

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Persoalan mengenai kebahagiaan merupakan salah satu persoalan yang menarik perhatian banyak filsuf dan diperdebatkan terus-menerus. Ini terjadi karena kebahagiaan menjadi suatu unsur kehidupan yang didambakan manusia. Tentu manusia ingin hidupnya bahagia, maka dari itu, kebahagiaan dilihat sebagai sesuatu yang bernilai, bahkan sangat bernilai dalam hidup manusia. Hal inilah yang membuat beberapa filsuf berpandangan bahwa kebahagiaan ini menjadi puncak tujuan hidup manusia. Ketika telah menemukan kebahagiaan, seseorang cenderung tidak menginginkan apapun lagi (Faiz, 2024).

Persoalan mengenai kebahagiaan ini semakin relevan jika dilihat di zaman modern saat ini, seperti banyaknya orang yang mengalami stres, depresi, dan ketidakpuasan hidup yang dikarenakan adanya tuntutan dan tekanan sosial yang semakin meningkat, menjadikan banyak individu merasa terasing karena perbedaan itu dan kehilangan makna hidup.

Namun, untuk menemukan dan memaknai hakikat kebahagiaan pun tidak semudah yang dikira. Beberapa faktor yang bisa menjadi penentu tercapainya kebahagiaan ialah kesehatan mental serta jasmani. Dengan memiliki tubuh serta mental yang sehat akan memungkinkan seseorang menjalani aktivitas sehari-hari tanpa hambatan fisik, juga dengan kesehatan mental yang baik, seseorang akan mampu mengelola emosi dengan baik dan membangun hubungan yang positif dengan orang lain (Nair & Collins, 2020). Hal ini dibuktikan oleh sebagian masyarakat di beberapa kota di seluruh dunia yang termasuk ke dalam kelompok yang disebut zona biru.

Dan Buettner, seorang penjelajah serta penulis *National Geographic* inilah yang mencetuskan istilah *The Blue Zone* atau zona biru. Zona biru ini memiliki arti sebagai suatu area dengan *centenarian* (seseorang yang berusia hampir menyentuh 100 tahun) terbanyak. Menurut Dan, dalam karyanya yang berjudul *The Blue Zone: Lessons for Living Longer from the People Who've Lived the Longest*, terdapat lima

kota yang termasuk ke dalam zona biru, diantaranya Sardinia (Italia), Okinawa (Jepang), Loma Linda (California), Nicoya (Kosta Rika), dan Ikaria (Yunani). Kelima kota ini masuk ke dalam daftar zona biru bukan tanpa alasan, mereka masuk ke dalam daftar karena mereka mampu mewujudkan lebih tinggi kemungkinan untuk hidup secara lebih sehat, lebih lama, dan lebih berkualitas (Buettner, 2008). Terdapat beberapa hal yang menjadi faktor kunci yang memiliki kontribusi terhadap kesejahteraan serta kebahagiaan para penduduk di kota zona biru ini, yaitu seperti pola makan sehat, aktivitas fisik yang teratur, ikatan sosial yang kuat, dan tingkat stres yang rendah (Nair & Collins, 2020). Selain itu, para peneliti menemukan bahwa salah satu faktor yang membuat penduduk di pulau itu hidup lebih lama dan bahagia ialah menemukan *Ikigai* (Gracia & Miralles, 2016).

Kebahagiaan yang dimaksud di sini berbeda dengan kebahagiaan yang biasanya dipahami orang-orang. Kebahagiaan yang dimaksud bukanlah memiliki materi yang banyak atau jabatan yang tinggi, tetapi kebahagiaan yang membuat hidup seseorang lebih bermakna dan damai. Seperti yang Aristoteles katakan bahwa kebahagiaan tidak hanya tentang perasaan senang sesaat atau kenikmatan materi, tetapi suatu keadaan dimana memiliki kehidupan yang utuh serta bermakna (Rasyidin & Sitorus, 2023).

Sebagai salah satu filsuf Islam, Al-Farabi juga berbicara mengenai kebahagiaan. Bagi Al-Farabi, pengertian kebahagiaan ini dibedakan pada dua level, level orang awam dan level orang yang levelnya diatas orang awam. Jika orang awam memaknai kebahagiaan sebagai suatu kenikmatan yang sifatnya temporer dan sering berubah-ubah, seperti lezat atau enak, berbeda dengan makna kebahagiaan yang dipahami oleh orang yang levelnya di atas orang awam. Pada level ini, kebahagiaan adalah kebahagiaan yang tidak memiliki kaitan dengan kenikmatan yang bersifat materi atau fisik. Menurut Al-Farabi, kebahagiaan adalah *absolute good*, atau kebaikan puncak. Kebaikan yang dilakukan untuk kebaikan itu sendiri, tanpa ada maksud yang lain (Effendi, 2017).

Selaras dengan konsep *Ikigai*, penulis menemukan sebuah refleksi *Ikigai* dalam film yang berjudul "*Perfect Days*". Film ini mengisahkan seorang pria tua yang bernama Hirayama, seorang petugas kebersihan kamar mandi umum di Shibuya,

Tokyo, yang hidup sendirian di apartemen yang berlokasi di Oshiage. Hirayama menjalani kehidupannya sangat terstruktur, dimana setiap harinya ia bangun tidur di waktu yang sama, mempersiapkan diri untuk bekerja dengan cara yang sama, dan bekerja dengan pola yang sama juga. Walaupun kehidupannya cukup monoton, namun anehnya, kehidupannya memancarkan kebahagiaan.

Kehidupan Hirayama dalam film *Perfect Days* sejalan dengan konsep *Ikigai*, bahwa dalam kehidupannya yang sederhana dan terstruktur, ia tetap menemukan kepuasan serta kebahagiaan. Maka dari itu penelitian ini dilakukan. Penelitian ini dimaksudkan untuk mengeksplorasi lebih jauh mengenai bagaimana konsep *Ikigai* tercermin pada kehidupan sederhana serta terstruktur Hirayama dan menciptakan kebahagiaan di dalamnya yang selaras dengan filsafat kebahagiaan.

B. Rumusan Masalah

Pada film *Perfect Days*, karakter Hirayama memberikan pandangan yang unik mengenai kebahagiaan, dengan didorong konsep *Ikigai*, yang mewakili keseimbangan kehidupan profesional, pribadi, dan sosial. Karena penelitian ini dilakukan dengan mendalam, maka penulis memfokuskan penelitian dengan berdasar pada dua pertanyaan penelitian di bawah ini, yaitu:

1. Bagaimana konsep *Ikigai* di representasikan dalam kehidupan tokoh Hirayama dalam Film *Perfect Days*?
2. Bagaimana konsep *Ikigai* dapat membantu seseorang mencapai kebahagiaan jika ditinjau dari perspektif filsafat kebahagiaan?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui bagaimana representasi konsep *Ikigai* dalam kehidupan tokoh Hirayama dalam film *Perfect Days*
2. Untuk mengetahui bagaimana konsep *Ikigai* dapat membantu seseorang mencapai kebahagiaan jika ditinjau dari perspektif filsafat kebahagiaan

D. Manfaat Penelitian

Secara teoritis, penelitian ini akan menambah pemahaman lebih jauh mengenai konsep *Ikigai*, terutama dalam konteks budaya Jepang serta bagaimana konsep *Ikigai* ini tercermin dalam film. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan manfaat untuk pengkajian lebih lanjut, dan juga dapat digunakan sebagai referensi bagi penulis yang hendak melakukan penelitian lebih lanjut mengenai konsep *Ikigai* dan kaitannya dengan filsafat kebahagiaan.

Secara praktis, temuan dari penelitian ini bisa membantu mengimplementasikan konsep *Ikigai* dalam kehidupan nyata. Pada tingkat pribadi, penelitian ini dapat membantu memahami bagaimana konsep *Ikigai* digambarkan melalui karakter Hirayama, yang mampu menginspirasi individu untuk merefleksikan keseimbangan serta kepuasan hidup mereka, yang nantinya dapat mengarahkan seseorang pada perkembangan serta kebahagiaan pribadi.

E. Kerangka Berpikir

Dalam menjalani kehidupan, seseorang pasti memiliki suatu cara pandang tertentu dalam melihat kehidupan. Pandangan hidup atau yang juga dikenal dengan filosofi kehidupan ini sangat berguna bagi kehidupan, yang kemudian dapat memandu seseorang dalam membentuk persepsi, mempengaruhi pengambilan keputusan, dan juga mengarahkan tindakan seseorang. Pandangan hidup ini kemudian dapat menentukan seseorang bahagia atau tidak. Pandangan hidup ini tidak muncul seketika atau bisa diciptakan dalam waktu yang singkat, namun butuh proses yang panjang dan terus-menerus. Pandangan hidup juga berkaitan erat dengan nilai-nilai dalam kehidupan manusia. Maka dari itu, pandangan hidup ini merupakan sesuatu yang dihasilkan akal budi manusia. Ketika pandangan hidup hanya berdasar pada harapan yang tidak sesuai atau terpacu pada konstruk sosial, maka mereka yang memiliki pandangan hidup seperti ini akan merasakan kesulitan untuk mencapai kebahagiaan.

Persoalan mengenai pencarian kebahagiaan telah dilakukan sepanjang sejarah oleh para filsuf, psikolog bahkan orang awam. Salah satunya Aristoteles, baginya, manusia akan menjalani hidup yang berkualitas ketika ia dapat meraih apa yang

menjadi tujuannya. Dengan meraih tujuannya, manusia akan mencapai dirinya sepenuh-penuhnya. Maka, hidupnya pun akan memiliki kualitas yang sepenuh-penuhnya. Menurut Aristoteles, apapun yang dilakukan manusia pasti demi kebaikan, demi suatu nilai. Nilai inilah yang kemudian menjadi tujuannya. Terdapat tujuan yang dicari demi suatu tujuan yang lebih jauh atau tujuan yang dicari demi diri sendiri. Tetapi bagi Aristoteles, pada akhirnya perlu ada sesuatu yang tidak hanya dicari untuk tujuan yang lebih jauh, namun demi diri sendiri. Nilai dalam diri sendiri itu adalah *eudaimonia* atau yang dimaknai sebagai kebahagiaan (Effendi, 2017).

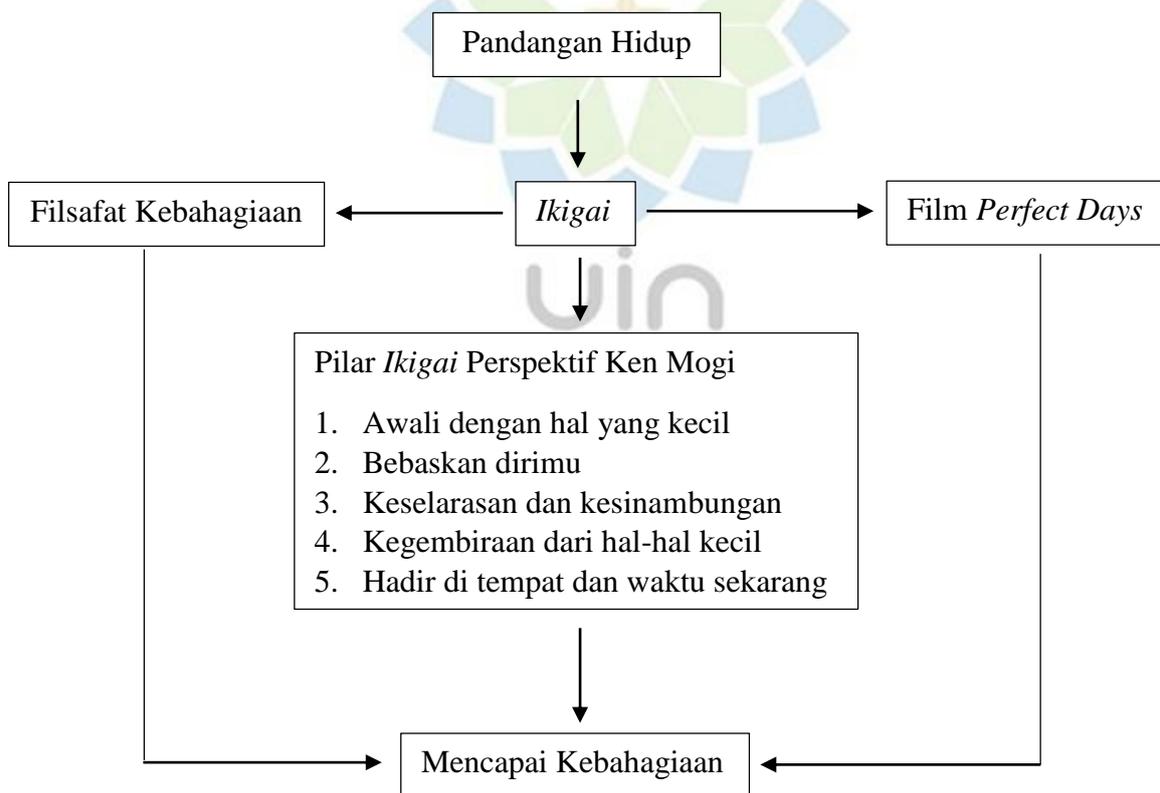
Dalam budaya Jepang, terdapat sebuah cara untuk menemukan kebahagiaan, yaitu dengan memiliki *Ikigai*. Sederhananya, *Ikigai* ini memiliki makna sebagai alasan untuk ada atau alasan untuk bangun di pagi hari. Terdapat beberapa hal yang dapat dilakukan untuk menemukan *Ikigai*, yaitu jika menurut Ken Mogi (2018), terdapat 5 pilar yang juga perlu diperhatikan dalam menemukan *Ikigai*. Yang pertama awali dengan hal yang sederhana. Kedua, membebaskan diri. Ketiga, keselarasan serta kesinambungan. Keempat, kegembiraan dari hal-hal sederhana, dan kelima, berada di sini dan saat ini. Selain menjadi sebuah resep untuk bisa hidup lebih lama, memiliki *Ikigai* yang kuat tidak hanya memberikan arti dalam hidup, tetapi juga dapat meminimalisir tingkat stres, meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan, dan juga menciptakan kebahagiaan (Mogi, 2018).

Selain itu, di luar Jepang, *Ikigai* dikenal dengan 4 aksi, yaitu *passion*, *mission*, *profession*, dan *vocation*. *Passion* menggabungkan antara keahlian dengan cinta. *Mission* menggabungkan cinta dan kegunaan. *Profession* kombinasi dari keahlian dan keuntungan. Dan *vocation* merupakan kombinasi dari keuntungan dan kegunaan. Dengan menggabungkan keempat tindakan ini, maka seseorang akan menemukan hidup yang bermakna, yang kemudian juga akan membantu seseorang dalam mencapai kebahagiaan (Stevens, 2017).

Selain dalam kehidupan nyata, *Ikigai* juga dapat direfleksikan dalam suatu bentuk komunikasi massa, yaitu film. Sebagai suatu bentuk komunikasi massa, film tidak hanya digunakan sebagai media yang mencerminkan realitas, namun juga merancang realitas. Dalam hal ini, film memiliki kemampuan untuk memuat pesan

yang sama secara bersamaan serta memiliki tujuan yang beragam dari agama, etnis, status, umur, dan tempat tinggal (Wahyuningsih, 2019). Maka dari itu, penulis mencoba mencari tahu *Ikigai* yang terdapat pada karakter Hirayama dalam film *Perfect Days*.

Film “Perfect Days” memberikan eksplorasi mendalam tentang konsep *Ikigai* melalui kehidupan Hirayama. Hirayama yang merupakan seorang petugas kebersihan yang membersihkan toilet umum, menjalani kehidupan yang sederhana namun terdapat kepuasan di dalamnya. Meskipun pekerjaannya biasa-biasa saja dan berulang-ulang, Hirayama menemukan kegembiraan dan tujuan dalam rutinitas sehari-harinya. Ia senang melakukan hal-hal kecil seperti merawat tanaman dalam pot, menikmati makan siang di bawah pohon taman, dan mengabadikan foto-foto yang *Komorebi* yang diambil dengan menggunakan kamera analog.



Tabel 1. 1 Kerangka Berpikir

F. Hasil Penelitian Terdahulu

Pada penelitian ini, penulis melakukan pengamatan dari berbagai sumber seperti skripsi, jurnal ilmiah ataupun buku yang mempunyai fokus penelitian yang sesuai. Dan kemudian penulis menemukan beberapa skripsi atau artikel jurnal mengenai konsep *Ikigai*, tentu dengan objek kajian yang berbeda.

Dalam skripsi yang ditulis Desi Indah Agustiani (2019) dengan judul *Konsep Ikigai dalam Olahraga Sumo*, penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui seperti apa implementasi konsep *Ikigai* dalam rangkaian yang digunakan dalam *sumo*. Penelitian ini menggunakan konsep *Ikigai* menurut Ken Mogi, yang dimana salah satu prinsipnya mengatakan untuk awali dari hal yang kecil. Jika dilihat dalam ritual *sumo*, hal itu di praktekkan dengan posisi mengangkat kemudian menghentakkan kaki ke tanah yang memiliki tujuan untuk mengusir setan atau sial di dalam tubuh.

Skripsi selanjutnya yang berjudul *Ikigai Sebagai Landasan Dasar Pembentukan Kualitas Hidup Orang Jepang*, karya Ni Nyoman Aris (2022). Penelitian ini menggunakan teori pilihan rasional yang dinyatakan oleh James S. Coleman serta teori fungsionalisme struktural dengan skema Agil yang dinyatakan oleh Talcott Parsons. Sumber data yang diperoleh dalam penelitian ini yaitu dengan studi pustaka dan melakukan wawancara dengan lima informan yang tengah berada di Jepang. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat empat faktor yang menjadi dasar pembentuk kualitas hidup orang Jepang yang berlandaskan *Ikigai*, yaitu kegigihan dalam menjalani hidup, aspek sosial yang ingin terus melakukan kontribusi terhadap masyarakat, menerapkan gaya hidup yang sehat, serta menjaga keharmonisan.

Terdapat juga skripsi yang berjudul *Analisis Semiotika Roland Barthes Terhadap Representasi Ikigai Tokoh Rei Kiriya dalam Film Sangatsu no Raion* karya Ichsan Dwi Sugiyarto (2021). Dalam skripsi ini, peneliti meneliti makna denotasi, konotasi serta mitos dalam film *Sangatsu no Raion* yang merepresentasikan masalah yang dilalui tokoh Rei Kiriya serta *Ikigai*-nya, dan pesan yang memiliki kaitan dengan *Ikigai*. Penelitian ini dianalisis menggunakan teori semiotika Roland Barthes serta teori *Ikigai* Ken Mogi. Hasil penelitian

menunjukkan bahwa terdapat beberapa masalah yang menjadi penghambat Kiriya dalam menemukan *Ikigai*, yaitu, *overthinking*, stres, serta gangguan kecemasan. Sementara *Ikigai* Kiriya dijumpai dalam lima jenis, yaitu, awali dengan hal yang kecil, membebaskan diri, keselarasan serta kesinambungan, kegembiraan dari hal-hal yang sederhana, dan hadir di tempat dan waktu sekarang.

Selain skripsi, penulis juga menemukan beberapa jurnal yang membahas *Ikigai*, diantaranya jurnal yang berjudul *Konsep Ikigai Pada Generasi Z Jepang Menghadapi Covid 19* karya Rosita Ningrum dan Syarifah Zata Alya (2022). Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui konsep *Ikigai* yang tercermin pada sikap generasi Z di Jepang ketika menghadapi pandemi Covid-19. Kesimpulan dari penelitian ini ialah bahwa penelitian ini sudah mengetahui sikap generasi Z di Jepang ketika melalui masa pandemi Covid-19 yang ditinjau dari konsep *Ikigai*.

Jurnal lain yang membahas mengenai konsep *Ikigai* ialah jurnal karya Aqilah Bilqis Salsabiil Harahap (2021) yang berjudul *Kajian Psikologi Positif Konsep Ikigai Pada Kaisar Akihito dalam Manga Akihito Tennou Monogatari*. Penelitian ini memiliki tujuan untuk menjelaskan hubungan konsep *Ikigai* serta kebahagiaan eudaimonia dengan kesejahteraan psikologis Kaisar Akihito. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep *Ikigai* pada Kaisar Akihito mencerminkan kebahagiaan eudaimonia Aristoteles, karena sesuai dengan keutamaan Kaisar, yaitu menjadi kaisar yang baik dan mampu merangkul rakyatnya serta menjalin relasi yang baik dengan dunia. Kesimpulannya, Kaisar Akihito mampu mencapai kebahagiaan eudaimonia sekaligus kesejahteraan psikologis dengan menjadi kaisar yang baik sebagai bentuk *Ikigai*-nya.

Dari beberapa penelitian terdahulu di atas, dapat dikatakan bahwa penelitian masih berfokus pada budaya Jepang, seperti olahraga Sumo, permainan Shougi, atau konsep kekaisaran. Dan beberapa lainnya berfokus pada manfaat *Ikigai* bagi masyarakat Jepang, atau merelasikannya dengan teori psikologi. Maka dari itu, peneliti menemukan celah untuk membahas konsep *Ikigai* lebih mendalam, dengan memberikan contoh representasi konsep *Ikigai* pada film yang ceritanya lebih umum, tidak terkait dengan budaya Jepang khusus yang belum tentu ada alternatifnya di budaya masyarakat lain, seperti olahraga Sumo, permainan Shougi,

ataupun konsep kekaisaran. Inilah mengapa peneliti menggunakan film *Perfect Days* sebagai objek penelitian. Yang dimana setelah melakukan pengamatan, peneliti belum menemukan adanya penelitian sebelumnya yang mengkaji film *Perfect Days* karya Win Wenders, mengingat film ini rilis pada bulan desember tahun 2023. Peneliti juga kemudian mengaitkan konsep *Ikigai* ini dengan filsafat kebahagiaan.

G. Sistematika Penulisan

Pada bab pertama, penulis akan memaparkan mengenai latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan serta manfaat penelitian, kerangka berpikir, hasil penelitian terdahulu serta sistematika penulisan.

Bab kedua penulis akan mengkaji secara kritis serta sistematis mengenai aspek yang akan diteliti dengan menggunakan teori, konsep serta gagasan yang relevan dengan tema penelitian.

Bab ketiga, penulis akan menjelaskan mengenai pendekatan serta metode penelitian yang digunakan, jenis dan sumber data, teknik pengumpulan data serta teknik analisis data dalam penelitian ini.

Bab keempat, penulis akan menyajikan data yang telah dikumpulkan dari film *Perfect Days*. Lalu data dianalisis menggunakan teknik analisis isi dan dideskripsikan bagaimana perilaku Hirayama dalam film *Perfect Days* merepresentasikan konsep *Ikigai*. Lalu penulis juga membahas keterkaitan antara konsep *Ikigai* dan beberapa teori filsuf tentang filsafat kebahagiaan.

Bab kelima, yaitu penutup akan berisi simpulan yang didapatkan setelah melakukan analisis, juga menyertakan saran.