

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kebermaknaan Hidup

1. Pengertian Kebermaknaan Hidup

Tokoh yang terkenal dan merupakan tokoh pelopor dari perkembangan teori makna hidup adalah Victor Frankl. Frankl menganggap bahwa motivasi utama pada kekuatan seseorang adalah dalam perjuangannya untuk mendapatkan makna hidup. Makna yang dimaksud adalah makna yang unik dan spesifik yang harus dan dapat diisikan oleh diri individu itu sendiri (Bastaman, 2007;51).

Makna hidup adalah hal-hal yang oleh seseorang dipandang penting, dirasakan berharga dan diyakini sebagai sesuatu yang benar serta dapat dijadikan tujuan hidupnya. Karakteristik makna hidup adalah personal, temporer dan unik, artinya apa yang dianggap penting dapat berubah dari waktu ke waktu. Saat bermakna bagi seseorang belum tentu berarti pula bagi orang lain. Demikian pula hal-hal yang dianggap dapat berlangsung sekejap dan dapat pula berlangsung untuk waktu yang cukup lama (Bastaman, 2007; 45,51).

Frankl (dalam Bastaman, 2007;38) menambahkan, kebermaknaan hidup memberikan nilai khusus bagi seseorang, sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan (*the purpose in life*). Kebermaknaan Hidup dapat diraih dalam setiap keadaan yang menyenangkan dan tidak menyenangkan, keadaan bahagia, dan penderitaan.

Sumanto (2006;87) mengatakan, kebermaknaan hidup adalah kualitas penghayatan individu terhadap seberapa besar diri individu tersebut dapat mengembangkan dan mengaktualisasikan potensi-potensi serta kapasitas yang dimiliki, dan terhadap seberapa jauh individu telah mencapai tujuan hidup dalam rangka memberi makna kepada kehidupannya dalam berinteraksi dengan lingkungan yang terus berubah. Menghadapi tuntutan kehidupan yang terus berubah, penghayatan dan kemampuan individu dalam merespon perubahan menentukan tingkatan kebermaknaan hidup.

Abraham Maslow (dalam Sumanto, 2006;86) berpendapat bahwa kebermaknaan hidup adalah suatu sifat yang muncul dari dalam diri individu. Teori ini disusun dengan pemikiran bahwa hingga kebutuhan yang lebih rendah di penuhi, nilai dan kebermaknaan hidup mempunyai dampak yang kecil terhadap motivasi. Meskipun demikian, ketika kebutuhan yang lebih rendah terpuaskan, nilai menjadi pendorong motivasi individu dalam mendedikasikan pada beberapa misi (tugas) atau maksud yang tingkatannya lebih tinggi. Kebermaknaan hidup adalah kebutuhan yang berkembang. Individu secara bebas memilih kebermaknaan, tetapi individu akan menjadi lebih sehat jika memilih kebermaknaan yang membantunya memenuhi sifat dasar.

Kerangka pikir model logoterapi adalah setiap orang selalu mendambakan kebahagiaan dalam hidupnya. Menurut pandangan logoterapi kebahagiaan itu ternyata tidak terjadi begitu saja, tetapi merupakan akibat sampingan dari keberhasilan seseorang memenuhi keinginannya untuk hidup bermakna (*the will to meaning*). Mereka yang berhasil memenuhinya akan mengalami hidup yang

bermakna (*meaningful life*), dan ganjaran (*reward*) dari hidup yang bermakna adalah kebahagiaan (*happiness*). Di lain pihak mereka yang tak berhasil memenuhi motivasi ini akan mengalami kekecewaan dan kehampaan hidup serta merasakan hidupnya tidak bermakna (*meaningless*). Selanjutnya akibat dari penghayatan hidup yang hampa dan tak bermakna yang berlarut-larut tidak teratasi dapat menjelmakan gangguan neorosis (*noogenic neurosis*), dan mengembangkan karakter-karakter totaliter (*totalitarianism*), dan konformis (*conformism*) (Bastaman, 2007;45).

Menurut Frankl, kebermaknaan hidup bukan kreasi manusia yang berubah-ubah, tetapi merupakan suatu realitas obyektif dari diri individu. Hanya ada satu kebermaknaan hidup untuk setiap situasi dan itulah kebermaknaan yang sejati. Individu dituntun oleh kata hatinya untuk secara intuitif mendapatkan kebermaknaan yang sebenarnya. Meskipun lingkungan mendesak dengan pengaruh yang kuat dalam penciptaan dan pemenuhan akan kebermaknaan hidup, hal itu sangat tergantung pada sikap pribadi masing-masing. Menurut Frankl, jika individu tidak berjuang untuk kebermaknaan hidup akan mengalami eksistensi-hampa (*meaninglessness*). Kondisi tersebut apabila berkepanjangan dapat menyebabkan *noogenic neurosis*, yaitu suatu kondisi yang ditandai dengan gejala kebosanan dan apatisme. Sebaliknya, apabila kebermaknaan hidup terus diperjuangkan maka individu akan mengalami transendensi diri dan memperoleh pengalaman emosi positif oleh adanya kecocokan dalam pemenuhan (Bastaman, 2007; 45).

Mereka yang menghayati hidup bermakna menunjukkan corak kehidupan penuh semangat dan gairah hidup serta jauh dari perasaan hampa dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Bagi mereka kemampuan untuk menentukan tujuan-tujuan pribadi dan menemukan makna hidup merupakan hal yang sangat berharga dan tinggi nilainya serta merupakan tantangan untuk memenuhinya secara bertanggung jawaban. Mereka mampu untuk mencintai dan menerima cinta kasih orang lain, serta menyadari bahwa cinta kasih merupakan salah satu hal yang menjadikan hidup ini bermakna (Bastaman, 2007;55)

2. Karakteristik Makna Hidup

Makna hidup sebagaimana dikonsepsikan oleh Frankl (dalam Bastaman, 2007;51) memiliki karakteristik, yaitu :

a. Makna hidup itu sifatnya unik, personal dan temporer

Apa yang dianggap berarti oleh seseorang belum tentu berarti bagi orang lain. Bahkan mungkin, apa yang dianggap penting dan bermakna pada saat ini oleh seseorang belum tentu sama bermaknanya bagi orang itu pada saat lain. Dalam hal ini makna hidup seseorang dan apa yang bermakna baginya biasanya bersifat khusus, berbeda dengan orang lain, dan mungkin dari waktu ke waktu berubah pula.

b. Makna hidup itu spesifik dan konkrit

Makna hidup dapat ditemukan dalam pengalaman dan kehidupan nyata sehari-hari dan tidak harus selalu dikaitkan dengan tujuan-tujuan idealistis, prestasi-prestasi akademis yang tinggi, atau hasil-hasil renungan filosofis yang kreatif.

- c. Makna hidup itu memberi pedoman dan arah terhadap kegiatan-kegiatan yang dilakukan sehingga makna hidup seakan-akan menantang (*challenging*) dan mengundang (*inviting*) seseorang untuk memenuhinya. Begitu makna hidup ditemukan dan tujuan hidup ditentukan, maka seseorang seakan-akan terpenggil untuk melaksanakan dan memenuhinya. Kegiatan-kegiatan yang dilakukannya pun menjadi lebih terarah. Di samping makna hidup yang sifatnya unik, personal, temporer dan spesifik itu, logoterapi juga mengakui makna hidup yang mutlak (*absolut*), semesta (*universal*) dan paripurna (*ultimate*).

3. Aspek-aspek Kebermaknaan Hidup

Disebutkan Frankl (dalam Bastaman, 2007;41) terdapat tiga komponen kebermaknaan hidup yang antarasatu dengan lainnya mempunyai hubungan yang erat dan saling mempengaruhi. Ketiga komponen itu adalah:

a. Kebebasan berkehendak (*freedom of will*)

Kebebasan berkehendak adalah kebebasan yang dimiliki oleh seseorang untuk menentukan sikap dalam hidupnya, menentukan apa yang dianggap penting dan baik bagi dirinya. Kebebasan dalam hal ini bukanlah kebebasan yang mutlak dan tanpa batas, namun kebebasan yang diimbangi sikap tanggung jawab agar tidak berkembang menjadi kesewenangan.

b. Kehendak hidup bermakna (*will to meaning*)

Kehendak hidup bermakna adalah hasrat yang memotivasi setiap orang untuk bekerja, berkarya dan melakukan kegiatan-kegiatan penting

lainnya dengan tujuan agar hidupnya berharga dan dihayati secara bermakna.

c. Makna hidup (*meaning of life*)

Makna hidup adalah sesuatu yang dianggap penting, benar dan didambakan serta memberi nilai khusus bagi seseorang. Bila berhasil ditemukan dan dipenuhi akan menyebabkan kehidupan ini dirasakan demikian berarti dan berharga.

Tiga hal inilah yang membentuk kebermanaknaan hidup menjadi suatu nilai yang memberikan motivasi tersendiri bagi individu untuk menghasilkan sesuatu yang membanggakan, baik bagi dirinya sendiri maupun bagi orang lain, agar hidup yang dirasakan menjadi lebih berarti dan berharga.

4. Sumber Kebermanaknaan Hidup

Bastaman (2007;46-50) menyederhanakan dan memodifikasi metode Logoanalisis dalam meraih kebermanaknaan hidup sebagai berikut :

a. Pemahaman Diri

Mengenali secara objektif kekuatan dan kelemahan diri sendiri dan lingkungan, baik yang masih merupakan potensi maupun yang telah teraktualisasi untuk kemudian kekuatan-kekuatan itu dikembangkan dan kelemahan-kelemahan dihambat dan dikurangi.

b. Bertindak Positif

Mencoba menerapkan dan melaksanakan dalam perilaku dan tindakan-tindakan nyata sehari-hari yang dianggap baik dan bermanfaat. Bertindak positif merupakan kelanjutan dari berfikir positif.

c. Pengakraban Hubungan

Secara sengaja meningkatkan hubungan yang baik dengan pribadi-pribadi tertentu (misalnya anggota keluarga, teman, rekan kerja, tetangga), sehingga masing-masing merasa saling menyayangi, saling membutuhkan dan bersedia bantu-membantu.

d. Pendalaman Catur Nilai

Berupaya untuk memahami dan memenuhi empat ragam nilai yang dianggap sebagai sumber makna hidup yaitu:

1) *Creative Values (nilai-nilai kreatif)*

Creatives Values merupakan nilai-nilai yang didapat melalui kegiatan berkarya, bekerja, menciptakan serta melaksanakan tugas dan kewajiban dengan penuh tanggung jawab.

2) *Eksperiental Values (nilai-nilai penghayatan)*

Nilai-nilai penghayatan adalah keyakinan dan penghayatan akan nilai-nilai kebenaran, kebajikan, keindahan, keimanan, keagamaan serta cinta kasih. Menghayati dan memaknai suatu nilai dapat menjadikan seseorang berarti hidupnya.

3) *Attitudinal Values (nilai-nilai bersikap)*

Attitudinal Values yaitu menerima dengan penuh ketabahan, kesabaran dan keberanian segala bentuk penderitaan yang menimpa

Selain tiga nilai yang dikemukakan Frankl, menurut Bastaman (2007; 50) terdapat nilai lain yang dapat menjadikan hidup lebih bermakna yaitu harapan (*hope*). Harapan adalah keyakinan akan terjadinya hal-hal

yang baik atau perubahan yang menguntungkan di kemudian hari. Pengharapan mengandung makna hidup karena terdapat keyakinan akan terjadinya perubahan yang lebih baik, ketabahan menghadapi keadaan buruk saat ini dan sikap optimis menyongsong masa depan. Nilai kehidupan inilah yang dikenal dengan nilai pengharapan atau *hopeful values*.

e. Ibadah

Ibadah merupakan upaya mendekatkan diri pada sang pencipta yang pada akhirnya memberikan perasaan damai, tentram, dan tabah. Ibadah yang dilakukan secara terus-menerus dan khusuk memberikan perasaan seolah-olah dibimbing dan mendapat arahan ketika melakukan suatu perbuatan.

Kelima metode tersebut tujuannya untuk menjajaki sumber makna hidup yang tersirat dari pengalaman pribadi, kehidupan sehari-hari dan lingkungan sekitarnya (Bastaman,2007;156).

5. Proses Pencapaian Makna Hidup

Proses keberhasilan mencapai makna hidup adalah urutan pengalaman dan tahap-tahap kegiatan seseorang dalam mengubah penghayatan hidup tak bermakna menjadi bermakna. Tahap-tahap penemuan makna hidup oleh Bastaman (2005;198) dikategorikan atas lima yaitu:

a. Tahap derita (peristiwa tragis, penghayatan tanpa makna);

Individu berada dalam kondisi hidup tidak bermakna. Mungkin ada peristiwa tragis atau kondisi hidup yang tidak menyenangkan.

- b. Tahap penerimaan diri (pemahaman diri, pengubahan sikap);

Muncul kesadaran diri untuk mengubah kondisi diri menjadi lebih baik lagi. Biasanya muncul kesadaran diri ini disebabkan banyak hal, misalnya perenungan diri, konsultasi dengan para ahli, mendapat pandangan dari seseorang, hasil doa dan ibadah, belajar dari pengalaman orang lain atau peristiwa-peristiwa tertentu yang secara dramatis mengubah hidupnya selama ini.

- c. Tahap penemuan makna hidup (penemuan makna dan penentuan tujuan hidup);

Menyadari adanya nilai-nilai berharga atau hal-hal yang sangat penting dalam hidup, yang kemudian ditetapkan sebagai tujuan hidup. Hal-hal yang dianggap penting dan berharga itu mungkin saja berupa nilai-nilai kreatif, seperti berkarya, nilai-nilai penghayatan seperti penghayatan keindahan, keimanan, keyakinan dan nilai-nilai bersikap yakni menentukan sikap yang tepat dalam menghadapi kondisi yang tidak menyenangkan tersebut.

- d. Tahap realisasi makna (keikatan diri, kegiatan terarah dan penemuan makna hidup);

Semangat hidup dan gairah hidup kerja meningkat, kemudian secara sadar membuat komitmen diri untuk melakukan berbagai kegiatan nyata yang lebih terarah. Kegiatan ini biasanya berupa pengembangan bakat, kemampuan dan ketrampilan.

- e. Tahap kehidupan bermakna (penghayatan bermakna, kebahagiaan);

Pada tahap ini timbul perubahan kondisi hidup yang lebih baik dan mengembangkan penghayatan hidup bermakna dengan kebahagiaan sebagai hasil sampingnya.

6. Makna Hidup dan Hidup Bahagia

Menurut Frankl (dalam Bastaman, 2007:55) Kebahagiaan adalah ganjaran dari usaha menjalankan kegiatan-kegiatan yang bermakna. Sedangkan kekayaan dan kekuasaan merupakan salah satu sarana yang dapat menunjang kegiatan kegiatan-kegiatan bermakna dan mungkin pula dapat menjadikan hidup ini lebih berarti.

B. Pandangan Islam tentang Makna Hidup

Pandangan Islam tentang hidup adalah sebagai berikut:

1. Hidup adalah kesempatan beribadah dan mencari ridha-Nya.

Allah berfirman dalam QS. Adz-Zariyat:

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ﴿٥١﴾

Artinya: “Dan Aku (Allah) tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka beribadah kepada-Ku”.

Dalam firman tersebut, Allah telah mengisyaratkan dengan jelas bahwa beribadah bagi manusia adalah target, standar keberhasilan tujuan dan tugas dalam hidup selain kewajiban dan keharusan sehingga ibadah dikatakan sangat pokok. Tujuan hidup umat Islam adalah beribadah dengan mengharap ridha Allah sehingga memperoleh surga yang kekal. Tidak mengamalkan ibadah itu berarti kegagalan.

2. Hidup adalah medan untuk melaksanakan tugas sebagai khalifah Allah

Firman Allah dalam QS. Al-Baqarah ayat 30 dan QS. Al-An'am ayat 165 yaitu:

وَهُوَ الَّذِي جَعَلَكُمْ خَلَائِفَ الْأَرْضِ وَرَفَعَ بَعْضَكُمْ فَوْقَ بَعْضٍ
دَرَجَاتٍ لِّيَبْلُوَكُمْ فِي مَا آتَاكُمْ إِنَّ رَبَّكَ سَرِيعُ الْعِقَابِ وَإِنَّهُ لَغَفُورٌ
رَّحِيمٌ

Artinya: “dan Dialah yang menjadikan kamu penguasa-penguasa di bumi dan Dia meninggikan sebagian kamu atas sebagian yang lain beberapa derajat, untuk mengujimu tentang apa yang diberikan-Nya kepadamu”.

Kesadaran untuk umat muslim bahwasannya ibadah pada Allah tidak sebatas ibadah *mahdlah*, tetapi mengelola bumi dan urusan dunia dengan baik, juga bisa dikategorikan sebagai ibadah, sepanjang cara yang ditempuh mendapat ridha-Nya.

3. Hidup adalah kesempatan untuk beraktualisasi diri dan beramal

Firman Allah dalam QS. At-Taubah ayat 105 yaitu:

وَقُلْ أَعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ وَسَتُرَدُّونَ إِلَى
عِلْمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ

Artinya: “dan katakanlah: bekerjalah kamu, maka Allah dan rasul-Nya serta orang-orang mukmin akan melihat pekerjaanmu itu itu, dan kamu akan dikembalikan kepada Allah yang mengetahui akan yang ghaib dan yang nyata, lalu diberitakan-Nya kepada kamu apa yang telah kamu kerjakan”.

Jadi hidup adalah tempat untuk berkiprah, berusaha, dan bekerja. Kemalasan beramal merupakan sumber kegagalan serta kehinaan. Setiap amal

positif hendaknya diniatkan ibadah. Karena nilai perbuatan ditentukan oleh niatnya. Hidup adalah kesempatan menabung pahala dengan amal. Manusia akan memperoleh balasan yang dinikmati di dunai dan berlipat di akhirat kelak. Hal ini sesuai dengan firman Allah QS.Az-Zalzalah ayat 7-8 yaitu:

فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ ﴿٧﴾

وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ ﴿٨﴾

Artinya: “Barang siapa yang mengerjakan kebaikan seberat dzarrah kebaikan, niscaya dia akan melihat balasan-Nya dan barang siapa mengerjakan keburukan seberat dzarrah keburukan, ia juga pasti akan melihatnya”.

4. Hidup adalah medan untuk memperoleh hasanatan fiddunya wal-akhirah.

Allah berfirman dalam QS.Al-Baqarah ayat 200-202 yang artinya Artinya: Maka diantara manusia ada orang berdoa: “Ya Tuhan kami, berilah kami (kebaikan) didunia”, dan tiadalah baginya bagian (yang menyenangkan di akhirat. Dan diantara mereka ada yang berdo’a. “Ya Tuhan kami, berilah kami kebaikan di dunia dan kebaikan di akhirat dan perilah kami dari siksa neraka. Mereka itulah orang-orang yang mendapat bagian dari apa yang mereka usahakan.”

5. Hidup sebagai tempat ujian.

Ujian ini berupa masalah, musibah, penderitaan, kesusahan, kenyataan yang tidak diharapkan, kenikmatan, dan pilihan. Banyak sekali ujian manusia terdapat pada QS. Al-Kahfi ayat 7:

إِنَّا جَعَلْنَا مَا عَلَى الْأَرْضِ زِينَةً لِّهَا لِنَبْلُوهُمْ أَيُّهُمْ أَحْسَنُ
عَمَلًا ﴿٧﴾

Artinya: “Sesungguhnya Kami telah menjadikan apa yang ada di bumi sebagai perhiasan baginya, agar kami menguji mereka siapakah diantara mereka yang terbaik perbuatannya”.

C. Pemain Sepak Bola Arema

Pemain merupakan pilar utama dalam sepakbola. Sebagaimana tercantum di dalam piramida organisasi sepak bola, pemain adalah komponen penting yang menjadi dasar dari olahraga ini. Pemain adalah seorang atlet sepak bola Warga Negara Indonesia (WNI) atau Warga Negara Asing, berstatus pemain Amatir atau Pemain Profesional yang bergabung dengan suatu Klub anggota PSSI (PSSI, 2014)

Berdasarkan statusnya, pemain terbagi menjadi pemain amatir dan pemain profesional. Pemain amatir adalah pemain yang tidak menerima bayaran selain pengeluaran nyata yang terjadi selama pertispasinya atau setiap aktivitasnya yang berkaitan dengan sepakbola dinyatakan bertastus Pemain Amatir. Hanya Pemain yang menjadi WNI yang dapat menjadi pemain amatir (PSSI, 2014)

Status lainnya bagi pemain adalah pemain profesional. Pemain profesional adalah pemain yang memiliki kontrak tertulis dengan klub dan dibayar lebih banyak dibandingkan dengan pengeluarannya dalam kegiatan sepak bola. Setiap pemain yang tidak memenuhi kriteria tersebut dianggap sebagai pemain amatir (PSSI, 2014)

Pemain profesional tersebut terbagi menjadi dua kelompok, yaitu:

- a) Pemain lokal, yaitu pemain sepak bola yang berstatus profesional dan sepenuhnya bergabung pada salah satu klub profesional anggota PSSI atau

klub dari Asosiasi/Federasi Sepak bola Nasional yang resmi menjadi anggota FIFA.

- b) Pemain asing, yaitu pemain sepak bola profesional yang berasal dari suatu klub, dari suatu Asosiasi/Federasi Sepak bola Nasional yang resmi menjadi anggota FIFA, pindah sementara ke Indonesia untuk bergabung menjadi pemain dari salah satu klub profesional anggota PSSI.

Selain daripada macam-macam pemain yang disebutkan diatas, terdapat satu kategori pemain lainnya, yaitu pemain bebas. Pemain bebas adalah pemain yang tidak sedang terikat kontrak atau perjanjian kerja dengan suatu klub.

Pemain sepak bola Arema merupakan pemain profesional, karena Arema sendiri merupakan klub profesional yang menjadi anggota PSSI.