

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kebahagiaan merupakan sebuah konsep yang telah lama menjadi fokus dalam banyak disiplin ilmu, termasuk filsafat, sehingga term kebahagiaan memiliki definisi dan interpretasi yang beragam. Di jantung pemahaman kebahagiaan terdapat perbedaan yang mendalam dalam pendekatan dan pandangan dari berbagai pemikir dan filsuf. Berabad lampau, Aristoteles melihat kebahagiaan sebagai *'eudaimonia'* - sebuah keadaan dimana manusia mencapai potensi terbaiknya dan hidup dengan budi yang baik. Dalam pandangannya, kebahagiaan bukan sekadar kesenangan, melainkan aktualisasi diri dan kehidupan yang bermakna melalui tindakan-tindakan yang berbudi.¹

Kebahagiaan adalah keadaan emosional dan psikologis yang ditandai oleh perasaan sukacita, kedamaian batin, dan kepuasan yang mendalam terhadap kehidupan dan diri sendiri. Kebahagiaan dapat dicapai melalui berbagai cara, termasuk melalui pemahaman yang mendalam tentang nilai-nilai hidup, pengendalian emosi, praktik-praktik filosofis yang mendorong kebijaksanaan, serta hubungan yang sehat dengan diri sendiri dan orang lain. Dalam konteks stoikisme, kebahagiaan sering kali dikaitkan dengan ketenangan batin, keberanian, kesederhanaan, dan keadilan dalam menjalani kehidupan sehari-hari.²

Sementara itu, dalam Stoicism yang dipelopori oleh Seneca, Epictetus, dan Marcus Aurelius, menyatakan bahwa kebahagiaan terletak pada ketenangan batin yang dicapai melalui penerimaan terhadap takdir dan fokus pada hal-hal yang dapat dikendalikan.³ Mereka menekankan pentingnya mengendalikan emosi dan keinginan untuk mencapai kebahagiaan sejati. Seperti Epicurus yang percaya bahwa kepuasan adalah rahasia kebahagiaan, ia menggambarkan bahwa kepuasan

¹ Richard M Ryan dan Frank Martela, "Eudaimonia as a way of living: Connecting Aristotle with self-determination theory," *Handbook of eudaimonic well-being* (2016): 109.

² Christopher Sanchez, "The Evolution of Stoicism: An Overview of Prominent Features and Discussions in Modern Stoicism" (2024): 13.

³ Satinder Dhiman, "More than happiness: A stoic guide to human flourishing," in *The Palgrave Handbook of Workplace Well-Being* (Springer, 2021), 1434.

bukan sebagai kepuasan indrawi—menyentuh ini, mencicipi itu—melainkan justru sebagai tidak memiliki keinginan.⁴

Berbeda dengan Aristoteles, filsuf-filsuf utilitarian seperti John Stuart Mill dan Jeremy Bentham memandang kebahagiaan sebagai pencapaian kesenangan maksimal dan pengurangan penderitaan. Dalam pandangan ini, kebahagiaan diukur dari jumlah kesenangan yang dapat diraih dan diminimalkannya rasa sakit. Dalam konsep kebahagiaannya Utilitarianisme mengajarkan bahwa setiap manusia berhak meraih kebahagiaan (kenikmatan) terbesar untuk orang terbanyak. Hal ini karena kenikmatan adalah satu-satunya kebaikan intrinsik sedangkan penderitaan adalah satu-satunya kejahatan intrinsik.⁵

Sedangkan dalam pemikiran Thomas Aquinas, yang mendefinisikan kebahagiaan (*beatitudo*) sebagai tujuan tertinggi dan akhir yang diinginkan oleh setiap manusia. Bagi Aquinas, kebahagiaan bukan hanya sekadar perasaan positif atau kesenangan sesaat, melainkan keadaan kesempurnaan dan kepuasan yang bersifat abadi dan universal. Kebahagiaan sejati terletak pada pemenuhan akhir dari potensi-potensi manusia yang paling tinggi, yaitu potensi rasional dan spiritual. Aquinas berpendapat bahwa kebahagiaan sejati hanya dapat dicapai melalui pemahaman dan pengalaman akan Tuhan, yang merupakan sumber segala kebaikan dan kebenaran. Kebahagiaan sejati terletak dalam hubungan yang harmonis dengan Tuhan, di mana manusia merasa sepenuhnya memenuhi panggilan dan tujuan hidupnya sebagai makhluk yang rasional dan spiritual.⁶

Selain itu, Aquinas juga mengaitkan kebahagiaan dengan konsep kesempurnaan moral, di mana individu mencapai kebahagiaan sejati dengan hidup sesuai dengan prinsip-prinsip moral dan etika yang benar. Menurutnya, kebahagiaan sejati tidak hanya terletak pada kepuasan jasmani atau pencapaian materi, tetapi lebih pada kesempurnaan moral dan spiritual yang membawa kedamaian dan kepuasan yang abadi.⁷

⁴ Richard Schoch, *The Secret Of Happiness*, trans. Hanif (Jakarta: Hikmah, 2006), 13.

⁵ Muhammad Alfian, *Pengantar Filsafat Nilai* (Bandung: Pustaka Setia, 2013), 124–125.

⁶ Stephen Wang, *Aquinas and Sartre: On Freedom, Personal Identity, and the Possibility of Happiness* (Washington: The Catholic University of America Press, 2009), 7.

⁷ Wang, *Aquinas and Sartre: On Freedom, Personal Identity, and the Possibility of Happiness*, 9.

Namun, dalam konteks modern, Sartre, seorang eksistensialis, memberikan pandangan yang berbeda tentang kebahagiaan. Menurut Sartre, kebahagiaan bukanlah tujuan utama hidup. Sebaliknya, ia merupakan produk sampingan dari kehidupan yang autentik—hidup yang menyadari kebebasan dan tanggung jawab pribadi dalam menciptakan makna hidupnya sendiri.⁸ Dalam eksistensialisme Sartre, kebahagiaan muncul dari kesadaran akan keberadaan individu dan kemampuannya untuk mendefinisikan dirinya sendiri.⁹

Jika memiliki pemikiran eksistensialisme, maka tak bisa dilepaskan dari sosok Jean-Paul Sartre. Dasar pemikirannya bukan tanpa sebab, ihwal gagasan eksistensialismenya terekam semenjak kecil.

Menurut Sartre, masa kecil sangat menentukan, di mana keburukannya menjadi dasar eksistensinya. Memang, terdapat keinginan dalam dirinya untuk terbakar oleh cinta. Hal itu telah saya ketahui dari para wanitanya. Ia memunculkan percikan-percikan cinta untuk menghangatkan diri (melindungi diri), ia memunculkan tangisan yang penuh emosi, dan ia memerlukan semua itu untuk pemikirannya.¹⁰

Momen masa kecil yang merasa bahwa Sartre menemukan dirinya ‘jelek’ dikarenakan matanya juling, dan rupa perawakannya. Kesedihan dan penderitaan di masa kecil yang melatarbelakangi perubahan-perubahan sikapnya yang sering terjadi. Dalam sikap politik, sikap terhadap wanita-wanitanya, sikap terhadap posisi-posisi filosofisnya sendiri. Namun sesungguhnya apa yang hendak dicari oleh Sartre dalam hidupnya, sangat sukar dan pelik untuk diterka dan dirumuskan. Dasar tersebutlah yang kemudian membuat penulis menjadi terganggu untuk meneliti konsep kebahagiaan dalam perspektif Sartre. Karena menurut penulis bahwa di balik dari tindakan selalu ada tujuan yang tersembunyi.

Pemikiran Sartre tidak bisa dipisahkan dari latar historis perang Dunia Kedua dan pendudukan Nazi. Di sini kita bisa melihat dua sosok Sartre yang berbeda. Sartre pada pra PD II yang terlalu sibuk dengan ‘kebebasan individualnya’ (sibuk menulis *La Nausee* dan mempelajari Husserl), dan Sartre pasca PD II yang mulai

⁸ A. Setyo Wibowo, ed., *Filsafat Eksistensialisme Jean Paul Sartre* (Yogyakarta: Kanisius, 2011), 34.

⁹ Munzairi, *Eksistensialisme Jean Paul Sartre* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002), 110.

¹⁰ Wibowo, *Filsafat Eksistensialisme Jean Paul Sartre*, 25.

melirik pentingnya ‘kebebasan sosial’, pentingnya dimensi historis dalam aktivitas berpikir.¹¹

Sartre terkenal dengan jaorgonnya bahwa “manusia itu dikutuk untuk menjadi bebas, (*Je suis condamne e etre libre*)”¹² kebebasan adalah satu-satunya nilai. Dalam mendewakan kebebasan, Sartre merumuskannya dengan kalimat “*man is responsible for what he is... We wre alone, without excuses. This is what I mean when I say that mani s comdenmed to be free*”.¹³ Kebebasan yang di idamkan oleh Sartre adalah mencangkup eksistensi manusia, tidak ada batas untuk kebebasan, kebebasan itu sendiri yang menentukan kebebasannya. Pasca PD II manusia mengalami ketidakpastian dalam hidupnya, karena setiap pilihan yang ada selalu berujung pada risiko yang harus dihadapi. Sartre menegaskan bahwa setiap orang bertanggung jawab terhadap apa yang dilakukannya dan mau jadi apa dirinya, tak peduli dalam kondisi yang dihadapi, bahkan dalam perang atau dalam menghadapi kematian sekalipun.¹⁴ Sartre percaya bahwa di tengah kekosongan dan tanpa pijakan, manusia mampu menemukan kebebasan serta tanggung jawabnya.

Saya berdiri di tepi jurang yang tinggi dan terjal, menoleh ke dalamnya. Rasa cemas melanda diri saya. Saya dapat membayangkan apa yang akan terjadi jika saya memutuskan untuk melompat. Semua keputusan sepenuhnya berada di tangan saya sendiri, baik untuk melangkah mundur ke tempat yang aman atau terjun ke dalam jurang. Tidak ada yang memaksa saya untuk menyelamatkan diri, dan tidak ada yang menghalangi saya untuk melompat. Realisasi bahwa saya sendirilah yang bertanggung jawab atas perbuatan saya menimbulkan kecemasan. Kecemasan ini adalah kesadaran bahwa masa depan saya sepenuhnya bergantung pada diri saya sendiri.¹⁵

Berdasarkan pengalaman Sartre, bahwa kebebasan manusia tampak bertautan dengan kecemasan (*anxiety*), maka kecemasanlah yang kemudian menyatakan kebebasan. Manusia memiliki kesadaran untuk memilih hidupnya sendiri, tak ada kekangan atau paksaan namun dasar pilihan dalam perspektif Sartre adalah kecemasan. Berdasarkan kecemasan yang menjadi dasar eksistensialisme Sartre,

¹¹ Wibowo, *Filsafat Eksistensialisme Jean Paul Sartre*, 25.

¹² Kees Bertens, *Memperkenalkan Psikoanalisa Sigmund Freud* (Jakarta: Gramedia, 1979), xvi.

¹³ Edgar Leonard Allen, *Existentialism From Within* (London: Routledge, 1956), 53.

¹⁴ Robert C dan Higgins Kathleen M Solomon, *Sejarah Filsafat*, trans. Saut Pasaribu (Yogyakarta: Bentang Budaya, 2002), 204.

¹⁵ K. Bertens, *Sejarah Filsafat Kontemporer: Prancis* (Jakarta: Gramedia, 2014), 97.

maka penulis berusaha mencari solusi atas apa yang manusia permasalahan dengan kebebasannya. Apakah kebebasan itu mensyaratkan kecemasan, lalu setelah merasa bebas apakah dapat membuat manusia bahagia.

Pandangan Jean-Paul Sartre tentang eksistensialisme dalam drama "*No Exit*" menggambarkan filosofi yang mendalam tentang kebebasan, tanggung jawab, dan hubungan antar manusia. Ungkapan "*Hell is other people*" (Neraka adalah orang lain) dalam drama ini mencerminkan observasi Sartre tentang bagaimana manusia sering menghindari tanggung jawab pribadi dengan menyalahkan faktor eksternal seperti agama, tradisi, lingkungan, atau otoritas yang lebih tinggi. Sartre menekankan bahwa meskipun manusia hidup dalam situasi yang absurd dan penuh kecemasan, mereka tetap memiliki kebebasan dan bertanggung jawab atas hidup dan keputusan mereka sendiri. Kebebasan ini, menurut Sartre, memungkinkan manusia untuk memiliki kehormatan dan menghindari menjadi sekadar objek. Dalam konsep ontologinya, Sartre membagi keberadaan menjadi dua jenis:

Être-en-soi (Ada dalam dirinya sendiri): Ini adalah keberadaan yang hanya ada begitu saja, seperti benda mati dan binatang. Mereka ada tanpa kesadaran diri dan tidak memiliki kemampuan untuk menolak atau menegasi keberadaannya. *Être-pour-soi* (Ada bagi dirinya): Ini adalah keberadaan manusia yang memiliki kesadaran diri dan kemampuan untuk menegasi dan menjaga jarak dari dirinya sendiri. Manusia tidak pernah identik dengan sesuatu dan selalu memiliki kemampuan untuk menolak dan mengubah dirinya. Sartre menyebut kemampuan ini sebagai 'ketiadaan', yang ia anggap sebagai esensi kebebasan manusia. Namun, kebebasan ini membawa beban yang berat. Manusia harus terus menerus menolak dirinya sendiri, yang dapat menyebabkan kecenderungan untuk menghindari kebebasan dan memilih menjadi sesuatu yang tetap, seperti *être-en-soi*. Hal ini membuat manusia menjadi 'pribadi yang utuh', namun mengorbankan kebebasannya.

Perbedaan antara *être-en-soi* dan *être-pour-soi* menciptakan kehidupan sebagai gairah yang sia-sia (*useless passion*). Sartre menegaskan bahwa eksistensi manusia mendahului esensi mereka. Dengan kata lain, manusia pertama-tama ada, kemudian mereka mendefinisikan esensi atau tujuan mereka melalui tindakan dan pilihan

yang mereka buat. Oleh karena itu, setiap tindakan adalah tanggung jawab individu, dan kebebasan adalah hukuman atau kutukan manusia yang harus selalu mengandalkan diri sendiri.

Untuk mencapai keaslian (*authenticity*), seseorang harus merenungkan pemikiran ini dan menghadapi kecemasan (*Angst*) yang muncul dari kesadaran akan kebebasan dan tanggung jawab pribadi. Melalui pemikiran ini, Sartre mengajak manusia untuk hidup dengan penuh kesadaran akan kebebasan dan tanggung jawab mereka, meskipun hal itu sering kali menimbulkan kecemasan dan ketidakpastian.¹⁶

Pernyataan Sartre bahwa eksistensi mendahului esensi mencerminkan pandangan bahwa manusia tidak dilahirkan dengan tujuan atau makna yang telah ditentukan sebelumnya. Sebaliknya, melalui tindakan, pilihan, dan pengalaman, manusia menciptakan makna hidup mereka sendiri. Ini adalah inti dari eksistensialisme: penekanan pada kebebasan individu untuk menentukan nasibnya sendiri, meskipun hal ini datang dengan beban tanggung jawab yang besar. Dalam drama "*No Exit*," Sartre menggambarkan tiga karakter yang terjebak di sebuah ruangan tanpa jendela, yang akhirnya menyadari bahwa mereka akan saling menyiksa satu sama lain untuk selamanya. Ini adalah metafora untuk konsep bahwa neraka adalah orang lain. Bukan karena kehadiran fisik mereka, tetapi karena cara orang lain memandang kita dan menuntut kita untuk menjadi sesuatu yang spesifik berdasarkan penilaian dan harapan mereka. Dalam pandangan Sartre, ini mencerminkan ketakutan eksistensial kita akan penilaian dan bagaimana orang lain dapat membentuk identitas kita.

Namun, Sartre juga mengakui bahwa hubungan dengan orang lain adalah tak terelakkan dan memainkan peran penting dalam pembentukan identitas kita. Ketegangan antara kebebasan individu dan pengaruh eksternal inilah yang menciptakan kecemasan eksistensial. Sartre menyarankan bahwa untuk menjadi

¹⁶ Alfathri Adlin, "'Neraka adalah (Account) Orang Lain' dan Kebenaran Eksistensial Membaca Ulang Pemikiran Jean-Paul Sartre di Era Media Sosial serta Menelusuri Kontribusinya Bagi Estetika," *Jaqfi: Jurnal Aqidah dan Filsafat Islam* 1, no. 2 (2016): 2.

otentik, seseorang harus menerima kebebasan dan tanggung jawab mereka, sambil tetap menyadari pengaruh orang lain.

Manusia pada dasarnya menginginkan kehidupan yang bahagia baik secara lahir maupun batin, di sini kita melihat Sartre sebagai filsuf eksistensialisme yang membuat setiap pembaca menjadi percaya diri atas keberadaan individu sebagai diri yang autentik. Karena pada dasarnya manusia menginginkan kebebasan, namun kebanyakan kebebasan itu sering kali digunakan oleh sebagian kelompok kecil untuk mengendalikan kelompok besar. Sartre menganjurkan jalan kepada setiap individu untuk berkehendak dengan penuh kesadaran, karena kebebasan pada dirilah yang akan menyelamatkan kehidupan setiap manusia.

Thomas Aquinas meyakini bahwa terdapat tujuan akhir untuk menuntun setiap tindakan kita dan untuk memastikan keselarasan atas kekacauan hidup. Pokok permulaannya bahwa kapan pun kita bertindak, kita bertindak untuk sebuah tujuan: “setiap hal menghasratkan pemenuhan dirinya sendiri dan karena itu menghasratkan—untuk akhir puncaknya—sebuah kebaikan yang menyempurnakan dan melengkapinya”.¹⁷

Pandangan Jean-Paul Sartre tentang kebebasan sangat terkait dengan konsep kebahagiaan dan kesadaran. Menurut Sartre, kebebasan adalah kondisi dasar dari semua tindakan, dan kebahagiaan sejati berasal dari penghayatan kebebasan ini. Kesadaran adalah langkah pertama dalam memahami kebebasan individu, yang memungkinkan seseorang untuk memberikan makna pada eksistensi pribadi mereka.

Sartre menegaskan bahwa manusia adalah apa yang ia buat dari dirinya sendiri. Dengan tindakan yang diambil, manusia memberikan struktur dan makna tertentu pada dunia dan dirinya sendiri. Kebebasan adalah syarat utama untuk bertindak, dan Sartre mengungkapkan pentingnya kebebasan dalam kutipannya: “*We must recognize that the indispensable and fundamental condition of all action is the freedom of the acting being.*” Untuk memahami sumber kebahagiaan, Sartre memusatkan perhatian pada konsep kebebasan. Kebahagiaan manusia dapat dilihat

¹⁷ Schoch, *The Secret Of Happiness*, 201.

melalui indikator kebebasan, sedangkan ketidakbebasan melahirkan penderitaan dan kecemasan (*Angst*). Sartre adalah salah satu filsuf yang secara mendalam membahas konsep *l'entre pour-soi* (ada untuk dirinya). Ketika seseorang memiliki kebebasan, ia bebas memilih berdasarkan kesadarannya. Kesadaran ini berarti menyadari sesuatu di luar diri sendiri dan membangun hubungan serta komunikasi dengan dunia luar.

Kesadaran bahwa seseorang tidak identik dengan sesuatu di luar dirinya menciptakan jarak yang memungkinkan persepsi dan pemahaman. Misalnya, ketika seseorang melihat seekor kucing, ia sadar bahwa ia bukan kucing tersebut. Jarak ini adalah prasyarat untuk persepsi. Menurut Sartre, hubungan dengan sesuatu di luar diri berarti meniadakan sesuatu itu, yang berawal dari kesadaran. Orang yang sadar tidak identik dengan dirinya sendiri; ia selalu berusaha mengubah dirinya, sehingga selalu dalam keadaan peralihan.

Manusia yang sadar selalu dalam peralihan berarti bahwa ia saat ini bukanlah dia sekarang, karena setiap detik ia berubah, terus berpindah dari satu keadaan ke keadaan lain. Peralihan dalam kesadaran adalah pilihan menuju selanjutnya. Sartre menganggap kesadaran sebagai peniadaan keadaan sekarang, terus-menerus menuju sesuatu yang diinginkan tetapi belum ada. Manusia berada dalam keadaan yang belum diinginkan, sementara keadaan yang diinginkan belum tercapai. Manusia yang belum ada itu berjalan terus-menerus tanpa batas, bebas, tidak ada ujung namun terhalang oleh kematian.

Kesadaran muncul ketika manusia ada dalam kekosongan. Keadaan ini, yang disebut *l'être pour soi*, memungkinkan manusia menangkap makna dalam sesuatu. Sebagai contoh, jika seseorang merasa pusing, ia sadar akan keadaannya dan ingin mengubahnya, misalnya dengan beristirahat dan minum obat. Kekosongan ini menciptakan perasaan keterasingan, muak, bosan, absurd, dan keputusasaan ketika manusia merasa ditinggalkan oleh Tuhan. Sartre mengikuti pemikiran Nietzsche dengan menyangkal adanya Tuhan, sehingga manusia tidak memiliki hubungan dengan kekuatan eksternal dan harus bertanggung jawab sepenuhnya atas pilihan mereka sendiri.

Sartre juga mengemukakan bahwa manusia adalah campuran antara yang ada dan yang tidak ada, selalu mencampur kebenaran dengan kebohongan, kejujuran dengan tipu muslihat. Sebagai contoh, seseorang mungkin berkata bahwa ia lari karena pengecut, namun sebenarnya ia bebas memilih untuk menjadi pahlawan. Malafiditas (*bad faith*) hanya mungkin terjadi jika kejujuran juga menjadi kebohongan, karena manusia tidak pernah seratus persen identik dengan dirinya sendiri. Sartre tidak melihat kejujuran atau kebohongan sebagai gejala etika, tetapi sebagai kategori ontologis yang menjelaskan kesadaran.

Dalam kondisi apapun, manusia selalu terkait dengan masalah nilai. Ketika berada dalam ketertindasan, manusia mempertanyakan nilai universal. Dengan membuat pilihan-pilihan, manusia sebenarnya memiliki kebebasan untuk mencapai nilai yang diinginkan. Ini adalah usaha manusia untuk mencari dan memahami nilai-nilai yang ada. Kebebasan untuk memilih dan bertindak dengan sadar adalah kunci bagi manusia untuk menciptakan makna dan mencapai kebahagiaan dalam hidup mereka.

Kebebasan dibatasi oleh kematian. Semua kehendak yang dimiliki oleh diri akan terputus dengan kematian dan setelah kematian manusia tidak akan lagi bisa 'menjadi' sesuatu yang baru, diri yang baru. Sartre mengatakan, setiap diri manusia yang baru adalah kekosongan,¹⁸ dari dia mengisi diri yang baru, yang berbeda dengan diri sebelumnya, artinya setiap manusia akan terus mengaktualkan diri sampai pada titik kematian.

Pandangan Sartre tentang kebebasan dan hubungan antar manusia dalam masyarakat sangat mendalam dan kompleks. Sartre menekankan bahwa keberadaan orang lain dalam masyarakat memiliki dampak signifikan terhadap kebebasan individu. Ketika seseorang hadir di hadapan orang lain, ia sering kali dilihat sebagai objek, dan ini membatasi kebebasannya. Sartre awalnya mengakui bahwa kebebasan orang lain dapat membahayakan kebebasannya sendiri karena pandangan orang lain yang mengobjektifikasikan dirinya.

¹⁸ Save M. Dagun, *Filsafat Eksistensialisme* (Jakarta: Rineke Cipta 1990), 98.

Dalam drama "*No Exit*," Sartre menggambarkan konsep ini dengan sangat jelas. Ungkapan terkenal "*Hell is other people*" (Neraka adalah orang lain) mencerminkan pengalamannya tentang bagaimana kehadiran orang lain dapat menjadi sumber penderitaan. Sartre menolak gagasan tradisional tentang neraka yang penuh dengan penyiksaan fisik seperti ruang penyiksaan, api, dan belerang. Sebaliknya, ia menunjukkan bahwa penderitaan terbesar datang dari hubungan manusia itu sendiri.

Ketika seseorang dilihat oleh orang lain, ia tidak lagi sepenuhnya bebas. Orang lain memandangnya dan menilai tindakannya, mengubahnya menjadi objek dalam pandangan mereka. Ini menciptakan perasaan terperangkap dan hilangnya kebebasan. Dalam konteks ini, Sartre menyatakan bahwa tidak perlu alat penyiksaan fisik untuk menciptakan neraka; cukup dengan keberadaan dan penilaian orang lain.

Namun, penting untuk memahami bahwa Sartre juga melihat kebebasan sebagai sesuatu yang inheren dalam keberadaan manusia. Meskipun kebebasan bisa dibatasi oleh pandangan dan penilaian orang lain, individu tetap memiliki kebebasan untuk menentukan makna dan tindakan mereka sendiri. Kebebasan ini bukan tanpa tantangan, karena manusia harus terus-menerus berjuang untuk menjaga kebebasan mereka dalam menghadapi tekanan sosial dan pandangan eksternal. Dalam filsafat Sartre, kesadaran akan diri sendiri dan keberadaan orang lain menciptakan dinamika yang kompleks antara kebebasan dan keterbatasan. Orang yang autentik akan berusaha memahami dan mengatasi tantangan ini, menerima bahwa kebebasan sejati sering kali datang dengan beban tanggung jawab dan kesadaran akan pandangan orang lain. Ini adalah bagian dari eksistensialisme Sartre, yang menekankan pentingnya kebebasan individu dan tanggung jawab dalam menciptakan makna hidup mereka sendiri, meskipun dalam konteks sosial yang penuh dengan penilaian dan tekanan.

Dengan kata lain, untuk mencapai kebebasan sejati dan kebahagiaan, individu harus menyadari dan menerima kenyataan bahwa keberadaan orang lain akan selalu mempengaruhi mereka. Namun, ini tidak berarti bahwa mereka harus menyerah pada penilaian orang lain. Sebaliknya, mereka harus menggunakan kesadaran ini

sebagai motivasi untuk terus mencari dan menciptakan makna mereka sendiri dalam hidup, mempertahankan kebebasan mereka bahkan di tengah tekanan sosial yang kuat.”¹⁹

Penulis melihat, bahwa konsep Sartre tentang penderitaan sebagai titik pijak kebebasannya, yaitu kutukan untuk memilih, dan pilihan itu nantinya akan berujung risiko melibatkan individu lain. Tidak ada kebebasan yang benar-benar bebas. Semuanya, memiliki saling keterikatan dengan kebebasan yang orang lain miliki juga, di sinilah kita mengetahui bahwa kebebasan berujung pada penderitaan. Dari pembahasan yang diteliti, yaitu mengenai Sartre, penulis melihat hanya Sartre yang berkata “*bahwa orang lain adalah neraka*”. Kebahagiaan menurut Sartre adalah kehendak bebas.

Konsep Sartre tentang tidak kekalnya jiwa mengandaikan bahwa kehidupan di dunia hanya sebatas pilihan saja, kebahagiaan yang diandaikan Sartre adalah persoalan kebebasan. Penelitian ini sangat penting, untuk mengetahui bagaimana seorang manusia yang dikutuk untuk bebas, namun bisa tetap bahagia dengan versinya sendiri. Manusia yang telah mencapai titik kebahagiaan, dilihat saat dirinya melaksanakan tanggung jawab untuk hidup. Tanggung jawab ini muncul karena terdapat pilihan yang selalu hadir pada setiap individu. Kesiapan menerima risiko atas segala pilihan kita, akan menjadikan manusia bahagia dalam menghadapi risikonya.

Pandangan filosofis yang dikembangkan oleh Sartre adalah filsafat yang sangat mengagungkan kebebasan. Distingsinya yang terkenal antara *l’etre pour soi* dan *l’etre en-soi* antara lain dimaksudkan untuk memerhatikan jati diri ontologis manusia yang dicirikan oleh kebebasan. Akan tetapi, Sartre tidak hanya ingin mengatakan bahwa manusia itu sungguh-sungguh bebas, melainkan juga bahwa sebagai konsekuensi dari kebebasan ini, manusia juga memiliki tanggung jawab yang tidak terbatas.²⁰

Di era modern yang sering kali didominasi oleh pencarian materialisme dan standar kebahagiaan yang ditentukan oleh masyarakat, pandangan Sartre

¹⁹ Jean Paul Sartre, *No Exit, and Three Other Plays* (USA: Vintage Books, 1989), 35.

²⁰ Wibowo. *Filsafat Eksistensialisme*, 180.

menawarkan alternatif yang bermakna. Konsep kebahagiaan Sartre menekankan pentingnya otentisitas, kebebasan pribadi, dan tanggung jawab individu. Dalam dunia yang terus berubah dan penuh ketidakpastian, pandangan ini memberikan landasan filosofis untuk mencari kebahagiaan yang lebih mendalam dan bertahan lama.

Relevansi pandangan Sartre dapat dilihat dalam berbagai aspek kehidupan kontemporer, seperti pencarian identitas pribadi, perjuangan melawan tekanan sosial, dan upaya untuk menemukan makna dalam hidup yang semakin kompleks. Dalam konteks ini, pandangan Sartre membantu individu untuk mengatasi tantangan-tantangan ini dengan menekankan pentingnya kebebasan, tanggung jawab, dan otentisitas dalam mencapai kebahagiaan.

Konsep kebahagiaan menurut Jean-Paul Sartre menawarkan pandangan yang unik dan menantang tentang bagaimana manusia dapat mencapai kebahagiaan. Dengan menekankan kebebasan, tanggung jawab, dan tindakan otentik, Sartre memberikan kerangka filosofis yang relevan untuk memahami kebahagiaan dalam konteks kehidupan modern. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan dalam bidang filsafat serta membantu individu dalam pencarian mereka untuk kebahagiaan yang bermakna dan otentik. Pandangan Sartre tentang kebahagiaan mengajak kita untuk melihat kebahagiaan sebagai proses dinamis yang terkait erat dengan kebebasan dan tanggung jawab pribadi. Dalam menghadapi tantangan dan ketidakpastian hidup, kebahagiaan dapat ditemukan melalui tindakan otentik dan usaha untuk menciptakan makna hidup yang sejati. Dengan demikian, konsep kebahagiaan Sartre tetap relevan dan inspiratif bagi individu yang mencari kebahagiaan yang lebih dalam dan bermakna dalam kehidupan mereka. Penulis tertarik untuk mendalami konsep pemikiran kebahagiaan dalam perspektif Jean Paul Sartre.

B. Rumusan Masalah

Dalam penelitian ini, berfokus pada pemahaman mendalam tentang konsep kebahagiaan menurut Jean-Paul Sartre dan bagaimana konsep ini dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Untuk mencapai tujuan tersebut, penelitian ini

merumuskan beberapa pertanyaan utama sebagai panduan dalam eksplorasi konsep kebahagiaan Sartre. Rumusan masalah ini diharapkan dapat memberikan arah yang jelas dan sistematis dalam pengembangan penelitian. Berikut adalah rumusan masalah sebagai berikut :

1. Apa konsep kebahagiaan menurut Jean-Paul Sartre?
2. Bagaimana kebahagiaan dipahami dalam kerangka filsafat eksistensial Sartre?
3. Bagaimana konsep kebahagiaan Sartre dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara mendalam konsep kebahagiaan menurut Jean-Paul Sartre, filsuf eksistensial terkemuka asal Perancis. Melalui penelitian ini, beberapa tujuan spesifik yang ingin dicapai adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui konsep kebahagiaan menurut Jean-Paul Sartre.
2. Untuk mengetahui kebahagiaan dalam kerangka filsafat eksistensial Sartre.
3. Untuk mengetahui konsep kebahagiaan Sartre dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari?

D. Manfaat Penelitian

Sedangkan manfaat dari penelitian ini dapat dibagi menjadi dua, yakni manfaat secara teoritis, dan manfaat secara praktis yaitu:

1. Manfaat secara teoritis yaitu sebagai sumbangan pemikiran bagi pengembangan disiplin ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan konsep eksistensialisme. Menawarkan pandangan alternatif tentang kebahagiaan yang dapat memberi dampak positif pada pemahaman dan praktik kehidupan individu.
2. Manfaat secara praktis yaitu sebagai tambahan koleksi hasil penelitian ilmiah pada Jurusan Aqidah dan Filsafat Islam yang diharapkan bermanfaat bagi dunia pemikiran filsafat di Indonesia dan dapat dijadikan rujukan dalam penulisan ilmiah.

E. Tinjauan Pustaka

Kajian mengenai Jean-Paul Sartre khususnya mengenai kebahagiaan merupakan kajian yang menarik dan tentu relevan untuk membaca keadaan masyarakat saat ini. Penulis menemukan buku-buku yang mencoba mengangkat tema yang terkait dengan pemikiran kebahagiaan Jean-Paul Sartre antara lain:

1. Firdaus M. Yunus, *Kebebasan Dalam Filsafat Eksistensialisme Jean Paul Sartre* dalam *Jurnal Al-Ulum*. Kesimpulan dari penelitian ini menekankan bahwa kebebasan harus selalu menjadi perhatian utama dalam kehidupan manusia. Dalam konteks ini, muncul pandangan tentang determinisme dan kehendak bebas (free will). Sartre adalah seorang filsuf yang selalu menentang setiap bentuk determinisme. Ia berargumen bahwa manusia menjalani eksistensinya melalui tindakan, dan tindakan ini memerlukan kebebasan sebagai syarat utama. Sartre menjelaskan bahwa kemerdekaan harus diartikan sebagai merdeka dalam keterbatasannya. Artinya, kebebasan tidak berarti kebebasan tanpa batas, melainkan kebebasan yang diakui dalam konteks kondisi dan situasi individu. Misalnya, seseorang yang lumpuh tetap merdeka dalam kelumpuhannya, dan seseorang yang sakit tetap merdeka dalam kesakitannya. Kebebasan ini adalah kemampuan untuk membuat pilihan dan memberikan makna pada situasi yang dihadapi, meskipun dalam kondisi yang terbatas. Kebebasan, menurut Sartre, adalah inti dari eksistensi manusia. Dalam setiap tindakan dan keputusan, manusia menegaskan kebebasan mereka dan bertanggung jawab atas pilihan mereka. Ini adalah cara manusia memberikan struktur dan makna pada dunia mereka sendiri. Kebebasan ini juga menciptakan kondisi untuk tindakan autentik, di mana individu bertindak sesuai dengan kesadaran mereka akan kebebasan dan tanggung jawab pribadi.
2. Stephen Wang. *Aquinas & Sartre: On Freedom, Personal Identity, and the Possibility of Happiness* Washinton DC: The Catholic University of America Press, 2009. Buku ini membahas perbandingan antara pemikiran dua tokoh besar dalam sejarah pemikiran filosofi, yaitu Santo Thomas

Aquinas dan Jean-Paul Sartre, terutama dalam konteks kebebasan, identitas pribadi, dan kemungkinan kebahagiaan. Stephen Wang menggali perspektif-perspektif unik dari kedua filsuf tersebut dan mencoba untuk menemukan titik temu serta perbedaan dalam pandangan mereka. Dalam buku ini, Wang membahas konsep kebebasan menurut Aquinas dan Sartre, serta bagaimana konsep ini memengaruhi pemahaman tentang identitas pribadi dan pencarian akan kebahagiaan. Wang juga menyoroti perbedaan mendasar antara pandangan Aquinas yang menekankan kemungkinan manusia untuk mencapai kebahagiaan sejati melalui hubungan dengan Tuhan dan pemenuhan potensi spiritual, dengan pandangan Sartre yang menekankan kebebasan mutlak individu dalam menciptakan makna dalam kehidupan. Dengan menggabungkan analisis filosofis mendalam dan pemahaman yang luas terhadap karya-karya Aquinas dan Sartre, Wang memberikan wawasan yang mendalam tentang bagaimana dua pemikiran ini saling melengkapi dan bertentangan dalam konteks kebebasan, identitas pribadi, dan pencarian akan kebahagiaan manusia.

3. Stephan Wang, *Human incompleteness, happiness, and the desire for God in Sartre's being and nothingness*. *Sartre Studies International* 12 (1):1-17 (2006). Jean-Paul Sartre berpendapat bahwa manusia pada dasarnya tidak lengkap. Kesadaran diri membawa kehadiran diri pada diri sendiri. Akibatnya, manusia mencari dua hal secara bersamaan: memiliki identitas yang aman dan stabil, serta mempertahankan kebebasan dan jarak yang datang dengan kesadaran diri. Ini adalah ideal yang tidak mungkin, karena kita selalu melebihi apa yang kita adalah dan kita tidak pernah benar-benar mencapai apa yang bisa kita capai. Kemungkinan untuk menjadi lengkap menghantui kita dan kita terus mencari itu meskipun kita yakin itu tidak pernah bisa dicapai. Sartre menyarankan bahwa kita harus terus mencari ideal ini dalam ranah praktis, meskipun pemikiran filosofis kita menunjukkan bahwa itu adalah sesuatu yang mustahil. Sartre mengungkapkan dilema eksistensial ini dalam istilah teologis yang eksplisit. 'Tuhan' mewakili sintesis ideal antara keberadaan dan kesadaran

yang tetap menjadi tujuan yang kontradiktif. Dilema ini tetap belum terpecahkan dalam pemikirannya.

F. Kerangka Pemikiran

Dalam studi mengenai konsep kebahagiaan dari perspektif berbagai filsuf, terdapat keragaman pemahaman yang mendalam. Aristoteles, misalnya, mengartikan kebahagiaan sebagai '*eudaimonia*', suatu keadaan aktualisasi potensi manusia dan hidup yang bermakna. Sementara itu, Stoicism yang dipelopori oleh Seneca dan lainnya menekankan ketenangan batin yang dicapai melalui penerimaan takdir. Pada sisi lain, filsuf utilitarian seperti John Stuart Mill dan Jeremy Bentham memandang kebahagiaan sebagai kesenangan maksimal. Berbeda lagi, Jean-Paul Sartre, seorang eksistensialis, melihat kebahagiaan bukan sebagai tujuan utama, melainkan sebagai hasil sampingan dari kehidupan autentik yang menyadari kebebasan dan tanggung jawab pribadi. Studi ini mengeksplorasi bagaimana pendekatan dan konsep kebahagiaan beragam ini mempengaruhi pandangan kita tentang kehidupan, kebebasan, dan pencarian makna pribadi.

Dalam mengaitkan konsep kebahagiaan Sartre dengan teori eksistensialisme secara umum, kita melihat bahwa eksistensialisme menekankan pada pengalaman subjektif dan kebebasan individu. Eksistensialisme, yang sering dikaitkan dengan filsuf seperti Sartre, Kierkegaard, dan Nietzsche, berfokus pada pencarian makna dalam kondisi eksistensial manusia, termasuk perasaan kecemasan, kebebasan, dan kesendirian.

Menurut Søren Kierkegaard, seorang filsuf eksistensialis Denmark, kebahagiaan terkait erat dengan konsep eksistensial tentang pilihan individual dan makna subjektif. Kierkegaard menekankan pentingnya "keberadaan otentik," di mana individu harus menghadapi kecemasan dan ketidakpastian dalam pencarian mereka untuk mengerti diri sendiri dan tujuan mereka. Bagi Kierkegaard, kebahagiaan bukanlah tentang pencarian kesenangan atau kenikmatan semata, melainkan dalam penerimaan dan pengakuan terhadap kebebasan pribadi untuk memilih dan memberikan makna pada hidupnya. Kierkegaard percaya bahwa

kebahagiaan sejati ditemukan melalui perjalanan spiritual dan introspeksi diri yang mendalam.²¹

Martin Heidegger, seorang filsuf eksistensialis Jerman, memiliki pandangan unik tentang kebahagiaan yang terkait dengan konsep "*Dasein*" atau "*being-there*". Bagi Heidegger, kebahagiaan tidak dilihat sebagai tujuan atau kondisi yang harus dicapai, melainkan sebagai pengalaman atau keadaan yang muncul dari pemahaman mendalam tentang eksistensi manusia.²² Dalam karyanya "*Being and Time*", Heidegger menekankan pentingnya "*authenticity*" atau keaslian dalam memahami dan menjalani hidup. Keaslian ini dicapai ketika individu menerima dan hadir sepenuhnya dalam "*being-in-the-world*" mereka, mengakui baik keterbatasan maupun potensi mereka. Kebahagiaan, dalam konteks Heidegger, lebih berkaitan dengan keadaan menjadi yang otentik dan terlibat sepenuhnya dengan dunia, daripada pencarian kenikmatan atau kesenangan sementara.²³

Sartre, secara khusus, menganggap kebebasan sebagai inti dari eksistensi manusia. Kebahagiaan, dalam pandangannya, bukanlah sesuatu yang diberikan atau dicapai melalui pencapaian eksternal, melainkan melalui kehidupan yang autentik dan penuh tanggung jawab. Ini menunjukkan bahwa dalam eksistensialisme, kebahagiaan lebih berkaitan dengan kemampuan untuk membuat pilihan secara bebas dan hidup dengan cara yang sesuai dengan nilai-nilai pribadi, daripada pencapaian kesenangan atau kepuasan material. Eksistensialisme, dengan demikian, memberikan wawasan unik tentang bagaimana kebahagiaan dapat diinterpretasikan dan dicapai dalam konteks kebebasan dan keaslian individu.

Kebahagiaan adalah topik sentral dalam filsafat yang telah menjadi fokus kajian banyak pemikir dari berbagai aliran pemikiran. Salah satu filsuf modern yang memberikan perspektif unik tentang kebahagiaan adalah Jean-Paul Sartre, seorang tokoh penting dalam filsafat eksistensialisme. Untuk memahami kebahagiaan

²¹ Soren Aabye Kierkegaard, *Either/Or*, trans. Walter Lowrie et al., 1 ed. (Princeton: Princeton University Press, 1959), 45.

²² F. Budi Hardiman, *Filsafat Modern: Dari Machiavelli sampai Nietzsche* (Jakarta: Gramedia, 2004), 67.

²³ Martin Heidegger, *Being and Time*, ed. Macquarrie & Edward Robinson (London: SCM Press, 1962), 201.

menurut Sartre, penting untuk menganalisis konsep kebahagiaan, kebebasan, dan tanggung jawab dalam kerangka filsafat eksistensialismenya.

Jean-Paul Sartre memandang kebahagiaan sebagai pengalaman dinamis yang berhubungan erat dengan tindakan individu dalam mencapai tujuan yang mereka tetapkan sendiri. Kebahagiaan, menurut Sartre, bukanlah kondisi statis atau tujuan akhir yang bisa dicapai sekali dan selamanya. Sebaliknya, kebahagiaan adalah hasil dari tindakan otentik, yaitu tindakan yang diambil secara sadar dan didasarkan pada kebebasan dan tanggung jawab individu.²⁴

Dalam kerangka filsafat eksistensialis, kebebasan adalah kemampuan individu untuk membuat pilihan dan menentukan tindakan mereka sendiri.²⁵ Sartre menekankan bahwa manusia dilahirkan tanpa esensi yang mendahului eksistensi mereka, sehingga mereka bebas untuk menciptakan makna hidup mereka sendiri. Namun, kebebasan ini juga membawa tanggung jawab besar. Sartre berpendapat bahwa individu harus bertanggung jawab penuh atas tindakan mereka, tanpa menyalahkan faktor eksternal. Otentisitas, atau tindakan yang konsisten dengan nilai-nilai dan tujuan pribadi seseorang, adalah elemen penting dalam pandangan Sartre tentang kebahagiaan. Tindakan otentik melibatkan pengakuan akan kebebasan dan tanggung jawab pribadi, serta keberanian untuk menghadapi kecemasan yang menyertainya. Selain itu, proyek-proyek pribadi memainkan peran penting dalam pencapaian kebahagiaan. Proyek ini mencerminkan aspirasi dan tujuan yang dipilih secara bebas oleh individu. Meskipun sering kali menghadapi hambatan dan kegagalan, usaha untuk mencapainya adalah bagian tak terpisahkan dari pencarian kebahagiaan.²⁶

²⁴ Jean Paul Sartre, *Being and Nothingness*, trans. Hazel E. Barnes (New York: Philosophical Library, 1956), 56.

²⁵ Fuad Hassan, *Psikologi-Kita dan Eksistensialisme: Pengantar Filsafat Barat, Berkenalan dengan Eksistensialisme, Kita dan Kami* (Depok: Komunitas Bambu, 2014), 23.

²⁶ Jonathan Webber, "Sartre's Theory of Character," *European Journal of Philosophy* 14, no. 1 (2006): 78.