

ABSTRAK

Zahra Amala Faeruziani, 1211010128, 2025, *Hustle Culture Perpektif Filsafat Kebahagiaan Epicurus*.

Perkembangan globalisasi dan transformasi digital telah membawa banyak perubahan bagi masyarakat modern, salah satunya adalah munculnya fenomena *hustle culture* yang menganggap kerja tanpa henti dan tingkat produktivitas yang tinggi sebagai indikator utama keberhasilan. Fenomena ini terlihat normal mengingat tuntutan hidup dan persaingan di era modern yang semakin sengit, namun menjadi tidak biasa ketika dorongan untuk bekerja keras beralih menjadi obsesi berlebihan terhadap produktivitas, yang malah menyebabkan dampak negatif bagi kesehatan fisik, mental, dan hubungan sosial pelakunya. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan konsep kebahagiaan Epicurus dan mengevaluasi *hustle culture* melalui sudut pandang Epicurus sebagai tawaran etis dan filosofis dalam menghadapi *hustle culture* yang semakin marak di tengah masyarakat.

Penelitian ini menerapkan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif- analitis yang berlandaskan pada studi pustaka (*library research*). Sumber data primer diperoleh dari buku Seni Berbahagia, sedangkan sumber sekunder diperoleh dari karya ilmiah yang relevan dengan *hustle culture* dan filsafat kebahagiaan Epicurus. Teknik analisis menggunakan empat unsur metodis Anton Bakker yakni deskripsi, analisis, interpretasi, dan hermeutika,

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *hustle culture* dalam buku Terjebak *Hustle Culture* tidak menghasilkan kebahagiaan sejati, melainkan menyebabkan stres, kelelahan, dan kehilangan makna dalam hidup. Dari sudut pandang Epicurus, gaya hidup ini menyimpang dari kebahagiaan yang sejati, yang dicapai melalui kesederhanaan, pengendalian diri, pemilihan keinginan, dan ketenangan batin (*ataraxia*). Oleh karena itu, ajaran Epicurus memberikan jalan keluar untuk menghadapi dampak negatif dari *hustle culture* dengan mengedepankan cara hidup yang seimbang dan memperhatikan kebutuhan yang wajar untuk mencapai kebahagiaan yang berlangsung lama.

Kata Kunci: Epicurus, *Hustle Culture*, Kebahagiaan