama dan Pemikiran Islam*. Vol. 15, No. 1 (Maret 2017).
- Palindangan, Linus K. "Tinjauan Filosofis tentang Hidup, Tujuan Hidup, Kejahatan, Takdir, dan Perjuangan". *Jurnal Widya*. Vol. 29, No. 319 (April 2012).
- Putra, Eka, dan Rian Vebrianto. "Miskonsepsi Mahasiswa Tadris IPA tentang Komunikasi Semut Berdasarkan al-Qur'an". *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*. Vol. 1, No. 3 (2019).
- Solomon, Robert C. "Back to Basics: On the Very Idea of 'Basic Emotions'". *Journal for the Theory of Social Behaviour*. Vol. 32, Issue 2 (27 June 2002).
- Wariati, Ni Luh Gede. "Cinta dalam Bingkai Filsafat". *Jurnal Sanjiwani*. Vol. X, No. 2 (September 2019).
- Wijaya, Ananta Cuk. "Filsafat, Makna Hidup dan Masa Depan: dalam Perspektif Antropologi Filsafati". *Jurnal Filsafat*. Seri 18 (Mei 1994).
- Yazid, Rizky. "Persepsi sebagai Pengetahuan Inderawi menurut George Berkelay dan Ibn Sina". *Disertasi*. Universitas Islam Negeri (UIN) Syarif Hidayatullah, Jakarta, 2021.
- Yuswohady. "Meredefinisi Ukuran Sukses". *Kompas*. (12 Desember 2014).
- Widiana, I Wayan. "Filsafat Cina: Lao Tse Yin-Yang Kaitannya dengan Tri Hita Karana sebagai sebuah Pandangan Alternatif Manusia terhadap Pendidikan Alam". *Jurnal Filsafat Indonesia*. Vol. 2, No. 3 (2019).

### C. Website

Agustine, Riani A. "Do You Know: Ternyata! Manusia Habiskan Waktu 26 Tahun dalam Hidupnya untuk Tidur", <https://techno.okezone.com/read/2017/10/12/56/1794191/do-you-know-ternyata-manusia-habiskan-waktu-26-tahun-dalam-hidupnya-untuk-tidur>. Diakses 18 Juni 2021.

Al-Asyhar, Thobib. "Pencanangan Tahun Toleransi 2022", <https://kemenag.go.id/read/pencanangan-tahun-toleransi-2022>. Diakses 12 Mei 2022.

Mahardhika, Gita Rama. "Toleransi Beragama Indonesia: Bagaimana Gajah di Pelupuk Mata", <https://www.its.ac.id/news/2021/09/25/toleransi-beragama-indonesia-bagaimana-gajah-di-pelupuk-mata/>. Diakses 12 Mei 2022.

Martien. "Mengomentari "Warisan" Afi", <https://www.kompasiana.com/martien/591f24321cafb005ec16a7b/mengomentari-warisan-afi>. Diakses 15 Mei 2022.

Pasaribu, Rowland Bismark Fernando. "Ilmu Budaya Dasar: Manusia dan Cinta Kasih", <https://adoc.pub/manusia-dan-cinta-kasih.html>. Diakses 30 Agustus 2022.

Veccia Vaglieri, Laura. "Alī b. Abī Tālib". *Encyclopaedia of Islam, Second Edition*. Brill Online. Diakses 18 April 2022.

SAMUDRA  
BIRU

## INDEKS

\*\*\*

### A

Abdurrahman Shiddiqi 4  
Agustinus 5  
akal vii, 3, 4, 5, 6, 21, 26, 53, 54,  
55, 56, 57, 70, 76  
Albert Camus 9  
Alexander Pope 2, 3, 6  
al-Ghazali 3, 21, 30, 37, 41, 79  
al-Nazhar 3  
al-Qur'an 1, 66, 83  
Aristoteles 7, 42, 71

### B

bahagia 17, 20, 21, 22, 23, 27,  
28, 30, 31, 42  
Berkeley 7, 9  
Buddhisme 10

### C

cinta vi, 65

### D

delusi 8, 10

### E

Erich Fromm 25, 34

### F

filosofi 49, 72, 75  
filsafat 10, 48, 53, 71  
fitrah 1, 2, 26, 27, 54  
Francis Bacon 10

### G

George 7, 9, 83  
Ghadhabiyah 57  
Gnotie Seauton 10

## H

hati 1, 20, 21, 26, 33, 41, 51, 55,  
56, 57, 65, 66, 69

hidup 1, 2, 3, 4, 8, 9, 10, 13, 17,  
18, 19, 20, 22, 23, 25, 26,  
27, 28, 29, 30, 33, 35, 39,  
40, 41, 42, 44, 45, 47, 48,  
50, 55, 56, 71, 72, 73, 74,  
75

hudhuri 3

## I

Ibn Miskawaih 57, 80

Ibn Sina vii, 4, 80, 83

ilusi 8

insan 37

Islam 26, 67, 79, 83, 84, 90

## J

Jalaluddin Rumi 27, 65, 70

## K

Kebahagiaan 20, 21, 81, 82

Kebenaran ix, 65, 83

kematian 39, 40, 41, 43, 44, 48

kendali 44, 49, 50, 51

kesadaran vii, viii, 1, 2, 3, 4, 5,  
6, 11, 27, 37, 40, 47, 55, 57,  
65, 75

keseopian 17, 18, 19, 20, 23

ketidaktahuan 5, 9, 10, 11, 35

Kierkegaard 29, 47, 80

konsep 8, 11, 21, 26, 28, 73, 74

## M

manusia vii, viii, 1, 2, 3, 4, 5, 6,  
7, 8, 9, 10, 11, 13, 15, 17,  
18, 20, 21, 23, 25, 26, 27,  
28, 30, 31, 33, 34, 36, 37,  
39, 40, 42, 43, 44, 48, 53,  
54, 55, 56, 57, 65, 67, 68,  
69, 70, 71, 72, 73, 74, 75,  
76, 77, 84

Matt Ridley 1

Murtadha Muthahhari 1, 3

Muslim 57

## N

nafs an-Naathiqah 4

nafsu viii, 29, 30, 53, 54, 55, 56,  
57

## P

penderitaan 8, 9, 10, 11, 12, 18,  
20, 23

pengetahuan 3, 4, 33, 34, 35,  
36, 37

persepsi viii, 7, 8, 9, 10, 11, 12,  
50, 51

pikiran vii, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12,  
30, 48, 50, 70

Plato 9, 33, 43

## R

Rasulullah 69

## S

sa'adah 21

Seneca 31, 39, 41, 42, 44, 81

Socrates 4, 10, 25, 35, 36

sosial vii, 8, 22, 23, 29, 30, 56,  
65, 66, 71, 72, 73, 74, 75,  
76, 77, 90

sufi 27

sya'ir 3, 4

## T

takdir 27, 40, 43, 50

teolog 1, 29

Tomas Hobbes 76

Tom Nichols 35

Tuhan vii, 3, 4, 21, 26, 27, 28,  
40, 66, 68, 70, 76

## W

Waktu 84

William Shakespeare 1, 47

## Y

Yunani 9, 10, 41, 81

SAMUDRA  
BIRU

SAMUDRA  
BIRU

## TENTANG PENULIS

\*\*\*



**Fathul Hamdani** lahir di Erat Mate, Kabupaten Lombok Barat, 17 Agustus 1998. Ibunya adalah seorang ibu rumah tangga, dan ayahnya adalah seorang buruh bangunan. Setelah lulus dari bangku SMA, Hamdani melanjutkan studi di Universitas Mataram (UNRAM) dan mengambil program studi ilmu hukum. Selama duduk di bangku kuliah, ia aktif di berbagai organisasi kemahasiswaan seperti tergabung di Badan Eksekutif Mahasiswa Fakultas Hukum UNRAM, UKM Penalaran dan Riset Mahasiswa UNRAM, dan pernah menjabat sebagai Ketua Forum Mahasiswa Pengkaji Konstitusi Fakultas Hukum UNRAM.

Di samping aktif di berbagai organisasi kemahasiswaan, ia juga beberapa kali meraih prestasi di bidang debat maupun kepenulisan. Di bidang debat, ia pernah mendapat Juara 2 Lomba Debat Kesehatan se-Provinsi NTB oleh STIKES Yarsi Mataram tahun 2018, kemudian duduk sebagai *runner up* dalam Airlangga Law Competition tingkat nasional yang diadakan oleh Universitas Airlangga tahun 2018, hingga Juara 1 Lomba Pidato Hukum dan Konstitusi dalam rangka Pekan Konstitusi kerja



sama Mahkamah Konstitusi dan Universitas Udayana tahun 2019. Adapun di bidang kepenulisan ia pernah memperoleh Juara 3 English Essay Competition tingkat nasional oleh LCF dan Xspace tahun 2020, dan Juara 1 Call for Paper Competition dalam rangka Kusumaatmadja Law Symposium yang diselenggarakan oleh HMMH FH Universitas Islam Indonesia tahun 2021.

Setelah menyelesaikan studi S1-nya pada bulan November 2021, ia kini aktif di bidang kepenulisan dan bidang sosial. Untuk publikasi ilmiah, saat ini ia sudah menerbitkan lebih dari 20 artikel, baik dalam bentuk prosiding, jurnal, maupun *book chapter*. Selain itu ia juga sebagai penulis di berbagai antologi cerpen dan puisi, diantaranya: dalam buku yang berjudul "*Perjalanan Hati*" dan "*Best Moments*" yang diterbitkan oleh CV. Antero Literasi Indonesia; buku yang berjudul "*Before You Go*" yang diterbitkan oleh Ail-TM Publishing bekerja sama dengan CV. Lutfi Gilang; buku yang berjudul "*Senyawa Asmaraloka*" yang diterbitkan oleh Penerbit Wahana Resolusi; buku yang berjudul "*Memoar Resolusi*" yang diterbitkan oleh CV. Pelita Aksara Gemilang; dan buku yang berjudul "*Mengepak Kenangan*" yang diterbitkan oleh CV. Cahaya Pelangi Media.

Adapun di bidang sosial, saat ini ia aktif sebagai pengajar di Komunitas Bale Aksara, sebuah komunitas yang ia dirikan di awal tahun 2021. Komunitas ini bergerak di bidang pengembangan literasi anak-anak desa dan juga pengabdian sosial. Baginya, hanya dengan memperbanyak rumah-rumah ilmulah kebermanfaatannya itu akan dirasakan oleh semua orang, terkhusus bagi mereka yang memiliki keterbatasan dalam hal mengakses pendidikan.

SAMUDRA  
BIRU



**Ana Fauzia** lahir di Pasuruan, 8 November 1999. Ia merupakan anak ke-2 dari tiga bersaudara. Setelah lulus dari SMAN 1 Pasuruan, ia melanjutkan studi S1-nya di Universitas Muhammadiyah Malang (UMM) dan mengambil program studi ilmu hukum.

Selama menjadi mahasiswa, ia pernah menjabat sebagai Ketua Komunitas Riset dan Debat Fakultas Hukum UMM. Dari segi prestasi, ia pernah memperoleh Juara 3 Debat Konstitusi Mahasiswa tingkat nasional dalam rangka Gebyar Konstitusi 5 oleh Universitas Hasanuddin kerja sama dengan MK RI tahun 2018, Juara 2 Debat Ekonomi Mahasiswa tingkat nasional oleh Fakultas Ekonomi Universitas Katolik Darma Cendika Surabaya tahun 2019, Juara 1 Debat Ekonomi Mahasiswa tingkat nasional oleh Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jember tahun 2019, dan Juara 2 Debat Politik Mahasiswa tingkat nasional oleh Himpunan Mahasiswa Ilmu Politik Universitas Brawijaya tahun 2019.

Sementara di bidang kepenulisan, ia pernah Juara 2 English Essay Competition tingkat nasional yang diselenggarakan oleh LCF dan Xspace tahun 2020, Juara 3 dalam Event “Menulis Buku” tingkat nasional oleh CV. Cahaya Pelangi Media tahun 2021, Best Paper dalam acara Seminar Nasional Hukum & Call for Papers oleh Lex Scientia Fakultas Hukum Universitas Negeri Semarang tahun 2021. Selain itu ia juga sebagai penulis di berbagai antologi puisi, seperti dalam buku yang berjudul “Mengepak Kenangan” yang diterbitkan oleh CV. Cahaya Pelangi Media tahun 2021 dan buku yang berjudul “Comeback” yang diterbitkan oleh Ail-TM Publishing bekerja sama dengan CV. Lutfi Gilang tahun 2021.

SAMUDRA  
BIRU

Tidak selesai sampai di sana, pada tahun 2020 ia juga pernah memperoleh predikat sebagai Best Honorable Mentions dalam acara Bali International Model United Nations, dan Best Delegate WHO International Simulations oleh Cimsa Fakultas Kedokteran Universitas Negeri Jember. Kemudian ia juga pernah meraih peringkat 1 Duta Mahasiswa Berprestasi Nasional oleh Platinum Skills di bawah naungan Kemendikbud RI tahun 2020, dan peringkat 7 besar Mahasiswa Berprestasi Nasional dalam Pemilihan Mahasiswa Berprestasi Nasional oleh Kemendikbud RI tahun 2021.

Selain berbagai prestasi di atas, ia juga aktif sebagai pemakalah di berbagai seminar nasional dan konferensi internasional, diantaranya pemakalah dalam acara Lex Scientia Law Review Student Colloquium oleh Fakultas Hukum Universitas Negeri Semarang dan Acara 2<sup>nd</sup> International Conference on Law and Human Rights oleh Kementerian Hukum dan HAM RI. Selain sebagai pemakalah ia juga sering diundang sebagai pemateri dan juri dalam berbagai lomba debat, diantaranya sebagai Pemateri Pendidikan Dasar Organisasi dan Debat di Fakultas Hukum Universitas al-Azhar Mataram, Pemateri Self Development Through Quality Education oleh IAIN Kediri, hingga sebagai juri dalam BASIS Open oleh FISIP Universitas Hasanuddin. Kemudian saat ini ia sudah menerbitkan lebih dari 20 artikel ilmiah, baik dalam bentuk prosiding, jurnal, maupun *book chapter*.

SAMUDRA  
BIRU



**Widodo Dwi Putro** merupakan dosen Filsafat Hukum pada Fakultas Hukum Universitas Mataram. Studi S1-nya ia tempuh di Fakultas Hukum Universitas Mataram dan lulus pada tahun 1997, kemudian pada tahun 2000 ia menyelesaikan studi S2-nya di Universitas Brawijaya, dan untuk studi S3-nya ia selesaikan di Universitas Indonesia pada tahun 2011.

Di samping sebagai pengajar di Fakultas Hukum Universitas Mataram, Widodo juga merupakan dosen tamu Filsafat Hukum pada Peminatan Socio-Legal Magister Ilmu Hukum Universitas Indonesia dan mata kuliah yang sama pada Sekolah Tinggi Hukum Indonesia Jentera, Jakarta. Widodo pernah diminta Fakultas Hukum Universitas Gadjah Mada (2017, 2018) mengisi *workshop* penguatan filsafat hukum bagi dosen. Sekarang, bersama mahasiswa dan anak-anak muda belajar bersama dalam forum Metajuridika. Ia menulis beberapa buku, diantaranya adalah *Balai Mediasi* (2005), *Menolak Takluk: Newmont versus Hati Nurani* (2006), dan *Kritik terhadap Paradigma Positivisme Hukum* (2011), serta sejumlah artikel di Kompas dan Koran Tempo.

SAMUDRA  
BIRU

SAMUDRA  
BIRU

# A VALUE OF AWARENESS

(Petuah untuk Anak Muda di Abad ke-21)

**E**ksistensi manusia dengan segala keunikannya dan kekhasannya menjadikannya sebagai makhluk yang berbeda diantara makhluk lain yang diciptakan Tuhan. Buku ini bisa dikatakan memfokuskan kajiannya pada aspek manusia sebagai makhluk yang luar biasa melalui kemampuannya dalam berpikir dan bernalar. Mulai dari bagian awal buku ini sampai dengan bagian akhir, pembaca akan dibawa untuk mengeksplor dan memahami berbagai dinamika persoalan yang berkaitan dengan pikiran manusia, baik dalam tataran kehidupan pribadi maupun kehidupan sosial. Selain itu, melalui setiap kajian yang dipaparkan dalam buku ini, pembaca juga akan diajak untuk mengenal pemikiran-pemikiran besar dari tokoh-tokoh islam, filsuf barat dan timur, khususnya dalam kaitannya dengan manusia sebagai makhluk yang berakal.

Melalui buku ini diharapkan dapat menggugah kesadaran kita sebagai manusia, khususnya anak muda dalam memahami eksistensi diri. seperti yang dikatakan oleh Ibn Sina, manusia pada dasarnya merupakan masterpiece dari Tuhan. Maka anugrah yang diberikan Tuhan berupa akal sejatinya telah melahirkan tanggungjawab bagi manusia untuk memanfaatkan akalnya sebaik mungkin dalam menjalani kehidupan. Sehingga aktifitas berpikir bisa dikatakan selalu menjadi penekanan dalam setiap kajian di buku ini, misalnya terkait bagaimana manusia mampu menghadirkan kesadaran, mampu memegang kontrol atas segala macam persepsi dan rasa takut, mampu memegang kontrol terhadap hawa nafsu, hingga bagaimana manusia mampu melahirkan kebahagiaan dari pikirannya sendiri. Sebab bagi Rene Descartes, aktifitas berpikir begitu menentukan eksistensi kita sebagai manusia.



**SAMUDRA BIRU**  
Menyebarkan Ilmu Pengetahuan

Pod Samudra Biru  
samudrabiru\_group  
www.samudrabiru.co.id

