

KONSEP KEBAHAGIAAN DALAM FILSAFAT IKIGAI



SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S. Ag)
Dalam Program Studi Aqidah Dan Filsafat Islam\

Oleh:

MITA ANGRAENI PUTRI

NIM. 17105010083

Pembimbing:

MUTIULLAH, S.Fil.I. M.Hum.

NIP.197912132006041005

**PRODI STUDI AQIDAH DAN FILSAFAT ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN PEMIKIRAN ISLAM
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA
2021**



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS USHULUDDIN DAN PEMIKIRAN ISLAM
Jln. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 512156, Fax. (0274) 512156 Yogyakarta 55281

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR

Dosen : Dr. Mutiullah, S.Fil.I. M.Hum.
Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi
Lamp. : -
Kepada
Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk, dan mengoreksi, serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Mita Angraeni Putri
NIM : 17105010083
Program Studi : Aqidah dan Filsafat Islam
Judul Skripsi : Konsep Kebahagiaan dalam Filsafat Ikigai

Sudah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana strata satu (S1) dalam Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam pada Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Dengan ini kami berharap agar skripsi/tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera *dimunagoyahkan*. Untuk itu, kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 08 Desember 2021

Pembimbing

Dr. Mutiullah, S.Fil.I. M.Hum.

NIP. 19791213 200604 1 005

SURAT PERNYATAAN MEMAKAI JILBAB

Dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, saya bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mita Angraeni Putri
Nim : 17105010083
Prodi : Aqidah dan Filsafat Islam
Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa saya tidak menuntut kepada program studi Aqidah dan Filsafat Islam Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta (atas pemakaian jilbab dalam ijazah strata satu saya). Seandainya suatu hari nanti terdapat instansi yang menolak ijazah tersebut karena penggunaan jilbab.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 08 Desember 2021

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



Mita Angraeni Putri

17105010083

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mita Angraeni Putri
Nim : 17105010083
Prodi : Aqidah dan Filsafat Islam
Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Alamat Rumah : Kp. Tegal Gede RT/RW 011/004 Pasir Sari Cikarang Selatan
Judul Skripsi : Konsep Kebahagiaan dalam Filsafat Ikigai

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa:

1. Skripsi yang saya ajukan adalah hasil atau karya ilmiah saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.
2. Bila mana skripsi ini telah dimunaqosyahkan dan diperlukan revisi, maka saya bersedia dan sanggup merevisi dalam waktu yang ditentukan oleh penguji.
3. Apabila dikemudian hari diketahui skripsi ini bukan karya sendiri atau plagiasi, maka saya siap menanggung sanksi dan tindakan sesuai dengan aturan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 08 Desember 2021

Yang Menyatakan


Mita Angraeni Putri

NIM 17105010083



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS USHULUDDIN DAN PEMIKIRAN ISLAM
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 512156 Fax. (0274) 512156 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1697/Un.02/DU/PP.00.9/12/2021

Tugas Akhir dengan judul : KONSEP KEBAHAGIAAN DALAM FILSAFAT IKIGAI

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : MITA ANGRAENI PUTRI
Nomor Induk Mahasiswa : 17105010083
Telah diujikan pada : Rabu, 15 Desember 2021
Nilai ujian Tugas Akhir : B+

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Penguji I

Dr. Mutiullah, S.Fil.I. M.Hum.
SIGNED

Valid ID: 61e4405076af4



Penguji II

Dr. H. Robby Habiba Abror, S.Ag., M.Hum.
SIGNED

Valid ID: 61c201aabdbba



Penguji III

Novian Widiadharna, S.Fil., M.Hum.
SIGNED

Valid ID: 61bac48c2bf40



Yogyakarta, 15 Desember 2021

UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam

Dr. Inayah Rohmaniyah, S.Ag., M.Hum., M.A.
SIGNED

Valid ID: 61c565c5e34d5

PERSEMBAHAN

Karya tertulis ini, kupersembahkan untuk diriku sendiri, kedua orang tuaku dan adikku terkasih.

Kupersembahkan juga untuk semua sahabatku, temanku, serta manusia lainnya yang dengan sepenuh hati dan ketulusan mendukung disetiap proses dalam setiap langkahku.

Serta almamater tercinta, UIN Sunan Kalijaga.



MOTTO

“Belajar ya, Mita! Nulis buat buku, bukan hanya explain bio!”

“Thriving in stillness. I can relate! In stillness, I imagined things I create.

Stillness is not hindrance, but a benefit.”

“Dengan membaca buku, itu bentuk tindakan dalam dirimu, bahwa kamu mencintai diri sendiri. Dirimu adalah hasil tindakan yang telah kamu pelajari dan terapkan.”

—Mita Angraeni Putri



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ABSTRAK

Mencari kebahagiaan berlangsung selamanya. Ini menunjukkan bahwa membicarakannya akan senantiasa menarik perhatian manusia. Dalam perjuangan pemikiran filosofis, konsep kebahagiaan termasuk dalam pembahasan etika, yang merupakan salah satu cabang atau kajian penting filsafat. Pemikiran filosofis semacam ini hadir untuk memberikan solusi praktis untuk setiap masalah. Hal inilah yang kemudian menjadi sorotan penulis untuk melihat ulasan yang tepat akan konsep kebahagiaan *Ikigai* sebagai *Problem Solving* manusia modern yang menilai kebahagiaan hanya bisa dicapai secara material. Fokus utama dalam tulisan ini adalah apa sebenarnya yang membuat kebahagiaan itu hadir dan jika kebahagiaan itu membutuhkan tindakan, apa yang harus dilakukan manusia untuk mendapatkan kebahagiaan. Olehnya, tulisan ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana konsep kebahagiaan dalam filsafat *Ikigai*.

Jenis penelitian pada tulisan ini adalah penelitian kualitatif kepustakaan. Rujukan utama dalam penelitian ini dengan buku karya Hector Garcia dan Francesc Miralles yang berjudul *Ikigai: The Japanese Secret to a Long and Happy Life*. Selanjutnya, terdapat rujukan lainnya dalam memperkuat penjelasan dan analisis mengenai *Ikigai*, seperti dari Ken Mogi dari bukunya yang berjudul *The Book of Ikigai*. Tidak hanya itu, sebab masih terdapat beberapa referensi sekunder lainnya, yang telah memberikan banyak keterlibatan dari segi data dan membantu penulis memahami betapa detail ajaran *Ikigai*, baik dipahami sebagai sebuah ajaran maupun kajian filsafat. Oleh sebab itu, tulisan ini secara keseluruhan menggunakan metode deskripsi dan interpretasi.

Secara singkat kebahagiaan *Ikigai* adalah memiliki rasa *Ikigai* mengacu pada kerangka berpikir dalam menciptakan kehidupan yang terus aktif dan bahagia. Kebahagiaan *Ikigai* berasal dari penerimaan diri sendiri, apa pun karakter dan ciri-ciri unik yang ada dalam diri sejak kecil. setiap individu memiliki *Ikigainya* yang berbeda-beda dan begitu juga tindakan dalam pencarian *Ikigainya*.

Kata Kunci: Filsafat, Kebahagiaan, *Ikigai*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji dan syukur penulis panjatkan khadirat Allah SWT atas segala limpahan nikmat beserta segala bentuk rahman dan rahim-Nya yang tiada terkira. Berkat segala anugerah dan hidayah-Nya, skripsi yang berjudul “Konsep Kebahagiaan dalam Filsafat *Ikigai*” ini dapat terselesaikan. KarenaNya juga, penulis banyak mendapati pengetahuan serta pemahaman mendalam terhadap ajaran yang baru didapati oleh penulis yakni Filsafat *Ikigai*. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW sebagai nabi terakhir yang telah mengantarkan para umatnya kepada jalan kebenaran dan semoga seluruh kebaikan beserta pencerahan tertinggi kepada para filosof muslim terdahulu yang telah memberikan banyak tuntunan serta kontribusi besar terhadap segala peradaban Islam yang masih dapat dirasakan hingga hari ini.

Tulisan ini merupakan persembahan terhadap ketertarikan penulis pada persoalan kebahagiaan yang menjadi persoalan dan perhatian besar dalam pergulatan filsafat. Dari teori filsafat barat mengenai kebahagiaan, penulis teralihkan terhadap konsep kebahagiaan yang di hadirkan oleh Filsafat *Ikigai*. Ajaranya yang tersusun, detail dan praktis, serta memiliki nilai-nilai moral membuat penulis berusaha menelusuri pada satu fokus konsep kajian yaitu persoalan kebahagiaan keterkaitannya dengan manusia modern. Selain itu, penulis ingin memperkenalkan lebih jauh mengenai apa yang dimaksud *Ikigai* dalam Jepang. walaupun tidak seluas dan detail seperti karya-karya para pembahas *Ikigai* terlebih dahulu. Namun, tulisan ini telah merangkum poin-poin penting dan utama

untuk diketahui mengenai *Ikigai*. Selain itu dengan hadirnya tulisan ini dilingkup akademik program studi Aqidah dan Filsafat Islam, penulis ingin menunjukkan kajian yang lebih dalam mengenai kefilosofan dan ajaran pada khususnya *Ikigai*.

Dalam proses penulisan dan penyelesaian skripsi, penulis tidak luput dari segala rintangan adanya, namun dengan adanya arahan dan bimbingan dari berbagai pihak secara langsung maupun sebaliknya. Baik berkaitan dengan akademik maupun pendewasaan dalam diri. Melalui kata pengantar ini, penulis dengan segenap kerendahan hati hendak mengucapkan terima kasih dengan tulus kepada:

1. Kedua orang tua penulis, Ibu Hafshah Rosyadi dan Bapak Sumri yang tidak ada henti-hentinya mendoakan, kasih sayang, kesabaran dan memberikan dukungan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Prof. Dr. Phil Al Makin, S.Ag., M.A selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Dr. Inayah Rohmaniyah, S.Ag., M.Ag., M.A. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Muhammad Fatkhan, S.Ag., M. Hum selaku Ketua Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

5. Dr. Robby Habiba Abror, S.Ag., M.Hum selaku Dosen Pembimbing Akademik, yang sudah berkenan menyempatkan waktunya untuk memberikan bimbingan, arahan, nasihat, semangat dan dukungan kepada penulis.
6. Dr. Mutiullah, S.Fil.I. M.Hum selaku Dosen Pembimbing Skripsi, yang sudah berkenan menyempatkan waktunya untuk memberikan bimbingan, arahan, nasihat semangat dan dukungan kepada penulis.
7. Novian Widiadharna S. Fil, M.S.I., selaku Dosen Filsafat Timur yang sudah memberikan waktu, mendengarkan dan pencerahan serta arahan kepada penulis dalam menjalani perkuliahan filsafat.
8. Seluruh dosen Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam yang tidak bisa penuli sebutkan satu-persatu, yang telah tulus dan sabar memberikan wawasan, ilmu pengetahuan kepada penulis.
9. Seluruh petugas Tata Usaha dan Staff Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam yang sudah membantu penulis dalam proses administrasi penyusunan skripsi ini.
10. Adik Fajrul Falah, terima kasih sudah membuat rumah terasa lebih ramai dengan hal-hal yang lucu dan positif serta mendoakan penulis, untuk segera menyelesaikan skripsi ini.

11. Mba Dilla, Mba Nia, Mba Mida, Mba Ana, Mas Amin, Mas Hilmy, Mas Ryan dan Mas Iman yang senantiasa memberi ruang, pencerahan perihal akademik maupun kehidupan, kasih sayang, motivasi dan dukungan kepada penulis.
12. Ibu Siti Muntasiroh dan Bapak Nurcholis, atas kasih dan sayang, dukungan, kesabaran, kebersamaan serta mendoakan penulis dalam hal kebaikan, hubungan dan penyelesaian skripsi.
13. Aditya Bagus Nurul Huda, atas waktu kebersamaan dalam proses perkuliahan dan kehidupan sehari-hari, berbagi ruang, serta pendengar yang cukup baik dan menenangkan saat penulis berkeluh-kesah dalam beberapa hal. Terima kasih atas hubungan yang cukup baik dan problemjuga kisah-kasihnya.
14. Sahabat penulis, grup redreamer Rina, Reca, Maria dan Nur yang senantiasa menjadi ruang dan pendengar yang cukup baik saat penulis berkeluh-kesah.
15. Sahabat penulis, Ahmad Al Badri Hadkas, atas waktu, ruang, hal positif dan dukungan dalam akademik, ajakan membuat karya dalam lomba menulis dan masuk 10 besar di UTM, serta pembelajaran lainnya.
16. Sahabat penulis Kak Bagus, Reza, Syaksiyah, Latifah, Halimah, dan Ayu, yang senantiasa memberikan ruang, pendengar serta dukungan dalam hal kehidupan dan akademik kepada penulis

17. Segenap kawan Aqidah dan Filsafat Islam angkatan 2017, yang telah memberi kesempatan bercerita, berdiskusi dan berproses bersama penulis dalam menempuh perkuliahan.
18. Segenap Sabeum, Seonbae, Hunbae UKM Taekwondo yang telah memberi motivasi dan tindakan dalam berlatih dan memberi dukungan kepada penulis, salah satunya Kakak Nuaim.
19. Teman-teman KKN Bekasi atas diskusi, bercerita perihal akademik dan sistem perkuliahan, salah satunya Retno.
20. Mita Angraeni Putri, terima kasih untuk selalu bersyukur, tenang, bahagia, walaupun ada sedihnya juga, itu suatu rasa dan tindakan yang cukup kamu terima dalam dirimu dan bertahan sampai saat ini, kamu hebat bisa menjalani proses kebahagiaan ini. Terima kasih, telah menyelesaikan karya ini, kamu ternyata mampu menghadapi dan melewati rintangan serta depresimu. Bahagia selalu dan ciptakan karya mu ya, ini bentuk tindakan dalam sejarahmu, Mita Angraeni Putri.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

JUDUL	i
HALAMAN NOTA DINAS.....	ii
SURAT PERNYATAAN MEMAKAI JILBAB	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
MOTTO	vii
ABSTRAK	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian.....	4
D. Tinjauan Pustaka	5
E. Metod Penelitian.....	6
F. Sistematika Pembahasan	9
BAB II KEBAHAGIAAN MENURUT BEBERAPA TOKOH FILSAFAT	10
A. Mengenal Kebahagiaan	10

B. Konsep Kebahagiaan Menurut Filosof dari Masa Ke Masa.....	16
BAB III IKIGAI SECARA UMUM	33
A. Mengetal Ikigai.....	33
B. Sejarah Ikigai.....	42
C. Bagaimana Ikigai dapat disebut sebagai Filsafat?.....	50
BAB IV KONSEP KEBAHAGIAAN IKIGAI	57
A. Elemen Pembentuk Ikigai.....	57
B. Karakteristik dan Pilar Ikigai	68
C. Tindakan dalam Ikigai.....	74
D. Kebahagiaan Ikigai.....	76
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	81
A. Kesimpulan.....	81
B. Saran.....	83
DAFTAR PUSTAKA	85
LAMPIRAN.....	88
CURRICULUM VITAE.....	89

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pencarian kebahagiaan senantiasa berlangsung melintasi zaman. Hal ini menunjukkan bahwa pembicaraan tentangnya akan senantiasa menarik bagi manusia. Dalam pergulatan pemikiran filsafat, konsep kebahagiaan masuk dalam pembahasan etika yang merupakan salah satu cabang atau kajian penting dalam ilmu filsafat. Pemikiran filsafat tersebut hadir memberi solusi praktis pada setiap persoalannya. Nilai yang diangkat menjadi tolok ukur utama. Perjalanannya dalam sejarah menunjukkan bahwa persoalan etika merupakan salah satu pembahasan penting di berbagai tempat berkembangnya filsafat mulai dari Barat, Islam, hingga Timur.

Dalam Filsafat Barat, Aristoteles berpendapat bahwa tujuan akhir manusia adalah kebahagiaan atau disebut sebagai *Eudaimonia*. Arti kata *Eudaimonia* sendiri bagi bangsa Yunani adalah kesempurnaan atau lebih tepatnya memiliki *daimon* (jiwa) yang baik. Jiwa yang baik atau yang berbahagia merupakan tujuan yang tidak diambil demi tujuan lainnya. Tak seorang pun akan memilih kebahagiaan demi kehormatan, kekuasaan, ataupun kekayaan. Dengan demikian kebahagiaan bukan merupakan sarana, melainkan tujuan akhir manusia.¹

¹ Kees Bertens, *Sejarah Filsafat Yunani Dari Thales ke Aristoteles* (Yogyakarta: Kanisius, 1975), hlm.157.

Al-Farabi sebagai salah satu filsuf terkemuka Islam juga berbicara tentang kebahagiaan. Dalam konsep *Tahsil As-Sa'adah* atau kebahagiaan menurut Al-Farabi, kebahagiaan adalah kebaikan yang diinginkan untuk kebaikan itu sendiri. Selain itu Al-Farabi menyebutkan kebahagiaan adalah pencapaian akhir bagi manusia. Al-Farabi mempunyai empat keutamaan untuk memperoleh kebahagiaan sejati yaitu kebahagiaan dunia dan akhirat. Empat keutamaannya yakni keutamaan teoretis, berpikir, akhlak dan amaliah. Dengan demikian kebahagiaan Al-Farabi ada pada dalam diri manusia dan didukung dengan empat keutamaan yang telah disampaikan.² Sedangkan Filsafat Timur mempunyai corak tersendiri dalam memaknai kebahagiaan dan cara mencapai kebahagiaan. *Ikigai*, Misalnya.

Ikigai sebagai bagian dari Filsafat Jepang (Timur). Ia hadir memberikan kajian berbeda dalam menggambarkan konsep kebahagiaan. *Ikigai* sebagai filsafat hidup masyarakat Jepang berdampak pada angka harapan hidup masyarakat Jepang yang terkenal di dunia mampu mencapai ratusan tahun. Sebagai contoh adalah penduduk *Okinawa* yang usianya mencapai ratusan tahun atau disebut *Centenarian*. Riset menunjukkan bahwa orang yang hidup dengan menerapkan *Ikigai* memiliki tingkat toleransi dan ketahanan yang lebih tinggi terhadap fenomena sosial yang terjadi. Selain itu, juga lebih terbuka akan perubahan, penuh semangat, optimis dan juga kritis.³ Hal inilah yang kemudian menjadi sorotan penulis untuk melihat ulasan yang tepat akan konsep kebahagiaan *Ikigai* sebagai

² Al-Farabi, *Tahsil Al-Sa'adah* terj. Imam Sukardi (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005), hlm.2.

³ Taro Hiroshi, *How to Ikigai Rahasia Menjalani Hidup Sehat, panjang Umur dan Bahagia ala Orang Jepang* (Yogyakarta: Araska, 2020), hlm.25.

Problem Solving manusia modern yang menilai kebahagiaan hanya bisa dicapai secara material. Dalam permasalahan lain manusia modern terkadang mengalami krisis eksistensial, dikarenakan manusia lebih banyak melakukan apa yang diperintah dan bukan atas keinginan mereka, seperti menjalani kehidupan seperti yang diharapkan orang lain dengan kekuatan ekonomi atau kesenangan sementara atau dengan mematikan indra mereka, inilah faktor-faktor manusia bisa frustrasi bahkan menyebabkan bunuh diri, dalam *logoterapi* dapat disebut frustrasi eksistensial yang juga bisa memicu *neorosis*.⁴

Setiap orang punya kehendak untuk menggapai kebahagiaan yang diinginkan dan manusia sering mengikuti hasrat dirinya untuk mencapai esensi arti kebahagiaan, akan tetapi masih terdapat kegelisahan, kesengsaraan dalam menjalani hidup. Seolah-olah hanya idealis belaka. Apa sebenarnya yang membuat kebahagiaan itu hadir? atau jika kebahagiaan itu membutuhkan upaya, maka apa yang seharusnya dilakukan manusia untuk mencapai kebahagiaan? Apa itu Konsep Kebahagiaan dalam Filsafat *Ikigai*? Dan Bagaimana cara manusia menemukan *Ikigai*?

Pada lingkungan Perguruan Tinggi Agama Islam khususnya program studi Aqidah dan Filsafat Islam, pembahasan mengenai Filsafat Timur (Jepang, India, China) merupakan pembahasan yang masih bersifat tidak umum. Penggunaan kajian konsep kebahagiaan dalam Filsafat *Ikigai* sebagai materi keilmuan hingga sebagai cara pandang masih sangat awam untuk dibahas. Dengan hadirnya tulisan ini diharapkan menjadi pelengkap dan penambah pada

⁴ Viktor Emil Frankl, *Man's Search for Meaning* terj. Haris Priyatna (Jakarta Selatan: Noura Books, 2017), hlm. 115-116.

kajian Filsafat Timur dalam lingkungan PTAI terkhusus pada Prodi Aqidah dan Filsafat Islam. Sehingga menarik untuk dikaji lebih lanjut dalam penelitian ilmiah dan menjadi narasi keilmuan Islam. Pemikiran Filsafat *Ikigai* mengenai kebahagiaan bukanlah suatu hal yang mudah untuk dipahami secara instan, sehingga perlu dikumpulkan beberapa karya yang menyangkut Filsafat *Ikigai*. Penelitian ini bertujuan mengumpulkan dan menyampaikan Filsafat dari *Ikigai* mengenai konsep kebahagiaan yang terdapat dalam karyanya tersebut. Dengan demikian, Objek material penelitian ini adalah konsep kebahagiaan Filsafat *Ikigai*. Sedangkan pemikiran filsafat dalam *Ikigai* sendiri sebagai pola pikir filsafat menjadi objek formalnya. Maka tidak diperlukan kacamata analisis tambahan dalam menelaah pemikiran Filsafat *Ikigai*, sebab ajaran Filsafat *Ikigai* sendiri sudah filosofis. Sehingga hal tersebut dapat dijadikan sebagai objek formal dalam penelitian ini.⁵

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas, penelitian ini kemudian berusaha menjawab pertanyaan:

1. Bagaimana konsep kebahagiaan sebagai kajian Filsafat?
2. Bagaimana konsep kebahagiaan dalam Filsafat *Ikigai*?

C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah menjelaskan dan menguraikan secara jelas konsep kebahagiaan sebagai bagian dari kajian filsafat dan etika. Memperkaya literatur Filsafat Timur sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya. Kemudian,

⁵ Anthon Bakker dan Ahmad Charis Zubair, *Metodologi Penelitian Filsafat* (Yogyakarta: Kanisius, 1990), hlm.61.

dengan hadirnya tulisan ini, penulis ini berharap akan adanya kajian kembali terhadap temanya.

Kegunaan dari penelitian ini ialah menambah wawasan pemahaman akademisi secara umumnya dan mahasiswa jurusan Aqidah dan Filsafat Islam, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta terhadap Filsafat Timur. Maka dari itu dengan adanya penelitian ini bisa memperkaya literatur berbahasa Indonesia tentang Konsep Kebahagiaan dalam Filsafat *Ikigai*.

D. Tinjauan Pustaka

Tidak terlalu banyak penelitian yang mengkaji tentang Filsafat Timur terutama Konsep *Ikigai* dalam literatur berbahasa Indonesia. Di UIN Sunan Kalijaga sendiri belum pernah ada penelitian tentang Konsep *Ikigai*. Maka dari itu pendataan tinjauan pustaka ini tidak hanya untuk penelitian yang menyebutkan Konsep *Ikigai* sebagai objek penelitian secara eksplisit melainkan juga membahas objek kajian yang sama, yakni Etika.

Pertama, Artikel jurnal berjudul Mengenal Rahasia Karakter Orang Jepang: Selalu Menghargai Proses, Tidak Hanya Hasil (Kajian Budaya Dalam Pendekatan Filosofis). Jurnal ini menjelaskan ingin mengungkapkan prinsip dan evidensi yang melandasi pola budaya kerja orang jepang yang selalu menghargai proses dan tidak hanya hasil, dengan metode filsafat.⁶

Kedua, Artikel jurnal berjudul konsep Kebahagiaan Dalam Perspektif Al-Farabi karya Endrika Widdia Putri.⁷ Artikel ini menjelaskan kebahagiaan adalah

⁶ Iriyanto Widisuseno, "Mengenal Rahasia Karakter Orang Jepang: Selalu Menghargai Proses, Tidak Hanya Hasil (Kajian Budaya Dalam Pendekatan Filosofis)" Kiryoku, III, 2019.

⁷ Endrika Widdia Putri, "Konsep Kebahagiaan dalam Perspektif Al-Farabi", THAQAFIYAT, XIX, Juni, 2018.

kebaikan yang diinginkan untuk kebaikan itu sendiri.

Ketiga, Artikel jurnal berjudul Tuhan dan Manusia dalam Perspektif Pemikiran Abu Nasr Al-Farabi.⁸ Jurnal ini menjelaskan tentang Tuhan, Manusia dan Kebahagiaan manusia dapat diperoleh karena tindakan dan cara hidup yang dijalankan.

Keempat, Yesy Tri Cahyani.⁹ Tesis ini menjelaskan konsep *Ikigai* yang berfokus kepada pendidikan hobi yang dimiliki oleh para lanjut usia. Jika individu lanjut usia terpenuhi kepuasan batinnya melalui hobi, maka akan tercipta individu yang lebih sehat.

Dari penelitian tersebut beberapa hanya fokus pada konsep kebahagiaan darisalah satu tokoh Filsafat Islam, kemudian konsep *Ikigai* dalam hal pendidikan hobi yang berfokus pada manusia lanjut usia dan yang terakhir menjelaskan kebahagiaan melalui prosesnya dan menggunakan metode Filsafat. Sedangkan kajian penulisan tentang konsep kebahagiaan dalam filsafat *ikigai*, belum ada yang meneliti.

E. Metode Penelitian

Dalam sebuah penelitian, metode merupakan unsur penting yang menentukan hasil dari penelitian tersebut. Dalam studi yang akan dilakukan oleh penulis ini merupakan penelitian yang bersifat literatur atau kepustakaan (*Library Research*), yaitu kajian literatur melalui kajian kepustakaan, yang fokus

⁸ Muhammad Aziz, *Tuhan Dan Manusia Dalam Perspektif Pemikiran Abu Nasr Al-Farabi*, Jurnal Studi Islam, X, Desember, 2015.

⁹ Yesy Tri Cahyani, "Makna Pendidikan Bagi Masyarakat Lanjut Usia Di Jepang Suatu Kajian Kehidupan Sosial di Setagayaku Shougai Daigaku", Universitas Indonesia Journal Of Japanese Studies, XXI, Juni, 2011.

penelitiannya akan diarahkan pada berbagai literatur terkait. Selanjutnya, untuk memfokuskan penelitian yang terkait dengan pemikiran konsep Filsafat *Ikigai*, maka digunakan tahapan sebagai berikut:

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif. Maka, dalam hal ini peneliti melakukan pengumpulan data teks, baik buku primer maupun sekunder, yang berkaitan dengan seluruh referensi yang mendukung penelitian ini.

2. Pengumpulan Data

Dalam pengumpulan data ini, penulis menggunakan metode literatur, yaitu dengan membaca dan menelaah buku-buku dan referensi lain yang ada kaitannya dengan objek kajian. Untuk literatur yang dijadikan sumber data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Sumber Primer

Yang dimaksud sumber primer adalah seluruh pembahasan dari buku yang menguraikan isi inti dari konsep *Ikigai* serta beberapa sumber literasi yang berkaitan dengan itu, untuk dikaji, diteliti, dan dianalisa.

- b. Sumber Sekunder

Sumber sekunder adalah sumber buku-buku, jurnal, atau literasi lain yang masih terkait dengan tema penelitian.

3. Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini adalah dengan melakukan:

- a. Deskripsi: yaitu menguraikan secara sistematis seluruh konsepsi tokoh.¹⁰ Secara teknis, penulis melakukan parafrase untuk melihat dan memahami sebuah teks sebelum melakukan analisis dalam teks tersebut.¹¹
- b. Interpretasi; menyelami pemikiran tokoh, untuk menampakkan arti dan nuansa yang dimaksudkan oleh tokoh secara khas.¹² Dalam filsafat, interpretasi berarti menafsirkan pemikiran secara objektif. Metode ini digunakan untuk mendalami data yang terkumpul untuk menangkap arti yang dimaksud oleh tokoh.¹³

4. Pendekatan

Penulis menggunakan pendekatan filosofis, yaitu penelitian dengan mengarah pada perumusan ide-ide dasar atau gagasan yang bersifat mendasar (*fundamental ideas*) terhadap persoalan yang sedang dikaji.¹⁴

¹⁰ Anthon Bakker dan Ahmad Charis Zubair, hlm.54.

¹¹ Muzairi, dkk, *Metodologi Penelitian Filsafat* (Yogyakarta: FA Press, 2014), hlm.53.

¹² Anthon Bakker dan Ahmad Charis Zubair, hlm.63.

¹³ Anthon Bakker dan Ahmad Charis Zubair, hlm.54.

¹⁴ Muzairi, dkk, *Metodologi Penelitian Filsafat*, hlm.78.

F. Sistematika Pembahasan

Penelitian ini akan disusun secara garis besar dalam lima bab. Bab pertama menguraikan tentang pendahuluan yang berisi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan kegunaan penelitian, tinjauan pustaka, metode penelitian, dan sistematika pembahasan. Bab ini berisi rencana awal yang dijadikan landasan penelitian ini.

Bab kedua menguraikan aspek-aspek dalam memahami kebahagiaan yang bersifat filosofis sebagai kerangka umum. Serta melingkupi pandangan para tokoh-tokoh filsafat lain mengenai kebahagiaan ini.

Bab ketiga menguraikan aspek-aspek konsep *Ikigai*. Mencakup latar belakang sosial serta pokok-pokok pikiran yang menjadi ajaran-ajarannya.

Bab keempat berisi analisis konsep kebahagiaan dalam filsafat *Ikigai*. Semua yang dibahas di sini adalah berbagai ajaran mengenai kebahagiaan dengan fokus keterkaitan dan hubungannya pada realitas.

Bab kelima merupakan bagian penutup yang berisi tentang kesimpulan dan saran atas uraian-uraian sebelumnya berupa jawaban terhadap masalah yang telah menguraikan.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Dalam perjuangan pemikiran filosofis, konsep kebahagiaan termasuk dalam pembahasan etika, yang merupakan salah satu cabang atau kajian penting filsafat. Pemikiran filosofis semacam ini ada untuk memberikan solusi praktis untuk setiap masalah. Nilai yang meningkat menjadi tolak ukur utama. Perjalanan sejarahnya menunjukkan bahwa di berbagai tempat di mana filsafat berkembang, dari Barat ke Islam, dan kemudian ke Timur, masalah etika menjadi salah satu pembahasan penting. Latar belakang kefilosofatan jelas menjadi alasan dalam mengkaji dan menggali lebih luas dalam mengenai kebahagiaan, semata-mata untuk menambah wawasan dan mengerti apa sebenarnya kebahagiaan itu.

Konsep kebahagiaan dalam filsafat Barat, Timur dan Islam, memiliki ciri khasnya masing-masing dalam proses menuju kebahagiaan. Pertama, konsep Plato terkait etika dan teorinya tentang negara, bahwa tujuan akhir manusia adalah hidup yang baik, dan harus didukung dengan negara yang baik, sebab tidak mungkin dilakukan tanpa di dalam negara tersebut dan manusia merupakan makhluk sosial yang kodratnya hidup dalam negara. Kedua, Aristoteles mempunyai perhatian yang khusus terkait etika sebagai hukum kesusilaan. Menurut Aristoteles tujuan tertinggi hidup manusia adalah *Eudaimonia* atau kebahagiaan. Kebahagiaan adalah suatu keadaan di mana segala sesuatu termasuk dalam keadaan bahagia, ada di dalam diri

manusia. Kebahagiaan harus menjadi tindakan yang nyata dan harus dilakukan dengan perbuatan positif, serta memiliki dua keutamaan yakni keutamaan intelektual dan moral. Ketiga, dalam filsafat Islam, bagi Al-Farabi kebahagiaan dapat diperoleh dengan empat keutamaan di antaranya: keutamaan teoretis, pemikiran, akhlak dan amaliah. Serta memiliki akhlak baik, yang artinya individu memiliki jiwa positif dan kerohanian, sehingga kebahagiaan hadir dalam dirinya. Keempat, filsafat Timur memiliki teori yakni: konsep *Ikigai* berasal dari Jepang yang menjelaskan kesenangan dan makna hidup dengan lima pilar *Ikigai* dan kerangka dalam *Ikigai*.

2. Persoalan kebahagiaan kemudian dilihat secara dalam pada ajaran filsafat *Ikigai*. Kebahagiaan dalam konsep *Ikigai* secara murni Jepang dan versi barat, terdapat perbedaan dari segi pemahaman juga mengaplikasikannya. Konsep *Ikigai* murni Jepang, lebih menekankan pada seberapa jauh individu bermanfaat terhadap dirinya sendiri serta lingkungannya dengan keahlian atau kemampuan yang dimiliki, tanpa memperhitungkan pamrih. Sedangkan, *Ikigai* yang di kenal dalam dunia Barat, memiliki empat elemen nilai yakni: Apa yang kamu sukai? Apa keahlianmu? Apa yang dunia butuhkan darimu? Apa yang bisa dibayar dari kamu?

Dari ajaran konsep *Ikigai* yang cukup detail dan panjang, *Ikigai* adalah tentang menemukan, menjelaskan, dan menghargai kesenangan-kesenangan hidup yang dimiliki setiap individu. Menjalani kebahagiaan *Ikigai* tanpa tindakan, itu tidak akan berarti apa-apa dalam kehidupan tersebut.

Dari konsep ini pula, Mieko Kamiya menjelaskan teori *Ikigai*. Kamiya mendapati bahwa beberapa pasien memiliki gejala relatif ringan menderita perasaan tidak berarti dalam hidup mereka. Sehingga, Kamiya memiliki dorongan dan pertanyaan; “Apa yang membuat seseorang merasa bahwa hidup ini layak untuk dijalani?”. Dengan ini kebahagiaan dalam filsafat *Ikigai* dibahas, disebutkan bahwa kebahagiaan dan *Ikigai* berasal dari penerimaan diri sendiri, apa pun karakter atau ciri-ciri unik yang ada dalam diri sejak kecil atau baru-baru ini. Setiap individu memiliki *Ikigai*-nya yang berbeda dan begitu juga tindakan dalam pencarian *Ikigai*-nya. *Ikigai* dapat dijadikan sebuah falsafah untuk dianut dalam hidup dan dapat disimpulkan bahwa memiliki rasa *Ikigai* mengacu pada pola pikir dalam menciptakan kehidupan yang aktif dan bahagia. Dalam ranah keislaman, sebagaimana disebutkan pada bab sebelumnya, kebahagiaan dalam Islam, mengajarkan kebahagiaan, kesengsaraan jasmani duniawi dan ukhrawi. Dalam Islam disarankan untuk mengerjakan kebahagiaan di akhirat, namun jangan melupakan nasib dalam hidup di dunia. Jika dilihat dalam penafsiran Al-Qur’an dan Hadis, kebahagiaan bersumber dari dalam diri manusia atau jiwa. Dalam artian kebahagiaan tidak bisa dirasakan, sebelum mengenal diri dan apa yang menjadikan tujuan dalam kehidupan.

B. Saran

Dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari pergulatan filsafat di Indonesia, bahkan dari lingkup kecil. Filsafat *Ikigai* yang ditulis oleh penulis memang, tidak seluas dan dalam penjelasan *Ikigai* dari sekian buku atau

literatur yang sudah tertulis dan tersebar di dunia. Penulis menyadari bahwa pemahaman yang didapati dan hanya sekedar sesuai konteks konsep yang diterbitkan oleh beberapa literatur, masih sedikit memahami. Namun, penulisan ini tidak membatasi sebagai kajian filosofis. Dari pemahaman awal penulis dan pembacaan yang cukup sulit karena berbahasa asing, sehingga penulis merasa banyak kekurangan dan mungkin ada kesalahan dalam memahami *Ikigai* serta ajarannya yang detail dan panjang. Menulis, konsep kebahagiaan dalam filsafat *Ikigai*, dalam kajian filsafat memiliki resiko tinggi. Sebab, konsep *Ikigai* memiliki dua versi yakni Jepang dan Barat, yang membuat beberapa pengkajinya bingung dalam konsep *Ikigai* tersebut.

Terkait persoalan di atas, penulis berusaha memperkenalkan *Ikigai* ke dalam lingkungan akademik di Indonesia, khususnya untuk program studi Aqidah dan Filsafat Islam, Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Semoga Skripsi ini dapat menjadi inspirasi dalam penelitian selanjutnya dalam pembahasan *Ikigai* dalam perkembangan lebih modern. Oleh sebab itu, diharapkan adanya kritik atau saran terhadap penulisan ini. Dengan ini penulis mempersilahkan pembaca untuk membaca dan berpendapat dengan kajian atau perspektif yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

Referensi Buku

- Achmadi, Asmoro. *Filsafat Umum*. Jakarta: Rajawali Pers, 2010.
- Bakker, Anthon dan Zubair, Ahmad Charis. *Metodologi Penelitian Filsafat* Yogyakarta: Kanisius, 1990.
- Bertens, Kees. *Sejarah Filsafat Yunani Dari Thales ke Aristoteles*. Yogyakarta: Kanisius, 1975.
- Buettner, Dan. *The Blue Zones: Lessons for Living Longer from The People Who've Lived The Longest*. Washington: National Geographic Society, 2008.
- Farabi, Al. *Tahshil Al-Sa'adah*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005.
- Frankl, Viktor Emil. *Man's Search for Meaning*. terj. Haris Priyatna. Jakarta Selatan: Noura Books, 2017.
- Garcia, Hector dan Miralles, Frances. *IKIGAI Rahasia Hidup Bahagia dan Panjang Umur Orang Jepang*. Jakarta Selatan: PT. Rene Tuross Indonesia, 2015.
- Hadiwijono, Harun. *Sari Sejarah Filsafat Barat 1*. Yogyakarta: Kanisius, 1980.
- HD, Bastaman, dan N.S Fuat. *Logoterapi: Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, Jakarta: Rajawali Pers, 2007.
- Hiroshi, Taro. *How to Ikigai, Rahasia Menjalani Hidup Sehat, panjang Umur, dan Bahagia ala Orang Jepang*. Yogyakarta: Araska, 2020.
- Mitsubishi, Yukari. *Ikigai Giving Every Day Meaning and Joy*. Canada: Great Britain, 2018.
- Mogi, Ken. *The Book Of Ikigai Untuk Hidup Seimbang, Lebih Bahagia dan Panjang Umur*. Jakarta Selatan: PT Mizan Publika, 2017.
- Musman, Asti. *The Power Of Ikigai dan Rahasia Hidup Bahagia Ala Orang-orang di Dunia Lainnya*. Yogyakarta: Psikologi Corner, 2020.

- Muzairi, dkk, *Metodologi Penelitian Filsafat*. Yogyakarta: FA Press, 2014.
- Ong, Susy. *The New Seikatsu Kaizen Reformasi Pola Hidup Jepang Panduan Masyarakat Unggul dan Modern*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo Kelompok Gramedia, 2019.
- Rafanani, Been. *Ikigai For Jomblo*, Yogyakarta: Araska, 2020.
- Suseno, Franz Magnis. *Etika Dasar Masalah-Masalah Pokok Filsafat Moral*. Yogyakarta: Kanisius, 1987.
- *13 Tokoh Etika: Sejak zaman Yunani sampai abad ke-19*. Yogyakarta: Kanisius, 1998.
- Soyomukti, Nuraini. *Pengantar Filsafat Ilmu Dari pendekatan Historis, Pemetaan cabang-cabang filsafat, Pertarungan Pemikiran, Memahami Filsafat Cinta, Hingga Pandun Berpikir Kritis-Filosofis*. Jogjakarta:Ar-Ruzz Media, 2011.
- Suaedi. *Pengantar Filsafat Ilmu*. Bogor: IPB Press, 2016.
- Tamashiro, Tim. *How to Ikigai: Lessons for finding Happiness and Living Your Life's Purpose*. United States of Amerika:Mango, 2019.
- Wattimena, Reza A. A, *Bahagia, Kenapa Tidak?*. Yogyakarta: Maharsa, 2015.
- Zuhri, *Etika Perspektif. Teori, dan Praktik*. Yogyakarta:FA PRESS, 2016.

Referensi Jurnal dan Website

- Aravik, Havis dan Hamzani, “*Achmad Irwan. Homo Islamicus dan Imperfect State:Konsep Manusia dan Al-Madinah Al-Fadilahmenurut Al-Farabi*”. Al- Falah:Journal of Islamic Economics, 2019.
- Azhar, Muhammad. “*Filsafat Plato:Tentang Idea, Hermeneutika dan Internet*”. Jurnal IDEA, Edisi 5 Tahun 1999.
- Bilqiis Salsabiil Harahap, Aqilah (dkk.). “*Kajian Psikologi Positif Konsep Ikigai pada Kaisar Akihito dalam Manga Akihito Tennou Monogatari*”. *J-Litera:Jurnal Kajian Bahasa,Sastra, dan Budaya Jepang*, 2020.

- Habibi, Ahmad. *“Diskursus Etika Aristoteles Dalam Islam”*. Mawa’izh, Jurnal Dakwah dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan. 2020.
- Hamin, Khairul. *“Kebahagiaan Dalam Perspektif Al-Quran dan Filsafat”*, Tasamuh. Juni, 2016.
- Jann, Nilda Miftahul dan Aryani. *“Etika Dalam Perspektif Filsafat Islam”*. Makassar:STAI, 2021.
- Jusmiati, *“Konsep Kebahagiaan Martin Seligman:Sebuah Penelitian Awal”*. Rausyan Fikr, 2017.
- Kemp, Nick. What is Ikigai? It’s Not a Venn Diagram Framework. ikigaitribe.com, diakses tanggal 28 November 2021.
- Lini MJS. “Ngaji Filsafat 82:Pengantar Filsafat Jepang” YouTube, diunggah oleh MJS Channel, 07 Okt 2015, www.youtube.com/watch?v=bWNkv... Diakses pada 05 oktober 2021. Periode Heain 31:10.
- Nur Arifin dkk. *“Aliran dan Pemikiran Pendidikan Islam”*. Sidoarjo: CV. Dwiputra Pustaka Jaya, 2018.
- Putri, Endrika Widdia. *“Konsep Kebahagiaan Dalam Perspektif Al-Farabi”*. Thaqafiyat, 2018.

Referensi Skripsi

- Rahmadon, *Kebahagiaan Dalam Pandangan Thomas Aquinas Dan Hamka*. Skripsi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta, 2018.
- Savitri, Yolanda. *Kebahagiaan Perspektif Al-Farabi*. Skripsi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta, 2019.