

ABSTRAK

Nama: Ari Aliansyah

Nim: 12201010015

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji konsep kebahagiaan dalam kesengsaraan menurut konsep *ataraxia* dalam filsafat Stoikisme. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kecenderungan manusia modern yang memandang kebahagiaan sebagai keadaan yang hanya dapat dicapai ketika terbebas dari penderitaan, sehingga kehilangan, kegagalan, dan berbagai bentuk kesengsaraan sering dipandang sebagai penghalang kebahagiaan. Filsafat Stoikisme menawarkan perspektif yang berbeda dengan menempatkan ketenangan batin sebagai dasar kebahagiaan yang tidak bergantung pada kondisi eksternal. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan analisis filosofis melalui studi kepustakaan. Sumber data utama penelitian ini adalah *Enchiridion* dan *Diskursus* karya Epictetus serta *Ataraxia: Bahagia Menurut Stoikisme* karya A. Setyo Wibowo. Analisis data dilakukan melalui reduksi data, interpretasi filosofis, dan analisis konseptual terhadap pemikiran para filsuf Stoik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesengsaraan menurut Stoikisme bukan terutama disebabkan oleh peristiwa eksternal, melainkan oleh penilaian manusia terhadap peristiwa tersebut. Konsep dikotomi kendali menjadi prinsip utama yang membedakan antara hal-hal yang berada dalam kendali manusia dan yang berada di luar kendalinya, sehingga individu mampu mengurangi penderitaan yang bersumber dari keterikatan pada faktor-faktor eksternal. Pemahaman ini mengantarkan manusia menuju *apatheia*, yaitu terbebas dari dominasi emosi negatif, yang selanjutnya berkembang menjadi *ataraxia* sebagai keadaan batin yang tenang, stabil, dan tidak mudah terguncang oleh perubahan keadaan. Melalui *ataraxia*, manusia mampu hidup sesuai dengan kebajikan (*virtue*) sehingga mencapai *eudaimonia* sebagai kebahagiaan sejati. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kebahagiaan dalam filsafat Stoikisme tidak bergantung pada ketiadaan kesengsaraan, melainkan pada kemampuan manusia mengendalikan penilaiannya, menerima realitas, serta menjaga ketenangan batin melalui kehidupan yang berlandaskan kebajikan. Dengan demikian, *ataraxia* menjadi jembatan yang menghubungkan kesengsaraan dengan kebahagiaan, sekaligus menunjukkan bahwa penderitaan bukanlah penghalang bagi kebahagiaan, melainkan sarana pembentukan kebijaksanaan dan kematangan moral manusia.

Kata Kunci: Stoikisme, Dikotomi Kendali, *Ataraxia*, *Eudaimonia*, Kesengsaraan, Kebahagiaan