

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kebahagiaan merupakan tujuan universal yang senantiasa dicari Sejak zaman kuno hingga era kontemporer, manusia tidak pernah berhenti bertanya; apa sesungguhnya kebahagiaan itu dan bagaimana cara mencapainya? Pertanyaan ini bukan sekadar pertanyaan retorik, melainkan dorongan eksistensial yang menggerakkan seluruh dimensi kehidupan manusia dari cara berpikir, bertindak, hingga memaknai eksistensinya di dunia. Berbagai aktivitas yang dilakukan manusia pada dasarnya diarahkan untuk mencapai kebahagiaan, baik dalam bentuk pemenuhan kebutuhan material, pencapaian prestasi, relasi sosial, maupun kehidupan spiritual. Oleh karena itu, kebahagiaan menjadi salah satu tema penting yang selalu dibahas dalam filsafat, agama, psikologi, dan berbagai disiplin ilmu lainnya. Menurut penelitian mengenai konsep kebahagiaan Al-Ghazali, pencarian kebahagiaan merupakan dambaan setiap manusia karena kebahagiaan dapat menjadi sumber ketahanan diri dalam menghadapi berbagai tekanan dan persoalan kehidupan (Muhammad Wahid Nur Tualeka, 2020).

Meskipun kebahagiaan menjadi tujuan bersama umat manusia, setiap tradisi filsafat memiliki pandangan yang berbeda mengenai hakikat dan cara mencapainya. Dalam filsafat Yunani klasik, misalnya, kebahagiaan sering dipahami sebagai keadaan hidup yang baik dan selaras dengan kebajikan. Sementara itu, dalam tradisi filsafat modern, kebahagiaan kerap dikaitkan dengan pemenuhan kebutuhan individu, kebebasan, dan kepuasan subjektif (Norma Hasanatul Magfiroh, 2025). Perbedaan pandangan ini menunjukkan bahwa konsep kebahagiaan tidak bersifat tunggal, melainkan berkembang sesuai dengan kerangka pemikiran dan pandangan hidup masing-masing tradisi filsafat. Karena itu, kajian mengenai kebahagiaan menjadi menarik untuk diteliti karena dapat memperlihatkan keragaman cara manusia memahami tujuan hidupnya.

Berbagai tradisi filsafat telah menawarkan jawaban yang beragam atas pertanyaan tentang kebahagiaan. Karena kebahagiaan merupakan konsep abadi yang tidak akan pernah usai untuk di perbincangkan dan pada setiap zaman manusia selalu meletakkan kebahagiaan sebagai salah satu tujuan hidupnya(Mayra Ainnaya Fatiqasari, n.d.). Dalam tradisi filsafat Islam, kebahagiaan tidak hanya dipahami sebagai kenikmatan duniawi atau kepuasan psikologis semata, melainkan sebagai keadaan kesempurnaan jiwa yang mengantarkan manusia kepada kedekatan dengan Allah Swt. Kebahagiaan menurut filsafat Islam memiliki dimensi dunia dan akhirat yang saling berkaitan. Manusia dianggap bahagia apabila mampu mengenal dirinya, mengenal Tuhannya, serta menjalani kehidupan sesuai dengan tuntunan moral dan spiritual yang benar(Muhammad Wahid Nur Tualeka, 2020). Dengan begitu, kebahagiaan dalam Islam tidak dapat dipisahkan dari aspek keimanan, akhlak, dan penyucian jiwa.

Salah satu aliran filsafat yang banyak membahas kebahagiaan adalah Stoikisme. Aliran ini menekankan bahwa kebahagiaan sejati tidak bergantung pada kondisi eksternal, melainkan pada kemampuan seseorang dalam mengendalikan dirinya sendiri. Bagi kaum Stoik, manusia akan memperoleh ketenangan batin apabila mampu membedakan antara hal-hal yang berada dalam kendalinya dan hal-hal yang berada di luar kendalinya. Dengan menerima takdir serta memusatkan perhatian pada pengendalian diri dan kebajikan moral, seseorang dapat mencapai kehidupan yang tenang dan bebas dari gangguan emosional yang berlebihan. Prinsip ini dikenal sebagai dikotomi kendali (dichotomy of control) yang menjadi inti ajaran Stoikisme(Sosial & Aisah, n.d.).

Salah satu tokoh penting dalam Stoikisme adalah Epictetus. (Enda Harte (The Irish Stoic), n.d.) dalam kajiannya tentang Stoikisme Epictetus menjelaskan inti dari ajaran ini adalah menyatakan bahwa ketenangan batin dan kebahagiaan sejati hanya dapat dicapai ketika kita fokus pada hal-hal yang benar-benar dapat kita kendalikan, yaitu pikiran, sikap, dan respons internal kita terhadap peristiwa eksternal, sementara menerima dengan lapang dada hal-hal

yang berada di luar kendali kita seperti tindakan orang lain, opini orang lain, dan peristiwa-peristiwa yang terjadi di dunia luar Ia mengajarkan bahwa manusia tidak dapat mengendalikan peristiwa-peristiwa eksternal, tetapi dapat mengendalikan respons dan penilaiannya terhadap peristiwa tersebut. Pemikiran Epictetus banyak dihimpun dalam karya yang berjudul *Enchiridion*, sebuah buku ringkas yang berisi petunjuk praktis untuk menjalani kehidupan yang baik dan bahagia. Dalam karya tersebut, Epictetus menjelaskan bahwa sumber penderitaan manusia bukanlah peristiwa itu sendiri, melainkan cara manusia memandang peristiwa tersebut. Oleh karena itu, kebahagiaan dapat dicapai melalui latihan pengendalian diri, penerimaan terhadap takdir, dan kehidupan yang selaras dengan rasio.

Di sisi lain, dalam tradisi filsafat Islam, Al-Ghazali merupakan salah satu tokoh yang memberikan perhatian besar terhadap pembahasan kebahagiaan. Menurut Al-Ghazali, kebahagiaan sejati terletak pada kesucian jiwa dan kedekatan manusia dengan Allah Swt. Kebahagiaan tidak dapat diperoleh hanya melalui pemenuhan kebutuhan fisik atau material, melainkan melalui proses penyucian jiwa (*tazkiyat al-nafs*) yang dilakukan secara terus-menerus. Al-Ghazali menegaskan bahwa jiwa manusia harus dibersihkan dari sifat-sifat tercela dan dihiasi dengan sifat-sifat terpuji agar dapat mencapai ketenangan batin dan kebahagiaan yang hakiki (Hasbi, 2023).

Konsep *tazkiyat al-nafs* dalam pemikiran Al-Ghazali menempati posisi sentral dalam upaya mencapai kebahagiaan. Penyucian jiwa dilakukan melalui tahapan pengosongan diri dari sifat-sifat buruk (*takhalli*), pengisian diri dengan sifat-sifat baik (*tahalli*), dan pencapaian kesadaran spiritual yang lebih tinggi (*tajalli*) (ANBIYA, 2023). Melalui proses tersebut, manusia diharapkan mampu mengendalikan hawa nafsunya, memperbaiki akhlaknya, dan mendekatkan diri kepada Allah. Dengan demikian, kebahagiaan menurut Al-Ghazali bukan hanya keadaan psikologis yang bersifat sementara, tetapi merupakan kondisi spiritual yang mengantarkan manusia kepada kebahagiaan dunia dan akhirat.

Jika diperhatikan secara lebih mendalam, terdapat beberapa titik temu antara pemikiran Epictetus dan Al-Ghazali. Keduanya sama-sama menekankan

pentingnya pengendalian diri, pembinaan karakter, dan pembebasan manusia dari dominasi keinginan yang berlebihan. Namun demikian, terdapat pula perbedaan mendasar dalam landasan filosofis keduanya. Stoikisme berangkat dari rasionalitas dan keselarasan dengan hukum alam, sedangkan Al-Ghazali mendasarkan kebahagiaan pada hubungan spiritual manusia dengan Allah. Perbedaan inilah yang menjadikan kajian mengenai konsep kebahagiaan dalam *Enchiridion* dari perspektif Al-Ghazali menjadi menarik dan penting untuk dilakukan.

Penelitian ini berupaya mengkaji bagaimana konsep kebahagiaan yang terdapat dalam *Enchiridion* karya Epictetus apabila dianalisis menggunakan perspektif pemikiran Al-Ghazali. Kajian ini penting karena dapat memperlihatkan titik persamaan dan perbedaan antara filsafat Stoik dan filsafat Islam dalam memahami kebahagiaan. Selain itu, penelitian ini juga dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan studi filsafat perbandingan, khususnya antara pemikiran Barat klasik dan pemikiran Islam.

Kajian ini menjadi semakin relevan dalam konteks kehidupan modern yang ditandai oleh berbagai krisis eksistensial, kecemasan, tekanan sosial, dan hilangnya makna hidup. Kemajuan teknologi dan materialisme yang semakin berkembang tidak selalu diikuti dengan meningkatnya ketenangan batin manusia. Banyak individu mengalami kekosongan spiritual, stres, dan kebingungan dalam menentukan tujuan hidup. Dalam kondisi demikian, pemikiran Epictetus tentang penerimaan terhadap hal-hal yang tidak dapat dikendalikan serta pemikiran Al-Ghazali mengenai penyucian jiwa menawarkan alternatif pemahaman yang dapat membantu manusia menemukan makna dan kebahagiaan yang lebih mendalam.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan, kebahagiaan merupakan tema yang selalu menjadi pusat perhatian dalam berbagai tradisi pemikiran karena berkaitan erat dengan tujuan akhir kehidupan manusia. Filsafat Stoik melalui pemikiran Epictetus dalam *Enchiridion* menawarkan konsep kebahagiaan yang berorientasi pada pengendalian diri, penerimaan

terhadap takdir, dan kebebasan dari gangguan emosi yang bersumber dari hal-hal di luar kendali manusia. Sementara itu, Al-Ghazali sebagai salah satu tokoh besar filsafat Islam memandang kebahagiaan sebagai kondisi kesempurnaan jiwa yang dicapai melalui proses *tazkiyat al-nafs* dan kedekatan spiritual dengan Allah Swt. Meskipun kedua pemikiran tersebut sama-sama menekankan pentingnya pengendalian diri dan pembinaan karakter sebagai jalan menuju kebahagiaan, keduanya berangkat dari landasan filosofis dan tujuan akhir yang berbeda. Perbedaan dan kemungkinan titik temu inilah yang menjadikan kajian terhadap konsep kebahagiaan dalam *Enchiridion* melalui perspektif Al-Ghazali penting untuk dilakukan, baik untuk memperkaya khazanah filsafat perbandingan maupun untuk menemukan relevansinya dalam menjawab persoalan kehidupan manusia modern yang tengah menghadapi berbagai krisis makna dan kegelisahan eksistensial. Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan pada beberapa pertanyaan pokok sebagai berikut:

1. Bagaimana konsep kebahagiaan dalam buku *Encheiridion* Epictetus?
2. Bagaimana konsep kebahagiaan menurut Al-ghazali?
3. Bagaimana perbandingan konsep kebahagiaan Al- Ghazali dan Epictetus dalam buku *Encheiridion*?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah di uraikan, penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mendeskripsikan konsep kebahagiaan dalam *Encheirideon* Epictetus
2. Mendeskripsikan konsep kebahagiaan menurut Al-Ghazali
3. Mendeskripsikan persamaan dan perbedaan konsep kebahagiaan menurut Al-Ghazali dan Epictetus.

D. Manfaat Penelitian

Penulis berharap penelitian mengenai Analisis Konsep Kebahagiaan dalam Buku *Enchiridion* Karya Epictetus Perspektif Al-Ghazali ini dapat memberikan kontribusi yang bermanfaat baik bagi pengembangan ilmu pengetahuan maupun bagi kehidupan praktis masyarakat. Melalui kajian yang

menghubungkan pemikiran filsafat Stoik dan filsafat Islam, penelitian ini diharapkan mampu memperkaya pemahaman mengenai konsep kebahagiaan sebagai salah satu persoalan fundamental dalam kehidupan manusia. Secara lebih rinci, manfaat penelitian ini dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Dari perspektif akademis dan pengembangan keilmuan, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengayaan kajian filsafat, khususnya dalam bidang filsafat Islam dan filsafat Barat klasik. Penelitian ini memperluas diskursus mengenai konsep kebahagiaan dengan menghadirkan dialog intelektual antara pemikiran Epictetus sebagai tokoh Stoikisme dan Al-Ghazali sebagai tokoh filsafat Islam. Selain itu, penelitian ini dapat memperkaya studi filsafat perbandingan yang selama ini masih relatif terbatas, terutama yang membahas hubungan antara konsep kebahagiaan dalam tradisi filsafat Barat dan Islam. Penelitian ini juga menawarkan kerangka konseptual yang memperlihatkan bagaimana dua tradisi pemikiran yang berbeda dapat memiliki titik temu dalam aspek pengendalian diri, pembinaan karakter, dan pencapaian ketenangan batin. Lebih lanjut, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian etika, spiritualitas, dan filsafat kehidupan yang relevan dengan kebutuhan manusia kontemporer. Pada akhirnya, penelitian ini membuka peluang bagi penelitian lanjutan yang mengkaji pemikiran Stoikisme dan filsafat Islam dalam konteks permasalahan manusia modern.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan filosofis mengenai cara mencapai kebahagiaan melalui pengendalian diri, pengelolaan emosi, serta pembinaan spiritualitas. Pemikiran Epictetus tentang penerimaan terhadap hal-hal yang berada di luar kendali manusia dapat menjadi panduan dalam menghadapi berbagai tekanan hidup, ketidakpastian, dan perubahan sosial yang sering menimbulkan kecemasan. Sementara itu, konsep *tazkiyat al-nafs* Al-Ghazali dapat memberikan pemahaman mengenai pentingnya penyucian jiwa, pengendalian hawa nafsu, dan pembentukan akhlak

sebagai jalan menuju kebahagiaan yang hakiki. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi bahan refleksi bagi masyarakat modern yang sering dihadapkan pada krisis eksistensial, stres, dan pencarian makna hidup di tengah perkembangan teknologi dan budaya materialistik. Penelitian ini juga diharapkan mampu mendorong pembentukan sikap hidup yang lebih bijaksana, tenang, dan seimbang dalam menghadapi berbagai persoalan kehidupan sehari-hari.

3. Manfaat Akademis

Dari segi akademis, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi ilmiah bagi mahasiswa, peneliti, dan akademisi yang memiliki minat terhadap kajian filsafat Islam, Stoikisme, Epictetus, Al-Ghazali, maupun filsafat kebahagiaan. Penelitian ini dapat menjadi sumber rujukan dalam pengembangan penelitian-penelitian selanjutnya yang membahas tema kebahagiaan, etika, spiritualitas, dan pengendalian diri dari berbagai perspektif filsafat. Selain itu, penelitian ini menunjukkan bagaimana teks filosofis klasik, khususnya *Enchiridion* karya Epictetus dan karya-karya Al-Ghazali, dapat dianalisis secara kritis melalui pendekatan filsafat perbandingan untuk menjawab persoalan-persoalan kontemporer. Penelitian ini juga dapat menjadi contoh penerapan metode analisis filosofis dalam menghubungkan pemikiran klasik dengan realitas kehidupan modern secara sistematis dan relevan. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan tradisi akademik yang mendorong dialog antara pemikiran Barat dan Islam dalam memahami persoalan mendasar kehidupan manusia.

E. Kerangka berpikir

Penelitian ini berangkat dari pemahaman bahwa kebahagiaan merupakan tujuan utama yang senantiasa dicari oleh manusia dalam setiap fase kehidupannya. Sejak zaman kuno hingga masa modern, manusia terus berusaha menemukan hakikat kebahagiaan dan cara yang tepat untuk mencapainya. Berbagai tradisi filsafat menawarkan pandangan yang berbeda mengenai kebahagiaan, termasuk Stoikisme yang berkembang di Yunani-Romawi dan filsafat Islam yang berkembang dalam tradisi intelektual Muslim. Perbedaan

pandangan tersebut menunjukkan bahwa kebahagiaan merupakan konsep yang kompleks dan dapat dipahami melalui berbagai perspektif filosofis.

Untuk memahami persoalan tersebut, penelitian ini menggunakan pemikiran Epictetus yang tertuang dalam buku *Enchiridion*. Dalam Stoikisme, Epictetus memandang bahwa kebahagiaan tidak bergantung pada kondisi eksternal seperti kekayaan, kedudukan sosial, maupun peristiwa-peristiwa yang terjadi di luar diri manusia. Kebahagiaan justru diperoleh melalui kemampuan seseorang untuk hidup sesuai dengan kebajikan (*virtue*), mengendalikan diri, serta menerima dengan lapang dada segala sesuatu yang berada di luar kendalinya. Menurut Epictetus, penderitaan manusia sering kali muncul karena keinginan untuk mengendalikan hal-hal yang sesungguhnya tidak berada dalam kuasa manusia. Oleh karena itu, seseorang dapat mencapai ketenangan batin apabila mampu memusatkan perhatian pada apa yang dapat dikendalikan, yaitu pikiran, penilaian, dan tindakannya sendiri.

Di sisi lain, penelitian ini juga menggunakan perspektif Al-Ghazali sebagai salah satu tokoh penting dalam filsafat Islam yang memberikan perhatian besar terhadap persoalan kebahagiaan. Menurut Al-Ghazali, kebahagiaan sejati tidak hanya berkaitan dengan ketenangan psikologis, tetapi juga berkaitan dengan kesempurnaan jiwa yang mengantarkan manusia kepada kedekatan dengan Allah Swt. Kebahagiaan dapat dicapai melalui proses *tazkiyat al-nafs* (penyucian jiwa), pengendalian hawa nafsu, pembentukan akhlak yang mulia, serta pencapaian *ma'rifatullah* (pengenalan terhadap Allah). Dengan demikian, kebahagiaan dalam perspektif Al-Ghazali memiliki dimensi spiritual dan transendental yang menjadi tujuan akhir kehidupan manusia.

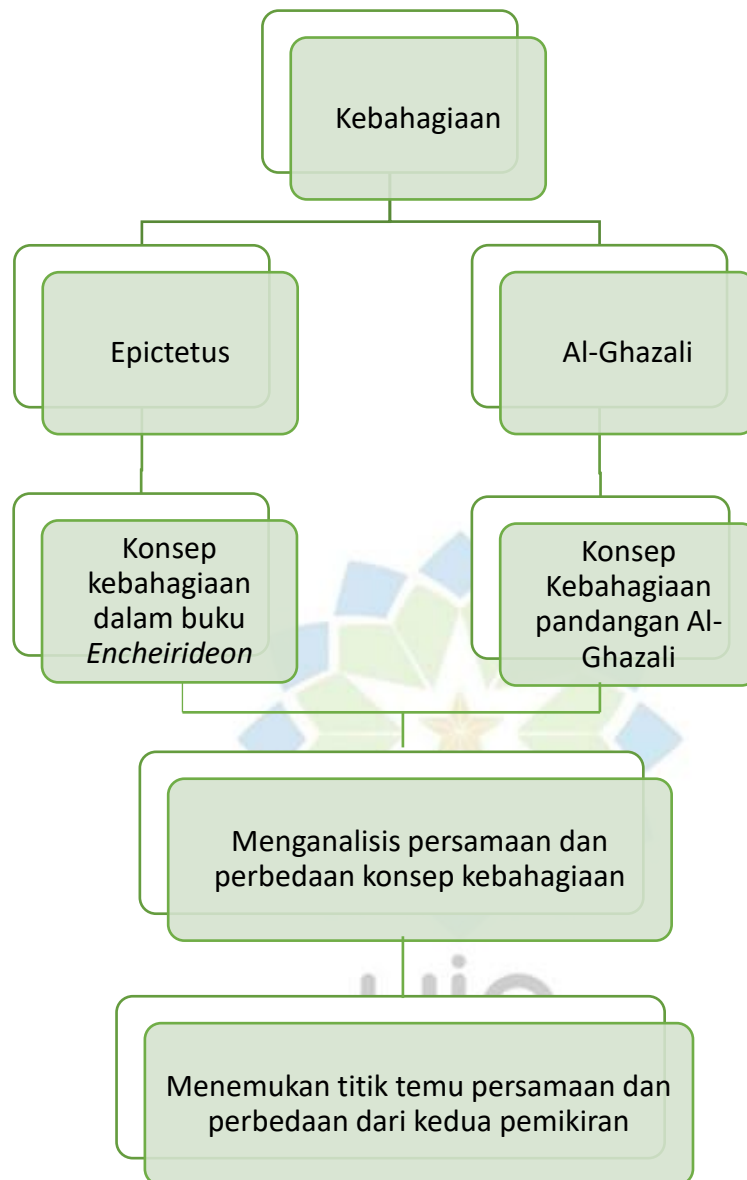
Penelitian ini menempatkan konsep kebahagiaan dalam *Enchiridion* sebagai objek utama kajian yang kemudian dianalisis menggunakan perspektif Al-Ghazali. Melalui pendekatan tersebut, penelitian berupaya mengidentifikasi sejauh mana konsep kebahagiaan Epictetus memiliki kesesuaian dengan konsep kebahagiaan Al-Ghazali, terutama dalam aspek pengendalian diri, pembinaan karakter, dan pencapaian ketenangan batin. Selain itu, penelitian ini juga berusaha menemukan perbedaan mendasar di antara keduanya, khususnya

terkait landasan filosofis, orientasi spiritual, dan tujuan akhir kebahagiaan yang ingin dicapai.

Kerangka pemikiran ini menempatkan pemikiran Epictetus dan Al-Ghazali sebagai dua tradisi filsafat yang dapat didialogkan untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai hakikat kebahagiaan. Analisis terhadap kedua pemikiran tersebut diharapkan dapat memperlihatkan titik temu, perbedaan, serta relevansi filosofisnya dalam menjawab berbagai persoalan kehidupan manusia modern yang diwarnai oleh krisis makna, kecemasan, dan pencarian kebahagiaan yang autentik.

Singkatnya: Kebahagiaan - tujuan hidup manusia Epictetus menawarkan kebahagiaan melalui kebajikan, pengendalian diri, dan penerimaan terhadap takdir - Al-Ghazali menawarkan kebahagiaan melalui penyucian jiwa dan ma'rifatullah - konsep kebahagiaan dalam Encheiridion dianalisis menggunakan perspektif Al-Ghazali - ditemukan kesesuaian, perbedaan, dan relevansi filosofisnya.





F. Penelitian terdahulu

Tinjauan pustaka yang penulis ambil dalam penelitian ini berasal dari buku-buku (khususnya dari buku *Enchiridion Epictetus*), jurnal ilmiah, skripsi-skripsi, web-web dan beberapa dokumen lainnya yang relevan dengan judul yang diambil oleh penulis. Penggunaan jurnal dan skripsi ini sebagai sumber rujukan yang di maksudkan untuk memperoleh referensi yang mendukung penelitian ini. Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang membahas mengenai persoalan pengendalian diri, di antaranya adalah :

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Norma Hasanatul Magfiroh (2025) berjudul *Konsep Kebahagiaan Al-Ghazali (Aspek dan Cara Meraihnya)*. Penelitian ini mengkaji konsep kebahagiaan menurut Al-Ghazali melalui studi kepustakaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebahagiaan menurut Al-Ghazali tidak hanya terletak pada kenikmatan fisik atau jasmani, melainkan juga melibatkan kesempurnaan jiwa yang dicapai melalui pengenalan diri, pengenalan terhadap Allah, serta pembentukan akhlak yang baik. Penelitian ini menegaskan bahwa kebahagiaan sejati terletak pada kedekatan manusia dengan Allah dan keberhasilan manusia dalam menyucikan jiwanya (Norma Hasanatul Magfiroh, 2025). Meskipun penelitian ini berhasil mengulas konsep kebahagiaan menurut Al-Ghazali secara komprehensif, penelitian tersebut belum menghubungkannya dengan konsep kebahagiaan dalam tradisi filsafat Barat, khususnya Stoikisme. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya melengkapi kekurangan tersebut dengan menganalisis konsep kebahagiaan dalam *Enchiridion* karya Epictetus melalui perspektif Al-Ghazali.

Kedua, penelitian yang ditulis oleh Muhammad Wahid Nur Tualeka (2020) berjudul *Kebahagiaan dalam Perspektif Al-Ghazali dalam Menyongsong Masyarakat Industri 4.0*. Penelitian ini membahas relevansi konsep kebahagiaan Al-Ghazali dalam menghadapi tantangan kehidupan modern yang ditandai oleh perkembangan teknologi dan materialisme. Hasil penelitian menunjukkan bahwa banyak manusia modern mengalami krisis makna hidup akibat terlalu berorientasi pada aspek material, sementara Al-Ghazali menawarkan konsep kebahagiaan yang berpusat pada keseimbangan antara

kebutuhan duniawi dan spiritual (Muhammad Wahid Nur Tualeka, 2020). Penelitian ini memberikan gambaran mengenai pentingnya pemikiran Al-Ghazali dalam konteks kehidupan kontemporer. Namun demikian, penelitian tersebut belum melakukan analisis perbandingan dengan konsep kebahagiaan dari tradisi filsafat lain. Oleh karena itu, penelitian ini hadir untuk mengkaji kemungkinan titik temu maupun perbedaan antara konsep kebahagiaan Al-Ghazali dan konsep kebahagiaan yang ditawarkan Epictetus dalam *Enchiridion*.

Ketiga dalam jurnal yang ditulis oleh Erik Martin dan Radea Yuli Ahmad Hambali (2022) berjudul *Teologi Kebahagiaan Menurut Al-Ghazali (Kajian terhadap Kitab Kimiyatus Sa'adah)*. Penelitian ini menjelaskan bahwa kebahagiaan menurut Al-Ghazali merupakan kondisi spiritual yang diperoleh melalui penyucian jiwa, pengendalian hawa nafsu, dan kedekatan kepada Allah Swt. Penelitian ini menekankan bahwa kebahagiaan tidak dapat dipisahkan dari dimensi religius dan moral manusia (Erik Martin, 2023). Hasil penelitian tersebut memberikan pemahaman mendalam mengenai dasar-dasar teologis konsep kebahagiaan Al-Ghazali. Namun, fokus penelitian hanya terbatas pada pemikiran Al-Ghazali tanpa menghubungkannya dengan konsep kebahagiaan dalam tradisi filsafat non-Islam. Oleh sebab itu, penelitian ini berupaya memperluas kajian tersebut dengan menjadikan pemikiran Al-Ghazali sebagai perspektif untuk menganalisis konsep kebahagiaan yang terdapat dalam *Enchiridion* karya Epictetus.

Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Hendri Syahputra Harahap (2025) berjudul *Konsep Pengendalian Diri dalam Pemikiran Epictetus dan Al-Ghazali serta Relevansinya terhadap Kesehatan Mental Generasi Z*. Penelitian ini menemukan bahwa prinsip *dichotomy of control* dalam Stoikisme memiliki kesamaan dengan konsep *mujahadatun nafs* dan *tazkiyatun nafs* dalam pemikiran Al-Ghazali. Kedua konsep tersebut sama-sama menekankan pentingnya pengendalian diri dalam mencapai ketenangan batin dan kesehatan mental. Penelitian ini berhasil memperlihatkan adanya dialog filosofis antara Stoikisme dan filsafat Islam dalam konteks kesehatan mental generasi muda (Hendri Syahputra Harahap, 2025). Namun, penelitian tersebut lebih

berfokus pada tema pengendalian diri dan kesehatan mental, bukan pada konsep kebahagiaan sebagai tujuan akhir kehidupan manusia. Oleh karena itu, penelitian ini melengkapi kajian tersebut dengan memusatkan perhatian pada konsep kebahagiaan dalam *Enchiridion* dan meninjaunya dari perspektif Al-Ghazali.

Kelima, penelitian yang ditulis oleh Amin dan Rohmat Fadilah (2024) berjudul *Stoa dan Kesejahteraan Manusia: Aplikasi Praktis dalam Kehidupan Modern*. Penelitian ini mengkaji relevansi ajaran Stoikisme dalam kehidupan modern, terutama dalam membantu individu menghadapi stres, kecemasan, dan berbagai tekanan hidup. Hasil penelitian menunjukkan bahwa prinsip-prinsip Stoikisme, terutama yang diajarkan Epictetus, mampu membantu individu mencapai ketenangan batin melalui pengendalian diri dan penerimaan terhadap hal-hal yang berada di luar kendalinya (Amin, 2024). Penelitian ini menunjukkan bahwa Stoikisme tetap relevan dalam menjawab berbagai persoalan manusia modern. Akan tetapi, penelitian tersebut belum mengkaji konsep kebahagiaan Stoikisme melalui perspektif filsafat Islam. Oleh karena itu, penelitian ini berusaha mengisi kekosongan tersebut dengan mengkaji konsep kebahagiaan Epictetus berdasarkan perspektif Al-Ghazali.

Berdasarkan penelitian-penelitian yang telah dikaji sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa studi mengenai konsep kebahagiaan dalam pemikiran Al-Ghazali maupun Stoikisme Epictetus sudah cukup banyak dilakukan dengan berbagai pendekatan, mulai dari spiritualitas, kesehatan mental, pendidikan, hingga relevansinya bagi kehidupan modern. Meski demikian, sepanjang penelusuran yang penulis lakukan, belum ditemukan penelitian yang secara khusus mengkaji konsep kebahagiaan dalam *Enchiridion* karya Epictetus melalui sudut pandang pemikiran Al-Ghazali. Atas dasar itulah, penelitian ini hadir dengan membawa sejumlah kebaruan, yaitu menjadikan *Enchiridion* sebagai objek kajian utama, menganalisis konsep kebahagiaan Stoikisme menggunakan kerangka filsafat Islam khususnya pemikiran Al-Ghazali, memetakan titik temu sekaligus perbedaan mendasar antara keduanya, memberikan kontribusi bagi pengembangan studi filsafat perbandingan antara

tradisi Barat klasik dan Islam, serta menawarkan pemahaman filosofis yang relevan untuk merespons krisis pemaknaan hidup dan hilangnya ketenangan batin yang banyak dialami oleh manusia di era modern ini.

