

BAB IV ANALISIS

A. Penghayatan Nilai-nilai Kitab *Al-Hikam*

Kitab *al-Hikam* karangan Ibn Atthaiillah al-Sakandari, bisa dianggap sebagai buku teks yang perlu dipelajari oleh orang-orang yang ingin mempelajari dan mendalami ilmu tasawuf, serta berjalan pada jalan kerohanian. Di dalamnya terkandung kata-kata hikmah yang dapat dijadikan petunjuk jalan menuju Allah SWT dan mencapai kerindlaan-Nya. Pendalaman nilai-nilai kitab *al-Hikam*, diharapkan dapat memberi rangsangan kepada kita semua untuk menempuh kembali kepada jalan kebenaran, yaitu dengan usaha mendekatkan diri kepada Allah SWT, sehingga diharapkan agar menjadi seseorang yang beriman dan bertakwa kepada Allah SWT.

Penghayatan nilai-nilai kitab *al-Hikam* pada khususnya adalah meningkatkan keimanan dan ketakwaan, serta menjadikan pembersih rohani bagi jiwa. Allah SWT telah menganugerahkan kepada hamba-Nya hati yang bening. Hati yang di dalamnya telah hidup cahaya keimanan, yang merasa sedih kala iman dan taat hilang, serta menyesal bila melakukan kemaksiatan.

Kebeningan hati merupakan perpaduan untuk melahirkan perbuatan yang indah dalam hidup. Hati yang hidup dan arif akan nampak jelas pada pemilik wajah dan perilaku pemiliknya, hati yang jauh dari dosa dan maksiat, akan tampak pula dalam pembicaraannya. Ucapan seorang yang bening hati, akan terlihat dengan jelas dalam setiap susunan kata-katanya. Hatinya terbuka oleh iman, yang menunjukkan bunyi pada kalimat yang diucapkan seseorang menjadi tulus, jujur, ikhlas, dan tidak berbelit. Jika hati bersih dari kekotoran, suci dari kehidupan duniawi, dan memancar darinya cahaya, maka tutur kata dan percakapannya yang disampaikan mengeluarkan cahaya yang masuk ke dalam telinga orang yang mendengarkan nasihat dan seruannya. Hati orang yang mendengar menjadi tersentuh dan terbukalah hati nurani mereka untuk mencintai seruan Allah SWT yang menjadi kekasih mereka.

Oleh karena setiap kalimat yang diucapkan oleh seorang hamba yang keluar dari hatinya sendiri, dengan karunia hidayah Allah SWT pula menerima dengan hati nuraninya. Manusia ketika mendengar nasihat dan tutur kata seseorang tidak semata-mata menginginkan ilmu yang akan disampaikan, tetapi lebih dari sekedar ilmu, yakni sentuhan dan getaran nurani yang mampu menggerakkan dan menyandarkan jiwa, perilaku dan pikiran manusia. Sebaliknya, hati yang hitam pekat tertutup oleh noda akan terbias dari semua kalimat yang diucapkannya, tak bisa ditutup-tutupi. Hati yang tertutup dari keimanan akan menumbuhkan kejelekan dan kemaksiatan.

Betapa hati manusia akan menyinarkan cahaya, bila cermin hati kita bersih. Ada cahaya Allah SWT yang diijinkan masuk menempati hati. Ada cahaya Allah SWT yang akan menempel pada bagian luar hati, ada cahaya Allah SWT yang masuk di dalam hati, yang menempel dihati itulah Islam dan yang berada dalam hati itu adalah iman.

Cahaya Allah SWT yang hanya menempel di hati adalah sifat manusia telah menjadi muslim, akan tetapi belum berkonsentrasi sepenuhnya kepada Allah SWT. Pikirannya belum tertuju utuh kepada Allah SWT, ia masih mudah terpengaruh oleh lingkungan alam dan sekitarnya. Sedangkan cahaya yang masuk ke dalam hati, telah menjadi satu di dalam hati hamba Allah SWT. Ia telah berkonsentrasi pada keimanannya. Hati dan pikirannya hanya tertuju kepada Allah SWT dan mencintai Maha Pencipta. Ia beribadah hanya kepada Allah SWT semata. Ia juga beramal sebagai manusia dunia lainnya akan tetapi ia tidak mengikat diri dengan dunia.

Syekh Ibn Attailah berkata: “Allah menerangi alam lahir dengan cahaya makhluk-Nya, dan menerangi relung bathin dengan cahaya sifat-Nya, karena itulah cahaya alam lahir terbenam, sementara cahaya hati dan relung bathin tak akan terbenam. Sesungguhnya matahari siang terbenam kala malam, namun matahari hati tiada pernah terbenam.”¹

¹ Syekh Fadhlalla Haeri, *Al-Hikam Rampai Kitab Ibn Athaillah*, Terj. Lisma Dyawati Fuaida, Jakarta: Serambi Ilmu Semesta, 2006, hlm. 157.

Semua yang ditemukan di langit dan bumi, menunjukkan bekas dan jejak Yang Maha Sempurna. Tentu, dibalik setiap perbuatan atau perwujudan ada sebuah makna dan sifat, yang dapat dipahami oleh hati yang tercerahkan. Ciptaan-ciptaan yang lahiriah akan berubah dan hilang, sedangkan cahaya-cahaya kesempurnaan dan mata bathin terus menyala tanpa pernah pudar. Realitas-realitas lahir berubah dan menghilang, sedangkan kesadaran bathin berkembang dan abadi.

Cahaya-cahaya Ilahiah yang masuk ke dalam hati, adakalanya tidak menemukan tempat yang sesuai dengan kedudukannya. Karena, begitu banyak perkara duniawi yang berkecamuk dan meliputi seluruh permukaan hati manusia. Ketika cahaya Allah SWT itu memasuki hati yang telah dikotori oleh masalah hidup itu, terpaksa *nûr Allah* itu kembali kepada pemilik-Nya.

Jelas bahwa kebaikan itu tidak dapat menerima keburukan, karena dua hal itu adalah ufuk yang tidak mungkin dipertemukan. Oleh karena itu, seorang hamba yang menghendaki *nûr Allah* itu masuk dalam hatinya, hendaklah ia membersihkan hatinya dari kotoran yang melekat di dalamnya. Kalbu kita seharusnya tetap dalam kesucian, barulah *nûr Allah* itu masuk dan bersemi dengan utuh di dalam sanubari kita.²

Manfaat yang diperoleh dari belajar kitab *al-Hikam* salah satunya adalah untuk mendidik hati kita untuk mengenal sifat-sifat Allah SWT, semakin lapang dada, menjernihan hati, dan memiliki budi pekerti yang luhur. Jalan spiritual yang ditempuh oleh para sufi dalam tradisi kesufian, tingkatan-tingkatan spiritual digambarkan dalam analogi titik penghentian (*station* atau *maqâm*) diantaranya adalah taubat, *zuhud*, sabar, *mahabbah*, *ma'rifat*, *fana'*, *ittihad*, dan *hulul*. Selain *maqâm*, tradisi sufi mengenal apa yang disebut dengan *hâl* (jamaknya *ahwâl* atau *state*). Yakni, situasi kejiwaan yang diperoleh seorang sufi sebagai karunia dari Allah SWT atas *riyâdlah* atau disiplin spiritual yang dijalankannya. Beberapa *ahwal* yang banyak dianut oleh kalangan sufi adalah, *murâqabah*, *khauf*, *raja'*, *syauq*, *uns*, *tuma'ninah*, *musyâhadah*, dan *yaqin*.

² <http://www.dtjakarta.or.id/content/view/137/33/>

Oleh karena itu Islam merupakan agama yang menghendaki kebersihan lahiriah sekaligus bathiniah. Tasawuf merupakan salah satu bidang kajian studi Islam, yang memusatkan perhatiannya pada upaya pembersihan aspek bathiniah manusia, sehingga dapat menghidupkan akhlak-akhlak yang mulia.³

Mencintai Allah SWT, adalah tujuan akhir yang ingin diraih setiap sufi. Setiap mukmin yang mencintai akidah yang benar adalah pecinta Allah SWT. Kecintaan kepada Allah SWT merupakan cinta yang murni dan bersih. Adapun setiap kecintaan terhadap kejelekan, kezaliman, kejahatan, dan penyimpangan, adalah cinta bathil yang harus dihilangkan dari jiwa manusia.⁴

Bentuk-bentuk kecintaan pada kebenaran tidak akan mudah terwujud, kecuali jika manusia benar-benar sebagai pecinta murni yang benar kecintaannya kepada Tuhannya. Adapun para sufi, mereka adalah orang yang dicintai oleh Allah SWT, dan mencintai-Nya. Dengan demikian, jiwa mereka bersih dari berbagai kotoran dunia, kerusakan jiwa, sedangkan perasaan dan hati mereka tenang, karena kecintaannya kepada Allah SWT. Kesempitan dan kelapangan tidak membuat mereka lengah, bahkan seorang sufi yang benar merasa lebih takut ketika sedang mendapatkan kelapangan, sebab ia merasa takut akan sebagian nafsu yang menyelusup di dalamnya.⁵

Ketika kita mengenal Allah SWT, maka kita akan menjadi orang yang merdeka. Dipuji atau tidak dipuji, kita tetap giat berbakti kepada Allah SWT. Diberi balasan atau tidak, kita tetap senang berbuat baik. Diawasi atau tidak, kita tetap bekerja dengan tertib dan melakukannya dengan optimal. Siapapun yang mengenal Allah SWT tidak akan pernah kecewa dengan perbuatan Allah SWT. Sebab, ia yakin semuanya telah terukur. Maka semua puncak kebahagiaan, ketenangan, dan seluruhnya berbanding lurus dengan tingkat keyakinan kita kepada Allah SWT.⁶

³ <http://sufistik27.multiply.com>

⁴ Amin An-Najar, *Psikoterapi Sufistik*, Jakarta: PT. Mizan Publika, 2004, hlm. 102.

⁵ *Ibid.*, hlm 103.

⁶ Abdullah Gymnastiar, *Memperbaiki Diri Lewat Manajemen Qalbu*, Bandung: Mizan Pustaka, 2004, hlm. 180.

Peristiwa tragis yang membawa kepada kondisi hidup tak bermakna dapat menimbulkan kesadaran diri (*self insight*) dalam diri individu akan keadaan dirinya dan membantunya untuk mengubah kondisi diri menjadi lebih baik lagi. Gejala-gejala utama penghayatan hidup tak bermakna, individu dapat merasa hampa, gersang, merasa tak memiliki tujuan hidup, merasa hidup tak berarti, serba bosan dan apatis. Kebosanan (*boredom*) adalah ketidakmampuan seseorang untuk membangkitkan minat, sedangkan apatis (*apality*) merupakan ketidakmampuan untuk mengambil prakarsa. Penghayatan-penghayatan tersebut menurut Victor Emile Frankl, mungkin saja tidak terungkap secara nyata, tetapi terselubung (*Masked*) dibalik berbagai upaya kompensasi dan kehendak yang berlebihan untuk berkuasa (*the will to power*), bersenang-senang mencari kenikmatan seksual (*the will to sex*), bekerja (*the will to work*), dan mengumpulkan uang sebanyak-banyaknya (*the will to money*). Dengan kata lain perilaku dan kehendak yang berlebihan itu biasanya menutupi penghayatan hidup tanpa makna.⁷

Munculnya kesadaran diri ini dapat didorong karena berbagai macam sebab seperti perenungan diri, konsultasi dengan para ahli, mendapat pandangan dari seseorang, hasil doa dan ibadah, belajar dari pengalaman orang lain atau memahami peristiwa tertentu yang secara dramatis mengubah sikap selama ini. Bersamaan dengan ini individu dapat menyadari adanya nilai-nilai kreatif, pengalaman maupun sikap yang kemudian ditetapkan sebagai tujuan hidup. Atas dasar pemahaman diri dan penemuan makna hidup ini timbul perubahan sikap (*changing attitude*) dalam menghadapi masalah. Setelah individu berhasil menghadapi masalahnya, semangat hidup dan gairah kerja meningkat, kemudian secara sadar melakukan keikatan diri (*self commitment*) untuk melakukan berbagai kegiatan terarah untuk memenuhi makna hidup yang ditemukan. Kegiatan ini biasanya berupa pengalaman bakat, kemampuan, keterampilan dan berbagai potensi positif lainnya yang sebelumnya terabaikan. Bila tahap ini pada akhirnya berhasil dilalui, dapat

⁷ H.D. Bastaman, *Logoterapi (Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna)*, hlm. 78-79.

dipastikan akan menimbulkan perubahan kondisi hidup yang lebih baik dan mengembangkan penghayatan hidup bermakna dengan kebahagiaan. Dari gambaran di atas jelas bahwa penghayatan hidup bermakna merupakan gerbang ke arah kepuasan dan kebahagiaan hidup. Hanya dengan memenuhi makna-makna potensial yang ditawarkan oleh kehidupanlah, penghayatan hidup bermakna tercapai dengan kebahagiaan sebagai ganjarannya.⁸

Manusia modern menghadapi persoalan makna hidup karena beberapa hal. Di antaranya adalah tekanan yang amat berlebihan kepada segi material kehidupan. Kemajuan dan kecanggihan dalam mewujudkan keinginan dan memenuhi kehidupan material yang merupakan ciri utama zaman modern, ternyata harus direbut manusia dengan dengan ongkos yang amat mahal, yaitu hilangnya kesadaran makna hidup yang lebih mendalam. Definisi sukses dalam perbendaharaan kata manusia modern hampir-hampir identik hanya dengan keberhasilan mewujudkan angan-angan dalam bidang kehidupan material. Ukuran sukses dan tidak sukses kebanyakan terbatas hanya seberapa jauh orang bersangkutan menampilkan dirinya secara lahiriah, dalam kehidupan material. Pada gilirannya, manusia modern mengabaikan kesuksesan rohaniah. Pengabaian kesuksesan rohaniah inilah berimplikasi pada kegersangan spiritual.⁹

Berbeda dengan penghayatan hidup tak bermakna, mereka yang menghayati hidup bermakna menunjukkan corak kehidupan penuh semangat dan gairah hidup serta jauh dari perasaan hampa dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Tujuan hidup, baik tujuan jangka pendek maupun jangka panjang, jelas bagi mereka, dengan demikian, kegiatan-kegiatan mereka pun menjadi lebih terarah serta merasakan sendiri kemajuan-kemajuan yang telah mereka capai. Tugas-tugas dan pekerjaan sehari-hari bagi mereka merupakan sumber kepuasan dan kesenangan tersendiri sehingga dalam mengerjakannya pun mereka lakukan dengan bersemangat dan bertanggung jawab.

⁸ <http://indahoktavianti.ngeblogs.com/2009/10/19/makna-hidup/>

⁹ Sulaiman Al-Kumayi, *Kearifan Spiritual dari Hamka ke Aa Gym*, Semarang: Pustaka Nuun, 2004, hlm. 7-9.

Hari demi hari mereka temukan aneka ragam pengalaman baru dan hal-hal menarik yang semuanya akan menambah kekayaan pengalaman hidup mereka. Mereka mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan, dalam arti menyadari pembatasan-pembatasan lingkungan, tetapi dalam keterbatasan itu mereka tetap dapat menentukan sendiri apa yang paling baik mereka lakukan, serta menyadari pula bahwa makna hidup dapat ditemukan dalam kehidupan itu sendiri, betapapun buruknya keadaannya. Kalaupun mereka pada suatu saat berada dalam situasi tak menyenangkan atau mereka sendiri mengalami penderitaan, mereka akan menghadapinya dengan sikap tabah serta sadar bahwa senantiasa ada hikmah yang tersembunyi di balik penderitaannya itu. Tindak bunuh diri sebagai jalan keluar dari penderitaan berat sekalipun sama sekali tidak pernah terlintas dalam benak mereka. Mereka benar-benar menghargai hidup dan kehidupan karena mereka menyadari bahwa hidup dan kehidupan itu senantiasa menawarkan makna yang harus dipenuhi.

Bagi mereka kemampuan untuk menentukan tujuan-tujuan pribadi dan menemukan makna hidup merupakan hal yang sangat berharga dan tinggi nilainya serta merupakan tantangan untuk memenuhinya secara bertanggung jawab. Mereka mampu mencintai dan menerima cinta kasih orang lain, serta menyadari bahwa cinta kasih merupakan salah satu hal yang menjadikan hidup ini bermakna.

Sebagai insan yang berakal dan berhati nurani, manusia pasti memiliki motivasi yang memberikan dorongan dalam beriman dan bertakwa, sebagai nilai luhur dan mulia yang dilandasi oleh nilai spiritual, moral, dan tanggung jawab merupakan suatu alternatif motivasi terbaik yang mampu menjiwai, menggerakkan, dan mengendalikan amal perbuatan dalam rangka membangun kebahagiaan di dunia dan di akhirat.

Orang yang berusaha mengenal sang pencipta akan lebih mudah mengetahui makna dan hakikat hidupnya. Mengetahui keberadaan Tuhan ibarat saklar yang menghidupi semua lampu dan menjadikan ruangan terang oleh cahaya, banyak manfaat yang diraih kalau kita yakin dan mengimani dengan benar.

Orang yang mengenal Tuhannya, akan lebih mudah mengenal jati dirinya, untuk apa hidup ini, dan harus bagaimana menjalaninya. Mengenal Tuhan adalah pelita seseorang menjalani hidup dalam keberkahan, hidup yang dijalani penuh rasa tenang, tidak ada rasa ketakutan, tidak merasa kekurangan, karena dia tahu bahwa Tuhan maha segalanya, yang bisa memberikan banyak hal kepada makhluk-Nya.

B. Pengaruh Pengajian Kitab *Al-Hikam* Terhadap Makna Hidup

Pada hakikatnya jama'ah pengajian kitab *al-Hikam* Desa Gulang, Kecamatan Mejobo, Kabupaten Kudus, menginginkan dirinya menjadi orang yang bermartabat dan berguna bagi dirinya sendiri, keluarga, lingkungan, dan berharga dimata Allah SWT. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara pengajian kitab *al-Hikam* terhadap makna hidup, pada jama'ah pengajian kitab *al-Hikam* Desa Gulang, Kecamatan mejobo, Kabupaten Kudus.

Upaya manusia untuk mencari makna hidup merupakan motivasi utama dalam hidupnya dan bukan rasionalisasi sekunder yang muncul karena dorongan-dorongan naluriahnya. Makna hidup ini merupakan sesuatu yang unik dan khusus, artinya makna hidup hanya bisa dipenuhi oleh yang bersangkutan, maka dengan cara itulah seseorang bisa memiliki arti yang memuaskan keinginan seseorang untuk mencari makna hidup.

Setiap orang pasti menginginkan bagi dirinya suatu cita-cita dan tujuan hidup yang jelas dan akan diperjuangkan dengan penuh semangat, sebuah tujuan hidup yang menjadi arahan segala kegiatannya. Ia mendambakan dirinya sebagai orang yang bertanggung jawab untuk dirinya sendiri, dan lingkungannya. Ia pun sangat menginginkan dirinya dicintai dan mencintai orang lain, karena dengan demikian ia akan merasa dirinya berarti dan merasa bahagia. Sebaliknya, ia tidak menginginkan dirinya hidup tanpa tujuan yang jelas, karena hal demikian akan menjadikan dirinya tak terarah dan tak

mengetahui apa yang diinginkan. Ia pun tak ingin menghendaki dirinya serba hampa dan tak berguna, disebabkan perasaan jemu dan apatis.¹⁰

Mengembangkan hidup yang bermakna perlu menyertakan bimbingan Tuhan melalui ibadah kepada-Nya agar lebih terarah pada tujuan yang baik dan tahan dalam berbagai hambatan. Do'a dan dzikir sangat diperlukan dalam upaya meraih hidup bermakna.

Untuk menemukan berbagai makna hidup dapat diupayakan oleh jama'ah pengajian kitab *al-Hikam* Desa Gulang, Kecamatan Mejobo, Kabupaten Kudus, karena mereka memiliki akal dan hati yang mampu mengakses apa-apa yang telah dicita-citakan, tentunya dengan jalan usaha bathiniah dan lahiriah yang benar-benar hanya karena Allah SWT. Sehingga, pengajian kitab *al-Hikam* mempunyai pengaruh terhadap makna hidup seseorang. Hal tersebut dapat dilihat sebagai berikut:

- 1) Makna berserah diri kepada Allah terhadap makna hidup nilai rata-ratanya adalah 2,05 → Cukup

Dengan berserah diri kepada Allah SWT, seseorang akan menjadi tentram dalam hidupnya, yaitu dengan jalan menyandarkan kepasrahan secara total kepada Allah SWT. Maka, Allah SWT akan menganugerahkan ketenangan dan ketentraman bagi mereka yang berserah diri kepada Allah SWT.

Menurut kitab *al-Hikam*, berserah diri bukan hanya tentang harapan kita terhadap suatu kebutuhan hidup di dunia, di akhiratpun dalam beramal perlu penyerahdirian kepada-Nya karena pada hakikatnya, amal ibadah yang kita lakukan tidak lepas dari peran Allah dalam menganugerahkan kita melalui sifat *Rohman-Rohim*-Nya. Karena tanpa Allah menghendaki kita beribadah dan beramal, semua amal ibadah tidak akan terjadi. Penyerahan diri atas amal ibadah kita, didasari dengan sifat makhluk yang serba kurang sempurna dan sifat Allah yang pasti sempurna.

Ketika kita merasa terlalu percaya terhadap amal ibadah kita dan tidak menyerahkan dan menyandarkan hati bahwa semua amal ibadah kita

¹⁰ *Ibid.*, hlm. 42-43.

adalah karena usaha kita, bukan atas kehendaknya, maka yang terjadi adalah lahirnya sifat ujub. Bukan hanya ujub kepada makhluk Allah atau manusia, tapi ujub terhadap Allah SWT. Pergantungan kepada Allah SWT membuat hati tidak berputus asa dalam menghadapi dugaan hidup. Kadang-kadang apa yang diinginkan, direncanakan, dan diusahakan tidak mendatangkan hasil yang diharapkan. Kegagalan mendapatkan sesuatu yang diinginkan, bukan berarti tidak menerima pemberian Allah SWT, selagi orang tersebut beriman dan bergantung kepada-Nya, selagi itulah Dia melimpahkan rahmat-Nya. Kegagalan memperoleh apa yang dikehendaki bukan berarti tidak mendapat rahmat Allah SWT. Apa juga yang Allah SWT berikan kepada orang yang beriman pasti terdapat rahmat-Nya, walaupun dalam soal tidak menyampaikan hajatnya. Keyakinan terhadap yang demikian menjadikan orang yang beriman tabah menghadapi ujian hidup, tidak sekali-kali berputus asa. Mereka yakin bahwa apabila mereka sandarkan segala perkara kepada Allah SWT, maka apa juga amal kebaikan yang mereka lakukan tidak akan menjadi sia-sia.

Lain halnya dengan orang yang tidak berserah diri kepada Allah SWT berada dalam situasi yang berbeda. Pergantungan mereka hanya tertuju kepada amalan mereka, yang terkandung di dalamnya ilmu dan usaha. Apabila mereka mengadakan sesuatu usaha berdasarkan kebolehan dan pengetahuan yang mereka ada, mereka mengharapkan akan mendapat hasil yang setimpal. Jika ilmu dan usaha (termasuklah pertolongan orang lain) gagal mendatangkan hasil, mereka tidak mempunyai tempat bersandar lagi. Jadilah mereka orang yang berputus asa. Mereka tidak dapat melihat kebijaksanaan Allah SWT, yang mengatur perjalanan takdir dan mereka tidak mendapat rahmat dari-Nya.

Bagi manusia yang daya jangkauannya masih terbatas, Tuhan dan segala ciptaan-Nya sering tetap merupakan misteri abadi yang harus dihadapi dengan sikap, perasaan, pemikiran, dan usaha-usaha yang dilandasi dengan penuh keimanan dan ketakwaan. Sehubungan dengan hal itu bagi insan-insan beragama tujuan dan makna hidup tertinggi itulah yang

hendaknya mendasari dan menawarkan makna hidup yang unik dan spesifik itu, antara lain dengan jalan secara sadar mengatur kehidupan sesuai dengan tuntunan agama.

Allah SWT menciptakan kehidupan bukan tanpa tujuan. Perjalanan hidup manusia harus mempunyai arah dan tujuan. Dengan keimanan dan ketakwaan kepada Allah SWT, maka hidup seseorang tidak akan sia-sia, sehingga hidup menjadi berarti dan bermakna. Itu sebabnya, kebermaknaan hidup tergantung pada sejauh mana hidup tersebut diisi dengan amal-amal yang dapat mengantarkan kita kepada sang pencipta.

Oleh karena itu, seseorang yang berserah diri kepada Allah SWT, akan menambah keimanan dan ketakwaan kepada Allah SWT, yang pada akhirnya memberikan perasan damai, tenang, dan tabah. Ibadah yang dilakukan secara terus-menerus dan khusuk memberikan perasan seakan-akan mendapatkan bimbingan dan petunjuk-Nya dalam menghadapi berbagai masalah kehidupan. Sehingga kehidupannya dirasakan berarti dan bermakna.

2) Makna ikhlas terhadap makna hidup nilai rata-ratanya adalah 1,95 →
Cukup

Mengerti dan memahami arti keikhlasan adalah titik utama memerdekakan hati nurani, karena seseorang yang mengerjakan amal ibadah dengan niat hanya kepada Allah semata, maka dapat memunculkan potensi diri dan mengheningkan kesadaran spiritual. Timbulnya ikhlas, awalnya adalah karena penyerahan diri atas semua masalah kehidupan yang ada adalah bersumber pada Allah SWT.

Orang yang ikhlas, bathinnya akan selalu dipenuhi oleh kebahagiaan, kebahagiaan, kegembiraan, ketenangan, dan kepuasan. Ia tidak bersedih jika orang lain tidak menghargai jerih payahnya. Orang ikhlas akan tetap asyik dengan kebahagiaan dan keindahan mengharapkan ridho dari Allah SWT.

Seseorang yang membanggakan amal ibadahnya, berarti ia menyandarkan dirinya hanya pada amal ibadahnya, tidak diperkenankan oleh syariat Islam. Semestinya, amal ibadah hanyalah disandarkan kepada Allah SWT.

Demikian juga ketaatan kepada Allah SWT, bukanlah suatu amal yang harus dipamerkan, atau misalnya karena ketaatan adalah hiasan jiwa yang bertahtakan ketulusan di dalamnya. Karena hal ini memerlukan ujian yang sangat istimewa. Sebab pada dasarnya ketaatan adalah karunia Allah SWT yang sangat mahal harganya bagi hamba Allah SWT yang perlu mendapatkan penjagaan terus menerus sepanjang hayatnya. Setiap karunia yang menjadi anugrah Allah SWT, berupa apa pun, terutama jiwa yang taat adalah merupakan hidayah Allah SWT.

Ikhlas dalam beramal menunjukkan bagaimana seorang hamba menyatakan dirinya di hadapan Allah ketika beribadah dalam salah satu syarat dalam beramal. Amal ibadah yang ikhlas ialah dengan melaksanakan semata-mata karena Allah semata. Beribadah karena Allah SWT dan memohon pertolongan hanya kepada-Nya.

Hanyalah orang yang ikhlas, yang mampu menghadapi hidup ini dengan tegar, tabah, dan sabar. Kekuatan keyakinan akan indahnyalah pahala di sisi Allah SWT. Bagi orang yang beramal dan berjuang secara ikhlas, akan membuahkan sikap mental, segala beban dan penderitaan yang didapat saat berjuang dirasakan ringan, bahkan dirasakan sebagai sesuatu yang nikmat, menyenangkan dan membahagiakan.

Disamping itu orang yang ikhlas juga akan bekerja dan berbuat dengan sebaik-baiknya. Karena jika ia memang ikhlas, tentu ia akan mempersembahkan yang terbaik untuk Tuhannya. Bukankah ia bekerja untuk memperoleh keridhaan dan penilaian yang terbaik dari Allah SWT. Jadi orang yang ikhlas punya harapan besar yang membuat hidupnya selalu dalam kebahagiaan dan kebermaknaan hidup.¹¹

¹¹ Mahmud Ahmad Mustafa, *Dasyatnya Ikhlas*, Yogyakarta: Mutiara Media, 2009, hlm. 73.

3) Makna taubat terhadap makna hidup nilai rata-ratanya adalah 2,15 →
Cukup

Dengan bertaubat atau memperbaiki diri, jama'ah pengajian kitab *al-Hikam* Desa Gulang, Kecamatan Mejobo, Kabupaten Kudus diharapkan mampu menjadi insan yang lebih baik dan sekaligus bergegas untuk melakukan kebaikan dalam setiap ada kesempatan. Taubat adalah salah satu kunci untuk menerapi jiwa dari berbagai penyakitnya. Taubat merupakan sarana yang penting untuk menyucikan jiwa dan hati, dan menumbuhkan kembali harapan dan cita-cita jiwa yang dilanda kegalauan dan keputus-asaan.

Dengan kondisi tersebut, jama'ah pengajian kitab *al-Hikam* akan mudah untuk menemukan makna. Adapun penjelasan mengenai taubat adalah; secara etimologis, taubat memiliki arti kembali, sedangkan secara terminologis taubat memiliki arti kembali dari sesuatu yang dicela atau dicacat dalam syara', menuju sesuatu yang terpuji. Untuk bertaubat terdapat tiga syarat, diantaranya adalah:

- a) Menyesali perilaku yang menyimpang dari syara'.
- b) Meninggalkan kesalahan dalam tingkahnya.
- c) Bertekad untuk tidak mengulangi perbuatan maksiat.¹²

Keadaan tersebut akan memperingan intensitas kegelisahan seseorang. Selanjutnya, taubat biasanya akan mendorong manusia untuk memperbaiki dan mengoreksi diri, sehingga tidak terjerumus ke dalam kesalahan dan kemaksiatan untuk kedua kalinya. Hal tersebut juga akan membantu mengingatkan penghargaan manusia akan dirinya. Kondisi ini

¹² In'amuzzahidin Masyhudi dan Nurul Wahyu Arvitasari, *Berdzikir dan Sehat Ala Ustadz Hariyono*, Semarang: Syifa Press, 2006, hlm. 19.

akan membuat timbulnya perasaan tenang dan damai dalam dirinya.¹³

Allah SWT berfirman:

قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ
الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ (٥٣)

Artinya: “katakanlah: “hai hamba-hamba-Ku yang melampaui batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah, sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya. Sesungguhnya Dia-lah yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.” (QS. Az-Zumar: 53)

Ayat-ayat yang lalu menggambarkan betapa besar kedurhakaan kaum musrikin sampai-sampai mereka enggan mendengar nama dan sifat Allah yang Maha Esa. Banyak juga dikemukakan di sana ancaman siksa Allah. Ini dapat mengakibatkan keputusan yang sangat tidak diridloi oleh Allah. Di sisi lain, akhir ayat yang lalu mengundang mereka berfikir agar dapat beriman. Ayat di atas mengajak mereka kembali kepada Allah SWT, untuk berfikir dan tidak berputus asa kendati mereka telah bergelimang dosa.¹⁴

Hal tersebut sesuai dengan julukan kehormatan manusia sebagai “*the self determining being*”, artinya manusia dalam batas-batas tertentu memiliki kemampuan dan kebebasan untuk mengubah kondisi hidupnya guna meraih kehidupan yang berkualitas daripada sebelumnya. Dan yang sangat penting adalah, kebebasan ini harus disertai dengan rasa tanggung jawab, agar tidak berkembang menjadi kesewenang-wenangan.¹⁵

Menurut kitab *al-Hikam*, terkadang Allah menceburkan diri kita berbuat salah. Dengan tujuan agar kita manusia sebagai makhluk tidak merasa sempurna, karena Allah adalah zat yang maha sempurna. Dosa dan taubat adalah satu dan lain hal yang sangat erat kaitannya. Ketika sang

¹³ Muhammad Ustman Najati, *Psikologi Dalam Al-Qur'an*, Bandung: Pustaka Setia, 2005, hlm. 472.

¹⁴ Quraish Shihab, *Tafsir al-Misbah*, Jakarta: Lentera Hati, 2002, hlm. 249.

¹⁵ HD. Bastaman, *op. cit.*, hlm. 42.

makhluk berdosa, diwajibkan kepadanya untuk bertaubat bahkan ketika dosa dilakukan secara terus menerus, secepatnya kita harus memohon ampun kepada Allah SWT.

Dengan jalan memperbaiki diri, jama'ah pengajian kitab *al-Hikam* memiliki harapan dalam hidupnya, yaitu untuk menjadi insan yang lebih baik. Oleh karena itu, seseorang yang berusaha menjalani hidupnya dengan sebaik mungkin, sajatinya dia berusaha untuk menjadikan hidupnya lebih bermakna.

4. Makna berharap kepada Allah terhadap makna hidup nilai rata-ratanya adalah 2,55 → Baik

Berharap kepada Allah adalah hanya meminta sesuatu terhadap Allah SWT, bukan dengan yang lain. Jikalau kita harus meminta tolong kepada makhluk lain, seharusnya minimal disandarkan rasa dalam hati bahwa semua itu adalah pertolongan Allah lewat orang lain atau lewat hal lain, jadi semua hal bermuara kepada Allah SWT. Jadi ketika kita meminta pertolongan seseorang, dan orang tersebut kebetulan tidak bisa memenuhi kebutuhan kita, kita menganggapnya sebagai makhluk yang memang penuh kekurangan dan Allah melalui orang tersebut belum mengabulkan permintaan atau keinginan kita. Namun, ada yang lebih utama dari perngharapan dunia, makhluk dan seisinya, yaitu berharap hanya ingin Allah. Bukan ingin lainnya, karena lainnya selain Allah SWT pada hakikatnya adalah makhluk misalnya ingin kaya, ingin bahagia dan termasuk ingin syurga dan neraka.

Jika sang makhluk sudah berharap dan menemukan konsep hanya Allah yang harus ada dalam setiap aspek kehidupan, maka sang makhluk (seolah) tidak butuh bahagia, ketentraman, kecukupan rizki, bahkan nikmatnya syurga dalam hatinya. Karena logikanya, sangat tidak mungkin Allah kalah dengan kebahagiaan, ketentraman, kekayaan, dan nikmatnya syurga. Kebahagiaan, ketentraman, kekayaan dan sebagainya adalah sebab dan bukan akibat. Maksudnya kita bahagia, tentram, kaya dan lainnya

tersebut adalah akibat dari dekat dengan Allah. Bukan tujuan kita untuk mendapatkan itu semua, Karena itu semua adalah pemberian Allah SWT. Kita selalu berusaha mendekat saja kepada-Nya, dan terserah Allah ingin mencukupi atau tidak itu bukan ranah kita untuk mencampuri takdir-Nya. Sederhananya, Syukur yang menjadikan bahagia, bukan bahagia yang menjadikan syukur.

Pengharapan kepada Allah SWT, selalu menjadi hiasan hati orang-orang yang arif, selalu menjadi keinginan manusia yang beriman akan kebutuhannya kepada Allah SWT, Karena meyakini pemberian dan rahmat Allah SWT itu sangat luas.

5) Makna mendekatkan diri kepada Allah terhadap makna hidup nilai rata-ratanya adalah 2,35 → Baik

Hikmah yang dapat diambil setelah mengikuti pengajian *kitab al-Hikam* adalah untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT, yaitu dengan dengan cara senantiasa beribadah, do'a, dan dzikir kepada-Nya.

Untuk memperoleh kehidupan yang bermakna, perlu menyertakan bimbingan Tuhan melalui ibadah kepada-Nya, agar lebih terarah pada tujuan yang baik dan tahan dalam berbagai hambatan. Ibadah, doa, dan dzikir sangat diperlukan dalam upaya meraih hidup bermakna. Intensitas Ibadah, do'a, dan dzikir manusia kepada Allah SWT akan menjadikannya mempunyai jiwa yang tenang, tentram, berhati lapang, dan mampu menemukan kebermaknaan hidup, baik dalam keadaan kebahagiaan maupun dalam penderitaan, yaitu sesuatu yang dipandang berharga untuk diperjuangkan secara optimis. Sehingga memberi pengaruh terhadap penemuan kebermaknaan hidup (*the meaning of life*) dibalik ibadah, doa, dan dzikir kepada-Nya. Allah SWT, berfirman:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (٢٨) الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ طُوبَىٰ لَهُمْ وَحُسْنُ مَآبٍ (٢٩)

Artinya: “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allahlah hati menjadi tentram. Orang-orang yang beriman dan beramal saleh, bagi mereka kebahagiaan dan tempat kembali kepada-Nya.” (QS. Ar Ra’d: 28-29).

Orang-orang yang mendapat petunjuk Ilahi dan kembali menerima tuntutan-Nya sebagaimana disebutkan pada ayat yang lalu itu, adalah orang-orang yang beriman dan hati mereka tentram, yang sebelumnya bimbang dan ragu. Ketenteraman itu bersemi di dada mereka disebabkan dzikrullah yakni mengingat Allah SWT, atau karena ayat-ayat Allah yakni al-Qur’an yang sangat mempesona kandungan dan redaksinya. Sungguh bahwa hanya dengan mengingat Allah, hati menjadi tentram. Orang-orang yang beriman dan berhati shaleh, seperti keadaannya yang seperti itu, yang tidak akan meminta bukti-bukti tambahan dan bagi mereka itulah kehidupan yang penuh dengan kebahagiaan di dunia dan di akhirat dan bagi mereka juga tempat kembali yang baik yaitu surga.

Dzikir pada mulanya berarti mengucapkan dengan lidah. Walaupun makna ini kemudian menjadi “mengingat”. Namun demikian, mengingat sesuatu seringkali mengantar lidah menyebutnya. Demikian juga menyebut dengan lidah dapat mengantarkan hati untuk mengingat lebih banyak lagi apa yang disebut-sebut itu. Kalau kata “menyebut” dikaitkan dengan sesuatu, maka yang disebut adalah nama-Nya. Karena itu ayat di atas dipahami dalam arti menyebut nama Allah. Selanjutnya nama sesuatu terucapkan apabila ia teringat disebut sifat, perbuatan maupun peristiwa yang berkaitan dengannya. Dari sini dzikrullah dapat mencakup makna menyebut keagungan Allah, surga dan nerakan-Nya, rahmat dan siksa-Nya atau perintah dan larangan-Nya, dan juga wahyu-wahyu-Nya.¹⁶

Dzikir adalah penawar dan obat hati ketika diliputi kegundahan. Orang yang semakin tenggelam dalam dzikir, maka akan semakin bertambah kecintaannya terhadap Allah SWT. Jika hati dan lisan

¹⁶ Quraish Shihab, *Tafsir al-Misbah*, Jakarta: Lentera Hati, 2002, hlm. 587.

seseorang telah menyatu dalam dzikir, maka hanya Allah yang ada di hati dan pikirannya. Dan Allah akan memeliharanya dari segala bahaya dan bencana ataupun memberi ganti (yang lebih menyenangkan) dari segala yang ada di bumi.¹⁷

Dengan demikian dzikir dapat mengantarkan kepada ketentraman jiwa, tentu saja apabila dzikir dimasukkan untuk mendorong hati menuju kesadaran tentang kebesaran dan kekuasaan Allah SWT, bukan sekedar diucapkan dengan lidah tetapi dilakukan dengan perbuatan. Dengan berdzikir dan beribadah kepada Allah SWT, maka hidup seseorang tidak akan sia-sia, sehingga hidupnya menjadi berarti dan bermakna. Itu sebabnya, kebermaknaan hidup tergantung pada sejauh mana hidup tersebut diisi dengan amal-amal yang dapat mengantarkan kita kepada sang pencipta.

- 6) Makna takdir terhadap makna hidup nilai rata-ratanya adalah 2,75 → Baik

Di antara buah dari beriman kepada takdir dan ketetapan Allah adalah hati menjadi tenang dalam menjalani hidup. Merasakan ketenangan hati, kelapangan jiwa, dan tidak merasa gelisah dalam menghadapi kesulitan dalam kehidupan di dunia ini, karena semua itu terjadi dengan ketetapan Allah SWT. Orang yang mengimani takdir akan selalu mengembalikan segala urusannya kepada Allah SWT, karena jika dia mengetahui bahwa segala sesuatu terjadi dengan takdir dan ketetapan-Nya maka dia akan selalu kembali kepada-Nya, dalam memohon taufik dan kebaikan baginya dan menolok keburukan padanya, serta menyandarkan semua kebaikan dan nikmat kepada Allah semata.

Apabila seseorang memahami takdir Allah SWT dengan benar, tentu dia akan menyikapi segala musibah yang ada dengan sabar. Oleh karena itu kesabaran sangat dibutuhkan setiap individu dalam menjalani

¹⁷ Nisywah Ulwani, *Rahasia Istigfar dan Tasbih*, Jakarta: Al-Mawardin Prima, 2004, hlm. 12

kehidupan ini, yaitu dengan menyandarkan kepasrahan secara total kepada kepada sang kholik. Diantara orang-orang yang bertakwa dan beriman kepada Allah SWT adalah selalu bersikap sabar baik dalam keadaan lapang maupun sempit. Sabar yang dimaksud di sini adalah sebuah sikap menerima, dengan disertai usaha-usaha yang aktif, produktif, dan inovatif. Hal ini pasti berbeda dengan orang yang tidak beriman kepada takdir dengan benar, yang sudah barang tentu akan merasa gelisah dalam menghadapi musibah.

Perlu dijelaskan di sini, dalam hal ini yang diubah bukan keadaannya melainkan sikap (*attitude*) yang diambil dalam menghadapi keadaan itu. Ini berarti apabila menghadapi keadaan yang tak mungkin diubah atau dihindari, sikap yang tepatlah yang masih dapat dikembangkan. Sikap menerima dengan penuh ikhlas, dan hal-hal tragis yang tak mungkin dielakkan lagi dapat mengubah pandangan kita dari yang semula diwarnai penderitaan semata-mata, menjadi pandangan yang mampu melihat makna dan hikmah dari penderitaan itu. Penderitaan memang dapat memberikan makna dan arti, apabila kita dapat mengubah sikap terhadap penderitaan itu menjadi lebih baik lagi. Ini berarti, bahwa dalam keadaan bagaimanapun (sakit, nista, dosa, bahkan maut) arti hidup masih tetap dapat ditemukan, asalkan saja masih mengambil sikap yang tepat dalam menghadapinya. Maka dengan kesabaran dan keikhlasan akan membuat hidup seseorang penuh dengan makna.¹⁸

Harapan inilah yang memotivasi seseorang untuk bekerja, berkarya, dan melakukan kegiatan-kegiatan penting lainnya. Manusia selalu mencari makna-makna dalam setiap kegiatannya, sehingga kehendak untuk hidup bermakna ini selalu mendorong setiap manusia untuk memenuhi makna tersebut. Hasrat ini akan membuat manusia merasa menjadi seseorang yang berharga dan mempunyai arti dalam

¹⁸ H.D. Bastaman, *op.cit.*, hlm. 50.

hidupnya.¹⁹ Maka dari itu, harapan mampu menyadarkan seseorang untuk merubah dirinya menjadi insan yang lebih baik, sehingga tumbuh dalam keindahan, kreatifitas, kepekaan, dan semangat hidup.²⁰

Harapan adalah keyakinan akan terjadinya hal-hal yang baik atau perubahan yang menguntungkan di kemudian hari. Harapan dapat diibaratkan seseorang yang hampir putus asa karena sehari-hari tersesat di gua yang gelap pekat, tiba-tiba melihat cahaya dari kejauhan. Tentunya, orang yang hampir putus harapan itu sekarang menjadi optimis dan penuh harapan. Harapan sekalipun belum tentu menjadi kenyataan memberikan sebuah peluang dan solusi, serta tujuan baru yang menjanjikan yang dapat menimbulkan semangat dan optimisme.

Berbeda dengan orang yang tidak memiliki harapan yang senantiasa dilanda kecemasan, keputus-asaan dan apatisme, orang yang berpengharapan selalu menunjukkan sikap terhadap positif terhadap masa depan, penuh percaya diri, dan merasa optimis dapat meraih kehidupan yang lebih baik. Pengharapan mengandung makna hidup karena adanya keyakinan akan terjadinya perubahan yang lebih baik, ketabahan menghadapi keadaan buruk saat ini dan sikap optimis menyongsong masa depan. Harapan mungkin sekedar harapan, tetapi tak jarang impian itu menjadi kenyataan. Nilai kehidupan ini yang dinamakan nilai pengharapan (*hopeful values*).²¹

Itulah makna yang diperoleh jama'ah pengajian kitab *al-Hikam* Desa Gulang, Kecamatan Mejobo, Kabupaten Kudus, diantara sekian banyak keinginannya, yang apabila direnungkan ternyata menggambarkan hasrat yang paling mendasar di setiap manusia yaitu hasrat untuk hidup bermakna. Bila hasrat ini dapat dipenuhi, kehidupan akan dirasakan

¹⁹ Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Managemen Emosi*, Jakarta: Bumi Aksara, 2009, hlm. 269-270.

²⁰ Ken Olson, *Psikologi Harapan*, Terj. Suparyakir, Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2005, hlm. 343.

²¹ HD. Bastaman, *op.cit.*, hlm. 50-51.

berguna, berharga, dan berarti (*meaningfull*). Sebaliknya jika tidak terpenuhi akan menyebabkan kehidupan dirasakan tak bermakna (*meaningless*).²²

Pengungkapan makna hidup jama'ah pengajian kitab *al-Hikam* untuk kehidupan tersebut membuktikan bahwa makna hidup ternyata ada dalam kehidupan jama'ah pengajian kitab *al-Hikam* itu sendiri. Makna hidup adalah hal-hal yang dianggap sangat penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi seseorang, sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan (*the purpose in life*). Bila hal itu berhasil dipenuhi, akan menyebabkan seseorang merasakan kehidupan yang berarti dan pada akhirnya akan menimbulkan perasaan bahagia (*happiness*). Dan makna hidup itu ternyata ada dalam kehidupan itu sendiri, dan dapat ditemukan dalam setiap keadaan yang menyenangkan dan tak menyenangkan, keadaan bahagia dan penderitaan. Ungkapan seperti "Makna dalam Derita" (*Meaning in Suffering*) atau "Hikmah dalam Musibah" (*Blessing in Disguise*) menunjukkan bahwa dalam penderitaan sekalipun makna hidup tetap dapat ditemukan. Bila hasrat ini dapat dipenuhi maka kehidupan yang dirasakan berguna, berharga, dan berarti (*meaningfull*) akan dialami. Sebaliknya bila hasrat ini tidak dipenuhi akan menyebabkan kehidupan dirasakan tidak bermakna (*meaningless*).²³

C. Pengembangan Makna Hidup

Setelah jama'ah pengajian kitab *al-Hikam* Desa Gulang, Kecamatan Mejobo, Kabupaten Kudus menemukan makna hidup berupa perubahan diri yang semakin baik. Hidup yang bermakna (*the meaningful life*) sebagai tujuan utama logoterapi sejalan dengan tujuan agama Islam, yaitu meningkatkan kesehatan mental dan mengembangkan religiusitas, sehingga manusia senantiasa dalam petunjuk-Nya. Seperti yang telah dijelaskan di atas, tentunya pengembangan makna hidup harus tetap

²² *Ibid.*, hlm. 43.

²³ *Ibid.*, hlm. 45-46.

diupayakan, karena seseorang tidak tahu pasti akan kehidupannya di masa yang akan datang.

Mengembangkan hidup bermakna pada hakikatnya sama dengan perjuangan hidup, yaitu meningkatkan kondisi kehidupan yang kurang baik menjadi baik. Hal tersebut memerlukan sembilan unsur yaitu, (Asas-asas sukses, Lingkungan, Usaha, Metode, Niat, Ibadah, Potensi, Tujuan, dan Sarana). Dapat dirangkum sebuah kata “ALUMNI PTS”

Untuk menggambarkan cara mengembangkan hidup bermakna tersebut dapat diuraikan secara sederhana, hubungan antara unsur-unsur “ALUMNI PTS” itu sebagai formula yang dapat ditunjukkan sebagai berikut:

$$HB = (N + T) \times (P + A) \times (U + M + S + L) \times I$$

Dapat dijelaskan, hidup yang bermakna (hidup bermakna) dapat dikembangkan dengan jalan lebih dulu ada niat untuk berubah (Niat) dan menetapkan tujuan yang jelas yang ingin dicapai (Tujuan) serta berusaha mengaktualisasikan berbagai potensi diri (Potensi) dan memahami asas-asas kesuksesan (Asas-asas sukses), kemudian melaksanakannya (Usaha) dengan menggunakan metode yang efektif (Metode) dengan sarana yang tepat (Sarana). Proses ini akan lebih berhasil apabila mendapat dukungan lingkungan sosial (Lingkungan), khususnya kerjasama dengan orang-orang terdekat, lebih-lebih lagi bila selalu disertai do'a dan ibadah kepada Allah SWT.²⁴

Hidup mempunyai potensi untuk memiliki makna, apapun kondisinya bahkan dalam kondisi yang paling menyedihkan sekali, bahwa manusia memiliki kapasitas untuk mengubah aspek-aspek hidup negatif menjadi sesuatu yang positif. Dengan kata lain, yang paling penting adalah memanfaatkan yang terbaik. Yaitu, dengan cara mengubah penderitaan menjadi keberhasilan dan kesuksesan, mengubah rasa bersalah menjadi

²⁴ *Ibid.*, hlm. 238-240.

kesempatan untuk mengubah diri sendiri ke arah yang lebih baik, dan mengubah ketidakkekalan hidup penuh dengan tanggung jawab.

Hidup bermakna adalah corak kehidupan yang menyenangkan, penuh rasa semangat, dan gairah hidup, serta jauh dari rasa cemas dan hampa dalam menjalankan kehidupan sehari-hari. Hal ini terjadi sebagai akibat terpenuhinya nilai-nilai dan tujuan hidup yang positif dan benar-benar didambakan. Kehidupan bermakna ditandai oleh hubungan antar pribadi yang saling menghormati dan saling menyayangi. Kegiatan-kegiatan yang disukai dan menghasilkan karya-karya bermanfaat, serta kemampuan mengatasi berbagai kendala itu bukan sebagai masalah, melainkan sebagai tantangan dan peluang. Pribadi yang dengan kehidupan bermakna, memiliki tujuan hidup yang jelas sebagai pedoman dan arahan kegiatan-kegiatan yang semuanya dilandasi oleh keimanan dan ketakwaan yang mantap.

Dengan metode pengembangan tersebut, diharapkan mampu membantu jama'ah pengajian kitab *al-Hikam* untuk mengimplementasikan dalam kehidupan pribadi, masyarakat, dan agama. Sebagai penembus solusi bagi kehidupan multi dimensi. Selain itu secara sadar berusaha meningkatkan cara berfikir dan bertindak positif serta secara optimal mengembangkan potensi diri (fisik, mental, emosional, sosial, dan spiritual) untuk meningkatkan kualitas yang lebih baik dan meraih citra diri yang diidam-idamkan.

Tujuan hidup manusia adalah menyempurnakan akhlak, menyadari potensi dan merealisasikannya ke arah penyempurnaan diri, meraih kebahagiaan dan menghindari penderitaan. Namun, segala puncak tujuan hidup adalah ibadah dan mendekatkan diri kepada Tuhan, karena hal itu akan mengoptimalkan tujuan-tujuan lain.

Hidup yang bermakna (*the meaningful life*) sebagai tujuan utama logoterapi sejalan dengan tujuan agama Islam, yaitu meningkatkan kesehatan mental dan mengembangkan religiusitas, sehingga manusia senantiasa dalam petunjuk-Nya. Sehubungan dengan hal itu, bagi insan-

insan beragama tujuan dan makna hidup tertinggi itulah yang hendaknya mendasari dan menawarkan makna hidup yang unik dan spesifik itu, antara lain dengan jalan secara sadar mengatur kehidupan sesuai dengan tuntunan agama. Sehingga dapat dikatakan, bahwa hidup yang bermakna adalah gerbang menuju kebahagiaan baik di dunia maupun di akhirat.²⁵

Pengembangan hidup bermakna merupakan upaya untuk meningkatkan kualitas hidup, agar penuh makna dan arti untuk menjalani hidup. Walaupun hidup penuh dengan tekanan dan penderitaan akan tetapi semua peristiwa yang menimpa akan diterima dengan rasa sabar dan tabah dalam menghadapi cobaan. Karena, kualitas manusia yang sudah memiliki makna dan tujuan hidup akan menjalani hidup dengan penuh optimis dan tawakkal kepada Allah SWT.²⁶ Kebebasan spiritual seperti itulah yang tidak bisa dirampas, yang membuat hidup memiliki makna dan tujuan.²⁷

Hidup yang bermakna adalah hidup yang kita jalani dengan perubahan menuju hal yang lebih baik, lebih berguna dan dan lebih bermanfaat bagi diri sendiri maupun orang lain, sehingga memberikan kebaikan untuk hidup, karena kehidupan itu sendiri adalah anugerah dari Allah SWT, maka kita harus mensyukurinya dan mempertanggung jawabkan semuanya.²⁸

²⁵ *Ibid.*, hlm. 53-54.

²⁶ <http://www.giansugiana.blogspot.com/>

²⁷ Victor Emile Frankl, *Man's Search For Meaning (Mencari Makna Hidup)*, Terj. Lala Hermawati Dharma, Bandung: Nuansa, 2004, hlm. 117.

²⁸ Fery Muhammad, *Rahasia Suka, Cinta, dan Pahit Getirnya Kehidupan*, Yogyakarta: Sabila Press, 2009, hlm. 2.