

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Gambaran Umum Kitab Kimiyaus Sa'adah Karya Imam Al-Ghazali

#### 1. Biografi Singkat Imam Al-Ghazali

Seorang tokoh terkemuka tasawuf yang mendapat julukan sebagai *Hujjatul* Islam merupakan Imam Al-Ghazali. Beliau memiliki nama lengkap Abu Hamid Muhammad Bin Muhammad Bin Muhammad Bin Ta'us Ath-Thusi Asy-Syafi'i Al-Ghazali. Nama asli beliau adalah Muhammad, bilamana disambung dengan nasab leluhurnya sebagaimana tradisi Arab nama Muhammad disebut tiga kali yang berarti menyebutkan nama ayah dan kakeknya. Secara singkat dipanggil Al-Ghazali atau Abu Hamid Al-Ghazali. Setelah berkeluarga ia memiliki seorang putra yang dinamainya Hamid, oleh karena itu sebagaimana tradisi masyarakat setempat ia pun dipanggil dengan nama Abu Hamid (bapaknya Hamid). Ia dipanggil Al-Ghazali karena dilahirkan di Ghazlah bagian kota Tus, wilayah Khurasan, Iran pada tahun 450 H atau 1058 M, tiga tahun setelah kaum Saljuk mengambil alih kekuasaan di Baghdad. Pendapat ini dibenarkan oleh riwayat keturunan Al-Ghazali dari jalur putrinya yang bernama Sittun Nisa dan sebutan inilah yang banyak berlaku di masyarakat umum.<sup>1</sup>

Al-Ghazali dikenal sebagai seorang sarjana Islam yang namanya malang melintang sejak era kerajaan Abbasiyah hingga hari ini, dan berkat kedalaman ilmunya, ia dikenal sebagai *Hujjatul* Islam dan al-Imam al-Jalli. Al-Ghazali merupakan seorang ulama besar dalam bidang agama. Orang tua Al-Ghazali bukan berasal dari orang berharta tetapi hanya sebagai pemintal wol/*ghazzal*. Sehingga penisbatan nama Al-Ghazali karena pekerjaan orang tuanya sebagai pemintal wol. Selain seorang pemintal wol, ayahnya juga merupakan seorang sufi yang saleh dan sekaligus ilmuan yang suka mendatangi diskusi-diskusi ulama pada waktu itu. Al-Ghazali memiliki saudara bernama Ahmad, yang juga seorang sufi. Sewaktu kecil Al-Ghazali dan saudaranya tersebut dititipkan oleh ayahnya untuk belajar kepada temannya, seorang sufi bernama Ahmad al-Razkani. Al-Ghazali hidup di bawah asuhan al-

---

<sup>1</sup> Ulil Albab, "Konsep Bahagia Menurut Al-Ghazali," *Skripsi*, 2020, 27.

Razkani diperkirakan hingga usia 15 tahun. Ketika Al-Ghazali dan saudaranya belum menginjak dewasa, sang guru meninggal dunia. Kemudian ayah Al-Ghazali menitipkan kedua anaknya tersebut kepada sahabatnya yang juga seorang Mutashawwifin. Al-Ghazali dan saudaranya belajar ‘ulum al-din di bawah asuhan guru keduanya.<sup>2</sup>

Selama kehidupan Imam Al-Ghazali sering menimba dan mendalami banyak cabang ilmu dan filsafat. Beliau mempelajari berbagai ilmu tersebut, barangkali untuk menghilangkan keraguannya yang muncul sejak dia mengajar, tetapi ternyata berbagai ilmu ini tidak dapat memberikannya ketenangan jiwa. Kegelisahan jiwa yang dialami Al-Ghazali semakin menggelora dan membuatnya krisis psikis yang kronis yang diungkapkan dengan menarik dalam karyanya *al-munqidz min al-dhalal*.<sup>3</sup> Akibat keadaan tersebut membuat Al-Ghazali meninggalkan kedudukannya yang pada saat itu sebagai guru besar di perguruan Al-Nizhamiah dan kemudian hidup menyendiri.

Tindakan yang dilakukan Al-Ghazali tersebut karena beliau hendak bersikap jujur terhadap dirinya sendiri, sebab dia sadar bahwa motivasi mengajarkan berbagai keilmuan tidak lain hanyalah untuk memperoleh jabatan dan popularitas. Karena hal itu, kini membuat Al-Ghazali sadar betapa rendah motivasinya dan berusaha melepaskan dirinya dari berbagai sikap yang tidak baik tersebut. Krisis yang menimpa Al-Ghazali tersebut pada akhirnya membuatnya menyadari akan ketidakmampuannya, dan hilang kesanggupan untuk memutuskan, hingga Al-Ghazali menuju Allah sebagaimana kembalinya orang yang tersudut dan tak berdaya. Begitulah timbulnya kecenderungan Al-Ghazali ke arah tasawuf.<sup>4</sup>

Setelah Al-Ghazali menjalani suatu kehidupan baru yaitu kehidupan asketis (*zuhud*), ibadah, penyempurnaan rohaniah serta moral, dan pendekatan diri pada Allah. Kemudian Al-Ghazali mendirikan *khanaqah* di Thus bagi para sufi serta madrasah bagi para penuntut ilmu, mengkhawatirkan Al-Qur’an, bertemu para sufi dan mengajar hingga menghadap Rabbnya. Al-Ghazali meninggal pada hari Senin tanggal 14

---

<sup>2</sup> Albab, 28.

<sup>3</sup> Al-Taftazani, *Sufi Dari Zaman Ke Zaman Suatu Pengantar Tentang Tasawuf*, 149.

<sup>4</sup> Al-Taftazani, 150.

Jumadil Akhirah tahun 505 H, bertepatan dengan 18 Desember 1111 M. Jasadnya dimakamkan di Thabaran, Thus.

## 2. Karya Imam Al-Ghazali

Sebagai seorang pemikir yang produktif dalam berkarya serta luas wawasannya. Al-Ghazali meninggalkan beberapa karya yang tidak dapat dilupakan oleh umat muslimin khususnya dan bagi dunia pada umumnya di berbagai bidang, setidaknya ada 72 karya tulis yang di wariskan Al-Ghazali,<sup>5</sup> kitab yang dianggap monumental diantaranya:

- a. Kitab Ihya Ulum al-Din (menghidupkan kembali ilmu-ilmu religius) yang didalamnya terdiri dari empat jilid besar, sebuah kitab yang ditulis untuk memulihkan keseimbangan dan keselarasan antara dimensi eksoterik dan esoterik islam.
- b. Tahafutul-falasifah (kerancuan para filsafat)
- c. Mi'yar al-ilm (standar pengetahuan)
- d. Mihak al-Nadzar fi al-Manthiq (batu uji pemikiran logis)

Sedangkan karya Al-Ghazali dalam bidang teologi, antara lain:

- a. Qawaid al-Aqa'id (prinsip-prinsip keimanan)
- b. Al-Iqtisha fi al-tiqad (muara kepercayaan)

Karya Al- Ghazali dalam bidang ushul fiqh, antara lain:

- a. Al-Mustashfa min Ilm al-Ushul (intisari tentang pokok-pokok yurisprudensial)
- b. Al-Mankhul min Ilm al-Ushul (ikhtisar/ringkasan ilmu tentang prinsip-prinsip)

Karya Al-Ghazali dalam bidang tasawuf, antara lain:

- a. Al-Kimia al-Sa'adah (kimia kebahagiaan)
- b. Misykat al-Anwar (ceruk cahaya-cahaya)

Karya Al-Ghazali dalam bidang kebatinan, antara lain:

- a. Qisthas al-Mustaqim (neraca yang lurus)
- b. Al-Mustadzir

Karya Al-Ghazali dalam bidang filsafat, antara lain:

- a. Maqashid al-falasifah (menguraikan secara obyektif ilmu-ilmu keIslaman dan ketuhanan dari para filosof sesuai aliran filsafat ibn Sina)
- b. Tahafutul-falasifah (kerancuan para filsafat)

---

<sup>5</sup> Tasti, "Relevansi Kebahagiaan Perspektif Imam Al-Ghazali Dan Aristoteles Di Era Modern," 30.

### 3. Ajaran Tasawuf Imam Al-Ghazali

Al-Ghazali mengutarakan bahwa para sufi merupakan para pencari kebenaran yang hakiki,<sup>6</sup> lebih jauh lagi jalan para sufi adalah perpaduan antara ilmu dan amal. Tasawuf adalah semacam pengalaman maupun penderitaan yang riil, Al-Ghazali juga memberikan contoh “Betapa berbedanya orang yang sekedar tahu batas-batas kesehatan atau kenyamanan berikut sebab dan syarat keduanya, dengan orang yang mengalami sehat ataupun kenyang. Juga antara mengetahui batas-batas *fana'* (ekstase) dengan yang benar-benar mengalami keadaan *fana'*. Bahkan seseorang yang sedang mengalami *fana'* tidak tahu lagi batas-batas *fana'*”. Hal ini terjadi sebagaimana yang dipaparkan oleh Al-Ghazali bahwa para sufi adalah mereka yang lebih mengutamakan keadaan rohaninya tinimbang ucapannya.

Menurut Al-Ghazali, jalan para sufi dalam tasawuf dapat dicapai dengan mematahkan hambatan-hambatan jiwa serta membersihkan diri dari moral dan sifatnya yang buruk maupun tercela, sehingga hati dapat terlepas dari segala sesuatu selain Allah dan dapat berhias dengan ingat pada Allah. Sehingga tujuan jalan para sufi adalah penempuhan fase-fase moral dengan pelatihan jiwa serta penggantian moral yang tercela menjadi moral yang terpuji.<sup>7</sup> Pada akhirnya penempuh jalan tersebut akan mencapai pengenalan Allah melalui dirinya sebab “*Man Arafa Nafsahu Faqad Arafa Rabbahu*” yang berarti “barang siapa mengenal dirinya, maka akan mengenal Tuhannya (Allah)”.

Tasawuf telah melewati berbagai fase dan kondisi, pada tiap fase dan kondisi yang dilewati terkandung sebagian aspek-aspek saja. Walaupun begitu, dalam hal ini ada satu dasar tasawuf yang tidak diperselisihkan oleh berbagai tokoh, yaitu bahwa tasawuf merupakan moralitas-moralitas yang berdasarkan Islam. Mengenai aspek moral, dalam Al-Qur'an terdapat banyak ayat yang mendorong *zuhud* atau asketisme, kesabaran, berserah diri pada Allah atau *tawakkal*, rela, cinta, yakin, hidup sederhana, dan segala hal yang diniscayakan pada setiap muslim sebagai kesempurnaan iman. Dari pemaparan

---

<sup>6</sup> Al-Taftazani, *Sufi Dari Zaman Ke Zaman Suatu Pengantar Tentang Tasawuf*, 165.

<sup>7</sup> Al-Taftazani, 168.

uraian yang ada dapat disimpulkan bahwa inti dari ajaran tasawuf Al-Ghazali<sup>8</sup> adalah sebagai berikut:

Pertama, tentang jenjang atau maqamat menurut Al-Ghazali yang harus dilalui oleh seorang calon sufi, diantaranya yaitu taubat, sabar, kefakiran, *zuhud* (asketisme), tawakkal, dan makrifat. *Ma'rifat* inilah yang kemudian menimbulkan mahabbah (mencintai Tuhan). *Ma'rifat* adalah esensi *taqarrub* (pendekatan pada Tuhan), hal ini merupakan hasil penyerapan jiwa yang dapat mempengaruhi kondisi jiwa seorang hamba yang pada akhirnya akan mempengaruhi seluruh aktivitas ragawi. 'Ilm, diibaratkan seperti melihat api sementara *ma'rifah* ibarat cahaya yang memancar dari nyala api tersebut.

Kedua, sarana makrifat seorang sufi menurut beliau bukan lagi perasaan dan bukan pula akal budi tetapi kalbu. Kalbu menurut Al-Ghazali bukanlah bagian tubuh yang terletak pada sebelah kiri dada seorang manusia, tetapi kalbu adalah percikan rohaniah ke-Tuhan-an yang merupakan hakikat realitas manusia, namun akal budi belum mampu memahami keterkaitan antara keduanya. Kalbu menurut Al-Ghazali bagaikan cermin. Sementara ilmu adalah pantulan gambar realitas yang terdapat di dalamnya. Jelasnya jika cermin (kalbu) tidak bening, maka ia tidak dapat memantulkan realitas-realitas ilmu secara jelas.

Ketiga, tentang manusia Al-Ghazali membagi manusia ke dalam tiga golongan, yakni pertama, kaum *awam*, yang cara berfikirnya sederhana sekali. Kedua, kaum pilihan (*khawas*) yang akalnya tajam dan berfikir secara lebih mendalam. Ketiga, kaum ahli debat (*ahl al-jadl*) yang akalnya tajam dan berfikir mendalam dengan melakukan perdebatan untuk menemukan jawaban dari suatu permasalahan yang dihadapi. Adapun tentang kebahagiaan, Al-Ghazali berpendapat bahwa kebahagiaan adalah tujuan akhir jalan para sufi, sebagai buah pengenalan terhadap Allah.

Keempat, melalui pendekatan sufistik, Al-Ghazali berupaya mengembalikan Islam kepada sumber fundamental dan historis serta memberikan suatu tempat kehidupan emosional keagamaan (esoterik) dalam sistemnya. Disisi lain Imam Al-Ghazali tak hanya menjalankan tindakan-tindakan sufi, melainkan juga menulis buku-buku tasawuf. Karyanya

---

<sup>8</sup> Ahmad Zaini, "Pemikiran Tasawuf Imam Al-Ghazali," *Esoterik: Jurnal Akhlak Dan Tasawuf* 2, no. 1 (2016): 158.

yang paling gemilang populer adalah Ihya' 'Ulum al-Diin. Sejahter yang bisa dilihat dari karyanya ini, diketahui bahwa corak tasawuf Al-Ghazali lebih dekat kepada tasawuf khuluqi 'amali ketimbang tasawuf falsafi.<sup>9</sup> Al-Ghazali tak hanya bersandar kepada Al-Qur'an dan Hadits yang menjadi ciri kuat tasawuf khuluqi 'amali (kerap juga disebut tasawuf sunni), melainkan juga beliau menuliskan pengalaman spiritualnya ke dalam karya tersebut.

#### 4. Sejarah Kitab Kimiyaus Sa'adah Karya Al-Ghazali

Sejahter berkembangnya zaman terdapat berbagai ilmuwan diantaranya yaitu sufi ilmuwan dan filsuf ilmuwan, hal ini ternyata bukan hanya dibedakan oleh pandangan kosmologis tetapi juga berbeda dalam pandangan dunia, sufi ilmuwan seperti Jabir ibn Hayyan memberikan analogi martabat wujud material dan wujud non-material. Logam biasa yang dicampur unsur lain berbeda dengan logam mulia (emas) yang kualitasnya istimewa, tidak berkarat, warnanya terang dan terlihat hidup, harganya mahal dan dapat memberikan kepuasan banyak orang setelah diubah menjadi suatu perhiasan. Analogi terhadap wujud non-material seperti halnya dengan jiwa, jiwa yang biasa masih terkontaminasi dengan berbagai kotoran, tetapi setelah dilakukan berbagai penempaan dan penyucian maka jadilah jiwa yang suci dan bersih, jiwa yang dapat memberikan pencerahan terhadap pemiliknya dan orang lain yang diajak berinteraksi. Disinilah perannya kimia dipandang secara holistik yang dapat mengubah suatu substansi pada substansi lain yang lebih mulia. Analogi Jabir ibn Hayyan yang dikenal sebagai Bapak Kimia tersebut menginspirasi *Hujjatul Islam* Al-Ghazali dalam menciptakan karya yang berjudul Kimiyaus Sa'adah.

Kimiyaus Sa'adah merupakan salah satu karya ciptaan *Hujjatul Islam* Al-Ghazali yang memiliki nama lengkap Abu Hamid Muhammad Bin Muhammad Bin Muhammad Bin Ta'us Ath-Thusi Asy-Syafi'i Al-Ghazali. Diantara karya beliau yang begitu banyak, terdapat kitab yang fenomenal dan populer yaitu kitab Ihya' 'Ulum Al-Din. Secara harfiah, Kimiyaus sa'adah berasal dari bahasa arab yang berarti sesuatu tembaga/logam yang dapat dibuat menjadi emas, atau yang sebetulnya hanya perak dapat berubah menjadi emas, hal ini dikandung maksud

---

<sup>9</sup> Rina Rosia, "Pemikiran Tasawuf Imam Al-Ghazali Dalam Pendidikan Islam," *Jurnal Inspirasi* 1, no. 3 (2018): 102.

bahwa bagaimana manusia dapat bahagia atau secara singkatnya Kimiyaus Sa'adah merupakan proses kebahagiaan.<sup>10</sup>

Menurut pandangan Al-Ghazali, jikalau di dalam kimia memerlukan proses tertentu untuk mengubah suatu substansi yang rendah menjadi substansi yang lebih mulia (emas) dan mungkin membutuhkan laboratorium khusus untuk melakukan perubahan tersebut, maka demikian halnya dengan jiwa. Jiwa memerlukan penempaan berupa *zuhud*, *mujahadah*, dan *riyadlah*. *Zuhud* diartikan sebagai upaya memiliki diri sendiri sehingga tidak gampang terdekete oleh ketertarikan terhadap duniawi, orang yang menjalani *zuhud* (asketisme) tidak mesti harus menjauhi dunia apalagi membencinya tetapi dunia bukan lagi menjadi tujuan/referensi utama dalam kehidupan. Sehingga orang tersebut begitu tulus, *ikhlas*, *tawakkal*, sabar dan *istiqomah* dalam menempuh kehidupan. Sedangkan *mujahadah* diartikan sebagai kesungguhan hati, fikiran, badan dalam upaya mendekatkan diri pada Allah, sehingga tidak kenal lelah terus berupaya mencari jalan kedekatannya pada Allah. *Riyadlah* difaham maksud sebagai upaya rutinitas spiritual dengan penuh ketulusan menyatakan kehambaannya kepada Allah, baginya sudah tidak ada lagi bedanya antara perintah wajib dan perintah sunnah maupun haram dan makruh. Semuanya perintah diperlakukan sama dengan penuh kenikmatan tanpa beban dalam menjalaninya.

Berbagai hal yang telah diungkapkan melatarbelakangi Al-Ghazali dalam menulis karya yaitu Kimiyaus Sa'adah yang merupakan pengembangan konsep yang disampaikan Jabir ibn Hayyan menjadi lebih mendalam secara pandangan tasawuf, sehingga dapat memberikan inspirasi bagi setiap orang untuk dapat melakukan transformasi dirinya menjadi lebih baik seperti halnya analogi logam mulia (emas) yang telah dipaparkan. Adapun intisari dari Kimiyaus sa'adah adalah proses kebahagiaan yang didalamnya terkandung bagaimana mengubah jiwa yang rendah, gelap, dan buruk menjadi jiwa yang bersih, suci, dan agung.

---

<sup>10</sup> GusMus Channel, “#1 Kimya As-Sa’adah | Muqoddimah | KH A. Mushtofa Bisri,” Youtube, 2020, <https://www.youtube.com/live/KKbkBGU1CG0?feature=share>.

## B. Deskripsi Data Penelitian

Setelah diperoleh penjelasan terkait gambaran umum kitab Kimiyaus Sa'adah yang didalamnya terkandung pemaparan terkait biografi Al-Ghazali selaku pengarang kitab Kimiyaus Sa'adah, karya-karya Al-Ghazali, ajaran tasawuf Al-Ghazali, serta sejarah kitab Kimiyaus Sa'adah tercipta. Kemudian peneliti akan memberikan penjelasan data yang ditemukan terkait relevansi metode meraih kebahagiaan dalam kitab Kimiyaus Sa'adah dengan *Quarter Life Crisis* pada mahasiswa pengkaji kitab tersebut sebagai berikut.

Segep insan yang menjalani kehidupan di dunia sudah menjadi ketentuan dari Allah akan menjalani fase kehidupan sehingga mereka akan tumbuh dan berkembang. Satu dengan yang lainnya sudah barang tentu memiliki perbedaan dalam menjalani fase kehidupan, hal ini disebabkan adanya perbedaan pengalaman dan latar belakang pada tiap individu. Perbedaan tersebut nantinya akan mempengaruhi proses perkembangan individu dalam melewati serta merespon halangan dan kendala semasa menjalani kehidupan, ada yang menanggapi halangan dan kendala tersebut sebagai suatu tantangan yang memacu bangkitnya semangat serta ada pula yang menganggap hal itu sebagai kendala yang difahami dengan musibah, sehingga bukan malah bangkit dalam menghadapi keadaan malah dirinya semakin terpuruk dalam rintangan.<sup>11</sup>

Manusia memiliki harapan atau keinginan dalam hidupnya, sehingga apabila terjadi suatu keadaan tidak terpenuhi maka hal tersebut akan memunculkan perasaan takut pada dirinya karena merasa tidak siap mengenai hasil yang terjadi tidak sesuai dengan apa yang individu harapkan. Bilamana kondisi ini terjadi dalam diri manusia, maka perasaan cemas, takut serta khawatir akan menghinggapi dan hal ini adalah fase ketika individu mengalami *Quarter Life Crisis*.<sup>12</sup> Setelah fase krisis tersebut melanda, maka individu mulai bingung dan beranjak untuk menggapai suatu kebahagiaan sebagai harapan dan tujuan hidup manusia. Tiap manusia akan berlomba dalam mencari dan mengejar kebahagiaan demi keluar dari *Quarter Life Crisis*, sehingga setelah difahami bahwa kitab Kimiyaus Sa'adah berisikan metode meraih kebahagiaan maka dapat menjadi jawaban atas permasalahan yang individu alami. Setelah peneliti melakukan wawancara dengan

<sup>11</sup> Santrock, *Life-Span Development Thirteenth Edition*, 23–24.

<sup>12</sup> Korah, "The Role of Family Functioning in the Quarter-Life Crisis in Early Adulthood during the Covid-19 Pandemic," 54.



beberapa mahasiswa, ia menemukan fenomena dilapangan terkait kondisi *Quarter Life Crisis* mahasiswa dan relevansinya dengan kitab Kimiyaus Sa'adah.

Semua informan dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti merupakan mahasiswa aktif di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kudus yang pernah belajar dan mengaji kitab Kimiyaus Sa'adah yang berjumlah 8 orang mahasiswa, terdiri dari 4 mahasiswa laki-laki dan 4 mahasiswa perempuan. Mereka yang pernah mengaji kitab tersebut walaupun baru sebentar ataupun dalam waktu yang lama, maka sedikit ataupun banyak akan mengerti terkait bagaimana intisari dalam kitab Kimiyaus Sa'adah yang selanjutnya dapat diterapkan guna mengatasi *Quarter Life Crisis* yang mereka dialami sehingga terjadi relevansi metode kebahagiaan dalam kitab Kimiyaus Sa'adah dengan *Quarter Life Crisis* yang dialami. Tetapi pada penerapannya ada mahasiswa yang sering menerapkan kitab tersebut dalam kehidupan dan ada yang hanya diterapkan disaat dibutuhkan yaitu hanya sebagai solusi atas permasalahan yang sedang dialami. Mahasiswa menjadikan kitab tersebut sebagai pedoman dalam menghadapi berbagai kecemasan yang dihadapi dan juga sebagai langkah untuk memperoleh kebahagiaan dalam hidupnya.

Informan dengan inisial AG merupakan mahasiswa program studi Ilmu Hadits dengan usia 22 tahun.<sup>13</sup> Mahasiswa ini merasakan semangat ketika memikirkan karir sebab dirinya dapat lebih mandiri dalam mencari jati diri kepribadian, mengelola pikiran dan mengembangkan apa yang informan belum bisa. Namun ketika dihadapkan terkait situasi finansial, AG merasa agak berat dan perihatin karena dari finansial dapat hidup untuk mencukupi kebutuhan yang ada didunia. Kemudian terkait kuliah, informan merasa semangat karena merupakan jenjang tertinggi dalam pendidikan dan dapat belajar *public speaking* serta pemahaman yang lebih luas. Dalam hal percintaan individu menyatakan bahwa hal itu adalah suatu yang wajar bagi manusia dalam memiliki rasa, namun harus dikontrol juga agar tidak terjerumus ke hal yang tidak baik.

Disisi lain AG merasa hubungan terhadap keluarga mendapatkan kenyamanan, merasa terayomi, terlindungi dan tercukupi kebutuhan finansial. Begitu pula yang AG rasakan ketika dengan hubungan pada teman-teman, teman baginya merupakan

---

<sup>13</sup> Mahasiswa inisial AG, wawancara oleh penulis, 11 Maret 2023, wawancara 1, *transkrip*

figur pengganti orang tua atau keluarga yang senantiasa menemani AG serta mendapat berbagai pelajaran dari sosialisasinya dengan teman, karena ia merupakan seorang mahasiswa yang tinggal dalam lingkungan pondok. Kemudian terkait masa depan, AG tidak terlalu sering memikirkan sebab dirinya pernah bekerja namun hal itu hanya untuk menjadi sebuah pelajaran bukan untuk penghasilan, AG merasa senang ketika memikirkan masa depan karena dapat segera membahagiakan orang tua, walaupun bakti anak pada orang tua tidak dapat menggantikan perjuangan mereka dalam mendidik kita.

Informan AG mempelajari kitab Kimiyaus Sa'adah saat ada kegiatan pesantren kilat ramadhan dipondok (*ngaji posonan*), waktu itu sekitar 2 sampai 3 mingguan kajian kitab tersebut dilaksanakan. AG menemukan bahwa isi kitab itu merupakan ajaran untuk meneladani Nabi dari sifat-sifat Nabi sebagaimana dalil diutusnya Nabi tidak lain adalah '*liutammima makarimal akhlaq*' yang artinya untuk menyempurnakan akhlak.<sup>14</sup> Kemudian lebih mengenal diri dan mengenal Allah, dengan kita mengenal Allah maka kita akan lebih tau apa yang direncanakan dan menjadi ketetapanNya. Lalu dijelaskan terkait *akhlaqul karimah*, yang semua itu merupakan cara agar manusia dapat senantiasa hidup dalam keadaan yang bahagia. Informan AG sering menerapkan kitab tersebut dalam kehidupan, sehingga dirinya merasa bahwa kitab tersebut sebagai jawaban atas permasalahan *Quarter Life Crisis* yang dihadapi dan memposisikan kitab Kimiyaus Sa'adah berada didepan sebagai acuan dalam melangkah menjalani kehidupan yang berbahagia.

Terkait relevansi metode meraih kebahagiaan dalam kitab Kimiyaus Sa'adah dengan *Quarter Life Crisis* yang dialami informan adalah sebagaimana yang dijelaskan informan dalam kutipan langsung wawancara sebagai berikut.

“Hubungan kitab tersebut dengan permasalahan yang saya alami adalah dari kitab tersebut kita tau lah dari problem-problem yang diberikan pada kita atau sebuah cobaan yang diberikan pada kita, kita bisa apa, bisa tau bahwa Allah maha mengetahui, bahwa Allah bersifat adil seperti itu, maka dari itu kita bisa mengambil kesimpulan lah bahwa ketika kita mendapatkan sebuah cobaan, ketika mendapat sebuah ujian Allah mempunyai sifat adil bukan hanya cobaan saja yang telah diberikan pada kita akan tetapi Allah

---

<sup>14</sup> Mahasiswa inisial AG, wawancara oleh penulis, 11 Maret 2023, wawancara 1, *transkrip*

pastinya memberikan jalan, memberikan sebuah *problem solving* pada kita, bukan hanya cobaan saja lho, yang itu relevansinya seperti itu”<sup>15</sup>

Data yang diperoleh dari penjelasan AG tersebut dapat disimpulkan bahwa relevansi antara metode meraih kebahagiaan dengan permasalahan yang dihadapi itu sangat berpengaruh, dibuktikan dengan penjelasan bahwa ia dapat memahami Allah dari sisi lain yakni bukan hanya sebagai pemberi cobaan namun juga sebagai pemberi solusi jalan atas permasalahan.

Selanjutnya yakni subjek penelitian dengan nama inisial RH yang merupakan seorang mahasiswa Pendidikan Agama Islam dengan usia 21 tahun. Mahasiswa ini merasa kebingungan atau kerancuan dengan karir sebab dirinya memikirkan saat dewasa nanti dapat membahagiakan orang tua ataukah tidak dengan karir yang dijalani.<sup>16</sup> Terkait kondisi finansial, RH merasa minder terhadap teman-teman atau seusianya yang sudah mampu bekerja atau sudah lulus dan mendapatkan pekerjaan serta memiliki penghasilan. Kemudian terkait kuliah, RH merasa agak berat sebab ia memikirkan bahwa dirinya dijadikan sebagai contoh adik-adiknya agar dapat menuntut pendidikan yang lebih tinggi (kuliah), sebab dirinya adalah anak pertama dan juga yang menginginkan kuliah semenjak duduk dibangku sekolah. Informan merasa dalam jurusannya terdapat pembekalan atau pelatihan yang berguna untuk menyiapkan mahasiswa setelah lulus nanti.

Informan merasa seperti sebuah paradoks dalam sebuah hubungan percintaan, karena ia merasa seolah cinta membuat bahagia dan disisi lain pula menimbulkan luka. Hubungan terhadap teman, RH merasakan hubungan batin pada teman dekat yaitu saat kita butuh atau mereka butuh, mereka dan kita juga selalu ada untuk saling membantu, walaupun semakin dewasa akan terlihat *circle* pertemanan dan banyak teman yang mulai menjauh. Terkait hubungan dengan keluarga, RH tidak begitu dekat sebab waktunya banyak dihabiskan diluar untuk kegiatan dan juga bekerja, dirinya hanya pulang ke rumah pada saat malam untuk beristirahat (banyak menghabiskan waktu diluar). RH menjelaskan bahwa masa depan merupakan hal yang rahasia, sehingga kita hanya mampu berusaha untuk menjadi lebih baik ke depannya, masa depan

---

<sup>15</sup> Mahasiswa inisial AG, wawancara oleh penulis, 11 Maret 2023, wawancara 1, *transkrip*

<sup>16</sup> Mahasiswa inisial RH, wawancara oleh penulis, 11 Maret 2023, wawancara 2, *transkrip*

merupakan sebatas impian yang senantiasa kita pikirkan untuk mencoba merealisasikan tiap harinya.<sup>17</sup>

Selepas RH mempelajari kitab Kimiyaus Sa'adah saat duduk dibangku sekolah tepatnya saat ada kegiatan pondok dalam waktu sekitar setengah tahun, hal itu membuatnya tertarik sebab kitab ini berisikan tentang metode meraih kebahagiaan. Adapun terkait isi kitab yang difahami RH tidak jauh berbeda dengan apa yang disampaikan AG, informan menjelaskan bahwa setelah mempelajari kitab itu dirinya lebih tau cara untuk bahagia, terlebih dari berbahagia tentang kebahagiaan diri sendiri sebagaimana sabda Nabi *'man arofa nafsahu, faqod arofa rabbahu'* yang berarti barangsiapa mengenali dirinya sendiri maka akan mengenali Tuhannya, dan dari meneladani kepribadian seorang Nabi. Dalam relevansi untuk mengatasi *Quarter Life Crisis*, RH menjadikan kitab tersebut sebagai acuan bahwa kebahagiaan seseorang itu ada dari dirinya sendiri bukan dicari dari orang lain, dan juga dalam kebahagiaan itu sudah ada yang mengaturnya yaitu Allah, walaupun informan hanya menggunakan kitab itu disaat ada masalah yakni membuat dirinya mengingat Allah dan merasa lebih dekat pada Tuhan.

Relevansi metode meraih kebahagiaan dengan *Quarter Life Crisis* yang dihadapi RH dapat disimpulkan bahwa kitab tersebut merubah cara berpandangnya, ia mulai memahami bahwa kebahagiaan terdapat dalam diri sendiri bukan dicari dari orang lain sebab Allah telah mengatur kebahagiaan masing-masing manusia. Hal ini dapat disimpulkan dari kutipan langsung wawancara yang dilakukan "Saya jadikan kitab tersebut sebagai acuan saya bahwa kebahagiaan seseorang itu ada dari dirinya sendiri bukan dicari dari orang lain, dan juga dalam kebahagiaan itu sudah ada yang mengaturnya yaitu Tuhan kita sendiri itu"<sup>18</sup>

Seorang mahasiswi berinisial KD adalah seorang yang menempuh pendidikan di program studi Ilmu Al-Quran dan Tafsir yang memiliki usia 21 tahun.<sup>19</sup> Ketika dihadapkan dengan karir, individu merasa bahwa karir itu menyeramkan sebab dalam karir terdapat dua pilihan, kalo kita salah dalam memilih kedua pilihan

---

<sup>17</sup> Mahasiswa inisial RH, wawancara oleh penulis, 11 Maret 2023, wawancara 2, *transkrip*

<sup>18</sup> Mahasiswa inisial RH, wawancara oleh penulis, 11 Maret 2023, wawancara 2, *transkrip*

<sup>19</sup> Mahasiswi inisial KD, wawancara oleh penulis, 5 Maret 2023, wawancara 3, *transkrip*

itu maka kita akan jatuh, disisi lain KD menjelaskan bahwa karir itu dibentuk bukan ditebak. Terkait situasi finansial yang dirasakan individu adalah santai, ia berkata bahwa jika ada uang kita jalankan dan jika nggak ada uang kita cari terlebih dahulu sebab untuk masalah finansial pada karir itu kita harus cari dulu finansialnya, baru menentukan akan berkarir seperti apa dan bagaimana. Perasaan santai juga muncul dengan kuliah yang KD jalani, ia berpendapat bahwa kuliah dan karir adalah dua jalan yang berbeda namun pada tujuan yang sama yaitu kebahagiaan, baginya menjalani kuliah itu dengan santai, tidak terlalu mengejar target sebab semua telah tertakar oleh Tuhan.

Dalam sebuah hubungan percintaan, KD merasa baik apalagi dalam masa pendidikan hal itu dapat menjadi penyemangat apabila dijalani sewajarnya dan akan menyebabkan keburukan bila terlalu berlebihan, dia mengibaratkan cinta bagaikan dengan jamu. Hubungan terhadap keluarga, informan merasa *enjoy* sebab tidak mengalami tekanan akan pemenuhan target dimasa depan. Individu merasa bersyukur karena dalam hubungan pertemanan mendapatkan teman-teman yang bisa mensupportnya. Terhadap masa depan, KD menjelaskan bahwa harus memiliki keberanian dalam menjalani dan melewatinya, dalam hal lain pula ia bersyukur dalam menghadapi berbagai hal yang dihadapi sebab tidak semua orang mampu berdiri pada titik yang individu alami.

Informan mempelajari kitab Kimiyaus Sa'adah dengan cara membaca dan memahami maknanya, adapun jika ada yang belum faham ia tanyakan pada guru yaitu ayahnya sendiri. Apa yang difahami KD dalam kitab tersebut tidak jauh berbeda dengan apa yang disampaikan informan sebelumnya, yaitu terdapat enam metode untuk memperoleh kebahagiaan yang diantaranya adalah pemurnian jiwa, dia menjelaskan bahwa sebagai seorang manusia senantiasa kita mengobati jiwa dari berbagai kemungkinan penyakit hati yang dapat merenggut kebahagiaan diri seseorang, sebab pasien pertama adalah diri kita sendiri sebagaimana yang disampaikan KD.<sup>20</sup> Setelah mempelajari kitab tersebut hingga ayahnya meninggal walau dirinya belum *khatam*, individu merasa berdamai dengan diri sendiri sebab dasar bahagia adalah berdamai dengan diri sendiri, lebih dapat membentuk kebahagiaan dan senantiasa menerapkan untuk membentuk kebahagiaan dalam dirinya. KD menjadikan kitab ini layaknya peta dalam mengatasi

---

<sup>20</sup> Mahasiswi inisial KD, wawancara oleh penulis, 5 Maret 2023, wawancara 3, *transkrip*

*Quarter Life Crisis* yang sedang dihadapinya serta sebagai orang tua yang senantiasa mengingatkan batasan dalam menjalani kehidupan.

Relevansi metode meraih kebahagiaan yang ada dalam kitab tersebut dengan *Quarter Life Crisis* yang dihadapi informan yakni layaknya peta ketika seseorang mencari sebuah alamat, KD ketika menghadapi masalah maka metode ini digunakan untuk menemukan kebahagiaan. Hal ini diungkapnya dari wawancara yang dilakukan sebagaimana kutipan langsung dibawah ini.

“Masalah yang dihadapi dengan kitab tersebut hubungannya erat sekali, itu layaknya *maps*, layaknya peta ketika saya ingin mencari sebuah alamat yah, kita ingin menuju atau mengunjungi sebuah tempat, kita harus butuh alamat, harus butuh peta, jadi kalo saya ada masalah apa yah saya ingat lagi metode meraih kebahagiaan dalam kitab tersebut itu apa gitu”<sup>21</sup>

Terdapat juga informan dengan inisial AY yang merupakan seorang mahasiswa pada program studi Tasawuf dan Psikoterapi dengan usia 20 tahun. Ia merasa khawatir terkait karir, sebab suatu hal yang ada didepan tidak bisa dilihat bagaimana kejadiannya jadinya AY merasa khawatir.<sup>22</sup> Hal serupa juga ia rasakan dengan situasi finansial, ia merasa khawatir akankah finansialnya nanti mampu mencukupi kebutuhannya dan juga untuk membantu kebutuhan keluarga dirumah atau tidak. Terhadap kuliah ia merasa bingung dan belum ada *planning* seperti bayar UKT dan untuk akomodasi transportasi setiap harinya bagaimana informan mampu membantu orang tuanya, tetapi ia yakin terhadap jurusannya yang telah memberikan wadah pembekalan berupa kegiatan pengabdian guna menunjang keperluannya nanti setelah lulus.

Responden AY juga merasa khawatir dan tidak percaya terkait hubungan percintaan dengan orang lain sebab ia menjelaskan bahwa dirinya adalah tipikal orang yang sulit percaya dengan orang baru dan khawatir apabila ekspektasi terhadap jodoh nantinya tak sesuai terhadap realita yang terjadi. Keluarga merupakan tempat individu merasa bahagia sebab di dalamnya terdapat *support* dan dukungan untuk dirinya. Dijelaskan olehnya juga bahwa ia sering memikirkan masa depan (*overthinking*) karena ia akan menjadi contoh untuk adiknya kelak, sehingga

---

<sup>21</sup> Mahasiswi inisial KD, wawancara oleh penulis, 5 Maret 2023, wawancara 3, *transkrip*

<sup>22</sup> Mahasiswi inisial AY, wawancara oleh penulis, 9 Maret 2023, wawancara 4, *transkrip*

perasaan khawatir dan ambisi juga turut serta muncul dalam pencapaian masa depannya. Kolega ataupun teman disekitar membuatnya banyak pengalaman, sebab ia senang mendapatkan pengalaman serta relasi pertemanan dari teman baru.

Dalam mempelajari kitab Kimiyaus Sa'adah yang menurut AY menarik sebab dibutuhkan dalam kehidupan sehari-hari, ia menemukan hasil bahwa kebahagiaan itu dapat diciptakan bilamana kita mampu mengenal diri sendiri dan lebih bersyukur atas apa yang terjadi. Walaupun tidak terlalu intens dalam mempelajari kitab itu disaat duduk waktu SMA, informan dapat mengambil intisari bahwasanya dirinya lebih tau cara berbahagia dan membahagiakan diri sendiri dengan lebih bersyukur. Terkait metode meraih kebahagiaan yang ada dalam kitab tersebut tidak jauh berbeda dari yang dijelaskan informan sebelumnya yaitu terdapat enam *step* atau tahapan seseorang untuk dapat mencapai kebahagiaan. Setelah mempelajari dan menerapkan metode meraih kebahagiaan hampir tiap hari, ia kemudian menjadikan kitab ini sebagai pedoman dalam menghadapi problem *Quarter Life Crisis* sehingga menjadikannya lebih bersyukur dan sadar.

Adapun relevansi metode meraih kebahagiaan bagi *Quarter Life Crisis* yang dihadapi AY dapat diketahui bahwa kitab itu membuat dirinya lebih bersyukur ketika berada pada titik *insecure* sebagaimana kutipan penjelasannya pada kutipan langsung wawancara “Mungkin akhir-akhir ini merasa lagi dititik apa yah, *insecure* bahasanya, kadang suka di ingatkan lagi kalo melihat kembali ke isi kitab itu. Kayak misalkan saya merasa kayak kurang percaya diri, saat rasa kurang percaya diri itu timbul terus nanti saya melihat kayak, oh ternyata ada yang lebih dari ada yang kurang lagi dari saya, saya harus di ingatkan harus lebih bersyukur lagi”.<sup>23</sup>

Responden dengan inisial SM juga merupakan seorang mahasiswi program studi Tasawuf dan Psikoterapi yang berusia 21 tahun.<sup>24</sup> Terkait karir ia berbeda dengan informan AY yang merasa penuh khawatir, sebaliknya ia merasa bahwa dirinya semangat dan senang sebab apa yang ia inginkan menjadikan kekuatan baginya untuk melangkah, walaupun muncul kekhawatiran karena tidak mampu memahami dirinya. Terkait situasi finansial ia merasa

---

<sup>23</sup> Mahasiswi inisial AY, wawancara oleh penulis, 9 Maret 2023, wawancara 4, *transkrip*

<sup>24</sup> Mahasiswi inisial SM, wawancara oleh penulis, 9 Maret 2023, wawancara 5, *transkrip*

sangat boros dalam keuangan sebab ia menjelaskan bahwa dirinya jika ada keperluan itu langsung dipakai aja tanpa memikirkan nanti bagaimana. Kuliah yang SM rasakan adalah bahagia karena mendapat ilmu dan pengalaman baru tanpa adanya target bahwa kuliah nanti setelah lulus akan menjadi seperti apa. Terkait hubungan terhadap teman-teman ia merasakan santai sebab ia tidak merasa bahwa jika temannya menjadi lebih baik nanti dia iri, sebab ia lebih menjadi diri sendiri dan teman hanya untuk bersosial saja.

Hubungan keluarga yang responden rasakan juga *enjoy* sebab disana ia merasakan kebahagiaan, bersyukur diberikan keluarga yang lengkap dan bahagia semua. Adapun dengan hubungan percintaan ia merasa tidak begitu peduli, sebab fokus responden hanyalah mencintai Allah sebab ia merasa yakin jika Allah akan mengirimkan orang yang akan mencintainya jika ia mencintai Allah. Masa depan merupakan suatu hal yang sering difikirkan oleh responden, sebab masa depan adalah kita yang memilih walaupun pada akhirnya Allah yang menentukan, SM merasa semangat karena berfikir bahwa apa yang ia pikirkan akan menjadi kenyataan dan yang ia pikirkan terkait masa depan tersebut dijadikannya sebagai sebuah *planning*. Informan menjadikan kitab Kimiyaus Sa'adah sebagai pegangan dalam menghadapi krisis dan membantunya dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi, sehingga dirinya sering sekali menerapkan metode meraih yang ada.<sup>25</sup>

Riwayat informan dalam mempelajari kitab Kimiyaus Sa'adah adalah semasa pondok dulu yang kemudian ada pengkajian kitab pada pembelajaran mata kuliah. Ia menemukan hasil bahwa dalam kitab tersebut terdapat cara agar kita bahagia, yaitu dengan cara mengenal diri kita sendiri, kita mengetahui diri kita lalu melihat hati guna membersihkan hati, kemudian langkah-langkahnya kayak kita harus *ma'rifat Allah*, dan perlu mengetahui sifat-sifat seseorang guna untuk mengontrol diri sendiri. Relevansinya terhadap *Quarter Life Crisis* yang dihadapi adalah ketika dia menghadapi problem ia mengingat Allah dan mengembalikan pada diri sendiri sebab masalah dimulai dari diri sendiri. Metode meraih dalam kitab tersebut berpengaruh pada diri responden karena membuatnya bahagia dengan melewati berbagai *maqamat* dan pengosongan diri dari berbagai hal yang tidak baik untuk kemudian mengisinya dengan hal yang baik. Adapun metode

---

<sup>25</sup> Mahasiswi inisial SM, wawancara oleh penulis, 9 Maret 2023, wawancara 5, *transkrip*



meraih kebahagiaan yang ada dalam kitab tersebut senada dengan para informan sebelumnya, ada enam cara untuk memperoleh kebahagiaan yang kemudian responden jadikan pegangan dalam menghadapi *Quarter Life Crisis* tersebut.<sup>26</sup>

Informan dengan nama inisial AW merupakan seorang mahasiswi pada program studi Manajemen Bisnis Syariah dengan usia 21 tahun.<sup>27</sup> Mahasiswi merasakan ketakutan terkait karir dikarenakan ke depannya dia takut apakah karir tersebut akan berjalan baik dan mampu memenuhi kebutuhannya atau malah berjalan sebaliknya, rasa khawatir juga muncul pada informan ketika memikirkan terkait situasi finansial yang merupakan kebutuhan utama dalam kehidupan didunia. Ketika informan dihadapkan dengan kuliah ia merasakan senang karena bisa menjalin hubungan dengan orang lain serta merasa khawatir terkait akhir perkuliahan yakni pada saat menjalani skripsi yang informan ketahui dengan adanya kendala yang akan dilalui ketika seseorang menjalani skripsi. Namun, dia merasa berada pada jurusan yang tepat sesuai apa yang diharapkannya, AW merasa bahwa jurusan yang diambilnya memiliki segenap upaya dalam memberikan keilmuan dan teori yang memadahi guna menyiapkan mahasiswa setelah kelulusan.

Dalam hal lain seperti hubungan percintaan dan hubungan dengan teman, informan AW merasa senang sebab mendapatkan tempat curahan keluh kesah, disisi lain juga merasa sulit karena dengan orang lain maka sikap yang muncul harus saling melengkapi dan memahami bukan lagi egois atas kemauan sendiri. Perasaan yang muncul terhadap keluarga adalah netral atau biasa saja sebab tidak seperti keluarga lain yang sangat harmonis. Informan seringkali merenungkan terkait masa depan dan muncul perasaan khawatir dan takut terkait sesuatu yang terjadi ke depannya, sehingga membuatnya menjalani kehidupan yang ada dan senantiasa melakukan upaya yang signifikan sebagai persiapan untuk masa depan.

Setelah mempelajari kitab Kimiyaus Sa'adah pada saat bulan ramadhan walau hanya dalam waktu sekitar 1 mingguan saat kultum ramadhan di Masjid, informan memahami bahwa dalam kitab tersebut terdapat berbagai pedoman kebahagiaan yang dapat

---

<sup>26</sup> Mahasiswi inisial SM, wawancara oleh penulis, 9 Maret 2023, wawancara 5, *transkrip*

<sup>27</sup> Mahasiswi inisial AW, wawancara oleh penulis, 15 Maret 2023, wawancara 6, *transkrip*

diterapkan guna mengatasi berbagai kecemasan yang dihadapinya. Terdapat enam hal yang bisa membuat bahagia yaitu dengan meneladani nabi, mengenal diri sendiri, mengenal Allah, *akhlakul karimah*, *tazkiyah nafs*, dan *takmil nafs*. Namun dari berbagai hal tersebut yang paling difahami informan AW dalam mengatasi *Quarter Life Crisis* adalah dengan mengenal Allah, karena terkait segala hal dimasa depan yang dapat menimbulkan kecemasan dan kekhawatiran, upaya informan adalah dikembalikan pada ketentuan Allah, sehingga tidak lagi merasa cemas dan khawatir dan dapat merasakan kebahagiaan atas penerapan metode meraih kebahagiaan yang ada pada kitab Kimiyaus Sa'adah.<sup>28</sup> Dalam kehidupan yang dijalani, informan menjadikan kitab ini sebagai pedoman untuk mendapatkan kebahagiaan dengan sering menerapkan cara atau metode yang ada.

Adapun relevansi metode meraih kebahagiaan untuk mengatasi *Quarter Life Crisis* atau permasalahan yang dihadapi AW itu sangat berpengaruh dan memiliki keterkaitan sebagai pedoman dalam menggapai kebahagiaan ketika diri kita mengalami permasalahan, seperti yang telah dijelaskan informan bahwa ketika dirinya mengenal Allah dan memasrahkan segala ketentuan yang terjadi padaNya maka perasaan khawatir, cemas dan takut tidak lagi muncul dan kebahagiaan yang akan tercipta pada diri individu. Berikut adalah kutipan langsung wawancara informan yang menjelaskan tersebut “Yang saya fahami adalah mengenal Allah, jadi segala kekhawatiran saya, kecemasan saya, saya kembalikan kepada Allah, sehingga saya merasa tidak punya beban sehingga pada akhirnya saya akan menemukan kebahagiaan”.<sup>29</sup>

Informan berikutnya memiliki inisial HN, ia adalah seorang mahasiswa program studi Komisi Penyiaran Islam dengan usia 24 tahun.<sup>30</sup> Terkait karir ia merasa ada senang dan sedihnya yaitu ketika merasakan keberhasilan dalam meniti karir dan merasa sedih bilamana terdapat halangan rintangan didalamnya. Terhadap situasi finansial HN mengatakan bahwa semua manusia membutuhkan uang untuk menjalani hidupnya dan ia mensyukuri apa yang diberikan oleh sang Maha Pencipta. Kuliah dalam pandangan

---

<sup>28</sup> Mahasiswi inisial AW, wawancara oleh penulis, 15 Maret 2023, wawancara 6, *transkrip*

<sup>29</sup> Mahasiswi inisial AW, wawancara oleh penulis, 15 Maret 2023, wawancara 6, *transkrip*

<sup>30</sup> Mahasiswa inisial HN, wawancara oleh penulis, 10 Maret 2023, wawancara 7, *transkrip*

informan yaitu mengalir, ada senang dan sedihnya, senangnya ketika terdapat pelajaran yang disukai dan difahami, sedihnya adalah ketika ada pelajaran yang tidak difahami dan terkendala pada nilai serta teman yang kurang mendukung. Informan merasa bahwa jurusan dan kuliahnya menyiapkan mahasiswa setelah lulus yaitu dengan memberikan pelajaran-pelajaran yang bermanfaat untuk ke depannya.

Jika dihadapkan dengan hubungan percintaan, HN berprinsip bahwa yang penting adalah berusaha melalui *ta'aruf*, soal jodoh atau tidaknya itu urusan Tuhan. Hubungan terhadap keluarga yang dirasakan informan adalah sedih sebab sudah tidak memiliki orang tua (meninggal dunia), terhadap teman-teman ia merasa mengalir sebab dalam interaksi dengan orang lain bila ada salah dan khilafnya adalah hal yang wajar. Terkait masa depan, informan tidak terlalu sering memikirkan karena baginya yang terpenting adalah melakukan yang terbaik dengan berusaha menata masa depan yang lebih baik bagi dirinya. Dalam upaya mengatasi kecemasan yang dihadapi ia mendekati pada orang alim, sebab perantara orang alim dirinya jadi ingat kepada Tuhan yang Maha segalanya.

Dalam mempelajari kitab Kimiyaus Sa'adah yang dilakukan HN adalah secara otodidak sehingga lebih dapat merasuk untuk kebaikan diri sendiri. Kurun waktu sekitar 1 tahunan ia mempelajarinya dan menemukan tahapan menuju kebahagiaan sebagaimana yang telah informan sebelumnya jelaskan. Relevansi metode meraih kebahagiaan dengan *Quarter Life Crisis* adalah sebagai jawaban atas permasalahan yang dihadapi, sehingga individu merasakan lebih introspeksi, mengetahui apakah hablum min an-annas, hablum min Allah sudah dijalankan dengan baik atau belum, yang semua itu dapat mempengaruhi kebahagiaan seseorang.<sup>31</sup> Dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi, HN menjadi lebih tenang dan bahagia sebab memperbaiki hubungan baik antar sesama manusia dan kepada Sang Pencipta, informan sering menerapkan kitab tersebut dalam kehidupan sehari-hari sebab memiliki hubungan dalam mengatasi permasalahan seperti meneladani sifat Nabi yang menjadi panutan. HN menjadikan kitab ini sebagai acuan hidup di dunia supaya memperoleh kebahagiaan dan lebih baik dalam menjalin hubungan antar sesama dan

---

<sup>31</sup> Mahasiswa inisial HN, wawancara oleh penulis, 10 Maret 2023, wawancara 7, *transkrip*

hubungan dengan pencipta serta guna mengatasi *Quarter Life Crisis* yang dihadapi.

Selanjutnya terdapat informan dengan nama inisial NF yang merupakan seorang mahasiswa program studi Tadris Bahasa Inggris dengan usia 22 tahun. Dirinya merasa gundah terkait dengan karir, sebab masih belum jelas setelah lulus nanti dirinya akan menjadi seorang guru atau *translator*, disisi lain menjadi guru adalah dorongan dari faktor keluarga sedangkan *translator* adalah karena hobi.<sup>32</sup> Perasaan gundah juga muncul terkait situasi finansial karena banyak keinginan yang belum terpenuhi namun kebutuhan juga yang semakin banyak. Terkait kuliah yang dirasakan NF adalah senang diawal dan sedih diakhir sebab terjadi pandemi selama 2 tahun yang membuat semangat kuliahnya *down* karena beraktivitas dirumah. Individu juga merasa bahwa jurusannya membantu menyiapkan dirinya setelah lulus yaitu dengan menyiapkan berbagai materi yang relevan di prodinya.

Terhadap hubungan percintaan atau romantisme dengan seseorang, NF merasa iri sebab pengen juga merasakan seperti teman disekitarnya dan juga merasa bodo amat sebab keinginannya yang juga pengen menjalani kehidupan seperti ini aja dulu (menyelesaikan pendidikan). Terkait hubungan dengan keluarga ia merasa harmonis seperti orang pada umumnya, senada dengan hubungan terhadap teman yang ia merasa baik-baik dan senang walaupun ada beberapa teman yang enggak enak menurut informan. Seringkali NF memikirkan masa depan disaat menjelang tidur, sering *overthinking* kedepannya mau seperti apa dan pada akhirnya memasrahkan pada Allah dengan cara berdoa dan bersyukur.

Informan NF mempelajari kitab Kimiyaus Sa'adah karya Al-Ghazali melalui *streaming* youtube, hal yang membuat individu ingin mempelajari adalah ingin mencari kebahagiaan terutama kebahagiaan hati. Walaupun NF baru mempelajari kitab ini sekitar lima bulan, ia menemukan hasil bahwa dalam kitab tersebut seperti penjelasan informan lainnya yaitu terdapat poin meneladani Nabi, mengenal Allah melalui berbagai ciptaannya, pemurnian jiwa seperti saat informan mengalami masalah percintaan dimana sifat iri kemudian ia atasi dengan sifat bodo amat, kemudian terdapat berbagai metode meraih diantaranya adalah mengenal diri sendiri, mengetahui kemampuan dan kelemahan diri sendiri seperti sistem

---

<sup>32</sup> Mahasiswa inisial NF, wawancara oleh penulis, 15 Maret 2023, wawancara 8, *transkrip*

*SWOT Analysis* dan *akhlakul karimah* yaitu dengan berbahasa yang santun (*kromo*) pada yang lebih tua. Setelah mempelajari kitab itu, NF merasa lebih tau bagaimana menghilangkan sifat yang tidak baik dalam hati.<sup>33</sup> Kitab ini dijadikannya prioritas dalam mengatasi *Quarter Life Crisis* seperti berserah diri pada Allah dan mengenali diri apakah kecemasan tersebut akan berdampak tidak baik pada diri ke depannya.

Adapun relevansi metode meraih kebahagiaan untuk mengatasi *Quarter Life Crisis* atau permasalahan yang dihadapi NF yaitu sebagai solusi atau jalan keluar dalam menghadapi kegundahan yang dihadapinya, seperti yang dijelaskan informan bahwa dirinya menjadi mengerti bagaimana mengatasi kegundahan yang dialami dengan berserah diri pada Allah atas apa yang akan terjadi dan mengenali diri sendiri dengan memahami apakah kecemasan yang dialaminya itu akan berdampak pada dirinya atau tidak. Hal ini seperti dilansir dari kutipan langsung wawancara berikut.

“Yah alhamdulillah setelah mempelajari kitab tersebut saya jadi mengerti bagaimana mengatasi gundah gulana tersebut, yaitu seperti berserah diri pada Allah itu seperti dengan berdoa, moga-moga yang kita cemaskan ini dihilangkan, lalu mengenali diri sendiri bahwa kecemasan tersebut itu akan berdampak apa tidak yah pada diri sendiri itu”.<sup>34</sup>

Berbagai paparan penjelasan mengenai relevansi metode meraih kebahagiaan dalam kitab Kimiyaus Sa’adah dengan *Quarter Life Crisis* pada mahasiswa telah diungkapkan, diketahui secara umum bahwa metode meraih kebahagiaan tersebut mampu merubah sudut pandang seseorang terhadap masalah dan juga menjadi jawaban atau solusi atas krisis yang sedang dihadapi mahasiswa. Maka guna memudahkan pemahaman terhadap relevansi metode meraih kebahagiaan dan juga mengetahui kategorisasi metode mana yang cenderung digunakan oleh mahasiswa, disini peneliti akan menyajikan pemaparan dalam sebuah tabel kolom sebagai berikut.

---

<sup>33</sup> Mahasiswa inisial NF, wawancara oleh penulis, 15 Maret 2023, wawancara 8, *transkrip*

<sup>34</sup> Mahasiswa inisial NF, wawancara oleh penulis, 15 Maret 2023, wawancara 8, *transkrip*

**Tabel 4.1**  
**Relevansi Metode Meraih Kebahagiaan dalam Kitab**  
**Kimiyaus Sa’adah dengan *Quarter Life Crisis***  
**pada Mahasiswa Pengkaji Kitab Kimiyaus Sa’adah**

Nama Informan	Permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa	Metode Meraih Kebahagiaan yang cenderung digunakan	Relevansi dengan <i>Quarter Life Crisis</i>
AG	Merasa perihatin dan khawatir terhadap situasi finansial, apakah cukup untuk keperluan dan kebutuhan pada kehidupan mendatang atau bahkan malah sebaliknya	Metode kedua yakni <i>ma'rifat Allah</i> (menenal Allah) dan Metode pertama <i>hadlratun nubuwwah</i> (meneladani kepribadian Nabi)	Relevansinya yakni sangat berpengaruh, dibuktikan dengan penjelasan bahwa ia mampu memahami Allah dari sisi lain, bukan hanya sebagai pemberi cobaan namun juga sebagai pemberi solusi jalan atas permasalahan
RH	Kebingungan terkait karir mendatang apakah dapat digunakan untuk membahagiakan keluarga, merasa minder dengan situasi finansial jika dibanding dengan teman disekitarnya, merasa agak berat dengan kuliah karena menjadi contoh bagi adek-adeknya, serta tidak begitu dekat dengan keluarga karena banyak menghabiskan waktu diluar	Metode ketiga yaitu <i>ma'rifat an-nafs</i> (menenal diri sendiri)	Relevansinya adalah kitab tersebut merubah cara berpandangnya, ia mulai memahami bahwa kebahagiaan terdapat dalam diri sendiri bukan dicari dari orang lain sebab Allah telah mengatur kebahagiaan pada masing-masing manusia

<p>KD</p>	<p>Merasa bahwa karir merupakan hal yang menyeramkan karena terdapat dua pilihan yang jika salah dalam memilih keduanya maka akan terjatuh dan sulit untuk bangkit kembali</p>	<p>Metode keempat yakni penyempurnaan jiwa (<i>takmil an-nafs</i>) dan Metode kelima yakni pemurnian jiwa (<i>tazkiyah an-nafs</i>)</p>	<p>Relevansinya yaitu layaknya sebuah peta (<i>maps</i>) ketika seseorang mencari sebuah alamat, dirinya ketika menghadapi masalah maka metode meraih ini digunakan untuk menemukan kebahagiaan</p>
<p>AY</p>	<p>Merasa khawatir akan karir, situasi finansial, dan hubungan percintaan. Dirinya juga merasa bingung dengan kuliah yang dijalani karena belum adanya <i>planning</i> untuk dapat membantu orang tua, serta memiliki ambisi dan khawatir akan pencapaian masa depan</p>	<p>Metode ketiga yaitu mengenal diri sendiri (<i>ma'rifat an-nafs</i>)</p>	<p>Relevansinya adalah dengan adanya metode meraih kebahagiaan pada kitab tersebut membuat dirinya lebih bersyukur ketika berada pada titik <i>insecure</i>, sebagaimana penjelasannya bahwa kebahagiaan dapat diciptakan jika kita lebih mengenal diri dan lebih bersyukur terhadap apa yang terjadi</p>
<p>SM</p>	<p>Terkadang muncul kekhawatiran dengan karir sebab ia belum sepenuhnya memahami diri sendiri dan merasa sangat boros terhadap penggunaan finansial yang ada tanpa memikirkan kebutuhan nanti</p>	<p>Metode ketiga yaitu mengenal diri sendiri (<i>ma'rifat an-nafs</i>)</p>	<p>Relevansi terhadap <i>Quarter Life Crisis</i> yang dihadapi adalah ketika dirinya menghadapi problem, maka ia mengingat Allah untuk kemudian mengembalikan pada diri sendiri, sebab masalah dimulai dan terjadi dari diri sendiri</p>

<p>AW</p>	<p>Merasa takut dengan kondisi karir nantinya akan bagaimana, merasa khawatir dengan finansial yang mampu untuk mencukupi kebutuhan, merasa khawatir terkait tugas akhir pada kuliah apakah dirinya mampu untuk menyelesaikan atau tidak, serta merasa takut terkait masa depan yang akan terjadi</p>	<p>Metode kedua yakni <i>ma'rifat Allah</i> (mengetahui Allah)</p>	<p>Relevansinya sangat berpengaruh dan memiliki keterkaitan sebagai pedoman dalam menggapai kebahagiaan ketika diri mengalami permasalahan, seperti yang telah dijelaskan informan bahwa ketika dirinya mengenal Allah dan memasrahkan segala ketentuan yang terjadi padaNya maka perasaan khawatir, cemas dan takut tidak lagi muncul dan kebahagiaan yang akan tercipta pada diri individu</p>
<p>HN</p>	<p>Merasa sedih terkait karir bilamana terdapat rintangan dan kendala didalamnya, merasa sedih terhadap kuliah jika terdapat pelajaran yang tidak difahami dan teman yang tidak mendukung, serta merasa sedih jika memikirkan keluarga sebab orang tua telah meninggal</p>	<p>Metode kedua yaitu <i>ma'rifat Allah</i> (mengetahui Allah) dan Metode ketiga yaitu <i>ma'rifat an-nafs</i> (mengetahui diri sendiri)</p>	<p>Relevansi metode meraih kebahagiaan dengan <i>Quarter Life Crisis</i> adalah sebagai jawaban atas permasalahan yang dihadapi, sehingga individu merasakan lebih introspeksi, mengetahui apakah <i>hablum min an-annas</i>, <i>hablum min Allah</i> sudah dijalankan dengan baik atau belum, yang semua itu dapat mempengaruhi kebahagiaan seseorang</p>



<p>NF</p>	<p>Merasa gundah terkait karir karena belum ada kejelasan nantinya mau berkarir menjadi guru ataukah menjadi seorang <i>translator</i>, merasa gundah juga terkait situasi finansial, karena banyak hal yang diinginkan informan namun kebutuhan informan juga semakin banyak, merasa sedih diakhir perkuliahan karena sempat terkendala pandemi yang membuatnya beraktivitas dirumah, serta <i>overthinking</i> terkait masa depan</p>	<p>Metode kedua yaitu <i>ma'rifat Allah</i> (menenal Allah) dan Metode ketiga yaitu <i>ma'rifat an-nafs</i> (menenal diri sendiri)</p>	<p>Relevansi dengan <i>Quarter Life Crisis</i> yang dihadapi yaitu sebagai solusi dalam menghadapi kegundahan, seperti yang dijelaskan informan bahwa dirinya menjadi mengerti bagaimana mengatasi kegundahan yang dialami dengan berserah diri pada Allah atas apa yang akan terjadi, dan mengenali diri sendiri dengan memahami apakah kecemasan yang dialaminya itu akan berdampak pada dirinya atau tidak</p>
-----------	---	--	---

**C. Hasil Analisis Data Penelitian**

Setelah mengetahui deskripsi data yang telah peneliti temukan, untuk mengetahui lebih lanjutnya diperlukan analisis data terkait relevansi metode meraih kebahagiaan dalam kitab Kimiyaus Sa'adah dengan *Quarter Life Crisis* mahasiswa pengkaji kitab Kimiyaus Sa'adah sebagai berikut.

Dalam kitab Kimiyaus Sa'adah karya imam Al-Ghazali sebagaimana diketahui informan merupakan kitab yang berisikan terkait metode meraih kebahagiaan yang dapat ditempuh untuk menggapai kebahagiaan. Akar dari penderitaan atau penyebab timbulnya ketidakbahagiaan yaitu dikarenakan manusia tidak mengenal Allah dan meyakini akan adanya hari akhir.<sup>35</sup> Syeh Abdul Qadir Al-Jailani pernah berkata, bahwa jika seseorang kebajikannya lebih banyak maka ia tergolong sebagai orang yang bahagia, sedangkan jika keburukannya lebih banyak maka ia tergolong orang yang sengsara, namun jika ia bertaubat dan

<sup>35</sup> Firmansyah, *Psikologi Ghazalian: Formula Kebahagiaan*, 85.

beramal shaleh maka Allah akan merubah kesengsaraan menjadi kebahagiaan.<sup>36</sup>

Al-Ghazali juga telah menjelaskan dalam kitab Kimiyaus Sa'adah bahwa apabila manusia mampu mengendalikan nafsu kebinatangannya maka kebahagiaan akan tercipta.<sup>37</sup> Sebagaimana diketahui bahwa metode meraih kebahagiaan yang dipaparkan Al-Ghazali dalam kitab Kimiyaus Sa'adah memiliki enam metode meraih yang dapat digunakan manusia untuk meraih kebahagiaan, yaitu *Hadlratun nubuwwah*, *Ma'rifat Allah*, *Ma'rifat an-nafs*, *Takmil an-nafs*, *Tazkiyah an-nafs*, dan *Husnul khuluq*. Dengan adanya metode meraih kebahagiaan yang ditawarkan kitab Kimiyaus Sa'adah, dapat menjadi jawaban atas problem *Quarter Life Crisis* pada mahasiswa yang memasuki masa dewasa awal atau krisis emosional pada mahasiswa dengan usia 20-an tahun.<sup>38</sup> Individu baru saja meninggalkan kenyamanan hidup dan kemudian masuk pada *real life* sehingga mengalami kecemasan dan kebingungan akan identitas diri, karir, hubungan keluarga, pertemanan dan percintaan.

Menghadapi era persaingan global masyarakat ekonomi ASEAN yang marak meluas dan menyebar dikalangan masyarakat beberapa waktu silam, membuat masyarakat dan generasi muda dituntut agar senantiasa memenangkan persaingan ekonomi dan mengkokohkan eksistensi diantara masyarakat bangsa lainnya. Karena adanya kecenderungan kuat dalam menghadapi persaingan tersebut, menjadi marak ditemukan fenomena demoralisasi dan dehumanisasi terjadi.<sup>39</sup> Disamping faktor eksternal, faktor internal seperti pendidikan, lingkungan masyarakat dan keluarga juga berpengaruh terhadap penyebab utama terjadinya fenomena tersebut. Ranah terkecil adalah keluarga, sebab peran bimbingan

---

<sup>36</sup> Nelly Melia, "Kebahagiaan Dalam Perspektif Tasawuf (Analisis Perbandingan Antara Al-Ghazali Dan Buya Hamka)," *Skripsi*, 2018, 30.

<sup>37</sup> M. Syauqi Jonnata Maftuh, "Konsep Terapi Kebahagiaan Menurut Imam Al-Ghazali Dalam Kitab Kimiya Al-Sa'adah," *Skripsi*, 2021, 96.

<sup>38</sup> Afnan, Fauzia, and Utami Tanau, "Hubungan Efikasi Diri Dengan Stress Pada Mahasiswa Yang Berada Dalam Fase Quarter Life Crisis Relationship of Self-Efication With Stress in Students Who Are in the Quarter Life Crisis Phase," 24.

<sup>39</sup> Sulton, "Realitas Pendidikan Nilai Di Lingkungan Keluarga, Sekolah Dan Masyarakat," *Jurnal Dimensi Pendidikan Dan Pembelajaran* 5 (2016): 38–39.

keluarga dalam mengatasi demoralisasi anak melalui pengamalan nilai moral dan agama sangat berpengaruh.<sup>40</sup>

Dalam konteks etika pemerintahan juga telah ditemukan kasus demoralisasi demokrasi melalui kasus korupsi di lingkungan birokrasi pemerintahan. Patologi sosial yang ada di Indonesia semakin meningkat, hal ini dikarenakan upaya yang dilakukan KPK dalam pemberantasan korupsi di Indonesia masih cenderung parsial dan tidak memiliki strategi yang jelas sehingga dalam banyak hal tidak mampu mengurangi tingkat korupsi secara signifikan.<sup>41</sup> Kasus demoralisasi dan dehumanisasi lainnya seperti yang dilansir laman Kompasiana.com yakni aksi klitih, yang menjadi penyebab utamanya adalah rasa butuh pengakuan oleh perorangan maupun kelompok, eksistensi, mencari jati diri maupun gengsi atau lebih mudahnya adanya krisis identitas sebagai muara *Quarter Life Crisis* sehingga individu tidak dapat mengontrol diri menjadi penyebab kriminalitas terjadi.<sup>42</sup>

Dari segenap kasus demoralisasi dan dehumanisasi yang ada di, peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa penyebab terjadinya kasus tersebut berujung pada krisis identitas, kurang pengenalan terhadap diri sendiri sehingga memunculkan konflik bathin pada diri individu untuk kemudian ia mencari eksistensi dirinya dengan bereskrpesif melalui sikap tindakan kriminal sebagaimana dijelaskan Kompasiana.com. Adapun kasus patologi sosial seperti korupsi dan persaingan ekonomi tanpa memperdulikan nilai moral disebabkan oleh adanya kurang pengenalan Tuhan pada diri manusia. Sehingga pelaku demoralisasi maupun dehumanisasi adalah mereka yang tidak mendapat kebahagiaan dalam hidupnya, maka dengan adanya metode meraih kebahagiaan yang ada dalam kitab Kimiyaus Sa'adah dapat menjadi jawaban bahwa ketika manusia mengenal diri sendiri maka ia juga akan mengenal Allah,

---

<sup>40</sup> Desi Anggraeni, "Peran Bimbingan Orang Tua Dalam Mengatasi Demoralisasi Anak Di Desa Jojog Kecamatan Pekalongan Lampung Timur," *Skripsi*, 2020, 81.

<sup>41</sup> Ashari Sakti Alim and Salmawati, "Demoralisasi Demokrasi Dalam Konteks Etika Pemerintahan (Kasus: Korupsi Di Lingkungan Birokrasi Pemerintahan)," *Praja* 10, no. 1 (2022): 56.

<sup>42</sup> Belva, "Kriminalitas Dan Kenakalan Remaja."

dan lebih lanjut manusia menjadi prototipe (cerminan) Tuhan dimuka bumi Allah.<sup>43</sup>

Al-Ghazali telah menyinggung penjelasan dalam ilmu tasawuf terkait transformasi perilaku pengamalan didunia menjadi amalan di akhirat yang kelak akan dipertanggungjawabkan, hal ini mengajarkan bahwa manusia mampu berpaling dari dunia untuk tujuan menghadap Allah dan untuk selanjutnya dijadikan perilaku menjalani hidup di dunia sebagai hamba yang mengemban tugas mulia yakni *khalifatullah*.<sup>44</sup> Penjelasan tersebut menjadi penegasan terhadap adanya kasus demoralisasi dan dehumanisasi, bahwa pelaku kasus melupakan tugas mulianya sebagai *khalifatullah* yang harus menjadikan dunia sebagai ladang sarana untuk mencapai akhirat. Konsep kebahagiaan menurut Islam dan psikologi dari komparasi fikiran Al-Ghazali dan Erich Fromm juga menyebutkan hal yang senada yakni kebahagiaan akan didapat bilamana mengenal diri dan mengenal Allah menurut Al-Ghazali, sedangkan Erich Fromm bahwa kebahagiaan akan diperoleh jika terlepas dari ketergantungan pada orang lain dengan menjadi manusia yang aktif dan produktif.<sup>45</sup>

Setelah melihat bahwa metode meraih kebahagiaan dalam kitab Kimiyaus Sa'adah berguna dalam mengatasi fenomena demoralisasi dan dehumanisasi, selanjutnya kita akan mengetahui bahwa metode meraih yang dibawakan Al-Ghazali juga dapat menjawab kebutuhan di era *society* 5.0. Diketahui bahwa evolusi yang cepat dari teknologi informasi dan komunikasi (ICT) membawa perubahan drastis pada masyarakat dan industri, untuk mengantisipasi hal itu era *society* 5.0 dipresentasikan sebagai konsep ditengah perkembangan teknologi.<sup>46</sup> Kebutuhan akan pengembangan diri dan karier untuk mahasiswa menjadi kunci pengembangan identitas personal dan kesehatan mental seiring

---

<sup>43</sup> Muh. Wahid Nur Tualeka, "Kebahagiaan Dalam Perspektif Al-Ghazali Dalam Menyongsong Masyarakat Industri 4.0," *Al-Khikmah: Jurnal Studi Agama-Agama* 6, no. 2 (2020): 72–79.

<sup>44</sup> Tualeka, 90.

<sup>45</sup> Latifatul Masruroh and Izatul Milah, "Konsep Kebahagiaan Menurut Islam Dan Psikologi (Studi Komparasi Pemikiran Al-Ghazali Dan Erich Fromm)," *Jurnal Risalah: Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam*, n.d., 23.

<sup>46</sup> Sri Muliati Abdullah, "Analisis Kebutuhan Pengembangan Diri Dan Karier Untuk Mahasiswa Di Era Society 5.0," in *Seminar Nasional 2020 Fakultas Psikologi UMBY* (Yogyakarta: Universitas Mercu Buana Yogyakarta, 2020), 189–90.

dengan pertumbuhan kompleks ICT dan menghadapi era baru. Ketika seseorang berkarir dengan bekerja pada lingkungan yang lebih luas maka akan memunculkan kepuasan hidup yang lebih tinggi dan keberartian personal serta koneksi sosial, namun bagi mereka yang tidak mampu menjalani hal tersebut maka akan menurunkan kepuasan hidup dan merasa tidak bahagia dalam hidupnya.

Perkembangan pada aspek pendidikan juga tidak kalah dalam menghadapi era *society 5.0* dengan melek terhadap literasi digital, karena hal ini menjadi kebutuhan utama setiap manusia untuk memenuhi kebutuhan hidupnya yang berpusat pada manusia yang berkolaborasi dengan sistem teknologi.<sup>47</sup> Tantangan dalam bidang pendidikan tidak cukup dengan hanya membekali peserta didik kemampuan membaca, menulis dan menghitung. Namun juga perlu dibekali kompetensi masyarakat global yakni kemampuan berkomunikasi, kreatif, berfikir kritis, dan berkolaborasi.<sup>48</sup> Tidak dapat dipungkiri bahwasanya transformasi pendidikan sangat berkembang dengan adanya teknik pembelajaran pengembangan potensi peserta didik melalui analisa kasus dan memberikan pemecahan permasalahan (*case base learning*), sehingga nantinya akan terbiasa dalam memecahkan permasalahan dalam kehidupan nyata dengan benar, disinilah terjadi sinergi pendidikan menyongsong masa depan.<sup>49</sup>

Berbagai pemaparan terkait kebutuhan dalam menghadapi era *society 5.0* telah dijelaskan, dan peneliti menemukan bahwa dalam menjalani kehidupan yang sedemikian itu manusia tidak luput mengalami kecemasan, kekhawatiran dan ketakutan akan ketidaktahuan terhadap teknologi yang berkembang dan kemampuan bersosial yang baik serta ketidakmampuan terhadap pemenuhan tantangan zaman yang serba mengalami evolusi. Metode meraih kebahagiaan Al-Ghazali yang berisikan enam poin

---

<sup>47</sup> Devi Ariastika, "Penerapan Literasi Digital Pada Pembelajaran IPA Dalam Menghadapi Kesiapan Pendidikan Di Era Society 5.0," in *FORDETAK: Seminar Nasional Pendidikan: Inovasi Pendidikan Di Era Society 5.0* (Palangka Raya: Jurusan Pendidikan Dasar Program Pascasarjana Universitas Negeri Medan, 2022), 132.

<sup>48</sup> Usmaedi, "Education Curriculum for Society 5.0 in The Next Decade," *Jurnal Pendidikan Dasar Setiabudhi* 4, no. 2 (2021): 63.

<sup>49</sup> Komang Novita Sri Rahayu, "Sinergi Pendidikan Menyongsong Masa Depan Indonesia Di Era Society 5.0," *Edukasi: Jurnal Pendidikan Dasar* 2, no. 1 (2021): 97.

menggapai kebahagiaan diantara melalui pengenalan diri sendiri, pemurnian dan penyempurnaan jiwa serta akhlak mulia hadir ditengah kerisauan manusia khususnya mahasiswa dalam menghadapi fenomena perkembangan zaman tersebut.<sup>50</sup> Penerapan metode meraih kebahagiaan tersebut akan dapat mempengaruhi karakter seseorang dalam menghadapi permasalahan sebagaimana hasil yang peneliti temukan terhadap informan penelitian. Pendidikan karakter menjadi penting karena memiliki tujuan agar peserta didik menjadi penerus bangsa memiliki akhlak dan moral yang baik untuk menciptakan kehidupan berbangsa yang adil, aman dan makmur.<sup>51</sup>

Metode meraih kebahagiaan yang terkandung dalam kitab Kimiyaus Sa'adah dapat diterapkan dan dilakukan oleh masyarakat umumnya, tidak ada aturan khusus yang menerangkan bahwa yang boleh menerapkan panduan dalam kitab ini hanyalah mereka yang telah *khatam* ataupun mengaji kitab tersebut. Perbedaan gender juga tidak menjadi keterbatasan dalam penerapan metode meraih kebahagiaan, sebab metode yang Al-Ghazali susun dalam kitab ini bersifat universal, artinya setiap manusia yang menginginkan kebahagiaan boleh menerapkan dan menggunakan metode meraih kebahagiaan sebagaimana yang dijelaskan dalam kitab Kimiyaus Sa'adah.<sup>52</sup> Metode meraih kebahagiaan yang ada dapat mengatasi segala permasalahan yang dialami oleh manusia. Bahkan tidak hanya permasalahan yang mampu diatasi, namun juga mampu merubah pandangan seseorang dalam menghadapi permasalahan. Setelah mempelajari kitab Kimiyaus Sa'adah dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari, level nafs manusia akan mengalami transformasi, yang awalnya berada pada tingkatan level *Nafs Al-Ammarah* menjadi tingkatan level *Nafs Al-Mutmainnah* sebab telah mampu mengontrol gejala *ghadab* dan *syahwat* dalam diri.<sup>53</sup>

---

<sup>50</sup> Firmansyah, *Psikologi Ghazalian: Formula Kebahagiaan*, 76.

<sup>51</sup> Abdul Awulloh et al., "Urgensi Pendidikan Karakter Dalam Menghadapi Era Society 5.0. Study Kasus Di UPTD SDN 4 Margadadi," in *Prosiding Dan Web Seminar (Webinar) "Standarisasi Pendidikan Sekolah Dasar Menuju Era Human Society 5.0"* (Cirebon: Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Muhammadiyah Cirebon, 2021), 348.

<sup>52</sup> Firmansyah, *Psikologi Ghazalian: Formula Kebahagiaan*, 76–79.

<sup>53</sup> Arsyad, *Kimiyaus Sa'adah Warrisalatul Wa'dhiyyah*.