

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Kebahagiaan adalah tema yang sering dijadikan bahan pembicaraan orang, bagaimana hakikatnya, dan jalan apa yang ditempuh untuk menuju kebahagiaan boleh dikatakan seribu pendapat. Adapun masalah kebahagiaan ini tiba-tiba selalu dipertanyakan oleh manusia pada zaman sekarang ini, karena beberapa orang menduga bahwa adanya fasilitas hidup akibat kemajuan teknologi sekarang ini akan menghantarkan ke gerbang kebahagiaan hidup yang sempurna. Tetapi anggapan tersebut jauh dari kata kebenaran. Bahkan nyatanya kebanyakan penyakit gangguan kejiwaan akibat implikasi dunia modern semakin banyak.

Bahagia itu fitrah tabiat manusia, semua manusia ingin bahagia. Malangnya keinginan beberapa orang untuk bahagia sering tidak kesampaian ini disebabkan banyak orang yang tidak tahu apa makna bahagia itu sebenarnya dan mereka juga tidak tahu bagaimanakah caranya untuk mendapatkannya. Oleh sebab itu usaha untuk mencari kebahagiaan itu mestilah bermula dengan mencari kebahagiaan itu terlebih dahulu. Apa itu bahagia, ada yang beranggapan arti bahagia itu relatif, ia berubah-ubah dan berbeda antara seseorang individu dengan lainnya. Bagi yang sakit, sehat itu dirasakan bahagia. Tetapi apabila sudah sehat, kebahagiaan itu bukan pada kesehatan, namun beralih pada perkara lain lagi. Bagi golongan ini kebahagiaan itu adalah satu “*moving target*” yang tidak spesifik artinya.

Al-Qur'an sebagai wahyu yang diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW. berisi pedoman hidup dan petunjuk bagi manusia.<sup>1</sup> Al-Qur'an telah mengatur segala hal dan membahas seluk beluk penciptaan, diantar''anya yaitu wawasan tentang keimanan,

---

<sup>1</sup> Muhammad Zaini, *Pengantar Ulumul Qur'an* (Banda Aceh: Pena, 2016), 14.

kebutuhan pokok manusia, soal muamalah serta aspek-aspek kegiatan manusia dan masyarakat. Salah satu unsur kehidupan manusia yang dibahas adalah kebahagiaan.<sup>2</sup> Secara mudah kebahagiaan itu ialah memiliki hati yang tenang dalam menghadapi apapun juga, termasuk ujian yang ada dalam kehidupan inilah arti kehidupan sebenarnya. Selaras petunjuk Allah, kebahagiaan dalam al-Qur'an ada 4 istilah yaitu kesenangan (*farah* فرح), keberuntungan (*falāḥ* فلاح), dan kemenangan (*fauj* فوج). Dalam al-Qur'an banyak sekali yang terdapat lafadz tersebut. Tapi disini peneliti hanya mengambil berapa ayat yang akan dicantumkan dalam pembahasan.

Sinonim kata kebahagiaan dalam al-Qur'an yaitu kesenangan (*farah* فرح) kebahagiaan yang cenderung pada dunia tetapi ada juga yang menunjukkan kebahagiaan akhirat. *Farah* (فرح) mempunyai tiga makna yakni ridho, gembira dan sombong. فرح (*farah*) merupakan kosakata bahasa Arab berasal dari wazan *fariḥa-yafrāḥu-farāḥan* (فرح – يفرح – فرحا). Dalam kitab *al-Mu'jam al-Mufahras lil al-Fazhi* al-Qur'an al-Karim kata *farāḥ u* disebutkan sebanyak 22 kali dengan 17 bentuk yang beragam dalam al-Qur'an. Menurut harun ibn musa dalam kitabnya *al-Wujuh wa al-Nazahir fi Qur'an* terbagi dalam kedalam tiga aspek, dan lebih banyak digunakan untuk arti kesenangan dunia yang bersifat negatif, seperti merasa sombong karena kekayaan, sedangkan yang menunjukkan kepada kesenangan diakhirat dan menunjukkan positif hanya satu ayat yaitu dalam al-Qur'an QS. Ali-'Imrān [3]: 170.

فَرِحِينَ بِمَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ ۖ وَيَسْتَبْشِرُونَ بِالَّذِينَ لَمْ يَلْحَقُوا بِهِمْ مِنْ خَلْفِهِمْ ۖ أَلَّا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ  
وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ۗ ١٧٠

Artinya: “Mereka bergembira dengan karunia yang diberikan Allah kepadanya, dan bergirang hati terhadap orang yang masih tinggal di belakang yang belum menyusul mereka, bahwa tidak ada rasa takut pada mereka dan mereka tidak bersedih hati.” (QS. Ali-'Imrān [3]: 170).

<sup>2</sup> M Q Shihab, *Wawasan Al-Quran: Tafsir Tematik Atas Pelbagai Persoalan Umat* (Mizan, 1996), 1–2,

Dalam ayat tersebut menjelaskan bahwa kebanggaan atau kesenangan yang hanya diperoleh dari materi kekayaan bukanlah katagotori kebahagiaan yang dibicarakan akan tetapi disebut kesombongan. Rosulullah SAW. bersabda: “*Bukanlah kekayaan itu dengan banyaknya harta benda tetapi kekayaan itu sebenarnya ialah kaya hati.*” Kaya hati yang dimaksud adalah hati yang tenang, lapang dan merasa cukup dengan apa yang dimiliki, bersyukur dengan apa yang ada, sabar dengan apa yang tiada. Oleh karena itu, hati perlu dibersihkan serta dipelihara dan dijaga “kesehatannya” agar lahir sifat-sifat mahmudah seperti amanah, sabar, syukur, qanaah, rela, pemaaf dan sebagainya. Puncak kebahagiaan ialah apabila hati seseorang mampu mendorong pemiliknya melakukan kebaikan dan menghindari kejahatan dan larangan yang ditentukan oleh Islam dengan mudah dan secara “*auto pilot*”.

Sebab pembicaraan tersebut bahagia merupakan hal yang penting. Karena orang-orang yang berbahagia akan cenderung melakukan kebaikan atau sesuatu yang bersifat positif. Kehidupan yang baik adalah kehidupan yang bahagia dan tenang, yaitu kondisi jiwa yang terdiri atas perasaan tenang, damai, ridha terhadap diri sendiri, dan puas dengan ketetapan Allah SWT.<sup>3</sup> Sehingga yang bersangkutan tidak akan merasa takut yang mencekam, atau kesedihan yang melampaui batas karena dia selalu menyadari bahwa pilihan Allah SWT. adalah yang terbaik, dan dibalik segala sesuatu ada ganjaran yang menanti.

Al-Qur’an pun menyeru untuk berbaik sangka kepada Allah, bertawakal kepada-Nya, selalu optimis, percaya pada janji Allah Yang Maha Benar dan sabar menunggu jalan keluar dari-Nya. Yakinlah bahwa setelah kesulitan ada kemudahan. Sebagaimana interpretasi Jalaluddin Rakhmat dalam Tafsir Kebahagiaannya bahwa “*kebahagiaan*

---

<sup>3</sup> Ibrahim bin Hamd Quayyid, *Panduan Menuju Hidup Bahagia Sukses* (Jakarta: Maghfirah Pustaka, 2004), 23.

*selalu ada bersama-sama penderitaan*”.<sup>4</sup> Sesungguhnya kitab yang Mulia ini adalah kitab teragung yang menyeru pada kebahagiaan, kegembiraan, kesenangan, dan keceriaan. Sesungguhnya ia memberi kabar gembira, agar senantiasa tenang, kokoh pendirian, berbahagia selalu, optimis, maju terus dan gembira. Masalah kebahagiaan merupakan topik yang tidak akan pernah habis diperbincangkan, begitu banyak pandangan dan pendapat mengenai kebahagiaan mulai dari pemberian makna tentang kebahagiaan dan tolak ukur untuk menempuh kebahagiaan.

Sebagian manusia berpendapat bahwa kebahagiaan dapat diukur dari seberapa banyak kekayaan materi yang dimiliki, sebagian lain beranggapan bahwa kebahagiaan akan muncul jika memiliki suatu kelebihan yang tidak dimiliki manusia lain, sebagian lain juga berpendapat bahwa kebahagiaan yaitu perasaan ridho dan rela atas pemberian yang telah ditentukan Allah. Pendapat lain mengatakan bahwa kebahagiaan akan muncul jika mempunyai keterkaitan dengan keyakinan atau ideologi tertentu, bahkan ada yang berpendapat bahwa kebahagiaan akan muncul jika memiliki suami yang shalih dan hidup harmonis dan rumah tangga.<sup>5</sup>

Aneka warna konsep kebahagiaan yang ingin dicapai oleh masing-masing orang sangat subyektif yang besar kemungkinan itu semua dilatar belakangi oleh kondisi seseorang menyangkut latar sosial, budaya, agama, suasana hati dan jiwa, dan yang tak kalah penting juga adalah pendidikannya. Persoalan rasa bahagia ini telah menimbulkan diskusi berkepanjangan dikalangan muslim dan non muslim dari dulu hingga sekarang. Ukuran ataupun standarisasi kebahagiaan termasuk dalam jenis kebahagiaan yang muncul pada diri manusia dan telah menjadi bagian yang diperbincangkan dalam

---

<sup>4</sup> J Rakhmat and S I Semesta, *Tafsir Kebahagiaan: Pesan AL-Qur'an Menyingkapi Kesulitan Hidup* (Serambi Ilmu Semesta, 2010), 29.

<sup>5</sup> A A M Salim, *Menjadi Manusia Paling Bahagia: Pustaka Azzam* (Pustaka Azzam, 2002), 15–16.

masalah ini. Untuk itu pada kesempatan ini kebahagiaan perlu dikaji dalam perspektif al-Qur'an.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana term *Farḥ* dalam prespektif Al-Qur'an?
2. Bagaimana upaya-upaya yang mengantar kepada *Farḥ* (kebahagiaan) psikologi positif dan implementasinya pada masyarakat di era modern?

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui term *Farḥ* dalam prespektif Al-Qur'an.
2. Untuk menganalisis upaya-upaya yang mengantar kepada *Farḥ* (kebahagiaan), psikologi positif dan implementasinya pada masyarakat di era modern.

## **D. Kegunaan Penelitian**

Secara teoritis adanya peneliti ini diharapkan mampu menambah wawasan keilmuan yang ada, khususnya tentang kebahagiaan serta bagaimana pentingnya penerapan kebahagiaan yang sebenarnya terhadap masyarakat di era modern.

Secara praktis Penelitian ini diharapkan dapat berguna baik bagi kepentingan akademis, maupun masyarakat luas terutama kaum Muslimin, serta dapat meningkatkan pemahaman, penghayatan, dan menambah wawasan tentang kajian studi Islam mengenai konsep kebahagiaan dan nilai-nilai yang terkandung di dalam al-Qur'an. Oleh karena itu, kajian semacam ini sangat diperlukan sebagai bahan bacaan dan renungan umat Islam, sehingga nantinya diharapkan akan terbentuk masyarakat yang mampu mengamalkan nilai-nilai luhur yang terkandung di dalam al-Qur'an pada kehidupan sehari-hari itu terutama yang berkaitan dengan norma-norma sosial sebagaimana psikologi positif yang secara garis besar telah merumuskan kebahagiaan sejati.

## E. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu yakni uraian singkat hasil-hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya tentang masalah sejenis, sehingga diketahui secara jelas posisi dan kontribusi peneliti. Untuk menghasilkan suatu hasil penelitian yang komprehensif dan tidak adanya pengulangan dalam penelitian, maka sebelumnya dilakukanlah sebuah pra penelitian terhadap obyek penelitiannya dalam hal penelitian tentang konsep. Adapun penelitian yang terkait dengan pokok pembahasan yang penulis kaji secara parsial diantaranya:

1. Jurnal oleh Suharto Yusuf pada tahun 2011 yang berjudul *Konsep Kebahagiaan: Studi Pemikiran al-Ghazali dalam Mizan al-'Amal* yang menguraikan makna kebahagiaan menurut al-Ghazali, standar atau ukuran ilmu yang dapat mengantarkan kebahagiaan perspektif al-Ghazali, dan standar atau ukuran amal yang dapat mengantarkan kebahagiaan perspektif al-Ghazali. Yang hasilnya, dalam perspektif al-Ghazali diketahui bahwa: *pertama*, kebahagiaan hanya dapat dicapai dengan mengkombinasikan ilmu dan amal. *Kedua*, kebahagiaan yang paling utama adalah kebahagiaan akhirat, sementara kebahagiaan dunia adakalanya semu atau kebenaran jika membantu kebahagiaan akhirat. *Ketiga*, kebahagiaan itu dicapai dengan mengumpulkan dan mensinergikan empat keutamaan setelah keutamaan akhirat yaitu keutamaan jiwa, keutamaan badan, keutamaan luar/ dan keutamaan taufik.

Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dibahas yaitu mengenai kitab yang digunakan yang mana peneliti menggunakan kitab para mufasir. Sedangkan pada peneliti ini menggunakan studi pemikiran *Al Ghazali dalam Mizan Al-'amal*, kemudian perbedaan yang kedua terdapat pada kajian ayat yang digunakan bahwasanya peneliti menggunakan ayat Al imron ayat 170,

sedangkan dalam peneliti tersebut tidak membahas tentang ayat ini. Untuk persamaannya peneliti membahas sama tentang kebahagiaan

2. Jurnal yang ditulis oleh Endrika Widya Putri UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Padang Pariaman, Sumatra Barat pada tahun 2018 tentang *Konsep Kebahagiaan dalam Perspektif al-Farab*. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai kebahagiaan kepada manusia berdasarkan akhlak itu tidak bisa dipisahkan dengan kebahagiaan. Hasil penelitiannya yakni kebahagiaan bagi al-Farabi adalah kebaikan yang diinginkan untuk kebaikan itu sendiri yang menjadi tujuan akhir dari segala aktivitas manusia di dunia ini. Adapun jalan memperoleh kebahagiaan menurut al-Farabi ada empat cara yaitu pertama, niat dan kehendak, artinya apa yang ada dipikiran dan dihati manusia idealnya harus direalisasikan dalam kehidupan sehari-hari atau segala hal yang dianggap baik dalam hati dan pikiran manusia harus diwujudkan.

Adapun perbedaan penelitian ini dan penelitian yang akan dibahas, penelitian yang akan dibahas membahas tentang Konsep kebahagiaan dalam prespektif Al Qur'an, sedangkan penelitian ini membahas tentang konsep kebahagiaan dalam prespektif al Farabi. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai kebahagiaan kepada manusia berdasarkan akhlak itu tidak bisa dipisahkan dengan kebahagiaan, sedangkan penelitian yang akan dibahas menggambarkan kebahagiaan yang ada didunia dan diakhirat, yang mana kebahagiaan didunia bukan karena orang nya kaya tetapi yang kaya adalah kaya hati itu seperti tenang bersyukur, dan bertasbih. Untuk persamaannya membahas tentang kebahagiaan

3. Karya M. Bahrul Ulum pada tahun 2012, yang berjudul *Konsep Kebahagiaan Menurut Pandangan Orang Tengger dalam Tinjauan Etika Aristoteles*. Dalam

penelitian ini penulis melakukan konstruksi teoritis tentang konsep kebahagiaan dalam pandangan orang Tengger serta bagaimana jalan untuk meraihnya, yang ditinjau menggunakan teori etika Aristoteles (*eudaimonisme*). Adapun hasil penelitian ini adalah pertama, kebahagiaan dalam pandangan orang Tengger berarti tercapainya keadaan ekuilibrium dalam relitas yang total, sehingga kebahagiaan dapat disebut sebagai tujuan puncak dari seluruh realitas alam ini. Kedua, Aristoteles memandang kebahagiaan sebagai suatu “kepenuhan” yang nilainya tak dapat dibatasi (*without qualification*). Pencapaiannya dilakukan dengan merealisasikan potensi khas manusia (rasionalitas) secara penuh dan disertai dengan keutamaan-keutamaan (*areté*). Ketiga, konsep kebahagiaan orang Tengger memiliki kesamaan struktural dengan konsep kebahagiaan dalam etika Aristoteles. Orang Tengger, sebagaimana Aristoteles, memandang bahwa kebahagiaan bukanlah tujuan instrumental, melainkan tujuan puncak dari seluruh tindakan manusia.

Adapun perbedaan penelitian ini dan penelitian yang akan dibahas, penelitian yang akan dibahas membahas tentang Term Farh Konsep kebahagiaan dalam prespektif al-Qur'an, sedangkan penelitian ini membahas tentang konsep *Kebahagiaan Menurut Pandangan Orang Tengger dalam Tinjauan Etika Aristoteles*. Adapun hasil penelitian ini adalah pertama, kebahagiaan dalam pandangan orang Tengger berarti tercapainya keadaan ekuilibrium dalam relitas yang total, sehingga kebahagiaan dapat disebut sebagai tujuan puncak dari seluruh realitas alam ini. Sedangkan penelitian yang akan dibahas itu tentang term *Farh* kebahagiaan dalam ayat al imron ayat 170 pandangan Para Tafsir ini lebih merujuk dalam kebahagiaan akhirat yang mana kebahagiaan yang sebenarnya adalah hati tenang, bersyukur. Persamaannya dalam peneliti ini yaitu membahas tentang yang sama yaitu kebahagiaan

4. Jurnal yang ditulis oleh Ari Rahmawati, Ika Herani, dan Lusy Asa Akhrani dari Universitas Brawijaya Malang pada tahun 2015, tentang *Makna Kebahagiaan pada Jamaah Maiyah, Komunitas Bangbangwetan Surabaya*. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai makna kebahagiaan pada anggota Komunitas Bangbangwetan berdasarkan nilai-nilai kebajikan yang ada pada komunitas tersebut. Nilai kebajikan dalam Komunitas Bangbangwetan didasarkan pada konsep *Maiyah*, yang dimaknai sebagai kebersamaan dengan Tuhan, Nabi atau Rasul, dan manusia. Analisis menggunakan konsep Seligman tentang kebahagiaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa makna kebahagiaan adalah bersyukur. Perasaan syukur ini muncul sebagai reaksi proses pendewasaan pada diri, tentang bagaimana mereka menyikapi hidup dengan nilai-nilai yang dianut. Konsep kebersamaan mendorong munculnya kekuatan-khas dan kebajikan personal dalam bentuk kearifan dan pengetahuan, keberanian, kemanusiaan dan cinta, keadilan, kesederhanaan, serta transendensi.

Adapun perbedaan penelitian ini dan penelitian yang akan dibahas, penelitian yang akan dibahas membahas tentang Konsep kebahagiaan dalam prespektif para mufasir, yang mana penelitian yang akan dibahas ini menggunakan metode tematik, sedangkan penelitian ini lebih ke lapangan yang mana membahas tentang *Makna Kebahagiaan pada Jamaah Maiyah, Komunitas Bangbangwetan Surabaya*. Dan penelitian yang akan dibahas ini merujuk hanya satu ayat, sedangkan penelitian ini tidak membahas sama sekali ayat tersebut.

5. Jurnal yang ditulis Khoirul Amim, IAIN Mataram pada tahun 2016, tentang *Konsep Kebahagiaan Prespektif Al-Qur'an dan Filsafat*, penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai bagaimana konsep kebahagiaan dalam filsafat, hasil penelitiannya yaitu tentang kebahagiaan merupakan sesuatu yang sangat

diharapkan oleh semua manusia karena merupakan tujuan hidup. Bagi para filosof barat khususnya para filosof zaman klasik seperti Sokrates, Plato, Ariatoteles, Epikuros berpendangan bahwa kebahagiaan merupakan suatu tingkat tertinggi seseorang. Suatu ilmu yang dikembangkan para filosof pada akhirnya sebagai tujuan untuk mencapai kebahagiaan jiwa (*euodamionio*). Kebahagiaan dapat dicapai dengan perbuatan baik, hati yang tenang dan tubuh yang sehat.

Adapun perbedaan penelitian ini dan penelitian yang akan dibahas, penelitian yang akan dibahas membahas tentang Konsep kebahagiaan dalam Term *Farh*, yang hasilnya dalam ayat ali imrān ayat 170 yang mana dalam hidup harus selalu diiringi dengan berdoa dan bertasbih maka hidup akan tenang atau bahagia dalam dunia dan akhirat. Persamaan nya juga membahas tentang kebahagiaan

## **F. Kerangka teori**

Salah satu teori tafsir menyatakan bahwa kebahagiaan adalah harapan dan cita-cita orang al-Qur'an merupakan rujukan utama bagi umat Islam dalam menjalani kehidupan ini, memberikan berbagai tuntunan kehidupan, baik dalam beragama (keyakinan), beribadah, bermasyarakat (sosial) maupun dalam bersikap dan berperilaku (individu). Di dalam al-Qur'an terdapat pedoman bagaimana manusia bertauhid secara benar, melakukan ibadah (*ḥabl minallāh*) dengan tepat, berinteraksi sosial (*ḥabl min al-nās*) dengan baik serta menjadi pribadi yang mulia. Tiga aspek fundamental tersebut pertama dalam kehidupan biasa dikenal dengan istilah: aqidah, ibadah dan muamalah. Adapun aspek keempat, yang tidak begitu populer disebut dengan *shakhsiyyah* (kepribadian).

Jika diteliti secara *historis*, kajian yang dilakukan oleh ulama tafsir dalam memahami ayat-ayat al-Qur'an yang berkaitan dengan ketiga aspek kehidupan tersebut, yakni: aqidah, ibadah dan muamalah, sudah cukup banyak. Dari hasil kajian ulama tafsir

tentang ketiga aspek tersebut melahirkan sejumlah karya tafsir bercorak teologis dan fiqh.<sup>6</sup>

Penafsiran yang memfokuskan kajian terhadap aspek keempat ialah *shahsiyah* (kepribadian) yang bercorak psikologis/ nafsi masih langka. Apabila ditelusuri lebih lanjut, maka akan ditemukan banyak sekali ayat-ayat al-Qur'an yang berbicara tentang sikap dan perilaku manusia dengan segala konsekuensinya.<sup>7</sup> Salah satu tema penting dalam al-Qur'an yang berkaitan dengan kehidupan pribadi seseorang adalah bagaimana agar setiap orang dapat meraih kebahagiaan yang sebenarnya dan bagaimana upaya kita mendapatkan kebahagiaan akhirat.

Sejauh pengamatan penulis terhadap sejumlah literatur tafsir, hingga saat ini kajian tafsir al-Qur'an yang secara khusus memfokuskan bahasan terhadap tema “kebahagiaan”, yang merupakan bagian dari kajian psikologi masih sangat jarang, bahkan bisa dikatakan langka. Berkaitan dengan masalah kebahagiaan, pada hakekatnya di dalam al-Qur'an secara spesifik dijelaskan tentang petunjuk ideal bagi seseorang untuk meraih kebahagiaan hakiki di dunia dan akhirat, yaitu dengan mengembangkan dirinya, meningkatkan kualitas kepribadiannya hingga pada tingkat “manusia sempurna” (*insan kamil*).<sup>8</sup>

## **G. Metode penelitian**

### **1. Jenis penelitian**

Penelitian ini termasuk peneliti kualitatif yang dilakukan dengan menggunakan metode analisis dan bersifat deskriptif. Selain itu dalam penelitian ini penulis menggunakan kajian kepustakaan (*library research*), yaitu metode penelitian yang dilakukan dengan cara mengamati berbagai sumber yang berkaitan dengan

---

<sup>6</sup> T Ushama, *Methodologies of the Qu'ranic Exegesis* (A.S. Noordeen, 1995), 95.

<sup>7</sup> Mansur, Al-Sharbini, and Al-Fiqi, *Al-Suluk Al-Insani Bayn Al-Tafsir Al-Islami Wa Asas 'Ilm Al-Nafs Al Mu'Asir* (Jakarta: Pena, 1998), 51.

<sup>8</sup> Muhammad 'Uthman Najati, *Al - Qur'an Wa 'Ilm Al - Nafs* (Bandung: Mutiara, 2008), 19.

permasalahan dalam peneliti baik berupa makalah, buku atau tulisan. Tujuan metode ini adalah mengumpulkan data dan informasi dari bermacam-macam materi yang terdapat dipustaka, kemudian hasilnya dijadikan sebagai dasar dan alat utama untuk sumber penelitian.

## 2. Data dan sumber data

### a) Data primer

Adalah rujukan utama yang digunakan dalam penelitian. adapun data primer yang dipakai adalah tafsir al-Ṭabari, Tafsir Al miṣbāḥ. Tafsir Ibnu Kaṭīr.

### b) Data sekunder

Sedangkan sumber sekundernya adalah buku-buku tentang kebahagiaan, perkembangan psikologi dan beserta jurnal- jurnal yang relevan dengan pembahasan yang diteliti dan al-Qur'an.

## 3. Metode pengumpulan data

Peneliti akan menggunakan metode tafsir tematik kontekstual yakni cara memahami al-Qur'an mengumpulkan ayat-ayat yang setema untuk mendapatkan gambaran yang utuh holistik dan komprehensif mengenai tema yang dikaji adapun langkah-langkah yang digunakan dalam penelitian *maudū'ī* yang diambil dari metode tematik kontekstual yaitu:

- 1) Menetapkan tema yang akan dibahas yakni tema tentang kebahagiaan *al-farāḥ*.
- 2) Menghimpun ayat-ayat yang berkaitan dengan masalah tema tersebut.
- 3) Menafsirkan ayat- ayat yang terdapat lafadz *al-farāḥ* tersebut secara cermat, baik aspek semantik, semiontik dan bahkan hermeunitik, dengan mempertimbangkan struktur kalimat dalam ayat serta aspek *asbabun nuzul*-nya untuk menemukan makna yang relevan kontekstual.

- 4) Menyusun pembahasan dalam kerangka yang sempurna sesuai dengan problem akademis dalam penelitian ini.
- 5) Melengkapi dengan hadis-hadis yang relevan dan penjelasan dari para ahli.

Terlebih dahulu penulis mengumpulkan ayat-ayat dalam al-Qur'an yang berbicara tentang kebahagiaan atau ayat-ayat yang berkaitan dengan tema bahagia. Kemudian ditelusuri era penafsiran mufasir nusantara mengenai ayat-ayat tersebut sekaligus menemukan konsep kebahagiaan menurut para mufassir, selanjutnya penulis mengkontekstualisasikan dalam kehidupan masyarakat Indonesia berdasarkan data-data yang menyajikan kasus yang terjadi di Indonesia.

#### 4. Analisis data

Skripsi ini menggunakan metode analisis deskriptif, yaitu suatu metode untuk mengumpulkan informasi dan pendapat, kemudian diteliti agar menghasilkan suatu kesimpulan.

### **H. Sistematika Pembahasan**

Dalam skripsi ini terdiri dari 5 bab masing-masing bab disusun secara sistematika terperinci. Adapun penulisannya sebagai berikut :

BAB Pertama, pada bab ini berisi latar belakang masalah yang menguraikan tentang berkembangnya pembicaraan topik kebahagiaan diberbagai kalangan masyarakat. Disamping itu, dalam bab ini juga memaparkan batasan dan rumusan masalah, fokus penelitian, tujuan penelitian, batasan istilah dan ruang lingkup landasan teori, dan metode penelitian yang berfungsi untuk menghindari perbedaan pemahaman terhadap istilah dalam penelitian.

BAB kedua, bab ini merupakan uraian kajian dari berbagai literature dan beberapa teori dari para ahli yang relevan dengan judul peneliti ini. Dalam bab ini terdiri dari Tinjauan kebahagiaan, upaya untuk mencapai kebahagiaan, prinsip kebahagiaan, dan karakteristik atau perilaku kebahagiaan.

BAB ketiga, bab ini membahas tentang paparan sistematis fokus penelitian dan hasil temuan penelitian yang mencakup daftar riwayat mufassir yang menjadi rujukan, dan konsep kebahagiaan dalam al-Qur'an. Selanjutnya istilah kebahagiaan dalam al-Qur'an, karakteristik orang bahagia, dan upaya untuk mencapai kebahagiaan juga dijelaskan dalam bab ini.

BAB keempat, merupakan pembahasan tentang diskusi hasil temuan penelitian dan landasan teorinya yang terkait dengan fokus atau rumusan masalah dalam penelitian tentang konsep kebahagiaan dalam al-Qur'an dan psikologi positif.

BAB kelima, berisi kesimpulan dan saran yang berkaitan dengan masalah-masalah yang aktual dari temuan peneliti.