

## ABSTRAK

**Indah Bunga Anggraini, NIM: 1711010066, dengan judul “Konsep Kebahagiaan dalam Buku Filosofi Teras (Analisis Psikologi, Islam, Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam)”. Skripsi, Kudus: Fakultas Tarbiyah Progam Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) IAIN Kudus, 2021.**

Pada Penelitian ini peneliti menganalisis mengenai konsep kebahagiaan yang terdapat dalam Buku Filosofi Teras menggunakan kajian Psikologi, Islam, serta Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Kebahagiaan adalah keadaan individu dengan perasaan senang dan tenang bebas dari segala yang menyusahakan. Menurut psikologi kebahagiaan merupakan kondisi psikologis yang positif, ditandai dengan tingginya emosi positif dan rendahnya emosi negatif. Sedangkan, menurut Islam kebahagiaan adalah manifestasi mengingat Allah, kebahagiaan dibagi menjadi dua yaitu kebahagiaan di dunia dan di akhirat. Kebahagiaan adalah fitrah manusia yang dapat diperjuangkan.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kepustakaan (*library research*), dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Subyek penelitian ini adalah Buku Filosofi Teras. Sumber data primer penelitian ini adalah Buku Filosofi Teras karya Henry Manampiring. Sumber data sekunder penelitian ini adalah buku, jurnal, dan sumber dokumentasi lain yang terkait. Data-data yang dikumpulkan menggunakan beberapa teknik yaitu studi kepustakaan dan dokumentasi.

Setelah data-data terkumpul dan dianalisis, hasil dari penelitian ini adalah 1) Konsep kebahagiaan pada buku Filosofi Teras memiliki tiga unsur utama yaitu hidup selaras dengan alam yang merupakan pendayagunaan akal sebagai satu-satunya yang membedakan manusia dengan makhluk lain, dikotomi kendali yaitu dapat memahami bahwa terdapat hal-hal yang ada dibawah kendali dan tidak dibawah kendali, kemudian mengendalikan interpretasi dan persepsi menggunakan teknik STAR. 2) Konsep kebahagiaan dalam Buku Filosofi Teras memiliki koherensi dengan konsep kebahagiaan menurut kajian Psikologi Modern yaitu Psikologi Positif yang dipopulerkan oleh Martin Seligman terletak pada unsur kebajikan karena keduanya sama-sama menjelaskan bahwa kebajikan yang meliputi; kebijaksanaan dan pengetahuan, kemanusiaan, keberanian, keadilan, kontrol diri sebagai jalan untuk mencapai kebahagiaan. Memiliki koherensi dengan kajian Islam yaitu dengan konsep empat keutamaan untuk mencapai kebahagiaan menurut pemikiran Filsuf Islam Al-Farabi yang terdapat dalam pembahasan Buku Filosofi Teras yaitu keutamaan teoritis, keutamaan berpikir, keutamaan moral, dan keutamaan berkreasi. Kemudian koherensinya dengan pemberian layanan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam terletak pada penyelesaian masalah dengan menggunakan konsep hidup selaras dengan alam, dikotomi kendali, mengendalikan interpretasi dan persepsi yang memiliki kesamaan dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Teraphy* dan *Cognitive Behavior Teraphy*. Konten-konten yang disajikan oleh buku Filosofi Teras dapat diterima dan diaplikasikan dalam pemberian layanan Bimbingan dan Konseling pada konseli di era milenial dan pesatnya penggunaan media sosial.

**Kata kunci: Konsep, Kebahagiaan, Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**