



# **AGAMA MENJAMIN KEBAHAGIAAN**

Oleh Kelompok 3

# Anggota Kelompok

Riska Septiana R (626112142238)

Ayushita Ahmad (626108112066)

Fardan Firmansyah (626108112067)

M. Rafan Ghaisan (626116307062)

Shireen Adinda Bhelvaa (626101007012)



**BAGIAN 1**  
**DEFINISI**  
**“KEBAHAGIAAN” DAN**  
**PANDANGANNYA**  
**MENURUT ISLAM**

# Apa itu Kebahagiaan?

kebahagiaan → evaluasi menyeluruh seseorang terhadap kualitas hidupnya secara keseluruhan.

sering diukur dari pencapaian material, kebebasan maksimal, atau sekadar pelepasan hormon dopamin sesaat (kesenangan fisik/emosional).

# Apa itu Kebahagiaan?

Dalam islam, terdapat perbedaan yang kuat antara kesenangan sesaat dan kebahagiaan sejati.

- Kesenangan (Lazzah / Mata'): Sifatnya fana, reaktif, dan bergantung pada faktor eksternal.
- Kebahagiaan Sejati (Sa'adah): Menurut para cendekiawan Muslim (seperti Al-Ghazali), sa'adah adalah kondisi jiwa yang damai, stabil, dan penuh makna, apa pun kondisi eksternalnya.



**BAGIAN 2**  
**PILAR UTAMA : IMAN**  
**SEBAGAI FONDASI**  
**KETENANGAN**

# Pilar utama : iman sebagai fondasi ketenangan

Orang yang beriman kepada Allah percaya akan rencana terbaik-Nya. Dari kepercayaan tersebut membuat seseorang tidak mudah larut ketika mendapatkan masalah

Salah satu pengaruh iman dalam kehidupan adalah munculnya sikap syukur ketika mendapatkan nikmat dan sabar ketika mendapatkan ujian.

1. Syukur ketika mendapatkan nikmat
2. Sabar ketika menghadapi ujian

Hubungan sederhana iman dengan kebahagiaan :  
IMAN → SYUKUR + SABAR → KETENANGAN JIWA → KEBAHAGIAAN



# **BAGIAN 3 (JALAN MENUJU BAHAGIA).**

# Fungsi Ibadah

Sebagai sarana  
penyucian emosi

**Shalat & Dzikir**

Memberi rasa  
tenang di hati

**Al-Qur'an**

## Gimana Bisa?

- Jeda dari Kesibukan: Menghentikan rutinitas 5 kali sehari
- Melatih Kepasrahan: Menyadari bahwa tidak semua hal dalam hidup berada di bawah kendali kita.
- Melepas Rasa Cemas: Percaya bahwa Allah selalu ada membantu menjaga hati tetap tenang.

# Makna Gerakan Sholat

Puncak  
kepasrahan diri

**Sujud**

Sikap tenang

**Tumakninah**

# Inti Bahagia

**Hablum Minallah**

Hati selalu tenang

Sikap tawakal  
dan ikhlas

Membawa  
kebaikan  
terhadap sesama



**BAGIAN 4**  
**HARMONI SOSIAL:**  
**AHLAK MULIA DAN**  
**HUBUNGAN SESAMA**  
**MANUSIA**

# Hubungan sesama manusia:

Hablum Minannas adalah hubungan baik dengan sesama manusia. Islam mengajarkan bahwa kebahagiaan juga tercipta melalui akhlak yang baik dan kepedulian terhadap orang lain.

Contohnya:

- Saling menolong
- Memaafkan
- Menjaha silaturahmi

## Bagaimana caranya?

Hablum Minannas menjamin kebahagiaan karena Islam mengajarkan manusia untuk membangun hubungan yang penuh kasih sayang, saling menghormati, dan saling membantu. Otomatis, ketika hubungan dengan sesama terjaga, seseorang akan merasakan dukungan, rasa aman, dan kebersamaan dalam kehidupan.

Hal ini membuat hati lebih tenang, mengurangi konflik, serta menciptakan lingkungan yang damai dan harmonis. Oleh karena itu, kebahagiaan dalam Islam tidak hanya diperoleh melalui hubungan dengan Allah (hablum minallah), tetapi juga melalui hubungan yang baik dengan sesama manusia (hablum minannas).



**BAGIAN 5**  
**(PERLINDUNGAN ISLAM:**  
**SYARIAT YANG**  
**MENJAGA MANUSIA).**

# Tujuan Syariat (Maqasid Syariah)

Aturan Islam dibuat bukan untuk mengekang, melainkan untuk melindungi 5 hak dasar manusia.

# 5 Pilar Maqasid Shariah

## Hifzhu ad-Din

Menjaga kesucian agama.

## Hifzhu an-Nafs

Menjamin keselamatan jiwa.

## Hifzhu al-Aql

Melindungi fungsi akal pikiran.

## Hifzhu an-Nasl

Menjaga kehormatan dan keturunan.

## Hifzhu al-Mal

Melindungi keamanan harta benda.

## **Contoh Nyata Penerapan**

Larangan Khamr/Miras: Bukti nyata Islam sangat menjaga fungsi akal manusia.

Larangan Judi: Bentuk perlindungan agar harta tidak habis sia-sia.

Larangan Zina: Cara Islam menjaga kehormatan diri dan kejelasan nasab keturunan.

# Referensi

- Atikasari, F. (2021). Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologis Dimediasi Oleh Kebahagiaan Siswa. *Jurnal Ilmiah Psikomuda Connectedness*, 1(1), 15–24.
- Ellison, C. G. (1991). Religious involvement and subjective well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, 32(1), 80–99.
- Herdiansyah, A., & Farghobi, R. (2024). Peran Agama dalam Menghadapi Stres dan Kesejahteraan Psikologis. *Jurnal Ilmiah Multidisipliner (JIMU)*, 4(6), 1643–1650.
- Muslim, D. M. (2007). Religiusitas dan Kebahagiaan Otentik (Authentic Happiness) Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, 2(2), 1–10.

The background is a light blue color with various abstract shapes and patterns. At the top, there are dark blue, wavy, cloud-like shapes. Below these, there are lighter blue, wavy shapes. In the bottom corners, there are dark blue, stylized plant or flower shapes. The central text is contained within a white, irregular, cloud-like shape.

# **Sesi Tanya Jawab dan Diskusi**



**TERIMA  
KASIH**