

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kebahagiaan (*Happiness*)

1. Pengertian Kebahagiaan

Menurut Seligman, kebahagiaan adalah keadaan dimana seseorang lebih banyak mengenang peristiwa-peristiwa yang menyenangkan daripada yang sebenarnya terjadi dan mereka lebih banyak melupakan peristiwa buruk.²⁸ Kebahagiaan merupakan suatu istilah yang menggambarkan perasaan positif. Seligman memberikan gambaran individu yang mendapatkan kebahagiaan yang autentik (sejati) yaitu individu yang telah dapat mengidentifikasi dan mengolah atau melatih kekuatan dasar (terdiri dari kekuatan dan keutamaan) yang dimilikinya dan menggunakannya pada kehidupan sehari-hari, baik dalam pekerjaan, cinta, permainan, dan pengasuhan.²⁹

Seligman juga menyatakan dalam bukunya yang berjudul *Authentic Happiness* bahwa kebahagiaan sesungguhnya merupakan suatu hasil penilaian terhadap diri dan hidup, yang memuat emosi positif, seperti kenyamanan dan kegembiraan yang meluap-luap, maupun aktivitas yang

²⁸ Martin Seligman. Op.Cit. h:48

²⁹ Petra Anić, Marko Tončić. (2013). Orientations to Happiness, Subjective Well-being and Life Goals. Psihologijske teme 22: Department of Psychology, Faculty of Humanities and Social Sciences, University of Rijeka. P:136

positif yang tidak memenuhi komponen emosi apapun, seperti absorpsi dan keterlibatan.³⁰

Ryan dan Deci menguraikan teori kebahagiaan dalam dua pandangan yakni pandangan *hedonic* dan *eudaimonic*. Pada pandangan *hedonic* menyatakan bahwasanya kebahagiaan hanya didapatkan apabila tersedianya pilihan-pilihan serta kenikmatan bagi pikiran dan tubuh, pandangan ini menyatakan bahwa kebahagiaan bersifat subjektif.³¹ Hal ini sejalan pula dengan yang diungkapkan oleh Seligman bahwa kebahagiaan *hedonic* bersumber dari kesenangan-kesenangan yang datang dari luar diri individu. Misalnya kita dapat merasakan kebahagiaan dari segi kesenangan materiil dan berusaha untuk mendapatkan kenikmatan diri yang lebih agar mencapai kebahagiaan.³² Sedangkan pandangan *eudaimonic* memiliki makna yang berbeda terkait eksistensi kebahagiaan, pandangan *eudaimonic* menyatakan kebahagiaan lebih bersifat objektif dan kesenangan yang subjektif tidak dapat disetarakan dengan kebahagiaan.³³ Hal ini Seligman menyebut kebahagiaan *eudaimonic* sebagai gratifikasi. Menurutnya kebahagiaan *eudaimonic* sifatnya benar-benar muncul dari dalam diri individu tersebut dan tidak terpengaruh dari kondisi eksternal individu tersebut. Menurutnya kebahagiaan *eudaimonic* hanya akan

³⁰ Martin Seligman. Op.Cit. h:41

³¹ Teuku Eddy, F.R. (2007). Psikologi Kebahagiaan. Yogyakarta: Progresif Books. h: 16

³² Martin Seligman. Op.Cit. h:62

³³ Teuku Eddy, F.R. Op.Cit. h:17

didapatkan melalui aktifitas yang sejalan dengan tujuan hati yang sebenarnya.³⁴

Arti kata “bahagia” berbeda dengan kata “senang.” Secara filsafat kata “bahagia” dapat diartikan dengan kenyamanan dan kenikmatan spiritual dengan sempurna dan rasa kepuasan, serta tidak adanya cacat dalam pikiran sehingga merasa tenang serta damai. Kebahagiaan bersifat abstrak dan tidak dapat disentuh atau diraba. Kebahagiaan erat berhubungan dengan kejiwaan dari yang bersangkutan. Kebahagiaan autentik diperoleh dari meningkatkan kualitas diri sendiri, bukan dari membandingkan diri anda dengan orang lain.³⁵ Menurut Carr dalam bukunya yang berjudul *Positive Psychology* dikatakan bahwa orang yang berbahagia merupakan orang yang dapat membuka diri, optimis, memiliki harga diri yang tinggi serta memiliki control diri yang baik.³⁶

Sumner menggambarkan kebahagiaan sebagai “memiliki sejenis sikap positif terhadap kehidupan, dimana sepenuhnya merupakan bentuk dari kepemilikan komponen kognitif dan afektif.”³⁷ Aspek kognitif dari kebahagiaan terdiri dari suatu evaluasi positif terhadap kehidupan, yang diukur baik melalui standar atau harapan, dari segi afektif kebahagiaan terdiri dari apa yang kita sebut secara umum sebagai suatu rasa

³⁴ Martin Seligman. Op.Cit. h:145

³⁵ Ibid. h:19

³⁶ Alan Carr. (2004). *Positive Psychology The Science of Happiness and Human Strengths*. USA and Canada. Brunner-Rotledge. h:42

³⁷ Veenhoven, R. (2004). *Rising Happiness in Nations, 1946-2004. A Reply to Easterlin Social Indicators Research*, Vol.77, 1-16

kesejahteraan (*sense of well being*), menemukan kekayaan hidup atau menguntungkan atau perasaan puas atau dipenuhi oleh hal-hal tersebut.”

Diener menyatakan bahwa *happiness* atau kebahagiaan mempunyai makna yang sama dengan *subjective wellbeing* dimana *subjective wellbeing* terbagi atas dua komponen didalamnya. Kedua komponen tersebut adalah komponen afektif dan komponen kognitif.³⁸ Ditambahkan pula bahwa konsep kebahagiaan adalah merupakan sinonim dari kepuasan hidup atau *satisfaction with life*.³⁹ Diener juga menyatakan bahwa terdapat dua hal yang harus dipenuhi untuk mendapatkan kebahagiaan yaitu afeksi dan kepuasan hidup.⁴⁰ *Satisfaction with life* merupakan bentuk nyata dari *happiness* atau kebahagiaan dimana kebahagiaan tersebut merupakan sesuatu yang lebih dari suatu pencapaian tujuan dikarenakan pada kenyataannya kebahagiaan selalu dihubungkan dengan kesehatan yang lebih baik, kreativitas yang lebih tinggi serta tempat kerja yang lebih baik.⁴¹

John Stuart Mill menyatakan bahwa kebahagiaan adalah datangnya kesenangan dan berakhirnya penderitaan. Meyers juga mengatakan bahwa terdapat empat tanda yang ada pada orang yang

³⁸ Ed Diener, Eunhook M.suh. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, Vol:125, P: 276-277

³⁹ Veenhoven, R. Loc.Cit. P:6

⁴⁰ Teuku Eddy, F.R. Op.Cit. h: 13

⁴¹ Kristin Hool. (2011). Character strengths, life satisfaction and orientations to happiness—a study of the Nordic countries. Master Thesis:University of Bergen. h:13

memiliki kebahagiaan dalam hidupnya yakni orang yang menghargai dirinya sendiri, optimis, terbuka, dan mampu mengendalikan diri.⁴²

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan adalah perasaan positif yang dapat membuat pengalaman menyenangkan berupa perasaan senang, damai dan termasuk juga didalamnya kesejahteraan, kedamaian pikiran, kepuasan hidup serta tidak adanya perasaan tertekan ataupun menderita. Semua kondisi ini adalah merupakan kondisi kebahagiaan yang dirasakan seorang individu. Peneliti menggunakan teori kebahagiaan yang mengacu pada *Authentic Happiness* milik Seligman. Hal ini dilakukan dengan berbagai pertimbangan diantaranya karena kebahagiaan pernikahan bersifat dinamis atau selalu berubah. Dengan sifatnya yang dinamis tersebut dibutuhkan kebahagiaan yang benar-benar murni dari individu tersebut agar terwujud kebahagiaan yang sejati. Hal ini relevan dengan kebahagiaan pernikahan yang memerlukan kebahagiaan autentik atau yang sifatnya datang dari diri individu itu sendiri tanpa terpengaruh dengan faktor eksternal seperti materi, fisik, atau hal-hal lainnya yang sifatnya subjektif agar dapat tercipta pernikahan dan hubungan rumah tangga yang harmonis serta langgeng.

2. Aspek-Aspek Kebahagiaan

Menurut Seligman terdapat lima aspek utama yang menjadi sumber kebahagiaan sejati, yaitu :⁴³

⁴² Teuku Eddy, F.R. Op.Cit. h:58

⁴³ Martin Seligman. Op.Cit. h:333

- a. Terjalannya hubungan positif dengan orang lain, hubungan positif atau *positive relationship* bukan sekedar memiliki teman, pasangan, ataupun anak, tetapi dengan menjalin hubungan yang positif dengan individu yang ada disekitar. Status perkawinan dan kepemilikan anak tidak dapat menjamin kebahagiaan seseorang.
- b. Keterlibatan Penuh, keterlibatan penuh bukan hanya pada karir, tetapi juga dalam aktivitas lain seperti hobby dan aktivitas bersama keluarga. Dengan melibatkan diri secara penuh, bukan hanya fisik yang beraktivitas, tetapi hati dan pikiran juga turut serta dalam aktivitas tersebut.
- c. Penemuan makna dalam hidup, dalam keterlibatan penuh dan hubungan positif dengan orang lain tersirat satu cara lain untuk dapat bahagia, yakni menemukan makna dalam apapun yang dilakukan.
- d. Optimisme yang realistis, orang yang optimis ditemukan lebih berbahagia. Mereka tidak mudah cemas karena menjalani hidup dengan penuh harapan.
- e. Resiliensi, orang yang berbahagia bukan berarti tidak pernah mengalami penderitaan. Karena kebahagiaan tidak bergantung pada seberapa banyak peristiwa menyenangkan yang dialami. Melainkan sejauh mana seseorang memiliki resiliensi, yakni kemampuan untuk bangkit dari peristiwa yang tidak menyenangkan sekalipun.

3. Karakteristik Orang yang Bahagia

Setiap orang dapat sampai kepada kebahagiaan akan tetapi tidak semua orang dapat memiliki kebahagiaan. Menurut Myers, seorang ahli kejiwaan yang berhasil mengadakan penelitian tentang solusi mencari kebahagiaan bagi manusia modern. Ada empat karakteristik yang selalu ada pada orang yang memiliki kebahagiaan dalam hidupnya, yaitu :⁴⁴

a. Menghargai diri sendiri

Orang yang bahagia cenderung menyukai dirinya sendiri. Mereka cenderung setuju dengan pernyataan seperti “Saya adalah orang yang menyenangkan”. Jadi, pada umumnya orang yang bahagia adalah orang yang memiliki kepercayaan diri yang cukup tinggi untuk menyetujui pernyataan seperti diatas.

b. Optimis

Ada dua dimensi untuk menilai apakah seseorang termasuk optimis atau pesimis, yaitu dimensi permanen (menentukan berapa lama seseorang menyerah) dan dimensi pervasif (menentukan apakah ketidakberdayaan melebar ke banyak situasi). Orang yang optimis percaya bahwa peristiwa baik memiliki penyebab permanen dan peristiwa buruk bersifat sementara sehingga mereka berusaha untuk lebih keras pada setiap kesempatan agar individu tersebut dapat mengalami peristiwa baik lagi.⁴⁵ Sedangkan orang yang pesimis

⁴⁴ David, G. Myers. (2012). Social Psychology. Jakarta: Salemba Humanika. h:120

⁴⁵ Martin, Seligman. Op.Cit. h:121

menyerah di segala aspek ketika mengalami peristiwa buruk di area tertentu.

c. Terbuka

Orang yang bahagia pada umumnya lebih terbuka terhadap orang lain serta lebih senang membantu orang lain yang membutuhkan bantuannya. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang tergolong *extrovert* dan mudah bersosialisasi dengan orang lain ternyata memiliki kebahagiaan yang lebih besar.

d. Mampu mengendalikan diri

Orang yang bahagia pada umumnya merasa memiliki kontrol pada hidupnya. Mereka merasa memiliki kekuatan atau kelebihan sehingga biasanya mereka berhasil lebih baik di sekolah atau pekerjaan. Sehingga kunci utama untuk dapat mewujudkan kebahagiaan adalah merasa bahagia yang ditandai dengan keempat karakteristik diatas.

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan

Berikut adalah faktor-faktor eksternal yang mempengaruhi kebahagiaan seseorang, yaitu:⁴⁶

- a. Budaya, Triandis mengatakan bahwa faktor budaya dan sosial politik berperan dalam tingkat kebahagiaan seseorang.
- b. Kehidupan Sosial, Menurut Seligman, orang yang sangat bahagia menjalani kehidupan sosial yang kaya dan memuaskan, paling sedikit

⁴⁶ Ibid. h:74

menghabiskan waktu sendirian dan mayoritas dari mereka bersosialisasi.

- c. Agama atau Religiusitas, orang yang religius lebih bahagia dan lebih puas terhadap kehidupan daripada orang yang tidak religius. Hal ini dikarenakan agama memberikan harapan akan masa depan dan menciptakan makna dalam hidup bagi manusia.
- d. Pernikahan, Seligman mengatakan bahwa pernikahan sangat erat hubungannya dengan kebahagiaan. Kebahagiaan orang yang menikah mempengaruhi panjang usia dan besar penghasilan dan hal ini berlaku pada laki-laki maupun perempuan.
- e. Usia, kepuasan hidup sedikit meningkat sejalan dengan bertambahnya usia, afek positif sedikit melemah, dan afek negatif tidak berubah menjelaskan hal yang berubah ketika seseorang menua adalah intensitas emosi dimana perasaan “mencapai puncak dunia” dan “terpuruk dalam keputusasaan” berkurang seiring dengan bertambahnya umur dan pengalaman.
- f. Uang, Seligman menjelaskan bahwa di Negara yang sangat miskin, kaya bisa berarti lebih bahagia. Namun di Negara yang lebih makmur dimana hampir semua orang memperoleh kebutuhan dasar, peningkatan kekayaan tidak begitu berdampak pada kebahagiaan.
- g. Kesehatan, kesehatan objektif yang baik tidak begitu berkaitan dengan kebahagiaan. Menurut Seligman yang penting adalah persepsi subjektif kita terhadap seberapa sehat diri kita.

h. Jenis Kelamin, jenis kelamin memiliki hubungan yang tidak konsisten dengan kebahagiaan. Wanita memiliki kehidupan emosional yang lebih ekstrim daripada pria. Wanita mengalami lebih banyak emosi positif dengan intensitas yang lebih tinggi dibandingkan pria. Seligman juga menjelaskan bahwa tingkat emosi rata-rata pria dan wanita tidak berbeda namun wanita lebih bahagia dan juga lebih sedih daripada pria.

Faktor-faktor internal yang dapat mempengaruhi kebahagiaan seseorang. Menurut Seligman, terdapat tiga faktor internal yang berkontribusi terhadap kebahagiaan, yaitu :⁴⁷

a. Kepuasan terhadap masa lalu, kepuasan terhadap masa lalu dapat dicapai melalui tiga cara:

- 1) Melepaskan pandangan masa lalu sebagai penentu masa depan seseorang.
- 2) *Gratitude* (bersyukur) terhadap hal-hal baik dalam hidup akan meningkatkan kenangan-kenangan positif.
- 3) *Forgiving* dan *forgetting* (memafkan dan melupakan) perasaan seseorang terhadap masa lalu tergantung sepenuhnya pada ingatan yang dimilikinya. Salah satu cara untuk menghilangkan emosi negatif mengenai masa lalu adalah dengan memafkan. Defenisi memafkan menurut Affinito adalah memutuskan untuk tidak menghukum pihak yang menurut seseorang telah berlaku tidak adil padanya, bertindak sesuai dengan keputusan tersebut dan

⁴⁷ Martin Seligman. Op.Cit. h:80

mengalami kelegaan emosi setelahnya. Memaafkan dapat menurunkan stress dan meningkatkan kemungkinan terciptanya kepuasan hidup.⁴⁸

b. Optimisme terhadap masa depan, optimisme didefinisikan sebagai ekspektasi secara umum bahwa akan terjadi lebih banyak hal baik dibandingkan hal buruk di masa yang akan datang.⁴⁹

c. Kebahagiaan pada masa sekarang, kebahagiaan masa sekarang melibatkan dua hal, yaitu:

1) *Pleasure* yaitu kesenangan yang memiliki komponen sensori dan emosional yang kuat, sifatnya sementara dan melibatkan sedikit pemikiran. *Pleasure* terbagi menjadi dua, yaitu *bodily pleasures* yang didapat melalui indera dan sensori, dan *higher pleasures* yang didapat melalui aktivitas yang lebih kompleks. Ada tiga hal yang dapat meningkatkan kebahagiaan sementara, yaitu menghindari habituasi dengan cara memberi selang waktu cukup panjang antar kejadian menyenangkan; *savoring* (menikmati) yaitu menyadari dan dengan sengaja memperhatikan sebuah kenikmatan; serta *mindfulness* (kecermatan) yaitu mencermati dan menjalani segala pengalaman dengan tidak terburu-buru dan melalui perspektif yang berbeda.

2) *Gratification* yaitu kegiatan yang sangat disukai oleh seseorang namun tidak selalu melibatkan perasaan tertentu, dan durasinya

⁴⁸ Ibid. h:97

⁴⁹ Alan Carr. Op.Cit. h:22

lebih lama dibandingkan pleasure, kegiatan yang memunculkan gratifikasi umumnya memiliki komponen seperti menantang, membutuhkan keterampilan dan konsentrasi, bertujuan, ada umpan balik langsung, pelaku tenggelam di dalamnya, ada pengendalian, kesadaran diri pupus, dan waktu seolah berhenti. Dapat disimpulkan dari tiga faktor internal dari Seligman yang merumuskan tiga emosi positif berdasarkan orientasi waktunya, yakni emosi positif yang ditujukan pada masa lalu, masa sekarang dan masa depan. Emosi positif yang ditujukan pada masa lalu, seperti rasa puas, damai dan bangga. Emosi positif yang ditujukan pada masa sekarang, seperti kenikmatan lahiriah (misalnya kelezatan makanan, kehangatan, dan orgasme) dan kenikmatan yang lebih tinggi seperti senang, gembira, dan nyaman. Emosi positif yang ditujukan pada masa depan, seperti optimisme, harapan, kepastian (*confidence*), kepercayaan (*trust*), dan keyakinan (*faith*). Emosi positif pada masa depan tersebut ditunjang oleh bagaimana individu memandang masa depannya.⁵⁰

5. Kebahagiaan Dalam Perspektif Islam

Ajaran agama islam datang dengan membawakan kedamaian dan kebahagiaan bagi setiap makhluk Allah yang ada di seluruh dunia. Islam merupakan sebuah ajaran yang banyak mengajarkan konsep dan upaya

⁵⁰ Martin, Seligman. Op.Cit. h:143

pencapaian kebahagiaan bagi umatnya yang tidak hanya berpusar pada kebahagiaan duniawi, namun juga kebahagiaan ukhrowi dan tidak hanya kebahagiaan lahir saja namun terdapat pula kebahagiaan batin.⁵¹

Menurut Imam Al-Ghazali (1058M-1111M), kebahagiaan ditafsirkan sebagai penyatuan antara ilmu, amal, rohani dan jasmani. Ciri-ciri kebahagiaan yang dijelaskan oleh Al-Ghazali adalah terletak kepada semua ilmu yang bermanfaat kepada manusia mencakupi ilmu teori dan ilmu amali. Ilmu teori adalah tergolong daripada ilmu mengenal Allah, Malaikat, Kitab, Rasul dan ilmu akidah karena seluruhnya mempunyai tempat yang tertinggi yakni mengenal Allah. Al-Ghazali menyatakan ilmu mengenal Allah SWT (*ma'rifat Allah*) adalah kunci kebahagiaan. Sedangkan ilmu amali ialah ilmu yang diterapkan dalam perbuatan dan amalan dalam keseharian seperti sosial, undang-undang, politik, syariah, ekonomi dan sebagainya. Dengan adanya hal tersebut kebahagiaan akan tercapai jika kesemua ilmu-ilmu teori dan amali digabungkan kerana kedua-dua ilmu tersebut memberi kebaikan serta kenikmatan kepada hidup manusia.⁵²

Menurut Syamsi, kebahagiaan tidak terletak pada apa yang kita miliki, akan tetapi kebahagiaan terletak pada bagaimana kemampuan kita memanfaatkannya dengan baik dan tepat. Kebahagiaan juga tidak terletak pada apa yang kita inginkan, tetapi terletak pada manfaat yang bisa kita

⁵¹ Teuku Eddy, F.R. Op.Cit. h:9

⁵² Nur Zahidah, Raihanah. (2011). Model Keluarga Bahagia Menurut Islam. Jur.Fiqih., Vol: 25-44, No:8, P:28

dapatkan dari kebahagiaan tersebut. Mengikuti petunjuk Allah, itulah jalan kebahagiaan.⁵³

Kebahagiaan adalah kondisi dimana jiwa terdapat perasaan tenang, damai, ridha terhadap diri sendiri, dan puas terhadap ketetapan Allah. Kebahagiaan merupakan keimanan kepada Allah dan penguasaan terhadap makna dari ibadah serta memahaminya dengan pemahaman yang sempurna dan menerapkannya dalam kehidupan seluruhnya baik yang berkenaan dengan perkara umum ataupun khusus.⁵⁴

Kata yang tepat untuk menggambarkan kebahagiaan dalam kebahagiaan pernikahan, kata bahagia dapat digambarkan dalam kata Sakinah yang berarti berbahagia. Jika dalam pengertian agama Islam juga dapat disebut dalam kata *aflaha*, *aflaha* mengandung banyak makna seperti, beruntung, menang, makmur, berhasil, berjaya, dan sebagainya. Dalam Al-Quran kita dapat menemukan banyak ayat yang menerangkan tentang kebahagiaan dan bagaimana kita mendapatkan kebahagiaan dalam kehidupan kita.⁵⁵

Kebahagiaan adalah hasil dari perbuatan di dunia yang langsung dirasakan. Tetapi ada juga kebahagiaan yang dinikmati di akhirat, yaitu di dalam surga yang kenikmatannya tidak pernah terputus. Adapula manusia yang sukses atau bahagia di dunia, namun celaka atau menderita di akhirat

⁵³ Dr.Hassan Syamsi. (2006). Menuju Bahagia. Jakarta: Qisthi Press. h:3

⁵⁴ Al-Quayyid, Ibrahim Hamd. (2004). Panduan Menuju Hidup Bahagia dan Sukses. Jakarta: Maghfirah Pustaka. h.15.

⁵⁵ Teuku Eddy, F.R. Op.Cit. h:10

dan mendapatkan tempat di neraka. Hal ini seperti yang dijelaskan oleh firman Allah Surat Hud ayat 105-108:

يَوْمَ يَأْتِ لَا تَكَلَّمُ نَفْسٌ إِلَّا بِإِذْنِهِ ۚ فَمِنْهُمْ شَقِيٌّ وَسَعِيدٌ ﴿١٠٥﴾ فَأَمَّا
الَّذِينَ شَقُوا فِي النَّارِ لَهُمْ فِيهَا زَفِيرٌ وَشَهِيقٌ ﴿١٠٦﴾ خَالِدِينَ فِيهَا مَا
دَامَتِ السَّمَوَاتُ وَالْأَرْضُ إِلَّا مَا شَاءَ رَبُّكَ ۚ إِنَّ رَبَّكَ فَعَّالٌ لِّمَا يُرِيدُ
﴿١٠٧﴾ وَأَمَّا الَّذِينَ سَعَدُوا فِي الْجَنَّةِ خَالِدِينَ فِيهَا مَا دَامَتِ السَّمَوَاتُ
وَالْأَرْضُ إِلَّا مَا شَاءَ رَبُّكَ ۖ عَطَاءٌ غَيْرُ مَجْذُوذٍ ﴿١٠٨﴾

“Di kala datang hari itu, tidak ada seorangun yang berbicara, melainkan dengan izin-Nya; Maka di antara mereka ada yang celaka dan ada yang berbahagia (105). Adapun orang-orang yang celaka, Maka (tempatnyanya) di dalam neraka, di dalamnya mereka mengeluarkan dan menarik nafas (dengan merintih) (106). Mereka kekal di dalamnya selama ada langit dan bumi, kecuali jika Tuhanmu menghendaki (yang lain). Sesungguhnya Tuhanmu Maha Pelaksana terhadap apa yang Dia kehendaki (107). Adapun orang-orang yang berbahagia, Maka tempatnya di dalam syurga, mereka kekal di dalamnya selama ada langit dan bumi, kecuali jika Tuhanmu menghendaki (yang lain); sebagai karunia yang tiada putus-putusnya (108).⁵⁶

Makna kebahagiaan di dunia dan akhirat yang dijelaskan dalam Al-Quran merupakan penjelasan yang memberi makna bahwa bagaimana kesuksesan dapat menjadi suatu kenikmatan, yakni ketika seseorang memperoleh surga (mendapat keridhaan Allah) dan ketika kesuksesan itu berasal dari ketenangan jiwa dan keadilan antara manusia. Mereka yang berbahagia adalah hamba Allah SWT yang paling banyak timbangan

⁵⁶ Depag RI. 1998 : 233

kebaikannya ketika datang hari perhitungan (yaum al-hisab) (QS. Al-A'raf : 8):

وَالْوَزْنُ يَوْمَئِذٍ الْحَقُّ فَمَنْ ثَقُلَتْ مَوَازِينُهُ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ



“Timbangan pada hari itu ialah kebenaran (keadilan), Maka Barangsiapa berat timbangan kebaikannya, Maka mereka Itulah orang-orang yang beruntung”.⁵⁷

Mereka yang termasuk orang berbahagia juga yang telah bertaubat setelah berbuat dosa dengan sebenar-benarnya taubat, beriman dan selalu beramal shaleh. (QS.Al-Qashash:67)

فَأَمَّا مَنْ تَابَ وَءَامَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا فَعَسَىٰ أَنْ يَكُونَ مِنَ

الْمُفْلِحِينَ

“Adapun orang yang bertaubat dan beriman, serta mengerjakan amal yang saleh, semoga Dia Termasuk orang-orang yang beruntung”.⁵⁸

Adapun ciri orang yang berbahagia dalam kitab Mukhtaaral Hadist Rasulullah SAW berkata " *Kebahagiaan yg paling bahagia ialah panjang umur dalam ketaatan kepada Allah.* (HR. Ad-Dailami dan Al Qodho'i) serta dalam hadistnya yang lain, Rasulullah juga menunjukkan ciri bahagiannya seseorang. "*Empat perkara yang merupakan kebahagiaan dari seseorang, yaitu: mempunyai isteri yang shalehah, mempunyai anak yang berbakti, mempunyai teman yang shaleh dan mencari rizki di negerinya sendiri* (HR. Dailami dari Ali ra).

⁵⁷ Depag RI. (1998). Hal: 151

⁵⁸ Depag RI. (1998). Hal: 393

Menurut Usman terdapat empat golongan orang yang dikatakan berbahagia, yakni : *Pertama*, Manusia yang termasuk "*Sa'iidun fiddunya wa sa'iidun fil akhirat*" orang yang bahagia di dunia dan bahagia di akhirat itulah karakter orang yang menemukan 'hasanah fiddunya, hasanah fil akhirat'. jabatan tinggi, harta berlimpah, keluarga sehat, dia taat beribadah kepada Allah dan banyak memberi kemanfaatan terhadap sesama. Kedua, Manusia yang termasuk "*Sa'iidun fiddunya, saqiyyun fi aakhirat*" orang yang "bahagia" hidup di dunianya tapi tidak bahagia (celaka) kehidupan akhiratnya. Terdapat tanda petik dalam kalimat bahagia, karena kebahagiaan yang dimaksud sebatas pengertian lahiriah manusia, dia bahagia dalam segala keberlimpahan materi, tapi dia jauh dari Allah, tidak pernah mau berbagi dan memberi manfaat pada sesama manusia. Ketiga, Manusia yang termasuk "*Saqiyyun fiddunya, Wa Sa'iidun fil aakhirat*" orang yang tidak bahagia atau sengsara hidup di dunianya, tetapi dia bahagia hidup di akhiratnya. Boleh jadi dia hidup dalam serba kekurangan, tidak bahagia dalam pandangan manusia kebanyakan, miskin harta, tapi dia rajin beribadah kepada Allah, memiliki sikap yang baik dalam menjalani kehidupan, menikmati kemiskinannya dan baik pergaulannya dengan sesama manusia, banyak memberi manfaat dengan apapun yang dimilikinya. *Keempat*, manusia yang tergolong "*saqiyyun Fiddunya wa Saqiyyun fil akhirat*" orang yang tidak bahagia di dunia dan tidak bahagia juga hidupnya di akherat pada golongan inilah yang paling sengsara dan celaknya manusia. Dia hidup miskin, serba kurang, sombong, malas

beribadah, sama orang bermusuhan, dan ketika meninggal dalam kehidupan akhirat kelak lebih celaka. Rasulullah SAW berkata "Aku benci orang kaya yang sombong, tapi aku lebih benci orang miskin yang sombong".⁵⁹

Kebahagiaan merupakan motivasi untuk semua orang dalam melakukan kebaikan. Islam telah menjelaskan bahwa kebahagiaan di dapat dengan iman, amal shaleh yang banyak untuk menambah timbangan kebaikan pada hari perhitungan dan hanya kebaikannya saja yang tersisa ketika hidup di dunia dari seluruh amal perbuatannya. Kebahagiaan dan rasa tenang sumbernya hanya berasal dari Allah. Oleh karena hal tersebut kita harus memiliki cara yang tepat dengan belajar lebih dahulu untuk mewujudkannya.

B. Persiapan Pernikahan

1. Pengertian Pernikahan

Menurut Ensiklopedi Indonesia makna kata “nikah” mempunyai arti yang sama dengan kata “kawin”. Sedangkan dalam Bahasa Indonesia, pernikahan berasal dari kata “nikah” yang berarti menjalin kehidupan baru dengan bersuami atau beristri, menikah, melakukan hubungan seksual atau bersetubuh.⁶⁰ Menurut Undang-Undang Perkawinan, yang dikenal dengan Undang-Undang No.1 Tahun 1974, yang dimaksud dengan “pernikahan yaitu: pernikahan ialah ikatan lahir batin antara seorang pria dengan

⁵⁹ Usman Kusumana. (27 Juli 2012). Menemukan Makna Kebahagiaan Sesungguhnya. Retrived from www.kompasiana.com

⁶⁰ Kamus Besar Bahasa Indonesia. (2003). Edisi 3. Jakarta: Balai Pustaka

seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga atau rumah tangga yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa”.⁶¹ Lebih lanjut lagi dalam Undang-Undang perkawinan disebutkan bahwa pernikahan sah apabila dilakukan menurut hukum agama dan kepercayaan, serta dicatat menurut peraturan perundang-undangan yang berlaku.⁶²

Pernikahan menurut hukum islam adalah suatu akad atau perikatan untuk menghalalkan hubungan kelamin antara laki-laki dan perempuan dalam rangka mewujudkan kebahagiaan hidup keluarga, yang diliputi rasa ketenteraman serta kasih sayang dengan cara yang diridhoi Allah. Pernikahan adalah tuntutan kodrat hidup yang tujuan didalamnya antara lain untuk mendapatkan keturunan.⁶³ Definisi tersebut tidak terdapat perbedaan yang mendasar apabila dibandingkan dengan yang tercantum dalam pasal 1 Undang-Undang Perkawinan No.1 Tahun 1974. Menurut Walgito dalam hal umur dikaitkan dengan pernikahan tidak ada ukuran pasti.⁶⁴ Beberapa hal yang menjadi pertimbangan pernikahan adalah :

- a. Kematangan fisiologis dan kejasmanian, bahwa untuk melakukan tugas sebagai akibat dari pernikahan dibutuhkan keadaan jasmani yang cukup matang dan cukup sehat. Pada umur 16 tahun kematangan emosi seorang wanita dan umur 19 tahun kematangan jasmani seorang pria diperoleh.

⁶¹ Bimo Walgito. Op.Cit. h:12

⁶² Undang-Undang Reprublik Indonesia Nomor 1 Tahun 1974 Tentang Perkawinan. (2006). Bandung: Fokusmedia

⁶³ Ahmad Azhar Basyir. (2000). Hukum Perkawinan Islam. Yogyakarta: UII Press. h:2

⁶⁴ Bimo Walgito. Op.Cit. h:29

- b. Kematangan Psikologis, dalam sebuah pernikahan selalu diketahui akan terjadi berbagai macam hal dimana diperlukan keadaan psikologis untuk mengatasinya. Kematangan psikologis akan diperoleh ketika seseorang telah mampu mempertanggungjawabkan segala perbuatan dan perkataannya dimana akan diperoleh pada umur dewasa, yaitu umur 21 tahun.
- c. Kematangan sosial terutama sosial ekonomi, kematangan sosial, terutama sosial ekonomi sangat penting didalam pernikahan, karena ekonomi merupakan penyangga roda perekonomian keluarga. Pada umur yang masih muda, umumnya belum mempunyai pegangan dalam hal sosial ekonomi, sedangkan jika seseorang telah memasuki pernikahan, maka keluarga tersebut harus berdiri sendiri tidak menggantungkan kepada pihak lain termasuk orang tua.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa pernikahan adalah ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita untuk mewujudkan tujuan pernikahan yang sebenarnya dan disahkan secara hukum yang berlaku di Indonesia.

2. Tujuan Pernikahan

Pernikahan merupakan suatu aktivitas individu yang umumnya akan terkait pada suatu tujuan yang ingin dicapai oleh individu yang bersangkutan, demikian juga dalam hal pernikahan. Pernikahan merupakan suatu aktivitas dari suatu pasangan, maka sudah selayaknya mereka juga

mempunyai tujuan tertentu. Menurut Basyir tujuan pernikahan dalam Islam adalah untuk memenuhi tuntutan naluriah hidup manusia, berhubungan antara laki-laki dan perempuan dalam rangka mewujudkan kebahagiaan keluarga sesuai ajaran Allah dan Rasul-Nya.⁶⁵ Berdasarkan undang-undang perkawinan nomor 1 tahun 1974 pasal 1, tujuan dari pernikahan adalah membentuk keluarga atau rumah tangga yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa dengan melangsungkan pernikahan akan memperoleh suatu keberhasilan baik materiil maupun spiritual.⁶⁶ Selain itu pernikahan bersifat kekal, sehingga perlu ditanamkan pada masing-masing pihak adanya pengertian akan pernikahan yang berlangsung seumur hidup tanpa perceraian.

"Dan di antara tanda-tanda kekuasaanNya ialah Dia menciptakan untukmu pasangan hidup dari jenismu sendiri, supaya kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan dijadikanNya diantaramu rasa kasih dan sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi kaum yang berfikir." (Q.S Ar-Ruum (30) : 21)

Berdasarkan uraian tersebut di atas, maka tujuan perikahan adalah untuk membentuk keluarga harmonis, menjalin hubungan yang bersifat kekal dengan suami dan istri dengan cara yang legal, serta untuk melanjutkan keturunan. Seperti dikemukakan di atas pula bahwa tanpa adanya pengertian yang mendalam mengenai tujuan ini, hal tersebut akan menjadi sumber kesulitan bagi kehidupan keluarga. Tujuan tersebut tentunya milik bersama, dan akan dicapai secara bersama-sama.

⁶⁵ Ahmad Azhar Basyir. Op.Cit. h:13

⁶⁶ Bimo Walgito. Op.Cit. h:13

3. Syarat-syarat Pernikahan

Berdasarkan definisi dan tujuan pernikahan yang telah diuraikan di atas, tentunya sebuah pernikahan membutuhkan syarat-syarat tertentu sehingga keluarga yang dibentuk dapat berlangsung dengan baik sesuai dengan yang diinginkan. Seperti yang tercantum dalam Undang-Undang Perkawinan Bab II pasal 6 yang merupakan persyaratan formal, syarat-syarat pernikahan yaitu:⁶⁷

- a. Pernikahan harus didasarkan atas persetujuan kedua calon mempelai.
- b. Untuk melangsungkan pernikahan seorang yang belum mencapai umur 21 (dua puluh satu) tahun harus mendapat restu kedua orang tua.
- c. Dalam hal salah seorang dari kedua orang tua telah meninggal dunia atau dalam keadaan tidak mampu menyatakan kehendaknya, maka izin yang dimaksud ayat (2) pasal ini cukup diperoleh dari orang tua yang masih hidup atau dari orang tua yang mampu menyatakan kehendaknya.
- d. Dalam hal kedua orang tua telah meninggal dunia atau dalam keadaan yang tidak mampu untuk menyatakan kehendaknya, maka izin diperoleh dari wali, orang yang memelihara atau keluarga yang mempunyai hubungan darah dalam garis keturunan lurus ke atas selama mereka masih hidup dan dalam keadaan dapat menyatakan kehendaknya.
- e. Dalam hal ada perbedaan pendapat antara orang-orang yang disebut dalam ayat (2), (3), dan (4) pasal ini, atau salah seorang atau lebih di

⁶⁷ Ibid. h:24

antara mereka tidak menyatakan pendapatnya, maka Pengadilan dalam daerah hokum tempat tinggal orang yang akan melangsungkan pernikahan atas permintaan orang tersebut dapat memberikan izin setelah lebih dahulu mendengar orang-orang tersebut dalam ayat (2), (3) dan (4) pasal ini.

- f. Ketentuan tersebut ayat (1) sampai dengan ayat (5) pasal ini berlaku sepanjang hukum masing-masing agamanya dan kepercayaannya itu dari yang bersangkutan tidak menentukan lain.

Sedangkan dalam pasal 7 ditambahkan bahwa syarat-syarat perkawinan lain diantaranya: (1) pernikahan diizinkan jika pihak pria sudah mencapai umur 19 (Sembilan belas) tahun dan pihak wanita sudah mencapai umur 16 (enam belas) tahun, (2) kedua belah pihak tidak ada hubungan sedarah, (3) tidak sedang terikat tali perkawinan dengan orang lain kecuali telah mendapatkan izin dari pihak-pihak terkait.⁶⁸

Disamping persyaratan-persyaratan yang umum, masing-masing individu juga mempunyai persyaratan-persyaratan yang bersifat pribadi. Persyaratan itu akan berbeda dengan individu lainnya. Namun dalam kenyataannya seseorang kadang sulit menemukan calon pasangan yang memenuhi persyaratan yang dituntut secara tuntas.

⁶⁸ Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 1974 Tentang Perkawinan. (2006). Bandung: Fokusmedia

4. Persiapan Pernikahan

Menurut Blood,⁶⁹ sebelum memasuki dunia pernikahan diperlukan suatu kesiapan pada pasangan yang hendak melakukan pernikahan. Kesiapan menikah merupakan keadaan siap atau bersedia dalam berhubungan dengan seorang pria atau seorang wanita, siap menerima tanggung jawab sebagai seorang suami atau seorang istri, siap terlibat dalam hubungan seksual, siap mengatur keluarga, dan siap untuk mengasuh anak.⁷⁰

Pada persiapan pernikahan yang perlu diperhatikan adalah usia individu saat menikah, level kematangan, waktu menikah (*timing*), motivasi (alasan), kesiapan untuk berhubungan secara seksual, kemandirian emosional (*emotional emancipation*), tingkat pendidikan dan pekerjaan.⁷¹ Badger menambahkan kemampuan istri dalam menjalankan perannya (*family capacities*), kompetensi interpersonal dalam menjalin hubungan (*interpersonal competencies in relationship*), kepatuhan terhadap norma (*norm compliance*), serta tanggung jawab personal (*personal responsibility*).⁷² Walgito menambahkan kematangan fisiologis, psikologis, sosial ekonomi, serta tinjauan masa depan sebagai persyaratan menuju pernikahan.⁷³

⁶⁹ Euis Sunarti, dkk. (2012). Kesiapan Menikah Dan Pemenuhan Tugas Keluarga Pada Keluarga Dengan Anak Prasekolah. Jur.Ilm.Kel&Kons. Vol.5, No.2. P:110-119.

⁷⁰ Ibid. h:111

⁷¹ Dian Wisnuwardhani, Sri, F.M. (2012). Hubungan Interpersonal. Jakarta: Salemba Humanika. h:79

⁷² Sarah Badger. (2005). *Ready or not? Perception of marriages readiness among emerging adult*. Bringman Young University. P:9

⁷³ Bimo Walgito. Op.Cit. h:26

Berdasarkan hasil penelitian Booths dan Edwards dalam Wisnuwardhani & Sri mengungkapkan bahwa terdapat beberapa hal yang secara signifikan berhubungan dengan kesiapan menikah, yaitu usia saat menikah, tingkat kedewasaan pasangan, waktu pernikahan, motivasi untuk menikah, kesiapan untuk *sexual exclusiveness*, dan tingkat pendidikan serta aspirasi pekerjaan dan derajat pemenuhannya.⁷⁴

Usia dan tingkat kedewasaan kematangan merupakan indikator yang penting dalam mengevaluasi kesiapan untuk menikah. Persiapan pernikahan butuh pemikiran dan pemantapan dari tiap bagian yang diinginkan. Mempersiapkan pesta pernikahan, baju pengantin, tata rias, dan mas kawin yang akan digunakan. Persiapan-persiapan yang terlihat secara fisik seperti hal tersebut bisa diserahkan atau diwakilkan kepada pihak yang sudah profesional, yang biasa disebut dengan *wedding organize*.

Menurut Wisnuwardhani persiapan-persiapan pernikahan yang harus dimiliki oleh pasangan yang hendak menikah adalah: Persiapan mental yakni pasangan harus memiliki mental yang kuat untuk menghadapi suatu pernikahan, menerima segala kekurangan dan kelebihan dari masing-masing pasangan. Persiapan keilmuan yakni untuk memperelajari bagaimana hidup dengan pasangannya nanti. Persiapan fisik yakni untuk saling menjaga kesehatan agar nantinya memperoleh keturunan yang sehat. Dan persiapan terakhir adalah persiapan finansial,

⁷⁴ Dian Wisnuwardhani, Sri, F.M. Op.Cit. h:92

bagi para calon pengantin tidak mungkin mengandalkan orang lain untuk menutupi biaya pernikahan maupun kehidupan rumah tangga, karena jika persiapan finansial ini tidak dipikirkan matang maka akan menimbulkan banyak permasalahan di masa mendatang.⁷⁵

Kematangan emosi merupakan aspek yang juga sangat penting untuk menjaga kelangsungan pernikahan. Keberhasilan rumah tangga sangat banyak ditentukan oleh kematangan emosi, baik suami maupun istri. Pasangan yang memiliki kematangan emosi ketika memasuki pernikahan cenderung lebih mampu mengelola perbedaan yang ada di antara mereka. Menurut Rice, Kematangan emosi adalah suatu keadaan untuk menjalani kehidupan secara damai dalam situasi yang tidak dapat diubah, tetapi dengan keberanian individu mampu mengubah hal-hal yang sebaiknya diubah, serta adanya kebijaksanaan untuk menghargai perbedaan.⁷⁶ Dengan dilangsungkannya pernikahan maka status sosial pasangan akan diakui sebagai pasangan suami istri dan sah secara hukum. Batas usia dalam melangsungkan pernikahan sangatlah penting. Hal ini karena pernikahan menghendaki kematangan psikologis. Usia pernikahan yang terlalu muda dapat meningkatnya kasus perceraian karena kurangnya kesadaran untuk bertanggung jawab dalam kehidupan berumah tangga.

⁷⁵ Ibid. h:94

⁷⁶ Rahma Khairani, Dona Eka Putri. (2008). Kematangan Emosi Pada Pria dan Wanita yang Menikah Muda. Jurnal Psikologi Vol.1, No. 2. h:137

5. Aspek-Aspek Persiapan Pernikahan

Menurut Blood, untuk menciptakan suatu pernikahan yang bahagia dan kekal dibutuhkan suatu persiapan pada pasangan pernikahan. Blood menyatakan bahwa persiapan menikah ini meliputi dua aspek, yaitu persiapan menikah pribadi (*personal*) dan persiapan menikah situasi (*circumstantial*).⁷⁷

a. Persiapan pribadi (*Personal*)

1) Kematangan Emosi

Konsep kematangan emosi dalam diri seseorang dapat diartikan sebagai kemampuan untuk dapat siaga terhadap dirinya sendiri dan kemampuan untuk mengidentifikasi perasannya sendiri. Kematangan emosi yaitu konsep normatif dalam perkembangan psikologis yang berarti bahwa seseorang individu telah menjadi seorang yang dewasa. Kematangan emosi dapat di peroleh dari pengalaman yang cukup terhadap suatu perubahan dan suatu permasalahan. Individu dewasa memiliki kemampuan untuk membangun dan mempertahankan hubungan pribadi, mampu mengerti perasaan orang lain (empati), mampu mencintai dan dicintai, mampu untuk memberi dan menerima, serta sanggup membuat komitmen jangka panjang. Komitmen jangka panjang merupakan salah satu bentuk dari tanggung jawab dalam suatu pernikahan, yang dikaitkan dengan stabilitas kematangan. Sebaliknya, individu yang belum dewasa secara emosional hanya

⁷⁷ Euis Sunarti, dkk. Loc.Cit. h:112

diliputi oleh keinginannya sendiri tanpa tahu bagaimana cara mengerti perasaan orang lain dan tidak mampu membuat komitmen jangka panjang. Kehidupan pernikahan yang memiliki pasangan yang matang secara emosi dan memiliki harapan-harapan pernikahan yang realistis akan lebih mudah dipertahankan. Dalam hal ini Murray menambahkan kriteria kematangan emosi, yaitu:⁷⁸

- a) Memiliki kemampuan untuk memberi dan menerima kasih sayang. Individu yang matang adalah individu yang mampu mengekspresikan rasa kasih dan sayang yang diberikan orang lain. Berlawanan dengan ketidakmatangan emosi yang bersikap egosentris yakni hanya mau menerima kasih sayang orang lain tetapi tidak mau mengasihi orang lain.
- b) Memiliki kemampuan untuk saling memberi dan menerima secara seimbang. Kematangan emosi juga ditandai dengan kemampuan seseorang dalam menghargai kemampuan dirinya sendiri dan kemampuan orang lain. Individu yang memiliki kualitas emosi yang matang bersedia memperhatikan kebutuhan orang lain dan memberikan kesempatan bagi orang yang dikasihinya untuk meningkatkan kualitas diri, seperti halnya dirinya yang bersedia menerima dukungan dan saran dari orang lain secara seimbang.

⁷⁸ Jerome Murray, Ph.d. (2003). *Are You Growing Up-Or Just Getting Older? Emotional Maturity*: <http://www.sonic.net/~drmurray/maturity.htm>. Last modified on Monday, January 27, 2003

- c) Memiliki kemampuan untuk menghadapi kenyataan. Individu yang memiliki kematangan emosi bersedia menghadapi kenyataan dengan cara terbaik untuk menyelesaikan permasalahan hidup yang terjadi, bukan lari dari masalah.
- d) Memiliki kemampuan untuk menghadapi peristiwa kehidupan secara positif. Individu yang matang melihat sebuah pengalaman hidup sebagai pembelajaran. Ketika pengalaman tersebut positif, individu akan menikmatinya. Dan sebaliknya, jika pengalaman tersebut negatif, individu akan menerima hal tersebut sebagai tanggung jawab pribadi dan bersedia belajar untuk meningkatkan kualitas diri.
- e) Memiliki kemampuan untuk belajar dari pengalaman. Individu yang memiliki kematangan emosi dapat menghadapi kenyataan dan berhubungan secara positif dengan pengalaman hidup dan bersedia untuk belajar dari pengalaman. Sedangkan individu yang tidak memiliki kematangan emosi ialah individu yang menganggap bahwa pengalaman positif dan negatif tersebut datang karena takdir dan tidak ada usaha untuk mengambil pelajaran dari pengalaman-pengalaman tersebut.
- f) Memiliki kemampuan untuk menghadapi peristiwa yang menimbulkan frustrasi. Individu yang matang secara emosi adalah individu yang mempertimbangkan untuk menggunakan

pendekatan atau cara lain ketika pendekatan yang dilakukan untuk mengatasi masalah tidak berhasil. Individu yang matang tidak terpaku pada kegagalan namun bersedia membuka lembaran baru kehidupan.

- g) Memiliki kemampuan untuk mengatasi kesukaran secara konstruktif. Kemampuan mengatasi kesukaran secara konstruktif yang diartikan sebagai kemampuan untuk tidak menyalahkan orang lain ketika frustrasi. Selain hal tersebut, individu yang memiliki kematangan emosi tidak menyerang orang lain ketika terjadi masalah tetapi menghadapi masalah tersebut dan mampu mengendalikan energinya untuk mencari solusi permasalahan tersebut.

2) Kesiapan Usia

Kesiapan usia berarti melihat usia yang telah cukup untuk melakukan pernikahan, menjadi pribadi yang dewasa atau matang secara emosi membutuhkan waktu, sehingga usia merupakan hal yang berkaitan dengan kedewasaan.

3) Kematangan Sosial

Kematangan sosial dapat dilihat dari:

- a) Pengalaman hidup sendiri (*enough single life*), yang membuat individu memiliki waktu luang untuk dirinya sendiri agar mandiri dan waktu bersama orang lain. Seorang individu harus

mengetahui identitas pribadi secara jelas sebelum siap untuk melakukan pernikahan.

- b) Pengalaman menjalin hubungan dengan orang lain, yakni yang dilihat dengan adanya kemampuan untuk mengabaikan lawan jenis yang tidak dikenal dekat dan membuat komitmen dalam membangun hubungan hanya dengan seseorang yang khusus. Saat seseorang letih terhadap hubungan yang tidak aman, maka individu secara sosial siap untuk menikah dan hanya terfokus pada orang yang paling menarik perhatiannya.

c) Kesehatan Emosional

Permasalahan emosional yang dimiliki manusia diantaranya adalah kecemasan, merasa tidak nyaman, curiga, dan lain sebagainya. Jika hal tersebut tetap berada pada diri seseorang maka seseorang tersebut akan sulit menjalin hubungan dengan orang lain. Permasalahan emosi biasanya menjadi tanda dari ketidakmatangan, yakni bersikap posesif, ketidakmampuan bertanggung jawab dan tidak dapat diprediksi.

4) Kesiapan Model Peran

Banyak orang belajar bagaimana menjadi suami dan istri yang baik dengan melihat figur ayah dan ibu mereka. Kehidupan pernikahan harus dijalani dengan mengetahui peran-peran individu yang telah menikah sebagai suami istri. Peran yang ditampilkan harus sesuai dengan tugas-tugas mereka sebagai suami ataupun

istri. Orang tua yang memiliki figur suami dan istri yang baik dapat mempengaruhi kesiapan menikah anak-anak mereka.

b. Kesiapan Situasi

1) Kesiapan Finansial

Kesiapan finansial tergantung dari nilai-nilai yang dimiliki oleh masing-masing pasangan. Menurut Cutright, semakin tinggi pendapatan seseorang maka semakin besar kemungkinan orang tersebut untuk menikah. Pernikahan yang masih mendapat bantuan dari orang tua ataupun dari keluarga dapat mempengaruhi hubungan pasangan dalam rumah tangga.⁷⁹

2) Kesiapan Waktu

Persiapan sebuah pernikahan akan berlangsung dengan baik jika masing-masing pasangan memiliki waktu yang cukup untuk mempersiapkan segala hal, meliputi persiapan sebelum ataupun setelah melakukan pernikahan. Persiapan rencana yang tergesa-gesa akan mengarah pada persiapan pernikahan yang buruk dan memberi dampak yang kurang baik pada awal-awal kehidupan pernikahan.

⁷⁹ Euis Sunarti, dkk. Loc.Cit. h:116

c. Pernikahan Dalam Perspektif Islam

Dalam pandangan islam, pernikahan adalah sebuah ikatan yang sakral dan agung antara laki-laki dan perempuan. Allah Ta'ala menyebut pernikahan sebagai *mitsaqan ghalizhan* atau perjanjian yang sangat teguh.⁸⁰ Menurut sebagian ulama Hanafiah, pernikahan merupakan akad yang memberikan faedah (mengakibatkan) kepemilikan untuk bersenang-senang secara sadar (sengaja) bagi seorang pria dengan seorang wanita, terutama guna mendapatkan kenikmatan biologis. Sedangkan menurut sebagian mazhab Maliki, pernikahan merupakan sebuah ungkapan (sebutan) atau titel bagi suatu akad yang dilaksanakan dan dimaksudkan untuk meraih kenikmatan (seksual) semata-mata. Pada mazhab Syafi'iah menikah dikatakan sebagai akad yang menjamin kepemilikan (untuk) bersetubuh dengan menggunakan lafal "*inkah* atau *tazwij*". Menurut mazhab Hanabilah mendefinisikan pernikahan dengan akad yang dilakukan dengan kata *inkah* atau *tazwij* guna mendapatkan kesenangan.⁸¹

Pernikahan adalah jembatan menuju pembentukan keluarga yang menuju kepada tatanan kehidupan masyarakat yang lebih baik. Dalam bahasa arab, pernikahan biasa disebut *zawaj* yang artinya persandingan, penyatuan, atau perkumpulan. Kata *zawaj* merupakan kebalikan dari kata *fard* (sendirian).⁸² Hal ini seperti firman Allah (QS. An-Najm ayat 45)

⁸⁰ Surah an-nisaa' ayat 21. Depag RI. (1998) : 81

⁸¹ Mardani. 2011. Hukum perkawinan islam dunia modern. Yogyakarta:Graha Ilmu. h:4

⁸² DR. Fahd bin Abdul Karim. Az-Zawaj wa Ad-Dirasah (Dirasah Fiqhiyah Ijtima'iyah). Terj. Anshari Taslim. (2005). Jakarta:Cerdekia Sentra Muslim. h:29

وَأَنَّهُ خَلَقَ الزَّوْجَيْنِ الذَّكَرَ وَالْأُنثَىٰ ﴿١٥﴾

*“Dan bahwasanya Dialah yang menciptakan berpasang-pasangan pria dan wanita”.*⁸³

Dalam Al-Quran surat Ar-Ruum ayat 21

وَمِنْ ءَايَاتِهِ أَن خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٢١﴾

*“Dan di antara tanda-tanda kekuasaan-Nya ialah Dia menciptakan untukmu isteri-isteri dari jenismu sendiri, supaya kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan dijadikan-Nya diantaramu rasa kasih dan sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi kaum yang berfikir.”*⁸⁴

Diantara fitrah yang telah Allah ciptakan dalam kehidupan di dunia adalah pernikahan. Pernikahan merupakan ciri khas dan naluri setiap makhluk hidup di dalamnya. Dengan adanya sebuah pernikahan dapat tercipta regenerasi dan dengan adanya pernikahan pula manusia dapat memenuhi hasrat dan kebutuhan biologisnya yang merupakan fitrah dari setiap jiwa yang telah diciptakan. Menikah adalah hal yang disyariatkan, sementara hukum asalnya adalah sunnah.⁸⁵ Hal ini sesuai dengan firman Allah: (QS. An-Nuur ayat 32)

⁸³ Depag RI. (1998). Hal: 528

⁸⁴ Depag RI. (1998). Hal: 406

⁸⁵ DR. Fahd bin Abdul Karim. Az-Zawaj wa Ad-Dirasah (Dirasah Fiqhiyah Ijtima'iyah). Terj. Anshari Taslim. Op.Cit. h:31

وَأَنْكِحُوا الْأَيِّمَىٰ مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَائِكُمْ ۚ إِنَّ
يَكُونُوا فُقَرَاءَ يُغْنِيهِمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ ۗ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ ﴿٣٦﴾

“Dan kawinkanlah orang-orang yang sendirian diantara kamu, dan orang-orang yang layak (berkawin) dari hamba-hamba sahayamu yang lelaki dan hamba-hamba sahayamu yang perempuan. jika mereka miskin Allah akan memampukan mereka dengan kurnia-Nya. dan Allah Maha Luas (pemberian-Nya) lagi Maha mengetahui.”⁸⁶

Pernikahan memiliki banyak hikmah bagi umat islam yang menjalankannya, adapun hikmah dari pernikahan diantaranya:⁸⁷

1. Menjaga orang yang melaksanakannya dari perbuatan haram. Hal ini karena pernikahan adalah solusi terbaik yang sesuai dengan fitrah manusia untuk memenuhi kebutuhan seksual.
2. Dapat melestarikan keturunan melalui pernikahan
3. Melestarikan nasab dan membangun kluarga besar yang dapat menciptakan masyarakat makmur sentosa.
4. Untuk menjaga keturunan dan memperjelas tanggung jawab akan pengasuhan anak.
5. Memberikan ketenangan dan ketentraman jiwa yang akhirnya akan membawa pada kebahagiaan.

C. Kebahagiaan Pernikahan dengan Persiapan dan Tanpa Persiapan

Kebahagiaan adalah keadaan dimana seseorang lebih banyak mengenang peristiwa-peristiwa yang menyenangkan daripada yang sebenarnya

⁸⁶ Depag RI. (1998). Hal: 354

⁸⁷ DR. Fahd bin Abdul Karim. Az-Zawaj wa Ad-Dirasah (Dirasah Fiqhiyah Ijtima'iyah). Terj. Anshari Taslim. Op.Cit. h:44

terjadi dan mereka lebih banyak melupakan peristiwa buruk. Kebahagiaan merupakan suatu istilah yang menggambarkan perasaan positif. Seligman memberikan gambaran individu yang mendapatkan kebahagiaan yang autentik (sejati) yaitu individu yang telah dapat mengidentifikasi dan mengolah atau melatih kekuatan dasar (terdiri dari kekuatan dan keutamaan) yang dimilikinya dan menggunakannya pada kehidupan sehari-hari, baik dalam pekerjaan, cinta, permainan, dan pengasuhan.⁸⁸ Menurut Duvall & Miller, menikah merupakan hubungan antara pria dan wanita yang melibatkan hubungan seksual, kekuasaan dalam hal mengasuh anak, dan membentuk tugas masing-masing sebagai suami dan istri.⁸⁹

Membentuk suatu hubungan dan memilih pasangan dengan bijak merupakan langkah pertama yang dilakukan untuk menuju suatu pernikahan yang bahagia. Namun, banyak pula pasangan yang terlihat serasi dan saling mencintai belum tentu merasa siap untuk menikah. Hal tersebut dikarenakan suatu pernikahan meliputi banyak aspek kehidupan dan memerlukan tanggung jawab lebih dari individu yang akan menikah. Untuk mencapai keluarga yang bahagia dan kekal dibutuhkan sumber dan keterampilan khusus dari masing-masing pasangan, seperti apakah pasangan tersebut telah cukup matang secara personal untuk menerima tanggung jawab dalam pernikahan.⁹⁰

Sebelum melakukan pernikahan diperlukan suatu kesiapan.⁹¹

Kesiapan menikah merupakan keadaan siap atau bersedia dalam

⁸⁸ Martin Seligmanartin. Op.Cit. h:48

⁸⁹ Euis Sunarti,dkk. Loc.Cit. h:111

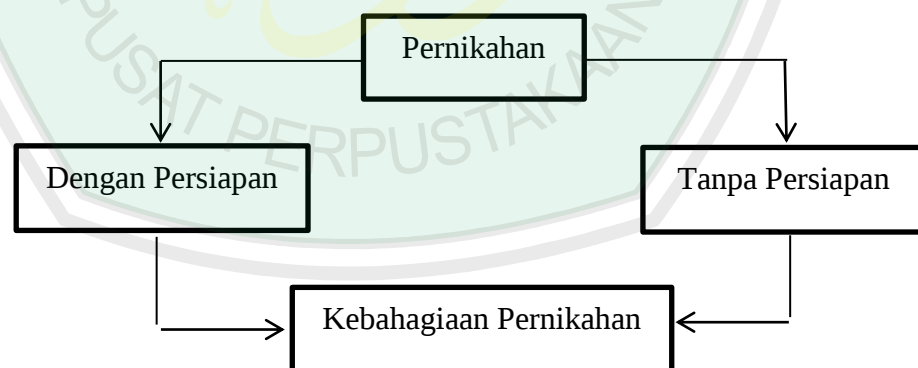
⁹⁰ Ibid. h:116

⁹¹ Ibid. h:111

berhubungan dengan seorang pria atau seorang wanita, siap menerima tanggung jawab sebagai seorang suami atau seorang istri, siap terlibat dalam hubungan seksual, siap mengatur keluarga, dan siap untuk mengasuh anak.⁹²

Kebahagiaan pernikahan sangatlah erat kaitannya dengan persiapan dalam melakukan pernikahan. Pernikahan yang dilakukan tanpa persiapan emosi, fisik, sosial, maupun material yang memadahi dapat berdampak pada perjalanan rumah tangga yang dijalani dan nantinya juga berpengaruh pada tingkat kebahagiaan yang diperoleh pasangan pernikahan tersebut. Jika seseorang telah memiliki kesiapan maka pernikahan yang bahagia dan kekal akan dicapai oleh pasangan suami istri.

D. Kerangka Pemikiran



2.1 Bagan Kerangka Berpikir

⁹² Ibid. h:111

E. Hipotesis

Hipotesis sebagai tindak lanjut dari anggapan dasar merupakan langkah penyelesaian masalah yang tahap kebenarannya secara teoritis. Sebagaimana yang pernyataan Suharsimi bahwa "Hipotesis dapat diartikan sebagai suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul."⁹³

Berdasarkan teori-teori dan kerangka pemikiran yang telah diuraikan, maka peneliti merumuskan hipotesis sebagai berikut:

Ha : Ada perbedaan kebahagiaan terhadap pasangan yang menikah dengan persiapan dan tanpa persiapan. Pasangan yang menikah dengan persiapan memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi dibandingkan pasangan yang menikah tanpa persiapan.

⁹³ Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta. h:71