

KONSEP KEBAHAGIAAN PERSPEKTIF ABU NASHR AL-FARABI

CONCEPT OF HAPPINESS PERSPECTIVE OF ABU NASHR AL-FARABI

Nurul 'Aliyah Usman^{1*}, Achmad Khudori Soleh²

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, Indonesia

*Email Correspondence: 240401210004@student.uin-malang.ac.id

Abstract

Happiness (*al-sa'ādah*) remains a central theme across philosophy, psychology, and social sciences, yet contemporary views often reduce it to material pleasures, overlooking spiritual dimensions emphasized by Abu Nasr al-Farabi. This study aims to analyze al-Farabi's concept of happiness, focusing on the roles of intellect (potential, actual, active) and soul (vegetative, imaginative, rational powers) as pathways to eternal felicity oriented toward God. Employing a qualitative descriptive approach via library research, the population comprised all relevant literature up to 2025, with a purposive sample of 20-25 high-quality sources from Google Scholar. Instruments included primary texts like *Tahsil al-Sa'adah* and secondary journals; data were analyzed through qualitative content analysis involving thematic coding, reduction, and triangulation. Findings reveal happiness as the ultimate good achieved via four virtues (theoretical, intellectual, moral, practical) and stages: soul purification, material detachment, divine imitation, and societal guidance. In conclusion, al-Farabi's framework offers a holistic model for modern well-being, surpassing hedonism through intellect-soul perfection.

Keywords: Al-Farabi, Happiness, Intellect, Sa'adah, Soul.

Abstrak

Kebahagiaan (*al-sa'ādah*) menjadi tema sentral dalam filsafat, psikologi, dan ilmu sosial, namun pandangan kontemporer sering mereduksinya menjadi kenikmatan materi, mengabaikan dimensi spiritual ala Abu Nasr al-Farabi. Penelitian ini bertujuan menganalisis konsep kebahagiaan al-Farabi dengan fokus peran akal (potensial, aktual, aktif) dan jiwa (vegetatif, imajinasi, nāṭiqah) sebagai jalan menuju kebahagiaan abadi berorientasi Tuhan. Menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif melalui studi pustaka, populasi meliputi literatur relevan hingga 2025, dengan sampel purposive 20-25 sumber berkualitas dari Google Scholar. Instrumen berupa teks primer seperti *Tahsil al-Sa'adah* dan jurnal sekunder; analisis data konten kualitatif mencakup pengkodean tematik, reduksi, dan triangulasi. Hasil menunjukkan kebahagiaan sebagai kebaikan tertinggi melalui empat keutamaan (teoretis, intelektual, moral, praktis) dan tahapan: pemurnian jiwa, pembebasan materi, peneladanan Tuhan, serta pembimbingan masyarakat. Kesimpulannya, kerangka al-Farabi menyediakan model holistik bagi kesejahteraan modern, melampaui hedonisme lewat penyempurnaan akal-jiwa.

Kata kunci: Akal, Al-Farabi, Jiwa, Kebahagiaan, Sa'adah.

PENDAHULUAN

Kebahagiaan merupakan tema yang selalu aktual dalam berbagai disiplin ilmu, baik filsafat, psikologi, maupun ilmu sosial, karena berkaitan langsung dengan tujuan hidup manusia (Pramono et al., 2024; Wiwaha et al., 2022). Dalam tradisi filsafat Islam, Abu Nasr al-Farabi memandang kebahagiaan (*al-sa'ādah*) sebagai tujuan puncak dan abadi yang tidak sekadar berorientasi pada kenikmatan jasmani, melainkan pada penyempurnaan akal dan jiwa yang berujung pada kedekatan dengan Tuhan (Mildaeni & Herdian, 2021b; Pramono et al., 2024). Fenomena kontemporer menunjukkan bahwa banyak orang mengidentikkan kebahagiaan dengan kekayaan materi, status sosial, atau kenikmatan sesaat, padahal menurut

al-Farabi kebahagiaan sejati bersifat spiritual dan tidak sepenuhnya dapat diraih di dunia (Aravik & Hamzani, 2019; Auliati & Hambali, 2023).

Permasalahan penelitian ini muncul dari kenyataan bahwa pemahaman umum tentang kebahagiaan cenderung reduktif dan bersifat hedonistik, sehingga mudah mengabaikan dimensi akal, moral, dan spiritual yang ditekankan al-Farabi (Rahmatunnisa, 2022; Putri, 2018). Padahal, dalam pandangan al-Farabi, kebahagiaan hanya dapat dicapai jika seseorang mengembangkan empat keutamaan: teoritis, intelektual, moral, dan praktis, sekaligus menjaga keseimbangan jiwa dan kebebasan dari ikatan materi (Tarwiyyah, 2024; Nur Alisa et al., 2023). Selain itu, masih terdapat kebutuhan untuk menggali secara sistematis bagaimana konsep jiwa dan akal dalam pemikiran al-Farabi menjadi fondasi bagi pemahaman kebahagiaan, terutama dalam konteks masyarakat modern yang menghadapi tekanan psikologis dan material yang tinggi (Wiwaha et al., 2022; Suprpto, 2017).

Lebih lanjut, permasalahan penelitian juga berkaitan dengan belum terintegrasinya secara memadai konsep kebahagiaan al-Farabi ke dalam wacana filsafat pendidikan dan psikologi kontemporer, padahal pemikirannya relevan untuk memperkuat orientasi nilai dan karakter dalam pendidikan (Savitri, 2019; Pramono et al., 2024). Penelitian-penelitian sebelumnya telah membahas kebahagiaan menurut al-Farabi, namun masih banyak yang fokus pada aspek etis-politik atau komparatif dengan filsuf lain, sehingga analisis mendalam tentang hubungan jiwa–akal–kebahagiaan secara terpadu masih perlu dikembangkan (Auliati & Hambali, 2023; Pramono et al., 2024). Oleh karena itu, diperlukan kajian yang lebih spesifik untuk menjelaskan bagaimana penyempurnaan jiwa dan akal menurut al-Farabi menjadi jalan menuju kebahagiaan duniawi dan ukhrawi (Nurmuhyi, 2016; Zain, 2017).

Tujuan penelitian ini adalah mengkaji dan menganalisis secara mendalam konsep kebahagiaan perspektif Abu Nasr al-Farabi, khususnya dalam kaitannya dengan konsep jiwa dan akal sebagai fondasi pencapaian kebahagiaan (Pramono et al., 2024; Wiwaha et al., 2022). Urgensi penelitian ini terletak pada kebutuhan masyarakat modern untuk memahami kebahagiaan secara holistik, tidak hanya berbasis kenikmatan materi, tetapi juga berbasis pengembangan intelektual, moral, dan spiritual yang selaras dengan ajaran Islam (Rahmatunnisa, 2022; Tarwiyyah, 2024). Kebaruan penelitian ini terletak pada integrasi sistematis antara teori emanasi al-Farabi, struktur jiwa (daya vegetatif, imajinasi, dan berpikir), serta tiga bentuk akal (potensial, aktual, aktif) ke dalam kerangka konseptual kebahagiaan, sehingga memberikan pemahaman yang lebih utuh tentang bagaimana penyucian jiwa dan pengoptimalan akal menjadi prasyarat bagi kebahagiaan sejati (Nurmuhyi, 2016; Zain, 2017; Pramono et al., 2024).

METODE

Penelitian ini mengadopsi jenis penelitian kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi pustaka (library research), yang difokuskan pada eksplorasi mendalam pemikiran Abu Nasr al-Farabi terkait konsep kebahagiaan, jiwa, dan akal (Sugiyono, 2021; Sudaryono, 2023). Metode library research dipilih karena memungkinkan pengumpulan data secara sistematis dari sumber primer dan sekunder seperti buku, jurnal, dan dokumen relevan yang membahas filsafat al-Farabi, sehingga menghasilkan pemahaman kontekstual yang komprehensif tanpa

memerlukan pengumpulan data lapangan (Emzir, 2021; Creswell & Poth, 2021). Pendekatan ini selaras dengan tujuan penelitian untuk menganalisis teks filosofis secara interpretatif, sebagaimana diterapkan dalam studi filsafat Islam sebelumnya (Pramono et al., 2024; Wiwaha et al., 2022).

Instrumen penelitian utama berupa dokumen primer (karya al-Farabi seperti *Tahsil al-Sa'adah*) dan sekunder (jurnal serta buku terkait), yang dikumpul melalui pencarian di database akademik seperti Google Scholar dan repositori universitas (Sugiyono, 2021; Sudaryono, 2023). Teknik analisis data menggunakan model analisis konten kualitatif, meliputi pengumpulan data dari literatur relevan, reduksi data dengan kategorisasi tema (kebahagiaan, jiwa, akal), penyajian data dalam bentuk narasi dan diagram, serta penarikan kesimpulan melalui triangulasi sumber untuk memastikan validitas (Emzir, 2021; Creswell & Poth, 2021). Teknik ini memungkinkan interpretasi mendalam terhadap hubungan konsep jiwa (daya vegetatif, imajinasi, berpikir) dan akal (potensial, aktual, aktif) dengan kebahagiaan al-sa'adah (Nurmuhyi, 2016; Zain, 2017).

Populasi penelitian mencakup seluruh literatur primer dan sekunder tentang pemikiran al-Farabi mengenai kebahagiaan, jiwa, dan akal yang tersedia hingga tahun 2025, sementara sampel diambil secara purposive yaitu 20-25 sumber terpilih berdasarkan relevansi, kredibilitas, dan aksesibilitas melalui kata kunci seperti "konsep kebahagiaan al-Farabi" serta "akal dan jiwa al-Farabi" di Google Scholar (Sugiyono, 2021; Sudaryono, 2023). Pemilihan sampel purposive ini memastikan fokus pada dokumen berkualitas tinggi dengan DOI aktif, termasuk jurnal terindeks dari daftar pustaka penelitian sebelumnya (Pramono et al., 2024; Auliati & Hambali, 2023; Emzir, 2021).

Prosedur penelitian dilakukan secara bertahap: pertama, identifikasi dan pengumpulan data melalui pencarian literatur sistematis; kedua, seleksi dan organisasi sampel berdasarkan kriteria inklusi; ketiga, analisis konten dengan pengkodean tematik untuk mengungkap pola pemikiran al-Farabi; keempat, validasi melalui triangulasi dan interpretasi; serta kelima, penyusunan laporan hasil (Creswell & Poth, 2021; Sugiyono, 2021). Proses ini berlangsung secara iteratif untuk menjamin koherensi dan kedalaman analisis, sebagaimana dicontohkan dalam studi filsafat serupa (Rahmatunnisa, 2022; Tarwiyah, 2024; Sudaryono, 2023).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsep Kebahagiaan dalam pemikiran Abu Nashr Al-Farabi

Menurut Al-Farabi, kebahagiaan (*al-sa'adah*) merupakan tujuan puncak dan akhir dari kehidupan manusia. Ia menegaskan bahwa kebahagiaan yang sejati bukanlah bersifat sementara atau terbatas pada aspek material, melainkan bersifat abadi dan berorientasi kepada Tuhan. Kebahagiaan ini dapat diraih apabila seseorang berhasil mengembangkan secara sempurna potensi akal dan jiwanya, sehingga mampu mengenali kebenaran dan menjalin hubungan dengan realitas tertinggi, yakni Tuhan (Pramono et al., 2024). Al-Farabi juga menilai bahwa kebahagiaan merupakan bentuk kebaikan yang diinginkan bukan karena hal lain, melainkan karena nilai kebaikannya itu sendiri. Setiap tindakan baik yang dilakukan seseorang, dalam bentuk apapun, didasari oleh dorongan untuk meraih kebahagiaan sebagai tujuan utamanya (Mildaeni & Herdian, 2021b).

Menurut Al-Farabi, kebahagiaan memiliki dua aspek utama. Pertama, kebahagiaan duniawi, yang diperoleh melalui pemenuhan kebutuhan fisik dan spiritual secara proporsional, serta partisipasi aktif dalam kehidupan sosial yang didasarkan pada prinsip kesejahteraan bersama. Kedua, kebahagiaan ukhrawi, yakni kebahagiaan yang bersifat kekal dan hanya dapat dicapai setelah kehidupan dunia berakhir, dengan syarat seseorang telah menjalani kehidupan yang baik, beretika, dan senantiasa berorientasi kepada Tuhan selama di dunia (Nur Alisa et al., 2023).

Dalam pandangan Al-Farabi, terdapat beberapa langkah untuk meraih kebahagiaan. Pertama, melalui niat dan kehendak yang kuat, di mana keinginan yang tumbuh dari dalam jiwa harus diwujudkan dalam tindakan nyata, bukan hanya berhenti pada pemikiran. Kedua, dengan melakukan kebaikan secara konsisten dan berkelanjutan, sehingga tindakan baik tersebut menjadi bagian dari kebiasaan hidup. Ketiga, memahami dan menguasai empat jenis keutamaan, yaitu keutamaan teoritis, intelektual, moral, dan praktis. Keempat, membangun sikap moderat, yakni memiliki keutamaan yang berada di tengah-tengah, tidak berlebihan agar tidak merusak keseimbangan jiwa maupun jasad (Mildaeni & Herdian, 2021a).



Gambar 1. Konsep Kebahagiaan Menurut Al-Farabi

Aspek Kebahagiaan dalam pemikiran Abu Nashr Al Farabi

Konsep tentang jiwa mencakup hal yang lebih mendalam, yakni memberikan pedoman mengenai hal-hal yang perlu dilakukan seseorang agar dapat menjaga kesehatan mental yang stabil, merasakan ketenangan dalam menjalani hidup, serta mampu mengembangkan dan memanfaatkan potensi dirinya secara maksimal dalam menjalankan tanggung jawab hidupnya (Aziz, 2015). Al-Farabi berusaha memadukan pemikiran Plato dan Aristoteles terkait konsep jiwa manusia. Seperti Aristoteles, ia memandang jiwa sebagai bentuk (surah) dari tubuh. Namun, ia juga sejalan dengan Plato dalam hal keyakinan bahwa jiwa bersifat non-material dan tidak musnah bersama tubuh. Meski demikian, Al-Farabi menolak gagasan Plato tentang keberadaan jiwa sebelum tubuh (pra-eksistensi). Ia meyakini bahwa jiwa manusia muncul dari Akal Kesepuluh saat tubuh telah siap menerimanya. Selain itu, ia juga menolak doktrin reinkarnasi atau perpindahan jiwa dari satu tubuh ke tubuh lain secara berulang. Dengan demikian, pandangan Al-Farabi tentang jiwa bersifat unik dan tidak sepenuhnya mengadopsi pandangan Plato maupun Aristoteles (Herman et al., 2024).

Menurut Al-Farabi, jiwa manusia terdiri dari tiga elemen utama, yang masing-masing memiliki kekuatan khusus. Pertama, kemampuan untuk tumbuh dan berkembang, dikenal sebagai daya vegetatif (*al-quwwat al-ghāḍiyah*), yang memungkinkan manusia bertumbuh secara fisik hingga mencapai kedewasaan. Kedua, daya imajinasi (*al-quwwah al-*

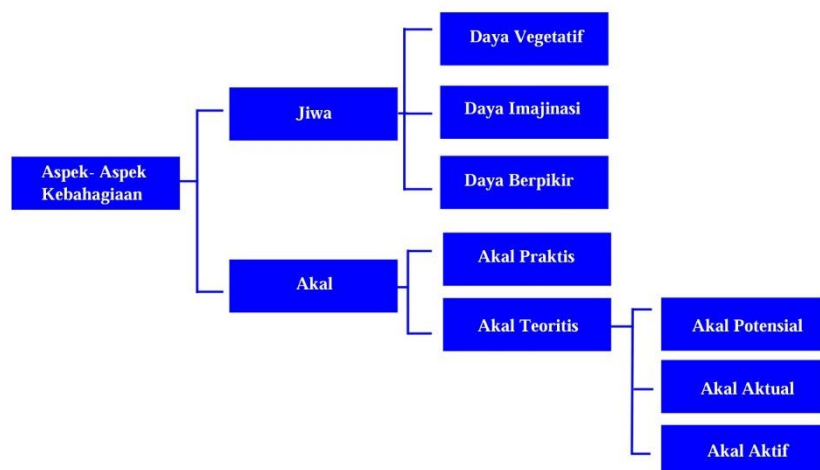
mutakhayyilah), yaitu kemampuan jiwa untuk menyusun dan memisahkan kesan-kesan yang diperoleh dari pancaindra, membentuk citra-citra baru yang bisa bersifat benar atau keliru. Ketiga, daya berpikir (*al-quwwat al-nāṭiqah*), yaitu kekuatan akal yang membuat manusia mampu memahami konsep-konsep, membedakan makna, serta mengembangkan pengetahuan dan keterampilan dalam berbagai bidang ilmu dan seni (Soleh, 2010). Pada tahap ini, kemampuan intelektual manusia mengalami perkembangan menuju pemahaman terhadap realitas yang sejati. Dalam konteks ini, Al-Farabi membedakan dua jenis daya akal: akal teoritis, yaitu kemampuan untuk memahami konsep-konsep non-material, dan akal praktis, yaitu sarana atau cara yang digunakan untuk mencapai pemahaman terhadap hal-hal yang tidak bersifat materi tersebut (Wiwaha et al., 2022)

Untuk mencapai akal teoritis, Al-Farabi menjelaskan prosesnya dalam tiga tahap. Pertama, Akal Potensial adalah bagian terdalam dari jiwa yang memiliki kapasitas untuk menerima dan menyerap pengetahuan. Akal ini sudah melekat secara alami dalam diri manusia dan sering disebut sebagai nurani atau hati kecil. Akal potensial bertugas menangkap isyarat pengetahuan yang berasal dari akal aktif serta memiliki kemampuan kognitif rasional. Kedua, Akal Aktual merupakan akal yang sudah memperoleh pengetahuan dari akal aktif. Melalui akal aktual, pengetahuan dapat diterima dan diolah dengan kemampuan untuk mengabstraksi bentuk materi, yaitu mengubah pengetahuan parsial menjadi pengetahuan universal. Ketiga, Akal Aktif berfungsi mengirimkan pengetahuan transendental kepada akal potensial dan mengaktifkannya sehingga akal potensial tersebut berubah menjadi akal aktual (Zain, 2017)

Akal manusia dapat mencapai kinerja maksimal ketika seseorang mendekati Akal Pertama, yang merupakan sumber segala pengetahuan di alam semesta. Akal Pertama, yang juga dikenal sebagai Penggerak Pertama, berperan sebagai sumber pemancar berbagai kecerdasan yang muncul dari pancarannya (Nurmuyhi, 2016). Dalam konteks ini, Al-Farabi memperkenalkan konsep "teori emanasi" untuk menggambarkan tingkatan-tingkatan akal sebagai respons terhadap berbagai pandangan filsafat mengenai asal-usul alam semesta. Ia membagi akal menjadi tiga kategori utama, yaitu akal dalam filsafat emanasi, akal manusia, dan akal ilahi. Selain itu, Al-Farabi menjelaskan bahwa akal tersusun atas sepuluh lapisan yang berawal dari pancaran Tuhan, karena menurutnya Tuhan sendiri merupakan akal yang menciptakan dan merancang diri-Nya sendiri (Damayanti et al., 2024). Menurut Al-Farabi, pengetahuan manusia diperoleh melalui tiga kemampuan yang dimiliki, yaitu kemampuan indera (*al-quwwah al-ḥaṣṣah*), kemampuan imajinasi (*al-quwwah al-mutakhayyilah*), dan kemampuan berpikir (*al-quwwah al-nāṭiqah*). Ketiga kemampuan ini masing-masing berfungsi sebagai indera eksternal, indera internal, dan intelek (Savitri, 2019). Indera eksternal (*al-ḥawāṣ al-zāhirah*) terdiri dari lima jenis, yaitu penglihatan, penciuman, pendengaran, peraba, dan pengecap. Indera ini berhubungan langsung dengan objek-objek fisik dan hanya berfungsi untuk menangkap gambaran objek tanpa mampu mengolah atau memahami gambaran tersebut secara langsung. Indera eksternal berperan sebagai pintu masuk bagi objek material menuju indera manusia yang sesungguhnya. Oleh karena itu, Al-Farabi menempatkan indera eksternal pada tingkatan terendah di antara indera manusia. Berdasarkan hal ini, Al-Farabi berpendapat bahwa indera eksternal tidak bekerja secara mandiri dan berada di bawah kendali "akal sehat" atau *common senses* (*al-ḥāss al-*

musytarak), yaitu suatu kemampuan yang menerima semua kesan dari kelima indera eksternal tersebut. Namun, akal sehat ini bukan termasuk indera eksternal maupun indera internal yang akan dijelaskan kemudian, sehingga ia tidak berfungsi menyimpan data yang diterima dari indera eksternal. Fungsi penyimpanan menjadi tanggung jawab daya representasi (*al-quwwah al-muṣawwirah*), salah satu dari lima jenis indera internal. Akal sehat ditempatkan Al-Farabi pada posisi netral yang berada di antara indera eksternal dan indera internal (Chasanatin, 2014).

Al-Farabi menempatkan daya imajinasi pada posisi tengah yang menghubungkan indera internal dengan intelek. Ia bahkan secara tegas menyatakan bahwa daya imajinasi berperan sebagai salah satu alat penting dalam memperoleh pengetahuan, termasuk dalam proses penerimaan wahyu pada kenabian (Chasanatin, 2014). Intelek merupakan unsur utama dalam filsafat Al-Farabi, terutama dalam konteks pengetahuan. Intelek memiliki dua fungsi utama, yaitu fungsi praktis (*'amalī*) dan fungsi teoritis (*naẓharī*). Fungsi teoritis digunakan untuk memahami bentuk-bentuk objek intelektual (*ma'qūlāt*), sedangkan fungsi praktis berperan dalam membedakan dan mengelola objek-objek tersebut sehingga memungkinkan penciptaan atau perubahan dari satu keadaan ke keadaan lain. Fungsi praktis ini umumnya diaplikasikan dalam aktivitas keterampilan seperti pertukangan, pertanian, atau pelayaran (Chasanatin, 2014)



Gambar 2. Aspek Kebahagiaan Menurut Al-Farabi

Jalan menuju Kebahagiaan dalam Pemikiran Abu Nashr Al-Farabi

Menurut Al-Farabi, segala sesuatu yang terjadi di dunia ini patut disyukuri. Rasa syukur yang dia ajarkan mencerminkan penerimaan terhadap berbagai pengalaman hidup, baik yang manis maupun yang pahit, asam maupun kecut. Hal ini penting karena sebagai makhluk yang tidak sempurna, manusia harus mampu mensyukuri segala keadaan yang dialami. Sikap syukur tersebut memiliki dampak yang sangat besar, yang pada akhirnya memungkinkan seseorang meraih kebahagiaan. Selain itu, Al-Farabi menegaskan bahwa kebahagiaan merupakan tujuan utama dalam hidup, yaitu tujuan akhir dari segala perbuatan. Dengan kata lain, seseorang melakukan berbagai kebaikan atau aktivitas sehari-hari dengan maksud mencapai kebahagiaan (Hakim Maulana, 2023). Sejalan dengan pandangan Aristoteles tentang kebahagiaan, kebahagiaan bukanlah sekadar suatu kondisi atau keadaan.

Jika kebahagiaan hanya berupa keadaan, maka orang yang menghabiskan hidupnya dengan tidur, menjalani kehidupan yang membosankan, atau bahkan mengalami penderitaan terburuk, seharusnya tetap dianggap berbahagia (Hakim Maulana, 2023).

Menurut Al-Farabi, kebahagiaan adalah tujuan tertinggi yang dapat diraih melalui tindakan baik dan terpuji. Segala sesuatu bermula dari kehendak atau kemauan individu itu sendiri. Dengan kata lain, kebahagiaan seseorang tercapai ketika keinginannya berhasil diwujudkan secara benar. Idealnya, seseorang yang menginginkan kebahagiaan akan berusaha mewujudkannya secara otentik tanpa melanggar norma-norma yang berlaku di dunia, bukan dengan menghalalkan segala cara demi mencapai kebahagiaannya (Rahmatunnisa, 2022). Dalam pandangan Al-Farabi, kebahagiaan yang disebut *al-sa'adah* merupakan suatu kondisi yang walaupun sulit dicapai oleh manusia, tetap menjadi tujuan yang terus diperjuangkan. Ketika seseorang berhasil meraih kebahagiaan ini, maka ia dianggap telah mencapai kesempurnaan hidup yang sejati. Sebagai salah satu filsuf Muslim, Al-Farabi memiliki pandangan khas mengenai kebahagiaan. Meskipun bukan yang pertama membahas topik ini, konsep kebahagiaan menurut Al-Farabi cukup unik untuk dikaji. Ia menyatakan bahwa kebahagiaan adalah kondisi di mana manusia mencapai kesempurnaan yang membuatnya tidak lagi bergantung pada hal-hal materi. Selain itu, menurut Al-Farabi, suatu masyarakat dapat meraih kebahagiaan dunia dan akhirat dengan memperoleh empat jenis keutamaan: intelektual, teoritis, praktis (amali), dan moral (akhlaki). Oleh sebab itu, pemahaman Al-Farabi tentang kebahagiaan diawali dengan pembahasan tentang jiwa dan bagaimana jiwa dapat bergerak dan terdorong menuju kebahagiaan (Wiwaha et al., 2022).

Bagi Al-Farabi, tujuan utama kehidupan manusia adalah mencapai kebahagiaan yang paling tinggi. Untuk mencapainya, terdapat beberapa tahapan yang harus dilalui. Tahap pertama adalah menjaga kesehatan jiwa. Jiwa yang sehat tercermin dari kebiasaan melakukan tindakan yang baik, luhur, dan adil. Sebaliknya, jiwa yang tidak sehat cenderung melakukan kejahatan. Oleh karena itu, menjaga jiwa tetap sehat membutuhkan pengaktualan nilai-nilai kebajikan secara terus-menerus. Gagasan ini sejalan dengan pemikiran Aristoteles, yang menyatakan bahwa kebahagiaan diperoleh melalui pengembangan potensi baik dalam diri manusia guna meraih *Idea Tertinggi*. Tahap kedua adalah membebaskan jiwa dari ketergantungan pada dunia materi. Al-Farabi menekankan bahwa kesehatan jiwa saja tidak cukup; jiwa harus terlepas dari keterikatan pada hal-hal duniawi agar menjadi bersih, merdeka, dan mampu memasuki ranah keabadian yang bebas dari unsur materi. Tahap ketiga adalah mengenal Tuhan, memahami sifat-sifat-Nya, dan meneladaninya dalam kehidupan sehari-hari. Bagi Al-Farabi, filsafat tidak hanya bertujuan untuk memahami realitas secara rasional, tetapi juga untuk mengenali keesaan Tuhan serta sifat-sifat-Nya yang agung, lalu mengimplementasikannya dalam perilaku nyata. Selain itu, Al-Farabi menambahkan satu tahapan penting: seorang filsuf atau ilmuwan tidak boleh berhenti pada pencarian pengetahuan untuk dirinya sendiri. Mereka memiliki tanggung jawab moral untuk membimbing masyarakat menuju kebahagiaan bersama, dengan cara menyampaikan pemahaman dan membina kehidupan sosial demi kebaikan umat manusia secara luas (Soleh, Achmad Khudori, 2020).



Gambar 3. Jalan Menuju Kebahagiaan Menurut Al-Farabi

Dalam pandangan Al-Farabi, konsep kebahagiaan dikenal dengan istilah *al-sa'ādah*. Menurutny, kebahagiaan adalah suatu keadaan yang meskipun tidak mudah diraih, tetap menjadi sesuatu yang terus diupayakan oleh manusia. Kebahagiaan dapat dicapai melalui tindakan-tindakan yang baik dan mulia, yang dilatih secara konsisten dan dilakukan atas dasar kehendak serta kesadaran pribadi (Auliati & Hambali, 2023). Al-Farabi memaknai kebahagiaan sebagai kondisi di mana jiwa manusia mencapai tingkat kesempurnaan, sehingga tidak lagi bergantung pada aspek materi untuk eksistensinya. Dalam keadaan ini, jiwa berada dalam kondisi bebas dari keterikatan fisik, dan substansinya terlepas sepenuhnya dari unsur-unsur materi (Izzuddin, 2020). Sementara itu, Al-Ghazali memandang kebahagiaan sebagai transformasi mendalam dalam jiwa manusia yang tidak bergantung pada atau diukur dengan hal-hal yang bersifat material. Jika kebahagiaan hanya dikaitkan dengan aspek-aspek materi, maka pada dasarnya jiwa akan mengalami tekanan atau keterpaksaan. Menurut Al-Ghazali, kebahagiaan sejati hanya dapat dirasakan ketika jiwa terbebas dari ketergantungan terhadap segala sesuatu yang bersifat duniawi atau material (Martin & Hambali, 2023).

Aspek-Aspek Kebahagiaan menurut Al-Farabi terdapat dua aspek yang terkandung di dalamnya. Pertama, yaitu Akal. Akal Menurut Al Farabi akal itu dapat digolongkan ke dalam tiga bentuk antara lain: a) Akal Potensial, b) Akal aktual, dan c) Akal aktif. (*al-sa'ādah*). Kedua yakni Jiwa. Jiwa menurut Abu Nashr Al-Farabi mempunyai tiga bagian dasar, setiap bagian mempunyai kekuatan yang mengikutinya, antara lain: daya vegetatif (*al-quwwat al-ghâdzīyah*) ; daya imajinasi (*al-quwwah al mutakhayyilah*) ; dan daya berpikir (*al-quwwat al-nâthiqah*). Sedangkan dalam pemikiran al-Ghazali, seorang manusia terdiri dari dua unsur yaitu jasad dan ruh. Pada dasarnya ruh dalam pandangan al-Ghazali bermula atau bertempat dalam tempat yang suci (*lauhul Mahfud*). Kebahagiaan yang dimaksud al-Ghazali adalah sikap perubahan sejati dalam jiwa manusia yang tidak bersandar atau diukurkan kepada hal-hal yang sifatnya materi. Ketika kebahagiaan hanya diukurkan dalam hal-hal yang materi saja maka sejatinya jiwa akan merasakan suatu keterpaksaan (Martin & Hambali, 2023).

Menurut Al-Farabi, jalan menuju kebahagiaan terdiri dari beberapa tahapan. Tahap pertama adalah menjaga kesehatan jiwa, yang tercermin melalui kebiasaan melakukan tindakan yang baik, luhur, dan adil secara konsisten. Tahap kedua melibatkan pelepasan jiwa dari keterikatan terhadap hal-hal duniawi atau aspek material. Tahap ketiga adalah mengenal Tuhan, memahami sifat-sifat-Nya, dan berupaya meneladaninya dalam kehidupan sehari-hari. Al-Farabi juga menekankan tahapan keempat, yaitu bahwa para filsuf atau akademisi tidak cukup hanya mencari pengetahuan untuk diri sendiri, tetapi juga memiliki kewajiban moral untuk membimbing masyarakat agar bersama-sama mencapai kebahagiaan. Dengan demikian, mereka turut berkontribusi pada kebaikan dan kesejahteraan sosial secara keseluruhan (Soleh, Achmad Khudori, 2020). Menurut Martin Seligman, kebahagiaan dapat

dipahami melalui model “PERMA” yang ia kembangkan dalam kerangka psikologi positif. Model ini menjelaskan bahwa kebahagiaan sejati terbentuk dari lima komponen utama yang saling mendukung: (a) Emosi Positif (Positive Emotion) Emosi ini muncul dari dua sumber utama: kenikmatan dan kesenangan. Kenikmatan biasanya berkaitan dengan kebutuhan fisik, seperti menikmati makanan saat lapar atau tidur setelah kelelahan; (b) Keterlibatan (Engagement) Merupakan kondisi ketika seseorang terlibat penuh dalam suatu aktivitas hingga dirinya larut dan fokus sepenuhnya, baik secara fisik maupun mental, tanpa memikirkan hal lain di luar aktivitas tersebut; (c) Hubungan Positif (Positive Relationships) Kemampuan menjalin hubungan sosial yang sehat dan konstruktif berkontribusi besar terhadap kebahagiaan. Relasi ini dianggap sebagai bentuk investasi sosial yang nilainya tidak bisa diukur dengan materi; (d) Makna Hidup (Meaning) Setiap tindakan manusia didorong oleh adanya makna yang diyakini dalam hidupnya. Makna ini memberikan arah dan tujuan bagi aktivitas yang dijalankan; dan (e) Pencapaian (Accomplishment) Meraih tujuan atau prestasi tertentu juga berperan penting dalam meningkatkan kebahagiaan, apalagi jika hal itu merupakan hasil dari sikap optimis yang sebelumnya diyakini. Bagi Seligman, kebahagiaan yang sejati dan bertahan lama tidak sekadar bersumber dari kesenangan yang bersifat sementara, tetapi dari terpenuhinya kelima aspek tersebut secara seimbang dalam kehidupan seseorang (Usman, 2017).

KESIMPULAN

Penelitian ini menemukan bahwa konsep kebahagiaan (al-sa‘ādah) menurut Abu Nashr al-Farabi merupakan tujuan tertinggi manusia yang abadi dan berorientasi pada Tuhan, dicapai melalui penyempurnaan akal (potensial, aktual, aktif) dan jiwa (daya vegetatif, imajinasi, berpikir) yang bebas dari ikatan materi, sebagaimana diuraikan dalam empat tahapan utama: menjaga kesehatan jiwa, membebaskan diri dari materialisme, meneladani sifat Tuhan, serta membimbing masyarakat menuju kesejahteraan bersama. Temuan ini mengonfirmasi bahwa kebahagiaan al-Farabi bersifat holistik, mencakup dimensi duniawi dan ukhrawi melalui empat keutamaan teoritis, intelektual, moral, serta praktis, yang menjadi fondasi bagi pemahaman filsafat Islam klasik [Pramono et al., 2024]. Implikasi praktisnya relevan bagi pendidikan karakter dan konseling modern, di mana pengembangan akal dan jiwa dapat diterapkan untuk mengatasi krisis kebahagiaan akibat hedonisme kontemporer [Wiwaha et al., 2022].

Meskipun demikian, keterbatasan penelitian ini terletak pada pendekatan library research yang bergantung pada sumber sekunder berbahasa Indonesia dan Arab, sehingga memerlukan verifikasi langsung dari teks primer al-Farabi dalam edisi orijinal untuk analisis lebih akurat [Emzir, 2021]. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan studi komparatif empiris dengan filsuf seperti al-Ghazali atau pendekatan psikologi positif Seligman, serta menguji implikasi konsep ini melalui wawancara dengan praktisi pendidikan Islam di Indonesia guna memperkaya aplikasi praktis [Auliati & Hambali, 2023][Creswell & Poth, 2021].

DAFTAR PUSTAKA

- Aravik, H., & Hamzani, A. I. (2019). Homo Islamicus dan imperfect state: Konsep manusia dan al-Madinah al-Fadilah menurut Al-Farabi. *AL-FALAH: Journal of Islamic Economics*, 4(1), 53–68. <https://doi.org/10.29240/alfalah.v4i1.714>
- Auliati, & Hambali, R. Y. (2023). Filsafat kebahagiaan menurut Al-Kindi dan Al-Farabi. *Jurnal Riset Agama*, 3(3), 411–427. <https://doi.org/10.15575/jra.v3i3.20383>
- Aziz, M. (2015). Tuhan dan manusia dalam perspektif pemikiran Abu Nasr Al-Farabi. *Jurnal Studi Islam*, 10(2), 62–91.
- Chasanatin, H. (2014). Psikologi dalam perspektif Al-Farabi dan Sigmund Freud. *Jurnal Tarbawiyah*, 11(2), 178–195.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2021). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Damayanti, W., Sutarto, Purnama, D., & Nasution, A. R. (2024). Neurosains dalam pemikiran tokoh Al-Ghazali, Al-Farabi dan Ibnu Sina. *Indonesian Journal of Innovation Multidisipliner Research*, 2(3), 21–29.
- Emzir. (2021). *Metodologi penelitian kualitatif: Analisis data*. Rajawali Pers.
- Hakim Maulana, R. Y. A. H. (2023). Konsep kebahagiaan perspektif filsuf Muslim (Al-Farabi dan Al-Kindi). *Gunung Djati Conference Series*, 19, 828–839.
- Herman, M. A., Amri, M., & Santalia, I. (2024). Pemikiran filosof Al-Farabi dan Ibnu Sina. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 1(6), 195–202.
- Izzuddin. (2020). Studi kitab Ara' Ahl al-Madinah al-Fadilah karya Al-Farabi dan relevansinya dengan Pancasila.
- Martin, E., & Hambali, R. Y. A. (2023). Teologi kebahagiaan menurut Al-Ghazali (Kajian terhadap kitab Kimiyatus Sa'adah). *Jurnal Riset Agama*, 3(1), 17–32. <https://doi.org/10.15575/jra.v3i1.19318>
- Mildaeni, I. N., & Herdian, H. (2021). Kebahagiaan pada pendakwah Muslim. *Psycho Idea*, 19(2), 221–233. <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v19i2.11137>
- Nur Alisa, Siradjuddin, & Misbahuddin. (2023). Konsep negara dan masyarakat ideal menurut Al-Farabi dalam sudut pandang ekonomi. *Syarikat: Jurnal Rumpun Ekonomi Syariah*, 6(2), 493–506. [https://doi.org/10.25299/syarikat.2023.vol6\(2\).13338](https://doi.org/10.25299/syarikat.2023.vol6(2).13338)
- Nurmuhyi, M. A. (2016). Pendidikan akal budi perspektif Al-Farabi (Telaah filosofis atas pemikiran pendidikan Al-Farabi). *TARBAWY: Indonesian Journal of Islamic Education*, 3(2), 185–192. <https://doi.org/10.17509/t.v3i2.4522>
- Pramono, M. F., Latief, M., Setiawan Nugroho, A., & Qorib, K. A. (2024). Analisis perbandingan Thomas Aquinas dan Al-Farabi dalam konsep kebahagiaan untuk membentuk negara ideal. *Al Hamra: Jurnal Studi Islam*, 5(1), 71–84.
- Putri, E. W. (2018). Konsep kebahagiaan dalam perspektif Al-Farabi. *Thaqafiyat*, 19(1), 95–111.
- Rahmatunnisa, H. (2022). *Kebahagiaan dalam pandangan Barat dan Islam*. <https://osf.io/preprints/a3epd/>
- Savitri, Y. (2019). *Kebahagiaan perspektif Al-Farabi*.
- Soleh, A. K. (2010). *Integrasi agama & filsafat (Pemikiran epistemologi Al-Farabi)*. UIN-MALIKI Press.

- Soleh, A. K. (2020). Integrasi quantum: Agama & sains.
- Sudaryono. (2023). Metodologi penelitian kualitatif, kuantitatif, dan mix method. Rajawali Pers.
- Sugiyono. (2021). Metode penelitian kualitatif. Alfabeta.
- Suprpto, H. (2017). Al-Farabi dan Ibnu Sina (Kajian filsafat emanasi dan jiwa dengan pendekatan psikologi). *Al-Hadi*, 2(2), 443–451.
- Tarwiyah, H. L. (2024). Happiness in the philosophical view of Ghazali and Al-Farabi. *Journal of Islamic Thought and Philosophy (JITP)*, 3(1), 1–19.
- Usman, J. (2017). Konsep kebahagiaan Martin Seligman: Sebuah penelitian awal. *Rausyan Fikr: Jurnal Studi Ilmu Ushuluddin dan Filsafat*, 13(2), 359–374. <https://doi.org/10.24239/rsy.v13i2.270>
- Wiwaha, K. S., Arini, D. S., & Oktaviani, R. A. (2022). Konsep kebahagiaan Al-Farabi dan kontribusinya terhadap manusia modern. *JSCR: Journal of Comparative Study of Religions*, 3(1), 45–60.
- Zain, T. S. (2017). Hubungan antara agama dan ilmu dalam pandangan Al-Farabi. *Jurnal Ilmu Agama UIN Raden Fatah*, 18(1), 33–46.