

**KONSEP KEBAHAGIAAN MENURUT AL-GHAZALI DALAM KIMIYA  
AS-SA'ADAH DAN RELEVANSINYA TERHADAP RUMAH TANGGA**

Nadia Safitri, Idrus Al-Kaf  
Universitas Islam Negeri Raden Fatah  
[Nadiazafitri866@gmail.com](mailto:Nadiazafitri866@gmail.com)  
[Idrusalkaf1@gmail.com](mailto:Idrusalkaf1@gmail.com)

**Abstrak**

Dalam perjalanan rumah tangga tidak semua dapat merasakan kebahagiaan. Tentunya ada beberapa faktor yang mengakibatkan rumah tangga tidak bahagia yaitu karena faktor ekonomi, ketidakcocokan antara pasangan, belum memiliki keturunan, perselingkuhan dan lainnya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengupas konsep kebahagiaan Al-Gazali dalam kitab Kimiya As-Sa'adah dan relevansinya dalam rumah tangga. Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan (*Library Research*). Sumber datanya terdiri dari primer dan sekunder. Data primernya berasal dari terjemahan Kitab Kimiya as-Sa'adah dan sekundernya adalah segala dokumen yang berkaitan dengan penelitian. Penelitian ini menghasilkan, Al-Gazali mengatakan bahwa pernikahan yang membentuk rumah tangga merupakan salah satu metode dalam meraih kebahagiaan. Metode dalam menggapai kebahagiaan menurut Al-Gazali tentu dapat menjadi sebuah solusi adanya ketidakbahagiaan dalam rumah tangga yang pertama: 1. Mengenal diri sendiri, 2. Mengenal Allah Swt, 3. Mengenal Dunia, 4. Mengenal Akhirat, 5. Spiritual Dalam Musik, 6. Muhasabah dan Zikir, 7. Perkawinan, 8. Cinta Kepada Allah.

**Kata Kunci:** Kebahagiaan, Rumah Tangga

**Abstract**

In the course of the household not all can feel happiness. Of course there are several factors that result in households not being able to achieve happiness, the cause of unhappiness may be due to economic factors, incompatibility between partners, not having children, infidelity and others. This study aims to see the concept of happiness according to Al-Gazali in his Kimiya As-Sa'adah. This type of research is library research. The primary data source is the translation of the Book of Kimiya as-Sa'adah and the secondary sources are books, internet and journals and other writings. Using the descriptive analysis method, namely paying attention to the concept of happiness in kimiya as-sa'adah by Imam al-Gazali by making it relevant to the household. The conclusion obtained from the results of this study is that Al-Gazali said that marriage that forms a household is one

method of achieving happiness. The method in achieving happiness according to Al-Gazali can certainly be a solution to the existence of unhappiness in the first household: 1. Knowing yourself. 2. Knowing Allah, 3. Knowing the World, 4. Knowing the Hereafter, 5. Spirituality in Music, 6. Meditation and Remembrance, 7. Marriage, 8. Love of Allah.

**Keywords:** Happiness, Household

## **PENDAHULUAN**

Manusia merupakan makhluk yang tidak bisa hidup sendirian. Manusia membutuhkan orang lain didalam kehidupannya untuk hal apapun, termasuk juga salah satunya mencapai kebahagiaan. Perasaan gembira senang dan ketenangan jiwa merupakan arti dari kebahagiaan. Ketentraman hidup lahir dan batin pada jiwa seseorang diartikan sebagai kebahagiaan yang mana sudah menjadi fitrah manusia selalu ingin merasakan kebahagiaan dan kenyamanan hidup.<sup>1</sup> Berbicara mengenai kebahagiaan adalah hal yang sangat tidak asing lagi, menurut ilmu psikologi kebahagiaan memiliki dua artian pemahaman pendekatan yang berbeda yakni kepuasan hidup yang terpenuhi dan kualitas kehidupan yang bermakna dapat tercapai.<sup>2</sup> Bahagia adalah kepuasan yang memberikan semangat serta

dorongan dalam menjalani kehidupan.

Kebahagiaan adalah nikmat yang diberikan Allah kepada hambanya. Islam adalah agama yang memberikan ketenangan jiwa pada seseorang apabila seseorang tersebut selalu bersyukur maka nikmat yang allah berikan akan bertambah lebih besar. Pembahasan mengenai kebahagiaan tentunya banyak orang yang berpendapat salah satunya filosof muslim yakni Al-Gazali, menurutnya kebahagiaan yang paling utama adalah ketika individu sudah mencapai Ma'rifat Allah Swt. Ma'rifatullah menurut Al-Gazali yaitu pengenalan kepada Tuhan dengan sedekat-dekatnya melalui penyucian jiwa dan ibadah lainnya kepada Allah.<sup>3</sup> Kebahagiaan yang kekal maupun sejati bisa didapat dengan berbagai cara dan tentunya dengan jalan yang baik pula, salah satunya dengan jalan pernikahan. Melaksanakan sebuah pernikahan merupakan salah satu metode dari

---

<sup>1</sup> Endrika Widya Putri, *Konsep Kebahagiaan Menurut Al-Farabi*, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Jurnal Aqidah Filsafat Islam, Volume 19 Nomor 01 Juni 2018, 1.

<sup>2</sup> Roy Mayasari, *Religius Islam dan Kebahagiaan*, IAIN Kendari Jurnal Psikologis, Volume 7 Nomor 2 November 2014, 2.

---

<sup>3</sup> Murni, *Konsep Ma'rifatullah Menurut Al-Gazali*, [www.jurnalarrainy.com](http://www.jurnalarrainy.com), UIN Banda Aceh Jurnal Program Pascasarjana, Volume 02 Nomor 01 Juni 2014, 126.

Al-Gazali dalam menggapai kebahagiaan. Demikian pula ajaran Islam juga menganjurkan pernikahan untuk laki-laki dan perempuan.<sup>4</sup> Islam telah mengatur pertemuan antara dua orang yakni laki-laki dan perempuan yang akan disatukan melalui ikatan pernikahan. Islam memandang pernikahan memiliki makna sebuah ibadah kepada Allah. “Dalam undang-undang RI Nomor 1 tahun 1974 tentang perkawinan Bab 1 Pasal 1, perkawinan ialah ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan ketuhanan yang maha esa”.<sup>5</sup>

Pernikahan yang bahagia tentunya selalu diharapkan, akan tetapi dilihat pada masa sekarang ini sudah banyak fenomena rumah tangga tidak bahagia sehingga terjadi sebuah perceraian. Sesuai dengan penyebab perceraian menurut kategorisasi pengadilan agama 2020 dalam catatan hukum 2021, terdapat 291.677 perceraian, penyebab yang paling tertinggi yakni disebabkan karena sebuah perselisihan dan pertengkaran terus menerus dengan sebanyak 176,7 ribu kasus. Kemudian masalah ekonomi

sebanyak 71,2 ribu kasus, selanjutnya terdapat 34,7 ribu kasus karena salah satu pihak meninggalkan pihak lainnya. 3,3 ribu kasus terjadi karena sebuah kekerasan dalam rumah tangga.<sup>6</sup> Dari beberapa kasus tersebut tentu mengacu pada ketidak bahagiaan dalam rumah tangga.

Permasalahan tersebut mempengaruhi kebahagiaan rumah tangga, mencapai rumah tangga yang bahagia tentunya ada banyak macam cara salah satunya dengan memahami ilmu agama tentunya pernikahan akan tetap terjalin dan akan tetap bertahan untuk apapun yang terjadi. Islam sebagai agama yang sempurna telah memberikan perhatian yang sangat besar dengan meletakkan fondasi, konsep dan pedoman yang indah bagi suami dan istri.

Kebahagiaan yang ditempuh dengan jalan Allah dalam artian sesuai dengan anjuran Allah SWT sesuai dengan konsep kebahagiaan Al-Gazali, rasa keabadian dan kebahagiaan hanya didapat dengan jalan yang disukai Allah. Tegasnya hanya disisi Allah saja terdapat kebahagiaan yang selamanya kekal berupa surga yang telah dijanjikan pada hambanya yang soleh dan soleha. Kebahagiaan yang didapatkan melalui pernikahan yang

---

<sup>4</sup> Annas Ahmad Karzon, *Tazkiyatun Nags Terjemahan H.Emiel Theereska*, (Jakarta: Akbarmedia, 2016), 29.

<sup>5</sup> Wahyu Wibisana, *Pernikahan Dalam Islam*, UIN Yogyakarta Jurnal Pendidikan Agama Islam-Ta'lim, Volume 14 Nomor 02, 2016, 185, dilihat pada hari Jumat 05 Februari Pukul 08.51.

---

<sup>6</sup> Databoks, <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/03/19/perselisihan-jadi-penyebab-utama-perceraian-sepanjang-2020>, . 01, dilihat pada 07 Juni hari senin Pukul 14.49.

membentuk rumah tangga pasti memiliki beberapa aturan dan cara yang ditempuh.. Untuk mengatasi ketidak bahagiaan dalam rumah tangga dapat dipelajari melalui pemikiran Al-Gazali dalam karyanya *Kimiya as-Sa'adah* yang menjelaskan beberapa metode dalam menggapai kebahagiaan.

### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*Library Research*). Sumber datanya terdiri dari primer dan sekunder. Data primer adalah karya Imam Al-Gazali yang berjudul *Kimiya as-Sa'adah* dan data sekunder segala dokumen yang terkait. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara mengumpulkan buku-buku, artikel, jurnal, dan web (internet) ataupun informasi lainnya. Dan analisis datanya menggunakan metode deskriptif analisis, artinya memperhatikan konsep kebahagiaan dalam *kimiya as-sa'adah* karya al-Gazali dengan merelevansikan dengan rumah tangga.

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Konsep Kebahagiaan Dalam Rumah Tangga Perspektif Al-Gazali**

Makna kata bahagia dalam al-Quran tentunya terdapat berbagai istilah, diantaranya pemberian taufik kejalan yang mudah, tempat yang disenangi, negeri akhirat, hal yang

baik, dan tentunya masih banyak lagi makna kebahagiaan didalam al-Quran.<sup>7</sup> Kata bahagia menurut Al-Gazali yakni sa'adah yang berasal dari bahasa arab yang juga terdapat didalam Al-Quran yakni سَعَادَةٌ (yang berbahagia). Al-Gazali mengatakan bahwa ma'rifat (menenal Allah) merupakan puncak dari kebahagiaan individu.<sup>8</sup> Manusia tentu memiliki hawa nafsu yang sangat besar, kebanyakan manusia akan selalu memenuhi nafsunya. Namun sebenarnya manusia bisa menahan hawa nafsu tersebut melalui pendisiplinan diri melalui *kimiya as-saadah* yang akan meningkatkan tingkatannya dari tingkat hewan menjadi tingkat malaikat. Pada dasarnya manusia harus menyadari bahwa dirinya diciptakan oleh Allah Swt yang Maha Sempurna, seharusnya manusia menyadari bahwa dirinya adalah sosok yang sangat berpeluang untuk mendapatkan pengetahuan dan berpengetahuan. Ia harus mengetahui ketidak berdayaannya dengan pengetahuannya untuk membuka pengetahuannya tentang Allah Swt.<sup>9</sup> Dalam agama Islam, puncak dari kebahagiaan ialah apabila hamba

---

<sup>7</sup> Jarman Arroisi, *Bahagia Dalam Perspektif Al-Gazali*, Unida Gontor Jurnal Studi Agama-agama dan Pemikiran Islam , Volume 17 Nomor 01 Juni 2019, 4.

<sup>8</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, Terj. Dedi Slamet Riyadi dan Fauzi Bahreisy, (Jakarta: Zaman, 2001), 32.

<sup>9</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, Terj. Dedi Slamet Riyadi dan Fauzi Bahreisy, 27.

bertemu dengan sang penciptanya ialah Allah Swt.<sup>10</sup> Ketenangan dan kebahagiaan berasal dari Allah.<sup>11</sup> Oleh karena itu individu yang mencintai Allah tentunya akan selalu merasakan kebahagiaan. Hasan Al Basri sering berkata “Orang yang mengenal Allah akan mencintainya dan orang yang mengenal dunia akan membencinya”.<sup>12</sup>

Cinta bisa didefinisikan sebagai suatu kecenderungan terhadap sesuatu yang menyenangkan. Contoh yang paling jelas tampak pada panca indra kita, masing-masing indra mampu membuatnya mencintai apa yang ia senangi. Mata mencintai pandangan yang indah, telinga mencintai musik, dan lainnya. Jenis cinta seperti itu juga dimiliki oleh hewan, namun manusia berbeda dengan hewan. Hanya manusia yang memiliki cinta didalam hati.<sup>13</sup> Pemahaman mengenai kebahagiaan tergantung dengan masing-masing setiap orang, perasaan tenang dan damai juga merupakan sebuah pengertian dari kebahagiaan, Al-Gazali mengatakan bahwa kebaikan yang utama dari manusia adalah kebahagiaan didunia dan kebahagiaan sejati diakhirat.

---

<sup>10</sup> Anwar Sanusi, *Jalan Kebahagiaan*, (Jakarta: Gema Insani, 2006), 2.

<sup>11</sup> Anwar Sanusi, *Jalan Kebahagiaan*, 3.

<sup>12</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, Terj. Dedi Slamet Riyadi dan Fauzi Bahreisy, 136.

<sup>13</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, Terj. Dedi Slamet Riyadi dan Fauzi Bahreisy, 136.

Menurut Al-Gazali sebagian dari kebaikan dan kebahagiaan memiliki kaitan yang erat dengan jiwa, dengan adanya kebahagiaan dapat membentuk hati dan jiwa yang bersih dengan mengetahui apa tujuan dalam diri.<sup>14</sup>

Kebahagiaan terbagi menjadi dua yakni kebahagiaan dunia dan kebahagiaan akhirat. Kebahagiaan mukmin didunia sangat jelas, kebahagiaan yang dirasakan karena manisnya iman. Individu yang bersungguh-sungguh untuk meraih rida Allah Swt akan merasakan kebahagiaan didunia.<sup>15</sup> Mendapatkan kebahagiaan didunia sekaligus akhirat dapat dicapai melalui sebuah pernikahan yang membentuk rumah tangga.

## **B. Faktor-Faktor Penyebab Kebahagiaan Menurut Al-Gazali**

Al-Gazali menyatakan bahwa kebahagiaan itu tidak selalu mengenai kebutuhan fiisk, hal yang menyenangkan nafsu seperti kegigihan yang bekerja keras terlalu berlebihan sampai melupakan kebaikan-kebaikan yang lain. Kesetiap hal tersebut dijelaskan Al-Gazali sebagai berikut :

---

<sup>14</sup> Annas Syafiq, *Perspektif Ibnu Miskawayh dan Al-Gazali mengenai kebahagiaan*, UIN Jakarta Jurnal Of Islamic And Civilizational Studies, Volume 08 Nomor 01 Tahun 2021, 2.

<sup>15</sup> Anas Ahmad Karzon, *Tazkiyatun Nafs Terjemahan H.Emiel Thereeska*, (Jakarta: Akbarmedia,2010), 168.

1. Individu yang terlalu bekerja lebih keras untuk hidup hanya beranggapan bahwa tujuannya hidup kedunia hanya untuk bekerja, seperti penjual dipasar yang sudah siap datang jam dua pagi untuk berjualan.
2. Demi mencapai kebahagiaan individu menganggap bahwa pemuasan nafsu merupakan kenikmatan yang sesungguhnya, dan memakan makanan yang sesuai dengan nafsu membuat perasaan hati menjadi tenang, pada dasarnya mereka tidak mengetahui bahwa menahan nafsu dan memakan hal yang cukup lebih mendapatkan kebahagiaan yang tinggi.

Al-Gazali mengkritik gaya hidup hedonistik, ia menyatakan bahwa hal-hal tersebut bukanlah tujuan hidup. Karena kebahagiaan yang terdapat didalamnya hanya berupa kiasan, yang dimaksud dengan kiasan yakni sementara. Kebahagiaan yang didapatkan dan dirasakan dengan beberapa hal tersebut sebenarnya hanya bersifat sementara.<sup>16</sup>

### C. Cara Menggapai Kebahagiaan dalam *Kimiya as-Sa'adah* dan

---

<sup>16</sup> Annas Syafiq, *Perspektif Ibnu Miskawayh dan Al-Gazali mengenai kebahagiaan*, UIN Jakarta Jurnal Of Islamic And Civilizational Studies, Volume 08 Nomor 01 Tahun 2021, 4.

### Relevansinya Terhadap Rumah Tangga

Dalam menggapai kebahagiaan tentunya individu akan terus berusaha untuk benar-benar merasakan kebahagiaan, karena dengan perasaan bahagia hal apapun akan menjadi semangat untuk dilakukan dan ketentraman didalam hati juga bisa dirasakan. Tentunya ada banyak cara untuk mendapatkan kebahagiaan, ada berbagai filosof, dan tokoh-tokoh yang mengemukakan pendapatnya melalui sebuah tulisan. Salah satunya karya Imam Al-gazali yakni *kimiya as saadah* (Kimiya Kebahagiaan). Al-Gazali tentu memiliki metode khusus dalam menggapai kebahagiaan yang utuh. *Kimiya As-Saadah* tersusun dari delapan elemen penting didalamnya, yakni sebagai berikut :

#### 1. Mengenal diri sendiri

Mengenal diri adalah kunci untuk mengenal tuhan, sesuai ungkapan hadis: “siapa yang mengenal dirinya ia mengenal tuhannya”.<sup>17</sup> Langkah pertama untuk mengenal diri adalah menyadari bahwa diri terdiri atas bentuk luar yang disebut jasad dan bentuk dalam yang disebut hati atau ruh. Hati yang dimaksud bukanlah hati dalam bentuk segumpal daging yang terletak disebelah kiri dada.<sup>18</sup> Melainkan tuan yang mengendalikan

---

<sup>17</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, 9.

<sup>18</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, 11.

fakultas lainnya dalam diri, hati manusia bukanlah sesuatu yang terlihat, melainkan sesuatu yang tidak bisa dilihat oleh mata. Pengenalan terhadap diri sendiri merupakan hal yang penting dalam menjalankan rumah tangga, karena memahami diri untuk mengenal tuhan.

Setiap individu harus memahami darimana ia berasal dan diciptakan. Langkah pertama mengenal diri dari bentuk jasad, jasad ada karena ada yang menciptakan. Manusia lahir menjadi laki-laki dan perempuan tentunya karena Allah yang menciptakan. Tidak ada kekuasaan lain yang mampu menandingi Allah Swt. Dalam rumah tangga setiap pasangan harus sadar bahwa ia diciptakan oleh Allah, manusia harus bisa mengendalikan jiwa, karena diibaratkan jasad sebagai kerajaan dan jiwa sebagai raja.

## 2. Menenal Allah

Manusia adalah makhluk yang diciptakan dengan akal, dengan merenungkan wujud dan sifat Allah manusia manusia sampai pada sebagian tentang Allah. Banyak orang yang merenungkan dirinya tetapi tidak menemukan Tuhannya.<sup>19</sup> Allah Swt telah menciptakan manusia dengan segala keseimbangannya dan kasih sayang. Kasih Allah lembut daripada kasih

seorang ibu pada bayinya yang sedang menyusu, jadi dengan mengenali bagaimana manusia diciptakan manusia akan mengetahui keberadaan Tuhan.<sup>20</sup> Manusia baru akan menyadari cinta Allah kepadanya. Begitulah mengenal diri menjadi kunci untuk mengenal Allah Swt. Keberadaan ruh manusia dapat mengantarkan manusia pada pemahaman tentang keberadaan Allah. Dengan demikian bisa dikatakan bahwa Allah dan ruh manusia tidak terbatas oleh ruang dan waktu, tak terbagi, diluar kualitas dan kuantitas.<sup>21</sup>

Dalam menjalani rumah tangga tentu sangat penting dalam mengenal Allah sebagai penguasa dan pencipta, tidak ada batasan antara manusia dan Allah, apabila individu mati maka ia akan berurusan dengan Allah, namun apabila ia harus tetap hidup bersama orang lain maka kebahagiaan akan juga dapat dirasa. Cinta adalah beni kebahagiaan dan cinta kepada Allah dapat tumbuh dan dikembangkan melalui sebuah pernikahan yang membentuk rumah tangga.

## 3. Menenal Dunia

Dunia ini adalah sebuah panggung atau pasar yang disinggahi para musafir dalam perjalanannya ketempat lain. Dengan bantuan indrawi manusia harus memperoleh manusia tentang ciptaan Allah dan

---

<sup>19</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, 28.

---

<sup>20</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, 30.

<sup>21</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, 31.

melalui perenungan terhadap semua ciptaannya itu, ia akan mengenal Allah. Untuk memperoleh pengetahuan manusia akan diturunkan ketanah dan air, selama indranya masih berfungsi ia akan menetap didunia.<sup>22</sup> Dunia yang ditempati terbagi menjadi tiga kelompok utama yaitu hewan, tumbuhan, dan mineral. kemudian ketiga tersebut memunculkan tiga bidang profesi utama yaitu para pembuat pakaian, tukang bangunan dan pekerja tambang. Kemudian mengahsilkan bidang-bidang lainnya, keadaan ini melahirkan suatu hubungan yang muncul tidak baik, iri hati, cemburu dan sikap lainnya.<sup>23</sup>

Dunia merupakan sebuah tempat bagi manusia, dalam dunia banyak aktivitas yang manusia jalani. Salah satunya pernikahan membentuk sebuah rumah tangga tentunya merupakan suatu ibadah kepada Allah, manusia harus selalu ingat bahwa dunia merupakan sebuah tempat persinggahan dan suami istri merupakan sebuah teman yang akan menemani didunia maupun akhirat nanti. Dunia membohongi dan mengelabui manusia, yang terwujud dalam beragam hal. Misalnya dunia berpura-pura seakan akan selalu tinggal bersamamu padahal kenyatannya secara perlahan ia akan

pergi darimu dan menjauhi dirimu.<sup>24</sup> Manusia harus menyadari bahwa dunia hanya sebuah tempat persinggahan dan tempat untuk mengumpulkan amal kebaikan. Membentuk rumah tangga didunia tentunya sama dengan akan membentuk rumah tangga diakhirat. Setiap pasangan harus selalu mengingat Allah dan menyadari bahwa kehidupan didunia hanya sebuah persinggahan. Sehingga setiap yang dilalui bersama tentu harus bisa dilewati dan dijalani.

#### 4. Mengenal Akhirat

Orang yang mencapai Al-Quran dan Sunnah sudah tidak asing lagi dengan konsep nikmat surga dan siksa neraka yang menanti diakhirat.<sup>25</sup> Diriwayatkan bahwa beberapa sufi melihat surga dan neraka ketika mereka mencari keadaan eksistensi. Ketika mereka kembali sadar, ajah mereka menunjukkan apa yang telah mereka saksikan. Pada dasarnya segala derita yang ditanggung diakhirat nanti merupakan sebuah perbuatan manusia selama didunia, dan kenikmatan yang akan dirasakan diakhirat juga merupakan buah hasil dari ketaatannya selama di dunia. Tujuan manusia diciptakan Allah Swt kedunia ini untuk beribadah kepadanya, melakukan apa saja yang diperintahkan oleh Allah Swt.

---

<sup>22</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, 48.

<sup>23</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, 49.

---

<sup>24</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, 51.

<sup>25</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, 60.

Manusia harus selalu ingat bahwa kehidupan yang kekal adalah akhirat. Akan ada surga dan neraka, dalam menjalankan sebuah rumah tangga tentu harus selalu ingat akhirat karena pasangan suami istri akan hidup kekal diakhirat. Setiap rintangan yang dihadapi didunia harus bisa dilalui dengan jalan Allah, kebahagiaan yang kekal hanya akan didapat didunia begitu juga kebahagiaan dalam rumah tangga akan selalu kekal nantinya di akhirat.

#### 5. Spiritual Dalam Musik

Harmoni yang dinikmati manusia merupakan gema dari keindahan dunia yang lebih tinggi, yang kita sebut dunia ruh.<sup>26</sup> Musik dan tarian sangat dalam mempengaruhi keadaan hati manusia, musik membuat cinta yang ada didalam hati menyala.<sup>27</sup> Para sufi memanfaatkan musik untuk membangkitkan cinta kepada Allah dalam diri mereka, karena dengan musik mereka merasakan gairah ruhani.<sup>28</sup> Orang yang menolak hakikat *ekstase* (kegairahan) dan pengalaman spiritual para sufi sebenarnya menunjukkan kesempitan pikiran dan sempitnya wawasan.<sup>29</sup>

#### 6. Muhasabah dan Zikir

---

<sup>26</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, 81.

<sup>27</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, 82.

<sup>28</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, 85.

<sup>29</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, 86.

Seorang yang bijak pasti akan melakukan muhasabah setiap pagi setelah solat subuh dan berkata pada jiwanya “Wahai jiwaku, tujuan hidupmu hanya satu. Meski sedetik, saat yang telah lewat takkan bisa dikembalikan karena dalam pembendaharaan Allah bagian nafasmu sudah ditentukan, tak bisa ditambah atau dikurangi.<sup>30</sup> Orang yang berzikir adalah yang selalu ingat bahwa Allah mengamati seluruh tindakan dan prilakunya. Ada dua tingkatan zikir kepada Allah, tingkatan pertama adalah zikir yang seluruh para wali yang seluruh pikirannya terserat dalam ingatan dan perenungan kepada Allah. Tingkatan kedua adalah zikir golongan kanan (ashabul yamin), mereka sadar bahwa Allah mengetahui segala sesuatu tentang mereka dan merasa malu dihadapannya.<sup>31</sup>

Manusia harus mengingat bahwa dirinya semata-mata akan selalu dapat kembali kepada Allah Swt. Manusia harus tahu tujuan hidupnya diciptakan. Dalam membina rumah tangga juga manusia harus menyadari dirinya untuk siapa, jangan sampai cinta kepada pasangan membuat manusia lupa akan dirinya. Dalam membina rumah tangga setiap pasangan akan mampu menerima kekurangan masing-masing apabila pasangan tersebut memahami akan

---

<sup>30</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, 98.

<sup>31</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, 108.

kelemahan dirinya. Mengingat hanya Allah saja yang maha kuasa dan yang paling sempurna.

7. Perkawinan: Pendorong  
ataukah Perintah kehidupan  
beragama

Melalui sebuah perkawinan individu akan dapat menggapai sebuah kebahagiaan, dengan membentuk rumah tangga yang sesuai dengan ajaran Islam. Perkawinan sangat berperan besar bagi kehidupan manusia. Dalam sebuah perkawinan membuat suami dan istri akan merasakan kedamaian didalam jiwanya, mereka melengkapi satu sama lain dan saling menerima kekurangan. Dengan berumah tangga individu akan mendapatkan istri yang akan membantunya memelihara rumah, memasak, mencuci, menyapu, dan lainnya. Jika ia melakukan semua itu sendirian, ia tidak bisa mencari ilmu, berdagang atau melakukan hal lainnya. Abu Sulaiman berkata, "Istri yang baik tidak hanya menjadi rahmat didunia ini, tetapi juga diakhirat. Karena ia menyisihkan aktu senggang kepada suaminya untuk memikirkan akhirat".<sup>32</sup>

Perkawinan juga dapat melatih seorang suami untuk bersabar dengan menyikapi istri dengan segala aktivitasnya, memberikan semua hal yang dibutuhkannya dan menjaganya. Semua itu merupakan bagian

yang amat penting dari agama.<sup>33</sup> Dalam sebuah perkawinan tentu juga memiliki sisi negatif yakni, kekhawatiran seorang suami dalam mencari nafkah. Agar perkawinan menjadi jalan keselamatan, individu harus memperhatikan calon istri yang harus dinikahinya. Yang paling utama yaitu akhlak, jika istri yang berakhlak buruk suami diam saja maka nama suami akan terlihat buruk dan agama suami akan rusak. Karena perkawinan berperan penting dalam kehidupan individu, beberapa hal ini penting untuk diperhatikan. Pertama, karena perkawinan merupakan sebuah perintah agama dan harus dilakukan sesuai dengan keagamaan.<sup>34</sup>

Kedua, suami mesti bersikap baik kepada istrinya, tidak boleh menyakiti perasaan istri. Ketiga, suami senantiasa membolehkan istri untuk istirahat dan membuat istri menjadi senang.<sup>35</sup> Keempat, suami harus menjaga istri dan berhati-hati agar istri tidak digoda orang lain dan tidak memandang orang lain, karena semua hal yang tidak diinginkan berawal dari pandangan.<sup>36</sup> Kelima, suami harus memberikan nafka kepada istri, karena menafkahi istri sama halnya lebih baik dengan sedekah. Keenam, suami tidak boleh

---

<sup>33</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, 120.

<sup>34</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, 127.

<sup>35</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, 128.

<sup>36</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, 130.

---

<sup>32</sup> Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, 119.

memakan makanan yang lezat sendirian. Jika pun termakan maka seharusnya tidak perlu memberi tahu istri.<sup>37</sup>

#### 8. Cinta Kepada Allah

Kesempurnaan manusia tercapai jika cinta kepada Allah memenuhi dan menguasai hatinya. Seandainya cinta kepada Allah tidak sepenuhnya menguasai hati setidaknya menjadi perasaan dominan mengatasi kecintaan kepada selain Allah.<sup>38</sup> Cinta dapat diartikan sebagai kecenderungan terhadap sesuatu yang disukai ataupun yang menenangkan jiwa dan membuat individu menjadi kagum. Ada beberapa faktor-faktor yang menjadi pembangkit cinta kepada Allah yakni : Pertama, manusia selalu mencintai dirinya dan kesempurnaan sifatnya, pemahaman ini langsung menuju cinta kepada Allah, karena manusia menyadari yang menciptakannya adalah Allah Swt.<sup>39</sup>

Kedua, cinta manusia kepada pendukungnya, manusia menyadari bahwa Allah selalu mendukung dan memberikan apa yang diinginkan oleh manusia, sebab apapun yang diberikan kepada manusia semua berasal dari Allah Swt. Ketiga, perenungan terhadap sifat Allah, kekuasaan Allah dan Kebesaran

Allah. Manusia menyadari bahwa Allah yang memiliki kuasa atas dirinya dan dunia, Allah mampu menciptakan apa yang diinginkanya.<sup>40</sup> Keempat, kemiripan antara manusia dan Allah.<sup>41</sup> Meski demikian, kemiripan antara manusia dan Allah menjawab keberatan teolog zahiriah yang berpendapat bahwa manusia tidak bisa mencintai wujud yang bukan spesiesnya sendiri. Berapa jauh pun jarak antara Allah dan manusia, tentu manusia bisa mencintai Allah karena kemiripan yang diisyaratkan oleh sabda nabi, “Allah menciptakan manusia dengan kemiripannya”.<sup>42</sup>

Cinta kepada Allah akan selalu senantiasa membawa manusia menuju suatu kebaikan. Dari beberapa metode tersebut individu dapat merasakan kebahagiaan, kebahagiaan menurut Al-gazali yakni ketika individu sudah sampai pada Ma’rifat Allah, kebahagiaan tersebut tidak mengacu pada kebahagiaan jasmani ataupun inderawi melainkan kebahagiaan yang abadi yang melebihi kenikmatan dunia. Ketika individu sudah melakukan beberapa metode yang sudah dijelaskan maka individu tersebut akan mencapai kepada Ma’rifat Allah Swt yang membuatnya akan merasakan kebahagiaan sejati.

---

<sup>37</sup> Al-Ghazali, *Kimiya’ al-Sa’adah*, 131.

<sup>38</sup> Al-Ghazali, *Kimiya’ al-Sa’adah*, 134.

<sup>39</sup> Al-Ghazali, *Kimiya’ al-Sa’adah*, 138.

---

<sup>40</sup> Al-Ghazali, *Kimiya’ al-Sa’adah*, 140.

<sup>41</sup> Al-Ghazali, *Kimiya’ al-Sa’adah*, 141.

<sup>42</sup> Al-Ghazali, *Kimiya’ al-Sa’adah*, 142.

## **KESIMPULAN**

Penelitian ini menyimpulkan:

1. Menurut Al-Gazali kebahagiaan adalah apabila individu sudah bisa menundukkan nafsu kebinatangannya. Kebahagiaan akan didapatkan apabila seorang hamba sudah mengenal Allah dengan sedekat-dekatnya. Al-Gazali mengatakan bahwa faktor kebahagiaan tidak selalu mengenai fisik dan berkaitan dengan dunia. Karena dunia adalah kenikmatan yang sekilas saja., individu yang selalu bekerja keras hanya untuk bekerja tentu tidak akan dapat merasakan kebahagiaan, kemudian pemuasan nafsu individu menganggap harta yang berlimpah merupakan faktor kebahagiaan akan tetapi harta yang banyak terkadang memberikan suatu keburukan, kemudian kedudukan yang tinggi terkadang membuat individu menjadi sombong. Jadi faktor kebahagiaan tidak selalu didapat didunia saja, kebahagiaan bergantung pada individu itu sendiri bukan terhadap objek yang ia miliki. Namun demikian untuk mencapai kebahagiaan tentunya ada beberapa strategi yang juga menjadi faktor dalam mencapai kebahagiaan.
2. Dalam Kimiya as-sa'adah ada beberapa metode yang digunakan oleh Al-Gazali dalam mencapai sebuah kebahagiaan yakni: 1. Menenal diri sendiri. 2. Menenal Allah Swt. 3. Menenal Dunia. 4. Menenal Akhirat. 5. Spiritual dalam Musik, 6.

Muhasabah dan Zikir, 7.Perkawinan, 8. Cinta Kepada Allah. Tentunya dengan menggunakan metode tersebut individu akan dapat merasakan kebahagiaan yang diinginkan. Dalam rumah tangga setiap orang tentu menginginkan kebahagiaan agar mendapat ketenangan dan ketentraman didalamnya, dalam Kitab Ihya Ullumudin Al-Gazali mengatakan bahwa ada beberapa manfaat dalam membentuk sebuah rumah tangga yakni: mendapatkan keturunan, terpenuhi syahwat, membentuk masyarakat yang tentram dan menciptakan kasih sayang. Kemudian dalam menjalankan sebuah rumah tangga tentu dapat membentuk individu menjadi individu yang lebih baik, sabar menghadapi setiap apa yang dilewatkan, akan tetapi dalam menjalankan rumah tangga tentu ada sisi negatif yang menyebabkan rumah tangga tersebut menjadi tidak bahagia yakni faktor ekonomi, anak, tidak cocok antara suami istri dan meninggalkan anak istri berserta lainnya. Dari beberapa faktor tersebut dapat mengacu pada kebahagiaan rumah tangga. Tentunya hal tersebut dapat disikapi dengan baik, metode Al-Gazali tentunya dapat menjadi sebuah solusi adanya ketidak bahagiaan rumah tangga.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Al-ban, Khadib Ibnu, *Buku Saku Rahasia Kebahagiaan*, Jakarta,

- [www.penerbitzaman.com](http://www.penerbitzaman.com), 2013.
- Amalia Nanda Jamaludin, *Buku Ajar Hukum Pernikahan*, Sulawesi, Unimal Press, 2016.
- Azhari Aziz Abdul, *Jalan Menggapai Ridho Allah*, Bandung, Bahasa dan Sastra Arab, 2019.
- Fallah Saiful, *Jalan Bahagia Berkenalan Dengan Filsafat Islam*, Jakarta, Gramedia, PT.Elex Media Komputindo, 2021.
- Al-Ghazali, *Ringkasan Ihya Ullumudin terjemahan Abdul Rosyad Shidiq*, Jakarta, Armedia, 2009.
- Al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, Terj. Dedi Slamet Riyadi dan Fauzi Bahreisy, Jakarta, Zaman, 2001.
- Imy Bachrul, *Pendidikan Agama Islam*, Bandung, Grafindo Media Pratama, 2007
- Kharzon ahmad an-nas, *Tazkiyatun Nafs Terjemahan H.Emiel Theereska*, Jakarta Akbar media, 2016.
- Kurniabto Fajar, *Jalan Takwa Menuju Bahagia*, Jakarta, PT.Elex Media Komputindo 2016.
- Mujieb Abdullah, Syafi'ah, Ismail Ahmad, *Ensiklopedia Imam Al-Gazali*, Jakarta, PT.Mizan Publika, 2009.
- Sanusi Anwar, *Jalan Kebahagiaan*, Jakarta, Gema Insani, 2006.
- Sirajuddin, *Filsafat Islam*, Depok, PT.Raja Grafindo Persada, 2017.
- Sudirman, *Pisah Demi Sakinah*, Jember, Buku Pustaka Radja, 2018.
- Syefriyani, *Etika*, Palembang, IAIN Raden Fatah Press, 2006.
- Tutik Triulan Titik, *Hukum Perdata Dalam Sistem Hukum Nasional*, Jakarta, Prenada Meida, 2008.
- Yusuf Ubaidah Abu bin Sidawi As-Mukhtar, *Kunci-Kunci Sukses Rumah Tangga Bahagia*, Jawa Timur, Ma'had Al-Furqon Al-Islami, 2010.
- Adjariah Sri, *Kebahagiaan Perkawinan Ditinjau Dari Faktor Komunikasi Pada Pasangan Suami Istri*, Jurnal Psikologi, Vol. 01 No. 01 2005.
- Al-Mundzir Darwis Muhammad, *Makna Kebahagiaan Menurut Aristoteles*, Skripsi, Tulungagung: Fakultas Ushulludin Adab dan Dakwah IAIN Tulungagung, 2015.
- Anisyah, *Makna Pernikahan dalam Perspektif Tasawuf*, Jurnal Filsafat dan Pemikiran Islam, Vol. 20 NO. 01 Tahun 2020.
- Asman, *Keluarga Sakinah Dalam Kajian Hukum Islam*, Jurnal hukum Islam dan Perundang undangan, Vol. 07 No. 02 Desember 2020.
- Arroisi Jarman, *Bahagia Dalam Perspektif Al-Gazali*, Jurnal Studi Agama-agama dan Pemikiran Islam.
- Bakar Abu, *Psikologi Transpersonal Mengenai Konsep Kebahagiaan dalam Psikologi*, Jurnal Madania, Vol 8. No. 2, 2018.
- Chadijah Siti, *Karakteristik Keluarga Sakinah dalam Islam*. Jurnal Rausyan Fikr. Vol. 14 No. 1 Maret 2018.

- Dlaifurahman Muhammad, *Upaya Membangun Keluarga Sakinah*, Jurnal hadratul Madaniyah, Vol.04. No.01 Tahun 2017.
- Hidayah Yusuf, *Panduan Pernikahan Islam*, Ciamis, Qeopedia.
- Mayasari Roy, *Religius Islam dan Kebahagiaan*, Al-Munzir Vol. 7, No. 2, November 2014.
- Mantondang Amansyah, *Faktor-faktor yang mengakibatkan perceraian dalam perkawinan*, Jurnal ilmu Pemerintahan dan Sosial, Vol. 0 No. 02, 2014.
- Murni, *Konsep Ma'rifatullah Menurut Al-Gazali*, [www.jurnalarrainy.com](http://www.jurnalarrainy.com), Vol. 02 No.01 Juni 2014.
- Putri Widya Endrika, *Konsep Kebahagiaan Menurut Al-Farabi*, *Thaqafiyat*, Vol.19, No.1, Juni 2018.
- Raharjo Mudjia, *Antara Konsep, Proposisi, Teori, Variabel, dan Hipotesis dalam Penelitian*, repository.uin-malang.ac.id/2410.
- Rahayu Puji Thresia, *Determinan Kebahagiaan diIndonesia*, Jurnal Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Jaya Jakarta. Volume 19.No.1 April 2016.
- Wibisana wahyu, *Pernikahan Dalam Islam*, Jurnal Pendidikan Agama Islam Ta'lim, Vol.14, No.02, 2016.
- Qusyairi Ahmad, *Konsep Kebahagiaan Menurut Al-Gazali*, digilib.uin-suka.ac.id, Tahun 2015
- Husen Mutia Yenni, *Metode Pencapaian Kebahagiaan Dalam Perspektif Al-Gazali*, Skripsi.
- Maharani Deviana, *Tingkat Kebahagiaan (Happiness) Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta*, Skripsi.
- Nurliyanti, *Tinjauan Yuridis Terhadap Tindak Pidana Kekerasan Dalam Rumah Tangga Yang Dilakukan Suami Terhadap Istri Dan Anak*, Skripsi.
- Sastriani Anita, *Keharmonisan Keluarga dan Pengaruhnya Terhadap Pengalaman Agama Anak Dikampung Beurawe Banda Aceh*, Skripsi.
- Amaniyah, <https://www.tipspengembangandiri.com/penyebab-tidak-bahagi-setelah-menikah/>.
- Databoks, <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/03/19/perselisihan-jadi-penyebab-utama-perceraian-sepanjang-2020>.
- Pratama Rachdie, *Bagaimana Merajut Benang Pernikahan Secara Islami*, <http://www.ummusalma.wordpress.com>