



STUDI KOMPARATIF KONSEP KEBAHAGIAAN PERSPEKTIF PLATO (W.347 SM) DAN KI AGENG SURYOMENTARAM (W.1962 M)

Alan Cahyadi¹, Rina Rehayati², Irwandra³

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau^{1,2,3}

12230113684@students.uin-suska.ac.id¹, rina.rehayati@uin-suska.ac.id², irwandra@uin-suska.ac.id³

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya kebahagiaan sebagai tujuan utama kehidupan manusia yang dipahami secara beragam dalam tradisi filsafat. Plato dan Ki Ageng Suryomentaram menawarkan konsep kebahagiaan dengan pendekatan yang berbeda, sehingga menarik untuk dikaji secara komparatif. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis konsep kebahagiaan menurut Plato dan Ki Ageng Suryomentaram serta mengidentifikasi persamaan dan perbedaan pemikiran keduanya. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (library research) dan pendekatan komparatif. Sumber data diperoleh dari karya-karya Plato dan Ki Ageng Suryomentaram serta berbagai literatur pendukung yang relevan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua tokoh memandang kebahagiaan sebagai keadaan batin yang tidak bergantung pada faktor eksternal atau kenikmatan material semata, melainkan dicapai melalui pengendalian diri dan keseimbangan dalam diri manusia. Perbedaannya terletak pada pendekatan yang digunakan, yaitu Plato menekankan peran rasio dan harmoni jiwa, sedangkan Ki Ageng Suryomentaram menekankan olah rasa dan kesadaran batin. Penelitian ini menunjukkan bahwa kebahagiaan dapat dipahami sebagai kondisi harmonis yang lahir dari keseimbangan antara akal, rasa, dan pengendalian diri.

Kata Kunci: *Kebahagiaan, Plato, Ki Ageng Suryomentaram, Filsafat, Studi Komparatif*

Abstract

This study is motivated by the importance of happiness as the ultimate goal of human life, which is understood differently across philosophical traditions. Plato and Ki Ageng Suryomentaram offer distinct perspectives on the concept of happiness, making them interesting subjects for comparative analysis. This study aims to examine the concept of happiness according to Plato and Ki Ageng Suryomentaram and to identify the similarities and differences between their thoughts. The study employs a qualitative method using library research with a comparative approach. Data sources were obtained from the works of Plato and Ki Ageng Suryomentaram, as well as various relevant supporting literature. The findings indicate that both thinkers view happiness as an inner condition that does not depend on external factors or material pleasures alone, but is achieved through self-control and inner balance. The difference lies in their approaches: Plato emphasizes the role of reason and harmony of the soul, whereas Ki Ageng Suryomentaram emphasizes emotional awareness and inner consciousness. This study concludes that happiness can be understood as a harmonious condition arising from the balance between reason, feelings, and self-control.

Keywords: *Happiness, Plato, Ki Ageng Suryomentaram, Philosophy, Comparative Study*

PENDAHULUAN

Kebahagiaan merupakan salah satu persoalan mendasar dalam kehidupan manusia dan menjadi tujuan yang terus dicari dalam berbagai aspek kehidupan. Sejak masa Yunani Kuno hingga pemikiran modern, konsep kebahagiaan selalu menjadi tema penting dalam kajian filsafat karena berkaitan dengan tujuan hidup, nilai-nilai moral, dan cara manusia mencapai kehidupan yang baik. Namun, kebahagiaan tidak memiliki definisi tunggal karena dipahami secara berbeda sesuai dengan latar belakang budaya, tradisi intelektual, dan cara pandang

masing-masing pemikir. Sebagian orang memandang kebahagiaan sebagai keberhasilan memperoleh kesenangan, kekayaan, atau kedudukan sosial, sedangkan pandangan filsafat melihat kebahagiaan sebagai kondisi yang lebih mendalam dan berkaitan dengan keadaan batin manusia (Effendi, 2017).

Perkembangan kehidupan modern menunjukkan bahwa kemajuan material dan teknologi tidak selalu berjalan seiring dengan meningkatnya kebahagiaan individu. Meningkatnya persoalan seperti krisis identitas, kecemasan, tekanan sosial, dan pencarian makna hidup memperlihatkan bahwa pencapaian materi tidak selalu mampu memberikan ketenangan hidup yang berkelanjutan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kebahagiaan tidak hanya bergantung pada faktor eksternal, tetapi juga dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam memahami dan mengelola dirinya sendiri (Faiz, 2023).

Dalam tradisi filsafat Barat, Plato memandang kebahagiaan (*eudaimonia*) sebagai keadaan jiwa yang harmonis, di mana akal mampu mengendalikan dorongan nafsu dan emosi melalui keutamaan moral. Menurut Plato, kehidupan yang baik tidak dicapai melalui pemenuhan kesenangan sesaat, melainkan melalui keteraturan jiwa dan orientasi pada kebaikan tertinggi (Bertens, 2007). Kebahagiaan dalam pemikiran Plato merupakan hasil dari keseimbangan antara unsur-unsur jiwa sehingga manusia dapat menjalani kehidupan yang rasional dan bermoral.

Sementara itu, dalam tradisi filsafat Nusantara, Ki Ageng Suryomentaram menawarkan konsep kebahagiaan melalui *Kawruh Begja* yang menekankan pentingnya olah rasa, mawas diri, dan pengendalian keinginan. Menurutnya, kebahagiaan tidak terletak pada kepemilikan materi atau status sosial, tetapi pada kemampuan seseorang memahami dinamika batin dan membebaskan diri dari keterikatan terhadap keinginan yang berlebihan (Widyarini, 2008). Pandangan ini menunjukkan bahwa kebahagiaan merupakan kondisi batin yang lahir dari kesadaran diri dan ketenangan jiwa.

Beberapa penelitian terdahulu telah mengkaji kebahagiaan dari berbagai perspektif. Penelitian mengenai *Kawruh Begja* Ki Ageng Suryomentaram lebih banyak menyoroti aspek psikologis dan pengelolaan diri, sedangkan kajian mengenai Plato umumnya berfokus pada etika dan konsep kebaikan. Penelitian lain yang dilakukan oleh Hilman dkk. (2025) mengkaji hubungan konsep etika Plato dengan ajaran Islam dan menemukan adanya keselarasan dalam aspek moralitas. Akan tetapi, penelitian yang secara khusus membahas konsep kebahagiaan melalui studi komparatif antara Plato dan Ki Ageng Suryomentaram masih relatif terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengisi kekosongan kajian tersebut dengan menghadirkan perbandingan antara pemikiran filsafat Barat dan filsafat Nusantara mengenai konsep kebahagiaan.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis konsep kebahagiaan menurut Plato dan Ki Ageng Suryomentaram serta mengidentifikasi persamaan dan perbedaan pemikiran keduanya. Melalui pendekatan komparatif, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian filsafat kebahagiaan serta memperluas pemahaman mengenai relevansi konsep kebahagiaan dalam kehidupan manusia masa kini.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (*library research*). Penelitian kualitatif digunakan untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai suatu fenomena melalui analisis data yang bersifat deskriptif dan interpretatif. Metode ini dipilih karena penelitian tidak berfokus pada pengukuran angka atau pengujian hipotesis statistik, tetapi pada pengkajian dan pemahaman terhadap pemikiran tokoh secara sistematis (Sugiyono, 2017). Penelitian kepustakaan digunakan dengan memanfaatkan berbagai sumber tertulis yang berkaitan dengan objek penelitian, seperti buku, artikel ilmiah, jurnal, dan dokumen yang relevan.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan komparatif. Pendekatan komparatif bertujuan untuk membandingkan dua konsep atau pemikiran yang memiliki karakteristik tertentu sehingga dapat ditemukan persamaan dan perbedaan di antara

keduanya. Dalam penelitian ini, pendekatan komparatif digunakan untuk mengkaji konsep kebahagiaan menurut Plato dan Ki Ageng Suryomentaram.

Objek penelitian ini adalah konsep kebahagiaan dalam perspektif Plato dan Ki Ageng Suryomentaram. Ruang lingkup penelitian difokuskan pada pemikiran kedua tokoh mengenai hakikat kebahagiaan, sumber kebahagiaan, cara mencapai kebahagiaan, serta persamaan dan perbedaan konsep yang dikembangkan oleh masing-masing tokoh.

Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas sumber primer dan sumber sekunder. Sumber primer diperoleh dari karya-karya yang secara langsung membahas pemikiran Plato dan Ki Ageng Suryomentaram mengenai kebahagiaan. Sementara itu, sumber sekunder diperoleh dari buku, jurnal, artikel ilmiah, dan penelitian terdahulu yang memiliki keterkaitan dengan topik penelitian.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi dengan mengumpulkan berbagai literatur yang relevan dengan fokus penelitian. Menurut Sugiyono (2017), teknik pengumpulan data merupakan langkah yang sangat penting dalam penelitian karena kualitas hasil penelitian sangat dipengaruhi oleh ketepatan data yang diperoleh. Data yang telah terkumpul kemudian diklasifikasikan berdasarkan tema-tema tertentu agar memudahkan proses analisis.

Teknik analisis data dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu pengelompokan data, deskripsi data, interpretasi, analisis komparatif, dan penarikan kesimpulan. Tahap pengelompokan dilakukan untuk mengorganisasikan data berdasarkan tema pembahasan. Selanjutnya, data dideskripsikan dan diinterpretasikan untuk memahami makna yang terkandung dalam pemikiran masing-masing tokoh. Setelah itu dilakukan analisis komparatif guna mengidentifikasi persamaan dan perbedaan konsep kebahagiaan menurut Plato dan Ki Ageng Suryomentaram. Tahap akhir dilakukan dengan menarik kesimpulan berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Konsep Kebahagiaan Menurut Plato

Konsep kebahagiaan dalam pemikiran Plato tidak dipahami sebagai keadaan yang hanya berkaitan dengan kesenangan, kenikmatan fisik, atau terpenuhinya kebutuhan hidup manusia. Plato melihat kebahagiaan sebagai sesuatu yang lebih mendalam karena berhubungan dengan keadaan jiwa manusia itu sendiri. Kebahagiaan tidak hanya dipahami sebagai pengalaman emosional yang bersifat sementara, melainkan sebagai keadaan hidup yang baik dan berlangsung secara berkelanjutan. Dalam filsafat Plato, konsep ini dikenal dengan istilah *eudaimonia*, yaitu kondisi ketika manusia mencapai kehidupan yang baik melalui keteraturan dan keharmonisan dalam dirinya (Plato, 2022).

Pandangan Plato mengenai kebahagiaan berangkat dari pemikirannya tentang hakikat manusia. Menurutnya, manusia bukan hanya makhluk yang hidup melalui kebutuhan fisik, tetapi juga makhluk yang memiliki jiwa sebagai unsur utama yang menggerakkan kehidupannya. Oleh karena itu, pembahasan mengenai kebahagiaan tidak dapat dipisahkan dari pembahasan tentang jiwa manusia. Plato beranggapan bahwa keadaan jiwa seseorang akan sangat menentukan kualitas hidup yang dijalannya. Jika jiwa berada dalam keadaan tidak teratur, maka seseorang akan mengalami konflik dalam dirinya sendiri. Sebaliknya, jika jiwa berada dalam keadaan harmonis, maka kehidupan manusia akan berjalan secara baik dan mengarah pada kebahagiaan (Faiz, 2023).

Berdasarkan hasil analisis terhadap berbagai sumber yang membahas pemikiran Plato, ditemukan bahwa jiwa manusia terdiri atas tiga unsur utama, yaitu *epithumia* (nafsu atau keinginan), *thumos* (semangat), dan *logistikon* (rasio). Ketiga unsur tersebut memiliki fungsi masing-masing dan saling memengaruhi satu sama lain dalam kehidupan manusia (Plato, 2022).

Untuk memperjelas hasil identifikasi tersebut, berikut disajikan tabel mengenai struktur jiwa menurut Plato:

Tabel 3.1 Struktur Jiwa Menurut Plato

Unsur Jiwa	Fungsi	Bentuk Perwujudan
Epithumia	Dorongan keinginan	Kebutuhan fisik, kesenangan
Thumos	Dorongan semangat	Keberanian, ambisi
Logistikon	Pengendali jiwa	Rasio dan pertimbangan akal

Berdasarkan tabel tersebut terlihat bahwa setiap unsur jiwa memiliki fungsi yang berbeda. *Epithumia* berkaitan dengan berbagai kebutuhan fisik dan dorongan keinginan manusia. Unsur ini dapat mendorong manusia untuk memenuhi berbagai kebutuhan hidupnya. Namun, apabila unsur tersebut berkembang tanpa adanya pengendalian, maka manusia akan cenderung dikuasai oleh keinginan yang tidak terbatas.

Di sisi lain, *thumos* berkaitan dengan semangat, keberanian, serta dorongan untuk memperoleh pengakuan dan kehormatan. Unsur ini dapat membantu manusia dalam mempertahankan nilai-nilai yang dianggap penting dalam kehidupannya. Akan tetapi, jika tidak dikendalikan dengan baik, unsur ini juga dapat menimbulkan sifat berlebihan seperti kesombongan atau ambisi yang tidak terarah.

Sementara itu, *logistikon* atau rasio memiliki peranan yang berbeda dari dua unsur sebelumnya. Plato menempatkan rasio sebagai bagian tertinggi dalam jiwa manusia karena memiliki fungsi mengatur serta mengendalikan keseluruhan unsur yang lain. Rasio berperan dalam membantu manusia mempertimbangkan sesuatu secara baik sebelum mengambil keputusan (Plato, 2022).

Temuan penelitian juga menunjukkan bahwa Plato membedakan secara jelas antara kesenangan dan kebahagiaan. Menurutnya, kesenangan lebih banyak berhubungan dengan pemenuhan kebutuhan sesaat, sedangkan kebahagiaan memiliki sifat yang lebih mendalam dan berlangsung lebih lama (Plato, 2022).

Pandangan tersebut dapat dipahami karena seseorang dapat merasakan kesenangan tanpa benar-benar merasakan kebahagiaan. Misalnya, seseorang mungkin memperoleh kesenangan dari harta, jabatan, atau berbagai bentuk kenikmatan lainnya. Akan tetapi, hal tersebut belum tentu menghasilkan ketenangan dalam hidupnya. Kesenangan yang hanya berasal dari faktor eksternal bersifat tidak tetap karena dapat berubah sewaktu-waktu.

Sebaliknya, Plato menjelaskan bahwa kebahagiaan sejati lahir ketika manusia mampu mencapai keteraturan batin melalui pengendalian diri. Dalam keadaan ini, rasio memimpin kehidupan manusia, semangat mendukung keputusan yang baik, dan keinginan berada dalam batas yang wajar. Kondisi inilah yang kemudian melahirkan kehidupan yang harmonis (Faiz, 2023).

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa konsep kebahagiaan Plato memiliki hubungan yang erat dengan konsep *arete* atau keutamaan. Menurut Plato, seseorang tidak dapat dikatakan bahagia apabila hidupnya dipenuhi perilaku yang bertentangan dengan kebajikan. Kebahagiaan hanya dapat dicapai melalui tindakan yang baik dan kehidupan yang dijalani secara benar (Plato, 2022).

Keutamaan dalam pemikiran Plato tidak hanya berkaitan dengan perilaku moral, tetapi juga berkaitan dengan kemampuan setiap unsur jiwa menjalankan fungsinya secara seimbang. Ketika rasio menjalankan tugasnya sebagai pengendali, semangat mendukung rasio, dan keinginan berada dalam batas yang wajar, maka akan tercipta keadilan dalam diri manusia. Dari kondisi tersebut kemudian muncul ketenteraman batin yang mengarah pada kebahagiaan.

Jika dikaitkan dengan kehidupan saat ini, pemikiran Plato masih memiliki relevansi yang cukup kuat. Di era modern, kebahagiaan sering kali dipahami melalui ukuran materi seperti kekayaan, popularitas, jabatan, atau keberhasilan sosial. Banyak orang berusaha mencapai berbagai hal tersebut dengan anggapan bahwa semakin banyak yang dimiliki maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan yang diperoleh.

Namun dalam realitasnya, tidak sedikit individu yang telah memperoleh berbagai pencapaian justru masih merasakan kecemasan, ketidakpuasan, bahkan kekosongan dalam dirinya. Fenomena tersebut menunjukkan bahwa pemenuhan kebutuhan eksternal tidak selalu menghasilkan kebahagiaan yang sebenarnya. Dalam konteks ini, pemikiran Plato memberikan pandangan bahwa kebahagiaan tidak hanya ditentukan oleh apa yang dimiliki seseorang, tetapi juga oleh bagaimana seseorang mampu mengatur dirinya sendiri.

Berdasarkan temuan penelitian, konsep kebahagiaan menurut Plato mengarah pada terciptanya keharmonisan dalam jiwa manusia melalui fungsi rasio sebagai pengendali utama. Plato memandang bahwa kebahagiaan tidak dapat diukur dari banyaknya kesenangan, kekayaan, ataupun terpenuhinya kebutuhan materi, melainkan dari kemampuan individu dalam menata kehidupannya secara baik. Kebahagiaan dipahami sebagai keadaan hidup yang teratur, seimbang, serta dibangun atas dasar kebajikan yang menjadi pedoman dalam menjalani kehidupan.

B. Konsep Kebahagiaan Menurut Ki Ageng Suryomentaram

Konsep kebahagiaan menurut Ki Ageng Suryomentaram memiliki corak yang berbeda dari pemikiran Barat yang umumnya lebih menekankan rasionalitas atau pencapaian tertentu sebagai tujuan hidup manusia. Dalam pemikiran Suryomentaram, kebahagiaan tidak dipahami sebagai sesuatu yang berasal dari luar diri manusia, seperti harta, jabatan, atau status sosial, melainkan lahir dari kemampuan seseorang memahami dirinya sendiri secara mendalam (Ki Ageng Suryomentaram, 1989).

Pandangan tersebut tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan berhubungan erat dengan perjalanan hidup Suryomentaram sendiri. Sebagai putra bangsawan Keraton Yogyakarta, ia hidup dalam lingkungan yang serba berkecukupan. Segala kebutuhan materi dapat diperoleh dengan mudah, tetapi keadaan tersebut tidak membuatnya merasa tenteram. Di tengah kehidupan istana yang penuh kemewahan, ia justru mengalami kegelisahan batin dan mempertanyakan makna kehidupan yang sebenarnya. Pengalaman tersebut kemudian mendorongnya meninggalkan kehidupan keraton dan hidup bersama masyarakat biasa untuk memahami manusia secara lebih dekat (Achmad, 2020).

Pengalaman hidup tersebut kemudian membentuk cara pandangnya mengenai kebahagiaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa menurut Suryomentaram, kebahagiaan bukan terletak pada banyaknya hal yang dimiliki seseorang, tetapi pada cara seseorang memahami dan mengelola berbagai pengalaman hidup yang dialaminya.

Temuan penelitian memperlihatkan bahwa konsep kebahagiaan menurut Suryomentaram dapat dipahami melalui beberapa gagasan utama, yaitu *Kawruh Jiwa*, konsep *6S*, *mulur dan mungkret*, *rasa sama*, dan *mawas diri*. Kelima konsep tersebut saling berkaitan dan membentuk suatu kerangka pemikiran mengenai bagaimana manusia mencapai kehidupan yang tenteram.

Untuk mempermudah hasil identifikasi tersebut, berikut disajikan tabel:

Tabel 3.2 Unsur Konsep Kebahagiaan Menurut Ki Ageng Suryomentaram

Konsep	Makna	Tujuan
Kawruh Jiwa	Mengenal diri sendiri	Mencapai pemahaman batin
6S	Prinsip keseimbangan hidup	Menghindari sikap berlebihan
Mulur	Keinginan yang berkembang	Memahami sifat keinginan
Mungkret	Keinginan yang menyusut	Menyesuaikan diri dengan realitas
Rasa Sama	Kesamaan pengalaman manusia	Menumbuhkan empati
Mawas Diri	Refleksi terhadap diri	Mencapai kebebasan batin

Berdasarkan tabel tersebut terlihat bahwa kebahagiaan menurut Suryomentaram tidak berdiri pada satu konsep tunggal, tetapi merupakan hasil dari proses memahami diri secara menyeluruh.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa gagasan utama dalam pemikiran Suryomentaram adalah *Kawruh Jiwa*. *Kawruh Jiwa* berarti pengetahuan mengenai jiwa atau pengetahuan tentang diri sendiri. Menurut Suryomentaram, manusia sering kali memahami berbagai hal di luar dirinya, tetapi belum tentu memahami dirinya sendiri. Padahal, ketidakmampuan memahami diri sering kali menjadi sumber munculnya kegelisahan, kecemasan, dan ketidakpuasan hidup (Ki Ageng Suryomentaram, 1989).

Konsep *Kawruh Jiwa* berangkat dari prinsip *meruhi awakipun piyambak*, yaitu mengetahui diri sendiri. Dalam konteks ini, mengetahui diri tidak hanya berarti mengetahui identitas pribadi, melainkan juga memahami berbagai keinginan, perasaan, kecenderungan, dan respons yang muncul dalam diri manusia.

Temuan penelitian memperlihatkan bahwa pemahaman terhadap diri sendiri menjadi dasar bagi munculnya kebahagiaan. Hal tersebut karena seseorang yang memahami dirinya cenderung lebih mampu menerima keadaan hidup yang dihadapi.

Misalnya, seseorang yang mengalami kegagalan dalam mencapai suatu tujuan sering kali merasa sedih atau kecewa. Akan tetapi, apabila ia memahami kondisi dirinya secara baik, maka ia dapat melihat kegagalan tersebut secara lebih rasional. Ia tidak lagi melihat kegagalan sebagai akhir dari segala hal, tetapi sebagai pengalaman yang dapat dijadikan pelajaran untuk memperbaiki diri.

Selain *Kawruh Jiwa*, penelitian ini juga menunjukkan bahwa konsep 6S menjadi bagian penting dalam pemikiran Suryomentaram. Konsep tersebut terdiri atas *sakbutuhe*, *sakperlune*, *sakcukupe*, *sakbenere*, *sakmesthine*, dan *sakpenake* (Sugiarto, 2015).

Konsep *sakbutuhe* mengajarkan seseorang untuk mengambil sesuatu sesuai kebutuhan. *Sakperlune* mengajarkan agar manusia hanya mengambil hal yang benar-benar diperlukan. *Sakcukupe* menekankan pentingnya hidup dalam batas yang cukup, tidak berlebihan dan tidak kekurangan. Sementara *sakbenere* berkaitan dengan tindakan yang sesuai dengan kebenaran, *sakmesthine* berkaitan dengan kepantasan, dan *sakpenake* mengarah pada ketenteraman batin.

Konsep ini menunjukkan bahwa kebahagiaan menurut Suryomentaram tidak terletak pada banyaknya hal yang dimiliki, tetapi lebih pada kemampuan seseorang menentukan batas yang sesuai bagi dirinya.

Hasil penelitian juga menunjukkan adanya konsep *mulur* dan *mungkret* dalam pemikiran Suryomentaram. Kedua konsep tersebut menjelaskan dinamika keinginan manusia.

Menurut Suryomentaram, manusia sering kali merasa bahagia ketika keinginannya terpenuhi. Akan tetapi, kebahagiaan tersebut tidak berlangsung lama karena keinginan manusia akan terus berkembang atau *mulur* (Ki Ageng Suryomentaram, 1989).

Sebagai contoh, seseorang yang awalnya ingin memiliki sepeda motor mungkin merasa sangat bahagia ketika keinginannya tercapai. Namun setelah beberapa waktu, muncul keinginan baru seperti ingin memiliki mobil, rumah yang lebih besar, atau kehidupan yang lebih mewah. Apa yang sebelumnya dianggap cukup perlahan berubah menjadi kurang.

Sebaliknya, terdapat pula proses yang disebut *mungkret*. Jika *mulur* menunjukkan berkembangnya keinginan, maka *mungkret* menunjukkan menyusutnya keinginan ketika seseorang berhadapan dengan realitas hidup (Ki Ageng Suryomentaram, 1989).

Misalnya seseorang menginginkan pekerjaan dengan penghasilan tinggi, tetapi kondisi yang ada tidak memungkinkan. Seiring waktu, standar tersebut dapat berubah menjadi lebih sederhana. Pada akhirnya seseorang mulai menerima keadaan yang ada dan menyesuaikan harapannya.

Temuan ini memperlihatkan bahwa kebahagiaan dalam pemikiran Suryomentaram bersifat dinamis karena dipengaruhi oleh perubahan keinginan manusia.

Selain itu, penelitian ini juga menemukan adanya konsep *rasa sama*. Konsep ini menjelaskan bahwa pada dasarnya setiap manusia memiliki pengalaman batin yang serupa.

Semua manusia mengalami kebahagiaan, kesedihan, harapan, kecemasan, dan kekecewaan meskipun objek yang dialami berbeda (Ki Ageng Suryomentaram, 1989).

Konsep tersebut menunjukkan bahwa manusia sebenarnya berada dalam posisi yang sama. Perbedaan yang terlihat hanya terletak pada bentuk pengalaman yang dialami, bukan pada hakikat perasaannya.

Dari sini terlihat bahwa pemahaman terhadap *rasa sama* dapat melahirkan sikap empati. Ketika seseorang memahami bahwa orang lain juga mengalami rasa sedih dan bahagia seperti dirinya, maka akan muncul sikap menghargai dan memahami sesama manusia.

Bagian penting lainnya dalam pemikiran Suryomentaram adalah *mawas diri*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *mawas diri* bukan sekadar kegiatan merenung, tetapi merupakan proses memahami dan mengendalikan diri secara sadar (Faiz, 2023).

Melalui *mawas diri*, seseorang diajak untuk mengamati berbagai keinginan yang muncul dalam dirinya, memahami penyebabnya, kemudian mengendalikannya agar tidak berkembang secara berlebihan. Proses ini menjadi penting karena menurut Suryomentaram sebagian besar masalah manusia muncul karena manusia tidak mampu mengendalikan keinginannya sendiri.

Jika dikaitkan dengan kehidupan saat ini, pemikiran Suryomentaram masih memiliki relevansi yang cukup kuat. Di era modern, kehidupan manusia sering kali dipenuhi berbagai tuntutan dan keinginan yang terus berkembang. Kemajuan teknologi dan media sosial membuat manusia mudah membandingkan dirinya dengan orang lain sehingga melahirkan perasaan kurang, iri, dan tidak puas terhadap kehidupannya sendiri.

Dalam konteks tersebut, pemikiran Suryomentaram memberikan pandangan bahwa kebahagiaan tidak harus dicari jauh di luar diri manusia. Kebahagiaan dapat dimulai dari kemampuan seseorang memahami dirinya, menerima realitas hidup secara lebih proporsional, serta mengendalikan berbagai keinginan yang muncul dalam dirinya.

Dengan demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa kebahagiaan menurut Ki Ageng Suryomentaram merupakan keadaan batin yang lahir dari pemahaman terhadap diri sendiri, kemampuan mengelola keinginan, serta kesadaran untuk menjalani kehidupan secara seimbang. Kebahagiaan tidak dipahami sebagai sesuatu yang bergantung pada faktor eksternal, tetapi sebagai hasil dari proses refleksi dan pengenalan diri yang berlangsung secara terus-menerus.

C. Persamaan dan Perbedaan Konsep Kebahagiaan Menurut Plato dan Ki Ageng Suryomentaram

Setelah dilakukan analisis terhadap konsep kebahagiaan menurut Plato dan Ki Ageng Suryomentaram, ditemukan adanya sejumlah persamaan dan perbedaan yang menunjukkan karakteristik pemikiran masing-masing tokoh. Analisis ini dilakukan dengan menelaah berbagai aspek yang berkaitan dengan kebahagiaan, seperti sumber kebahagiaan, tujuan hidup manusia, cara manusia mencapai kebahagiaan, serta pandangan kedua tokoh mengenai hakikat manusia. Proses analisis tersebut bertujuan untuk memahami secara lebih mendalam bagaimana kedua tokoh memandang kebahagiaan dan bagaimana konsep tersebut dapat digunakan sebagai landasan dalam memahami kehidupan manusia.

Persoalan mengenai kebahagiaan merupakan salah satu tema yang sejak lama menjadi perhatian dalam kajian filsafat maupun kehidupan manusia secara umum. Setiap manusia pada dasarnya memiliki keinginan untuk mencapai kehidupan yang baik, tenteram, dan bahagia. Namun, pengertian mengenai kebahagiaan tidak selalu dipahami dengan cara yang sama. Sebagian orang memandang kebahagiaan sebagai pencapaian materi, kedudukan sosial, maupun terpenuhinya berbagai kebutuhan hidup. Akan tetapi, para pemikir filosofis sering kali memandang kebahagiaan dalam makna yang lebih mendalam, yaitu sebagai keadaan batin yang berkaitan dengan cara manusia memahami dirinya dan menjalani kehidupannya.

Dalam penelitian ini, Plato dan Ki Ageng Suryomentaram dipilih karena keduanya memiliki perhatian yang sama terhadap persoalan kebahagiaan, meskipun berasal dari latar belakang budaya dan tradisi intelektual yang berbeda. Plato merupakan filsuf Yunani klasik yang berkembang dalam tradisi filsafat Barat yang menempatkan akal dan rasionalitas sebagai dasar utama dalam memahami kehidupan. Bagi Plato, manusia akan mencapai kehidupan yang

baik apabila mampu menata kehidupannya berdasarkan rasio dan menjaga keseimbangan dalam jiwa. Kehidupan yang baik menurut Plato bukan sekadar kehidupan yang dipenuhi kenikmatan, melainkan kehidupan yang teratur dan selaras dengan kebenaran.

Di sisi lain, Ki Ageng Suryomentaram lahir dari tradisi kebijaksanaan Jawa yang menekankan pengalaman hidup dan pemahaman terhadap kondisi batin manusia. Pemikiran Suryomentaram tidak dibangun melalui sistem filsafat yang abstrak dan teoritis, melainkan melalui pengamatan langsung terhadap kehidupan manusia. Melalui konsep *kawruh jiwa*, Suryomentaram menjelaskan bahwa kebahagiaan tidak terletak pada pencapaian hal-hal di luar diri manusia, tetapi pada kemampuan individu memahami dirinya sendiri, memahami rasa yang muncul dalam dirinya, serta memahami perubahan keinginan yang terus berlangsung dalam kehidupan manusia.

Perbedaan latar belakang tersebut menghasilkan cara pandang yang berbeda mengenai manusia dan kebahagiaan. Plato menggunakan pendekatan rasional yang menekankan keteraturan berpikir, sedangkan Ki Ageng Suryomentaram menggunakan pendekatan reflektif yang lebih menekankan pengalaman batin. Meskipun demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat beberapa titik temu dalam pemikiran kedua tokoh. Keduanya sama-sama menolak anggapan bahwa kebahagiaan ditentukan oleh faktor eksternal seperti kekayaan, kekuasaan, status sosial, maupun kenikmatan sesaat. Kebahagiaan dipahami sebagai sesuatu yang berasal dari dalam diri manusia.

Selain itu, kedua tokoh juga menekankan pentingnya keseimbangan dalam kehidupan manusia. Plato menjelaskan bahwa kebahagiaan dapat dicapai apabila setiap unsur dalam jiwa berada dalam keadaan harmonis. Sementara itu, Ki Ageng Suryomentaram juga menekankan kehidupan yang seimbang melalui sikap hidup secukupnya dan tidak berlebihan. Hal tersebut menunjukkan bahwa meskipun keduanya menggunakan pendekatan yang berbeda, terdapat prinsip-prinsip dasar yang menunjukkan kesamaan arah pemikiran.

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, ditemukan adanya beberapa persamaan dan perbedaan yang dapat digunakan untuk memahami karakteristik konsep kebahagiaan menurut kedua tokoh tersebut.

Tabel 3.3 Persamaan Konsep Kebahagiaan Menurut Plato dan Ki Ageng Suryomentaram

No	Aspek	Plato	Ki Ageng Suryomentaram
1	Sumber kebahagiaan	Kebahagiaan berasal dari keadaan jiwa yang teratur dan harmonis	Kebahagiaan berasal dari pemahaman diri (<i>kawruh jiwa</i>)
2	Sifat kebahagiaan	Bersifat internal dan tidak ditentukan oleh faktor luar	Bersifat internal dan bergantung pada kesadaran diri
3	Prinsip utama	Harmoni antara rasio, semangat, dan nafsu	Keseimbangan hidup melalui prinsip hidup secukupnya
4	Pandangan terhadap kenikmatan	Kenikmatan fisik bersifat sementara	Keinginan manusia terus berubah (<i>mulur-mungkret</i>)
5	Tujuan kehidupan	Kehidupan yang teratur dan rasional	Kehidupan yang sadar dan proporsional

Berdasarkan tabel di atas, dapat dipahami bahwa kedua tokoh sama-sama menempatkan manusia sebagai pusat dalam pencapaian kebahagiaan. Kebahagiaan tidak dipahami sebagai hasil dari kepemilikan materi atau pemenuhan keinginan semata, melainkan sebagai keadaan

batin yang dicapai melalui proses tertentu. Hal tersebut menunjukkan bahwa kebahagiaan menurut Plato dan Ki Ageng Suryomentaram lebih menekankan aspek internal dibandingkan aspek eksternal.

Meskipun memiliki beberapa kesamaan, hasil penelitian juga menunjukkan adanya perbedaan mendasar antara pemikiran Plato dan Ki Ageng Suryomentaram. Perbedaan tersebut terutama terlihat pada pendekatan yang digunakan, cara memahami manusia, serta tujuan akhir yang ingin dicapai dalam kehidupan manusia.

Plato memahami manusia melalui pendekatan rasional dan sistematis. Ia menjelaskan bahwa jiwa manusia terdiri dari tiga unsur utama, yaitu rasio, semangat, dan nafsu. Ketiga unsur tersebut harus berada dalam keadaan seimbang agar manusia dapat mencapai kebahagiaan. Sebaliknya, Ki Ageng Suryomentaram memahami manusia melalui pengalaman batin yang nyata dalam kehidupan sehari-hari. Menurutnya, manusia sering kali terjebak dalam keinginan yang terus berubah, sehingga kebahagiaan hanya dapat dicapai apabila individu mampu memahami dan melepaskan keterikatan terhadap keinginan tersebut.

Perbedaan lainnya terlihat pada tujuan akhir kebahagiaan. Plato mengarahkan manusia menuju *eudaimonia*, yaitu keadaan jiwa yang sempurna dan selaras dengan kebenaran. Sementara itu, Ki Ageng Suryomentaram mengarahkan manusia menuju kondisi *tanpo tenger*, yaitu keadaan bebas dari ego, identitas, dan keterikatan terhadap keinginan.

Tabel 3.4 Perbedaan Konsep Kebahagiaan Menurut Plato dan Ki Ageng Suryomentaram

No	Aspek	Plato	Ki Ageng Suryomentaram
1	Dasar pendekatan	Rasional, menekankan akal	Reflektif, menekankan pengalaman batin
2	Cara memahami manusia	Struktur jiwa: rasio, semangat, dan nafsu	Dinamika psikologis dan kesadaran rasa
3	Tujuan akhir kebahagiaan	<i>Eudaimonia</i>	<i>Tanpo tenger</i>
4	Tujuan akhir kebahagiaan	Keinginan dikendalikan oleh rasio	Keinginan dipahami dan dilampaui
5	Orientasi kebahagiaan	Kesempurnaan rasio dan keteraturan jiwa	Kebebasan batin dan ketenangan hidup

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa Plato dan Ki Ageng Suryomentaram memiliki tujuan yang sama, yaitu mengarahkan manusia menuju kehidupan yang baik dan bahagia. Namun, jalan yang ditempuh keduanya berbeda. Plato menekankan pentingnya rasionalitas dan keteraturan jiwa, sedangkan Ki Ageng Suryomentaram lebih menekankan kesadaran diri dan kebebasan batin. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa kebahagiaan dapat dipahami melalui berbagai sudut pandang, baik melalui pendekatan rasional maupun melalui pendekatan pengalaman batin manusia.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai konsep kebahagiaan menurut Plato dan Ki Ageng Suryomentaram, dapat disimpulkan bahwa kedua tokoh memandang kebahagiaan sebagai tujuan utama kehidupan manusia yang tidak ditentukan oleh faktor eksternal seperti kekayaan, jabatan, maupun kenikmatan material semata. Kebahagiaan dipahami sebagai keadaan yang lahir dari dalam diri manusia melalui pengendalian diri, keseimbangan hidup, serta pemahaman terhadap kondisi batin.

Dalam pemikiran Plato, kebahagiaan dicapai melalui keteraturan dan keharmonisan jiwa yang terbentuk ketika rasio mampu mengendalikan semangat dan keinginan manusia secara seimbang. Kebahagiaan tidak diukur dari banyaknya kesenangan yang diperoleh, melainkan dari kehidupan yang dijalani berdasarkan kebajikan dan keteraturan jiwa. Sementara itu, Ki

Ageng Suryomentaram memandang kebahagiaan sebagai hasil dari kemampuan individu dalam memahami dirinya sendiri melalui *kawruh jiwa*, mengelola keinginan, serta menjalani kehidupan secara seimbang dan proporsional.

Hasil penelitian juga menunjukkan adanya persamaan dan perbedaan dalam pemikiran kedua tokoh. Persamaannya terletak pada pandangan bahwa kebahagiaan bersumber dari kondisi internal manusia dan bukan semata-mata berasal dari faktor luar. Adapun perbedaannya terletak pada pendekatan yang digunakan, di mana Plato lebih menekankan rasionalitas dan keteraturan jiwa, sedangkan Ki Ageng Suryomentaram lebih menekankan pengalaman batin, kesadaran diri, dan pemahaman terhadap dinamika keinginan manusia. Meskipun menggunakan pendekatan yang berbeda, keduanya memiliki tujuan yang sama, yaitu mengarahkan manusia menuju kehidupan yang baik, tenteram, dan bermakna.

REFERENSI

- Achmad, Sri Wintala, 2020. *Ilmu Bahagia Ki Ageng Suryomentaram*, Yogyakarta: Araska.
- Bertens, K, 2007. *Etika*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Effendi, Rusfian, 2017. *Filsafat Kebahagiaan*, Yogyakarta: Deepublish.
- Faiz, Fahrudin, 2023. *Filsafat Kebahagiaan*, Bandung: Mizan Pustaka.
- Hilman, Muhamad dkk., "Keselarasan Konsep Kebaikan dan Etika antara Pemikiran Plato dan Islam," *AT-TAKLIM Jurnal Pendidikan Multidisiplin* 2, no. 6, 2025.
- Plato, 2000. *Apology*, Alih bahasa Benjamin Jowett. Mineola: Dover Publications
- Plato, 2022. *Republic*, alih bahasa Dede Sri Handayani, Yogyakarta: Basa Basi.
- Plato, 2025. *Phaedrus*, alih bahasa Leonart Maruli, Yogyakarta: Basa Basi.
- Sugiarto, Ryan, 2015. *Psikologi Raos: Sainifikasi Kawruh Jiwa Ki Ageng Suryomentaram*, Yogyakarta: Pustaka Ifada.
- Sugiyono, 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta.
- Suryomentaram, Ki Ageng, 1989. *Kawruh Jiwa, Jilid I*, Jakarta: Masagung.
- Widyarini, Nilam, "Kawruh Jiwa Suryomentaram: Konsep Emik atau Etik" *Buletin Psikologi* VOLUME 16, NO. 1, 46 – 57 2008.. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada