

**KEBAHAGIAAN SPIRITAL PARA FRATER WISMA SKOLASTIKAT
CLARETIAN YOGYAKARTA**



Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar

Sarjana Agama (S.Ag)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
Oleh:
Khusnatul Qomara
NIM. 22105020066

PRODI STUDI AGAMA AGAMA

FAKULTAS USHULUDDIN DAN PEMIKIRAN ISLAM

UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

2025



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-1911/Un.02/DU/PP.00.9/11/2025

Tugas Akhir dengan judul : KEBAHAGIAAN SPIRITAL PARA FRATER WISMA SKOLASTIKAT CLARETIAN YOGYAKARTA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : KHUSNATUL QOMARA
Nomor Induk Mahasiswa : 22105020066
Telah diujikan pada : Kamis, 16 Oktober 2025
Nilai ujian Tugas Akhir : A

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

TIM UJIAN TUGAS AKHIR

Ketua Sidang/Pengaji I
Roni Ismail, S.Th.I., M.S.I.
SIGNED

Valid ID: 6908af1e18374



Pengaji II

Khairullah Zikri, S.Ag., MASRel
SIGNED

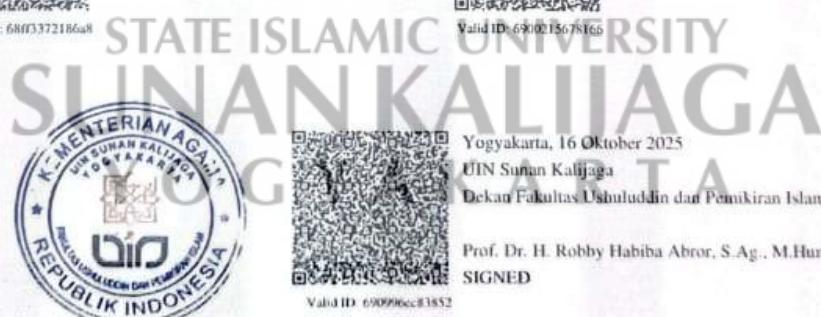
Valid ID: 68ff3372186a8



Pengaji III

Dr. Bambang Sujiyono, S.PAK., M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 690021567816b





KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA
FAKULTAS USHULUDDIN DAN PEMIKIRAN ISLAM
Jl. Marsda Adisucipto Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 589621, Faksimili (0274) 586117
Website : <http://ushuluddin.uin-suka.ac.id>

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Khusnatul Qomara
NIM : 22105020066
Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Jurusan/Prodi : Studi Agama - Agama
Alamat : Dukuh Manggis, RT 001/RW 001, Ds. Sukorejo, Kec. Pulpelem,
Kab. Wonogiri
Telp : 0822 3210 1073
Judul Skripsi : Kebahagiaan Spiritual Para Frater Wisma Skolastikat Claretian
Yogyakarta

Menerangkan dengan sesungguhnya, bahwa :

1. Skripsi yang saya ajukan adalah benar asli karya ilmiah yang saya tulis sendiri.
2. Apabila skripsi telah dimunaqosahkan dan diwajibkan revisi maka saya bersedia dan sanggup merevisi dalam waktu satu dua bulan terhitung dari tanggal munaqosah. Jika ternyata lebih dari dua bulan revisi skripsi belum terselesaikan maka saya bersedia dinyatakan gugur dan bersedia munaqosah kembali dengan biaya sendiri.
3. Apabila dikemudian hari ternyata diketahui bahwa karya tersebut bukan karya ilmiah saya (plagiasi), maka saya bersedia menanggung sanksi dan dibatalkan gelar sarjana saya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya

SUNAN KALIJAGA
Yogyakarta, 11 Oktober 2015



Khusnatul Qomara

NIM. 22105020066



NOTA DINAS
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

Dosen pembimbing Roni Ismail, S.Th.I., M.S.I.
Jurusan Studi Agama – Agama Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

NOTA DINAS

Hal : Persetujuan Skripsi Sdr Khusnatul Qomara
Lamp : -

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 : Khusnatul Qomara
NIM : 22105020066
Program Studi : Studi Agama - Agama
Judul Skripsi : Kebahagiaan Spiritual Para Frater Wisma Skolastikat Claretian
Yogyakarta

Sudah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana strata satu (S.Ag) di Prodi Studi Agama – Agama, Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqosahkan.
Atas perhatiannya kami ucapan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr.wb.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 13 Oktober 2025

Roni Ismail, S.Th.I., M.S.I.

NIP. 19800228 201101 1 003

MOTTO

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ

"Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri."

(QS. Ar-Ra'd : 11)

“Aku berjuang bukan dengan kekuatanku sendiri, tetapi dengan kekuatan Tuhan yang meneguhkan”

“Segala perkara dapat kutanggung di dalam Dia yang memberi kekuatan kepadaku”

(Filipi 4:13)

“Semua jatuh bangunmu hal yang biasa, angan dan pertanyaan waktu yang menjawabnya, berikan tengat waktu bersedihlah secukupnya, rayakan perasaanmu sebagai manusia. Hidup bukan saling mendahului, tapi bermimpilah sendiri-sendiri”

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
(Baskara Putra – Hindia)

“Terlambat bukan kalah, cepat bukan segalanya. Tiap langkah punya waktunya sendiri, kadang proses terasa rumit, tapi di balik semua itu, Allah sedang menulis akhir yang manis bahkan mungkin manisnya melebihi kopi sachet di malam revisi”

(Khusnatul Qomara)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi dipersembahkan untuk:

“Dengan segenap rasa syukur yang menari di hati, kupersembahkan karya sederhana ini kepada Sang Pemilik Ilmu, Allah SWT, yang tak pernah lelah menuntun langkah-langkah kecilku menuju cahaya pengetahuan.”

Khusus untuk dua nama paling berharga dalam hidupku Bapak Suparni dan Ibu Sujiyem terima kasih telah menjadi guru pertama yang mengajarkan makna sabar tanpa kelas, dan cinta tanpa jeda. Bapak yang selalu bilang “sing penting yakin,” dan Ibu yang setiap pagi menyelipkan doa di antara aroma kopi dan suara wajan. Kalian adalah universitas kehidupan yang sesungguhnya.

Untuk almamater tercinta, Program Studi Agama-Agama, Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, terima kasih telah menjadi rumah bagi pikiran yang ingin tumbuh dan hati yang ingin beriman.

Juga untuk sahabat-sahabat seperjuangan, terima kasih sudah jadi “kompas” di saat arah skripsi nyaris hilang dan jadi “tukang fotokopi” di saat *deadline* datang tanpa permisi.

Akhir kata, semoga skripsi ini tidak hanya berakhir di rak perpustakaan, tapi juga menjadi benih kecil yang menumbuhkan manfaat bagi siapa pun yang membacanya.

Aamiin.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillahirabbil ‘alamin, Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, Sang Pemilik waktu dan pengatur takdir, yang dengan kelembutan-Nya masih berkenan memberi napas, akal sehat, dan secangkir semangat setiap kali rasa malas datang tanpa undangan. Nikmat-Nya begitu luas termasuk nikmat menjadi mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, di Program Studi Agama-Agama, Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam, tempat di mana logika dan doa bisa duduk berdampingan di satu meja. Shalawat serta salam semoga selalu tercurah kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, keluarga, dan para sahabatnya yang telah menyalakan pelita iman di tengah kegelapan kebodohan. Semoga kita kelak termasuk umat beliau yang mendapat tempat di bawah naungan syafaatnya. *Aamiin ya Rabbal ‘alamin.*

Perjalanan menyusun skripsi ini ibarat mendaki gunung dengan sandal jepit berat, melelahkan, tapi tetap penuh cerita. Kadang laptop ngambek, kadang pikiran buntu, dan kadang juga kopi habis di saat inspirasi belum datang. Namun di balik semua drama itu, penulis bersyukur, karena Allah SWT senantiasa memberi jalan keluar yang tak terduga. Tantangan terbesar bukan pada bab tiga atau daftar pustaka, tapi pada diri sendiri antara keinginan rebahan dan kewajiban menyelesaikan penelitian. Beruntung, di tengah perjuangan itu, ada banyak wajah dan nama yang menjadi bahan bakar semangat: keluarga, sahabat, dan orang-orang baik yang doanya

diam-diam menembus langit. Oleh karena itu, pada kesempatan yang akhirnya penuh lega ini, penulis ingin menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya, seikhlas-ikhlasnya, dan setulus-tulusnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, doa, dan energi positif selama proses penulisan skripsi ini:

1. Bapak Prof. Noorhaidi Hasan, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Dr. H. Robby Habiba Abror, S.Ag., M.Hum. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Roni Ismail, S. Th.I., M.S.I. selaku Ketua Prodi Studi Agama Agama UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sekaligus Dosen Pembimbing Akademik dan Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan banyak masukan dan meluangkan waktu di tengah kesibukan lainnya serta memberikan motivasi dan arahan dalam perjalanan menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Khairullah Zikri, S.Ag., MAStRel. selaku Sekretaris Program Studi Agama Agama UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
5. Seluruh dosen Studi Agama Agama dan seluruh staf TU Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, terkhusus Ibu Fika selaku staf TU yang mana beliau semua telah membantu serta meluangkan waktunya dalam setiap tahapan administrasi yang dibutuhkan untuk menyelesaikan skripsi ini.

6. Kepada seluruh Komunitas Wisma Skolastikat Claretian Yogyakarta, terima kasih karena sudah memberi ruang untuk penulis dalam menyelesaikan penelitian sehingga menjadi skripsi ini.
7. Terima kasih setulus hati penulis sampaikan kepada kedua orang tua tercinta, Bapak Suparni dan Ibu Sujiyem, dua nama yang selalu hadir dalam setiap detak perjuangan ini. Dari Bapak, penulis belajar arti kerja keras, meski kadang disampaikan lewat kalimat sederhana, beliau merupakan sosok yang selalu menjadi sumber kekuatan, ketulusan, dan kasih sayang tanpa batas. Di tengah segala dinamika perjalanan studi ini, doa dan dukungan Bapak dan Ibu menjadi energi yang tak pernah padam. Terima kasih atas kesabaran dan kebijaksanaan Bapak dan Ibu dalam menghadapi berbagai sifat dan kegelisahan penulis selama proses penyusunan skripsi. Dalam diam, Bapak dan Ibu selalu menjadi pengingat bahwa setiap perjuangan memerlukan keikhlasan, dan setiap kesulitan pasti membawa hikmah. Bersama kelembutan dan ketegasan Ibu, penulis belajar arti keteguhan hati, ketulusan niat, dan makna pulang yang sesungguhnya. Terima kasih telah menjadi sosok yang tidak hanya menumbuhkan, tetapi juga menuntun dengan doa yang lebih kuat dari keluh kesah, dan kasih yang lebih luas dari segala jarak.
8. Untuk adik-adikku Citra Rahma Dewi dan Arsyila Aulia Yasmin. Terima kasih sudah ikut dalam proses penulis dalam menempuh pendidikan selama ini.
9. Buat geng nongkrong skripsi. Kak Aya, Kak Novi, Mas Lukman, Mas Haydar, Mas Restu, Mas Syifa. Terima kasih sudah meneman begadang bukan cuma buat main game, tapi buat ngetik huruf demi huruf yang kadang malah salah file. Terima kasih

sudah jadi alasan aku keluar dengan alasan biar produktif, padahal produktifnya ngobrol tiga jam, ngetik dua kalimat. Kita udah lulus dari banyak hal: bukan cuma dari kampus, tapi juga dari drama laptop error dan dosen killer. Kalian luar biasa kocak, bandel, tapi setia.

10. Teruntuk sahabat-sahabat tercinta di Prodi Studi Agama-Agama: Lia, Nabila, Yanti, Ana, Ihsan, Azmi. Terima kasih dari hati terdalam atas setiap motivasi, dukungan, pengalaman, waktu, dan ilmu yang kita bagi bersama sepanjang perjalanan ini. Kalian selalu menjadi garda terdepan, baik di saat-saat indah maupun sulit. Terima kasih telah menjadi pendengar setia di setiap keluh kesah. Syukur tak terhingga kepada Allah SWT yang telah menghadirkan manusia-manusia baik dan unik seperti dalam perjalananku.
11. Teruntuk teman-teman asrama Uqwah tercinta, para pejuang malam yang tahu bagaimana rasanya begadang bukan untuk ujian, tapi karena obrolan tak kunjung selesai. Chilya, Metha, Diana, Nadya Terima kasih atas setiap tawa di tengah lelah, setiap cerita sebelum tidur, dan setiap “ayo makan bareng” yang kadang jadi alasan untuk menunda tugas. Kalian bukan sekadar teman, tapi keluarga tanpa hubungan darah yang selalu siap mendengarkan keluh kesah, berbagi mie instan terakhir, dan jadi alarm hidup setiap pagi. Syukur yang sedalam-dalamnya penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena telah menghadirkan kalian manusia-manusia hangat, dan sedikit berisik yang membuat setiap hari di asrama menjadi kisah penuh warna dan kenangan yang tak akan tergantikan.

12. Untuk keluarga besar Simpul Iman Community (SIM C) rumah kecil penuh cahaya dari teman-teman UIN, UKDW, dan FTW Sanata Dharma. Dari kalian, aku belajar bahwa iman bukan sekadar keyakinan, tapi juga tawa, debat teologis sambil ngopi, dan cinta yang tak kenal sekat. Terima kasih sudah membuka ruang bagi penulis kecil ini untuk mengenal Bahasa Ibrani yang bahkan kampus pun belum sempat memperkenalkan.
13. Untuk Komunitas Sega Mubeng Kotabaru Yogyakarta, terima kasih sudah mengajarkan arti kasih tanpa label. Dari obrolan dengan tukang becak, hingga berbagi nasi bungkus dengan pemulung, aku belajar bahwa kehangatan iman tidak perlu seragam cukup hati yang lapang dan tawa yang tulus.
14. Terima kasih yang sebesar-besarnya penulis haturkan kepada teman-teman KKN 117 Kelompok 6 Sumberdalem, Wonosobo. Bersama kalian, setiap hari terasa seperti bab tersendiri dalam buku kenangan penuh tawa, perjuangan, dan cerita yang tak mungkin direvisi. Terima kasih atas kerja sama yang luar biasa; dari rapat yang sering molor tapi penuh ide brilian, hingga momen lembur laporan yang diiringi kopi sachet dan candaan receh penyelamat suasana. Kalian bukan hanya rekan seperjuangan, tetapi juga keluarga kecil yang mengajarkan arti kebersamaan di Tengah kesederhanaan desa. Terima kasih telah menjadikan masa pengabdian ini lebih dari sekadar program melainkan kisah hangat tentang persahabatan, ketulusan, dan perjuangan mencari sinyal di tengah ladang. Penulis bersyukur pernah menjadi bagian dari keluarga lentera yang tak hanya menerangi desa, tapi juga hati satu sama lain.

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berkontribusi, baik melalui dukungan materi, tenaga, semangat, maupun doa yang tak pernah putus dalam proses penyusunan skripsi ini. Tanpa kalian, mungkin penulis masih terjebak di antara Bab II dan secangkir kopi yang tak habis-habis. Penulis hanya dapat berdoa, semoga setiap kebaikan dan bantuan yang telah diberikan menjadi amal yang dibalas berlipat ganda oleh Allah SWT, Tuhan yang Maha Tahu siapa yang benar-benar menolong di saat *deadline* mendesak. Penulis juga menyadari sepenuhnya bahwa karya sederhana ini jauh dari kata sempurna seperti printer yang selalu error saat dibutuhkan, skripsi ini pun masih butuh banyak perbaikan. Oleh karena itu, segala bentuk kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi penyempurnaan penelitian ini. Akhir kata, semoga skripsi ini tidak hanya berakhir di rak perpustakaan berdebu, tetapi juga dapat memberikan manfaat, inspirasi, dan sedikit hiburan bagi siapa pun yang membacanya. *Aamiin*

Yogyakarta, 7 Oktober 2025

Penulis,



Khusnatul Qomara

22105020066

DAFTAR ISI

SURAT PENGESAHAN TUGAS AKHIR	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
NOTA DINAS.....	iii
MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	xii
ABSTRAK	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
E. Tinjauan Pustaka.....	9
F. Kerangka Teori	17
G. Metode Penelitian	21
H. Keabsahan data	25
I. Sistematika Penelitian.....	26
BAB II	29
GAMBARAN UMUM WISMA SKOLASTIKAT CLARETIAN YOGYAKARTA	29
A. Sejarah Wisma Skolastikat Claretian Yogyakarta	29
B. Letak Geografis Wisma Skolastikat Claretian Yogyakarta	32
C. Visi-Misi dan Tujuan Wisma Skolastikat Claretian Yogyakarta	34
D. Logo Wisma Skolastikat Claretian Yogyakarta	37
E. Simbol Bunda Maria Wisma Skolastikat Claretian Yogyakarta	40
BAB III.....	16

MAKNA KEBAHAGIAAN MENURUT PARA FRATER DI WISMA SKOLASTIKAT CLARETIAN YOGYAKARTA	16
A. Pengertian Kebahagiaan Menurut Frater Wisma Skolastikat Claretian Yogyakarta.....	16
B. Macam-Macam Kebahagiaan Menurut Frater Wisma Skolastikat Claretian Yogyakarta.....	19
C. Faktor Penyebab Kebahagiaan Menurut Frater Wisma Skolastikat Claretian Yogyakarta.....	22
BAB IV	35
KEBAHAGIAAN SPIRITAL PARA FRATER WISMA SKOLASTIKAT CLARETIAN YOGYAKARTA DALAM PERSPEKTIF KECERDASAN SPIRITAL.....	35
A. Proses Pertumbuhan Kebahagiaan Spiritual Yang Dialami Oleh Para Frater..	35
B. Momen-Momen Para Frater Merasakan Kebahagiaan Spiritual Dalam Kehidupan Sehari-Hari.....	46
C. Tantangan Yang Dialami Dalam Para Frater Menjaga Kebahagiaan Spiritual	58
D. Upaya Para Frater Dalam Menjaga Rasa Kebahagiaan Spiritual	68
BAB V.....	76
PENUTUP	76
A. Kesimpulan.....	76
B. Saran	78
DAFTAR PUSTAKA.....	80
DAFTAR INFORMAN.....	83
DAFTAR PERTANYAAN WAWACARA.....	84
LAMPIRAN-LAMPIRAN	88
Lampiran 1 : Surat Izin Penelitian dari UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta	88
Lampiran 2 : Surat Pernyataan Kerahasiaan Identitas Narasumber	89
Lampiran 3 : Dokumentasi	93
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	95

ABSTRAK

Kebahagiaan spiritual merupakan keadaan batin yang melibatkan kedekatan dengan Tuhan, ketenangan jiwa, serta kesadaran akan makna hidup yang mendalam. Bagi para frater yang sedang menjalani masa formasi di Wisma Skolastikat Claretian Yogyakarta, kebahagiaan spiritual menjadi aspek penting dalam pembentukan identitas religius dan penghayatan panggilan hidupnya. Dalam konteks kehidupan modern yang sarat dengan tantangan, kebahagiaan spiritual tidak hanya diwujudkan melalui praktik doa, tetapi juga melalui relasi interpersonal, pelayanan, dan keterlibatan aktif dalam komunitas religius.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan psikologi religius. Metode yang digunakan adalah deskriptif kualitatif, dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Teori yang digunakan adalah teori *Spiritual Quotient (SQ)* yang menekankan tiga dimensi utama, yaitu cinta, doa, dan kebajikan, sebagai dasar terbentuknya kebahagiaan spiritual.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebahagiaan yang di alami para *frater* Wisma Skolastikat Claretian Yogyakarta adalah kebahagiaan yang tercermin dalam kesadaran mereka akan makna panggilan hidup, sukacita batin yang stabil, berakar pada relasi mendalam dengan Tuhan, dan diwujudkan melalui tindakan kasih dalam rutinitas sederhana seperti doa, pelayanan, dan kebersamaan komunal. Kebahagiaan spiritual frater merupakan proses dinamis yang mengintegrasikan nilai-nilai kaul (kemiskinan, ketaatan, selibat) dengan pilar Spiritual Quotient (cinta, doa, kebajikan), menghasilkan wawasan baru bahwa kebahagiaan sejati tidak bergantung pada kebebasan eksternal, melainkan pada kesetiaan terhadap panggilan Ilahi di tengah keterbatasan biara yang eksklusif. Secara keseluruhan, kebahagiaan spiritual para *frater* terbentuk melalui integrasi antara pengalaman religius dan sosial yang hidup di dalam komunitas. Temuan ini memperlihatkan bahwa kebahagiaan spiritual bukan sekadar kondisi emosional, melainkan proses dinamis yang menumbuhkan kedewasaan rohani dan makna hidup dalam panggilan imamat. Aktivitas seperti merawat lingkungan, doa syukur malam hari, dan interaksi humoris sebagai ekspresi cinta, doa, dan kebajikan yang menghasilkan sukacita transenden dalam konteks biara yang tertutup. Peneliti mengidentifikasi bahwa tantangan seperti kehilangan orang tersayang atau konflik komunitas menjadi katalis pertumbuhan rohani, dengan upaya menjaga kebahagiaan melalui refleksi jurnal, doa perlindungan, dan teladan sederhana seperti mendengarkan tanpa menghakimi.

Kata kunci: Kebahagiaan Spiritual, *Frater*, Panggilan Religius, Doa, Kebajikan

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kebahagiaan spiritual merupakan kebahagiaan yang lahir dari kedalaman relasi seseorang dengan Tuhannya, di mana seseorang merasakan damai, makna, dan sukacita batin meskipun secara lahiriah hidup dalam keterbatasan dan rutinitas. Kebahagiaan bisa dipahami dari beberapa pendekatan keilmuan, di antaranya melalui ilmu psikologi.¹ Menurut psikologi, kebahagiaan tercipta dari adanya perasaan tenram dan aman, kemampuan serta keahlian yang dimiliki, kepuasan terhadap diri sendiri dan lingkungan sekitar, dukungan serta penghargaan dari Masyarakat, kenyamanan dalam menjalani aktivitas sehari-hari, penerimaan terhadap kehidupan, dan keyakinan spiritual. Oleh karena itu, individu yang **bahagia** adalah mereka yang memiliki kesehatan mental yang optimal.²

Bagi seorang *frater*, kebahagiaan ini bukan terletak pada variasi aktivitas atau perubahan suasana, melainkan pada kesetiaan menjalani hidup doa, kerja, dan kebersamaan dalam komunitas religius secara terus-menerus. Meski setiap hari dijalani dengan ritme yang serupa berdoa, belajar, melayani, dan hidup bersama orang yang sama seorang *frater* menemukan kebahagiaan dalam kedalaman spiritual, kesederhanaan, dan persekutuan dengan sesama saudara seiman. Bahkan ketika menyadari bahwa hidupnya akan terus seperti itu sampai akhir hayat, dan kelak ia pun akan dikuburkan di tempat yang sama bersama saudara-saudaranya, hal tersebut justru menjadi sumber kedamaian. Karena baginya, kebahagiaan sejati bukan terletak pada perubahan dan kebebasan dunia, tetapi

¹ Roni Ismail, “Beragama Bahagia Untuk Bina Damai: Kajian atas Keberagamaan Matang Menurut William James”, *Living Islam*, Vol. 7, No. 1, 2024. 145-162. DOI: <https://doi.org/10.14421/lijid.v7i1.5277>, lihat juga Roni Ismail, “Kecerdasan Spiritual dan Kebahagiaan Hidup”, *Refleksi*, Vol. 12, No. 1, Januari 2012.

² Muhammad Sholihan Mansyur, Tesis:” *Kebahagiaan Spiritual Bagi Nestapa Manusia Modern (Studi Pemikiran M. Quraish Shihab Dalam F L-Mi H H)*” (Jakarta: Instititut PTIQ, 2022), Hlm. 24.

dalam kesetiaan kepada panggilan Tuhan yang memberikan makna kekal. Dalam konteks usia *frater* yang umumnya berada pada rentang 20–30 tahun masa di mana banyak orang mengejar kesenangan, kebebasan pribadi, dan pencapaian duniawi terdapat jarak eksistensial yang signifikan. Mereka memilih jalan yang berlawanan arus melalui tiga kaul: kemiskinan, ketaatan, dan kemurnian (selibat), yang menuntut pengingkaran diri dan totalitas penyerahan diri kepada Tuhan. Namun justru dalam penyangkalan itulah mereka menemukan kebahagiaan yang lebih dalam, bukan sebagai pelarian, melainkan sebagai jawaban atas panggilan batin yang melampaui logika kenikmatan sesaat.

Kehidupan *frater* di biara merupakan suatu proses formasi *religius* yang menekankan pada pembinaan spiritual, intelektual, dan komunitas dalam rangka mempersiapkan mereka menjadi imam atau biarawan yang matang secara rohani. *Frater* merupakan sebutan bagi laki-laki yang sedang menjalani masa pendidikan dan pembinaan menuju kehidupan membiara atau imamat dalam Gereja Katolik. Kata "*frater*" berasal dari bahasa Latin yang artinya "*saudara*", secara umum digunakan untuk menyebut anggota komunitas religius laki-laki yang belum ditahbiskan menjadi imam. Dalam kehidupan sehari-hari, para *frater* menjalani ritme yang terstruktur, meliputi doa bersama, studi teologi dan filsafat, kerja pastoral, serta kehidupan komunitas yang menuntut kedisiplinan dan penghayatan nilai-nilai kebiaraan. Komunitas biara menjadi tempat bagi frater untuk mengalami pertumbuhan dalam iman, memperdalam relasi dengan Tuhan, serta mengembangkan karakter dan kebijaksanaan dalam menjalani panggilan hidup *religius*.³ Selain itu, kehidupan bersama dalam biara juga menghadirkan tantangan, seperti

³ D. O'Murchu, *Religious Life in the 21st Century: The Prospect of Refounding* (Maryknoll, NY: Orbis Books, 2016), hlm. 35-40

menyesuaikan diri dengan komunitas, menjaga keseimbangan antara aspek spiritual dan emosional, serta menghadapi dinamika psikologis yang muncul dalam kehidupan bersama.⁴ Oleh karena itu, pemahaman tentang kebahagiaan spiritual dalam kehidupan *frater* sangat penting untuk mendukung kesejahteraan mereka selama masa formasi.

Dalam bukunya *The Art of Happiness*, Khalil A. Khavari menekankan bahwa kebahagiaan sejati tidak semata-mata bersumber dari pencapaian eksternal, melainkan dari kedamaian batin dan hubungan yang harmonis dengan nilai-nilai spiritual. Pandangan ini sangat relevan dalam konteks formasi religius, di mana para *frater* diajak untuk terus-menerus menggali dan menghidupi dimensi spiritual mereka sebagai dasar utama dalam menjalani hidup membiara dengan sukacita dan ketulusan. Hidup membiara atau hidup bakti merupakan penyerahan diri secara penuh kepada Tuhan, bukan karena seseorang pandai, hebat dan pantas, tetapi karena Tuhan lebih dahulu mencintai dan memanggil hambanya, sehingga seseorang mempersesembahkan hidup kepada Tuhan agar dilibatkan dalam karya kasih bagi umat manusia. Menurut Kitab Hukum Kanonik 573, Hidup bakti adalah yang atas dorongan Roh Kudus mengikuti Kristus lebih dekat, yang dilengkapi dengan dasar baru dan khusus untuk menyiaran kemuliaan surgawi. Hidup bakti merupakan anugerah khusus dan berdasar pada anugerah iman yang dimulai dalam pembaptisan. Maka dari itu, prinsip-prinsip hidup kristiani yang mendasari kesetiaan permandian senantiasa menjadi dasar dari prinsip-prinsip hidup religius dan imamat itu sendiri.⁵

⁴ Sandra M. Schneiders, *Finding the Treasure: Locating Catholic Religious Life in a New Ecclesial and Cultural Context* (New York: Paulist Press, 2000), hlm. 41–42.

⁵ Charlys dan Ni Made Taganing Kurniati, “Makna Hidup pada Biarawan,” *Jurnal Psikologi*, Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma, Vol. 1, No. 1 (Desember 2007), hlm. 34.

Hidup Membriara atau Bakti secara khusus mau menjadikan semangat Injili ini sebagai pilihan hidup dan dihayati secara total, radikal dan konsekuensi dengan hati yang tidak terbagi dan selalu terpusat pada Tuhan, yang pengungkapannya dilakukan dalam pengikraran tri prasetya. Dalam semangat Injil dan sekaligus pengikraran tri prasetya ini, kemampuan untuk mengolah hidup bagi para religius pun dibutuhkan.⁶ Pengolahan ini dibutuhkan karena mengingat bahwa zaman sekarang, orang-orang yang masuk ke Seminari/biara (para religius) masa kini dengan berbagai kadarnya, mencerminkan mentalitas yang kurang baik yang secara khas ditandai oleh konsumerisme, ketidakstabilan dalam keluarga dan sosial, relativisme moral, pandangan yang keliru tentang seksualitas, pilihan yang sembrono dan kehidupan spiritual yang dangkal serta kehidupan psikologis yang terganggu oleh berbagai macam hal. Inilah persoalan saat ini. Pengolahan hidup ini merupakan unsur dasariah dalam tiap usaha untuk pengadakan peresapan spiritualitas dan pembatinan kehidupan membiara, karena pengolahan hidup yang benar mampu membawa tiap pribadi pada pengakaran iman yang matang dan dewasa.⁷

Dinamika tantangan dalam mencapai kebahagiaan spiritual bagi frater di biara dapat dirasakan melalui beragam aspek kehidupan biara yang penuh dengan disiplin dan pengorbanan. Setiap frater dihadapkan pada tantangan untuk mengatasi keinginan pribadi, menjalani hidup dalam kesederhanaan, dan mempertahankan ketenangan batin dalam situasi yang serba terbatas. Rutinitas doa yang ketat, kerja keras, serta keterbatasan interaksi sosial menjadi ujian besar bagi banyak frater untuk menjaga fokus pada panggilan spiritual mereka. Selain itu, adanya pergumulan batin antara kesetiaan terhadap panggilan

⁶ Mardi Prasetya, “*Tugas Pembinaan Demi Mutu Hidup Bakti*”, (Yogyakarta: Kanisius, 2005), hlm. 9.

⁷ Gusti Bagus Kusumawanta, “*Psikologi dan Pendidikan Calon Imam*”, (Yogyakarta: Kanisius, 2013), hlm.

dan godaan dunia luar dapat mengganggu kedamaian hati yang mereka cari. Tantangan-tantangan ini seringkali menjadi pemicu bagi pertumbuhan rohani, namun juga dapat menyebabkan rasa kesepian atau keraguan.

Di sisi lain, dukungan dalam mencapai kebahagiaan spiritual bagi frater di biara datang dari kehidupan komunitas yang saling menguatkan. Bersama dalam doa, refleksi, dan kegiatan sehari-hari, para frater menemukan semangat dan kekuatan baru. Pendampingan dari para pembimbing rohani serta keteladanan dari sesama anggota komunitas memberikan rasa aman dan keyakinan dalam menjalani panggilan hidup. Selain itu, praktik hidup bersama yang berbasis kasih dan saling melayani membantu memperkuat kedekatan dengan Tuhan serta memperdalam pengalaman rohani. Dalam hal ini, kebahagiaan spiritual lebih banyak dipandang sebagai suatu perjalanan bersama, bukan pencapaian individu semata, yang memberikan makna dan kedamaian sejati dalam hidup mereka.⁸

Penelitian mengenai kebahagiaan spiritual dalam konteks formasi religious ini memiliki relevansi yang signifikan bagi pengembangan program pembinaan calon imam atau biarawan. Pemahaman mendalam tentang peran religiusitas dan spiritualitas dapat membantu institusi keagamaan merancang program yang tidak hanya menekankan aspek teologis, tetapi juga kesejahteraan psikologis para frater. Penelitian menunjukkan bahwa pengalaman spiritual harian dan dukungan sosial memiliki hubungan positif dengan

⁸ Angela Reed dan Peter C. Hill, “Spiritual Formation and Theological Education: Four Institutional Definitions and Perspectives on the Means by Which Seminaries Participate in the Spiritual/Character Formation of Students,” *Christian Education Journal*, Vol. 20, No. 1 (Mei, 2023), hlm. 65–86.

kesejahteraan psikologis individu.⁹ Dengan demikian, integrasi praktik spiritual yang mendalam dan penguatan komunitas dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis para frater selama masa formasi. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat memperkaya pemahaman tentang bagaimana elemen-elemen seperti makna hidup, keterlibatan, dan hubungan positif berperan dalam kebahagiaan individu yang menjalani kehidupan religius. Studi terdahulu menunjukkan bahwa religiusitas berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis melalui pemberian makna dan tujuan hidup.¹⁰

Pengamatan yang saya lakukan cenderung ekslusif yang ditandai dengan sejumlah karakteristik spesifik. Pertama, terdapat kesulitan signifikan dalam melakukan wawancara dengan para frater, yang menunjukkan adanya keterbatasan akses komunikasi dengan pihak eksternal. Kedua, biara tersebut jarang dikunjungi oleh individu non-katholik, mencerminkan lingkungan yang cenderung tetutup dan homogen dalam hal keimanan. Selain itu, mayoritas frater berasal dari wilayah timur Indonesia, sebuah Kawasan di mana umat Islam merupakan kelompok minoritas, sehingga membawa pengaruh budaya dan sosial yang khas ke dalam dinamika internal biara. Visi dan misi biara ini secara tegas berorientasi pada Pendidikan yang menjadi pilar utama dalam setiap aktivitas yang dilakukan. Akibatnya, focus pada pengembangan intelektual dan Pendidikan formal seringkali diutamakan di atas pengembangan relasi sosial dengan komunitas di luar biara. Hal ini mengakibatkan interaksi dengan pihak eksternal menjadi terbatas, dengan kecenderungan untuk memprioritaskan tujuan-tujuan edukasi yang selaras dengan misi

⁹ Mihalani Angelina Putri, Prima Aulia, Jurusan Psikologi, dan Fakultas Psikologi dan Kesehatan, “Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa yang Bekerja Freelancer,” *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, Vol. 10, No. 10 (2023), hlm. 85–88.

¹⁰ Ros Mayasari, “Religiusitas Islam dan Kebahagiaan (Sebuah Telaah dengan Perspektif Psikologi),” *Al-Munzir*, Vol. 7, No. 2 (2014), hlm. 81–100.

biara. Kondisi ini mencerminkan sebuah pendekatan yang terarah namun terfokus secara internal, yang dapat membatasi keterlibatan biara dalam dialog lintas komunitas atau kerjasama dengan kelompok lain di luar lingkup Pendidikan.

Hal ini menjadi menarik untuk diteliti karena dapat mengeksplorasi makna kebahagiaan spiritual dalam konteks kehidupan biara yang ekslusif, sebagaimana terungkap dari pengamatan sebelumnya mengenai keterbatasan akses komunikasi, fokus utama pada Pendidikan, dan latar belakang budaya frater yang mayoritas berasal dari wilayah timur Indonesia, di mana umat Islam merupakan minoritas. Dinamika internal biara tertutup dan di orientasi pada misi edukasi berpotensi memengaruhi cara para frater memaknai dan mengalami kebahagiaan spiritual, terutama dalam komunitas yang menekankan nilai-nilai religious namun memiliki interaksi sosial eksternal yang terbatas. Oleh karena itu, peneliti bermaksud meneliti “Kebahagiaan Spiritual Para Frater di WSCY” untuk memahami bagaimana komitmen terhadap Pendidikan, identitas budaya, dan minimnya relasi dengan komunitas luar membentuk konstruk kebahagiaan spiritual Mereka. Penelitian ini diharapkan dapat mengungkap dimensi kebahagiaan yang khas dalam kehidupan monastik serta berkontribusi pada kajian psikologi dan spiritualitas dalam konteks religious yang unik.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis dapat menarik beberapa poin penting yang menjadi rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana makna kebahagiaan menurut para frater Wisma Skolastikat Claretion Yogyakarta?

2. Bagaimana analisis kebahagiaan spiritual para frater perspektif kecerdasan spiritual?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah di paparkan penulis, adapun tujuannya sebagai berikut:

1. Ingin mengetahui makna kebahagiaan para frater Wisma Skolastikat Claretion Yogyakarta.
2. Ingin mengetahui kebahagiaan spiritual para frater dalam perspektif kecerdasan spiritual.

D. Manfaat Penelitian

Beberapa manfaat penelitian yang penulis lakukan, baik dari segi teoritis ataupun praktis sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pemahaman tentang konsep SQ dalam konteks pendidikan agama Islam, terutama terkait dengan pengembangan dimensi afektif dalam pembentukan karakter dan akhlak mulia serta dapat mengeksplorasi hubungan antara tingkat SQ dan kebahagiaan spiritual, penelitian ini dapat memberikan wawasan baru tentang bagaimana peningkatan kecerdasan spiritual dapat mempengaruhi kesejahteraan rohani individu dalam komunitas religius.¹¹

¹¹ Arin Muflichatul Matwaya dan Ahmad Zahro, “Konsep *Spiritual Quotient* Menurut Danah Zohar dan Ian Marshall dalam Perspektif Pendidikan Islam,” *Attadrib: Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, Vol. 3, No. 2 (2021), hlm. 41–48.

2. Manfaat praktis

Penelitian ini dapat memberikan wawasan yang berharga bagi para frater, Melalui pemahaman mengenai kebahagiaan spiritual dalam perspektif *Spiritual Quotient* (SQ) menurut Prof. Khalil A. Khavari, para frater dapat melakukan refleksi mendalam terhadap kualitas kehidupan spiritual mereka. Penelitian ini juga dapat membantu mereka mengenali dimensi-dimensi spiritual yang dapat menunjang kebahagiaan batiniah secara utuh, sehingga mendorong pertumbuhan pribadi yang lebih seimbang antara aspek rohani, emosional, dan intelektual. Selain itu, penelitian ini juga bermanfaat bagi lembaga pendidikan seminari, khususnya para formator, dalam merancang strategi pembinaan yang lebih menyeluruh dan kontekstual dengan memasukkan aspek pengembangan spiritual quotient sebagai bagian dari proses formasi. Lebih jauh, hasil penelitian ini dapat menjadi kontribusi dalam pengembangan kajian spiritualitas Kristen, terutama dalam mengintegrasikan pendekatan psikologi spiritual modern ke dalam praktik kehidupan religius. Tak hanya itu, penelitian ini juga dapat menjadi referensi awal bagi peneliti lain yang ingin mengkaji lebih dalam tentang kebahagiaan spiritual atau penerapan spiritual quotient dalam konteks religius maupun sosial yang lebih luas.

E. Tinjauan Pustaka

Tinjauan pustaka merupakan hasil tinjauan dari berbagai teori, konsep, dan penelitian sebelumnya yang relevan dengan topik penelitian yang di lakukan oleh peneliti, yang bertujuan untuk memberikan landasan teoritis, memperkuat argumentasi, serta

mengidentifikasi kesenjangan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, beberapa kajian pustaka ya sebagai berikut:

Penelitian yang dilakukan oleh MS Mansyur dengan judul “Kebahagiaan Spiritual bagi Nestapa Manusia Modern (Studi Pemikiran M. Quraish Shihab dalam Tafsir Al-Misbah)”¹² berfokus pada pemikiran M. Quraish Shihab mengenai kebahagiaan spiritual yang ditemukan dalam tafsir Al-Misbah. Mansyur menunjukkan bahwa Shihab mengartikan kebahagiaan sebagai keseimbangan antara dimensi dunia dan ukhrawi, dengan penekanan pada hubungan yang harmonis antara manusia dengan Tuhan, sesama, dan diri sendiri. Pemikiran ini dianggap relevan dalam menghadapi krisis spiritual manusia modern yang sering terjebak pada pencarian kebahagiaan material. Penelitian ini menganggap kebahagiaan spiritual sebagai pencapaian yang melibatkan kesadaran diri dan hubungan otentik dengan Tuhan. Semengtara itu, penelitian yang dilakukan oleh penulis berfokus pada pengalaman kebahagiaan spiritual para frater dalam kehidupan mereka sebagai anggota komunitas religius Katolik. Penelitian ini menggunakan teori *Spiritual Quotient* (SQ) dari Khalil A. Khavari yang menekankan pentingnya kecerdasan spiritual dalam meraih kebahagiaan batin melalui penghayatan nilai-nilai spiritual dalam kehidupan sehari-hari. Dengan pendekatan ini, penelitian ini bertujuan untuk menggali bagaimana para frater di Wisma Skolastikat Claretian Yogyakarta mengaplikasikan konsep-konsep kebahagiaan spiritual dalam kehidupan rohani mereka.

Penelitian yang ditulis oleh FM Balqis, R. Fatma Dewi, CA Putri, dan FT Fauziyah dengan judul “Shodaqoh sebagai Pilar Sosial dan Kebahagiaan Spiritual dalam Masyarakat

¹² Muhammad Sholihan Mansyur, *Kebahagiaan Spiritual bagi Nestapa Manusia Modern (Studi Pemikiran M. Quraish Shihab dalam Tafsir al-Misbah)* (Jakarta: Institut PTIQ, 2022).

Muslim”¹³ mengkaji peran shodaqoh (sedekah) dalam membentuk kesejahteraan sosial dan kebahagiaan spiritual di kalangan umat Muslim. Penelitian ini menunjukkan bahwa shodaqoh tidak hanya berfungsi sebagai bentuk amal sosial yang membantu sesama, tetapi juga berkontribusi pada kebahagiaan batin dan spiritual pemberi sedekah. Dalam konteks ini, shodaqoh dianggap sebagai tindakan yang mempererat hubungan antarindividu dan sebagai jalan untuk mencapai kedamaian hati serta mendekatkan diri kepada Tuhan. Penelitian ini mengangkat nilai-nilai spiritual yang terkandung dalam praktik shodaqoh sebagai pilar penting dalam membangun kebahagiaan sosial dan spiritual bagi masyarakat Muslim. Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh penulis berfokus pada pengalaman kebahagiaan spiritual para frater yang hidup dalam komunitas religius Katolik. Penelitian ini menggunakan teori Spiritual Quotient (SQ) dari Prof. Khalil A. Khavari untuk menggali bagaimana dimensi SQ termasuk cinta, do'a, dan hubungan dengan Tuhan berperan dalam membentuk kebahagiaan spiritual para frater. SQ dilihat sebagai kecerdasan yang mengarah pada kedalaman batin dan pemahaman diri yang lebih besar, yang membimbing frater dalam menjalani panggilan hidup mereka dengan penuh kedamaian dan makna.

Penelitian yang ditulis oleh Y. Istirohkani dengan judul “Studi Komparasi Kebahagiaan Spiritual Lansia yang Memiliki Trauma dengan Lansia yang Tidak Memiliki Trauma di Balai Pelayanan sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Yogyakarta”¹⁴ yang tidak mengalami trauma. Istirohkani menunjukkan bahwa trauma masa lalu dapat memengaruhi kualitas hidup spiritual lansia, dengan mereka yang tidak memiliki trauma

¹³ F. M. Balqis, R. Fatmadewi, C. A. Putri, *dkk.*, “Shodaqoh sebagai Pilar Sosial dan Kebahagiaan Spiritual dalam Masyarakat Muslim,” *Jurnal Multidisiplin Inovatif*, Vol. 8, No. 5 (2024).

¹⁴ Y. Istirohkani, *Studi Komparasi Kebahagiaan Spiritual Lansia yang Memiliki Trauma dengan Lansia yang Tidak Memiliki Trauma di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Yogyakarta* (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2021).

cenderung memiliki kebahagiaan spiritual yang lebih tinggi. Penelitian ini mengungkap pentingnya dukungan sosial dan spiritual dalam membantu lansia mengatasi trauma, serta bagaimana kebahagiaan spiritual dapat dipengaruhi oleh kemampuan individu untuk menerima masa lalu dan menemukan kedamaian batin. Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh penulis berfokus pada pemahaman kebahagiaan spiritual dalam konteks kehidupan religius para frater yang hidup dalam komunitas Katolik. Penelitian ini menggunakan teori Spiritual Quotient (SQ) dari Prof. Khalil A. Khavari untuk menggali bagaimana dimensi-dimensi SQ seperti cinta, virtues, dan hubungan dengan Tuhan berperan dalam membentuk kebahagiaan spiritual para frater. Penelitian ini menyoroti bagaimana faktor spiritual dan panggilan hidup membiara berkontribusi pada kebahagiaan dan kesejahteraan spiritual dalam kehidupan mereka.

Penelitian yang dilakukan oleh A. Halim berjudul “Konsep Spiritual Quotient dalam Tafsir Fi Zhilalil Qur'an Karya Sayyid Quthb dan Implikasinya terhadap Pendidikan Islam” mengkaji pemikiran spiritual dalam karya tafsir Sayyid Quthb dan mengaitkannya dengan konsep spiritual quotient (SQ). Dalam penelitian ini, Halim menyoroti bahwa tafsir Fi Zhilalil Qur'an sarat dengan nilai-nilai spiritual yang selaras dengan dimensi-dimensi SQ, seperti kesadaran terhadap kehadiran Tuhan, makna hidup, pengorbanan, dan tanggung jawab moral. Penelitian ini juga menggambarkan bahwa pemikiran Sayyid Quthb mengandung implikasi penting bagi pengembangan pendidikan Islam yang tidak hanya berorientasi pada kognisi, tetapi juga spiritualitas peserta didik. Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh penulis berfokus pada bagaimana nilai-nilai dalam SQ berperan dalam membentuk kebahagiaan spiritual para frater yang hidup dalam komunitas religius Katolik. Menggunakan kerangka teori dari Prof. Khalil A. Khavari, penelitian ini mengeksplorasi

bagaimana dimensi-dimensi SQ seperti cinta , bajikan, dan keterhubungan dengan realitas spiritual mewarnai pengalaman batin dan pemaknaan hidup para frater.

Penelitian yang dilakukan oleh A. Badawi berjudul "Konsep Spiritual Quotient sebagai Arah Baru Pengembangan Pendidikan Islam"¹⁵ membahas bagaimana spiritual quotient (SQ) dapat dijadikan sebagai fondasi dalam pembaruan sistem pendidikan Islam. Badawi menekankan bahwa SQ memiliki peran strategis dalam membentuk pribadi yang utuh tidak hanya cerdas secara intelektual dan emosional, tetapi juga memiliki kedalaman spiritual yang mampu memandu tindakan dan pengambilan keputusan moral. Dalam konteks ini, SQ dipahami sebagai kecerdasan yang berperan dalam menemukan makna hidup, hubungan dengan Tuhan, dan integritas diri, yang semuanya penting dalam membentuk karakter peserta didik. Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh penulis memiliki fokus pada pemaknaan pengalaman spiritual dan kebahagiaan batin para frater yang hidup dalam komunitas religius. Mengacu pada teori Prof. Khalil A. Khavari, penelitian ini mengeksplorasi bagaimana dimensi-dimensi SQ seperti cinta , bajikan, serta rasa keterhubungan dengan Yang Ilahi menjadi bagian dari kebahagiaan spiritual para frater dalam menjalani hidup membela.

Penelitian yang dilakukan oleh F. Himmah berjudul "Pendekatan Spiritual Quotient (SQ) dalam Menanggulangi Delinkuensi Siswa di MTs Islamiyah Temayang dan SMA Islam Temayang Bojonegoro"¹⁶ membahas bagaimana SQ dapat digunakan sebagai pendekatan untuk mengatasi perilaku menyimpang (delinkuensi) di kalangan remaja

¹⁵ A. Badawi, *Konsep Spiritual Quotient (SQ) sebagai Arah Baru Pengembangan Pendidikan Islam* (Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2008).

¹⁶ F. Himmah, *Pendekatan Spiritual Quotient (SQ) dalam Menanggulangi Delinkuensi Siswa di MTs Islamiyah Temayang dan SMA Islam Temayang Bojonegoro* (Bojonegoro: Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri, 2023).

sekolah. Dalam penelitian tersebut, SQ diposisikan sebagai alat bantu untuk mengarahkan siswa agar mampu mengenali nilai-nilai kehidupan yang lebih bermakna, memahami konsekuensi dari tindakan negatif, dan menumbuhkan kesadaran spiritual dalam diri mereka. Himmah menekankan bahwa melalui penguatan SQ, siswa bisa lebih mampu mengontrol diri, berpikir jernih sebelum bertindak, serta membangun hubungan yang lebih baik dengan sesama dan dengan Tuhan. Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh penulis berfokus pada bagaimana para frater, sebagai individu yang hidup dalam komunitas religius, mengalami dan memaknai kebahagiaan spiritual dalam keseharian mereka. Menggunakan teori spiritual quotient dari Prof. Khalil A. Khavari, penelitian ini mengeksplorasi bagaimana dimensi-dimensi SQ seperti cinta , bajikan, dan keterhubungan dengan realitas transenden menjadi bagian penting dalam kebahagiaan batin para frater.

Penelitian yang dilakukan oleh A. Rifai berjudul "Peran Orang Tua dalam Membina Kecerdasan Spiritual"¹⁷ membahas pentingnya peran keluarga, khususnya orang tua, dalam menanamkan nilai-nilai spiritual kepada anak sejak dini. Rifai menekankan bahwa kecerdasan spiritual tidak hanya berakar dari pendidikan formal, tetapi sangat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga sebagai tempat pertama anak mengenal nilai, makna hidup, dan hubungan dengan Tuhan. Melalui pendekatan kasih sayang, keteladanan, dan pembiasaan ibadah, orang tua dapat membantu anak mengembangkan dimensi spiritual yang menjadi dasar bagi pembentukan karakter. Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh penulis berfokus pada pemahaman mengenai kebahagiaan spiritual dalam kehidupan religius, menggunakan kerangka teori spiritual quotient dari Prif. Khalil A. Khavari. Penelitian ini

¹⁷ A. Rifai, "Peran Orang Tua dalam Membina Kecerdasan Spiritual," *Al Amin: Jurnal Kajian Ilmu dan Budaya Islam*, Vol. 1, No. 2 (2018).

bertujuan menggali bagaimana frater sebagai calon imam religius mengalami dan memahami kebahagiaan spiritual melalui nilai-nilai SQ seperti cintai, kebajikan, serta keterhubungan dengan yang transenden dalam kehidupan komunitas

Penelitian yang dilakukan oleh I. Affandi berjudul "Metode Mengembangkan Spiritual Quotient (Kecerdasan Spiritual) Anak Usia Dini"¹⁸ membahas tentang pentingnya penanaman nilai-nilai spiritual sejak usia dini dan bagaimana SQ dapat dikembangkan melalui pendekatan pendidikan yang tepat. Affandi menekankan bahwa spiritual quotient bukanlah sesuatu yang terbentuk secara instan, tetapi perlu dilatih dan dibentuk sejak masa kanak-kanak melalui kegiatan yang melibatkan nilai-nilai keagamaan, refleksi diri, serta pengenalan makna hidup. Dalam penelitiannya, Affandi menyajikan beberapa metode praktis yang bisa diterapkan oleh pendidik untuk menumbuhkan SQ anak, seperti melalui cerita moral, permainan simbolik, serta pembiasaan sikap spiritual dalam keseharian. Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh penulis mengambil fokus yang berbeda, meskipun sama-sama menggunakan konsep spiritual quotient (SQ) sebagai dasar teori. Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana SQ berperan dalam membentuk kebahagiaan spiritual para frater yang hidup dalam komunitas religius. Menggunakan teori dari Prof. Khalil A. Khavari, penelitian ini melihat SQ sebagai kecerdasan terdalam yang membantu individu menemukan cinta, merasakan hubungan spiritual dengan Tuhan, dan menjalani hidup dengan integritas spiritual.

Penelitian T. Al-Asyhar dan M. Salapuddin dalam jurnalnya yang berjudul "Analisis Ajaran Sufistik Kiai Muslih Abdurrahman Mranggen Demak tentang

¹⁸ I. Afandi, "Metode Mengembangkan *Spiritual Quotient* (Kecerdasan Spiritual) Anak Usia Dini," *Al-Ibrah: Jurnal Pendidikan dan Keilmuan Islam*, Vol. 8, No. 1 (2023).

Kebahagiaan Spiritual”¹⁹ mengkaji ajaran sufistik yang diajarkan oleh Kyai Muslih Abdurrahman, seorang tokoh sufi di Mranggen Demak. Penelitian ini menunjukkan bagaimana ajaran sufistik Kyai Muslih mengajarkan kebahagiaan spiritual melalui pendekatan yang mengedepankan kesadaran diri, penyerahan diri kepada Tuhan, serta pencapaian kedamaian batin melalui praktik-praktik sufistik seperti dzikir, tafakur, dan pengamalan nilai-nilai Islam yang mendalam. Ajaran ini memandang kebahagiaan spiritual sebagai pencapaian tertinggi yang terkait dengan kedekatan diri dengan Tuhan dan pemurnian hati. Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh penulis berfokus pada pemahaman kebahagiaan spiritual dalam kehidupan para frater yang hidup dalam komunitas religius Katolik. Penelitian ini menggunakan teori Spiritual Quotient (SQ) dari Prof. Khalil A. Khavari, yang berfokus pada bagaimana dimensi-dimensi SQ termasuk cinta, virtues, dan hubungan dengan Tuhan mewarnai pengalaman spiritual dan kebahagiaan batin para frater. Melalui pendekatan SQ, penelitian ini menggali bagaimana faktor-faktor spiritual seperti kesadaran diri yang tinggi dan keterhubungan dengan realitas transenden berkontribusi pada kebahagiaan spiritual mereka.

Penelitian yang dilakukan oleh S. Winanto, A. Maulidizen, Mr. Thoriq, dan Amriatus Safaah berjudul ”Peranan Spiritual Quotient terhadap Peningkatan Kinerja Perusahaan”²⁰ berfokus pada bagaimana Spiritual Quotient (SQ) dapat memengaruhi kinerja karyawan dalam lingkungan perusahaan. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa individu dengan tingkat SQ yang tinggi cenderung memiliki nilai-nilai kerja yang lebih baik, mampu bekerja dengan lebih etis, serta memiliki motivasi dan kepedulian yang tinggi

¹⁹ T. Al-Asyhar dan M. Salapudin, “Analisis Ajaran Sufistik Kiai Muslih Abdurrahman Mranggen Demak tentang Kebahagiaan Spiritual,” *Al-Fikra: Jurnal Ilmiah Keislaman*, Vol. 23, No. 1.

²⁰ S. Winanto, A. Maulidizen, M. R. Thoriq, dan A. Safaah, “Peranan Spiritual Quotient terhadap Peningkatan Kinerja Perusahaan,” *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, Vol. 8, No. 14 (2022).

terhadap pekerjaan dan rekan kerja. Konsep SQ dipahami sebagai kecerdasan yang membantu seseorang dalam memberikan makna dan nilai terhadap pekerjaannya, sehingga berdampak positif terhadap produktivitas dan kinerja perusahaan secara keseluruhan. Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh penulis mengambil pendekatan yang berbeda, meskipun masih menggunakan kerangka teori Spiritual Quotient (SQ). Penelitian yang di lakukan penulis secara khusus mengkaji bagaimana SQ berperan dalam membentuk kebahagiaan spiritual para frater dalam kehidupan komunitas religius. Penelitian ini menggunakan teori dari Prof Khalil A. Khavari yang memandang SQ sebagai kecerdasan tertinggi yang mengarahkan ke arah cinta, do'a, dan kebajikan.

F. Kerangka Teori

Penelitian ini menggunakan teori Spiritual Intelligence/Quotient (SQ) yang dikembangkan oleh Khalil A. Khavari, sebagaimana dijelaskan dalam bukunya Sukidi yang mendefinisikan “Kecerdasan spiritual (SQ) sebagai fakultas dimensi non material jiwa manusia. Diibaratkan sebagai intan yang belum terasah, yang dimiliki oleh setiap individu dan dapat dapat diasah dengan tekad untuk mencapai kebahagian abadi. Teori ini menekankan bahwa SQ serupa dengan kecerdasan intelektual (IQ) dan emosional (EQ), serupa dengan Melalui praktik spiritual dan kecerdasan diri, namun juga berpotensi munurun jika tidak dikembangkan. Dalam konteks penelitian terhadap kebahagiaan spiritual para frater dai WSCY, kerangka SQ menjadi relevan untuk menganalisis bagaimana kecerdasan spiritual Mereka terbentuk dalam lingkungan biara.”²¹

Menurut Khavari, Dalam kecerdasan spiritual mempunyai tiga kunci praktis dalam

²¹ Sukidi, *Kecerdasan Spiritual: Mengapa SQ Lebih Penting dari IQ dan EQ* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2002), hlm. 77.

meraih sukses hidup Bahagia secara spiritual yaitu :

1. Cinta (love)

Menurut Khavari dalam *The Art of Happiness*, cinta dapat dipahami sebagai suatu bentuk energi emosional yang memiliki potensi besar untuk menciptakan kebaikan maupun keburukan, tergantung pada bagaimana energi tersebut digunakan. Ia menekankan bahwa cinta tidak dapat disimpan seperti materi, melainkan harus dialirkan secara aktif karena merupakan kekuatan vital kehidupan. Cinta yang diarahkan secara positif dapat menjadi kekuatan konstruktif yang mendukung pertumbuhan dan kebaikan, sedangkan cinta yang disalahgunakan dapat berubah menjadi kekuatan destruktif yang merusak, seperti cinta yang didorong oleh nafsu kekuasaan atau keinginan pribadi yang berlebihan. Oleh karena itu, pemanfaatan energi cinta memerlukan kesadaran dan tanggung jawab moral, sebab cinta yang tidak dikendalikan dapat membawa pada kehancuran, sebagaimana seekor laron yang tanpa sadar tertarik pada Cahaya hingga akhirnya binasa.²² Adapun bentuk-bentuk cinta untuk meraih hidup bahagia secara spiritual yaitu : Cinta pada diri sendiri, Cinta pada orang lain, Cinta pada keadaan, Cinta pada makhluk tuhan, Cinta pada sang pencipta.

2. Doa (prayer)

Kebahagiaan dan ketidakbahagiaan merupakan kondisi yang bersifat relatif, tergantung pada sikap kita terhadap sesuatu, orang lain, dan lingkungan sekitar. Jika kita benar-benar makhluk spiritual, maka doa dan meditasi memegang peranan penting

²² Khalil Khavari, *The Art of Happiness (Mencapai Kebahagiaan dalam Setiap Keadaan)* (Jakarta: Mizan Pustaka, 2000), hlm. 139.

dalam menentukan perasaan dan kebahagiaan kita. Meskipun terdapat berbagai pandangan yang meragukan nilai doa menganggapnya sebagai kegiatan sia-sia, candu, atau upaya tanpa hasil penulis tetap meyakini bahwa doa memiliki manfaat yang luar biasa. Doa adalah bentuk komunikasi dengan Tuhan, suatu hubungan batiniah yang mendalam, sebagai sarana untuk menyampaikan cinta kepada Sang Pencipta. Melalui doa dan meditasi, kita dapat mengalami ketenangan, kekuatan untuk menghadapi berbagai cobaan, serta kedamaian dalam menjalani hidup.²³ Adapun bentuk-bentuk doa untuk meraih hidup bahagia secara spiritual yaitu : Doa untuk bersyukur dan mohon kepuasan, Doa untuk perlindungan, Doa untuk orang lain.

3. Kebajikan (Virtues)

Virtues atau kebijakan seperti kesabaran, pengampunan, kejujuran, dan kerendahan hati merupakan karakteristik penting yang membentuk individu dengan kualitas spiritual yang tinggi dan membantu mereka hidup sesuai dengan nilai-nilai moral dan etika yang dipegang teguh. Menjadi pribadi yang bajik berarti meniti jalan menuju kebahagiaan sejati dan abadi. Dalam ajaran Alquran, orang yang paling dicintai Tuhan adalah mereka yang paling bertakwa. Bagi makhluk spiritual, tak ada yang lebih bernilai daripada menjadi sosok yang paling dicintai oleh Tuhan. Hidup bajik ibarat hidup bersama belahan jiwa yang sangat dicintai dan tak terpisahkan, yang memberi ketenangan serta kebahagiaan sejati. Untuk mencapai tingkat kebijakan yang lebih tinggi, kita perlu memperkuat sifat-sifat baik dan melepaskan kecenderungan buruk dalam diri. Dalam kehidupan, manusia menghadapi berbagai tantangan seperti

²³ Khavari, *The Art of Happiness*, hlm. 154.

permainan kartu, ada kartu truf yang berharga namun sulit dimainkan, dan ada pula kartu mati yang tampak menarik tapi menipu dan mudah digunakan. Orang bijak akan memilih untuk menyimpan kartu truf dan membuang kartu mati. Nilai kebijakan diibaratkan sebagai kartu truf yang kekal, sementara keburukan adalah kartu mati yang harus disingkirkan. Seperti ditulis Linda dan Don Popov, untuk meraih kebahagiaan, kita perlu sungguh-sungguh menambah kebijakan dan menyingkirkan keburukan dari hidup kita.²⁴ Adapun bentuk-bentuk kebijakan untuk meraih hidup bahagia secara spiritual yaitu: Membantu orang lain belajar Kebajikan, Sebuah metafor tentang Kebajikan, Patokan moral, Rendah hati dan qanaah, Membantu orang lain, Arif dan bijaksana

Dalam konteks penelitian ini, objek penelitian difokuskan pada para frater di Wisma Skolastikat Claretian Yogyakarta. Para frater yang hidup dalam komunitas religius ini menjalani kehidupan yang terstruktur dengan berbagai aspek spiritual, mulai dari doa, meditasi, kehidupan bersama, hingga pengabdian kepada sesama. Teori Khavari mengenai *Spiritual Intelligence* memberikan landasan untuk mengeksplorasi bagaimana para frater mengaplikasikan tiga pilar kebahagiaan spiritual cinta, doa, dan Kebajikan dalam kehidupan sehari-hari mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana penerapan ketiga elemen tersebut dapat membantu para frater mencapai kedamaian batin, penghayatan panggilan hidup yang lebih dalam, dan kebahagiaan spiritual yang otentik dalam kehidupan mereka sebagai calon imam. Selain itu, penelitian ini juga akan menyelidiki bagaimana aspek-aspek spiritual tersebut membentuk kualitas hidup komunitas religius mereka dan kontribusinya terhadap kesejahteraan rohani individu dan

²⁴ Khavari, *The Art of Happiness*, hlm. 171.

kolektif. Dengan menggunakan teori Khavari sebagai dasar, penelitian ini berharap dapat memberikan pemahaman yang lebih dalam mengenai hubungan antara kecerdasan spiritual dan kebahagiaan dalam konteks kehidupan religius, khususnya dalam kehidupan para frater di Wisma Skolastikat Claretian Yogyakarta.²⁵

G. Metode Penelitian

Metodologi penelitian adalah suatu kerangka atau prosedur sistematis yang digunakan untuk merencanakan, melaksanakan, dan menganalisis suatu penelitian guna mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Metodologi ini mencakup pemilihan pendekatan, metode, teknik pengumpulan data, serta analisis data yang sesuai dengan masalah penelitian. Tujuannya adalah untuk memastikan bahwa penelitian dilakukan secara terstruktur, objektif, dan dapat dipertanggungjawabkan, sehingga hasil yang diperoleh valid dan reliabel.

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang berfokus pada pengalaman spiritual dan psikologis para frater, serta bagaimana elemen-elemen Spiritual Quotient (SQ) seperti cinta, doa, dan kebijakan berkontribusi terhadap kebahagiaan spiritual mereka. Peneliti akan melakukan observasi langsung dan mengikuti setiap kegiatan yang diadakan oleh para frater wisma skolastikat claretian yogyakarta guna untuk lebih memahami secara mendalam fenomena kebahagiaan spiritual dalam konteks kehidupan religius yang unik.²⁶

2. Sumber Data

²⁵Khavari, *The Art of Happiness*, hlm. 108.

²⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Edisi ke-10; Bandung: Alfabeta, 2017), hlm. 16–17.

a. Data Primer

Data primer adalah data yang dikumpulkan secara langsung oleh peneliti dari sumber pertama untuk tujuan penelitian tertentu.²⁷ Dalam penelitian para frater wisma skolastikat claretian Yogyakarta, data primer di dapat melalui metode seperti wawancara, observasi,dokumentasi dan bersifat orisinal karena belum pernah diolah atau dipublikasikan sebelumnya.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang telah dikumpulkan dan dipublikasikan oleh pihak lain sebelumnya, dan digunakan oleh peneliti untuk keperluan penelitiannya. Data ini dapat diperoleh dari sumber seperti jurnal, buku, laporan pemerintah, database online, atau arsip organisasi. Meskipun tidak dikumpulkan langsung oleh peneliti, data sekunder tetap memiliki nilai penting karena dapat memberikan gambaran umum, konteks, atau dukungan terhadap penelitian yang sedang dilakukan. Kelebihan data sekunder adalah efisiensi waktu dan biaya, karena peneliti tidak perlu mengumpulkan data dari awal.²⁸

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan metode yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan informasi yang diperlukan dalam sebuah penelitian.²⁹ Metode ini mencakup berbagai cara diantaranya :

c. Observasi

²⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, hlm. 9-10.

²⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, hlm. 9-10.

²⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, hlm. 195.

Observasi merupakan metode pengumpulan data di mana peneliti secara sistematis mengamati dan mencatat perilaku, interaksi, atau fenomena yang terjadi dalam konteks tertentu. Metode ini memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan data secara langsung dari lingkungan alami subjek penelitian, sehingga memberikan gambaran yang lebih autentik dan mendalam tentang perilaku atau situasi yang sedang diteliti.³⁰ Dalam penelitian ini observasi berfokus pada bagaimana para frater menjalani rutinitas spiritual, interaksi dalam komunitas, serta tantangan dan dukungan yang mereka alami dalam mencapai kebahagiaan spiritual. Lebih fokus lagi observasi mencakup aktivitas seperti doa bersama, studi teologi, kerja pastoral, dan dinamika kehidupan komunitas.

d. Wawancara

Wawancara merupakan metode pengumpulan data di mana peneliti mengajukan serangkaian pertanyaan secara lisan kepada responden untuk mendapatkan informasi, pandangan, atau pengalaman yang relevan dengan penelitian. Wawancara dapat dilakukan secara terstruktur (dengan daftar pertanyaan yang telah disiapkan), semi-terstruktur (gabungan antara pertanyaan terstruktur dan fleksibilitas untuk mengeksplorasi topik lebih dalam), atau tidak terstruktur (lebih terbuka dan informal).³¹ Peneliti akan melakukan dialog dan mengajukan pertanyaan-pertanyaan secara mendalam kepada para frater di wisma skolastikat claretian Yogyakarta tujuannya untuk memahami bagaimana elemen-elemen Spiritual Quotient (SQ), seperti kekuatan karakter, kebijakan, dan kesejahteraan, diterapkan dalam konteks

³⁰ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2017), hlm. 177-179

³¹ Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, hlm. 186-191.

kehidupan religius para frater. Peneliti menggunakan metode *purposive sampling* karena Teknik ini memungkinkan pemilihan sampel berdasarkan kriteria spesifik yang relevan dengan tujuan penelitian. Teknik *purposive sampling* merupakan Teknik penentuan sample dengan mempertimbangkan sesuatu. Misalnya penelitian ini akan meneliti tentang kebahagiaan spiritual frater, maka sampel datanya adalah seorang yang spiritual. Dengan pendekatan ini, peneliti dapat memastikan bahwa subjek yang dipilih memiliki karakteristik atau pengalaman tertentu untuk mendukung analisis mendalam terhadap fenomena yang diteliti. Intinya, peneliti meneliti setiap Angkatan yang ada di dalam biara tersebut untuk memahami dinamika atau perbedaan pengalaman antarangkatan secara terfokus. Selain itu, purposive sampling efisien dalam penelitian kualitatif dengan populasi terbatas, memungkinkan peneliti untuk mendapatkan data yang kaya dan berfokus tanpa memerlukan sampel besar. Teknik ini juga memberikan fleksibilitas dalam menyesuaikan kriteria selksi sesuai kebutuhan penelitian, sehingga meningkatkan validitas temuan.

e. Dokumentasi

Dokumentasi adalah proses sistematis yang melibatkan pengumpulan, pengolahan, penyimpanan, dan penyebaran informasi dalam berbagai bentuk, seperti tulisan, foto, atau video, untuk menyediakan bukti atau keterangan yang akurat mengenai suatu peristiwa atau kegiatan. Dengan demikian, peneliti akan mengumpulkan data yang relevan, menganalisis informasi yang ada, dan menyajikan hasil penelitian secara objektif melalui dokumentasi yang jelas dan terstruktur. Dokumentasi ini berfungsi sebagai bukti yang mendukung kesimpulan penelitian dan memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang fenomena yang sedang diteliti.

Selain itu, dokumentasi juga memudahkan proses verifikasi dan pemantauan hasil penelitian di masa mendatang, serta menjadi sumber referensi yang dapat diakses oleh pihak-pihak yang berkepentingan.³²

4. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif untuk memahami secara mendalam makna kebahagiaan spiritual yang dialami para frater dalam kehidupan religius mereka. Peneliti menggunakan model analisis data interaktif dari Miles dan Huberman yang terdiri dari tiga tahap, yaitu: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.³³ Pada tahap reduksi data, data hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi diseleksi dan disederhanakan guna menemukan tema-tema utama yang relevan dengan fokus penelitian. Data yang telah direduksi kemudian disajikan dalam bentuk narasi deskriptif yang menggambarkan pengalaman spiritual para frater, khususnya dalam penerapan elemen-elemen Spiritual Quotient seperti cinta, doa, dan kebijakan menurut teori Khavari.³⁴ Tahap akhir adalah penarikan kesimpulan yang bersifat interpretatif, yaitu merumuskan makna mendalam dari kebahagiaan spiritual berdasarkan data empiris yang telah dianalisis. Untuk menjaga validitas dan reliabilitas temuan, peneliti menggunakan teknik triangulasi sumber dan metode, sebagaimana disarankan oleh Patton , untuk memastikan bahwa data yang diperoleh bersifat konsisten dan terpercaya.³⁵

H. Keabsahan data

³² Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, hlm. 216-218

³³ Matthew B. Miles dan A. Michael Huberman, *Qualitative Data Analysis: An Expanded Sourcebook*, ed. ke-2 (Thousand Oaks: Sage Publications, 1994), hlm. 9.

³⁴ Michael Quinn Patton, *Qualitative Research and Evaluation Methods*, ed. ke-3 (Thousand Oaks: Sage Publications, 2002), hlm. 47.

³⁵ Khavari, *The Art of Happiness*, hlm. 108.

Keabsahan data dalam penelitian kualitatif mengenai kebahagiaan spiritual para frater di WSCY menjadi krusial untuk memastikan kredibilitas, keakuratan, dan kepercayaan terhadap temuan yang mencerminkan realitas subjek yang diteliti. Kredibilitas, yang dicapai melalui triangulasi data dengan menggabungkan wawancara mendalam, observasi partisipatif terhadap aktivitas harian di biara, dan analisis dokumen seperti catatan misi biara. Transferabilitas, yang diwujudkan dengan menyediakan deskripsi konteks yang kaya tentang lingkungan biara, termasuk karakteristik eksklusif dan fokus Pendidikan, sehingga pembaca dapat menilai relevansi temuan di konteks lain. Dependabilitas, yang dipastikan Melalui dokumentasi setiap tahap penelitian, seperti protokol wawancara dan catatan observasi, untuk memungkinkan audit proses. Konfirmabilitas, yang diperkuat dengan refleksivitas peneliti, seperti mencatat asumsi atau bias pribadi, serta *member checking* untuk memverifikasi interpretasi dengan para frater. Untuk mendukung keabsahan, peneliti harus melakukan wawancara dengan beberapa frater dari latar belakang budaya yang berbeda, memastikan observasi dilakukan secara berkelanjutan, dan melibatkan partisipan dalam mengevaluasi temuan awal. Dengan demikian, penelitian ini dapat menghasilkan temuan yang sahih dan bermakna dalam memahami kecerdasan spiritual dan kebahagiaan para frater.³⁶

I. Sistematika Penelitian

Untuk mendapatkan atau memberikan penjelasan yang lebih jelas, sistematika pembahasan ini terdapat 5 bab. Adapun 5 bab tersebut sebagai berikut :

³⁶ John W. Creswell, *Desain Penelitian: Kualitatif, Kuantitatif, dan Pendekatan Metode Campuran*, ed. ke-4 (California: Sage Publications, 2014), hlm. 201-202.

Bab I merupakan pendahuluan, dalam bab ini meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan Pustaka, kerangka teori, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

Bab II meliputi pembahasan mengenai Gambaran umum mengenai Wisma Skolastikat Claretian Yogyakarta yang meliputi Sejarah, Letak Geografis, Visi Misi dan Tujuan, Logo serta Simbol Wisma Skolastikat Claretian Yogyakarta.

Bab III meliputi pembahasan tentang Bagaimana konsep makna kebahagiaan spiritual, macam-macam kebahagiaan dan faktor penyebab kebahagiaan para frater Wisma Skolastikat Claretion Yogyakarta.

Bab IV memaparkan hasil analisis kebahagiaan spiritual para frater perspektif Spiritual Quotient Khalil A. Khavari. Meliputi proses tumbuhnya kebahagiaan spiritual, momen-momen merasakan kebahagiaan spiritual, tantangan dalam menjaga kebahagiaan spiritual, dan upaya untuk menjaga kebahagiaan spiritual para frater Wisma Skolastikat Claretian Yogyakarta.

Bab V penutup. Adapun bab ini merupakan bab terakhir dari penulisan skripsi yang disusun. Pada bab ini akan memaparkan terkait Kesimpulan dan Saran yang dapat di ambil dari hasil penelitian yang telah dilakukan.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah peneliti melakukan pengumpulan data yang komprehensif melalui wawancara mendalam, observasi langsung, dan analisis terhadap para frater Wisma Skolastikat Claretian Yogyakarta, penelitian ini menghasilkan temuan penting yang menjawab rumusan masalah dan mencapai tujuan penelitian yang telah ditetapkan.

1. Berdasarkan rumusan masalah pertama mengenai bagaimana makna kebahagiaan menurut para frater, penelitian ini menemukan bahwa kebahagiaan spiritual bagi para frater di Wisma Skolastikat Claretian Yogyakarta didefinisikan sebagai sukacita batin yang stabil, berakar pada relasi mendalam dengan Tuhan, dan diwujudkan melalui tindakan kasih dalam rutinitas sederhana seperti doa, pelayanan, dan kebersamaan komunal. Temuan ini menunjukkan keunikan pemaknaan yang bersifat personal pada masing-masing frater, yang dipengaruhi oleh latar belakang budaya Timur Indonesia. Para frater memaknai kebahagiaan bukan sebagai kepuasan duniawi atau pencapaian material, melainkan sebagai harmoni rohani yang tumbuh melalui kesadaran akan rahmat Tuhan dalam hal-hal kecil, seperti mendengarkan teman, merawat lingkungan, atau mendoakan umat secara universal. Kebahagiaan spiritual frater merupakan proses dinamis yang mengintegrasikan nilai-nilai kaul (kemiskinan, ketaatan, selibat) dengan pilar Spiritual Quotient (cinta, doa, kebajikan), menghasilkan wawasan baru bahwa kebahagiaan sejati tidak bergantung pada kebebasan eksternal, melainkan pada kesetiaan terhadap panggilan Ilahi di tengah keterbatasan biara yang eksklusif. Dengan demikian, tujuan penelitian untuk mengetahui bagaimana para frater Wisma

Skolastikat Claretian Yogyakarta memaknai kebahagiaan dalam kehidupan sehari-hari telah tercapai. Temuan ini memberikan manfaat teoretis dengan memperkaya pemahaman tentang konsep kebahagiaan spiritual dalam konteks kehidupan religius Katolik, sekaligus memberikan manfaat praktis bagi lembaga formasi seminari dalam merancang program pembinaan yang lebih holistik dengan memperhatikan dimensi kebahagiaan spiritual sebagai bagian integral dari formasi calon imam.

2. Menjawab rumusan masalah kedua mengenai analisis kebahagiaan spiritual para frater dalam perspektif kecerdasan spiritual, penelitian ini mengidentifikasi bahwa keempat frater mengalami kebahagiaan spiritual yang bersifat kolektif dan individual, yang diperkuat melalui rutinitas harian yang mencerminkan pilar Spiritual Quotient (SQ) dari Khalil A. Khavari. Aktivitas seperti merawat lingkungan, doa syukur malam hari, dan interaksi humoris merupakan ekspresi konkret dari tiga pilar SQ cinta, doa, dan Kebajikan yang menghasilkan suka cita transenden dalam konteks biara yang tertutup. Proses pertumbuhan kebahagiaan spiritual para frater dimulai dari kesadaran mendalam akan cinta Ilahi, berkembang melalui praktik doa yang konsisten, dan mencapai puncaknya dalam pelayanan kepada sesama dan ciptaan Tuhan. Peneliti mengidentifikasi bahwa tantangan seperti kehilangan orang tersayang, konflik komunitas, tekanan sosial, dan kegagalan pribadi justru menjadi katalis pertumbuhan rohani. Para frater mengatasi tantangan ini melalui upaya menjaga kebahagiaan spiritual dengan refleksi jurnal, doa perlindungan, dan teladan sederhana seperti mendengarkan tanpa menghakimi, serta membangun relasi yang sehat dengan sesama. Pengaruh budaya Timur Indonesia memperkaya dimensi empati ekologis dan sosial para frater, sebagaimana terlihat dalam praktik doa untuk korban krisis global seperti

kerusakan lingkungan di Raja Ampat, Morowali, dan Flores. Temuan ini menghasilkan pemahaman baru bahwa kebahagiaan spiritual dalam hidup membiara merupakan proses penyucian diri yang mengintegrasikan penderitaan sebagai jalan menuju persatuan dengan Tuhan, berbeda dari pandangan materialistik duniawi yang mengukur kebahagiaan dari pencapaian eksternal. Dengan demikian, tujuan penelitian untuk mengetahui kebahagiaan spiritual para frater dalam perspektif kecerdasan spiritual telah tercapai. Temuan ini memberikan kontribusi teoretis dengan memperluas penerapan teori Spiritual Quotient dalam konteks kehidupan religius Katolik, serta memberikan manfaat praktis bagi para formator dalam memahami dinamika kebahagiaan spiritual sebagai indikator kesejahteraan psikologis dan rohani para frater selama masa formasi.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kebahagiaan spiritual para frater di Wisma Skolastikat Claretian Yogyakarta, disarankan biara untuk memperkuat praktik spiritual yang integratif dengan memadukan doa, refleksi, dan pelayanan agar kebahagiaan spiritual tumbuh secara seimbang antara hubungan dengan Tuhan dan sesama. Mekanisme apresiasi dan mentoring lintas generasi perlu ditingkatkan untuk menumbuhkan motivasi, rasa bermakna, serta transfer nilai-nilai kebijakan di antara anggota.

Penelitian selanjutnya diharapkan meneliti kebahagiaan spiritual melalui pendekatan longitudinal atau komparatif antar komunitas untuk memahami dinamika dan konteksnya secara lebih luas. Selain itu, eksplorasi lebih mendalam mengenai hubungan antara pengakuan sosial,

kebijakan, dan kesejahteraan spiritual dapat memberikan kontribusi baru bagi pengembangan teori *Spiritual Quotient* dalam konteks komunitas religius.



DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, I. (2023). *Metode Mengembangkan Spiritual Quotient (Kecerdasan Spiritual) Anak Usia Dini. Al-Ibrah: Jurnal Pendidikan dan Keilmuan Islam*, 8(1).
- Al-Asyhar, T., & Salapudin, M. *Analisis Ajaran Sufistik Kiai Muslih Abdurrahman Mranggen Demak tentang Kebahagiaan Spiritual. Al-Fikra: Jurnal Ilmiah Keislaman*, 23(1).
- Balqis, F. M., Fatmadewi, R., Putri, C. A., dkk. (2024). *Shodaqoh sebagai Pilar Sosial dan Kebahagiaan Spiritual dalam Masyarakat Muslim. Jurnal Multidisiplin Inovatif*, 8(5).
- Badawi, A. (2008). *Konsep Spiritual Quotient (SQ) sebagai Arah Baru Pengembangan Pendidikan Islam*. Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Charlys & Kurniati, N. M. T. (2007). *Makna Hidup pada Biarawan. Jurnal Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma*, 1(1).
- CMF. (2023–2026). *Proyek Komunitas Wisma Skolastikat Claretian Yogyakarta Periode 2023–2026*.
- Claretian Missionaries. (2025). *Home*. Diakses 21 Juni 2025, dari <https://www.claret.org/>
- Creswell, J. W. (2014). *Desain Penelitian: Kualitatif, Kuantitatif, dan Pendekatan Metode Campuran* (ed. ke-4). California: Sage Publications.
- Himmah, F. (2023). *Pendekatan Spiritual Quotient (SQ) dalam Menanggulangi Delinkuensi Siswa di MTs Islamiyah Temayang dan SMA Islam Temayang Bojonegoro*. Bojonegoro: Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri.
- Ikun, P. H. (tanpa tahun). *Claretian Indonesia-Timor Leste Dalam Kisah, Karya, dan Titisan Harapan*.

Ismail, Roni. “[Beragama Bahagia Untuk Bina Damai: Kajian atas Keberagamaan Matang Menurut William James](#)”, *Living Islam*, Vol. 7, No. 1, 2024. 145-162. DOI: <https://doi.org/10.14421/lijid.v7i1.5277>

Ismail, Roni. “Kecerdasan Spiritual dan Kebahagiaan Hidup”, *Refleksi*, Vol. 12, No. 1, Januari 2012.

Istirohkani, Y. (2021). *Studi Komparasi Kebahagiaan Spiritual Lansia yang Memiliki Trauma dengan Lansia yang Tidak Memiliki Trauma di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Yogyakarta*. Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga.

Khavari, K. (2000). *The Art of Happiness (Mencapai Kebahagiaan dalam Setiap Keadaan)*.

Jakarta: Mizan Pustaka.

Kusumawanta, G. B. (2013). *Psikologi dan Pendidikan Calon Imam*. Yogyakarta: Kanisius.

Mansyur, M. S. (2022). *Kebahagiaan Spiritual Bagi Nestapa Manusia Modern (Studi Pemikiran M. Quraish Shihab Dalam Tafsir al-Misbah)*. Jakarta: Institut PTIQ.

Mayasari, R. (2014). *Religiusitas Islam dan Kebahagiaan (Sebuah Telaah dengan Perspektif Psikologi)*. *Al-Munzir*, 7(2).

Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative Data Analysis: An Expanded Sourcebook* (2nd ed.). Thousand Oaks: Sage Publications.

Moleong, L. J. (2017). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

O'Murchu, D. (2016). *Religious Life in the 21st Century: The Prospect of Refounding*. Maryknoll, NY: Orbis Books.

Patton, M. Q. (2002). *Qualitative Research and Evaluation Methods* (3rd ed.). Thousand Oaks: Sage Publications.

Prasetya, M. (2005). *Tugas Pembinaan Demi Mutu Hidup Bakti*. Yogyakarta: Kanisius.

Pramono, R. (2023). *Bab II Acuan Teori 2.1: Visi dan Misi*. Medan: UIN Sumatera Utara.

- Prawiyogi, A. G., dkk. (2021). *Penggunaan Media Big Book untuk Meningkatkan Minat Membaca di Sekolah Dasar*. *Jurnal Basicedu*, 5(1).
- Reed, A., & Hill, P. C. (2023). *Spiritual Formation and Theological Education: Four Institutional Definitions and Perspectives on the Means by Which Seminaries Participate in the Spiritual/Character Formation of Students*. *Christian Education Journal*, 20(1).
- Rifai, A. (2018). *Peran Orang Tua dalam Membina Kecerdasan Spiritual*. *Al Amin: Jurnal Kajian Ilmu dan Budaya Islam*, 1(2).
- Schneiders, S. M. (2000). *Finding the Treasure: Locating Catholic Religious Life in a New Ecclesial and Cultural Context*. New York: Paulist Press.
- Sukidi. (2002). *Kecerdasan Spiritual: Mengapa SQ Lebih Penting dari IQ dan EQ*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Edisi ke-10). Bandung: Alfabeta.
- Winanto, S., Maulidizen, A., Thoriq, M. R., & Safaah, A. (2022). *Peranan Spiritual Quotient terhadap Peningkatan Kinerja Perusahaan*. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(14).
- Pemerintah Kabupaten Sleman. (2025). *Letak dan Luas Wilayah*. Diakses 20 Juni 2025, dari <https://slemankab.go.id/profil-kabupaten-sleman/geografi/letak-dan-luas-wilayah/>
- eNotes Editorial. (2025, 29 September). *Summary - Ascent of Mount Carmel Dark Night of the Soul*. eNotes Publishing. <https://www.enotes.com/topics/ascent-mount-carmel-dark-night-soul#summary-summary>

DAFTAR INFORMAN

Wawancara dengan Frater Fd via video call WhatsApp pada 22 Juni 2025, pukul 20.00 WIB.

Wawancara dengan Frater Ps pada 27 Juni 2025, pukul 08.30 WIB di Wisma Skolastikat
Claretian Yogyakarta.

Wawancara dengan Frater Yh pada 27 Juni 2025, pukul 09.00 WIB di Wisma Skolastikat
Claretian Yogyakarta.

Wawancara dengan Frater Eg pada 23 Juni 2025, pukul 09.45 WIB di Wisma Skolastikat
Claretian Yogyakarta.



DAFTAR PERTANYAAN WAWACARA

1. Bagaimana makna kebahagiaan(secara umum) menurut frater?

INDIKATOR PERTAMA (CINTA)

➤ **CINTA PADA DIRI SENDIRI**

1. Bagaimana Anda memahami dan mempraktikkan cinta terhadap diri sendiri dalam kehidupan sehari-hari?

- Kapan anda merasa paling mencintai diri sendiri? Bisa ceritakan situasinya?
- Dimana biasanya anda meluangkan waktu untuk merawat atau menyayangi diri sendiri?
- Bagaimana cara anda menunjukkan cinta pada diri sendiri dalam kehidupan sehari-hari?

➤ **CINTA PADA ORANG LAIN**

2. Apa pengalaman paling bermakna yang Anda rasakan dalam mencintai dan membangun relasi dengan orang lain?

- Kapan terakhir kali anda menunjukkan rasa cinta kepada orang lain? Kepada siapa dan bagaimana reaksinya?
- Di mana anda biasanya merasa paling nyama dalam membangun hubungan dengan orang lain?
- Bagaimana cara anda mengekspresikan cinta dan kedulian kepada orang-orang di sekitar anda?

➤ **CINTA PADA KEADAAN**

3. Pernahkah Anda mengalami masa sulit dalam hidup, dan bagaimana Anda belajar menerima serta mencintai keadaan tersebut?

- Kapan anda belajar menerima keadaan hidup anda, baik menyenangkan maupun yang sulit?
- Di mana anda merasa paling bersyukur atas keadaan yang sedang anda Jalani?
- Bagaimana cara anda membangun sikap positif dan mencintai kondisi hidup saat ini?

➤ **CINTA PADA MAKHLUK TUHAN (HEWAN, TUMBUHAN, SESAMA MANUSIA)**

4. Apa bentuk kepedulian yang Anda tunjukkan terhadap makhluk hidup lain dan lingkungan sekitar?

- Kapan anda menyadari pentingnya mencintai dan menjaga makhluk hidup di sekitar anda?
- Di mana biasanya anda berinteraksi langsung dengan makhluk Tuhan seperti hewan atau alam?

- Bagaimana cara anda menunjukkan kepedulian dan cinta pad makhluk Tuhan dalam aktivitas harian anda?

➤ CINTA PADA SANG PENCIPTA

5. Bagaimana hubungan spiritual Anda dengan Tuhan memengaruhi cara Anda mencintai diri, sesama, dan kehidupan secara keseluruhan?

- Kapan anda menyadari pentingnya mencintai dan menjaga makhluk hidup disekitar anda?
- Di mana tempat yang paling dekat dengan sang pencipta? Apa yang anda lakukan saat itu?
- Bagaimana cara anda menumbuhkan dan memelihara cinta kepada san pencipta dlam hidup anda

INDIKATOR KEDUA (DOA)

➤ DOA UNTUK BERSYUKUR

1. Bagaimana peran doa syukur dalam kehidupan Anda, dan sejauh mana doa membantu Anda merasa cukup dan damai secara batiniah?

- Kapan anda biasanya berdoa sebagai bentuk rasa Syukur atas apa yang anda miliki?
- Di mana anda merasa paling khusyuk sat berdoa untuk bersyukur?
- Bagaimana cara anda menyampaikan rasa Syukur dan seperti apa anda melakukannya?

➤ DOA UNTUK PERLINDUNGAN

2. Dalam pengalaman Anda, bagaimana doa menjadi sumber perlindungan atau kekuatan ketika menghadapi situasi sulit atau menantang?

- Kapan anda merasa paling membutuhkan perlindungan dari Tuhan? Bisa ceritakan kejadiannya?
- Di mana biasanya anda berdoa saat merasa butuh perlindungan, baik secara fisik maupun batin?
- Bagaimana cara anda memanjatkan doa agar diberikan perlindungan dalam setiap Langkah hidup anda?

➤ DOA UNTUK ORANG LAIN

3. Apa arti doa bagi orang lain dalam hidup Anda, dan bagaimana praktik tersebut memengaruhi hubungan Anda dengan sesama serta kebahagiaan spiritual Anda?

- Kapan terakhir kali anda mendoakan orang lain? Siapa orang tersebut dan dalam konteks apa?
- Di mana biasanya anda trgerak untuk berdoa bagi orang lain di rumah, tempat ibadah, atau tempat lain?
- Bagaimana cara anda menyisipkan doa untuk orang lain dalam rutinitas doa anda?

INDIKATOR 3 (KEBAJIKAN)

➤ MEMBANTU ORANG LAIN BELAJAR KEBAJIKAN

1. Bagaimana Anda membagikan nilai-nilai kebaikan kepada orang lain, dan mengapa hal tersebut penting bagi pertumbuhan spiritual pribadi dan komunitas Anda?

- Kapan terakhir kali anda membantu seseorang untuk memahami atau melakukan Tindakan Kebajikan?
- Di mana biasanya anda berinteraksi dengan orang-orang yang bantu belajar tentang Kebajikan?
- Bagaimana cara anda membimbing orang lain agar mereka dapat memahami dan menerapkan Kebajikan dalam hidup mereka?

➤ MENJADI SEBUAH METAFOR

2. Jika Anda diminta menggambarkan kebaikan dalam bentuk metafora atau simbol, apa yang akan Anda pilih dan mengapa?

- Kapan anda mendengar atau menciptakan sebuah metafor yang menggambarkan makna Kebajikan?
- Di mana anda biasanya menemukan inspirasi untuk menghubungkan Kebajikan dengan metafor kehidupan sehari-hari?
- Bagaimana cara anda menjelaskan Kebajikan kepada orang lain melalui cerita atau metafor yang menyentuh?

➤ PATOKAN MORAL

3. Nilai moral atau prinsip apa yang menjadi patokan utama Anda dalam mengambil keputusan hidup, dan bagaimana itu membentuk karakter Anda?

- Kapan anda dihadapkan pada situasi yang menuntut anda memegang teguh patokan moral anda?
- Di mana anda merasa nilai-nilai moral anda paling diuji dalam kehidupan sehari-hari?
- Bagaimana cara anda menentukan dan menjaga patokan moral dalam menghadapi Keputusan sulit?

➤ RENDAH HATI DAN QONAAH (MERASA CUKUP)

4. Dalam kehidupan sehari-hari, bagaimana Anda mempraktikkan sikap rendah hati dan qonaah (merasa cukup)?

- Kapan anda belajar untuk bersikap rendah hati dan menerima keadaan dengan rasa cukup?
- Di mana anda paling sering melatih sikap qonaah dalam merendahkan hati, baik secara pribadi maupun sosial?
- Bagaimana cara anda menjaga sikap rendah hati dan merasa cukup di Tengah dunia yang penuh persaingan ini?

➤ **MEMBANTU ORANG LAIN**

5. Ceritakan pengalaman ketika Anda merasa terpanggil untuk membantu orang lain tanpa mengharapkan imbalan. Apa yang Anda pelajari dari momen tersebut?

- Kapan anda merasa Tindakan anda benar-benar berdampak bagi kehidupan orang lain?
- Di mana anda biasanya melakukan kegiatan yang bertujuan membantu sesama?
- Bagaimana cara anda memilih untuk membantu orang lain apakah melalui waktu, tenaga, atau sumber daya lain?

➤ **ARIF DAN BIJAKSANA**

6. Menurut Anda, bagaimana peran kebijaksanaan dalam menghadapi tantangan hidup dan menjaga keseimbangan antara nilai-nilai spiritual dan realitas dunia?

- Kapan anda merasa telah mengambil Keputusan yang mencerminkan kebijaksanaan dan kearifan?
- Di mana anda belajar atau mendapat inspirasi untuk bersikap arif dalam menghadapi masalah?
- Bagaimana cara anda mengembangkan sikap bijaksana dalam menyikapi persoalan hidup, baik pribadi maupun sosial?

