

**ANALISIS KONSEP MAKNA HIDUP
DALAM BUKU “*MAN’S SEARCH FOR MEANING*”
DAN RELEVANSINYA DENGAN KONSELING ISLAM**

Skripsi

*Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar
Sarjana Sosial (S.Sos) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Islam Negeri Palopo*



UIN PALOPO

Oleh

NUR SELLA WATI

2101030002

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI PALOPO**

2025

**ANALISIS KONSEP MAKNA HIDUP
DALAM BUKU “MAN’S SEARCH FOR MEANING”
DAN RELEVANSINYA DENGAN KONSELING ISLAM**

Skripsi

*Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar
Sarjana Sosial (S.Sos) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Islam Negeri Palopo*



UIN PALOPO

Oleh

NUR SELLA WATI

2101030002

- 1. Dr. Efendi P, M.Sos.I.**
- 2. Andi Batara Indra, S.Pd., M.Pd.**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI PALOPO**

2025

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nur Sella Wati
NIM : 2101030002
Fakultas : Ushuluddin, Adab, dan Dakwah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa:

1. Skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri, bukan plagiasi atau duplikasi dari tulisan/karya orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri
2. Seluruh bagian dari skripsi ini adalah karya saya sendiri selain kutipan yang ditunjukkan sumbernya. Segala kekeliruan atau kesalahan yang ada di dalamnya adalah tanggung jawab saya.

Bila mana di kemudian hari ditemukan pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia atau menerima sanksi administratif atas perbuatan saya tersebut dan gelar akademik yang saya peroleh karenanya dibatalkan.

Demikian pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana semestinya.

Palopo, 07 Juni 2025

Yang membuat pernyataan



Nur Sella Wati

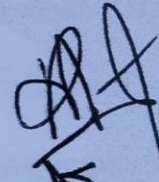
NIM 2101030002

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul Analisis Konsep Makna Hidup dalam Buku "*Man's Search For Meaning*" dan Relevansinya dengan Konseling Islam yang ditulis oleh Nur Sella Wati, Nomor Induk Mahasiswa (NIM) 2101030002, Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Palopo, yang dimunaqasyahkan pada hari Rabu, tanggal 04 Juni 2025 M bertepatan dengan 08 Zulhijah 1446 H telah diperbaiki sesuai dengan catatan dan permintaan dari tim penguji, dan diterima sebagai syarat untuk meraih gelar Sarjana Sosial (S.Sos).

Palopo, 07 Juni 2025

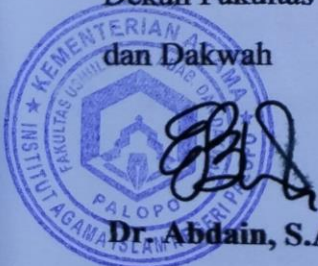
TIM PENGUJI

- | | | |
|--|---------------|---|
| 1. Dr. H. Rukman AR Said, Lc., M.Th.I. | Ketua Sidang | () |
| 2. Jumriani, S.Sos., M.I.Kom. | Penguji I | () |
| 3. Abdul Mutakabbir, S.Q., M.Ag. | Penguji II | () |
| 4. Dr. Efendi P., M.Sos.I. | Pembimbing I | () |
| 5. Andi Batara Indra, S.Pd., M.Pd. | Pembimbing II | () |

Mengetahui,

a.n Rektor IAIN Palopo

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab,
dan Dakwah



Dr. Abdain, S.Ag., M.H.I

NIP-19710512 199903 1 002

Ketua Program Studi

Bimbingan dan Konseling Islam



Abdul Mutakabbir, S.Q., M.Ag.

NIP-199900727 201903 1 013

PRAKATA

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ، وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ، وَعَلَى آلِهِ
وَأَصْحَابِهِ وَمَنْ تَبِعَهُمْ بِإِحْسَانٍ إِلَى يَوْمِ الدِّينِ، أَمَّا بَعْدُ

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah Swt. yang telah menganugerahkan rahmat, hidayah serta kekuatan lahir dan batin, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Analisis Konsep Makna Hidup dalam Buku *“Man’s Search For Meaning”* dan Relevansinya dengan Konseling Islam”. Selawat serta salam kepada Nabi Muhammad saw. kepada para sahabat dan pengikut-pengikutnya.

Skripsi ini disusun sebagai syarat yang harus diselesaikan, guna memperoleh gelar sarjana sosial (S.Sos) dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam pada Universitas Islam Negeri Palopo. Penulisan skripsi ini dapat terselesaikan berkat bantuan, bimbingan serta dorongan dari banyak pihak. Tulisan ini, penulis persembahkan untuk cinta pertama sekaligus pintu surga, yakni kedua orang tua penulis. Kepada ayahanda Normen dan ibunda Katriani yang telah mengasuh dan mendidik dengan penuh kasih sayang sejak kecil hingga sekarang. Terima kasih atas limpahan doa dan dukungan yang tak pernah padam, serta kerja keras yang telah dihasilkan sehingga mampu mengantarkan penulis ke gerbang perkuliahan.

Tak lupa pula penulis mengucapkan terima kasih tak terhingga dengan penuh ketulusan hati kepada:

1. Rektor UIN Palopo Dr. Abbas Langaji, M.Ag. beserta Wakil Rektor I, II, dan II UIN Palopo.
2. Dr. Abdain, S.Ag., M.HI. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah UIN Palopo, beserta Bapak dan Ibu Wakil Dekan I, II, dan II Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah.
3. Abdul Mutakabbir, S.Q., M.Ag. selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Palopo dan Harun Nihaya, S.Pd., M.Pd. selaku sekretaris program studi Bimbingan dan Konseling Islam.
4. Dr. Masmuddin, M.Ag. selaku Dosen Penasehat Akademik yang telah memberikan nasihat kepada peneliti selama berkuliah di Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam.
5. Dr. Efendi P, M. Sos.I dan Andi Batara Indra, S.Pd., M. Pd., selaku pembimbing I dan pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam rangka penyelesaian skripsi.
6. Jumriani, S.Sos., M.I.Kom. dan Abdul Mutakabbir, S.Q., M.Ag. selaku penguji I dan penguji II yang telah banyak memberi masukan untuk menyelesaikan skripsi.
7. Zainuddin S, SE., MAk. selaku Kepala Unit Perpustakaan beserta karyawan dan karyawan dalam ruang lingkup UIN Palopo yang telah banyak membantu, khususnya dalam mengumpulkan literatur yang berkaitan dengan pembahasan skripsi ini.
8. Seluruh dosen beserta seluruh staf pegawai UIN Palopo yang telah mendidik penulis dan memberikan bantuan dalam penyusunan skripsi ini.

9. Kepada mendiang Viktor E. Frankl selaku penulis buku “*Man’s Search For Meaning*” yang bukunya dijadikan sebagai rujukan utama dalam penelitian.
10. Kepada saudara-saudari penulis, Sulistia Tantri dan Abdulah Nur Rohman yang memberikan motivasi bagi penulis untuk segera menyelesaikan studi.
11. Kepada sahabat-sahabat penulis, Dina Angraeni, Nur Afni Aswadi, Nur Fauziah, Fau’siah, Ulya Putri Ratna, Fitra Dewani, Nurul Fala, Hannisa Nur Reskita, Nadila, Devi Andriani Tadda, seluruh teman seperjuangan mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Palopo angkatan 2021 (khususnya kelas A), dan teman-teman KKN Kebencanaan tahun 2024 yang selama ini selalu memberikan saran dalam penyusunan skripsi ini.
12. Kepada seluruh orang-orang yang tak bisa disebut satu per satu yang telah banyak mendukung, menghibur, serta memberi masukan atas penelitian ini. Semoga Allah Swt. senantiasa membalas kebaikan yang telah tercurahkan kepada penulis dengan kebahagiaan dan kesuksesan di masa depan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, saran dan kritik yang sifatnya membangun sangat penulis harapkan.

Palopo, 22 Januari 2025

Nur Sella Wati

NIM : 2101030002

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN DAN SINGKATAN

A. Transliterasi Arab-Latin

Daftar huruf bahasa Arab dan transliterasinya ke dalam huruf latin dapat dilihat pada tabel berikut:

1. Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	şa	ş	es (dengan titik diatas)
ج	Jim	J	Je
ح	ha	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Żal	Ż	zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	şad	ş	es (dengan titik di bawah)
ض	ḍad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	ṭa	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	ẓa	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	‘ain	‘	apostrof terbalik
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi

ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	‘	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

Hamzah (ء) yang terletak di awal kata mengikuti vokalnya tanpa diberi tanda apa pun. Jika ia terletak di tengah atau di akhir, maka ditulis dengan tanda (‘).

2. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri atas vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong. Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat transliterasinya sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
اَ	<i>fathah</i>	A	A
اِ	<i>Kasrah</i>	I	I
اُ	<i>ḍammah</i>	U	U

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
اِيْ	<i>fathah dan yā’</i>	Ai	a dan i

وُ	<i>fathah dan wau</i>	Au	a dan u
----	-----------------------	----	---------

Contoh:

كَيْفَ : *kaifa*

هَوْلَ : *haula*

3. *Maddah*

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Harakat dan huruf	Nama	Huruf dan tanda	Nama
اَ... اِ... اُ...	<i>Fathah dan alif</i> atau <i>yā'</i>	Ā	a dan garis di atas
يِ	<i>Kasrah dan yā'</i>	Ī	i dan garis di atas
وُ	<i>Dammah dan wau</i>	Ū	u dan garis di atas

Contoh:

مَاتَ : *māta*

رَمِيَ : *ramī*

قِيلَ : *qīla*

يَمُوتُ : *yamūtu*

4. *Tā'marbūtah*

Transliterasi untuk *tā marbūtah* ada dua yaitu *tā marbūtah* yang hidup atau mendapat harakat *fathah*, *kasrah*, dan *dammah*, transliterasinya adalah [t], sedangkan *tā marbūtah* yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah [h].

Kalau pada kata yang berakhir dengan *tā marbūtah* diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al-* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka *tā marbūtah* itu ditransliterasikan dengan ha [h].

رَوْضَةُ الْاِطْفَالِ : *rauḍah al- atfāl*

المدينة الفاضلة : *al- madīnah al-fāḍilah*

الحكمة : *al- ḥikmah*

5. Syaddah (Tasydīd)

Syaddah atau *tasydīd* yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda *tasydīd* (ّ), dalam transliterasi ini dilambangkan dengan perulangan huruf (konsonan ganda) yang diberi tanda *syaddah*.

Contoh:

رَبَّنَا : *rabbanā*

نَجَّيْنَا : *najjainā*

الْحَقَّ : *al- ḥaqq*

نَعْمَ : *nu'ima*

عَدُوَّ : *'aduwwun*

Jika huruf ع ber-*tasydid* di akhir sebuah kata dan didahului oleh huruf kasrah (يَ), maka ia ditransliterasikan seperti huruf maddah menjadi ī.

Contoh:

علي : 'Alī (bukan 'Aliyy atau 'Aly)

عربي : 'Arabī (bukan A'rabiyy atau 'Araby)

6. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf ال (*alif lam ma'rifah*). Dalam pedoman transliterasi ini, kata sandang ditransliterasi seperti biasa, al-, baik ketika ia diikuti oleh huruf *syamsiyah* maupun huruf *qamariyah*, kata sandang tidak mengikuti bunyi huruf langsung yang mengikutinya. Kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikutinya dan dihubungkan dengan garis mendatar.

Contoh:

الشمس	: <i>al- syamsu (bukan asy-syamsu)</i>
الزلازة	: <i>al- zalzalah (bukan az- zalzalah)</i>
الفلسفة	: <i>al-falsafah</i>
البلاد	: <i>al- bilādu</i>

7. Hamzah

Aturan transliterasi huruf hamzah menjadi apostrof (‘) hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan akhir kata. Namun, bila hamzah terletak di awal kata, ia tidak dilambangkan, karena dalam tulisan Arab ia berupa alif.

Contoh:

تأمرون	: <i>ta'murūna</i>
النوع	: <i>al- nau'</i>
شيء	: <i>syai'un</i>
أميرت	: <i>umirtu</i>

8. Penulisan Kata Arab yang Lazim Digunakan dalam Bahasa Indonesia

Kata, istilah, atau kalimat Arab yang ditransliterasi adalah kata, istilah, atau kalimat yang belum dibakukan dalam bahasa Indonesia. Kata, istilah, atau kalimat yang sudah lazim dan menjadi bagian dari perbendaharaan bahasa Indonesia, atau sering ditulis dalam tulisan bahasa Indonesia, atau lazim digunakan dalam dunia akademik tertentu, tidak lagi ditulis menurut cara transliterasi di atas. Misalnya kata al-Qur'an (dari *al- Qur'ān*), Alhamdulillah, dan munaqasyah. Namun, bila kata-kata tersebut menjadi bagian dari satu rangkaian teks Arab, maka harus ditransliterasi secara utuh.

Contoh:

Syarḥ al- Arba'in al- Nawāwī

9. *Lafẓ al-jalālah*

Kata “Allah” yang didahului partikel seperti huruf *jar* dan huruf lainnya atau berkedudukan sebagai *mudāf ilaih* (frasa nominal), ditransliterasi tanpa huruf hamzah.

Contoh:

دين الله : *dīnullah*

بِالله : *billāh*

Adapun *tā marbūtah* di akhir kata yang disandarkan kepada *lafaz al-jalālah*. Ditranslitesai dengan huruf [t].

Contoh:

هم في رحمة الله : *hum fi rahmatillāh*

10. *Huruf Kapital*

Walau sistem tulsian Arab tidak mengenal huruf capital (*all cops*), dalam transliterasinya huruf-huruf tersebut dikenai ketentuan tentang penggunaan huruf kapital berdasarkan pedoman ejaan bahasa Indonesia yang berlaku (EYD). Huruf kapital, misalnya digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri (orang, tempat, bulan) dan huruf pertama pada permulaan kalimat. Bila nama diri didahului oleh kata sandang (al-), maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya. Jika terletak pada awal kalimat, maka huruf A dari kata sandang tersebut menggunakan huruf kapital (al-). Ketentuan yang sama juga berlaku untuk huruf awal dari judul referensi yang didahului oleh kata sandang al-, baik ketika ia ditulis dalam teks maupun dalam catatan rujukan (CK, DP, CDK, dan DR). Contoh:

Wa mā Muḥammadun illā rasūl

Inna awwala baitin wuḍi'a linnāsi lallaẓī bi Bakkata mubārakan

Syahru Ramaḍān al-laẓī unzila fihi al-Qur'ān

Naṣīr al-Dīn al-Ṭūsī

Naṣr Ḥāmid Abū Zayd

Al-Ṭūfī

Al-Maṣlaḥah fī al- Tasyrī al- Islāmī

Jika nama resmi seseorang menggunakan kata Ibnu (anak dari) dan Abū (bapak dari) sebagai anak kedua terakhirnya, maka kedua nama terakhir itu harus disebutkan sebagai nama akhir dalam daftar pustaka atau daftar referensi. Contoh:

Abū al-Walīd Muḥammad ibn Rusyd, ditulis menjadi: Rusyd, Abū al-Walīd Muḥammad (bukan: Rusyd, Abū al-Walīd Muḥammad Ibnu)
Naṣr Ḥāmid Abū Zaīd, ditulis menjadi: Abū Zaī, Naṣr Ḥāmid (bukan: Zaīd Naṣr Ḥamīd Abū)

B. Daftar Singkatan

Beberapa singkatan yang dibakukan adalah:

Swt.	= <i>Subhanahu Wa Ta'ala</i>
saw.	= <i>Sallallahu 'Alaihi Wasallam</i>
as.	= <i>'alaihi Al- Salam</i>
H	= Hijrah
M	= Masehi
SM	= sebelum masehi
I	= lahir tahun (untuk orang yang masih hidup saja)
w	= wafat tahun

QS..../:...:4 = QS. al- Baqarah /2:4 atau QS. Ali ‘Imran/3:4

HR = Hadis Riwayat

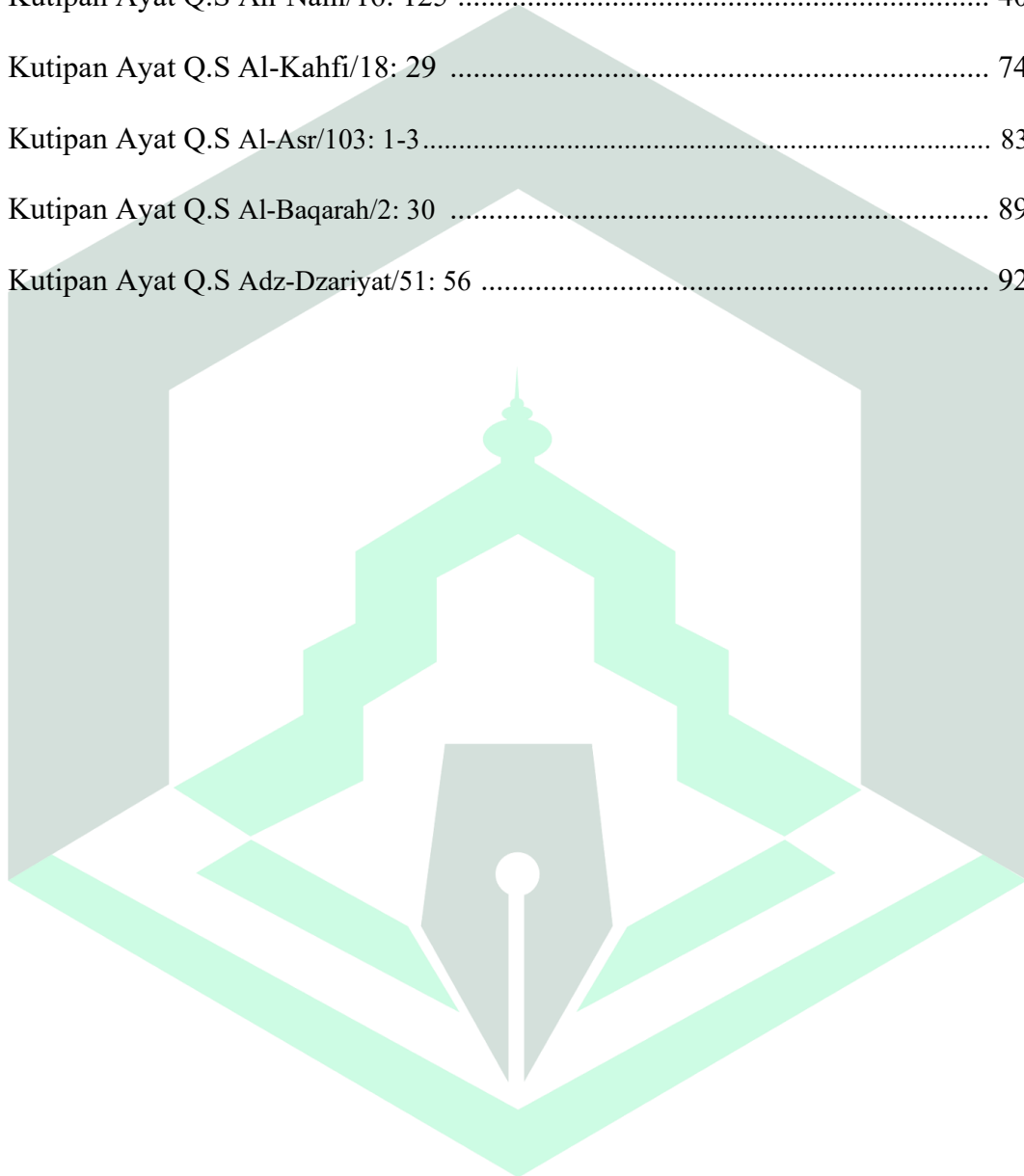
DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
PERNYATAAN KEASLIAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PRAKATA	v
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB DAN SINGKATAN	viii
DAFTAR ISI	xv
DAFTAR AYAT	xvii
DAFTAR HADIS	xviii
DAFTAR TABEL	xix
DAFTAR BAGAN	xx
ABSTRAK	xxi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Batasan Masalah	7
C. Rumusan Masalah	8
D. Tujuan Penelitian	8
E. Manfaat Penelitian	8
F. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan	9
G. Metode Penelitian	12
1. Jenis dan Pendekatan Penelitian	12
2. Sumber Data Penelitian	16
3. Teknik Pengumpulan Data.....	17
4. Teknik Analisis Data	18
H. Defenisi Istilah	19
1. Makna Hidup	19
2. Buku “Man’s Search For Meaning”	19
3. Konseling Islam	19
BAB II RUANG LINGKUP MAKNA HIDUP	20
A. Makna Hidup	20

B. Buku “ <i>Man’s Search For Meaning</i> ”	21
1. “ <i>Man’s Search For Meaning</i> ”	21
2. Sinopsis Buku	23
3. Biografi Singkat Viktor E. Frankl	24
C. Konsep Makna Hidup	27
1. Kebebasan Berkehendak (<i>The Freedom of Will</i>)	27
2. Keinginan Akan Makna (<i>The Will to Meaning</i>)	29
3. Makna Hidup (<i>The Meaning of Life</i>)	30
D. Makna Hidup dalam Islam	32
E. Kerangka Berpikir	33
BAB III KONSELING DALAM ISLAM	35
A. Konseling Menurut Pandangan Islam	35
B. Landasan Konseling Islam	38
1. Berkenaan dengan Allah Swt.	38
2. Berkenaan dengan Sesama Manusia	39
3. Berkenaan dengan Diri Sendiri	42
BAB IV MAKNA HIDUP DAN KONSELING ISLAM	43
A. Makna Hidup dalam Buku “ <i>Man’s Search For Meaning</i> ”	43
1. Kebebasan Berkehendak (<i>The Freedom of Will</i>)	46
2. Keinginan Akan Makna (<i>The Will to Meaning</i>)	53
3. Makna Hidup (<i>The Meaning of Life</i>)	64
B. Relevansi Makna Hidup dalam “ <i>Man’s Search For Meaning</i> ” dengan Konseling Islam	71
1. Kebebasan Berkehendak (<i>The Freedom of Will</i>)	72
2. Keinginan Akan Makna (<i>The Will to Meaning</i>)	80
3. Makna Hidup (<i>The Meaning of Life</i>)	87
BAB V PENUTUP	97
A. Simpulan	97
B. Saran	98
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR AYAT

Kutipan Ayat Q.S Ar-Ra'd/13: 11	6
Kutipan Ayat Q.S Al-Baqarah/2: 112	38
Kutipan Ayat Q.S An-Nahl/16: 125	40
Kutipan Ayat Q.S Al-Kahfi/18: 29	74
Kutipan Ayat Q.S Al-Asr/103: 1-3	83
Kutipan Ayat Q.S Al-Baqarah/2: 30	89
Kutipan Ayat Q.S Adz-Dzariyat/51: 56	92



DAFTAR HADIS

Hadis I Tentang Hak-hak Allah Swt.	76
Hadis II Tentang Meninggalkan Hal-hal Tak Bermakna	86
Hadis III Tentang Bertakwa Kepada Allah Swt.	95



DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Kebebasan Berkehendak dalam “ <i>Man’s Search For Meaning</i> ”	47
Tabel 4. 2 Keinginan Akan Makna dalam “ <i>Man’s Search For Meaning</i> ”	53
Tabel 4.3 Makna Hidup dalam “ <i>Man’s Search For Meaning</i> ”	64



DAFTAR BAGAN

Kerangka Berpikir	34
-------------------------	----



ABSTRAK

Nur Sella Wati, 2025. “Analisis Konsep Makna Hidup dalam Buku “*Man’s Search For Meaning*” dan Relevansinya dengan Konseling Islam”. Skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Palopo. Dibimbing oleh Efendi P dan Andi Batara Indra.

Skripsi ini membahas tentang makna hidup dalam buku “*Man’s Search For Meaning*” dan relevansinya dengan konseling Islam. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tiga konsep makna hidup di dalam buku “*Man’s Search For Meaning*” yang merupakan landasan filsafat teori logoterapi, serta menganalisis makna hidup di dalam buku tersebut melalui perspektif konseling Islam. Penelitian ini merupakan penelitian pustaka yang menggunakan pendekatan hermeneutika. Sumber data dalam penelitian ini adalah buku karangan Viktor E. Frankl, yakni “*Man’s Search For Meaning*” yang membahas mengenai pencarian makna hidup selama berada dalam kamp penahanan Nazi saat Perang Dunia II. Hasil menunjukkan terdapat tiga konsep makna hidup dalam buku “*Man’s Search For Meaning*” yang diadopsi dari landasan filosofis teori logoterapi, yakni Kebebasan Berkehendak (*The Freedom of Will*), Keinginan Akan Makna (*The Will to Meaning*), dan Makna Hidup (*The Meaning of Life*). Setelah penelitian dilakukan, ditemukan bahwa konsep makna hidup dalam buku “*Man’s Search For Meaning*” memiliki relevansi dengan konseling Islam. Hal tersebut disimpulkan berdasarkan analisis terhadap tiga konsep makna hidup dalam buku “*Man’s Search For Meaning*” yang juga dibahas dalam konseling Islam melalui perspektif Al-Qur’an dan hadis sebagai rujukan utama.

Kata Kunci: Konsep Makna Hidup, Buku “*Man’s Search For Meaning*”, Konseling Islam

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Usaha manusia untuk menemukan makna hidup adalah penggerak yang penting di kehidupan. Makna diartikan sebagai hal-hal yang unik dan khusus, dalam hal ini hanya bisa didapatkan oleh individu tersebut melalui pemahaman dan pengalamannya sendiri. Meskipun demikian, masih banyak orang yang gagal menemukan tujuan hidup dan yang menjadi penyebabnya minimnya rasa sadar untuk memaknai kehidupan yang sedang dijalani.¹

Makna hidup mengarah pada kemampuan seseorang untuk menghayati hidupnya dengan *self development*. Pemaknaan yang lebih dalam tergantung pada seberapa besar pengaktualisasian potensi dan kapasitas yang ada dalam diri seseorang, serta sejauh mana individu dapat mencapai cita-cita dan bertindak.² Kebermaknaan tidak lahir begitu saja, tetapi didapatkan dari luar diri seseorang. Makna hidup tidak diukur dari lamanya usia, tetapi mengarah pada kualitas hidup dari seseorang.³

¹Muhammad Suhaimi Bin Azizan, "Logoterapi dalam Meningkatkan Kebermaknaan Hidup di Tinjau Menurut Konseling Islam"(UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh, 2021): 45, ar-raniry.ac.id.

²Ahmad Khoirudin, *Menemukan Makna Hidup: Model Aplikasi Logoterapi pada Penderita Kejiwaan di PP. Asy-Syifa*, 1 ed. (Sukabumi: CV. Jejak, 2021), 48.

³Ach. Sudrajad Nurismawan et al., "Pendekatan Konseling Viktor Frankl dan Relevansinya Bagi Pendampingan Siswa di Masa Krisis," *Jurnal Filsafat Indonesia* 6, no. 1 (2023): 128, <https://doi.org/10.23887/jfi.v6i1.56065>.

Eksistensi seseorang sebagai manusia yang hidup merupakan wujud dari makna hidup itu sendiri. Hal ini berarti seseorang seharusnya tidak mempertanyakan makna hidup, tetapi justru memberi respons atau reaksi sebagai wujud tanggungjawab atas hidup yang dijalani. Akibat dari itu, reaksi yang ditimbulkan bukan hanya sekadar kata-kata, tetapi merupakan sebuah aksi.⁴ Makna hidup ialah suatu keadaan mengerti perihal sesuatu, terutama terhadap hal yang sedang dikerjakan dan apabila berhasil dipenuhi maka akan melahirkan kebahagiaan.⁵

Hidup yang bermakna adalah hal yang tidak dapat terganti, sebab hal tersebut adalah motivator sentral bagi manusia. Mendapatkan hidup yang bermakna akan menghasilkan rasa bangga dan jika tidak terealisasi akan membuat kecewa, sehingga menjadi hambatan untuk mengembangkan diri.⁶ Hambatan dalam pengembangan diri individu dapat disebabkan oleh berbagai hal, salah satunya adalah penderitaan. Penderitaan yang dialami manusia tentunya berbeda-beda. Penderitaan pada dasarnya dapat berupa cobaan dalam hidup seperti ditimpa penyakit yang tidak dapat disembuhkan, kehilangan orang-orang terkasih, atau bahkan menderita karena sedang dalam tahap mencari makna

⁴Ahmad Khoirudin, *Menemukan Makna Hidup: Model Aplikasi Logoterapi pada Penderita Kejiwaan di PP. Asy-Syifa*, 1 ed. (Sukabumi: CV. Jejak, 2021), 48-49.

⁵Jarman Arroisi, "Makna Hidup Perspektif Viktor Frankl: Kajian Dimensi Spiritual dalam Logoterapi," *Tajdid* 20, no. 1 (2021): 99–100, <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>.

⁶Lulu Maknunah dan Ahmad Fauzi, "Kebermaknaan Hidup Masyarakat Urban dalam Perspektif Hanna Djumhana Bastaman : Kajian Dimensi Spiritual Logoterapi," *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 2, no. 2 (2022): 91, <https://ejurnal.staiattanwir.ac.id/index.php/jbki/article/view/228/167>.

hidup.⁷ Penderitaan dalam hal ini adalah penderitaan yang tidak terhindarkan. Namun, ketika penderitaan bisa dihindari, hal yang seharusnya dilakukan adalah menghilangkan penyebabnya.⁸

Konsep makna hidup merupakan bagian dari konseling eksistensial humanistik. Eksistensi secara umum disebut juga sebagai keberadaan, sedangkan secara khusus diartikan sebagai cara manusia hidup di dunia. Eksistensialisme berpokok pada eksistensi daripada esensi atau hakikat.⁹ Tak jauh berbeda, konseling humanistik berpusat pada pemahaman terhadap manusia itu sendiri. Humanistik memandang manusia sebagai sosok yang mempunyai rasa sadar dan kuasa atas diri, serta mandiri untuk memilih arah dan kemauannya sendiri.¹⁰

Pendekatan eksistensial humanistik berpusat pada naluri manusia yang mencakup refleksi diri, responsif terhadap pengalaman, kewajiban, kesempatan untuk membuat keputusan, dan menemukan makna eksistensi sendiri. Metode ini didasarkan pada filosofi eksistensialis dan humanistik yang melihat manusia sebagai makhluk yang memiliki kebebasan untuk memanfaatkan potensinya untuk mencapai kesuksesan dan kemajuan pribadi.¹¹

⁷Ach. Sudrajad Nurismawan et al., "Pendekatan Konseling Viktor Frankl dan Relevansinya Bagi Pendampingan Siswa di Masa Krisis," *Jurnal Filsafat Indonesia* 6, no. 1 (2023): 128, <https://doi.org/10.23887/jfi.v6i1.56065>.

⁸Viktor E. Frankl, *Man's Search For Meaning*, ed. oleh Haris Priyatna, Cet. 17 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2024), 228.

⁹Syatria Adymas Pranajaya, Ananda Firdaus, dan Nurdin Nurdin, "Eksistensial Humanistik Dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam," *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 3, no. 1 (2020): 29, <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/alittizaan>.

¹⁰Syatria Adymas Pranajaya, dkk: 30.

¹¹Ata Luthfa Af Idati, "Pendekatan Eksistensial Humanistik dalam Konseling Islam," *Cons-edu Islamic Guidance and Counseling Journal* 04, no. 01 (2024): 159, <https://doi.org/https://doi.org/10.51192/cons.v2i2>.

Viktor E. Frankl merupakan salah satu tokoh yang mengembangkan pendekatan eksistensial humanistik dengan menekankan pada sifat dan kondisi manusia, serta refleksi filosofis tentang apa artinya menjadi manusia. Salah satu ide yang dipakai dalam teori ini merupakan konsep pengakuan eksistensial yang menyatakan bahwa manusia memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah sendiri atau bersedia mengambil tanggung jawab atas perasaan yang tidak menentu dan putus asa.¹²

Gerald Corey melalui Pranajaya mengemukakan konsep utama dari pendekatan eksistensial humanistik, yakni: (1) kesadaran diri, artinya manusia memiliki kesanggupan untuk menyadari eksistensinya. Semakin kuat rasa sadar, semakin luas juga kebebasannya untuk memutuskan sesuatu dengan rasa tanggung jawab. (2) Kecemasan, tanggung jawab, serta kebebasan. Kecemasan dapat timbul karena tidak adanya tanggung jawab terhadap kebebasan. Kecemasan juga dapat diperoleh melalui kesadaran terhadap keterbatasan dari yang sesuatu tidak dapat dihindari seperti kematian. (3) Penciptaan makna. Upaya untuk menemukan arah hidup dan membangun nilai-nilai dapat berpengaruh terhadap makna kehidupan.¹³

Selaras dengan hal tersebut, agama Islam memberikan kebebasan pada manusia untuk menentukan pilihan dalam kehidupannya. Namun, agama Islam juga memiliki garis untuk membatasi umatnya agar jauh dari sesuatu yang merugikan. Agama Islam meyakini bahwa Allah Swt. yang paling berpengaruh terhadap takdir manusia. Takdir adalah kepunyaan Allah Swt. dan manusia hanya

¹²Ata Luthfa Af Idati, 159.

¹³Syatria Adymas Pranajaya, Ananda Firdaus, dan Nurdin Nurdin, "Eksistensial Humanistik Dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam," *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 3, no. 1 (2020): 31, <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/alittizaan>.

dapat mengusahakan kehidupan dengan semua garis takdir yang sudah ditetapkan.¹⁴

Hal ini selaras dengan konseling Islam yang berorientasi pada pemberian pertolongan kepada seseorang agar tahu eksistensinya sebagai makhluk Allah Swt. dengan tetap memperhatikan hukum-hukum yang berlaku, yakni Al-Qur'an dan hadis. Konseling Islam merupakan aktivitas yang dilakukan oleh seorang konselor kepada individu atau kelompok (konseli) untuk menyelesaikan masalah dengan tujuan mencapai kebahagiaan hidup yang sesuai dengan ketentuan Allah Swt. Konseling Islam memiliki tujuan yakni menolong seseorang agar lebih sadar diri dan lebih percaya pada peran sebagai hamba dan khalifah Allah Swt.¹⁵

Manusia sebagai khalifah diartikan sebagai orang yang melaksanakan syariat hukum agama Islam dalam suatu kehidupan. Khalifah dalam hal ini bermakna pemimpin yang memikul tanggung jawab atas diri dan lingkungan.¹⁶ Konseling Islam juga berada pada titik yang sama, yakni memberikan bantuan kepada individu agar dapat bertanggung jawab terhadap kehidupan yang sedang

¹⁴Amanda Sephira Nuraini et al., "Membedah Konsep Takdir dalam Aqidah Islam: Antara Ketentuan Ilahi dan Kebebasan Manusia," *Jurnal Manajemen dan Pendidikan Agama Islam* 2, no. 4 (2024): 339, <https://doi.org/https://doi.org/10.61132/jmpai.v2i4.412>.

¹⁵Susi Nilasari dan Eka Danik Prahastiwi, "Peran Bimbingan Konseling Islam dalam Meminimalisasi Bullying Antar Teman di Lingkungan Sekolah," *Jurnal Pendidikan dan Sosial Budaya* 3 (2023): 653, <https://doi.org/https://doi.org/10.58578/yasin.v3i4.1284>.

¹⁶Muhammad Amin Fathih, dkk, "Manajemen Kepemimpinan dalam Perspektif Tafsir Al-Manar," *Eduprof: Islamic Education Journal* 4, no. 2 (2022): 59, <https://doi.org/10.47453/eduprof.xxx>.

dijalani.¹⁷ Namun, manusia tetap memiliki hak untuk menentukan apa yang diinginkan, seperti yang terdapat dalam Q.S A-Ra'd/13: 11.

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ

Terjemahnya:

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri.”¹⁸

Menurut M. Quraish Shihab, ayat ini membahas mengenai dua pelaku perubahan yakni Allah Swt. dan manusia. Allah Swt. yang mengubah sisi luar dari masyarakat, sedangkan manusia melakukan perubahan pada sisi dalam dirinya. Perubahan yang terjadi karena campur tangan Allah Swt. menyangkut kekayaan dan kemiskinan, kesehatan dan penyakit, persatuan dan perpecahan, serta hal-hal lainnya yang berkaitan dengan masyarakat secara umum, bukan individu. Perubahan yang dilakukan Allah Swt. harus didahului oleh perubahan masyarakat pada sisi dalam diri, sebab tanpa perubahan tersebut akan mustahil terjadi perubahan sosial.¹⁹ Oleh karenanya, manusia sebagai khalifah memiliki peran penting dalam mengusahakan perubahan di dalam kehidupannya.

Pandangan konseling Islam dalam menemukan makna hidup memiliki titik temu dengan makna hidup milik Frankl yang diabadikan di dalam bukunya yang berjudul “*Man’s Search For Meaning*”. Buku “*Man’s Search For Meaning*” menarik untuk diteliti karena lewat buku ini Frankl menyampaikan bahwa makna

¹⁷Syafaruddin, dkk, *Bimbingan & Konseling Perspektif Al-Qur’an dan Sains* (Medan: Perdana Publishing, 2017), 133.

¹⁸Kementerian Agama RI, *Al-Qur’an dan Terjemahnya*, (Unit Percetakan Al-Qur’an: Bogor, 2018), 336-337.

¹⁹M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur-an*, Volume 6 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 569.

hidup bisa saja didapatkan melalui penderitaan, seperti pengalamannya selama menjadi tawanan di tengah kesengsaraan dan kesukaran hidup di kamp penahanan Nazi saat Perang Dunia II.

Hal lain yang menarik dalam “*Man’s Search For Meaning*” adalah pemaparan tentang pentingnya memiliki makna dan memaknai kehidupan yang dijalani. Memiliki makna artinya mempunyai alasan untuk tetap bertahan, sedangkan memaknai kehidupan bisa dilakukan dengan menghargai hal-hal yang terjadi selama periode kehidupan, sekalipun bentuknya adalah kesulitan hidup. Di balik penderitaan yang dialami oleh seorang individu, penderitaan bisa saja merupakan gerbang dalam menemukan makna yang sesungguhnya.

Frankl mengemukakan suatu bentuk psikoterapi yang diciptakan secara khusus untuk menemukan makna hidup, yakni logoterapi yang merupakan aliran psikoterapi ketiga dari Wina setelah teori psikoanalisis milik Sigmund Freud dan teori Alderian milik Alfred Adler.²⁰ Frankl menjelaskan bahwa logoterapi lebih condong pada masa depan atau pada pencarian makna hidup yang harus dilakukan oleh individu. Jadi, logoterapi adalah psikoterapi yang memusatkan pada upaya pencarian makna hidup.²¹

B. Batasan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang yang telah dikemukakan sebelumnya, agar penelitian ini lebih terfokus dan tidak meluas dari pembahasan, maka penelitian ini membatasi lingkup penelitian terhadap konsep makna hidup di

²⁰Viktor E. Frankl, *Man’s Search For Meaning*, ed. oleh Haris Priyatna, Cet. 17 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2024), 163.

²¹Viktor E. Frankl, 162.

dalam buku “*Man’s Search For Meaning*”, serta relevansi makna hidup dalam buku tersebut dengan konseling Islam.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan sebelumnya, maka dapat dirumuskan beberapa pokok pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana konsep makna hidup dalam buku “*Man’s Search For Meaning*” karya Viktor E. Frankl?
2. Bagaimana relevansi makna hidup dalam buku “*Man’s Search For Meaning*” dengan konseling Islam?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, maka tujuan dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk menganalisis konsep makna hidup dalam buku “*Man’s Search For Meaning*,”
2. Untuk menganalisis relevansi makna hidup dalam buku “*Man’s Search For Meaning*” dengan konseling Islam.

E. Manfaat Penelitian

Dengan dicapainya tujuan penelitian, maka diharapkan penelitian ini bermanfaat untuk:

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharap bisa memberi sumbangsih keilmuan di bidang konseling Islam yang terkait tentang konsep makna hidup dalam buku “*Man’s Search For Meaning*” karya Viktor E. Frankl.

2. Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis dalam penelitian ini adalah:

- a. Memberikan pemahaman kepada masyarakat terkait konsep makna hidup dalam buku “*Man’s Search For Meaning*” karya Viktor E. Frankl dan relevansinya dengan konseling Islam;
- b. Memberikan manfaat dan menjadi referensi untuk mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Islam mengenai konsep makna hidup dalam buku “*Man’s Search For Meaning*” karya Viktor E. Frankl dan relevansinya dengan konseling Islam; dan
- c. Dapat dijadikan bahan rujukan dalam melakukan penelitian dengan materi dengan tema serupa.

F. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan

Pada dasarnya, suatu penelitian yang dibuat memerhatikan penelitian-penelitian lain yang dapat dijadikan rujukan. Terdapat tiga kajian penelitian terdahulu yang menjadi referensi dengan memerhatikan beberapa poin vital antara hasil penelitian yang sudah ada dengan penelitian yang akan dikaji.

Penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Suhaimi Bin Azizan mahasiswa Bimbingan dan Konseling UIN An-Raniry Darussalam pada tahun 2021 yang berjudul, “*Logoterapi dalam Meningkatkan Kebermaknaan Hidup ditinjau Menurut Konseling Islam*”. Penelitian ini adalah penelitian kualitatif yang menggunakan teknik *library research* untuk mengumpulkan data-datanya. Hasil dari penelitian ini memperlihatkan bahwa perspektif konseling Islam terhadap pemikiran Viktor E. Frankl tentang logoterapi memiliki persamaan, yakni untuk

menolong konseli dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi sehingga mampu mengembangkan potensi diri, sehingga terwujudlah hidup yang bahagia.²²

Titik persamaan dengan penelitian yang akan dikaji terdapat dalam pembahasan logoterapi untuk meningkatkan makna hidup, sekaligus ditinjau dari kacamata konseling Islam. Adapun perbedaannya adalah penelitian ini hanya berfokus pada logoterapi sebagai sarana untuk meningkatkan makna hidup, sedangkan penelitian yang ingin dikaji adalah buku "*Man's Search For Meaning*" yang tidak hanya membahas tentang logoterapi, tetapi juga menyajikan kisah-kisah Frankl dan para tawanan dalam menemukan dan mencari makna hidupnya selama di kamp penahanan.

Artikel yang ditulis oleh Ach Sudrajad Nurismawan, dkk mahasiswa magister Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya pada tahun 2023 yang berjudul, "*Pendekatan Konseling Viktor Frankl dan Relevansinya Bagi Pendampingan Siswa di Masa Krisis*". Artikel ini memakai metode kajian pustaka yang bersumber dari artikel dan buku "*Man's Search for Meaning*" karya Viktor E. Frankl. Hasil dari artikel ini menyatakan bahwa konseling menggunakan logoterapi dapat menjadi pilihan untuk membantu seseorang yang kehilangan makna hidup akibat pandemi Covid-19. Lewat penelitian ini, peserta didik diajak

²²Muhammad Suhaimi Bin Azizan, "Logoterapi dalam Meningkatkan Kebermaknaan Hidup di Tinjau Menurut Konseling Islam"(UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh, 2021): 114, ar-raniry.ac.id.

untuk merefleksikan segala pengalamannya yang pahit menjadi lebih bermakna agar siswa merasa masih memiliki harapan untuk mampu menjalani kehidupan.²³

Persamaan artikel ini dengan penelitian yang akan dikaji ada pada penggunaan buku *“Man’s Search For Meaning”* sebagai salah satu sumbernya. Adapun yang menjadi pembeda ada dalam tujuannya, di mana penelitian ini bertujuan untuk memberi bantuan pada individu yang kehilangan makna hidup akibat pandemi Covid-19, sedangkan penelitian yang ingin dikaji bertujuan untuk mengetahui pandangan konseling Islam terhadap konsep makna hidup di dalam buku *“Man’s Search For Meaning.”*

Artikel yang ditulis oleh Akifa Syahrir, Nur Hidayah, dan Muhammad Basir, mahasiswa diploma Tiga Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Gorontalo, dan mahasiswa Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, UIN Alauddin pada tahun 2022 dengan judul *“Intervensi Logoterapi pada Peningkatan Harga Diri dan Kebermaknaan Hidup Remaja di Panti Asuhan Nahdhiyat Makassar”*. Jenis yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *True-Eksperimental Design*. Responden penelitian ini merupakan remaja awal di Panti Asuhan Nahdhiyat Makassar yang berjumlah 19 orang. Ada dua kelompok yang dibuat dalam penelitian ini, yakni kelompok intervensi dan kelompok kontrol dan perlakuan yang keduanya diberikan pelaksanaan logoterapi. Adapun hasil penelitian, yaitu

²³Ach. Sudrajad Nurismawan et al., “Pendekatan Konseling Viktor Frankl dan Relevansinya Bagi Pendampingan Siswa di Masa Krisis,” *Jurnal Filsafat Indonesia* 6, no. 1 (2023): 13. <https://doi.org/10.23887/jfi.v6i1.56065>.

terdapat dampak antara kebermaknaan hidup dan harga diri pada kelompok intervensi dan juga pada kelompok kontrol dan perlakuan.²⁴

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dikaji terdapat pada logoterapi dalam meningkatkan makna hidup. Adapun yang menjadi pembeda adalah penelitian ini memiliki tujuan untuk tahu akan dampak logoterapi terhadap peningkatan kebermaknaan hidup remaja dan harga diri di Panti Asuhan Nahdhiyat Makassar, sedangkan tujuan dari penelitian yang akan dikaji, yaitu tentang konsep makna hidup dalam buku “*Man’s Search For Meaning*” dan relevansinya dalam konseling Islam.

G. Metode Penelitian

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian pustaka yang memakai pendekatan hermeneutika. Penelitian pustaka adalah kegiatan pengumpulan data pustaka, membaca, mencatat, serta mengolah bahan penelitian.²⁵ Hermeneutika berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia didefinisikan sebagai sebuah disiplin ilmu tentang interpretasi asas-asas metodologis. Interpretasi menurut KBBI diartikan sebagai memberikan pendapat, kesan, atau perspektif teoretis terhadap sesuatu.²⁶

²⁴Akifa Syahrir, dkk, “Intervensi Logoterapi Pada Peningkatan Harga Diri dan Kebermaknaan Hidup Remaja di Panti Asuhan Nahdhiyat Makassar,” *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale (JKFN)* 5, no. 1 (2022): 2-3, <https://doi.org/10.52774/jkfn.v5i1.86>.

²⁵Mestika Zed, *Metode Penelitian kepustakaan*, Cet. 4 (Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2017), 3.

²⁶Kamus Besar Bahasa Indonesia . Edisi VI.

Hermenutika secara sederhana merupakan interpretasi ilmu pengetahuan dan juga interpretasi terhadap kehidupan sehari-hari.²⁷ Hermenutika berarti menginterpretasi yang merujuk pada prinsip-prinsip ataupun metode untuk menemukan makna atau maksud pengarang.²⁸ Pada zaman Yunani kuno, istilah hermeneutika memiliki hubungan dengan *herméneia* yang digunakan untuk mengatakan, menerjemahkan, menjelaskan, atau menginterpretasikan. Selanjutnya, pada masa modern dan kontemporer hermeneutika dikenal karena banyak diskusi tentang beberapa masalah, yakni teori dan filsafat hermeneutika, serta hermeneutika kritis.²⁹

Tugas hermeneutika adalah menemukan makna. Makna dalam hal ini berarti menemukan makna hidup atau setidaknya menemukan artinya dalam kehidupan. Pandangan dunia yang mendasari hermeneutika menganggap bahasa sebagai alat yang dapat menyampaikan berbagai makna, termasuk makna filosofis.³⁰

Berdasarkan pemaparan sebelumnya, maka ditarik kesimpulan bahwa hermeneutika dapat didefinisikan sebagai suatu bentuk interpretasi atau penafsiran terhadap istilah, kata, atau kalimat tertentu dalam sebuah teks. Oleh karenanya, hermeneutika dalam penelitian ini dapat disimpulkan sebagai suatu pendekatan

²⁷Jens Zimmerman, *Hermeneutika: Sebuah Pengantar Singkat*, ed. oleh Leonart Maruli (Yogyakarta: IRCiSoD, 2021), 15.

²⁸Darmiyati Zuchdi dan Wiwiek Afifah, *Analisis Konten Etnografi & Grounded Theory dan Hermenutika dalam penelitian* (Jakarta: Bumi Aksara, 2019), 187.

²⁹Masykur Wahid, *Teori Interpretasi Paul Ricoeur*, LKiS Yogyakarta (Yogyakarta, 2015), 2.

³⁰Syakieb Sungkar, "Hermeneutika Paul Ricoeur," *Jurnal Dekonstruksi* 09, no. 03 (2023): hal. 5, <https://doi.org/10.54154/dekonstruksi.v9i03.160>.

untuk memberikan jajak pendapat, baik berupa interpretasi atau penafsiran terhadap buku “*Man’s Search For Meaning.*”

Pendekatan hermeneutika dalam penelitian ini merupakan analisis hermeneutika yang dikembangkan oleh Paul Ricoeur dengan pertimbangan berupa pandangan Ricoeur dalam mengembangkan konsep hermeneutika sebagai suatu sistem interpretasi. Melalui Musfikasari, teori hermeneutika Ricoeur berkaitan mengenai jalannya suatu pengetahuan dengan perspektif teoretis suatu interpretasi teks. Teks merupakan cara berpikir suatu sistem tertentu (realisasi diskursus) yang disalurkan secara resmi dalam bentuk tulisan. Hermeneutika terkait satu sama lain terhubung dengan huruf yang disajikan dalam bentuk tulisan atau aksara sebagai pengganti pengucapan lisan.³¹

Paul Ricoeur dalam karyanya *Freud and Philosophy* melalui Hardiman mengemukakan bahwa interpretasi tidak hanya untuk mendapatkan makna dalam suatu teks, seolah-olah makna adalah hal yang nyata. Memahami teks artinya menghubungkannya dengan makna hidup melalui refleksi.³² Sistem interpretasi menurut Ricoeur melalui Purnama menggiring hermeneutika pada tindakan atau pengalaman reflektif yang dimiliki bahasa dalam sebuah proses komunikasi. Melalui proses komunikasi dapat membawa pada perjalanan interpretasi sosial dengan orang lain melalui bahasa.³³

³¹Gafriana Musfikasari, Aslan Abidin, dan Ridwan, “Sense dan Reference dalam Novel Eldest Karya Christopher Paolini: Analisis Hermeneutika Paul Ricoeur,” *Prosodi: Jurnal Ilmu Bahasa dan Sastra* 18, no. 1 (2024): 62, <https://doi.org/10.21107/prosodi.v18i1.20759>.

³²F. Budi Hardiman, *Seni Memahami Hermeneutik dari Schleiermacher sampai Derrida* (Yogyakarta: PT Kanisius, 2015), 241.

³³Dharmawan Ardi Purnama, *Pembaruan Logoterapi Viktor Frankl: Pencarian Makna Hidup melalui Interpretasi Hermeneutika Naratif Restoratif* (Depok: PT Kanisius, 2021), 178.

Ricoeur melalui Faddila mengemukakan bahwa interpretasi adalah proses pengungkapan bentuk keberadaan baru. Jika referensi teks merupakan proyeksi dunia, pembaca bukanlah yang memproyeksikan dirinya sendiri. Sebaliknya, pembaca memperoleh cara baru untuk memproyeksikan dirinya sendiri dengan memperoleh bentuk baru dari keberadaan teks itu sendiri. Ricoeur menjelaskan bahwa memaknai teks tidak berarti menolak interpretasi pribadi pengarang dan pembaca. Sebaliknya, itu berarti memahami bagaimana teks berhubungan dengan penafsir. Tujuannya adalah untuk menyatukan dunia teks dan terjemahan.³⁴

Menginterpretasi teks artinya menghayati teks dan terbuka terhadapnya, yang memungkinkan memahami teks tanpa terikat dengan tradisi atau latar belakang penulis. Proses ini dilakukan secara bolak balik, dan setelah memeriksa maksud pengarang, status budaya dan sosial teks, atau khalayak sasarannya, teks dapat dibaca dan ditafsirkan secara luas.³⁵ Teori hermeneutika Ricoeur memiliki tiga tahapan. Pertama yakni proses penafsiran teks yang dimulai dengan menebak maknanya, sebab pembaca sesungguhnya tidak mempunyai jalan masuk untuk mengerti maksud dari pengarang teks. Menurut Ricoeur, tahapan ini merupakan cara memahami paling awal dan naif karena berusaha memahami teks secara umum, belum menyangkut detailnya. Pada momen ini, teks bisa saja menghadirkan beragam arti.³⁶

³⁴Dita Faddila, "Kritik Sosial Cerpen 'Membimbing Anak Buta' dalam Buku Sepasang Sepatu Karya Sapardi Djoko Damono (Analisis Hermeneutika Paul Ricoeur)" (UIN Raden Fatah Palembang, 2021): 15, <https://doi.org/10.21107/prosodi.v18i1.20759>.

³⁵Dita Faddila, 15.

³⁶Edi Susanto, *Studi Hermeneutika: Kajian Pengantar*, Cet. 1 (Jakarta: Penerbit Kencana, 2016), 61.

Kedua, penafsir mulai menelaah penjelasan mengenai pemaknaan awal dari hasil pengalaman prarefleksif. Pemaknaan awal dapat dikoreksi atau diperdalam dengan mempertimbangkan struktur objektif yang jelas.³⁷ Tahap ketiga disebut sebagai *appropriation* (apropriasi), yakni tindakan memahami diri sendiri dan merupakan puncak dari proses penafsiran. Ricoeur menempatkan aspek eksistensial dalam teori hermeneutikanya. Pada keadaan ini, muncullah dialog antara pembaca dengan teks.³⁸ Melalui apropriasi, teks memiliki kemampuan untuk membuka pintu ke dunia baru, yakni dunia dari teks dan seorang penafsir menggunakan teknik hermeneutik untuk mendapatkan pengetahuan mengenai makna tersembunyi pada teks.³⁹

Hermeneutika Ricoeur sejalan dengan prinsip penelitian ini yang berfokus pada penelaahan konsep makna hidup dengan memerhatikan interpretasi Frankl tentang pengalamannya melalui buku "*Man's Search For Meaning*." Selanjutnya, interpretasi Frankl tentang makna hidup ditelaah secara mendalam kemudian dikaitkan dengan konseling Islam.

2. Sumber Data Penelitian

Sumber data dalam penelitian ini meliputi sumber seperti buku, artikel, maupun karya tulis ilmiah lainnya yang dapat mendukung dan relevan. Sumber data terbagi menjadi dua, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder.

³⁷Edi Susanto, *Studi Hermeneutika: Kajian Pengantar*, Cet. 1 (Jakarta: Penerbit Kencana, 2016), 62.

³⁸Edi Susanto, 62.

³⁹Masykur Wahid, *Teori Interpretasi Paul Ricoeur*, LKiS Yogyakarta (Yogyakarta, 2015), XV-XVI.

- a. Sumber data primer sekaligus subjek dalam penelitian ini adalah buku Viktor E. Frankl yang berjudul "*Man's Search For Meaning*" versi terjemahan bahasa Indonesia yang diterbitkan oleh Penerbit Noura Books pada tahun 2017. Buku yang digunakan merupakan edisi cetakan ke-17 yang dicetak pada Februari 2024.
- b. Sumber data sekunder dalam penelitian ini meliputi literatur-literatur berupa artikel, buku, maupun karya tulis ilmiah yang diakses secara daring dan luring. Peneliti juga menggunakan dua buku karya Frankl yang berjudul *The Will To Meaning* dan *Yes To Life* sebagai tambahan data dalam penelitian ini. Adapun buku karangan penulis lain yang juga membahas mengenai makna hidup dan teori logoterapi, yakni buku karangan H.D Bastaman yang berjudul *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan teknik studi pustaka (*library research*). Studi pustaka berguna untuk menelaah informasi yang berbentuk tulisan dengan cara membaca, melakukan pencatatan yang sistematis, dan melakukan analisis. Adapun teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Menyiapkan buku yang akan diteliti, yakni buku "*Man's Search For Meaning*",
- b. Membaca buku "*Man's Search For Meaning*",

- c. Mengklasifikasikan konsep makna hidup dalam buku "*Man's Search For Meaning*",
- d. Mengidentifikasi relevansi makna hidup yang terdapat dalam buku "*Man's Search For Meaning*" dengan konseling Islam, dan
- e. Mengumpulkan data dan data tersebut digunakan peneliti untuk dianalisis.

4. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah dengan mendeskripsikan dengan detail data-data yang diperoleh tanpa direduksi ke dalam ukuran-ukuran pengangkaan. Data-data yang diperoleh dalam penelitian ini akan diolah dengan cara:

- a. Mengklasifikasi masalah-masalah yang sesuai dengan tujuan penelitian,
- b. Mengidentifikasi konsep makna hidup yang terdapat dalam buku "*Man's Search For Meaning*",
- c. Mengidentifikasi relevansi makna hidup yang terdapat dalam buku "*Man's Search For Meaning*" dengan konseling Islam,
- d. Menginterpretasi konsep makna hidup dalam buku "*Man's Search For Meaning*",
- e. Menginterpretasi relevansi makna hidup yang terdapat dalam buku "*Man's Search For Meaning*" dengan konseling Islam,
- f. Membahas konsep makna hidup dalam buku "*Man's Search For Meaning*",
- g. Membahas relevansi makna hidup yang terdapat dalam buku "*Man's Search For Meaning*" dengan konseling Islam, dan
- h. Menyimpulkan hasil penelitian.

H. Defenisi Istilah

1. Makna Hidup

Makna hidup adalah suatu penghayatan untuk menemukan sesuatu yang berharga dan memberikan alasan agar tetap hidup. Makna hidup memberikan nilai untuk menjalani hidup sekaligus berjuang untuk mencapai atau mempertahankannya dengan rasa bertanggung jawab.

2. Buku “*Man’s Search For Meaning*”

Buku “*Man’s Search For Meaning*” adalah buku yang mengisahkan tentang pengalaman Frankl dan para tawanan, serta usaha pencarian makna hidup di tengah penderitaan dan kekejian kamp konsentrasi Nazi saat Perang Dunia II. Buku “*Man’s Search For Meaning*” juga menjelaskan tentang teknik logoterapi Frankl secara ringkas. Teknik logoterapi tersebut berfungsi untuk membantu manusia dalam menemukan makna hidupnya.

3. Konseling Islam

Konseling Islam adalah usaha yang dilakukan untuk menolong seseorang kembali ke fitrahnya sebagai manusia yang beragama dan mampu mengembangkan pikiran, iman, dan keinginan, serta mengatasi permasalahan dalam kehidupannya secara mandiri berdasarkan pada Al-Qur’an dan hadis.

BAB II

RUANG LINGKUP MAKNA HIDUP

A. Makna Hidup

Konsep makna hidup diperkenalkan oleh Viktor E. Frankl. Berbekal pengalamannya menjadi tawanan Nazi saat Perang Dunia II, Frankl menuliskannya dalam sebuah buku memoar berjudul “*Man's Search For Meaning*” yang ditulis selama sembilan hari berturut-turut pada tahun 1945.¹ Defenisi makna hidup pada dasarnya memiliki arti yang beragam, sebab dipengaruhi oleh pengalaman selama hidup. Hal ini dipertegas oleh Frankl melalui “*Man's Search For Meaning*” yang tidak menjelaskan pengertian makna hidup secara umum, sebab menurutnya makna hidup berbeda-beda antar manusia. Defenisi makna hidup baginya adalah makna yang bersifat khusus dari hidup individu di suatu saat tertentu. Frankl mendefenisikan makna hidup sebagai sebuah sikap bertanggung jawab terhadap hidup yang sedang dijalani.²

Menurut Schultz melalui Lengkey, makna hidup dapat menggiring individu kepada tujuan hidup dan dapat menjadi bukti keberadaan individu. Schultz memaparkan bahwa eksistensi seseorang terdiri dari kemampuan untuk “*survive*” dalam penderitaan dan mempertahankan tujuan dalam hidupnya. Berbeda dengan Schultz, Krueger melalui Lengkey mendefinisikan arti hidup dengan cara yang unik. Menurut Krueger makna hidup adalah karakteristik setiap manusia, baik berupa gaya hidup atau cara memaknai kehidupan. Pemaknaan

¹Viktor E. Frankl, *Man's Search For Meaning*, ed. oleh Haris Priyatna, Cet. 17 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2024), 18.

²Viktor E. Frankl, 176-178.

hidup pasti berbeda antar individu yang disesuaikan dari cara atau gaya seseorang dalam menemukan makna.³

Kebahagiaan merupakan hasil yang diperoleh dari proses pencarian makna hidup. Bastaman berpendapat bahwa makna hidup ialah sesuatu yang dianggap berharga dan dapat memberikan nilai spesifik bagi individu, hingga patut dijadikan tujuan. Hal tersebut disesuaikan dengan kondisi dan pengalaman dari individu pada suatu kondisi tertentu. Memenuhi tujuan hidup akan membuat individu merasa berarti dan bahagia.⁴

Berdasarkan pemaparan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa makna hidup adalah suatu bentuk keinginan individu untuk menemukan sesuatu yang berharga dalam hidupnya dengan tujuan untuk mengetahui dan memberikan alasan agar tetap bertahan hidup. Tujuan-tujuan untuk dapat mencapai makna hidup akan berbeda-beda pada setiap individu. Oleh karenanya, setiap individu memiliki alasan dan tanggung jawab yang unik dalam kehidupan dan berpucuk pada keinginan untuk mengetahui makna dari hidup yang sedang dijalani.

B. Buku “*Man’s Search For Meaning*”

1. “*Man’s Search For Meaning*”

“*Man’s Search For Meaning*” (Pencarian Makna Manusia) merupakan sebuah memoar yang ditulis oleh Viktor E. Frankl setelah ia dibebaskan dari kamp penahanan Nazi. Buku “*Man’s Search For Meaning*” dikategorikan sebagai buku

³Irianto Putra Lengkey, “Kajian Makna Hidup Terhadap Pandangan Paramedis dan Tokoh Agama tentang Pasien Kanker dari Perspektif Logoterapi Frankl,” *Jurnal Pastoral Konseling* 3, no. 2 (2022): 17. <https://doi.org/10.51667/pjpk.v3i2.1227>.

⁴H.D Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, 1 ed. (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2007), 38.

nonfiksi karena dibuat berdasarkan kejadian nyata dan disusun berdasarkan fakta. Buku “*Man’s Search For Meaning*” mencantumkan pengalamannya dan upaya bertahan hidup Frankl sebagai tahanan di kamp konsentrasi Nazi selama Perang Dunia II, serta menerangkan metode psikoterapi yang diciptakannya, yaitu logoterapi sebagai bentuk psikoterapi untuk mencari makna hidup.⁵

Buku “*Man’s Search For Meaning*” terbit pada tahun 1946 yang awalnya akan diterbitkan secara anonim. Cetakan pertama yang berbahasa Jerman tidak mencantumkan namanya di sampul buku, meski pada saat-saat terakhir ketika akan terbit, Frankl bersedia agar namanya dicantumkan. Judul awal yang berbahasa Inggris adalah *From Death Camp to Existentialism*. Judul lengkap buku ini yang beredar luas adalah *Man’s Search For Meaning: An Introduction to Logotherapy*, walaupun anak judul ini jarang ditampilkan di sampul edisi terbaru.⁶

Buku “*Man’s Search For Meaning*” terdiri dari enam bab dengan dua bab utama yang membahas mengenai pengalaman Frankl di kamps Nazi dan pengenalan teknik logoterapinya. Bab pertama berjudul “*Pengalaman di Kamp Konsentrasi*” menerangkan analisa Frankl mengenai pengalamannya selama menjadi tawanan di beberapa kamp Nazi.⁷ Bab kedua dengan judul “*Logoterapi secara Ringkas*” memperkenalkan ide-idenya tentang makna dan teori logoterapi.⁸ Buku ini ditutup dengan mencantumkan bab “*Catatan Akhir 1984*” sebagai

⁵Viktor E. Frankl, *Man’s Search For Meaning*, ed. oleh Haris Priyatna, Cet. 17 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2024), 11.

⁶Viktor E. Frankl, 18.

⁷Viktor E. Frankl, 23.

⁸Viktor E. Frankl, 159.

pelengkap bab-bab sebelumnya mengenai pengalaman dan konsep logoterapinya yang sudah banyak diadopsi oleh pengarang bahkan psikoterapis lain untuk memberi bantuan kepada seseorang untuk menemukan makna yang terkandung di hidupnya.⁹

2. Sinopsis Buku

“Man’s Search For Meaning” merupakan karya Frankl yang menanggung sukses, meski semula ingin diterbitkan secara anonim. Buku ini mengambil sudut pandang dari seorang penyintas dengan memaparkan pengalaman serta caranya bertahan hidup di tengah-tengah kondisi memprihatinkan. Kekejaman para Capo, serdadu Nazi, mandor-mandor kamp, pekerjaan berat dengan makanan yang kurang layak di tengah cuaca yang dingin, fasilitas kesehatan yang sangat kurang, hingga harapan akan kebebasan mengisi lembar-lembar buku ini. Frankl melalui buku *“Man’s Search For Meaning”* menyajikan situasi ekstrem di kamp konsentrasi Nazi untuk menyampaikan kepada pembaca bahwa hidup mengandung makna yang terselip dalam semua keadaan, meski berada di tengah kehidupan yang menyakitkan.¹⁰

Ketika masih menjadi tahanan di kamp konsentrasi Nazi, Frankl banyak melihat teman-teman sesama tawanan yang terenggut nyawanya. Namun, di balik kesengsaraan yang dialami terdapat hal-hal kecil yang sedikit banyak bisa membantu untuk sejenak melupakan keadaan buruk yang dialami. Humor, penghayatan terhadap alam, mengingat kisah-kisah masa lalu, bercakap-cakap tentang makanan kesukaan, dan berandai-andai tentang kehidupan setelah

⁹Viktor E. Frankl, 213.

¹⁰Viktor E. Frankl, 18.

dibebaskan merupakan hal yang paling sering dilakukan. Frankl secara pribadi bertahan dengan mengingat masa-masa indah bersama istrinya meski dalam bentuk khayalan.¹¹

Berdasarkan hal tersebut, Frankl menyadari bahwa di balik keadaan yang sulit, manusia masih tetap bisa bertahan dengan tidak membiarkan kebebasan spiritual dan kebebasan berpikirnya ikut terenggut.¹² Berkaca dari hal tersebut, lahir teori logoterapi yang khusus diciptakan sebagai pendekatan untuk menemukan makna hidup. Logoterapi lahir sebagai suatu bentuk psikoterapi dan oleh karenanya mulai diterapkan secara medis ketika menjabat sebagai direktur Poliklinik Neurologi Vienna. Bahkan setelah kematiannya, logoterapi terus dikembangkan oleh generasi penerusnya yang dimuat dalam Viktor Frankl Institute.¹³

3. Biografi Singkat Viktor E. Frankl

Viktor E. Frankl merupakan seorang tokoh psikoterapi dari Austria sekaligus pendiri logoterapi yang dikenal sebagai mazhab ketiga psikoterapi dari Wina, bersanding dengan aliran psikoanalisis Sigmund Freud dan alderian milik Alfred Adler. Pemikiran tentang logoterapi pada awalnya sudah muncul sebelum Frankl dijadikan tawanan Nazi. Namun, gagasan logoterapi Frankl semakin

¹¹Viktor E. Frankl, 73-82.

¹²Viktor E. Frankl, 102.

¹³Viktor E. Frankl, *Yes To Life*, ed. oleh Pangestuningsih, Cet. 2 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2022): 161.

matang ketika berada di kamp Nazi saat Perang Dunia II yang dipicu dari pengalaman dan pengamatannya terhadap penghuni kamp selama tiga tahun.¹⁴

Viktor E. Frankl lahir di Wina pada tanggal 26 Maret 1905 dari keluarga Yahudi. Frankl adalah anak kedua dari pasangan Gabriel Frankl dan Elsa Frankl. Nilai-nilai spiritual Yudaisme telah dibangun sejak dini dan sangat berpengaruh pada diri Frankl, khususnya mengenai makna hidup.¹⁵ Pada tahun 1942 sampai 1945, Frankl menjadi ditawan dan ditempatkan dalam kamp konsentrasi maut Jerman. Orang tua, saudara laki-laki, istri dan anak-anaknya mati. Selama hampir tiga tahun menjadi tahanan tentara Nazi, Frankl pernah menghuni Auschwitz, Dachau, Treblinka, dan Maidanek, yakni kamp-kamp tempat ribuan orang Yahudi yang tak bersalah menjadi korban kebingungan terhadap sesama manusia.¹⁶ Pengalaman kelam tersebut tak pernah lenyap dari ingatan, tetapi Frankl mampu menggunakannya secara konstruktif dan tidak ingin kenangan tersebut menghilangkan cinta dan keinginannya untuk hidup.¹⁷

Frankl mendapatkan dan menyaksikan para tahanan disiksa dan dibunuh secara kejam selama di kamp. Namun, di sisi lain Frankl berusaha membantu untuk meringankan penderitaan sesama tawanan dengan melapangkan hati orang-orang yang putus asa dan memperlihatkan arti hidup, meski berada dalam kondisi

¹⁴Viktor E. Frankl, *Man's Search For Meaning*, ed. oleh Haris Priyatna, Cet. 17 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2024): 20.

¹⁵Jarman Arroisi, "Makna Hidup Perspektif Viktor Frankl: Kajian Dimensi Spiritual dalam Logoterapi," *Tajdid* 20, no. 1 (2021): 30. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>.

¹⁶H.D Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, 1 ed. (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2007), 36.

¹⁷Muhammad Suhaimi Bin Azizan, "Logoterapi dalam Meningkatkan Kebermaknaan Hidup di Tinjau Menurut Konseling Islam" (UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh, 2021), 21. ar-raniry.ac.id.

yang penuh derita. Frankl mengetahui bahwa tawanan yang menunjukkan ketabahan dan tetap bertahan ialah orang-orang yang berhasil meluaskan harapan akan kebebasannya. Harapan bersua kembali dengan keluarga dan keyakinan akan campur tangan Tuhan dengan berusaha melakukan hal-hal yang baik, berhasil melahirkan makna dari penderitaan yang dialami para tawanan (*meaning in suffering*).¹⁸

Perang Dunia II berakhir, tawanan yang tersisa mendapatkan kebebasan. Frankl pulang ke Wina dan mengepalai Poliklinik Neurologi Wina (*Vienna Neurological Policlinic*) selama dua puluh lima tahun. Frankl mendapat gelar professor di Harvard, Stanford, Dallas, dan Pittsburgh, serta menjadi Profesor Kehormatan untuk Logoterapi di Universitas Internasional Amerika Serikat, di San Diego, California.¹⁹ Frankl menulis banyak buku bertemakan makna hidup, sekaligus mengembangkan aliran psikoterapinya, yakni logoterapi.²⁰

Frankl menyebarkan pandangannya mengenai logoterapi melalui artikel, buku, dan ceramah-ceramah. Frankl juga giat melakukan banyak aktivitas kuliah tamu ke penjuru universitas di seluruh dunia. Dua puluh lima universitas di benua Eropa, Amerika, Afrika, dan Asia memberi Frankl gelar akademik kehormatan, mendapatkan Penghargaan Oskar Pfister dari Asosiasi Psikiatri Amerika

¹⁸Muhammad Suhaimi Bin Azizan, 21.

¹⁹Viktor E. Frankl, *The Will to Meaning*, ed. oleh Gita Widya Laksmi Soerjoatmodjo, Cet. 2 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2022): 259.

²⁰H.D Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, 1 ed. (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2007), 36.

(*American Pshyciatric Association*) dan anggota kehormatan dalam Akademik Ilmu Pengetahuan Austria (*Austrian Academy of Science*).²¹

Pada masa Perang Dunia II, Frankl tinggal di kamp selama tiga tahun, yakni di kamp Auschwitz, Dachau, dan kamp-kamp konsentrasi lainnya. Viktor E. Frankl meninggal dunia di Wina pada 2 September 1997 karena gagal jantung. Frankl telah menulis puluhan buku yang dialihbahasakan ke banyak bahasa, termasuk ke dalam bahasa Indonesia, dan bukunya yang paling dikenal publik berjudul “*Man’s Search For Meaning*”.²²

C. Konsep Makna Hidup

Tiga konsep makna hidup yang dikemukakan di dalam penelitian ini, yakni kebebasan berkehendak (*The Freedom of Will*), keinginan akan makna (*The Will to Meaning*), dan makna hidup (*The Meaning of Life*) diambil dari tiga landasan filsafat logoterapi yang merupakan suatu psikoterapi untuk menemukan makna hidup.²³ Tiga landasan logoterapi tersebut dijadikan sebagai indikator dalam penelitian untuk menganalisis bentuk-bentuk makna hidup yang terdapat di dalam buku “*Man’s Search For Meaning*”.

1. Kebebasan Berkehendak (*The Freedom of Will*)

Manusia mempunyai banyak kemampuan atau potensi, sekaligus mempunyai batas dan jangkauan yang lebih luas dan bebas untuk menemukan

²¹Viktor E. Frankl, *The Will to Meaning*, ed. oleh Gita Widya Laksmi Soerjoatmodjo, Cet. 2 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2022): 259.

²²Viktor E. Frankl, *Man’s Search For Meaning*, ed. oleh Haris Priyatna, Cet. 17 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2024): 253.

²³H.D. Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna* (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2007), 41.

makna hidup dan menjadikan kehidupan lebih baik. Namun, banyak hal yang harus dipahami garis-garis yang membedakan, yakni yang pertama orang-orang memiliki kebebasan yang tidak mencakup pada kebebasan biologis, psikologis atau dari perspektif sosiologis, tetapi kebebasan yang dimaksud adalah kebebasan dalam mengontrol keadaan dan perspektif untuk mencapai tujuan hidup manusia. Kedua, kebebasan yang dikombinasikan dengan tanggung jawab, sebab kebebasan pasti selalu selaras dengan tanggung jawab.²⁴

Manusia memiliki banyak kebebasan, tetapi kebebasan itu terbatas. Kebebasan dalam hal ini berupa kebebasan untuk memilih sikap terhadap situasi yang dijalani. Kebebasan juga berarti bahwa seseorang memiliki hak dan kemerdekaan pribadi untuk memilih bagaimana menjalani hidupnya. Jika seseorang dapat melakukannya, maka hidupnya akan lebih bermakna.²⁵

Bastaman mengemukakan bahwa kebebasan dibatasi oleh berbagai aspek, yakni ragawi, sosial budaya, dan kerohanian. Kebebasan manusia bukan bawaan biologis, psikososial, dan kesejarahannya, tetapi lebih kepada kebebasan untuk memilih sikap terhadap situasi yang sedang dialami dalam kehidupan. Manusia adalah "*The Self Determining Being*". Artinya, manusia mempunyai kemampuan dan kebebasan untuk mengatur kembali kondisi hidup agar mendapatkan

²⁴Rini Komalasari dan H M Sattu Alang, "Metodologi Logoterapi Terhadap Korban Kekerasan Seksual di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak Kota Makassar," *Journal of Islamic Integrated Research* 2, no. 2 (2024): 85. <https://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/ritma/article/view/47360>.

²⁵Muhammad Suhaimi Bin Azizan, "Logoterapi dalam Meningkatkan Kebermaknaan Hidup di Tinjau Menurut Konseling Islam" (UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh, 2021), 93. ar-raniry.ac.id.

kehidupan yang bermutu, tetapi tetap memiliki batasan tertentu. Selanjutnya, kebebasan tetap harus disertai dengan tanggung jawab (*responsibility*).²⁶

Kebebasan manusia dalam berpikir dan bertindak merupakan hak yang dimiliki oleh setiap manusia dan tidak boleh direbut darinya, sekalipun dalam keadaan yang paling menderita. Kehendak individu adalah suatu bentuk kekuasaan yang ada dalam diri untuk memilih jalan atau keputusan sendiri. Kekuasaan atau kebebasan terhadap diri sendiri tidak dapat dihilangkan dan tidak dapat dibagi-bagi.²⁷ Manusia memiliki kebebasan dan hak untuk mendapatkan kebebasan. Hal itulah yang kemudian menjadi pondasi kebebasan berkehendak dalam buku "*Man's Search For Meaning*".

2. Keinginan akan Makna (*The Will to Meaning*)

Makna hidup ini merupakan hal yang unik dan hanya bisa dipenuhi oleh yang individu bersangkutan. Hal ini disebut *will to meaning* (keinginan untuk mencari makna).²⁸ Makna hidup berada di luar diri manusia dapat diketahui melalui setiap pengalaman yang dialami selama hidup. Pengalaman hidup yang memiliki peran dalam melahirkan makna hidup dan hal tersebut tetap dikembalikan lagi kepada individu yang bersangkutan. Hal ini diperkuat oleh Arroisi yang menyatakan bahwa manusia mempunyai keinginan untuk mencari

²⁶H.D Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, 1 ed. (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2007), 41-42.

²⁷Fajrul Ilmy Darussalam dan Andi Batara Indra, "Kedaulatan Rakyat dalam Pemikiran Filsafat Politik Montesquieu," *Jurnal Politik Profetik*, 9, no. 2 (2021): 197-198. <https://doi.org/10.24252/profetik.v9i2a2>.

²⁸Viktor E. Frankl, *Man's Search For Meaning*, ed. oleh Haris Priyatna, Cet,17 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2024), 163.

makna hidup, sebab kebebasan manusia yang menentukan penemuan makna tersebut. Makna hidup harus dicapai dan bukan sekedar motivator hidup.²⁹

Pemenuhan makna hidup dapat dilakukan dalam tiga arah, yakni manusia mampu memberikan makna pada eksistensinya, seperti dengan bertindak dan mencipta sebuah karya. Kedua, yaitu dengan mengalami sesuatu, seperti penghayatan terhadap alam, seni, atau bertemu dengan orang-orang yang menyenangkan. Ketiga, manusia dapat menemukan makna bahkan ketika tidak dapat ditemukan melalui kedua cara sebelumnya. Menemukan makna hidup melalui cara yang ketiga ini dapat dilakukan dengan mengambil posisi di hadapan hal-hal yang tak dapat diubah, beradaptasi dengan keadaan, dan menerima takdir yang sudah digariskan.³⁰

3. Makna hidup (*The Meaning of Life*)

Makna hidup adalah suatu hal yang tersembunyi dalam sebuah kehidupan, makna hidup juga merupakan kesadaran terhadap apa yang sedang dilakukan yang jika terpenuhi akan membuahkan kebahagiaan. Aspek makna hidup bagi setiap orang sangat unik, berbeda, dan bisa berubah seiring berjalannya masa. Makna hidup ada dalam kehidupan sehari-hari, membantu memberikan pedoman dan arah untuk kegiatan yang dilakukan, tetapi juga menantang bagi orang untuk bertanggung jawab dalam mencapainya.³¹

²⁹Jarman Arroisi, "Makna Hidup Perspektif Viktor Frankl: Kajian Dimensi Spiritual dalam Logoterapi," *Tajdid* 20, no. 1 (2021): 99. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>.

³⁰Viktor E. Frankl, *Yes To Life*. ed. oleh Pangestuningsih, Cet. 2 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2022): 86-87.

³¹Jarman Arroisi, "Makna Hidup Perspektif Viktor Frankl: Kajian Dimensi Spiritual dalam Logoterapi," *Tajdid* 20, no. 1 (2021): 99-100. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>.

Cara manusia dalam menanggapi kesulitan benar-benar menunjukkan jati diri individu tersebut, sekaligus memungkinkan untuk menjalani hidup yang bermakna. Makna yang muncul dari sebuah penderitaan pada dasarnya dihadirkan oleh nasib dan karenanya tidak dapat dihindari. Mengubah nasib atau bersedia menerimanya, keduanya dapat memberikan pengalaman pengembangan diri melalui kesulitan yang ditemui selama hidup. Nasib adalah bagian hidup manusia, begitupun dengan penderitaan. Oleh karena itu, jika hidup memiliki makna, penderitaan juga pasti memiliki makna.³²

Makna hidup lebih menunjukkan kepada apa yang seharusnya dicapai melalui tiga nilai (*values*). Bastaman mengemukakan bahwa terdapat tiga nilai yang dapat menjadi sumber makna hidup seseorang, yaitu:³³

1. Nilai-nilai kreatif (*Creative Values*). Nilai kreatif ialah usaha seseorang untuk mengarahkan sesuatu yang bermanfaat pada kehidupan yang direalisasikan melalui kerja, mencipta, dan melaksanakan berbagai tugas dengan tanggung jawab. Melalui berkarya dan bekerja, seseorang dapat menghayati kehidupan. Meskipun begitu, pekerjaan hanya jalan untuk mendapatkan makna hidup. Makna hidup bukan hanya terdapat dalam pekerjaan, tetapi juga bergantung pada pribadi itu sendiri.³⁴
2. Nilai penghayatan (*Experiential Values*). Nilai penghayatan adalah hal yang didapatkan oleh seseorang dari hidup yang dijalani seperti mencoba

³²Viktor E. Frankl, *Yes To Life*. ed. oleh Pangestuningsih, Cet. 2 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2022): 63-64.

³³H.D Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, 1 ed. (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2007), 47.

³⁴H.D Bastaman, 47.

menemukan keindahan, kasih sayang kepada sesama, dan menghayati beragam nilai hidup. Cinta dan kasih dari orang lain dapat menjadikan seseorang merasa hidupnya penuh arti.³⁵

3. Nilai bersikap (*Attitudinal Values*). Nilai sikap lebih condong kepada suatu sikap seseorang ketika menghadapi situasi tragis. Hal yang diubah bukan keadaan, tetapi sikap individu dalam menghadapi suatu keadaan tersebut. Oleh karenanya, makna hidup masih dapat ditemukan dalam kondisi apapun dengan catatan manusia dapat melakukan hal yang tepat untuk menjalaninya.³⁶

D. Makna Hidup dalam Islam

Islam mendorong kesejahteraan spiritual penganutnya, dengan menekankan pada keseimbangan antara sisi material (raga) dan spiritual (jiwa) manusia. Kepribadian manusia akan muncul dalam bentuk yang benar dan sempurna ketika keseimbangan antara tubuh dan jiwa tercapai. Ini akan mirip dengan kepribadian Rasulullah saw. Apabila keseimbangan antara fisik dan jiwa terealisasi, maka akan terwujudlah kepribadian manusia seperti pada kepribadian Rasulullah saw.³⁷

Adanya keseimbangan antara kebutuhan fisik dan jiwa pada manusia akan menghadirkan kesadaran diri terhadap Allah Swt. sebagai pencipta manusia. Islam meyakini bahwa sejatinya manusia hidup di muka bumi adalah untuk menyembah Allah Swt. sebagai sentral dari segalanya. Allah Swt. adalah sumber hidup dan

³⁵H.D Bastaman, 48.

³⁶H.D Bastaman, 49.

³⁷Nurdin, *Pembentukan Kepribadian Islami dengan Bimbingan dan Konseling Islam*, 1 ed. (Indramayu: Penerbit Adab, 2023): 21.

merupakan tujuan hidup yang sesungguhnya. Oleh karena itu, perwujudan makna hidup yang harus dicari oleh umat Islam selain menyeimbangkan kebutuhan fisik dan rohani adalah menyembah Allah Swt. dengan patuh terhadap perintahNya.³⁸

Makna hidup dalam agama Islam diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk menghayati kehidupan yang dijalani sehingga menghasilkan makna, terutama untuk dirinya sendiri dan orang lain dengan iman.³⁹ Makna hidup dalam Islam meliputi beberapa aspek, yaitu aspek pertama adalah pemahaman diri, yakni mengenali pribadi dengan baik, kedua dengan menjalin hubungan dekat, saling percaya antar sesama, dan melakukan hal-hal positif, aspek ketiga meliputi berkarya dan bersikap, dan aspek keempat mencakup komponen ibadah kepada Tuhan.⁴⁰

E. Kerangka Berpikir

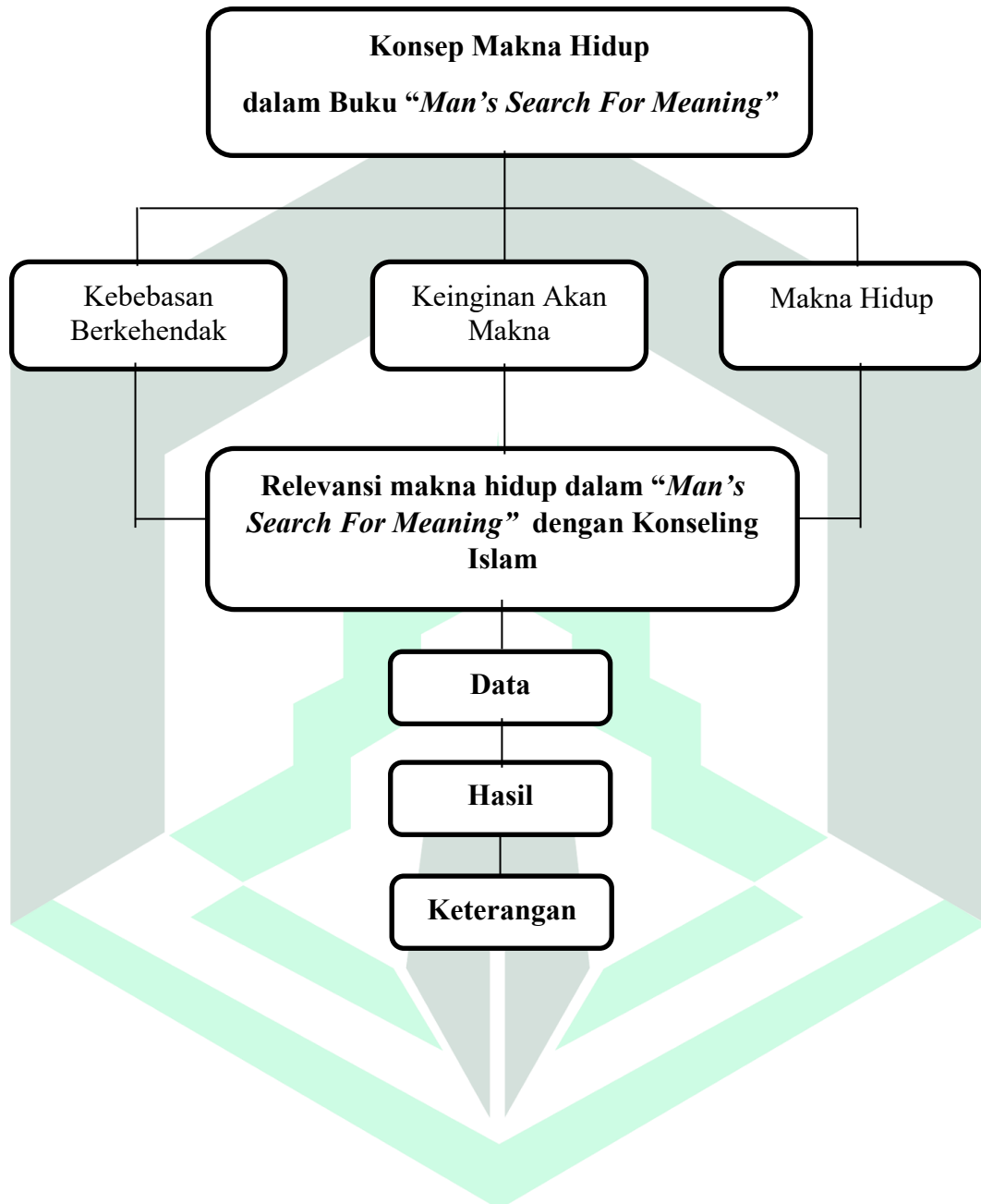
Kerangka berpikir dalam penelitian ini memfokuskan pada kajian literatur berupa buku yang berjudul “*Man’s Search For Meaning*” karya Viktor E. Frankl kemudian menganalisis konsep makna hidup yang dibahas di dalam buku tersebut. Selanjutnya, konsep makna hidup di dalam buku “*Man’s Search For Meaning*” ditinjau ulang melalui kacamata konseling Islam untuk dianalisis relevansi di antara keduanya.

³⁸H.D Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, 1 ed. (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2007), 53-54.

³⁹Suliwati dan Naqiyah Mukhtar, “Analisis Pengaruh Motivasi Spiritual, Pengendalian Diri dan Sikap Tanggung Jawab terhadap Etos Mengajar serta Implikasinya pada Kebermaknaan Hidup dalam Perspektif Islam,” *Jurnal Riset Madrasah Ibtidaiyah (JURMIA)* 2, no. 1 (2022): 142, <http://journal.unugiri.ac.id/index.php/jurmia>.

⁴⁰Suliwati dan Naqiyah Mukhtar, 143.

Adapun kerangka berpikir yang digunakan dalam merumuskan permasalahan adalah sebagai berikut:



BAB III

KONSELING DALAM ISLAM

A. Konseling Menurut Pandangan Islam

Konseling dan bimbingan Islami bukanlah hal baru di dunia Islam. Sejak awal menjalankan tugas sebagai rasul, Nabi Muhammad saw. telah menerapkan pendekatan kasih sayang yang berdampak langsung pada psikologi manusia. Nabi Muhammad saw. menangani masalah sahabat-sahabatnya melalui interaksi yang dapat dikategorikan sebagai konseling, baik dalam bentuk kelompok maupun individual.¹ Konseling Islami muncul seiring peradaban kehidupan manusia, bermula dari Nabi Adam hingga berkembang sesuai dengan visi Nabi Muhammad saw. Selain itu, dalam konseling Islam tidak menaruh perbedaan antara orang Islam ataupun yang non-Islam.²

Bimbingan konseling Islami secara keseluruhan berfokus pada dua hal, yakni fisik dan rohani. Konseling Islam melibatkan hubungan langsung antara dua individu, satu orang berusaha memecahkan masalah dan yang lain membantu menyelesaikan masalah. Hasil seminar bimbingan dan konseling Islami yang diadakan oleh UII di Yogyakarta pada tahun 1985 menyimpulkan bahwa "Konseling Islami adalah kegiatan pemberian bantuan kepada seseorang agar sadar mengenai keberadaannya sebagai ciptaan Allah Swt. sehingga mendapat kebahagiaan dunia dan akhirat".³

¹Abdurrahman, *Konseling Islami*, 1 ed. (Medan: Perdana Publishing, 2019), 178.

²Abdurrahman, 178-179.

³M. Fuad Anwar, *Landasan Bimbingan dan Konseling Islam*, 1 ed. (Yogyakarta: Penerbit Deepublish, 2019), 18-19.

Munculnya konseling Islam bermula dari perkembangan psikologi Islam, yang dimulai dengan karya Malik B. Badri, "*The Dilema of Muslim Pshycology*", yang berasal dari makalahnya yang dibacakan pada tahun 1975 di rapat tahunan keempat Perkumpulan Ilmuwan Muslim (AMSS) di Amerika dan Kanada. Setelah itu, muncul banyak artikel dan seminar ilmiah yang membahas tentang psikologi Islam dan konsepsi. Para pemikir dan ilmuwan Muslim terus mempelajari praktik kehidupan para sufi dan Sahabat Nabi dari masa lalu, serta referensi awal yang ditulis oleh para ulama klasik.⁴

Kata konseling dalam bahasa Arab disebut *Al-Irsyad* atau *Al-Istisyarah*, dan kata bimbingan disebut *Attauji*. Oleh karena itu, *Guidance and Counseling* diterjemahkan menjadi *At-taujih wa al-irsyad* atau *at-taujih wa al-istisyarah*. *Irsyad* berasal dari kata *alhuda* dan *ad-dalah*, yang berarti petunjuk, dan *Al-istisyarah* berarti talaba min al-mansyurah atau an-nasihah, yang berarti meminta nasehat atau konsultasi.⁵ Kata *Irsyad* berasal dari kata petunjuk, ajaran, dan bimbingan dari Allah Swt. yang memiliki arti hubungan antara pemberi dan penerima. Istilah *Irsyad* merujuk pada kebenaran, ajaran, dan membimbing orang lain secara tatap muka dengan cara yang akrab.⁶

Konseling dalam Islam dikenal dengan istilah *Irsyad*, yakni bimbingan agama untuk memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan rohaniyah. Tujuannya adalah untuk membantu individu mengatasi masalahnya

⁴Abdul Basit, *Konseling Islam*, 1 ed. (Jakarta: Penerbit Kencana, 2017), 10.

⁵M. Fuad Anwar, *Landasan Bimbingan dan Konseling Islam*, 1 ed. (Yogyakarta: Penerbit Deepublish, 2019), 15.

⁶Syafaruddin, dkk, *Bimbingan & Konseling Perspektif Al-Qur'an dan Sains* (Medan: Perdana Publishing, 2017), 114-115.

sendiri karena timbul kesadaran dan penyerahan diri terhadap kekuasaan Tuhan, sehingga memunculkan suatu harapan kebahagiaan hidup di saat ini dan masa yang akan datang.⁷ Terdapat beberapa definisi tentang konseling Islam menurut para ahli, di antaranya sebagai berikut:

1. Menurut Thohari Musnamar melalui Anwar istilah "Konseling Islami" diartikan sebagai proses membantu seseorang untuk menyadari bahwa dirinya adalah ciptaan Allah Swt. yang harus hidup sesuai dengan aturan dan petunjuk-Nya, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia maupun akhirat.
2. Hallen. A melalui Anwar menjelaskan bahwa konseling Islam adalah upaya membantu seseorang memperbaiki kesalahan perkembangan fitrah agamanya sehingga menyadari kembali tugasnya sebagai khalifah Allah Swt. di dunia ini dan mulai mengabdikan kepada-Nya, sehingga tercipta kembali ikatan yang baik dengan Allah Swt. dan semua orang di dunia ini.
3. Menurut Samsul Munir Amin melalui Anwar, bimbingan konseling Islami adalah suatu pemberian bantuan yang tersusun baik, berkelanjutan, dan sistematis untuk setiap orang dalam rangka membantu mengoptimalkan kemampuan dengan menghayati nilai-nilai dari Al-Qur'an dan hadis.⁸

Berdasarkan pada pengertian-pengertian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa konseling Islam yaitu suatu bentuk pemberian bantuan kepada orang lain agar dapat keluar dari masalahnya, serta memahami hak dan kewajibannya

⁷Syafaruddin, dkk, 114.

⁸M. Fuad Anwar, *Landasan Bimbingan dan Konseling Islam*, 1 ed. (Yogyakarta: Penerbit Deepublish, 2019), 16-17.

sebagai ciptaan Allah Swt. yang berpedoman pada sumber hukum utama agama Islam, yakni Al-Qur'an dan hadis.

B. Landasan Konseling dalam Islam

1. Berkenaan dengan Allah Swt.

Allah Swt. adalah Konselor Yang Maha Agung untuk manusia. Allah Swt. adalah tempat manusia bertawakkal dan sumber pertolongan dalam menghadapi masalah hidup.⁹ Hal tersebut yang menjadi alasan konseling Islam menitikberatkan pada pemberian bantuan agar manusia dapat kembali pada fitrahnya, yakni sebagai makhluk yang bertuhan. Q.S Al-Baqarah/2: 112 menerangkan bahwa Allah Swt. merupakan tempat meminta segala pertolongan untuk umat manusia.

بَلَىٰ مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ

Terjemahnya:

“Tidak demikian! Barangsiapa yang menyerahkan diri sepenuhnya kepada Allah serta berbuat baik, dia mendapat pahala di sisi Tuhannya, dan tidak ada rasa takut pada mereka, dan mereka tidak bersedih hati.”¹⁰

Menurut M. Quraish Shihab, seorang hamba yang sepenuhnya mengharapkan ridha Allah Swt. dengan melakukan amal saleh akan dijamin menerima pahala, hidup damai di dunia dan akhirat, serta perlindungan dari ketakutan dan penderitaan. Amal yang dimaksud adalah amal yang menjadikan

⁹Syafaruddin, *Bimbingan & Konseling Perspektif Al-Qur'an dan Sains* (Medan: Perdana Publishing, 2017), 138.

¹⁰Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Unit Percetakan Al-Qur'an: Bogor, 2018), 22.

manusia dapat mengenyam surga serta kenikmatan memandang wajah Allah Swt di akhirat kelak.¹¹

Konseling dalam pandangan Islam meyakini bahwa manusia dan seluruh yang ada di dunia adalah milik Allah Swt. Allah Swt. akan membimbing manusia ke arah yang lebih positif. Sikap manusia dalam menjalani kehidupan juga harus selaras dengan aturan agama dengan menganggapnya sebagai ketentuan hidup yang penting dan harus diamalkan. Selain itu, mempertimbangkan kemajuan teknologi sebagai usaha untuk mengimbangi kehidupan dunia dan akhirat. Agama Islam berfungsi sebagai arah dan tujuan hidup. Oleh karena itu, penggunaan elemen agama harus dilakukan secara tepat dan tanpa paksaan wajar.¹²

2. Berkenaan dengan Sesama Manusia

Apabila membahas tentang konseling Islam, maka tidak akan terlepas dari kepribadian yang harus dimiliki oleh konselor Islami yang tidak hanya berpusat pada konsep-konsep konseling secara umum, tetapi menghadirkan sifat-sifat Al-Qur'an dalam konsep konselingnya.¹³ Pentingnya nilai-nilai Al-Qur'an dalam konseling Islam dapat membantu seorang konselor untuk mengukur sejauh mana proses konseling yang dilakukan akan berdampak pada konseli. Berdasarkan Q.S An-Nahl/16: 125 terdapat teori-teori yang menggambarkan kepribadian Islami,

¹¹M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, Volume 1 (Tangerang: Lentera Hati, 2002), 298.

¹²Muhammad Husni dan Muhammad Hasyim, "Landasan Bimbingan dan Konseling dalam Perspektif Islam," *Al-Ibrah* 6, no. 1 (2021): 114. <https://doi.org/10.61815/alibrah.v6i1.126>.

¹³Ridho Fahmi Kharisma dan Jum Anidar, "Kepribadian Konselor dalam Al-Qur'an Surah An-Nahl ayat 125-128," *Jurnal Al-Taujih* 8, no. 1 (2022): 2, <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/attaujih/>.

yakni Al-Hikmah, Al-Mau'izah Al- Hasanah, dan Mujadalah. Melalui ayat ini dapat diketahui sifat-sifat Al-Qur'an yang sepatutnya dimiliki dan ada dalam proses konseling.

أُدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ
أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ

Terjemahnya:

“Serulah (manusia) ke jalan Tuhanmu dengan hikmah dan pengajaran yang baik serta debatlah mereka dengan cara yang lebih baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang paling tahu siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dia (pula) yang paling tahu siapa yang mendapat petunjuk.”¹⁴

Ayat ini menjelaskan bahwa konseling dalam prakteknya merupakan suatu dakwah dalam memberi jalan keluar terhadap masalah-masalah kehidupan yang dialami oleh konseli. Quraish Shihab berpendapat bahwa hikmah memiliki peran paling penting dalam semua aspek kehidupan, baik ilmu maupun amal. Kebijakan mengarah pada hal-hal yang saat diterapkan dapat membuahkan manfaat yang besar dan mencegah kerugian yang besar. *Mau'izhah* berasal dari kata "*wa'azha*", yang berarti memberikan nasihat, dan mengarah pada menyampaikan pesan kepada kebaikan. Selanjutnya adalah "*jidalthum*" yang berarti diskusi dengan melibatkan bukti yang dapat menghancurkan argumen lawan bicara. Namun, berdebat atau berargumentasi tetap harus yang disampaikan dengan cara yang baik dan menggunakan argumen yang benar.¹⁵

¹⁴Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Unit Percetakan Al-Qur'an: Bogor, 2018), 382.

¹⁵M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 386-388.

Secara singkat, teori Al-Hikmah merupakan metode yang dilakukan untuk menyampaikan kalimat yang memiliki hikmah dan mengandung kebaikan. Teori Al-Mau'izah Al-Hasanah artinya konselor membimbing dengan cara mengambil hikmah dari para Nabi, Rasul dan para Aulia Allah Swt. Teori Mujadalah dapat digunakan untuk menolong klien yang sedang bimbang, ragu, atau sulit dalam memutuskan sesuatu.¹⁶

Berdasarkan pemaparan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa melalui kata-kata yang baik manusia bisa belajar untuk selalu menerapkan hal-hal positif dalam hidupnya. Kedua, yaitu melalui pengambilan pelajaran dari kisah-kisah para nabi, cara pandang manusia terhadap kehidupan bisa lebih terbuka dan menyadari bahwa semua makhluk Allah Swt. pasti akan melalui berbagai macam ujian hidup. Ketiga, yakni melalui mujadalah (berdiskusi) manusia dapat melihat lebih banyak perspektif kehidupan dari orang lain, sehingga terciptalah pandangan baru yang lebih luas dan beragam mengenai suatu kehidupan.

3. Berkenaan dengan Diri Sendiri

Manusia dipandang sebagai makhluk yang memiliki potensi fitrah untuk menjalani kehidupan dengan kesehatan mental yang seimbang. Allah Swt. membekali setiap individu dengan kemampuan untuk menghadapi, mengelola, serta menyelesaikan berbagai permasalahan hidup. Permasalahan yang dialami manusia menurut pandangan konseling Islam

¹⁶Ridho Fahmi Kharisma dan Anidar, "Kepribadian Konselor dalam Al-Qur'an Surah An-Nahl ayat 125-128," Jurnal Al-Taujih 8, no. 1 (2022): 2. <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/attaujih/>.

pada hakikatnya merupakan bentuk ujian atau cobaan dari Allah Swt yang dapat bersifat psikis maupun material. Meskipun demikian, manusia secara alami memiliki kecenderungan untuk berupaya mencari solusi dan jalan keluar atas problematika kehidupan yang dihadapinya.¹⁷

Berdasarkan pemaparan tersebut, jelas bahwa manusia memiliki dua hubungan dalam hidupnya, yakni hubungan secara vertikal dan horizontal. Hubungan vertikal yang dijalani manusia adalah berkenaan dengan Allah Swt. sebagai pencipta alam semesta sekaligus sebagai penolong umat manusia atas segala keluh kesah selama menjalani kehidupan. Adapun hubungan horizontal yakni berkenaan dengan jalinan hubungan antara manusia yang satu dengan yang lainnya. Melalui hal tersebut juga tampak bahwa setiap manusia memiliki cobaan hidup masing-masing yang merupakan bentuk ujian dari Allah Swt. oleh karena itu, konseling Islam hadir sebagai sarana untuk penyelesaian masalah manusia dengan memerhatikan prinsip-prinsip Al-Qur'an dalam proses konselingnya, sehingga akan timbul penyelesaian masalah yang tetap selaras dengan aturan agama.

¹⁷Syafaruddin, dkk, *Bimbingan & Konseling Perspektif Al-Qur'an dan Sains* (Medan: Perdana Publishing, 2017), 114-115.

BAB IV

MAKNA HIDUP DAN KONSELING ISLAM

A. Makna Hidup dalam Buku “*Man’s Search For Meaning*”

Manusia adalah makhluk bebas yang berupaya mengubah hidupnya sesuai dengan keinginan untuk mewujudkan makna hidup agar menjadi suatu realitas. Makna hidup memiliki nilai yang unik dalam situasi konkret, yaitu kesadaran terhadap kemungkinan yang muncul dari realitas yang ada. Manusia memiliki tanggung jawab untuk merealisasikan banyak potensi makna hidup yang sejatinya harus diketahui di dunia nyata, bukan hanya di dalam pikiran atau hati manusia.¹ Viktor E. Frankl menjelaskan pendapatnya tentang makna hidup.

“Secara singkat, arti makna hidup menurut saya adalah makna tersendiri dari sebuah situasi yang konkret”²

“Saya sendiri lebih mengartikan makna hidup sebagai kesadaran akan adanya satu kesempatan atau kemungkinan yang dilatarbelakangi oleh realitas, atau, dalam kalimat yang sederhana, menyadari apa yang bisa dilakukan di dalam situasi tertentu.”³

Berdasarkan teks yang dipaparkan sebelumnya dapat diketahui bahwa makna hidup berada pada suatu keadaan yang nyata. Makna hidup bisa saja berbentuk pengalaman, penderitaan, musibah, ditimpa penyakit, dan lain-lain. Tidak dapat dipungkiri bahwa makna hidup bisa saja didapatkan dari kemalangan-kemalangan yang menimpa suatu individu, sehingga menghadirkan penghayatan nyata dalam diri individu tersebut agar bisa lebih memaknai hidup yang dijalani.

¹Jarman Arroisi, “Makna Hidup Perspektif Viktor Frankl: Kajian Dimensi Spiritual dalam Logoterapi,” *Tajdid* 20, no. 1 (2021): 98. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>.

²Viktor E. Frankl, *Man’s Search For Meaning*, ed. oleh Haris Priyatna, Cet. 17 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2024), 224.

³Viktor E. Frankl, 224-225.

Sesuai yang Frankl kemukakan bahwa penderitaan pada dasarnya tidak mempunyai makna, sebab manusialah yang harus menemukan makna pada penderitaan dengan menghadapi situasi tersebut.⁴

Pada kutipan teks selanjutnya, Frankl menjelaskan bahwa makna hidup adalah kesadaran. Kesadaran dalam hal ini bisa dikaitkan dengan sikap bertanggung jawab terhadap realitas yang sedang dijalani, sebab makna hidup berasal dari dalam diri individu dan bertanggung jawab untuk menjalani hidup adalah suatu langkah untuk memaknai kehidupan. Hal ini diperkuat oleh pendapat Frankl yang melihat terdapat tiga kemungkinan sumber makna hidup, yakni melalui kerja, melalui cinta atau kepedulian terhadap orang lain, dan melalui keberanian pada saat-saat sulit.⁵

Frankl merupakan salah seorang penyintas *holocaust* di era Nazi, sebuah partai Jerman yang mempunyai kuasa dari tahun 1933 hingga 1945 di bawah komando Adolf Hitler. Frankl menjalani hari-hari di kamp penahanan yang tidak layak dengan berbagai kesengsaraan. Penderitaan bermula saat Frankl dan 1.500 tawanan lainnya dipindahkan ke kamp Auschwitz, tempat yang menjadi simbol semua bentuk kengerian seperti kamar gas, krematorium, dan pembantaian massal.⁶

Para tawanan tidak diberikan tempat yang layak dan cenderung diperlakukan semena-mena. Selain itu, dipaksa meninggalkan segala hal yang dimiliki; dalam hal ini benda-benda yang mengikat pada kehidupan masa lalu

⁴Viktor E. Frankl, 13.

⁵Viktor E. Frankl, 13.

⁶Viktor E. Frankl, 116.

sebelum menjadi seorang tawanan. Segala sesuatu yang melekat pada tubuh harus ditanggalkan, hingga tidak ada sehelai rambut pun yang tersisa. Eksistensi para tawanan sebagai manusia hanya sebatas pada nomor tawanan yang didapatkan saat berada di kamp.⁷

Eksistensi manusia selama berada di kamp penahanan tidak lebih dari sekadar alat pekerja. Para tawanan harus bekerja di tengah cuaca dingin tanpa menggunakan pakaian yang layak.⁸ Jumlah makanan yang diberikan juga tidak dapat mencukupi kebutuhan kalori.⁹ Nama dan pekerjaan di masa lalu tidak dianggap sebagai sesuatu yang penting dan tidak menjamin adanya keringanan pekerjaan selama berada di kamp.¹⁰

Penderitaan yang dialami para tawanan selama berada di kamp menghasilkan individu yang cenderung bersikap apatis. Namun, di balik semua penderitaan yang dialami, terdapat beberapa hal yang menjadi wujud dari memaknai sebuah kehidupan yang akan dikemukakan dalam penelitian ini.

Terdapat tiga landasan filsafat yang sekaligus menjadi landasan dari teori logoterapi milik Frankl. Ketiga landasan filsafat tersebut adalah kebebasan berkehendak (*The Freedom of Will*), keinginan akan makna (*The Will to Meaning*), dan makna hidup (*The Meaning of Life*).¹¹ Terdapat pula tiga nilai yang menjadi sumber makna hidup seseorang, yakni nilai-nilai kretatif/daya cipta

⁷Viktor E. Frankl, 41-42.

⁸Viktor E. Frankl, 50.

⁹Viktor E. Frankl, 60.

¹⁰Viktor E. Frankl, 56-57.

¹¹H.D. Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna* (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2007), 41.

(*Creative Values*), nilai pengalaman (*Experiential Values*), dan nilai bersikap (*Attitudinal Values*).¹²

Tiga landasan filosofis logoterapi inilah yang kemudian peneliti jadikan sebagai konsep makna hidup di dalam penelitian ini. Alasan peneliti mengambil ketiga landasan filosofis tersebut dikarenakan kebebasan berkehendak (*The Freedom of Will*), keinginan akan makna (*The Will to Meaning*), dan makna hidup (*The Meaning of Life*) sudah mencakup keseluruhan hal-hal yang ingin dibahas di dalam penelitian, yakni makna hidup dalam “*Man’s Search For Meaning*” yang meliputi bekerja, cinta, alam, spiritual, dan lain-lain.

1. Kebebasan Berkehendak (*The Freedom of Will*)

Kebebasan manusia memiliki batasan dalam aspek fisik, psikis, sosial budaya, dan spiritual. Kebebasan tersebut bukanlah kebebasan dari faktor biologis, psikososial, maupun historis, melainkan kebebasan untuk memilih sikap terhadap lingkungan maupun diri sendiri. Selain itu, kebebasan harus diimbangi dengan tanggung jawab agar tidak berubah menjadi perilaku zalim.¹³

Melalui buku “*Man’s Search For Meaning*” peneliti mendapatkan beberapa bentuk kebebasan berkehendak yang dilakukan oleh para tawanan selama berada di kamp penahanan Nazi. Kebebasan berkehendak dapat ditemukan melalui narasi dalam “*Man’s Search For Meaning*”. Kebebasan berkehendak (*Freedom of Will*) dalam buku “*Man’s Search For Meaning*” dibuktikan melalui adanya hal-hal yang tidak dapat direnggut oleh orang lain, meski individu tersebut berada pada kondisi yang paling menderita sekali pun.

¹²H.D Bastaman, 47-49.

¹³H.D Bastaman, 41-42.

Tabel 4.1 Kebebasan Berkehendak dalam Buku “*Man’s Search For Meaning*”

No	Letak Kutipan	Kutipan Teks
1.	Narasi Hal, 71-72	“Meskipun kehidupan fisik dan mental di dalam kamp konsentrasi sangat primitif, kehidupan spiritual para tawanan mungkin saja meningkat. Orang-orang yang peka, yang terbiasa menjalani kehidupan intelektual yang kaya, mungkin saja sangat menderita (tubuh mereka pun biasanya rentan), tetapi kerusakan batin mereka lebih kecil. Mereka mampu mengasingkan diri dari kehidupan seputar mereka yang sulit, ke dalam kehidupan batin yang kaya dan kehidupan spiritual yang bebas.”
2.	Narasi Hal, 79	“Dari waktu ke waktu para tawanan membuat pertunjukan kabaret. Sebuah pondok dikosongkan untuk sementara waktu, beberapa dipan kayu didorong ke pinggir atau dipaku, dan program pertunjukan disusun. Malam hari, orang-orang yang punya posisi di kamp—para Capo dan pekerja yang tidak perlu meninggalkan kamp untuk bekerja—berkumpul di gubuk tersebut. Mereka datang untuk sedikit tertawa, atau sedikit menangis; pokoknya, untuk melupakan.”
3.	Narasi Hal, 83	“Kadang-kadang pria itu membuat anekdot lucu tentang peristiwa yang terjadi di masa depan. Dia menggambarkan bagaimana kami menghadiri undangan makan malam; ketika sup siap dihidangkan, tiba-tiba kami lupa diri, dan meminta tuan rumah untuk menyendoknya dari dasar mangkuk sup.”
4.	Narasi Hal, 85	“Saat kami tiba, kabar penting pertama yang kami dapatkan dari para tawanan lama adalah tentang luas kamp yang relatif kecil (hanya menampung 2.500 tawanan) dan tidak dilengkapi dengan “oven”; tidak ada kamar pembakaran mayat, dan tidak ada lagi kamar gas!”

5.	Narasi	“Kami yang pernah tinggal di kamp konsentrasi masih mengingat para tawanan yang berjalan dari satu gubuk ke gubuk lain, berusaha menenangkan para tawanan lain, yang memberi potongan roti mereka terakhir. Meskipun jumlahnya sedikit, orang-orang itu menjadi bukti yang cukup bahwa apa pun bisa dirampas dari manusia, kecuali satu: kebebasan terakhir seorang manusia—kebebasan untuk menentukan sikap dalam setiap keadaan, kebebasan untuk memilih jalannya sendiri.”
	Hal, 116	

Kebebasan spiritual tidak dapat direnggut oleh siapa pun, sebab dimensi spiritual begitu terikat dengan diri manusia. Setiap manusia memiliki dimensi spiritual dan pada hakikatnya mampu menentukan apa yang akan dialaminya. Manusia memiliki hak atas kebebasan spiritualnya dan hal itulah yang akan membuat hidup memiliki makna dan tujuan. Hal tersebut diperkuat oleh pendapat Frankl yang termuat dalam kutipan teks pada halaman 71-72 yang menerangkan bahwa kehidupan di kamp penahanan yang menguras fisik dan mental masih dapat melahirkan kebebasan spiritual individu yang memiliki keyakinan terhadap hidupnya.¹⁴

Spiritualitas di dalam bahasa Indonesia berhubungan dengan motivasi dan emosi yang muncul dari pencarian pribadi terkait hubungan seseorang dengan Tuhan.¹⁵ Oleh karena dimensi spiritual dalam bahasa Indonesia memiliki konotasi religius, Frankl tidak mengartikan spiritualitas dalam konteks diskursus agama atau hal-hal yang berkaitan dunia supranatural. Kebebasan spiritual ini unik, sebab

¹⁴Viktor E. Frankl, *Man's Search For Meaning*, ed. oleh Haris Priyatna, Cet. 17 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2024), 71-77.

¹⁵Kamus Besar Bahasa Indonesia. Edisi VI.

dimensi spiritual menurut Frankl tidak terikat dengan hal-hal berbau keagamaan. Dimensi spiritual mencakup kualitas diri seorang individu dan tidak bertendensi agamis. Istilah spiritual yang Frankl maksud lebih berhubungan dengan sisi kemanusiaan dari manusia itu sendiri tanpa melupakan makna menjadi manusia.¹⁶

Pada kutipan teks selanjutnya, yakni pada halaman 79, menerangkan bahwa seni juga ada di tengah-tengah kamp konsentrasi. Tujuan dari seni adalah untuk menghibur duka dan mengobati rasa lelah yang dirasakan para tawanan, serta meninggikan harapan akan kebebasan hidup di luar kamp. Semua kegiatan kesenian yang diadakan ditujukan untuk membuat para tawanan lupa akan kesedihan yang dialami. Pertunjukan seni yang dilakukan sedikit banyak membuat para tawanan dapat mengalihkan pikiran dari kenyataan kamp yang mengerikan.¹⁷ Seni yang terdapat dalam kehidupan di kamp konsentrasi membawa angin segar bagi para tawanan. Pertunjukan seni di dalam kamp konsentrasi menunjukkan bahwa semua orang tetap memiliki kebebasan untuk menentukan apa yang hendak dilakukan dalam mencari kesenangan.

“Dari waktu ke waktu para tawanan membuat pertunjukan kabaret. Sebuah pondok dikosongkan untuk sementara waktu, beberapa dipan kayu didorong ke pinggir atau dipaku, dan program pertunjukan disusun. Malam hari, orang-orang yang punya posisi di kamp—para Capo dan pekerja yang tidak perlu meninggalkan kamp untuk bekerja—berkumpul di gubuk tersebut. Mereka datang untuk sedikit tertawa, atau sedikit menangis; pokoknya, untuk melupakan.”¹⁸

¹⁶Viktor E. Frankl, *The Will To Meaning*, ed. oleh Gita Widya Laksmi Soerjoatmodjo, Cetakan 2 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2022), 37.

¹⁷Viktor E. Frankl, 79.

¹⁸Viktor E. Frankl, *Man's Search For Meaning*, ed. oleh Haris Priyatna, Cet. 17 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2024), 116.

Melalui kutipan teks tersebut, tampak bahwa para tawanan hingga para Capo rela mendatangi sebuah pertunjukan kabaret di tengah rasa letih yang mendera demi mendapat sedikit hiburan. Hal ini membuktikan bahwa siapa saja memiliki kebebasan untuk melakukan apa yang diinginkan selama hal tersebut dapat memberi ketenangan. Hal tersebut didukung dengan kalimat akhir pada kutipan teks tersebut yang menyatakan bahwa semua orang yang menghadiri pertunjukan kabaret memiliki tujuan yang sama, yaitu untuk mengekspresikan emosi yang terkandung dalam diri melalui sebuah pertunjukan seni.¹⁹

Pada kutipan teks di halaman 83 dan 85 menerangkan bahwa humor juga ada di kamp. Humor dapat dikategorikan sebagai suatu hal yang lebih aneh daripada seni, mengingat penderitaan yang tengah dialami oleh para tawanan tidak diketahui kapan berakhirnya. Meskipun humor hanya meninggalkan jejak singkat yang bertahan beberapa menit, humor tetap menjadi alat bagi jiwa dalam usaha untuk bertahan hidup.²⁰

Selanjutnya, kutipan teks pada halaman 83 menjelaskan bahwa Frankl dan seorang tawanan sepakat untuk melemparkan anekdot lucu setiap hari untuk menghibur diri. Kalimat candaan ini tidak serta merta terlontar begitu saja. Hal tersebut didasarkan pada pengalaman Frankl dan para tawanan yang selalu mendapatkan sup encer dengan isian sayuran yang sangat sedikit.

“Kadang-kadang pria itu membuat anekdot lucu tentang peristiwa yang terjadi di masa depan. Dia menggambarkan bagaimana kami menghadiri undangan makan malam; ketika sup siap dihidangkan,

¹⁹Viktor E. Frankl, 79.

²⁰Viktor E. Frankl, 82.

tiba-tiba kami lupa diri, dan meminta tuan rumah untuk menyendoknya dari dasar mangkuk sup."²¹

Kalimat "*dari dasar mangkuk sup*" menggambarkan porsi makanan yang didapatkan selama di kamp dan yang paling banyak isiannya adalah saat tukang masak mengisi mangkuk-mangkuk para tawanan dari dasar panci. Porsi makanan yang didapatkan selama di kamp tidak dapat memenuhi kebutuhan kalori tubuh para tawanan karena biasanya hanya berbentuk sup encer yang disendok dari atas panci.²²

Selanjutnya, kutipan teks pada halaman 85 yang menerangkan mengenai kamp Auschwitz. Kamp Auschwitz merupakan kamp paling ditakuti oleh para tawanan. Kamp tersebut dikenal sebagai tempat yang paling mengerikan selama Perang Dunia II di bawah rezim Nazi. Kamp Auschwitz memiliki kamar gas untuk melenyapkan para tawanan yang dianggap tidak mampu bekerja. Namun, ketika Frankl dan para tawanan dipindahkan ke sebuah kamp yang tidak memiliki kamar gas (dari Auschwitz ke Dachau) akhirnya menyadari bahwa hal tersebut merupakan kebahagiaan yang sangat besar.²³

"Saat kami tiba, kabar penting pertama yang kami dapatkan dari para tawanan lama adalah tentang luas kamp yang relatif kecil (hanya menampung 2.500 tawanan) dan tidak dilengkapi dengan "oven"; tidak ada kamar pembakaran mayat, dan tidak ada lagi kamar gas!"²⁴

²¹Viktor E. Frankl, 83.

²²Viktor E. Frankl, 88.

²³Viktor E. Frankl, 85.

²⁴Viktor E. Frankl, 85.

Kata “oven” pada teks tersebut merujuk pada tempat untuk mengkremsi mayat dan kamp Auschwitz yang terkenal paling banyak memiliki tempat krematorium. Selain itu, kamar gas adalah tempat yang paling ditakuti oleh setiap tawanan, sebab orang-orang yang dimasukkan ke dalamnya sudah dipastikan tidak akan kembali dengan selamat.²⁵

Menurut laman *World Heritage Convention*, Auschwitz terdiri dari dua kamp, yakni kamp Auschwitz I dan Auschwitz II-Birkenau. Auschwitz Birkenau merupakan kamp yang paling terkenal dari enam kamp konsentrasi lain yang didirikan oleh Nazi. Dinding berbenteng dengan kawat duri pada bagian atasnya, rel kereta api, peron, barak, tiang gantungan, hingga kamar gas dan krematorium adalah wujud dari Auschwitz Birkenau. Auschwitz I adalah tempat pemusnahan, terutama dengan merampas kondisi kehidupan dasar para tahanan, sedangkan Auschwitz II-Birkenau adalah pusat pembunuhan massal orang-orang Yahudi, Roma, dan Sinti. Tahanan yang sakit dipilih dan diakhiri hidupnya di kamp ini dan sebagian besar korban yang dibunuh di kamp Auschwitz Birkenau adalah sekitar 90%.²⁶

Berdasarkan pada kutipan-kutipan teks yang sudah dipaparkan, Frankl melalui “*Man’s Search For Meaning*” menyatakan bahwa setiap manusia memiliki kebebasan dalam berkehendak, sekalipun sedang dalam kondisi yang menderita dan memprihatinkan. Hal ini diperkuat oleh kutipan teks di halaman

²⁵Viktor E. Frankl, 38-39.

²⁶World Heritage Convention, “Auschwitz Birkenau German Nazi Concentration and Extermination Camp (1940-1945),” n.d., <https://whc.unesco.org/en/list/31/>. Diakses pada 24 Desember 2024.

116 yang menerangkan bahwa manusia memiliki kebebasan untuk memilih dan menentukan sikap atas segala sesuatu.²⁷

2. Keinginan Akan Makna (*The Will to Meaning*)

Keinginan akan makna dalam “*Man’s Search For Meaning*” mencakup hasrat dan kehendak para tawanan untuk mendalami makna hidup. Selain itu, keinginan akan makna juga berbentuk harapan yang dibuktikan dalam tindakan kecil untuk membantu bertahan hidup di tengah kondisi kamp. Frankl dan para tawanan lain selama kamp penahanan menemukan usaha untuk tetap bertahan dalam menjalani kehidupan di kamp, yakni melalui cinta, alam, dan bekerja.²⁸ Hal tersebut dikemukakan dalam buku “*Man’s Search For Meaning*” karangan Viktor E. Frankl.

Tabel 4.2 Keinginan Akan Makna dalam “*Man’s Search For Meaning*”

No	Letak Kutipan	Kutipan Teks
1.	Narasi Hal, 20	“Tak lama sebelum Amerika Serikat memutuskan terlibat dalam Perang Dunia II, saya menerima undangan ke Konsulat Amerika di Wina untuk mengambil visa imigrasi. Orang tua saya yang sudah lanjut usia merasa sangat gembira karena mereka berharap saya segera diperbolehkan meninggalkan Austria.”
2.	Narasi Hal, 21	“.... Penasaran saya tanyakan padanya perintah mana dan ayah saya menjawab, “Hormati ayah ibumu agar lestari hidupmu di tanah yang diberikan Tuhan.” Saat itu juga saya putuskan untuk tetap tinggal bersama ayah ibu saya di tanah yang telah diberikan Tuhan, dan membiarkan visa itu melayang.”

²⁷Viktor E. Frankl, *Man’s Search For Meaning*, ed. oleh Haris Priyatna, Cet. 17 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2024), 116.

²⁸Viktor E. Frankl, 13.

3.	Dialog hal, 72-73	“... seorang tawanan yang berjalan di samping saya berbisik, “Seandainya istri-istri kita bisa melihat keadaan kita saat ini! Saya benar-benar berharap mereka hidup lebih nyaman di dalam kamp mereka, dan tidak tahu apa yang sedang terjadi pada kita semua.”
4.	Narasi hal, 73	“Pikiran saya terus berpegang pada gambaran istri saya, membayangkannya dengan ketepatan yang luar biasa. Saya mendengar dia menjawab perkataan saya, melihatnya tersenyum, tatapannya yang jujur dan memberi semangat. Nyata atau tidak, tatapan matanya lebih terang daripada cahaya matahari yang mulai terbit.”
5.	Narasi hal, 73	“Satu pikiran membuat saya termenung: untuk pertama kalinya dalam hidup saya, saya menyadari kebenaran yang sering diungkapkan dalam lagu oleh para pujangga, yang dianggap sebagai kearifan tertinggi oleh para pemikir. Kebenaran—bahwa cinta merupakan tujuan utama dan tujuan tertinggi yang ingin diraih manusia.”
6.	Narasi hal, 74	“... manusia diselamatkan oleh cinta dan di dalam cinta. Saya bisa memahami, bagaimana seorang manusia yang tidak lagi memiliki apa pun di dunia ini masih bisa merasakan arti kebahagiaan, meskipun sejenak, karena memikirkan orang yang dia cintai.”
7.	Narasi hal, 75	“Saya bahkan tidak tahu, apakah dia masih hidup. saya hanya tahu satu hal—yang ketika itu telah saya mengerti dengan sangat baik: bahwa cinta tidak dibatasi oleh raga dari orang yang dicintai. Dia akan menemukan makna yang lebih dalam di dalam jiwanya, di dalam batinnya.”
8.	Narasi hal, 75	“Saya tidak mengetahui apakah istri saya masih hidup atau tidak, dan saya tidak bisa mengetahuinya (selama berada di kamp, tidak ada surat masuk atau keluar); tetapi pada saat itu, hidup matinya istri saya sama sekali tidak ada artinya. Saya tidak perlu tahu; tidak ada yang bisa menyentuh kekuatan cinta saya, pikiran saya, dan citra tentang istri saya.”
		“Seandainya seseorang melihat wajah kami saat kami dipindahkan dari Kamp Auschwitz ke Kamp Bavaria,

9.	Narasi hal, 76-77	bagaimana kami memandang kagum ke arah pegunungan di Salzburg dengan puncak-puncaknya yang keemasan ditimpa sinar matahari melalui lubang jendela gerbong kereta api yang terbuka, orang itu tidak akan percaya bahwa itu adalah wajah-wajah orang yang telah kehilangan harapan akan kehidupan dan kebebasan. Meskipun begitu—atau mungkin justru karena itu—kami terpesona melihat keindahan alam yang telah lama tidak pernah kami lihat.”
10.	Narasi hal, 77	“Di kamp, seorang tawanan juga sering mengajak tawanan lain yang bekerja di sampingnya untuk mengamati indahnya pemandangan matahari yang akan tenggelam yang sinarnya menerobos di antara pepohonan tinggi di hutan Bavaria.”
11.	Narasi hal, 77	“Suatu malam, ketika kami sedang beristirahat di lantai pondok karena letih, dengan mangkuk sup di tangan, seorang tawanan masuk ke pondok dan meminta kami untuk segera ke halaman tempat berkumpul untuk melihat indahnya matahari terbenam Setelah terpana selama beberapa menit, seorang tawanan berkata pada tawanan yang lain, “Dunia ternyata <i>bisa</i> menjadi sangat indah!”
12.	Narasi Hal, 91	“Saya sadar bahwa, kalau saya kembali bekerja, dalam waktu cepat saya akan kembali mati. Namun, kalau saya memang harus mati, setidaknya kematian saya punya arti. Saya pikir mencoba membantu teman dengan bertindak sebagai dokter pasti lebih bermanfaat daripada tidak melakukan apa pun, atau kehilangan nyawa sebagai pekerja yang tidak produktif, seperti keadaan saya pada waktu itu.”
13.	Narasi Hal, 106	“.... Saya tidak tahu apa yang akan terjadi pada hari-hari berikutnya, tetapi saya merasakan kedamaian batin yang belum pernah saya rasakan sebelumnya. Saya kembali ke gubuk, duduk di papan tepat di kaki teman sebangsa saya, dan berusaha menenangkannya; kemudian saya bercakap-cakap dengan yang lain, berusaha menenangkan para pasien yang sedang setengah sadar.”

Berdasarkan kutipan teks pada halaman 20 dan 21, tampak bahwa Frankl sangat mencintai kedua orang tuanya dan mendapatkan cinta kasih yang sama besar dari keduanya. Pada kutipan teks halaman 20, Frankl mendapatkan visa imigrasi ke Amerika dan di saat yang sama terjadi kerusuhan besar-besaran di Austria. Gejala kerusuhan pada detik-detik Perang Dunia II di Wina bisa saja membuat seseorang memanfaatkan visa imigrasi untuk pindah ke negara yang lebih aman, tetapi Frankl memilih untuk tetap bersama orang tuanya.²⁹

Septiani melalui penelitiannya yang berjudul *Kebermaknaan Hidup Wanita Penyandang Disabilitas di Himpunan Wanita Disabilitas Indonesia* mengutarakan bahwa cinta kepada keluarga dapat menguatkan seseorang untuk tetap menjalani hidup. Rasa ingin membahagiakan orang tua dan mengutamakan keduanya lebih dari diri sendiri merupakan rasa cinta sejati yang dapat diberikan oleh anak kepada orang tuanya. Melalui penghayatan terhadap cinta seseorang akan menemukan makna hidupnya. Hal ini sejalan dengan narasi yang dikemukakan pada kutipan teks sebelumnya bahwa Frankl ingin terus berada di dekat orang tuanya yang sudah berusia lanjut.³⁰

Selain kepada orang tua, cinta terhadap kekasih atau pasangan hidup juga dapat membantu seseorang untuk mendapatkan makna hidupnya, seperti yang dikemukakan oleh Frankl dalam beberapa narasi di buku *“Man’s Search For Meaning”* pada halaman 72 sampai 75.

²⁹Viktor E. Frankl, 20-21.

³⁰Dita Maya Septiani, “Kebermaknaan Hidup Wanita Penyandang Disabilitas di Himpunan Wanita Disabilitas Indonesia (HWDI) DKI Jakarta” (UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2021), 122. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/59895>.

Kutipan teks pada halaman 72-73 adalah kalimat yang diucapkan oleh salah seorang tawanan kepada Frankl ketika kelompoknya sedang berbaris menuju lokasi kerja. Hal tersebut mengingatkan Frankl kepada sang istri yang juga berada di suatu kamp konsentrasi Nazi yang letaknya sangat jauh dari kamp penahanannya saat itu. Bahkan, Frankl menghadirkan sosok sang istri di dalam pikiran untuk membantunya tetap bertahan di tengah-tengah kondisi kamp yang memprihatinkan.³¹

“Pikiran saya terus berpegang pada gambaran istri saya, membayangkannya dengan ketepatan yang luar biasa. Saya mendengar dia menjawab perkataan saya, melihatnya tersenyum, tatapannya yang jujur dan memberi semangat. Nyata atau tidak, tatapan matanya lebih terang daripada cahaya matahari yang mulai terbit.”³²

Kutipan teks tersebut merupakan suatu khayalan Frankl terhadap istrinya yang juga ditahan di suatu kamp konsentrasi Nazi. Ingatan ke masa lalu yang Frankl alami membantunya dalam bernostalgia pada masa-masa yang bahagia bersama sang istri sebelum ia ditahan oleh Nazi. Hal ini diperkuat oleh kutipan-kutipan teks lain di halaman selanjutnya yang menginterpretasikan kekuatan cinta Frankl kepada sang istri begitu luas dan besar.³³

Melalui hal tersebut, dalam beberapa kesempatan Frankl bisa sedikit melepaskan diri dari kesengsaraan yang terjadi di kamp dengan terus memikirkan istrinya, dan bernostalgia akan kehidupan di masa lalu saat masih bersama dengan

³¹Viktor E. Frankl, *Man's Search For Meaning*, ed. oleh Haris Priyatna, Cet. 17 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2024), 72-73.

³²Viktor E. Frankl, 73.

³³Viktor E. Frankl, 73.

sang istri. Cinta adalah tujuan utama sekaligus tujuan tertinggi manusia. Mendalami cinta terutama cinta terhadap keluarga dan pasangan tidak harus dibatasi oleh ruang dan waktu, seperti yang dikemukakan Frankl dalam “*Man’s Search For Meaning*” di halaman 74 dan 75.³⁴

“Saya bisa memahami, bagaimana seorang manusia yang tidak lagi memiliki apa pun di dunia ini masih bisa merasakan arti kebahagiaan, meskipun sejenak, karena memikirkan orang yang dia cintai.”³⁵

“Saya bahkan tidak tahu, apakah dia masih hidup. saya hanya tahu satu hal—yang ketika itu telah saya mengerti dengan sangat baik: bahwa cinta tidak dibatasi oleh raga dari orang yang dicintai. Dia akan menemukan makna yang lebih dalam di dalam jiwanya, di dalam batinnya.”³⁶

Cinta tidak dihalangi oleh ruang, waktu, bahkan raga orang yang dicintai dan Frankl membuktikan hal tersebut melalui pengalaman cintanya kepada sang istri. Kejadian di masa lalu atau bahkan karangan kisah bahagia bersama sang istri yang Frankl rangkai sendiri membuatnya mampu bertahan hidup di tengah kondisi kamp yang teramat memprihatinkan. Melalui hal tersebut, Frankl mendapatkan secercah harapan terhadap hidup yang dijalani dan juga menemukan bahwa cinta merupakan bagian dari makna hidup.³⁷

Kebutuhan akan cinta yang terdapat “*Man’s Search For Meaning*” dibuktikan dengan harapan para tawanan yang ingin kembali pulang dan berkumpul dengan sanak keluarga, serta keinginan untuk merasakan kenyamanan dan dihargai sebagaimana kodratnya manusia. Hal ini sejalan dengan Abraham

³⁴Viktor E. Frankl, 75.

³⁵Viktor E. Frankl, 74.

³⁶Viktor E. Frankl, 75.

³⁷Viktor E. Frankl, 75.

Maslow melalui Putri yang menempatkan cinta dalam teori hierarki kebutuhannya. Perasaan cinta dan kasih sayang berasal dari kebutuhan untuk merasa nyaman dan dihargai. Cinta sangat penting untuk menghidupkan kehidupan manusia dan perasaan cinta membuat seseorang ingin memiliki atau dimiliki.³⁸

Frankl memaparkan bahwa memberikan makna hidup bukan hanya melalui tindakan, melainkan juga melalui cinta, dan akhirnya melalui penderitaan. Cara individu berurusan dengan batasan, cara manusia menerima penderitaan, dan kemampuan mempertahankan nilai-nilai kemanusiaan adalah tolok ukur dari makna hidup. Cara manusia menanggapi kesulitan benar-benar menunjukkan jati diri, sekaligus memungkinkan untuk hidup lebih bermakna.³⁹

Makna hidup tidak hanya dapat ditemukan melalui cinta, tetapi juga melalui penghayatan terhadap alam. Kutipan teks pada halaman 76 sampai 77 memaparkan bahwa keindahan alam dapat menjadi suatu bentuk dari keinginan akan makna. Tidak ada yang dapat menghalangi keinginan para tawanan untuk menghayati alam semesta yang indah, meski kehidupan di dalam kamp sangat memprihatinkan. Melalui penghayatan terhadap alam seseorang akan belajar untuk menerima takdir dan mulai memaknai kehidupannya.⁴⁰

³⁸Anggel Pames Lader Putri, dkk, "Cinta dan Kasih Sayang Menurut Pemikiran Hierarki Kebutuhan Abraham Maslow," *ISTISYFA : Journal of Islamic Guidance and Conseling* 2, no. 03 (2023): 330. <https://ejournal.iainbengkulu.ac.id/index.php/istisyfa>.

³⁹Viktor E. Frankl, *Yes To Life*, ed. oleh Pangestuningsih, Cetakan 2 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2022), 62-63.

⁴⁰Viktor E. Frankl, *Man's Search For Meaning*, ed. oleh Haris Priyatna, Cet. 17 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2024), 76-77.

Kutipan teks halaman 76-77 merupakan titik awal pembahasan mengenai alam sebagai suatu bentuk dari pemaknaan terhadap hidup yang termuat dalam “*Man’s Search For Meaning*”. Pada teks tersebut, aura kebahagiaan yang dirasakan oleh para tawanan begitu terasa, utamanya setelah dipindahkan dari kamp Auschwitz ke kamp Bavaria yang melewati daerah pegunungan. Pada perjalanan tersebut, semua tawanan terpana melihat keindahan alam.⁴¹

Rasa takjub para tawanan terungkap melalui kalimat-kalimat dalam narasi tersebut yang menjelaskan bahwa setiap orang di dalam gerbong kereta api tampak bahagia. Frankl bahkan menuliskan apabila ada seseorang yang melihat para tawanan dengan raut wajah yang bahagia di dalam gerbong tersebut, bisa saja seseorang itu tidak percaya bahwa orang-orang dalam gerbong kereta api tengah menuju ke suatu kamp penahanan Nazi yang lain. Hal ini membuktikan bahwa keindahan alam dapat menghadirkan emosi positif bagi orang-orang di sekitarnya.⁴²

Melalui alam, Frankl dan para tawanan lain menyadari bahwa alam dapat menjadi satu kebahagiaan sendiri di tengah kemelaratan kondisi kamp penahanan. Alam dapat menjadi hiburan dan bentuk kebersyukuran terhadap hidup, meski kehidupan di dalam kamp seolah tak dapat dikatakan sebagai sebuah kehidupan. Kamp penahanan yang sangat memprihatinkan berdiri di bawah langit yang indah seolah menginterpretasikan perasaan para tawanan, bahwasannya alam masih memiliki keindahan dan eksistensi yang luar biasa. Hal ini diperkuat oleh kalimat

⁴¹Viktor E. Frankl, 76.

⁴²Viktor E. Frankl, 76-77.

yang diucapkan oleh salah seorang tawanan ketika mengajak teman-temannya melihat matahari yang akan tenggelam.⁴³

“Suatu malam, ketika kami sedang beristirahat di lantai pondok karena letih, dengan mangkuk sup di tangan, seorang tawanan masuk ke pondok dan meminta kami untuk segera ke halaman tempat berkumpul untuk melihat indahny matahari terbenam Setelah terpana selama beberapa menit, seorang tawanan berkata pada tawanan yang lain, “Dunia ternyata *bisa* menjadi sangat indah!”⁴⁴

Kalimat “*Dunia ternyata bisa menjadi sangat indah!*” menggambarkan betapa senangnya orang-orang yang ditahan di kamp Nazi saat melihat keindahan alam. Melihat keindahan alam di tengah kondisi yang dialami dapat sedikit banyak dapat membantu para tawanan melupakan keadaan menakutkan yang tengah mendera. Keindahan alam dapat menjadi bukti bahwa setiap hal di dunia mempunyai sisi terang dan gelapnya sendiri. Keindahan alam dapat menjadi suatu bentuk refleksi diri. Alam adalah suatu ruang baru setelah berada di kamp; sesuatu yang sebelumnya tampak tidak berarti saat belum menjadi seorang tawanan.⁴⁵

Melalui kutipan teks yang sudah dipaparkan sebelumnya, alam bisa terlihat lebih indah dan menarik ketika dilihat dari perspektif yang baru, dalam hal ini sebagai seorang tawanan yang menderita. Keindahan alam akan menjadi makanan bagi jiwa manusia. Serangga yang terlihat buruk juga sebuah keajaiban yang layak untuk dinilai, begitu pula dengan alam di tengah kecamuk Perang Dunia II, terutama alam yang tampak menakjubkan di balik pagar kawat yang mengelilingi

⁴³Viktor E. Frankl, 77

⁴⁴Viktor E. Frankl, 77.

⁴⁵Viktor E. Frankl, 76-77.

kamp. Hal ini diperkuat oleh pendapat Albert Einstein melalui Wiratno yang menyampaikan bahwa manusia adalah pengamat pasif yang hidup di alam semesta, sehingga eksistensi manusia hanya berpengaruh sangat kecil.⁴⁶

Selain melalui cinta dan alam, keinginan akan makna juga dapat ditemukan dengan bekerja. Kutipan teks pada halaman 91 dan 106 menerangkan bahwa bekerja dapat membantu seseorang untuk lebih mengerti akan tujuan hidup yang dijalani. Bekerja yang dilakukan oleh Frankl selama menjadi tawanan merupakan wujud dari keinginannya akan sebuah makna hidup selama berada di kamp. Frankl menegaskan setidaknya melalui bekerja Frankl dapat lebih bermanfaat untuk orang yang membutuhkan bantuannya.⁴⁷

Kutipan teks pada halaman 91 menerangkan bahwa membantu merawat pasien di barak kesehatan meski hal tersebut menjadi pekerjaan tambahan dapat menjadi wujud dari keinginan akan makna. Pada prinsip nilai kreatif (*Creative Values*), kemampuan seorang individu untuk memberikan sesuatu yang berharga dan bermanfaat pada kehidupan dapat memunculkan makna hidup.⁴⁸ Frankl menganggap bahwa dengan bekerja, terutama sebagai dokter sekaligus perawat sesuai dengan pekerjaannya sebelum menjadi tawanan, jauh lebih baik dilakukan dari pada hanya meratapi hidup yang penuh kesengsaraan di kamp.⁴⁹

⁴⁶Tri Aru Wiratno, "Permasalahan Filosofi Seni di Antara Keindahan dan Estetika," *Jurnal Dekonstruksi* 09, no. 04 (2023): 81. <https://doi.org/10.54154/dekonstruksi.v9i04.193>.

⁴⁷Viktor E. Frankl, *Man's Search For Meaning*, ed. oleh Haris Priyatna, Cet. 17 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2024), 91.

⁴⁸H.D Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, 1 ed. (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2007), 47.

⁴⁹Viktor E. Frankl, *Man's Search For Meaning*, ed. oleh Haris Priyatna, Cet. 17 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2024), 91.

Hal tersebut diperkuat oleh kutipan teks pada halaman 106 yang menerangkan bahwa mengambil keputusan untuk membantu orang lain di tengah-tengah kesukaran hidup tidak mudah untuk dilakukan. Pada saat itu, Frankl bersama seorang temannya sudah bersiap-siap untuk kabur dari kamp, tetapi ketika melihat keadaan para pasien yang dirawatnya sedang sekarat, Frankl memutuskan untuk menetap dan kembali merawat pasien-pasiennya yang sedang sekarat.⁵⁰

Frankl adalah seorang psikiater sebelum berakhir ditahan oleh Nazi. Psikoterapi yang Frankl beri nama logoterapi tumbuh berkembang melalui laboratorium kehidupan yang ia jalani, yakni di kamp penahanan. Oleh karena itu, setelah bebas Frankl tetap melanjutkan pekerjaannya sebagai seorang psikiater di rumah sakit, sekaligus bepergian ke berbagai penjuru dunia untuk menjelaskan bahwa makna hidup dapat didapatkan di dalam hidup itu sendiri, tergantung bagaimana manusia menghayati dan bertanggung jawab terhadap kehidupan yang dijalani. Frankl juga kerap mengatakan agar Patung *Liberty* (Kebebasan) di Pesisir Timur dilengkapi dengan Patung *Responsibility* (Tanggung Jawab) di Pesisir Barat. Hal tersebut memperkuat opini bahwa kebebasan tetap harus dibarengi dengan tanggung jawab.⁵¹

Hal itu sejalan dengan pendapat Bastaman yang menerangkan bahwa keinginan untuk hidup dengan makna (*the will to meaning*) berbentuk keinginan untuk menjadi individu yang bermartabat dan bermanfaat bagi diri, keluarga, lingkungan kerja, masyarakat sekitar, dan di mata Tuhan. Bertanggung jawab atas

⁵⁰Viktor E. Frankl, 106.

⁵¹Viktor E. Frankl, 244.

diri sendiri dan menjadi individu yang mampu memilih pilihan sendiri merupakan wujud dari makna hidup.⁵²

3. Makna Hidup (*The Meaning of Life*)

Makna hidup terletak dalam kehidupan dan dapat diketahui dalam berbagai situasi yang menyenangkan atau pun dalam keadaan yang tak menyenangkan. Makna hidup juga ada dalam hal-hal yang harus dicapai dan dipenuhi. Makna hidup menurut Irvin D. Yalom melalui Bastaman mengarah kepada apa yang harus dicapai di dalam kehidupan.⁵³ Makna hidup dalam “*Man’s Search For Meaning*” sebenarnya mencakup kedua hal yang sudah dipaparkan sebelumnya, yakni kebebasan berkehendak dan keinginan akan makna. Apabila kedua hal tersebut sudah dicapai, maka akan menghasilkan perasaan bahagia bagi seorang individu. Hal tersebut dibuktikan melalui beberapa narasi yang dipaparkan dalam buku “*Man’s Search For Meaning*”.

Tabel 4.3 Makna Hidup dalam “*Man’s Search For Meaning*”

No	Letak Kutipan	Kutipan Teks
1.	Narasi hal, 116	“Setiap hari, setiap jam, kesempatan untuk memilih selalu datang, kesempatan untuk memutuskan, apakah Anda mau atau menolak menyerah pada kekuatan-kekuatan yang siap merampas kebebasan Anda yang terakhir, kebebasan batin; yang akan menentukan apakah Anda mau dipermainkan oleh keadaan, menolak kebebasan dan martabat, dan lebur menjadi seperti tawanan lain.”
2.	Narasi	“Setiap manusia pada dasarnya bisa menentukan apa yang akan terjadi pada dirinya—baik secara mental atau spiritual—bagaimanapun kondisinya saat itu. Dia bisa mempertahankan martabatnya sebagai

⁵²H.D Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna* (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2007), 42.

⁵³H.D Bastaman, 45-46.

Hal, 117	manusia meskipun hidup dalam kamp konsentrasi.”
3. Dialog Hal, 121-122	“.... “Saya berterima kasih, nasib yang sangat buruk ini menimpa saya,” katanya. “Dalam kehidupan lalu, saya benar-benar manja, dan tidak pernah secara sungguh-sungguh mencari keberhasilan spiritual.” Sambil menunjuk melalui jendela gubuk, dia berkata, “Pohon itu merupakan satu-satunya teman di tengah kesepian saya.” Melalui jendela itu ia hanya bisa melihat satu dahan dari sebuah pohon kenari, dan pada dahan itu tampak dua kuntum bunga yang sedang mekar. “Saya sering bicara dengan pohon tersebut,” katanya kepada saya. Saya terkejut, dan tidak tahu bagaimana menyikapi kata-katanya. Apakah dia setengah sadar? Apakah dia sedang berhalusinasi?” Dengan cemas saya tanyakan, apakah pohon itu menjawab. “Ya.” Apa yang dikatakan pohon itu kepadanya? Wanita itu menjawab, “Pohon itu berkata, “Saya di sini—saya di sini—saya adalah kehidupan, kehidupan abadi.”
4. Narasi hal, 132-133	“Tingkat kematian di kamp konsentrasi pada minggu-minggu antara Natal 1944 dan Tahun Baru 1945 meningkat lebih dari yang pernah terjadi sebelumnya. Menurut pendapatnya, meningkatnya angka kematian tersebut bukan karena kondisi kerja yang makin berat atau berkurangnya pasokan makanan atau perubahan cuaca atau adanya wabah baru. Penyebabnya sederhana. Kebanyakan tawanan secara naif berharap bahwa saat Natal tiba mereka akan kemabli berada di rumah. Ketika Natal semakin dekat dan belum juga muncul tanda-tanda menggembirakan, para tawanan mulai kehilangan keberanian dan tenggelam oleh kekecewaan.”
	“.... Tawanan pertama ternyata masih memiliki seorang anak yang sangat dia sayangi, yang menunggunya di sebuah negara asing. Untuk tawanan kedua, alasan yang kami temukan bukan manusia. Pria ini seorang ilmuwan yang telah

5.	Narasi hal, 137-138	menulis beberapa buku dan masih harus diselesaikan. Pekerjaan itu tidak bisa dilanjutkan oleh orang lain, seperti juga kasih sayang tawanan pertama kepada anaknya tidak bisa digantikan oleh siapa pun.”
----	------------------------	---

Kutipan teks pada halaman 116 menerangkan bahwa kebebasan manusia pada dasarnya ditentukan oleh kondisi batin yang terdapat di dalam diri. Keputusan batin yang akhirnya menjadi penentu akan menjadi manusia seperti apa tawanan tersebut.⁵⁴ Kamp adalah faktor eksternal yang bisa memengaruhi fisik, sosiologis, dan psikologis individu, tetapi kekuatan dalam diri seseorang yang menentukan kepribadiannya. Manusia mampu membuat keputusan sendiri dan apapun yang terjadi pada diri manusia sejatinya ditentukan oleh dirinya sendiri.⁵⁵

Hal ini diperjelas lagi oleh kutipan teks pada halaman 117 yang menerangkan bahwa kebebasan batin tidak pernah bisa dirampas. Cara seorang individu menghadapi penderitaan merupakan keberhasilan batin yang sebenarnya dan hal tersebut yang membuat hidup memiliki makna dan tujuan. Cara manusia menerima nasib dan memanggul beban memberi kesempatan kepada manusia untuk memperdalam makna hidup.

Ada dua kategori manusia di kamp penahanan, yakni *Swine* (babi) dan *Saint* (nabi). Kedua kategori manusia ini digunakan untuk membedakan kelakuan

⁵⁴Viktor E. Frankl, *Man's Search For Meaning*, ed. oleh Haris Priyatna, Cet. 17 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2024), 91.

⁵⁵Viktor E. Frankl, 211.

para tawanan selama berada di kamp. *Swine* untuk orang-orang yang gemar menyiksa tawanan yang lain dan *Saint* kategori para tawanan yang suka membantu orang lain.⁵⁶ Dua kategori manusia di dalam kamp ini memperkuat kedua kutipan teks tersebut yang menyatakan bahwa semua manusia memiliki kebebasan untuk berperilaku. Baik atau buruk manusia pada dasarnya adalah keputusan dan pilihan yang diambil sendiri. Seperti pada kutipan teks di halaman 117 di bawah ini.

“Setiap manusia pada dasarnya bisa menentukan apa yang akan terjadi pada dirinya—baik secara mental atau spiritual—bagaimanapun kondisinya saat itu. Dia bisa mempertahankan martabatnya sebagai manusia meskipun hidup dalam kamp konsentrasi.”⁵⁷

Kata “*dia*” pada kalimat kedua kutipan teks tersebut merujuk pada manusia, dalam hal ini adalah para tawanan. Teks tersebut dapat diinterpretasikan bahwa para tawanan tetap bisa mempertahankan harga dirinya sebagai seorang manusia, sekalipun hidup di kamp konsentrasi yang minim akan perilaku yang menggambarkan sisi kemanusiaan. Para tawanan memiliki kebebasan untuk memilih sekaligus mempunyai tanggung jawab atas pilihannya. Semua hal tersebut merupakan kebebasan batin seorang manusia dalam menjalani kehidupan.⁵⁸

Menemukan makna hidup bisa terjadi di mana saja dan makna bagi setiap manusia mempunyai konotasi yang berlainan satu sama lain. Salah satunya adalah contoh yang diberikan oleh Frankl ketika ia bekerja sebagai perawat di barak

⁵⁶Viktor E. Frankl, 211.

⁵⁷Viktor E. Frankl, 77.

⁵⁸Viktor E. Frankl, 77.

kesehatan kamp yang dapat ditemukan pada halaman 121-122 pada buku “*Man’s Search For Meaning*”.

Berdasarkan kutipan teks pada halaman 121-122, dapat ditarik kesimpulan bahwa seseorang yang sedang mengalami kondisi memprihatinkan juga dapat menemukan sesuatu di dalam diri; sesuatu yang belum pernah disadari sebelumnya. Hal itulah yang disebut sebagai kebebasan batin dan manusia berhak menentukan dua hal, yakni berpegang pada nilai-nilai batin atau membiarkan nilai-nilai moral dan spiritual melebur bersama penderitaan. Wanita tersebut memberikan contoh bahwa hal sederhana bisa menjadi sangat bermakna bila dihayati dengan perasaan yang lebih bersih.⁵⁹

Terdapat beberapa cara untuk mengakhiri hidup yang populer di kalangan para tawanan, di antaranya adalah dengan sengaja menyentuh kawat berduri yang bertegangan listrik. Hal tersebut dilakukan oleh tawanan-tawanan yang merasa kehilangan pegangan terhadap nilai-nilai batin dan cenderung menyerah terhadap nasib yang dialami.⁶⁰

Berbeda dengan orang-orang dalam kategori yang menyerah terhadap hidupnya, wanita muda dalam kutipan teks tersebut memilih untuk tetap bertahan. Kondisinya yang kian memburuk justru membuatnya semakin percaya bahwa makna hidup itu ada. Makna hidup berada di luar diri manusia, sebab dipengaruhi oleh setiap hal yang ditemui selama kehidupan masih dijalani.⁶¹

⁵⁹Viktor E. Frankl, 121-122.

⁶⁰Viktor E. Frankl, 46.

⁶¹Viktor E. Frankl, 121-122.

Lain halnya dengan interpretasi kutipan teks pada halaman 121-122 yang menyatakan tentang makna hidup seseorang, pada kutipan teks halaman 132-133, menerangkan bahwa para tawanan yang menaruh harapan besar terhadap sesuatu perlahan-lahan akan digerogeti oleh keinginannya sendiri yang terlalu menggebu dan bisa saja berakhir tidak sesuai dengan harapan yang diidam-idamkan. Apabila harapan tidak tercapai, maka akan berimbas pada diri individu tersebut, baik fisik maupun mentalnya.⁶²

Manusia cenderung akan kecewa saat apa yang diinginkan tidak tercapai dan setelah itu muncullah sikap apatis. Pengalaman seperti inilah dapat mengubah perspektif seseorang terhadap kehidupan. Keadaan seperti ini akan menyebabkan pengalaman hidup yang kosong akan makna dan tidak memiliki tujuan yang berarti, sehingga seseorang akan merasa kehidupan yang dijalani tidak memiliki tujuan yang berarti.⁶³ Frankl menjelaskan bahwa hal tersebut disebut sebagai *paradoxical intention* (niat paradoksikal) yang didasarkan pada dua kenyataan, yaitu ketakutan dapat menyebabkan hal yang ditakuti terjadi dan keinginan yang berlebihan dapat menghalangi tercapainya keinginan tersebut.⁶⁴

Terdapat contoh lain yang Frankl kemukakan dalam “*Man’s Search For Meaning*” yang berkaitan dengan adanya sebuah keinginan untuk tetap bertahan hidup. Contoh ini terdapat pada kutipan teks halaman 137-138 yang menjelaskan

⁶²Viktor E. Frankl 132-133.

⁶³Dita Maya Septiani, “Kebermaknaan Hidup Wanita Penyandang Disabilitas di Himpunan Wanita Disabilitas Indonesia (HWDI) DKI Jakarta.” (UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2021), 55-56. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/59895>.

⁶⁴Viktor E. Frankl, *Man’s Search For Meaning*, ed. oleh Haris Priyatna, Cet. 17 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2024), 198.

bahwa terdapat dua orang tawanan yang sama-sama ingin mengakhiri hidup dengan berargumen bahwa tidak ada lagi yang bisa keduanya harapkan dari hidup. Namun, Frankl dan para tawanan lain berusaha untuk membuat sadar bahwa hidup masih mengharapakan sesuatu dari keduanya.⁶⁵

Tawanan pertama memiliki seorang anak yang senantiasa menunggunya di sebuah negara asing. Hal tersebut sejalan dengan salah satu sumber makna hidup manusia, yakni cinta. Kemudian tawanan kedua yang merupakan seorang ilmuwan masih memiliki tanggungjawab untuk menyelesaikan bukunya dan hal tersebut selaras dengan sumber makna hidup, yakni bekerja.⁶⁶ Frankl mengutarakan bahwa manusia tidak seharusnya berharap sesuatu dari hidup, melainkan harus membiarkan hidup yang mengharapakan sesuatu dari manusia.⁶⁷

Seseorang yang menyadari tanggung jawabnya tidak akan pernah bisa mengabaikan hidup, sebab mengetahui “mengapa” dirinya hidup dan mampu menghadapi “bagaimana” dalam bentuk apa pun selama hidup. Oleh sebab itu, Frankl berpegang teguh pada keyakinannya bahwa makna hidup yang sebenarnya bukan dalam batin atau jiwa, tetapi di dalam dunia. Frankl memiliki istilah khusus untuk hal tersebut, yakni “transendensi diri dari eksistensi manusia”. Istilah tersebut menguak kenyataan bahwa manusia selalu bergerak serta diarahkan kepada sesuatu atau seseorang. Hal ini dapat berbentuk suatu makna berupa sesuatu yang perlu didapatkan atau manusia lain yang akan ditemui. Tingkat kemanusiaan seseorang akan semakin tinggi apabila mampu melepaskan

⁶⁵Viktor E. Frankl, 137.

⁶⁶Viktor E. Frankl, 137-138.

⁶⁷Viktor E. Frankl, 134.

egosentrisme dengan menyerahkan diri secara tulus terhadap suatu tujuan yang lebih besar, atau melalui cinta dan pengabdian kepada orang lain.⁶⁸

B. Relevansi Makna Hidup dalam “*Man’s Search For Meaning*” dengan Konseling Islam

Manusia yang beriman akan menganggap agama dan Tuhan sebagai makna hidup sejati yang mendasari makna hidup pribadi yang unik, spesifik, dan sementara. Menurut ajaran Islam, makna hidup paling tinggi untuk manusia yang beragama adalah pengabdian dan ibadah kepada Allah Swt. Hal ini menjadi dasar yang menawarkan makna hidup yang lebih unik dan spesifik, yaitu secara sadar mengatur kehidupan berdasarkan ajaran agama.⁶⁹

Berdasarkan ajaran Islam, Hukum Allah (*God’s Laws*) disebut sebagai sunatullah, yaitu kuasa Tuhan yang mengatur seluruh proses pertumbuhan, pengembangan, dan pemeliharaan ciptaan-Nya. Segala hal yang ada di alam semesta merupakan bagian dari ketetapan Allah Swt. yang harus dipelajari oleh setiap manusia guna menambah kadar keimanan kepada Sang Pencipta.⁷⁰

Terdapat tiga landasan makna hidup di dalam buku yang menjadi dasar dalam penelitian ini, yakni kebebasan berkehendak (*The Freedom of Will*), keinginan akan makna (*The Will to Meaning*), dan makna hidup (*The Meaning of*

⁶⁸Viktor E. Frankl, 179-180.

⁶⁹H.D Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, 2007, 53-54.

⁷⁰H.D Bastaman, 54.

Life) dan peneliti tertarik untuk menelitinya melalui perspektif konseling Islam. yang tetap berpedoman pada Al-Qur'an dan hadis sebagai rujukan utama.

1. Kebebasan Berkehendak (*The Freedom of Will*)

Berdasarkan ajaran Islam, manusia yang bebas merupakan individu yang dapat menemukan jati dirinya dan dapat menjawab semua pertanyaan mengenai kehidupan dunia dan kehidupan setelah kematian berdasarkan petunjuk Islam. Mengikuti tuntunan Islam yang selaras dengan fitrah, manusia dapat terlepas dari pengaruh hawa nafsu dan godaan yang menyesatkan. Fitrah merujuk pada kemampuan manusia untuk mengikuti ajaran agama. Manusia akan bebas dari keterikatan dengan dunia, sehingga tidak lagi menjadi budak dunia.⁷¹

Menemukan makna kehidupan tidak berasal dari pemberian, tetapi dari upaya yang berasal dari kesadaran manusia. Mengikuti naluri juga berarti kembali kepada fitrah karena agama adalah kecenderungan atau insting dan tidak boleh dipaksakan. Manusia memiliki kebebasan untuk mencipta karya, berinovasi, dan berkontribusi pada kehidupan serta mensejahterakan bumi. Manusia memiliki kebebasan untuk melakukan hal-hal tersebut sebagai tabungan amaliah untuk bekal kehidupan alam di kemudian hari dan sebagai bagian dari perjuangan untuk mendapatkan posisi yang lebih tinggi di kemudian hari.⁷²

⁷¹Rani Nur Asriani, "Islam dan Konsep Kebebasan Manusia dalam Pandangan Syed Muhammad Naquib Al-Attas; Suatu Tinjauan Awal," *Jurnal Filsafat Driyarkara* 2 (2022): 38.

⁷²Rani Nur Asriani, 39.

Manusia memiliki kebebasan sekaligus mempunyai batasan. Manusia dibatasi oleh banyak aspek, yakni terbatas pada raga, jiwa, sosial budaya, dan rohani. Kebebasan manusia dalam makna hidup merupakan kebebasan untuk menentukan sikap dan mengubah kondisi hidupnya agar menjadi berkualitas. Kebebasan manusia juga harus disertai rasa tanggung jawab, sebab manusia pada dasarnya harus bertanggung jawab atas semua hal yang dilakukan selama hidup.⁷³

Bentuk kebebasan yang terbatas dalam buku *“Man’s Search For Meaning”* didominasi oleh batasan kebebasan secara fisik. Hal ini dikarenakan, buku *“Man’s Search For Meaning”* membahas mengenai kehidupan para tawanan selama berada di kamp yang terisolasi dari dunia luar.

“Meskipun kehidupan fisik dan mental di dalam kamp konsentrasi sangat primitif, kehidupan spiritual para tawanan mungkin saja meningkat. Orang-orang yang peka, yang terbiasa menjalani kehidupan intelektual yang kaya, mungkin saja sangat menderita (tubuh mereka pun biasanya rentan), tetapi kerusakan batin mereka lebih kecil. Mereka mampu mengasingkan diri dari kehidupan seputar mereka yang sulit, ke dalam kehidupan batin yang kaya dan kehidupan spiritual yang bebas.”⁷⁴

Melalui kutipan teks tersebut, jelas bahwa kehidupan kamp begitu primitif atau dalam hal ini tidak menunjukkan sisi kemanusiaan. Namun, melalui teks tersebut juga dapat ditemukan bahwa kehidupan yang paling mengesankan sekalipun (seperti yang terjadi di dalam kamp) tetap memberikan suatu bentuk kebebasan untuk manusia, yakni kehidupan spiritual yang bebas. Hal tersebut selaras dengan konsep kebebasan yang dipaparkan sebelumnya, bahwa manusia

⁷³H.D Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, 1 ed. (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2007), 41-42.

⁷⁴Viktor E. Frankl, *Man’s Search For Meaning*, ed. oleh Haris Priyatna, Cet,17 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2024), 71-72.

dibatasi oleh banyak aspek, tetapi setidaknya memiliki satu bentuk kebebasan yang tidak bisa direnggut oleh orang lain.

Apabila konsep kebebasan ditilik melalui perspektif Islam, Allah Swt. memberikan kebebasan pada manusia untuk menentukan keputusan menjadi seorang yang beriman atau menjadi manusia yang kufur. Manusia sebagai makhluk yang bebas menentukan kehendaknya dibahas dalam Q.S Al-Kahfi/18: 29. Pada ayat ini juga dijelaskan konsekuensi yang didapatkan oleh seseorang atas keputusannya sendiri, menjadi mukmin atau menjadi seorang yang kufur.

وَقُلِ الْحَقُّ مِنْ رَبِّكُمْ فَمَنْ شَاءَ فَلْيُؤْمِنْ وَمَنْ شَاءَ فَلْيُكْفُرْ إِنَّا أَعْتَدْنَا لِلظَّالِمِينَ نَارًا أَحَاطَ
بِهِمْ سُرَادِقُهَا وَإِنْ يَسْتَغِيثُوا يُغَاثُوا بِمَاءٍ كَالْمُهْلِ يَشْوِي الْوُجُوهَ بِئْسَ الشَّرَابُ وَسَاءَتْ
مُرْتَقًى

Terjemahnya:

“Dan katakanlah (Nabi Muhammad), “Kebenaran itu datang dari Tuhanmu: barangsiapa menghendaki (beriman), hendaklah dia beriman dan siapa yang menghendaki (kafir), biarlah dia kafir. Sesungguhnya Kami telah menyediakan neraka bagi orang-orang zalim yang gejolaknya mengepung mereka. Jika mereka meminta pertolongan (dengan meminta minum), mereka akan diberi air seperti (cairan) besi yang mendidih yang menghanguskan wajah. (Itulah) seburuk-buruk minuman dan tempat istirahat yang paling jelek.”⁷⁵

Menurut tafsir Tahlili yang dikutip melalui laman resmi Qur'an Kemenag, melalui ayat ini Allah Swt. memerintahkan Rasul-Nya untuk mengatakan dengan jelas kepada orang-orang kafir bahwa kebenaran yang diberikan berasal dari Allah Swt. Orang-orang kafir harus menerima kebenaran dan mengamalkannya agar mendapatkan faedah dari kebenaran itu. Jika seseorang ingin beriman kepada

⁷⁵Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Unit Percetakan Al-Qur'an: Bogor, 2018), 406.

Allah Swt. dan bergabung dengan orang-orang yang beriman, maka harus segera melakukannya tanpa menggunakan alasan yang tidak rasional, seperti yang dilakukan oleh para pemuka musyrikin yang merendahkan fakir mukmin.⁷⁶

Apabila manusia memilih kekafiran dan meninggalkan iman, maka telah melakukan kezaliman. Oleh karenanya, Allah Swt. memberikan ancaman yang tegas, yaitu melemparkan ke dalam neraka, dan tidak akan bisa keluar dari neraka tersebut, karena api neraka yang bergejolak mengelilingi dari segala arah. Neraka itu akan membuat orang-orang merasa seperti terkunci dalam kurungan. Apabila di neraka saling meminta minum karena dahaga, maka akan diberikan air yang panasnya seperti cairan besi yang mendidih yang dapat membakar wajah. Air dengan suhu semacam itu tidak mungkin menyegarkan tenggorokan; sebaliknya, air tersebut malah dapat menghancurkan tubuh.⁷⁷

Abdullah bin Ibrahim As-Sadah menerangkan mengenai Q.S Al-Kahfi ayat 29 memiliki pandangan bahwa kebenaran berasal dari Tuhan. Ayat ini menekankan pada kebebasan memilih antara iman dan kufur dengan peringatan tentang konsekuensi eskatologis yakni pahala surga bagi orang beriman dan siksa neraka bagi yang kufur.⁷⁸ Selanjutnya, Quraish Shihab turut memaparkan bahwa ayat ini mengandung nilai-nilai yang *haq*, yaitu sesuatu yang tidak bisa berubah sebab sumbernya adalah Allah Swt. Quraish Shihab menerangkan bahwa manusia memiliki kebebasan dalam menentukan pilihannya sebab Allah Swt. tidak merugi

⁷⁶Qur'an Kemenag, "Qur'an dan Terjemahnya". <https://qur'an.kemenag.go.id>. Diakses pada 07 Desember 2024.

⁷⁷Qur'an Kemenag. Diakses pada 07 Desember 2024.

⁷⁸Abdullah bin Ibrahim As-Sadah, *Serial Tadabur Surah Al-Kahfi: Bagian Kedua* (Solo: Fatiha, 2024), 84-85.

atas kekafiran manusia. Singkatnya, ayat ini menjelaskan mengenai kebebasan manusia atas pilihan dan perbuatannya sendiri. Allah Swt. tidak akan dirugikan atas perbuatan manusia, sebab manusia yang bertanggungjawab terhadap perilaku dan pilihannya selama hidup.⁷⁹

Manusia memiliki kebebasan dalam menentukan pilihan dan kehendaknya di dalam hidup, tetapi tetap diatur oleh hukum Allah Swt. Secara sederhana, manusia adalah makhluk yang bebas, tetapi terbatas yang dalam hal ini dibatasi oleh aturan yang Allah Swt. telah tetapkan. Hal ini dijelaskan dalam hadis nabi yang diriwayatkan oleh Abu Tsa'labah al-Khusyani Jurtsum bin Nasyir mengenai hak-hak Allah Swt. dalam menetapkan aturan untuk manusia.⁸⁰

عَنْ أَبِي ثَعْلَبَةَ الْخُسَيْنِيِّ , قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ فَرَضَ فَرَائِضَ فَلَا تُضَيِّعُوهَا , وَحَرَّمَ حُرْمَاتٍ فَلَا تَنْتَهِكُوهَا , وَحَدَّ حُدُودًا فَلَا تَعْتَدُوهَا , وَسَكَتَ عَنْ أَشْيَاءَ مِنْ غَيْرِ نَسْيَانٍ فَلَا تَبْحَثُوا عَنْهَا». لَفْظُ يَعْقُوبَ. (رواه الدارقطني).⁸¹

Artinya:

“Dari Abu Tsa'labah Al-Khusyani, dia berkata, "Rasulullah saw. bersabda, “*Sesungguhnya Allah Azza wa Jalla telah menetapkan beberapa kewajiban, maka janganlah kalian sia-siakan. Allah telah menetapkan beberapa larangan, maka janganlah kalian melanggarnya. Allah telah menetapkan batasan-batasan maka janganlah kalian melewatinya. Dan Allah tidak menyinggung banyak hal bukan karena lupa, maka janganlah kalian mencari-carinya*”. “Ini adalah lafaz yang dikemukakan oleh Ya'qub”. (HR. Ad-Daruquthniy).⁸²

⁷⁹M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, Volume 8 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 52.

⁸⁰Sayyid bin Ibrahim Al-Huwaithi, *Kumpulan Hadis Arbain an-Nawawi: Jilid III*, Jiid III (Jakarta Selatan: Tuross, 2017), 59.

⁸¹Sayyid bin Ibrahim Al-Huwaithi, 59.

Hadis ini memiliki interpretasi yang mengarah kepada larangan bagi manusia untuk tidak menyepelekan kewajiban ibadah sebab pada dasarnya, Allah Swt. sudah menggariskan syarat-syarat dan aturan mengenai banyak hal seperti mengharamkan syirik, minum khamr, dan lain-lain. Allah Swt. menerangkan bahwa manusia yang terjerumus pada hal yang haram maka telah melakukan pelanggaran. Allah Swt. memiliki bentuk kasih sayang yang unik kepada hambaNya, yakni berupa membiarkan atau mendiamkan beberapa hal. Bukan karena lupa, tetapi karena hal tersebut merupakan wujud kasih sayang dan rahmat Allah Swt. kepada para hambaNya.⁸³

Meskipun manusia memiliki hak moral untuk melakukan apa yang diinginkan, Allah Swt. telah mengetahuinya sejak awal. Hal ini tidak mengurangi kebebasan manusia, karena keputusan itu tetap dibuat oleh kehendak manusia sendiri. Namun, Allah Swt. juga mengatur segala sesuatu, termasuk apa yang dilakukan manusia. Melalui cara ini, manusia memiliki tanggung jawab moral atas pilihan yang diambil dan akan dimintai pertanggungjawaban di akhirat atas pilihan tersebut. Allah Swt. sebagai zat yang mencipta dan mengatur alam memang mengetahui segalanya, tetapi hal ini tidak menghalangi manusia untuk melakukan apa yang disuka.⁸⁴

⁸²Al-Imam al-Hafidz Abu al-Hasan Ali bin Umar bin Ahmad bin Mahdi bin Mas'ud bin an-Nu'man bin Dinar bin Abdullah al-Baghdadi, *Sunan Ad-Daruquthniy*, Juz 5, No. 4396, Kitab. Ar-Radha', h. 325.

⁸³Sayyid bin Ibrahim Al-Huwaithi, *Kumpulan Hadis Arbain an-Nawawi: Jilid III*, Jiid III (Jakarta Selatan: Tuross, 2017), 62.

⁸⁴Amanda Sephira Nuraini, dkk, "Membedah Konsep Takdir dalam Aqidah Islam : Antara Ketentuan Ilahi dan Kebebasan Manusia," *Jurnal Manajemen dan Pendidikan Agama Islam* 2, no. 4 (2024): 346. <https://doi.org/https://doi.org/10.61132/jmpai.v2i4.412>.

Melalui akal budi dan kehendak bebas, Allah Swt. telah memberi manusia kemampuan untuk membedakan yang benar dan salah. Wahyu dapat membantu manusia mengembangkan pengetahuan tentang jalan yang benar dan halal. Konsep fitrah menunjukkan bahwa manusia pada dasarnya memiliki kemerdekaan untuk memiliki iman dan karakter yang benar atau menyimpang. Meskipun lingkungan sosial memengaruhi banyak hal, manusia masih dapat memilih lingkungannya dan menentukan apa yang dapat dilakukan.⁸⁵

Islam mengakui bahwa lingkungan dan sifat bawaan memengaruhi perkembangan kepribadian manusia. Meskipun demikian, kedua komponen tersebut tidak ditetapkan secara otomatis. Melalui bantuan dan hidayah Allah Swt. orang-orang yang memiliki kehendak bebas dapat mengalahkan pengaruh-pengaruh ini. Oleh karena itu, kebebasan pilihan manusia tetap dapat dipertahankan meskipun ada ketentuan ilahi yang membimbing manusia. Agar dapat mencapai keseimbangan spiritual, manusia harus menggunakan kebebasan ini untuk memilih jalan yang benar, dibantu oleh akal, wahyu, dan hidayah dari Allah Swt.⁸⁶

Ketika seseorang merasa memahami dirinya sendiri dan merasa menjadi bagian dari Tuhan, maka akan menyadari bahwa hidupnya memiliki makna dan tidak sia-sia. Meskipun memiliki pilihan untuk bersikap, hidup tetap harus memiliki arti karena menyadari bahwa semua saling berhubungan satu sama lain. Manusia tidak sepenuhnya "bebas" dalam pengertian sesungguhnya karena tetap berada dalam kendali ketuhanan, sampai individu tersebut mencapai tingkat

⁸⁵Amanda Sephira, 347.

⁸⁶Amanda Sephira, 347.

kehidupan yang bermakna, yang merupakan gabungan dari keinginan untuk hidup dengan makna (*The Meaning Full Life*) dan hasrat untuk hidup bermakna (*The Will To Meaning*).⁸⁷

Nilai-nilai kreatif, cara seseorang memaknai pekerjaannya, menghargai dirinya sendiri, dan menghargai usaha kecil adalah cara untuk mencapai makna hidup. Mampu menghargai apa yang dilakukan akan menumbuhkan optimisme dan harga diri yang realistis. Pengalaman sangat penting dalam menentukan tingkat kebahagiaan dan penderitaan seseorang.⁸⁸

Meskipun demikian, ketika seseorang kembali pada kesadaran dimensi spiritualnya, terkadang bisa merasakan pemahaman tentang hikmah yang dapat dicapai dan fokus pada cara menghargai nilai-nilai kebaikan dalam dirinya, serta meminimalkan segala hal yang buruk yang mungkin terjadi. Selain itu, nilai sejati dalam hidup terdapat pada tahap di mana seseorang mampu menerima kondisi yang tidak dapat dihindari, tidak dapat dikendalikan, dan setelah berusaha sekuat tenaga, tetapi hasilnya tidak sesuai harapan, seperti kematian atau penyakit yang sulit disembuhkan.⁸⁹

Sejalan dengan hal tersebut, konseling Islam yang berlandaskan pada hukum Allah Swt. menyatakan bahwa manusia memiliki kebebasan, meski sedari awal Allah Swt. sudah mengetahuinya. Manusia memiliki kebebasan dan hak untuk memilih makna hidup sekaligus menjalaninya. Manusia memiliki hak dan

⁸⁷Riyanda Utari dan Ahmad Rifai, "Makna Hidup Menurut Viktor E. Frankl dalam Pandangan Psikologi Islam," *Jurnal Ilmiah penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris* 7, no. 2 (2020): 44. <https://doi.org/10.22236/jippuhamka.v6i2.9262>.

⁸⁸Riyanda Utari, 44.

⁸⁹Riyanda Utari, 44-45.

kebebasan untuk memilih bagaimana ingin menjalani hidup dan cara menjauhi hal-hal yang buruk. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat "asas kemaufudan diri" termasuk dalam logoterapi yang merupakan sebuah psikoterapi untuk mencari makna hidup. Konseling Islam melihat individu sebagai suatu mujud di mana setiap orang memiliki hak serta karakteristik yang berbeda satu sama lain.⁹⁰

Konseling Islam bertujuan untuk menghadirkan sikap yang taat pada ajaran Islam agar manusia mempunyai rasa sadar terhadap eksistensinya untuk mengembangkan potensi. Melalui hal tersebut, manusia mampu menanggung tanggung jawab yang terdapat di dalam hidup, serta membangun nilai-nilai yang baik, hingga terbentuklah interaksi dan perilaku yang positif terhadap sesama manusia.⁹¹

2. Keinginan akan Makna (*The Will to Meaning*)

Keinginan untuk menemukan makna adalah dorongan utama dalam diri manusia yang memotivasi untuk melakukan berbagai aktivitas. Hasrat untuk menjalani hidup yang bermakna bukanlah sesuatu yang imajiner, melainkan sebuah fenomena psikologis nyata yang menunjukkan betapa pentingnya kehidupan bagi seseorang. Dorongan inilah yang memacu manusia untuk melakukan beragam hal, seperti bekerja dan menciptakan karya, agar kehidupan yang dijalani terasa berharga dan memiliki arti. Hasrat untuk hidup bermakna

⁹⁰Muhammad Suhaimi Bin Azizan, "Logoterapi dalam Meningkatkan Kebermaknaan Hidup di Tinjau Menurut Konseling Islam": 94-95 (UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh, 2021), ar-raniry.ac.id.

⁹¹Syafaruddin, dkk, *Bimbingan & Konseling Perspektif Al-Qur'an dan Sains* (Medan: Perdana Publishing, 2017), 195.

menjadi landasan dasar manusia, yang mencerminkan keinginan untuk menjadi individu yang berharga.⁹²

Pembicaraan mengenai keinginan akan makna dan makna hidup sering menghadirkan berbagai pertanyaan, utamanya mengenai korelasi antara makna hidup dengan kebahagiaan. Logoterapi sebagai aliran psikoterapi yang mengkhususkan pada pencarian makna hidup manusia, berpandangan bahwa makna hidup berbeda dengan kebahagiaan, kekayaan, atau kekuasaan, meskipun semuanya memiliki hubungan. Kebahagiaan adalah hasil dari upaya menjalani aktivitas yang penuh makna, sedangkan kekayaan dan kekuasaan berfungsi sebagai sarana yang dapat mendukung pelaksanaan kegiatan-kegiatan bermakna tersebut.⁹³

Upaya untuk memaknai hidup membutuhkan kesadaran dalam mengenali diri sendiri dan menjawab pertanyaan-pertanyaan yang ada dalam kehidupan. Namun, sebagian individu memerlukan bantuan ahli untuk melatih kesadaran diri dalam rangka menemukan makna hidup yang lebih baik, sehingga kualitas hidup yang diinginkan dapat tercapai.⁹⁴ Kaum sufi sering menggunakan istilah, "barangsiapa mengenali dirinya, maka ia mengenali Tuhannya." Ketika seseorang

⁹²H.D Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, 2007, 43-44.

⁹³H.D Bastaman, 54-55.

⁹⁴Galuh Andina Putri, "Konsep Mindfulness dalam Bimbingan dan Konseling Islam," *Al Musyrif: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 1, no. 1 (2021): 86-87.
<https://doi.org/10.38073/almusyrif.v4i1.479>.

mencapai tahap mengenali dirinya dan mencapai tahap mengenali Tuhannya, maka akan menemukan makna yang sebenarnya dalam hidup.⁹⁵

Oleh karena itu, dalam rangka membantu seseorang untuk menemukan makna yang terkandung di dalam hidupnya, dibutuhkan bantuan dari orang lain yang dapat berupa bantuan preventif ataupun kuratif seperti yang dilakukan oleh Frankl selama berada di kamp penahanan ataupun pasca perang. Bantuan preventif dapat berupa pemberian kalimat-kalimat afirmasi yang positif terhadap seorang individu. Bantuan kuratif dapat berupa pertolongan seperti psikoterapi atau teknik-teknik konseling yang disesuaikan dengan masalah individu tersebut, seperti yang Frankl lakukan menggunakan logoterapi untuk membantu pasien menyelesaikan konflik emosional, seperti yang terdapat dalam kutipan teks berikut ini:

“.... Untuk kasus-kasus yang ringan, saya tidak punya obat apa-apa, kecuali sedikit kata-kata yang menghibur. Dengan itulah saya berpindah dari satu pasien ke pasien lain, meskipun saya sendiri sangat lemah dan lelah karena penyakit tifus.”⁹⁶

“Frankl disebut-sebut sebagai pencipta logoterapi sebagai teknik psikiatri yang menggunakan analisis eksistensial untuk membantu pasien menyelesaikan konflik emosional mereka. Ia mendorong banyak terapis untuk melihat hal-hal di luar masalah pasien pada masa lalu dan masa sekarang untuk membantu mereka memilih masa depan yang produktif dengan membuat pilihan-pilihan pribadi dan bertanggung jawab atas pilihan tersebut.”⁹⁷

⁹⁵Ahmad Khoirudin, *Menemukan Makna Hidup: Model Aplikasi Logoterapi pada Penderita Kejiwaan di PP. Asy-Syifa*, 1 ed. (Sukabumi: CV. Jejak, 2021), 4.

⁹⁶Viktor E. Frankl, *Man's Search For Meaning*, ed. oleh Haris Priyatna, Cet. 17 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2024), 95.

⁹⁷Viktor E. Frankl, 250.

Berdasarkan kutipan teks tersebut, jelas bahwa Frankl menjalin hubungan dengan sesama manusia dengan sangat baik. Pemberian nasehat yang bijak dan juga terciptanya logoterapi sebagai psikoterapi untuk menemukan makna hidup merupakan perwujudan dari hubungan horizontal manusia dalam kehidupan, yakni membantu suatu individu dalam menemukan makna hidupnya.

Disiplin ilmu bimbingan dan konseling memiliki banyak pembahasan yang berfokus pada tujuan untuk memunculkan *insight* (pencerahan internal) yang berasal dari konseli. *Insight* tersebut merupakan kunci dalam memahami dinamika psikologis diri dan masalah yang sedang dialami melalui pengetahuan baru yang lebih mumpuni. *Insight* akan membantu konseli menemukan jawaban atas masalah yang sedang dihadapinya, sehingga dapat menjadi manusia yang mandiri terhadap hidupnya sendiri.⁹⁸

Penerapan konseling Islam dalam membantu seorang individu untuk menemukan makna hidupnya sejalan dengan Q.S Al-‘Asr/103: 1-3 yang menerangkan bahwa makna hidup dapat ditemukan melalui iman, amal baik, dan kerja sama dalam kebenaran dan kesabaran.

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

⁹⁸Galuh Andina Putri, “Konsep Mindfulness dalam Bimbingan dan Konseling Islam,” *Al Musyrif: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 1, no. 1 (2021): 87. <https://doi.org/10.38073/almusyrif.v4i1.479>.

Terjemahnya:

“Demi Masa. Sesungguhnya manusia benar-benar berada dalam kerugian. Kecuali orang-orang yang beriman dan beramal saleh serta saling menasihati untuk kebenaran dan kesabaran.”⁹⁹

Sebagian besar mufassir, termasuk Fakhruddin Al-Razi melalui Aryani, berpandangan bahwa surah Al-Asr adalah *qassam*, atau sumpah terhadap waktu. Tafsir Ibnu Katsir melalui Aryani menjelaskan ayat ini dengan mengutip berbagai pandangan di antaranya adalah perkataan Imam Malik dari Zaid Ibn Aslam bahwa makna ayat ini terkenal dengan sumpah Tuhan kepada waktu dan menjelaskan manusia yang melakukan kesalahan, seperti yang dijelaskan dalam ayat kedua.¹⁰⁰

Bintu Syati melalui Hasibuan memulai tafsiran pada ayat 3 dengan kata *al-haq* yang secara linguistik adalah antonim kata batil. Kata ini berarti jujur, keadilan, dan teguh. Kata "*at-tawasia*" berarti menasihati orang lain. Artinya adalah saling memberi nasehat dalam hal-hal yang baik. Adanya ruang emosional yang menyinggung isi surat Al-Asr menunjukkan nilai nasehat dan edukasi. Ruang emosional ini memungkinkan orang untuk mengakui, saling bekerja sama, dan menentukan cara untuk hidup. Hal ini unik karena mengajarkan betapa pentingnya perasaan untuk orang, benda, atau peristiwa.¹⁰¹

⁹⁹Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Unit Percetakan Al-Qur'an: Bogor, 2018), 915.

¹⁰⁰Nia Aryani, “Mengelaborasi Pemahaman Ibnu Kathir dan Muh. Abduh Pada Surah Al-’Asr Ayat 1-3,” *Al-I’jaz : Jurnal Studi Al-Qur’an, Falsafah dan Keislaman* 4, no. 2 (2022): 9, <https://doi.org/10.53563/ai.v4i2.88>.

¹⁰¹Marsal Yunas Muliadi Hasibuan dan Irman, “Dialog Bimbingan dan Konseling Perspektif Al-Asr Ayat 3,” *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia* 9, no. 2 (2023): 432–36, <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/AN-NUR>.

M. Quraish Shihab menjelaskan bahwa nasehat tentang kebenaran menekankan tanggung jawab individu untuk belajar dan mendengarkan kebenaran dari orang lain yang merupakan hak yang saling berkaitan. Seseorang tidak akan terbebas dari kesulitan hanya dengan bertindak positif, percaya diri, dan meyakini dirinya benar. Sebaliknya, ia perlu berbagi kesulitan dengan orang lain.¹⁰²

Melalui Q.S Al-‘Asr ayat 1-3 yang telah dipaparkan sebelumnya, dapat diketahui bahwa menyampaikan nasehat tentang pentingnya menjalani kebenaran dan menekuni kesabaran merupakan hal yang fundamental dalam membantu manusia mengatasi perubahan jiwa yang tidak stabil. Oleh karena itu, konseling Islam memiliki peran penting dalam membimbing individu menuju jalan yang benar dan meningkatkan ketaatan, serta meninggalkan hal-hal yang diharamkan. Menasehati dalam kesabaran merupakan proses pembentukan karakter untuk menghadapi cobaan dan tantangan dengan sabar dan tabah, sehingga memperkuat komitmen dalam menegakkan kebenaran dan keadilan.¹⁰³

Q.S Al-‘Asr ayat 1-3 memperkuat dan sejalan dengan aktivitas yang Frankl dan para tawanan lakukan selama berada di kamp, di antaranya adalah memberi nasehat dan kalimat-kalimat positif yang menghibur, bahkan berusaha untuk menyikapi semua kekejaman kamp dengan cara menerima nasib, meski jiwa dan pikiran benar-benar kacau.

Menemukan hidup yang bermakna di tengah-tengah kamp penahanan terbukti sulit untuk dilakukan dan hanya segelintir orang yang mampu meraih

¹⁰²M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, Volume 15 (J: Lentera Hati, 2002), 505.

¹⁰³Syafaruddin, dkk, *Bimbingan & Konseling Perspektif Al-Qur'an dan Sains*. (Medan: Perdana Publishing, 2017), 127.

makna hidup yang hakiki selama di kamp, yakni orang-orang yang menjaga nilai-nilai dalam hidupnya. Apabila hal tersebut ditilik melalui perspektif Islam, maka nabi Muhammad saw. menganjurkan pengikutnya untuk meninggalkan hal-hal yang tak bermakna dan berusaha untuk terus mencari makna, seperti hadis yang diriwayatkan oleh at-Tirmidzi.

عَنْ إِسْمَاعِيلَ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ سَمَاعَةَ عَنْ الْأَوْزَاعِيِّ عَنْ قُرَّةَ عَنْ الزُّهْرِيِّ عَنْ أَبِي سَلَمَةَ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مِنْ حُسْنِ إِسْلَامِ الْمَرْءِ تَرْكُهُ مَا لَا يَغْنِيهِ. (رواه الترمذي).¹⁰⁴

Artinya:

“Dari Isma'il bin 'Abdullah bin Sama'ah dari Al Auza'i dari Qurroh dari Az Zuhri dari Abu Salamah dari Abu Hurairah dia berkata bahwa Rasulullah Shallallahu 'alaihi wa salam bersabda: "Di antara tanda baiknya Islam seseorang adalah meninggalkan sesuatu yang tidak bermanfaat baginya." (HR. Tirmidzi).¹⁰⁵

Menurut syarah Imam an-Nawawi melalui al-Huwaithi, maksud dari “Di antara (tanda) baiknya keislaman seseorang adalah (sikapnya) meninggalkan sesuatu yang tidak bermakna baginya”, merupakan semua hal yang tidak penting bagi manusia dalam hal agama dan dunia, baik dalam perkataan maupun perbuatan. Hadis tersebut menjelaskan bahwa kebaikan keislaman dicapai dengan menghindari hal-hal tidak relevan dan fokus pada yang bermakna. Sedangkan menurut syarah Syekh al-'Utsaimin melalui al-huwaithi menjelaskan bahwa hadis

¹⁰⁴Sayyid bin Ibrahim Al-Huwaithi, *Kumpulan Hadis Arbain an Nawawi Jilid II*, Jilid 2 (Jakarta Selatan: Tuross, 2017), 40.

¹⁰⁵Abu Isa Muhammad bin Isa bin Saurah, *Sunan Tirmidzi*, Kitab. Az-Zuhd, Juz 4, No. 2324, (Beirut-Libanon: Dar al-Fikr, 1994 M), h. 142.

ini merupakan fondasi adab dan bimbingan yang lurus, yaitu meninggalkan hal-hal tidak bermakna untuk mencapai ketenangan dan kesempurnaan hidup.¹⁰⁶

Faedah yang dapat dipetik melalui hadis ini adalah sebaiknya manusia meninggalkan hal-hal yang tidak bermakna, sehingga memiliki banyak waktu untuk bermunajat kepada Allah Swt. Manusia yang terlalu sering melakukan hal-hal yang tidak berarti hanya akan merasa letih alih-alih ketenangan batin. Hadis ini juga memperingatkan manusia agar manusia tidak kehilangan hal-hal penting dan bermakna dalam hidup, baik dalam aspek spiritual maupun kehidupan duniawi. Memfokuskan diri pada hal-hal yang sederhana dan mudah dicapai dapat membantu meraih tujuan hidup dengan baik.¹⁰⁷

Hadis ini sejalan dengan apa yang Frankl dan para tawanan lakukan selama berada di kamp, misalnya dengan menghayati keindahan seni dan alam, melalui kerja, melalui cinta kepada orang-orang terkasih, hingga melalui humor. Semua hal tersebut terbukti dapat membantu untuk meringankan beban selama berada di kamp, meski tidak sampai menghilangkan penderitaan yang dialami.

3. Makna Hidup (*The Meaning of Life*)

Makna hidup dapat diperoleh dari pertanyaan-pertanyaan yang diajukan ke diri sendiri, misalnya apa arti diri sendiri di dalam hidup, apa arti diri seseorang di dalam keluarga dan di tengah masyarakat luas, apa tujuan hidup, apa yang diinginkan, dan lain-lain. Ketika manusia dapat menjawab dengan tepat pertanyaan-pertanyaan tersebut, maka makna hidup akan terbentuk sejalan dengan

¹⁰⁶Sayyid bin Ibrahim Al-Huwaithi, *Kumpulan Hadis Arbain an Nawawi Jilid II*, Jilid 2 (Jakarta Selatan: Tuross, 2017), 40.

¹⁰⁷Sayyid bin Ibrahim Al-Huwaithi, 47.

kegiatan penuh makna yang dilakukan dalam keseharian. Perasaan bahagia dan mental yang sehat akan terangkai dengan sendirinya apabila makna hidup sudah dicapai.¹⁰⁸

Mendapatkan makna hidup dan menetapkan tujuan merupakan langkah penting dalam mengembangkan kehidupan yang penuh arti. Dorongan untuk menjalani hidup yang bermakna timbul secara alami pada setiap individu yang menginginkan kebahagiaan. Kebebasan yang dimiliki manusia memberikan ruang untuk bermimpi, menetapkan tujuan, dan memilih cara untuk mencapainya. Melalui kebebasan manusia dapat menentukan nasibnya sendiri, sehingga disebut sebagai “*The Self Determining Being*” yaitu makhluk yang mampu menentukan apa yang terbaik bagi dirinya.¹⁰⁹

Makna hidup dapat ditemukan melalui sisi spiritual manusia, meskipun spiritual yang dimaksud tidak terikat pada konotasi keagamaan. Spiritualitas adalah salah satu aspek penting dari keberadaan manusia, selain aspek fisik, psikologis, dan sosial-budaya. Frankl memakai istilah *noetic* sebagai pengganti istilah *spirit* atau *spirituality* untuk menghindari kesalahpahaman yang mengaitkan spiritual dengan konsep keagamaan.¹¹⁰

Konteks spiritual tetap memiliki kaitan dengan ruh atau jiwa manusia. Hal ini selaras dengan agama Islam yang memerhatikan *nafs* (jiwa) manusia sebagai

¹⁰⁸Galuh Andina Putri, “Konsep Mindfulness dalam Bimbingan dan Konseling Islam,” *Al Musyrif: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 1, no. 1 (2021): 86. <https://doi.org/10.38073/almusyrif.v4i1.479>.

¹⁰⁹H.D Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, 2007, 67.

¹¹⁰H.D Bastaman, 68.

sasaran dalam ajarannya. Manusia mempunyai banyak keistimewaan dibandingkan dengan ciptaanNya yang lain. Manusia terdiri dari tiga unsur yang saling berkaitan, yaitu unsur spiritual (ruh), akal, dan fisik. Mendekatkan diri kepada Allah Swt. bukan hanya bentuk ekspresi cinta, tetapi juga merupakan kebutuhan yang mampu membawa manusia pada ketenangan hati dan pikiran. Selain itu, hal ini juga memberikan dampak positif bagi kesehatan fisik dan mental.¹¹¹

Ketiga unsur tersebut menjadikan manusia sebagai pemimpin di dunia dengan tanggung jawab untuk melestarikan keseimbangan dan menciptakan kebaikan. Khalifah dalam hal ini bermakna pemimpin yang memikul tanggung jawab atas diri sendiri dan lingkungan. Sama halnya dengan konseling Islam yang menekankan pada pemberian bantuan kepada seseorang yang sedang kesulitan, sehingga dapat bertanggung jawab atas kehidupan yang dijalani dan terhadap Allah Swt.¹¹² Hal ini diperkuat melalui Q.S Al-Baqarah/2: 30 yang menerangkan bahwa manusia adalah khalifah di bumi.

وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلٰٓئِكَةِ اِنِّیْ جَاعِلٌ فِی الْاَرْضِ خَلِیْفَةً ۗ قَالُوْۤا اَجْعَلْ فِیْهَا مَنْ یُّفْسِدُ فِیْهَا
وَیَسْفِكُ الدِّمَآءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ ۗ قَالَ اِنِّیْۤ اَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُوْنَ

Terjemahnya:

“Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu berfirman kepada para malaikat, “Aku hendak menjadikan khalifah) di bumi.” Mereka berkata, “Apakah Engkau hendak menjadikan orang yang merusak dan menumpahkan darah di sana, sedangkan kami bertasbih memuji-Mu dan menyucikan nama-Mu?” Dia

¹¹¹Umar Latif, “Dzikir dan Upaya Pemenuhan Mental Spiritual dalam Perspektif Al-Qur’an,” *At-Taujih Bimbingan dan Konseling Islam* 5, no. 1 (2022): 36. <https://doi.org/10.38073/almusyrif.v4i1.479>.

¹¹²Syafaruddin, dkk, *Bimbingan & Konseling Perspektif Al-Qur’an dan Sains* (Medan: Perdana Publishing, 2017), 133.

berfirman, “Sesungguhnya Aku mengetahui apa yang tidak kamu ketahui.”¹¹³

Menurut Quraish Shihab ayat ini dimulai dengan pernyataan Allah Swt. kepada para malaikat mengenai rencana-Nya menciptakan manusia sebagai penghuni bumi. Malaikat akan ditugaskan untuk melakukan banyak hal bagi manusia, seperti mencatat amal, memelihara manusia, membimbing manusia, dan sebagainya. Selain itu, ketika manusia mengetahuinya, manusia akan bersyukur kepada Allah Swt. atas karunia-Nya, seperti dalam dialog Allah Swt. dengan para malaikat, "Sesungguhnya Aku akan mendapatkan khalifah di dunia."¹¹⁴

Manusia adalah khalifah di bumi. Khalifah merujuk kepada keturunan Nabi Adam a.s. tetapi Muhammad Abduh menyatakan belum ada kesepakatan pasti apakah istilah tersebut mengacu pada pengganti generasi manusia sebelumnya atau pada pergantian generasi makhluk lain sebelum manusia. Manusia adalah satu-satunya yang diberi hak melaksanakan fungsi khalifah.¹¹⁵

Malaikat sebagai makhluk Allah Swt. memiliki tugas tertentu untuk senantiasa sujud dan bertasbih kepada Allah Swt. sampai hari akhir. Malaikat juga digambarkan sebagai makhluk yang tidak memiliki ilmu pengetahuan dan tidak bergerak, seperti tumbuhan yang tidak memiliki kemampuan untuk melaksanakan hukum-hukum Allah Swt. Pada dasarnya, Allah Swt. telah memberikan potensi unik kepada makhluk-makhluk tersebut, tetapi malaikat dan tumbuhan

¹¹³Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Unit Percetakan Al-Qur'an: Bogor, 2018), 6.

¹¹⁴M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, Volume 1 (Tangerang: Lentera Hati, 2002), 140-141.

¹¹⁵Muhammad Amin Fathih, Tutik Hamidah, “Manajemen Kepemimpinan dalam Perspektif Tafsir Al-Manar,” *Eduprof: Islamic Education Journal* 4, no. 2 (2022): 59, <https://doi.org/https://doi.org/10.47453/eduprof.xxx>.

kekurangan pengetahuan, kemampuan bergerak, dan kapasitas lainnya untuk melaksanakan tugas khalifahannya di dunia ini.¹¹⁶

Meskipun manusia lemah, manusia dapat bergerak dan tahu nama-nama benda. Akibatnya, dibandingkan dengan ciptaan Allah Swt. yang lain, manusia memiliki perasaan dan pikiran yang memberi keuntungan dalam melaksanakan tugasnya sebagai khalifah. Akan tetapi, di balik keuntungan tersebut Allah Swt. mengharuskan manusia melaksanakan perintah agama sebagai konsekuensi dari tindakan dan perbuatan yang dilakukan. Hal inilah yang memungkinkan manusia untuk bertanggung jawab atas kekhalifahan yang Allah Swt. berikan selama berada di dunia.¹¹⁷

Manusia sebagai khalifah artinya memiliki tanggung jawab untuk menjaga keseimbangan dan menciptakan kebaikan. Selaras dengan hal tersebut, Frankl menegaskan manusia memiliki tanggung jawab terhadap hidup dan pilihan yang dijalani. Oleh karena itu, berkeinginan menemukan makna hidup harus dimulai dengan merasa memiliki tanggung jawab terhadap hidup yang sedang dijalani.

“Yang terpenting, ia menyadari bahwa, tak peduli apa pun yang terjadi, ia mempertahankan kebebasan untuk memilih bagaimana cara merespons penderitaannya. Ia melihat hal ini bukan hanya sekadar sebuah pilihan, melainkan juga sebagai tanggung jawab dirinya dan setiap orang untuk memilih cara menanggung bebannya sendiri.”¹¹⁸

¹¹⁶Muhammad Amin Fathih, dkk: 59.

¹¹⁷Muhammad Amin Fathih, dkk: 59.

¹¹⁸Viktor E. Frankl, *Man's Search For Meaning*, ed. oleh Haris Priyatna, Cet. 17 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2024), 243.

Tugas sebagai khalifah di muka bumi dalam menebar kebaikan juga terdapat dalam nilai-nilai konseling Islam. Konseling Islam menitikberatkan pada suatu proses untuk mengajak seseorang kembali ke jalan Allah Swt. tanpa melupakan fitrahnya sebagai manusia. Manusia diciptakan untuk beribadah kepada Allah Swt. serta mempunyai tugas membantu manusia yang lain dengan terus mengingatkan pada jalan kebenaran sesuai ajaran yang terdapat pada hukum Islam.¹¹⁹

Konteks agama Islam memiliki pandangan bahwa tujuan utama dalam hidup selain menjadi khalifah ialah beribadah dan mematuhi segala perintah dari Allah Swt.¹²⁰ Beribadah pada dasarnya adalah tujuan utama dari penciptaan manusia seperti yang tertuang dalam Q.S Adz-Dzariyat/51: 56 yang menekankan pada ibadah sebagai tujuan dan makna hidup tertinggi manusia, terutama bagi umat Islam.

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ

Terjemahnya:

“Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan agar mereka beribadah kepada-Ku.”¹²¹

¹¹⁹Muhammad Suhaimi Bin Azizan, “Logoterapi dalam Meningkatkan Kebermaknaan Hidup di Tinjau Menurut Konseling Islam”: 94-95 (UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh, 2021): 1. ar-raniry.ac.id.

¹²⁰Syafaruddin, dkk, *Bimbingan & Konseling Perspektif Al-Qur'an dan Sains* (Medan: Perdana Publishing, 2017), 133.

¹²¹Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Unit Percetakan Al-Qur'an: Bogor, 2018), 758.

Menurut Quraish Shihab bahwa ayat ini menerangkan pada tugas manusia yang berkaitan dengan ibadah mencakup penghambaan diri kepada Allah Swt., serta tujuan kehidupan manusia yang sepenuhnya mengarah kepada Allah Swt. Berlandas pada hal tersebut ayat ini menekankan bahwa tujuan penciptaan adalah beribadah hanya kepada Allah Swt. dan bukan kepada siapa pun selain-Nya.¹²²

Q.S Adz-Dzariyat/51: 56 menjadi penguat bahwa tujuan utama penciptaan manusia ialah untuk beribadah kepada Allah Swt. Ayat ini dapat dijadikan patokan bahwa manusia harus senantiasa memupuk hubungan vertikal, yakni hubungan antara manusia dengan Sang Pencipta.

Sejalan dengan hal tersebut, kegiatan-kegiatan dalam pencarian makna yang dilakukan oleh Frankl dan para tawanan lain saat berada di kamp penahanan Nazi, apabila ditilik melalui kacamata agama Islam maka dapat bermakna ibadah. Bekerja, membantu orang lain yang sedang kesusahan, atau hanya sekadar melemparkan anekdot lucu dan kalimat-kalimat hiburan mampu membantu individu lebih mengenal diri dan memiliki alasan untuk tetap bertahan hidup. Sekecil apapun bantuan yang diberikan kepada orang lain dapat dihitung sebagai nilai ibadah dalam agama Islam. Hal ini dibuktikan melalui kutipan teks yang terdapat dalam buku *“Man’s Search For Meaning”*.

“Kadang-kadang pria itu membuat anekdot lucu tentang peristiwa yang terjadi di masa depan. Dia menggambarkan bagaimana kami menghadiri undangan makan malam; ketika sup siap dihidangkan, tiba-tiba kami lupa diri, dan meminta tuan rumah untuk menyendoknya dari dasar mangkuk sup.”¹²³

¹²²M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur’an*, Volume 13 (Tangerang: Lentera Hati, 2002).

¹²³Viktor E. Frankl, *Man’s Search For Meaning*, ed. oleh Haris Priyatna, Cet. 17 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2024), 83.

“.... Dia meminta saya untuk menjadi tenaga medis sukarela di sebuah kamp yang dihuni penderita tifus. Walaupun kawan-kawan saya menyarankan agar saya tidak menerima (dan, meskipun tidak satu pun teman saya yang menawarkan jasa mereka), saya memutuskan untuk menerima tawaran itu.”¹²⁴

Melalui kutipan teks tersebut, jelas bahwa Frankl berusaha untuk menanamkan kekuatan, baik dalam dirinya sendiri maupun kepada orang lain. Hadirnya kekuatan dan keinginan dari dalam diri Frankl dibuktikan melalui tindakannya untuk menjadi sukarelawan dalam merawat orang lain yang sedikit banyak menghadirkan kesadaran dalam dirinya bahwa manusia memiliki berbagai alasan dalam bertahan hidup. Selanjutnya, keinginan lain yang berusaha dipupuk oleh para tawanan, yakni dengan saling melemparkan anekdot lucu juga menjadi salah satu kekuatan untuk tetap bertahan atau setidaknya sedikit menjadi angin segar agar tetap mampu melanjutkan hidup di kamp.

Pada sisi lain, sasaran konseling adalah jiwa manusia dan jiwa yang tenang adalah tujuan dari konseling Islam agar menjadi manusia yang Allah Swt. ridai untuk menempati surga. Tujuan konseling Islam adalah melahirkan pribadi Islami dengan karakteristik kepribadian yang bersih berdasarkan norma-norma Islam. Bastaman berpendapat bahwa Tuhan adalah sumber nilai yang Maha Sempurna dengan agama sebagai manifestasi dari-Nya.¹²⁵

Konseling Islam berpokok pada pemberian dukungan kepada seseorang atau kelompok untuk menyelesaikan masalahnya. Selain itu, melalui konseling Islam pula dapat membantu individu atau kelompok untuk menyadari adanya

¹²⁴Viktor E. Frankl, 91.

¹²⁵H.D Bastaman, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, 2007, 53-54.

sebuah makna dalam hidup yang dijalani. Apabila berlandas pada diciptakannya manusia untuk menunaikan tugasnya yaitu ibadah kepada Allah Swt, maka dapat disimpulkan bahwa Allah Swt. adalah segalanya bagi manusia. Seperti dalam hadis yang diriwayatkan dari Abu Dzar Jundub bin Junadah dan Abu Abdirahman Mu'adz bin Jabal yang menerangkan bahwa bertakwa pada Allah Swt. adalah hal yang baik.¹²⁶

حَدَّثَنَا سُفْيَانُ عَنْ حَبِيبِ بْنِ أَبِي ثَابِتٍ عَنْ مَيْمُونِ بْنِ أَبِي شَيْبٍ عَنْ أَبِي ذَرٍّ قَالَ قَالَ لِي رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ اتَّقِ اللَّهَ حَيْثُمَا كُنْتَ وَأَتَّبِعِ السَّبِيلَةَ الْحَسَنَةَ تَمَحُّهَا وَخَالِقِ النَّاسَ بِخُلُقٍ حَسَنٍ. (رواه الترمذي).¹²⁷

Artinya:

“Telah menceritakan kepada kami Sufyan dari Habib bin Abu Tsabit dari Maimun bin Abu Syabib dari Abu Dzar ia berkata; Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam pernah bersabda kepadaku: "Bertakwalah kamu kepada Allah di mana saja kamu berada dan ikutilah setiap kebajikan dengan kebaikan yang dapat menghapuskannya, serta pergaulilah manusia dengan akhlak yang baik”. (HR. At-Tirmidzi).¹²⁸

Hadis ini bermakna bahwa manusia harus senantiasa bertakwa di segala situasi, sebab Allah Swt. Maha Melihat dan Maha Mengawasi. Selain itu, Allah Swt. menyuruh manusia yang melakukan dosa agar segera meminta pertolongan dan pengampunan, kemudian melakukan amal kebajikan setelah bertobat karena hal tersebut dapat menghapus perbuatan buruk yang dilakukan sebelumnya. Pada hadis ini pula, Allah Swt. menegaskan untuk selalu berbuat baik terhadap

¹²⁶Sayyid bin Ibrahim Al-Huwaithi, *Kumpulan Hadis Arbain an Nawawi Jilid II*, Jilid 2 (Jakarta Selatan: Tuross, 2017), 95.

¹²⁷Sayyid bin Ibrahim Al-Huwaithi, 95.

¹²⁸Abu Isa Muhammad bin Isa bin Saurah, *Sunan At-Tirmidzi*, Kitab. Al-Bir wa ash-Shilah, Juz 3, No. 1994, (Beirut-Libanon: Dar al-Fikr, 1994 M), h. 397-398.

sesama.¹²⁹

Berlandas pada hadis yang sudah dipaparkan sebelumnya, terdapat suatu hal yang menarik pada kalimat, “*Pergaulilah manusia dengan akhlak yang baik.*” Ibnu Daqiq al-‘Id melalui al-Huwaithi menerangkan bahwa makna dari kalimat ini adalah jika seseorang menginginkan perlakuan baik dari orang lain, maka seseorang tersebut harus pula berbuat baik terhadap sesamanya.¹³⁰

Begitu pula yang dilakukan Frankl dan para tawanan selama menjalani kehidupan di kamp. Frankl berusaha untuk selalu berbuat baik melalui berbagai hal kecil, tetapi sarat akan makna. Akibat dari hal tersebut, takdir membawa Frankl dan para tawanan lainnya pada kebebasan fisik, kedamaian batin, serta penelaahan pada makna hidup secara lebih mendalam. Frankl kemukakan dalam “*Man’s Search For Meaning*” bahwa makna hidupnya adalah menolong manusia lain menemukan makna hidupnya.¹³¹

¹²⁹Sayyid bin Ibrahim Al-Huwaithi, *Kumpulan Hadis Arbain an Nawawi Jilid II*, Jilid 2 (Jakarta Selatan: Tuross, 2017), 96-99.

¹³⁰Sayyid bin Ibrahim Al-Huwaithi, 101.

¹³¹Viktor E. Frankl, *Man’s Search For Meaning*, ed. oleh Haris Priyatna, Cet. 17 (Jakarta Selatan: Noura Books, 2024), 252.

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat dikemukakan beberapa simpulan, yaitu:

1. Konsep makna hidup dalam penelitian ini diambil dari tiga landasan filosofis logoterapi yang mencakup kebebasan berkehendak (*The Freedom of Will*), keinginan akan makna (*The Will to Meaning*), dan makna hidup (*The Meaning of Life*). Melalui buku "*Man's Search For Meaning*" ditemukan bahwa kebebasan berkehendak (*The Freedom of Will*) dapat diketahui melalui adanya kebebasan spiritual dalam diri seseorang, melalui seni dan humor, serta kebebasan para tawanan dalam memilih jalannya sendiri dalam berkehendak yang mencakup segala hal untuk mempertahankan eksistensi diri sebagai seorang manusia. Konsep kedua adalah keinginan akan makna (*The Will to Meaning*) dapat ditemukan melalui cinta, keindahan alam, dan melalui kerja. Keinginan akan makna di dalam buku "*Man's Search For Meaning*" berwujud pada harapan para tawanan yang perlahan menyadari bahwa terdapat banyak hal yang bisa diresapi dan dimaknai alih-alih berkubang pada kesengsaraan kamp yang tidak diketahui kapan habisnya. Konsep terakhir yakni makna hidup (*The Meaning of Life*) yang menitikberatkan pada bukti-bukti bahwa para tawanan memiliki jejak keinginan akan sebuah makna selama berada di kamp penahanan Nazi.
2. Relevansi makna hidup dalam buku "*Man's Search For Meaning*" dengan konseling Islam dapat ditemukan dalam beberapa ayat Al-Qur'an dan hadis.

Konseling Islam yang mengarahkan pada pemberian bantuan kepada individu atau kelompok atas masalah yang dihadapi tercermin melalui tiga konsep makna hidup, yakni kebebasan berkehendak (*The Freedom of Will*), keinginan akan makna (*The Will to Meaning*), dan makna hidup (*The Meaning of Life*). Melalui konsep makna hidup tersebut, dapat diketahui bahwa makna hidup atau tugas manusia di dalam Islam adalah beribadah kepada Allah Swt., bertanggung jawab terhadap kehidupan yang dijalani, dan saling mengasihi serta menghormati sesama manusia.

B. Saran

Berdasarkan hasil yang telah diperoleh maka saran yang dapat dikemukakan peneliti adalah sebagai berikut:

1. Buku "*Man's Search For Meaning*" yang dikaji dalam penelitian membahas mengenai pencarian makna hidup manusia yang ditulis oleh Viktor E. Frankl. Hal tersebut membuat penelitian ini bersifat subjektif karena hanya memfokuskan pada dasar pemikiran satu tokoh saja. Hendaknya bagi peneliti selanjutnya yang membahas tema serupa dapat menggali lebih dalam mengenai makna hidup, utamanya dari pakar-pakar yang lain agar pembahasan mengenai makna hidup bisa lebih detail dan luas.
2. Pembahasan dalam penelitian ini menggunakan landasan teori logoterapi sebagai indikatornya. Oleh karena itu, pembahasan mengenai makna hidup hendaknya diperkenalkan lebih detail seperti ilmu psikoterapi atau psikologi lainnya dengan disiplin ilmu konseling Islam sebagai wadahnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Agama RI. *Al-Qur'an dan Terjemahnya*. Bogor: Unit Percetakan Al-Qur'an, 2018.
- Abu Isa Muhammad bin Isa bin Saurah, *Sunan Tirmidzi*, Kitab. Az-Zuhd, Juz 4, No. 2324, (Beirut-Libanon: Dar al-Fikr), 1994 M.
- Abu Isa Muhammad bin Isa bin Saurah, *Sunan At-Tirmidzi*, Kitab. Al-Bir wa ash-Shilah, Juz 3, No. 1994, (Beirut-Libanon: Dar al-Fikr), 1994 M.
- Abdurrahman. *Konseling Islami*. 1 ed. Medan: Perdana Publishing, 2019.
- Ach. Sudrajad Nurismawan, Anisa Ultari Lisnanti, Herlin Ika Nafilasari, dan Budi Purwoko. "Pendekatan Konseling Viktor Frankl dan Relevansinya Bagi Pendampingan Siswa di Masa Krisis." *Jurnal Filsafat Indonesia* 6, no. 1 (2023): 126–31. <https://doi.org/10.23887/jfi.v6i1.56065>.
- Afifah, Darmiyati Zuchdi dan Wiwiek. *Analisis Konten Etnografi & Grounded Theory dan Hermenutika dalam penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara, 2019.
- Al-Huwaithi, Sayyid bin Ibrahim. *Kumpulan Hadis Arbain an-Nawawi: Jilid II*. Jilid II. Jakarta Selatan: Turos, 2017.
- . *Kumpulan Hadis Arbain an Nawawi Jilid III*. Jilid 3. Jakarta Selatan: Turos, 2017.
- Al-Imam al-Hafidz Abu al-Hasan Ali bin Umar bin Ahmad bin Mahdi bin Mas'ud bin an-Nu'man bin Dinar bin Abdullah al-Baghdadi, *Sunan Ad-Daruquthniy*, Juz 5, No. 4396, Kitab. Ar-Radha'.
- Anggel Pames Lader Putri, Ikhsan Fernando, Jenira, Riska Yulandari. "Cinta dan Kasih Sayang Menurut Pemikiran Hierarki Kebutuhan Abraham Maslow." *ISTISYFA : Journal of Islamic Guidance and Conseling* 2, no. 03 (2023): 327–34. <https://ejournal.iainbengkulu.ac.id/index.php/istisyfa>.
- Arroisi, Jarman. "Makna Hidup Perspektif Viktor Frankl: Kajian Dimensi Spiritual dalam Logoterapi." *Tajdid* 20, no. 1 (2021): 91–115. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>.
- Aryani, Nia. "Mengelaborasi Pemahaman Ibnu Kathir dan Muh. Abduh Pada Surah Al-'Asr Ayat 1-3." *Al-I'jaz : Jurnal Studi Al-Qur'an, Falsafah dan Keislaman* 4, no. 2 (2022): 1–17. <https://doi.org/10.53563/ai.v4i2.88>.
- As-Sadah, Abdullah bin Ibrahim. *Serial Tadabur Surah Al-Kahfi: Bagian Kedua*. Solo: Fatiha, 2024.

Asriani, Rani Nur. "Islam dan Konsep Kebebasan Manusia dalam Pandangan Syed Muhammad Naquib Al-Attas; Suatu Tinjauan Awal." *Jurnal Filsafat Driyarkara* 2 (2022): 32–44.

Azizan, Muhammad Suhaimi Bin. "Logoterapi dalam Meningkatkan Kebermaknaan Hidup di Tinjau Menurut Konseling Islam." UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh, 2021. ar-raniry.ac.id.

Basit, Abdul. *Konseling Islam*. 1 ed. Jakarta: Penerbit Kencana, 2017.

Bastaman, H.D. *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2007.

Faddila, Dita. "Kritik Sosial Cerpen 'Membimbing Anak Buta' dalam Buku Sepasang Sepatu Karya Sapardi Djoko Damono (Analisis Hermeneutika Paul Ricoeur)." UIN Raden Fatah Palembang, 2021. <https://doi.org/10.21107/prosodi.v18i1.20759>.

Frankl, Viktor E. *Man's Search For Meaning*. Diedit oleh Haris Priyatna. Cet. 17. Jakarta Selatan: Noura Books, 2024.

———. *The Will To Meaning*. Diedit oleh Gita Widya Laksmi Soerjoatmodjo. Cetakan 2. Jakarta Selatan: Noura Books, 2020.

———. *Yes To Life*. Diedit oleh Pangestuningsih. Cetakan 2. Jakarta Selatan: Noura Books, 2022.

Hardiman, F. Budi. *Seni Memahami Hermeneutik dari Schleiermacher sampai Derrida*. Yogyakarta: PT Kanisius, 2015.

Hasyim, Muhammad Husni dan Muhammad. "Landasan Bimbingan dan Konseling dalam Perspektif Islam." *Al-Ibrah* 6, no. 1 (2021): 103–24. <https://doi.org/10.61815/alibrah.v6i1.126>.

Idati, Ata Luthfa Af. "Pendekatan Eksistensial Humanistik dalam Konseling Islam." *Cons-edu Islamic Guidance and Counseling Journal* 04, no. 01 (2024): 156–67. <https://doi.org/10.51192/cons.v2i2>.

Indra, Fajrul Ilmy Darussalam dan Andi Batara. "Kedaulatan Rakyat dalam Pemikiran Filsafat Politik Montesquieu." *Jurnal Politik Profetik* 9, no. 2 (2021): 188–204. <https://doi.org/10.24252/profetik.v9i2a2>.

Kamus Besar Bahasa Indonesia. Edisi VI. Versi 1.0.0 (100).

Irman, Marsal Yunas Muliadi Hasibuan dan. "Dialog Bimbingan dan Konseling Perspektif Al-Asr Ayat 3." *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda*,

Bermakna, Mulia 9, no. 2 (2023): 432–36. <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/AN-NUR>.

Khairi Asyrafu, Masri Dedi, Pratama Reza, Dalimunthe Sabina. “Metode Pembelajaran di Dalam Q.S An-Nahl Ayat 125 Berdasarkan Tafsir Al-Misbah.” *Hibrul Ulama: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Keislaman* 5, no. 2 (2023): 47–58. <https://doi.org/https://doi.org/10.47662/hibrululama.v5i1.510>.

Kharisma, Ridho Fahmi, dan Jum Anidar. “Kepribadian Konselor dalam Al-Qur’an Surah An-Nahl ayat 125-128.” *Jurnal Al-Taujih* 8, no. 1 (2022): 1–6. <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/attaujih/>.

Khoirudin, Ahmad. *Menemukan Makna Hidup: Model Aplikasi Logoterapi pada Penderita Kejiwaan di PP. Asy-Syifa*. 1 ed. Sukabumi: CV. Jejak, 2021.

Komalasari, Rini, dan H M Sattu Alang. “Metodologi Logoterapi Terhadap Korban Kekerasan Seksual di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak Kota Makassar.” *Journal of Islamic Integrated Research* 2, no. 2 (2024): 72–96. <https://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/ritma/article/view/47360>.

Latif, Umar. “Dzikir dan Upaya Pemenuhan Mental Spiritual dalam Perspektif Al-Qur’an.” *At-Taujih Bimbingan dan Konseling Islam* 5, no. 1 (2022): 28–46. <https://doi.org/10.38073/almusyrif.v4i1.479>.

Lengkey, Irianto Putra. “Kajian Makna Hidup Terhadap Pandangan Paramedis dan Tokoh Agama tentang Pasien Kanker dari Perspektif Logoterapi Frankl.” *Jurnal Pastoral Konseling* 3, no. 2 (2022): 13–26. <https://doi.org/10.51667/pjpk.v3i2.1227>.

Luthfiana Nurlathifah, Mia Lisartika. “Tujuan Pendidikan Islam Dalam Al-Qur’an: Kajian Surat Az-Zariat Ayat 56.” *Jurnal Al-Mau’izhoh* 2, no. X (2023): 507–21. <https://doi.org/https://doi.org/10.31949/am.v5i2.7699>.

Maknunah, Lulu, dan Ahmad Fauzi. “Kebermaknaan Hidup Masyarakat Urban dalam Perspektif Hanna Djumhana Bastaman: Kajian Dimensi Spiritual Logoterapi.” *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 2, no. 2 (2022): 87–98.

Muhammad Amin Fathih, Tutik Hamidah, Aunur Rofiq. “Manajemen Kepemimpinan dalam Perspektif Tafsir Al-Manar.” *Eduprof: Islamic Education Journal* 4, no. 2 (2022): 47–67. <https://doi.org/10.47453/eduprof.xxx>.

Mukhtar, Suliwati dan Naqiyah. "Analisis Pengaruh Motivasi Spiritual , Pengendalian Diri dan Sikap Tanggung Jawab terhadap Etos Mengajar serta Implikasinya pada Kebermaknaan Hidup dalam Perspektif Islam." *Jurnal Riset Madrasah Ibtidaiyah (JURMIA)* 2, no. 1 (2022): 136–45. <http://journal.unugiri.ac.id/index.php/jurmia>.

Musfikasari, Gafriana, Aslan Abidin, dan Ridwan. "Sense dan Reference dalam Novel Eldest Karya Christopher Paolini: Analisis Hermenutika Paul Ricoeur." *Prosodi: Jurnal Ilmu Bahasa dan Sastra* 18, no. 1 (2024): 58–66. <https://doi.org/10.21107/prosodi.v18i1.20759>.

Nilasari, Susi, dan Eka Danik Prahastiwi. "Peran Bimbingan Konseling Islam dalam Meminimalisasi Bullying Antar Teman di Lingkungan Sekolah." *Jurnal Pendidikan dan Sosial Budaya* 3 (2023): 650–63. <https://doi.org/10.58578/yasin.v3i4.1284>.

Nuraini, Amanda, Billy Ramadhan, Iin Ulfa Royani, dan Indra Hadi. "Membedah Konsep Takdir dalam Aqidah Islam: Antara Ketentuan Ilahi dan Kebebasan Manusia." *Jurnal Manajemen dan Pendidikan Agama Islam* 2, no. 4 (2024). <https://doi.org/10.61132/jmpai.v2i4.412>.

Nurdin. *Pembentukan Kepribadian Islami dengan Bimbingan dan Konseling Islam*. 1 ed. Indramayu: Penerbit Adab, 2023.

Pranajaya, Syatria Adymas, Ananda Firdaus, dan Nurdin Nurdin. "Eksistensial Humanistik Dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam." *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 3, no. 1 (2020): 27–41. <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/alittizaan>.

Purnama, Dharmawan Ardi. *Pembaruan Logoterapi Viktor Frankl: Pencarian Makna Hidup melalui Interpretasi Hermeneutika Naratif Restoratif*. Depok: PT Kanisius, 2021.

Putri, Galuh Andina. "Konsep Mindfulness dalam Bimbingan dan Konseling Islam." *Al Musyrif: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 1, no. 1 (2021): 84–108. <https://doi.org/10.38073/almusyrif.v4i1.479>.

Qur'an Kemenag. *Al-Qur'an dan Terjemahnya*. quran.kemenag.go.id.

Riyanda Utari, Ahmad Rifai. "Makna Hidup Menurut Viktor E. Frankl dalam Pandangan Psikologi Islam." *Jurnal Ilmiah penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris* 7, no. 2 (2020): 40–51. <https://doi.org/10.22236/jippuhamka.v6i2.9262>.

Septiani, Dita Maya. “Kebermaknaan Hidup Wanita Penyandang Disabilitas di Himpunan Wanita Disabilitas Indonesia (HWDI) DKI Jakarta.” UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2021.

Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Volume 1. Jakarta: Lentera Hati, 2002.

———. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Volume 6. Tangerang: Lentera Hati, 2002.

———. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Volume 7. Tangerang: Lentera Hati, 2002.

———. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Volume 8. Jakarta: Lentera Hati, 2002.

———. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Volume 13. Jakarta: Lentera Hati, 2002.

———. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Volume 15. Jakarta: Lentera Hati, 2002.

Sungkar, Syakieb. “Hermeneutika Paul Ricoeur.” *Jurnal Dekonstruksi* 09, no. 03 (2023): 4–13. <https://doi.org/10.54154/dekonstruksi.v9i03.160>.

Susanto, Edi. *Studi Hermeneutika: Sebuah Pengantar*. Cet. 1. Jakarta: Penerbit Kencana, 2016.

Syafaruddin, Ahmad Syukri Sitorus, Ahmad Syarqawi. *Bimbingan & Konseling Perspektif Al-Qur'an dan Sains*. Medan: Perdana Publishing, 2017.

Syahrir, Akifa, Nur Hidayah, dan Muhammad Basir. “Intervensi Logoterapi Pada Peningkatan Harga Diri dan Kebermaknaan Hidup Remaja di Panti Asuhan Nahdhiyat Makassar.” *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale (JKFN)* 5, no. 1 (2022): 1–4. <https://doi.org/10.52774/jkfn.v5i1.86>.

Wahid, Masykur. *Teori Interpretasi Paul Ricoeur*. LKiS Yogyakarta. Yogyakarta, 2015.

Wiratno, Tri Aru. “Permasalahan Filosofi Seni di Antara Keindahan dan Estetika.” *Jurnal Dekonstruksi* 09, no. 04 (2023): 79–84. <https://doi.org/10.54154/dekonstruksi.v9i04.193>.

World Heritage Convention. “Auschwitz Birkenau German Nazi Concentration and Extermination Camp (1940-1945),” n.d. <https://whc.unesco.org/en/list/31/>.

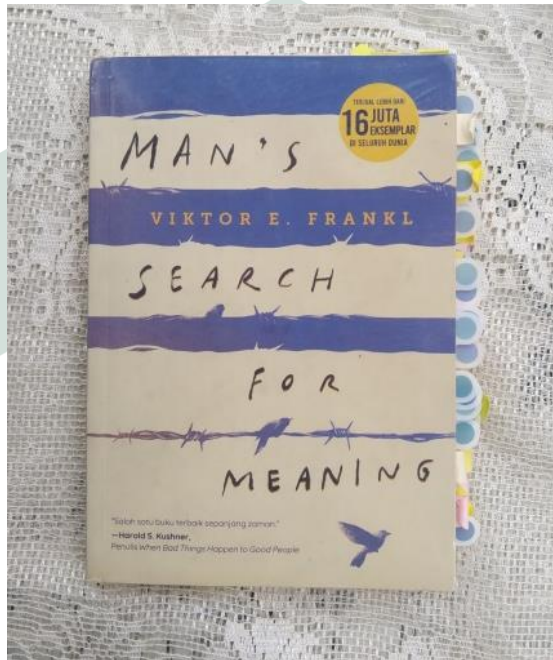
Zed, Mestika. *Metode Penelitian kepustakaan*. Cet. 4. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2017.

Zimmerman, Jens. *Hermeneutika: Sebuah Pengantar Singkat*. Diedit oleh Leonart Maruli. Yogyakarta: IRCiSoD, 2021.



LAMPIRAN

Buku “*Man’s Search For Meaning*” karangan Viktor E. Frankl versi terjemahan bahasa Indonesia cetakan ke-17 yang diterbitkan oleh Penerbit Noura Books (PT Mizan Publika) pada Februari 2024.



RIWAYAT HIDUP



Nur Sella Wati, lahir di Lamasi pada tanggal 21 Oktober 2003. Penulis merupakan anak pertama dari tiga bersaudara dari pasangan seorang ayah bernama Normen dan ibu Katriani. Saat ini penulis bertempat tinggal di Desa Se'pon, Kecamatan Lamasi, Kabupaten Luwu.

Pendidikan dasar penulis diselesaikan pada tahun 2015 di SDN 105 Lamasi, kemudian di tahun yang sama menempuh pendidikan di SMPN 1 Lamasi hingga tahun 2018. Kemudian, pada tahun 2018 melanjutkan pendidikan di SMAN 11 Luwu dan selesai pada tahun 2021. Penulis melanjutkan pendidikan S1 pada tahun 2021 pada program studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Islam Negeri Palopo. Pada akhirnya penulis membuat tugas akhir untuk menyelesaikan pendidikan S1 dengan judul skripsi: **“Analisis Konsep Makna Hidup dalam Buku *Man’s Search For Meaning* dan Relevansinya dengan Konseling Islam”**. Penulis berharap dapat melanjutkan pendidikan ke jenjang selanjutnya dan meraih cita-cita yang diimpikan. Aamiin. Demikian daftar riwayat hidup ini dibuat dengan sesungguhnya-sungguhnya sesuai dengan perjalanan hidup penulis.

Contact Person Penulis: nursellawati22@gmail.com.