

## Kajian Filosofis-Teologis tentang Kenikmatan dalam Pandangan Jemaat Ora Et Labora Lagia dari Terang Berpikir Epikuros

Sadrak<sup>a, 1\*</sup>, Ganna Yoel<sup>a, 2</sup>, Erik Bondang<sup>a, 2</sup>

<sup>a</sup> Institut Agama Kristen Negeri Toraja, Indonesia

<sup>1</sup> sadrak0412@gmail.com\*

\*korespondensi penulis

---

### Informasi artikel

*Received: 3 April 2023;*

*Revised: 15 April 2023;*

*Accepted: 19 April 2023.*

Kata-kata kunci:

Kenikmatan;

Jiwa;

Ketenangan;

Epikuros.

---

### ABSTRAK

Tulisan ini bertujuan untuk menerangkan serta menjelaskan bagaimana pandangan jemaat Ora Et Labora Lagia tentang kenikmatan serta memberikan pemahaman kepada jemaat Ora Et Labora Lagia, perihal pandangan Epikuros tentang kenikmatan dan relevansinya bagi jemaat dalam kehidupan sehari-hari. Kenikmatan yang dimaksud oleh Epikuros adalah ketika batin atau jiwa seseorang merasa tenang dan tidak merasakan kegelisahan dalam dirinya. Konsep Epikuros perihal hidup yang bahagia yaitu hidup dengan rasa nikmat sedapat mungkin sekaligus bijaksana dalam memilih kenikmatan agar tidak terjerumus dalam nikmat semu atau keinginan duniawi. Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, dimana fenomenologi berfokus pada makna subjektif dari realitas objektif di dalam kesadaran orang yang menjalani aktivitas kehidupannya sehari-hari. Fenomenologi berangkat dari pola pikir subjektif yang tidak hanya memandang suatu gejala dari yang tampak, tetapi berusaha menggali makna dibalik yang tampak itu. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa kenikmatan dipahami oleh anggota jemaat sebagai rasa kepuasan dalam diri manusia.

---

### Keywords:

*Pleasure;*

*Soul;*

*Tranquility;*

*Epicurus.*

---

### ABSTRACT

*The Philosophical-Theological Study of Pleasure in the View of the Ora Et Labora Lagia Congregation from the Light of Epicurean Thinking. This article aims to explain and explain how the Ora Et Labora Lagia congregation views pleasure and provide an understanding to the Ora Et Labora Lagia congregation regarding Epicurus' views on pleasure and its relevance for the congregation in everyday life. The pleasure that Epicurus means is when a person's mind or soul feels calm and does not feel anxiety within himself. Epicurus' concept of a happy life is living with as much pleasure as possible while being wise in choosing pleasures so as not to fall into false pleasures or worldly desires. In this research the author uses a qualitative method with a phenomenological approach, where phenomenology focuses on the subjective meaning of objective reality in the consciousness of people who carry out their daily life activities. Phenomenology departs from a subjective mindset that does not only look at a symptom from what appears, but tries to explore the meaning behind what appears. The research results show that enjoyment is understood by congregation members as a sense of satisfaction in humans.*

---

Copyright © 2023 (Sadrak, dkk). All Right Reserved

How to Cite : Sadrak, S., Yoel, G., & Bondang, E. (2023). Kajian Filosofis-Teologis tentang Kenikmatan dalam Pandangan Jemaat Ora Et Labora Lagia dari Terang Berpikir Epikuros. *In Theos : Jurnal Pendidikan Dan Teologi*, 3(5), 159–168. <https://doi.org/10.56393/intheos.v3i5.1780>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/). Allows readers to read, download, copy, distribute, print, search, or link to the full texts of its articles and allow readers to use them for any other lawful purpose. The journal hold the copyright.

## Pendahuluan

Manusia ialah salah satu ciptaan Tuhan yang paling mulia, musabab manusia di beri akal untuk berpikir. Sebagai makhluk yang mulia dan berpikir manusia sadar bahwasanya di jagat raya ini ada yang lebih Agung dan suci di luar dari diri manusia, maka dari itu manusia mulai mencari apa sebenarnya tujuan hidup di dunia ini. Manusia mencari tujuan hidupnya dengan berbagai kesangsian yang penuh dengan pertanyaan-pertanyaan salah satunya ialah apa tujuan hidup yang sesungguhnya? Setiap manusia mencari kebahagiaan akan kenikmatan (ataraxia, tiadanya kegelisahan ataupun kecemasan gangguan dalam diri manusia atau ketenangan jiwa), adalah ide kehidupan Epikurus. Aliran filsafat di era kekaisaran romawi ini bukanlah kumpulan ide untuk hidup bergengsi (Carlos Kodoati, 2023) Kenikmatan merupakan hal yang ingin dicapai oleh manusia dalam menjalani kehidupannya. Pada dasarnya kenikmatan ialah natur yang dimiliki oleh manusia, natur tersebut berbeda dengan ciptaan lain yang ada di alam semesta ini. Kenikmatan juga diasumsikan sebagai suatu harapan atau tujuan kehidupan umat manusia, karena kenyataannya manusia terus berusaha sekuat mungkin untuk mengusahakan pencapaian akan suatu kenikmatan dalam menjalankan peziarahan di dunia (Laili, 2022).

Kehidupan manusia khususnya sejarah perkembangan filsafat setiap zaman memiliki karakteristik mutu tersendiri, mulai dari pemikiran Zaman Yunani Kuno sampai Zaman Modern (Thajadi, 2018). Dalam pemikiran sejarah filsafat, zaman Yunani kuno manusia sudah mulai mencari dasar tujuan hidup di dunia ini, karena manusia pada era ini merasa tidak tahu arah atau *aporia* (rasa bingung), khusus Sokrates (470-399 SM), merasa dirinya sangat bingung sehingga ia pada titik kesimpulan aku tahu bahwa aku tidak tahu apa menyoal konsepnya secara dasar tujuan hidup manusia ialah *jiwa yang baik* (kebahagiaan, dalam bahasa yunani=*eudaimonia*), kebahagiaan disini harus dipahami secara luas dan lebih kompleks, paham ini ialah pemikiran eksistensial yang menunjuk pada keadaan objektif kehidupan dimensi kemanusiaan seorang individu tanpa dipengaruhi paham dari luar diri manusia. itulah sebabnya dalam sejarah filsafat moral, etika *eudaimonia* dilabeli sebagai kesempurnaan hidup (Bertens, 2018).

Manusia beranggapan bahwa kenikmatan adalah tujuan hidup. Kenikmatan dalam kehidupan manusia memiliki nilai yang sangat tinggi. Manusia di era modern menganggap bahwa kenikmatan adalah jika sudah memenuhi hasrat dalam hidupnya, seperti makan yang enak, pakaian yang mewah, bebas berfoya-foya, minum-minum, dan lain sebagainya. Hal ini dipandang manusia sebagai kenikmatan dengan terpenuhinya hasrat duniawi dalam hidupnya. Namun pendapat ini di tantang oleh Epicurus. Perilaku hidup senang dengan mencari nikmat duniawi atau *hedonistic* menurut kacamata Teuku Jacob (1998) merupakan gejala di seluruh dunia. Gejala universal ini sangat mencemaskan. Hedonisme menurut anggapan umum identik dengan hidup enak dan foya-foya tanpa memperdulikan lagi akibat-akibat, termasuk bencana, pada masa depan. Kenikmatan *hedonisme* dalam pengertian ini akan mengancam masa depan umat manusia dan lingkungannya. Hedonisme menggejala sebagai sikap hidup yang memuja kenikmatan dan kebahagiaan dari sisi materi saja. Kenikmatan selalu dipandang sebagai sesuatu yang sifatnya jasmaniah dan menjadi nilai utama (Gultom, 2023).

Lebih jauh Teuku Jacob menyatakan bahwa hedonistik yang identik dengan hidup enak tersebut berpangkal dari tidak adanya kepastian. Hampir semua tidak pasti menurut Jacob. Kenyataan dapat berbalik setiap saat secara tiba-tiba. Oleh karenanya orang beranggap bahwa hari ini adalah segala-galanya. Jika besok penguasa berganti maka kesempatan akan hilang, dan jika besok dunia musnah karena perang nuklir maka berakhirilah kenikmatan duniawi. Hedonisme diperkirakan disebabkan karena rasa terancam yang kemudian berbalik menjadi ancaman. Sikap hidup hedonistik mengandung nilai-nilai yang selain buruk juga bersifat destruktif, contohnya, individualisme menggejala semakin radikal juga ambisi merebut peluang untuk memperoleh keuntungan materi yang sebesar-besarnya. Dalam skala besar, hedonisme melahirkan suasana kompetitif yang keras dan persaingan tidak sehat.

Kenyataan tersebut telah menyimpang jauh dari pemahaman kenikmatan menurut Epikuros (Sri Sunarsih, 2011).

Berbicara mengenai “Hedonisme” atau kenikmatan di Gereja Toraja Jemaat Ora Et Labora Lagia Klasis Rosaba, tepatnya di Sulawesi Selatan, Kabupaten Luwu Utara, Kecamatan Sabbang, berarti memiliki hubungan yang romantis dan seksualitas terpenuhi, padahal di sekeliling kita banyak pasangan tidak bahagia, persatuan mereka penuh dengan kecemburuan, kesalahpahaman, perselingkuhan, dan perselisihan. Epikuros melihat bahwa hubungan terbaik adalah persahabatan. Bagaimana orang-orang cenderung bersikap baik dan tidak posesif dengan sahabat-sahabatnya. Persahabatan tampaknya ialah titik paling manis dalam kehidupan manusia. Masalahnya menurut Epicurus kita terlalu jarang bertemu sahabat. Menurut Jemaat Ora Et Labora Lagia kenikmatan adalah ketika menghasilkan uang yang banyak, padahal jika diperhatikan kita melakukan pengorbanan amat besar yang harus untuk mendapatkan harta. Rasa iri, pengkhianatan, jam-jam kerja yang panjang. Yang membuat kerja begitu menyenangkan/menikmati, menurut Epicurus, bukanlah uang melainkan kemampuan untuk bekerja sendiri atau dalam kelompok kecil, seperti di sebuah minimarket atau bengkel pesawat dan ketika kita merasa membantu orang lain memperbaiki dunia dalam cara kita yang kecil. Bukan uang atau status yang kita inginkan didalam hati kita melainkan rasa membuat perubahan.

Secara khusus bagi Jemaat Ora Et Labora Lagi, kenikmatan yang mereka pahami adalah ketika mendapatkan harta benda yang mewah, hidup foya-foya, mengonsumsi miras, makan ditempat ternama, seks, yang berkaitan dengan kenikmatan/kesenangan duniawi yang bersifat semu atau pemenuhan hasrat indrawi yang tidak bijak. Jemaat begitu terobsesi dengan semua kemewahan dan keinginan daging tersebut, sebenarnya dibalik cinta akan hal dunia kenikmatan/kesenangan semu mereka merasa bahagia, anggapan mereka pikiran terasa jernih, bebas, tidak membosankan dan kacau dalam menghadapi hidup, dan menganggap jawaban dari semua itu ialah kemewahan duniawi atau kesenangan semu yang pada akhirnya akan musnah pada waktunya. Apakah kemewahan dan keinginan dunia membuat tenang? Mari kita simak apa kata filsuf hedonisme yaitu Epikuros, ujarannya keinginan yang tidak alamiah dalam jangka waktu lama akan membawa pada kekecewaan, ketidakpuasan, ketidaknyamanan, dan rusaknya kesehatan jasmani dan rohani. Kenikmatan adalah pintu gerbang hidup bahagia, yang ada dari awal sejak lahir, dan merasa cukup adalah syarat untuk mendapatkan kenikmatan hidup.

Epikuros salah seorang filsuf lahir di Samos, pokok ajaran etikanya ialah hidup yang bahagia jika manusia merasakan kenikmatan (*ataraxia*) ketenangan batin/jiwa, tidak adanya rasa sakit dan kegelisahan hidup, ibarat samudera kala tiada angin kencang. Kenikmatan dipandang sebagai satu-satunya hidup yang baik, awal tujuan hidup yang bahagia jika dalam keadaan nyata perasaan menentukan secara rasio mana yang akan berdampak memberi kepuasan/kesenangan. Epikuros berasumsi segala macam keutamaan hidup akan berarti jika membawa orang pada rasa nikmat. Dengan demikian manusia akan terus berusaha menggapai kenikmatan, secara bijaksana menekankan sikap hidup yang ughari menahan diri akan kepuasan duniawi dan tidak memuaskan nikmat indrawi yang hanya bersifat semu, artinya semakin sedikit keinginan manusia maka makin bahagialah kenikmatan (*ataraxia*) yang dicapai. Oleh karena itu manusia wajib membatasi apa yang diinginkan, sebagai manusia yang memiliki rasio pasti bijaksana tahu seni melakukan kalkulasi kenikmatan dan juga rasa sakit, dengan berpatokan pada kenikmatan yang sifatnya rohani dapat diraih kemudian hari (Thajadi, 2018).

Namun yang akan dibahas dalam tulisan ini yaitu bagaimana Kajian Filsafat Teologi Tentang Kenikmatan dari Perspektif Epicurus dan implementasinya bagi Gereja Toraja Jemaat Ora Et Labora Lagia, di mana manusia sering menganggap bahwa kenikmatan itu adalah jika hasratnya telah terpenuhi atau ketika hawa nafsu terpenuhi. Namun bukan itu yang dimaksud oleh Epicurus. Kenikmatan yang dimaksud oleh Epicurus adalah kenikmatan yang awal dan akhir dan merupakan tujuan hidup. Oleh sebab itu dalam Proposal ini penulis akan mengkaji bagaimana kenikmatan yang sesungguhnya, agar manusia tidak salah dalam memaknai arti kenikmatan itu sendiri.

## Metode

Penulis menggunakan Metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Metode kualitatif ini lebih fleksibel jika digunakan dalam penelitian filsafat karena penelitian kualitatif lebih mudah jika dihadapkan dengan kenyataan (Dr. H. Ibrahim, 2018). Berfilsafat secara fenomenologi identik dengan aktivitas akal budi yang mengungkapkan dan mengeksplorasi pengalaman hidup setiap hari. Fenomenologi berfokus pada makna subjektif dari realitas objektif di dalam kesadaran orang yang menjalani aktivitas kehidupannya sehari-hari. Fenomenologi berangkat dari pola pikir subjektif yang tidak hanya memandang suatu gejala dari yang tampak, tetapi berusaha menggali makna dibalik yang tampak itu. Fokus perhatian fenomenologi adalah pengalaman sadar seseorang. Peneliti dalam pandangan fenomenologi berusaha memahami arti peristiwa dan kaitannya terhadap manusia dalam situasi tertentu (Dr. Muhamad Farid, 2018).

## Hasil dan pembahasan

Menurut Dr. R. Soedarmo, dalam bukunya yang berjudul “Kamus Istilah Teologi” kenikmatan adalah hedonisme yang berasal dari bahasa Yunani yang akar katanya ialah *hedone*, ajaran ini menekankan bahwasanya tujuan hidup manusia ialah mencari nikmat atau kesenangan (Eudemonisme) (R. Soedarmo, 2013). Hedonisme adalah pandangan yang menganggap kesenangan atau kenikmatan materi sebagai tujuan utama dalam hidup (Korry El-Yana, 2021). Hedonisme berasal dari bahasa Yunani yaitu “hedone”, kesenangan atau kenikmatan. Jadi, hedonisme dapat diartikan sebagai etika atau suatu pandangan yang menganggap kesenangan atau kenikmatan adalah tujuan utama hidup. Etika hedonisme mengatakan, bahwa kesenangan atau kenikmatan adalah realitas hidup yang tidak perlu dihindari oleh manusia karena setiap manusia pasti merasakan kesenangan atau kenikmatan. Bagi para penganut hedonisme, kesenangan atau kenikmatan merupakan nilai yang tertinggi dalam hidup mereka (E.B. Surbakti, 2009).

Dalam buku Seni Merawat Jiwa, Pius Pandor menjelaskan ulang teori beberapa filsuf diantaranya: pertama Boethius, kenikmatan dapat dirasakan setiap manusia jika suatu kondisi menjadi ideal musabab hadirnya segala hal yang baik, itulah suatu kondisi yang ingin diraih seluruh manusia. Kedua Thomas Aquinas, kenikmatan adalah moralitas kebaikan yang utuh karena segala sesuatu keinginan setiap insan terpenuhi. Ketiga Leibniz, mendefinisikan kenikmatan merupakan kehidupan manusia sebagai kesempurnaan (Pius Pandora CP, 2014).

Dalam memahami konsep kenikmatan Epikuros, alangkah baiknya jika penulis mendeskripsikan pandangan filosofis Epikuros. Epikuros ialah salah seorang filsuf yang hidup di zaman Hellenistik, ada dua mazhab yang sangat menonjol di zaman itu, yaitu Epikureanisme dan Stoisisme yang secara bersamaan didirikan pada eranya. Epikuros dalam bahasa Yunani Kuno *Epikouros*, memiliki arti *sekutu atau rekan*, lahir di pulau Samos Februari tahun (341 SM) dan menutup usia pada tahun (270 SM), nama ayahnya Neokles berasal dari Athena yang hidup miskin di Samos, pendidikan ayahnya hanya sampai pada tingkat sekolah dasar (SD) mungkin di Kolofon atau Samos dan ibunya bernama Kairestrate, saudara Epikuros diantaranya Karademos dan Aristobulos, ketika Epikuros berusia yang ke 14 tahun sudah mulai belajar filsafat. Di usia ke 18 tahun Epikuros meninggalkan Samos dan pergi ke Athena karena kekacauan sosial politik saat Aleksander meninggal dunia, tujuannya ke Athena untuk mengesahkan kewarganegaraannya, saat tiba disana orang Athena mengusirnya (322 SM) (Epicurus, 2019a). Setelah filsafat Epikuros lebih matang mendalami pandangan Demokritos dibandingkan filsafat manapun, kemudian tahun (311 SM) membangun sekolahnya sendiri diberi nama “*kebun*” pertama di Mytelene, kedua di Lampsacus, sejak tahun 307 SM dan selanjutnya di Athena tempatnya menutup usia. Ibid, 251-252.

Pemikiran Epikuros dipengaruhi oleh Demokritos yang merupakan filsuf dari kota Abdera, Yunani bagian Utara. Demokritos digolongkan sebagai Filsuf Pra-Sokratik, walaupun sezaman dengan Sokrates. Hal ini dikarenakan Demokritos mengembangkan ajaran Atomisme dari Leukippos



(K.Bertens, 1990). Ajaran dasar Demokritos ialah segala sesuatunya dapat dijelaskan jika berpatokan pada seluruh gerak jenis atom. Dengan demikian Demokritos menyimpulkan bahwa prinsip dasar alam semesta adalah atom dan kekosongan. Perihal manusia, Demokritos beranggapan bahwasanya manusia terdiri dari atom, mengapa demikian? Karena didalam diri manusia terdapat jiwa, ini sama halnya dengan atom yang tak kasar (*atom api, ujanya*). Atom ini digerakkan oleh gambaran kecil suatu benda yang disebut dengan *eidola*, oleh karena itu tampaknya sifat yang berkesan indrawi berdasarkan benda tersebut (Thajadi, 2018).

Menurut Bertrand Russell dalam bukunya yang berjudul *Sejarah Filsafat Barat*, Demokritos memiliki tujuan hidup yaitu kesenangan, gembira, kesederhanaan (*ugahari*), serta kemajuan sebagai jembatan terbaik untuk meraihnya. Demokritos sangat benci perihal kekerasan dan gairah yang bersifat hawa nafsu, karena semuanya itu dapat menyebabkan manusia hilang kendali akan kenikmatan semata. Ia sangat menjunjung tinggi persahabatan, tetapi tidak menyukai perempuan karena baginya dapat menghambat tujuan berfilsafat. Menurut tujuan hidup manusia yang paling tertinggi ialah (*euthymia*) keadaan batin komplet, maksudnya adalah keseimbangan seluruh aspek dalam diri manusia. Keseimbangan tersebut dilakukan oleh roh dan rasio (Bertrand Russell, 2007). Terkait dengan konsep Atomisme Epikuros lebih fokus akan paham ini dan sangat mendukung gagasan materialis, ajarannya banyak dipengaruhi oleh Demokritos, namun Epikuros percaya bahwasanya atom itu dapat menyimpang sehingga itu yang membentuk kehendak bebas manusia.

Epikuros merupakan penulis yang berpengalaman, kabarnya banyak sekali menulis karya, tetapi sudah banyak yang hilang. Kini hanya tiga surat yang tersisa ditulis olehnya (surat kepada Menoikeus, Pitoklesm dan Herodotos) dan 2 rangkaian kutipan (ajaran pokok dan pepatah Vatikan), ditambah dengan beberapa penggalan dan kutipan tulisan lainnya. Ajarannya ditulis oleh seorang penyair Romawi Lucretius dan Diogenes Laertius seorang penulis biografi (Bertrand Russell, 2007). Tujuan filsafat Epikuros adalah untuk mencapai kenikmatan (*ataraxia=ketenangan jiwa, tidak gelisah,takut dan cemas*), dan "*aponia*" ketiadaan rasa sakit, dan juga menjalin persahabatan demi mewujudkan hidup yang bahagia. Epikuros mengajarkan bahwa akar dari segala penderitaan adalah penolakan kematian itu mengerikan dan menyakitkan. Baginya hal ini menimbulkan kecemasan yang sia-sia. Epikuros berasumsi bahwasanya kematian itu akhir dari tubuh dan jiwa tak perlu ditakuti. Epikuros percaya akan keberadaan dewa sebagai esensial, baginya dewa tidak ikut campur dengan kehidupan manusia karena keberadaannya sangat jauh bagaikan bintang diatas langit dan bukan sumber kejahatan untuk menghukum manusia semauanya. Epikuros sangat menekankan ajarannya untuk saling berbuat baik (mengasihi) antar sesama manusia, karena jika manusia melakukan kejahatan pastilah akan di bayang-bayangi rasa bersalah sehingga itu membuat manusia tidak dapat mencapai kenikmatan (*ataraxia*). (Bertrand Russell, 2007)

Konsep Epikuros perihal hidup yang bahagia yaitu hidup dengan rasa nikmat sedapat mungkin sekaligus bijaksana dalam memilih kenikmatan agar tidak terjerumus dalam nikmat semu atau keinginan duniawi. Keserakahan buta dan nafsu akan kekuasaan seringkali membuat manusia melanggar batas yang seringkali berkonspirasi dan bekerja sama untuk berbuat dosa; hingga mereka menghalalkan segala cara untuk memperoleh kekuatan. Penyebab utama moralitas buruk manusia yaitu: serakah/rakus, hasrat membunuh, kecemburuan, cinta akan diri sendiri, mengakhiri hidup, tindakan kejahatan terhadap negara (korupsi), dan pengkhianatan. Sifat serakah dan nafsu terhadap kekuasaan membuat manusia melanggar batas serta selalu berniat berkonspirasi dan bekerja sama untuk melakukan kejahatan, kemudian berusaha untuk menghalalkan segala cara agar dapat memperoleh apa yang diinginkan (Gunawan, 2023).

Keserakahan buta dan nafsu akan kekuasaan membuat manusia melanggar batas dan seringkali berkonspirasi dan bekerja sama untuk berbuat dosa; hingga mereka menghalalkan segala cara untuk memperoleh kekuatan. Penyakit dalam kehidupan yang bajik ini berkembang karena ketakutan akan kematian, karena penolakan dan kemiskinan yang pahit seringkali dipandang sebagai kehidupan yang

sengsara, sebuah perhentian sementara sebelum kematian. Demi menjauhkan penyakit ini, manusia dilanda ketakutan untuk terus memusuhi sesama, melakukan pembunuhan demi memperkaya diri manusia. Mereka bersenang-senang di atas kematian saudaranya. Secara tidak langsung membenci kesejahteraan saudaranya. Dari ketakutan yang sama, mereka berkata dengan penuh kecemburuan, bahwa manusia yang memiliki jabatan tinggi adalah manusia terhormat, dan mereka meratapi diri, berkata bahwa nasib mereka amatlah buruk. Beberapa manusia mengorbankan nyawa demi status dan nama! Seringkali ketakutan akan kematian membuat manusia membenci kehidupan, hingga manusia sendiri pun mati dengan kekosongan hatinya. Manusia lupa bahwa ketakutan tersebut yang membuat mereka didera penyakit yang menodai kehormatan mereka, memutus ikatan kasih sayang dengan sesamanya, dan melupakan kewajibannya. Kemudian, manusia mengkhianati negara dan orang tua mereka ketika mereka berupaya lari dari kungkungan neraka (Epicurus, 2019b).

Ajaran etis Epikuros dikenal sebagai hedonisme, dari kata benda Yunani yang berarti kenikmatan atau sama halnya kesenangan. Hedonismenya memiliki dua asumsi dasar yang sama-sama bersifat materialistik: Pertama, kebajikan sama dengan kesenangan, baik yang bersifat jasmani atau rohani, karena tingkat kesenangan yang bisa dialami amat beragam dan lebih dari satu tingkat; dan Kedua, bahwa kejahatan sama seperti penderitaan, baik yang bersifat jasmani atau rohani. Baik kesenangan maupun penderitaan dapat dianalisis lebih jauh lagi hingga berujung pada konfigurasi atom yang bergerak, sehingga pengalaman moral kita juga bersifat materi seperti benda lainnya di dunia. Tindakan moral melibatkan pilihan berbagai kesenangan dan ketidaksukaan, maksudnya adalah manusia bisa memilih untuk menghindari kemungkinan rasa sakit. Tindakan terhitung bajik jika dalam jangka panjang menghasilkan lebih banyak kesenangan dibandingkan penderitaan jika tidak demikian, maka tindakan itu bersifat amoral.

Kenikmatan (*Ataraxia*) ketenangan jiwa menurut Epikuros adalah hal yang menjadi pencapaian utama dalam hidup manusia. Manusia yang sudah mendapatkan ketentraman, ketenangan dan kedamaian dalam jiwanya adalah manusia yang telah berhasil dalam hidupnya. Dalam ajaran Epikuros keberhasilan dalam hidup tersebut merupakan kenikmatan yang diinginkan oleh manusia. (Carlos Kodoati, 2023) Epikuros menganggap akal atau pengetahuan serta kebijaksanaan dianggap sebagai keutamaan karena mereka juga merupakan jalan menuju kenikmatan (Hasbullah Bakry, 1981). Menurut Ahmad Amin, kenikmatan Epikuros adalah tidak ada kebaikan dalam hidup selain nikmat dan tidak ada keburukan kecuali penderitaan, musabab etika tidak lain selain berbuat untuk menghasilkan kenikmatan hidup bahagia. Kenikmatan Epikuros akal dan rohani itu lebih penting daripada kenikmatan badan, karena tubuh terasa dengan nikmat dan derita selama adanya kenikmatan dan penderitaan itu, dan tubuh itu tidak dapat merencanakan kenikmatan yang akan datang. Adapun akal dapat menikmati dan merencanakan karena nikmat akal itu lebih lama dan lebih abadi. Nalar itu mengikuti badan dalam kenikmatannya, waktu merasakan kenikmatan dan ditambah dengan kenikmatan kenangan dan kenikmatan rencana (Ahmad Amin, 1997).

Kaum Epikuros menginginkan kenikmatan negatif lebih banyak daripada kenikmatan positif. Maksudnya adalah dengan kenikmatan negatif berarti sunyi dari penderitaan. Bagi kaum ini tidak terlalu berfokus pada nikmat yang berlebihan akan tetapi perhatian mereka ditunjukkan ke arah kenikmatan negatif, seperti ketentraman jiwa, tidak cemas, dan tenang yang semuanya itu berpadu di dalam *ataraxia*. Epikuros berasumsi bahwa kenikmatan itu tidak bergantung pada banyaknya keinginan dan kecenderungan bahkan kebanyakan itu menjadikan untuk mencapai kenikmatan oleh karenanya wajib bagi kita untuk memperkecil keinginan kita sedapat mungkin (hidup sederhana). Ibid, 105.

Kenikmatan masih tetap menjadi norma perbuatan baik. Namun kenikmatan disini tidak meliputi kenikmatan badaniah, sebab kenikmatan jenis ini pada akhirnya akan menimbulkan rasa sakit. Kenikmatan bagi Epikuros berarti ketiadaan rasa sakit pada tubuh dan ketiadaan rasa sulit dalam jiwa. Puncak kenikmatan menurut Epikuros ialah ketenangan jiwa. Sekalipun badan sakit namun jiwa dapat mengatasinya dengan memusatkan pikiran kepada hal-hal lain. Jiwa dapat mengalami rasa sakit yang

lebih berat daripada tubuh seperti terlihat pada orang yang sakit jiwa. Oleh sebab itulah harusnya diusahakan supaya jiwa jangan sampai terganggu dan sakit (Said, 1976).

Epikuros melihat bahwa kenikmatan merupakan jiwa yang tenang. Jiwa yang tenang ini tidak akan tercapai tanpa keseimbangan tubuh. Tidak ada keseimbangan tubuh pada manusia menyebabkan timbulnya keinginan pada kenikmatan. Tetapi dari pengalaman ternyata bahwa tubuh manusia keadaannya selalu berubah-ubah dan tidak pernah sungguh-sungguh berada dalam keseimbangan. Dengan begitu Epikuros membuat keseimbangan yang lain yaitu keseimbangan rohani yang menimbulkan kenikmatan rasional atau kenikmatan rohani yang bersandar pada keseimbangan jiwa dan akal manusia (Epicurus, 2019).

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa narasumber, seperti Yudit Kelling mengatakan bahwa kenikmatan merupakan suatu hal yang didambakan oleh semua orang namun kenikmatan yang dirasakan oleh semua orang itu berbeda-beda, misalnya beda selera menu, beda perasaan, dan beda keinginan, dan itu sesuai dengan kata hati setiap pribadi yang beda. Kenikmatan ditawarkan oleh dunia dengan berbagai cara yang serba menarik, oleh sebab itu perlu kehati-hatian dengan tawaran tersebut (Kelling, 2023). Narasumber selanjutnya yaitu Tabita Piung mengatakan bahwa kenikmatan adalah sebuah kebahagiaan dimana manusia dapat bersukacita, bergembira, dan memenuhi atas apa yang diharapkan (Piung, 2023). Senada dengan yang dikatakan oleh narasumber Stefanus yang mengungkapkan kenikmatan adalah suatu kebahagiaan yang didambakan semua manusia dan akan ditempuh sebagaimana yang dialami, serta yakin bahwa itu pemberian dari Allah (Stefanus, 2023). Sedangkan menurut narasumber Obed Nego mengatakan bahwasanya kenikmatan adalah suatu kesendirian, dimana orang akan merasakan nikmat jika menyendiri dan merenung (Nego, 2023).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan melalui wawancara kepada beberapa narasumber (Jemaat Ora Et Labora Lagia), ada dua pandangan mengenai kenikmatan (kesenangan) yang dikemukakan: pertama secara negatif, yakni bersifat jasmani (keinginan duniawi) misalnya sikap rakus yang berlebihan, miras dapat menimbulkan kemabukan jika berlebihan dan itu akan menimbulkan kekecewaan pada manusia, nafsu seksualitas yang berlebihan akan menjerumuskan manusia kedalam dosa, cinta akan uang dan takhta seringkali membuat manusia menghalalkan segala cara yang pada akhirnya mengecewakan karena bersifat semu. Kedua secara positif, yakni bersifat rohani berusaha mengerjakan kerajaan Allah (menyenangkan Yesus Kristus) dan membawa diri untuk berproses dalam Dia (Rosma, 2023). Berbeda yang diungkapkan oleh salah seorang narasumber kenikmatan adalah suatu hal yang berarti apa yang membahagiakan bagi diri sendiri (Marissing, 2023).

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, disimpulkan bahwa jemaat Ora Et Labora Lagia mamahami kenikmatan sebagai kesenangan, sukacita dan kebahagiaan yang didambakan oleh semua orang, juga berhubungan dengan hati (perasaan) dan harus berusaha dengan keras serta menjalin persaudaraan dengan sahabat dan keluarga. Kenikmatan itu terbagi atas dua yaitu: Bersifat badani materi (negatif). Bersifat rohani (positif). Berbeda dengan kenikmatan menurut Epikuros dan menurut jemaat Ora Et Labora Lagia, Epikuros dengan tegas mengatakan bahwa orang harus bijaksana dalam memilih keinginan mereka. Manusia harus memperhatikan yang alami, bukan yang macam-macam. Orang bijak hidup sedemikian rupa sehingga ia sehat dan jiwanya tenteram, karena pada dasarnya manusia hanya membutuhkan dua hal untuk hidup bahagia, yaitu kebebasan dari rasa sakit pada tubuh dan dari rasa takut dan cemas. penghormatan hedonisme (kenikmatan) terhadap fakta bahwa hidup harus diintensifkan agar optimal. Energi tidak boleh digunakan untuk pemikiran yang absurd. Hedonisme Epikuros bertujuan bukan untuk memaksimalkan tetapi untuk meminimalis keinginan.

Menurut ajaran Kristen kenikmatan adalah kesenangan yang berdasarkan Firman Tuhan serta menjauhi apa yang tidak dikehendaki Tuhan. Sama seperti dalam 2 Petrus 2:13 “Dan akan mengalami nasib yang buruk sebagai upah kejahatan mereka. Berfoya-foya pada siang hari, mereka anggap kenikmatan. Mereka adalah kotoran dan noda, yang mabuk dalam hawa nafsu mereka kalau mereka duduk makan minum bersama-sama dengan kamu.” Dari ayat ini Paulus menjelaskan agar manusia

jangan hidup dalam kejahatan, seperti berfoya-foya atau mabuk dalam hawa nafsu, hal ini dianggap oleh manusia sebagai kesenangan atau kenikmatan tetapi itu adalah noda atau kotoran. Sebagai upah dari apa yang dilakukan yaitu akan menerima nasib yang buruk. Sama seperti yang terjadi di zaman sekarang dimana manusia menganggap pesta pora, foya-foya, hawa nafsu adalah kenikmatan, tetapi itu bukanlah kenikmatan karena yang dimaksud dengan kenikmatan adalah hidup didalam Tuhan sampai hidup yang kekal.

Dalam pandangan jemaat Ora Et Labora Lagia kenikmatan sebagai ketenangan jiwa merupakan hidup yang tentram, tidak egois, tidak sombong, hidup individualis (tidak merugikan orang lain) dan tetap rendah hati, serta melakukan hal yang wajar (positif) yang sesuai dengan Firman Tuhan, baik susah maupun senang. Jiwa tenang adalah ketiadaan rasa cemas ketika manusia betul-betul bersandar pada Tuhan Yesus Kristus, berdoa minta petunjuk kepada-Nya. Berdiskusi dengan sesama manusia yang telah dipercaya, dan tidak mengganggu orang. Namun tak dapat dielakkan terkadang jemaat Ora Et Labora Lagia merasa cemas, seperti pernyataan Tabita Piung, bahwasanya cemas memikirkan kebutuhan anak, masa depan anak (cita-cita). Begitu pula dengan pernyataan Rosma, bahwasanya terkadang cemas akan masa depan (Belum mendapatkan teman hidup).

Menurut Epikuros ketenangan jiwa (*ataraxia*), adalah hal yang menjadi pencapaian utama dalam hidup manusia. Manusia yang sudah mendapatkan ketentraman, ketenangan dan kedamaian dalam jiwanya merupakan manusia yang telah berhasil dalam hidupnya. Dalam ajaran Epikuros keberhasilan dalam hidup tersebut merupakan kenikmatan yang diinginkan oleh manusia. Epikuros menganggap akal atau pengetahuan serta kebijaksanaan dianggap sebagai keutamaan. Adapun akal dapat menikmati dan merencanakan karena nikmat akal itu lebih lama dan lebih abadi. Nalar itu mengikuti badan dalam kenikmatannya, waktu merasakan kenikmatan dan ditambah dengan kenikmatan kenangan dan kenikmatan rencana. Kaum Epikuros menginginkan kenikmatan negatif lebih banyak daripada kenikmatan positif. Maksudnya adalah dengan kenikmatan negatif berarti sunyi dari penderitaan. Bagi kaum ini tidak terlalu berfokus pada nikmat yang berlebihan akan tetapi perhatian mereka ditunjukkan ke arah kenikmatan negatif, seperti ketentraman/ketenangan jiwa, tidak cemas, dan tenang yang semuanya itu berpadu di dalam *ataraxia*.

Epikuros melihat bahwa kenikmatan merupakan jiwa yang tenang. Jiwa yang tenang ini tidak akan tercapai tanpa keseimbangan tubuh. Tidak ada keseimbangan tubuh pada manusia menyebabkan timbulnya keinginan pada kenikmatan. Tetapi dari pengalaman ternyata bahwa tubuh manusia keadaannya selalu berubah-ubah dan tidak pernah sungguh-sungguh berada dalam keseimbangan. Dengan begitu Epikuros membuat keseimbangan yang lain yaitu keseimbangan rohani yang menimbulkan kenikmatan rasional atau kenikmatan rohani yang bersandar pada keseimbangan jiwa dan akal manusia.

Seperti yang disampaikan didalam Lukas 8:14 Yang jatuh dalam semak duri ialah orang yang telah mendengar firman itu, dan dalam pertumbuhan selanjutnya mereka terhimpit oleh kekuatiran dan kekayaan dan kenikmatan hidup, sehingga mereka tidak menghasilkan buah yang matang.” Dari ayat ini dijelaskan agar manusia janganlah kuatir akan kekayaan maupun kenikmatan hidup. Sama seperti yang disampaikan oleh informan bahwa kenikmatan sebagai ketenangan jiwa adalah tidak merasa cemas dan tidak egois. Hal yang sama disampaikan oleh Epikuros bahwa dalam ketenangan jiwa janganlah merasa cemas. Maksudnya yaitu sebagai manusia janganlah merasa kuatir atau merasa cemas akan kekayaan maupun kenikmatan hidup tetapi hidupilah dalam firman Tuhan agar hidup tetap merasakan akan ketenangan. Kenikmatan sebagai keugaharian merupakan hidup apa adanya, tidak berlebihan, bersekutu, melayani, dan menolong sesama manusia dan harus taat pada Firman Allah.

Pandangan Epikuros perihal keugaharian, adalah kenikmatan itu tidak bergantung pada banyaknya keinginan serta sikap rakus, karena sikap serakahlah yang cenderung menjadikan manusia sulit untuk mencapai kenikmatan oleh karenanya wajib kaum Epikurean untuk memperkecil keinginan kita sedapat mungkin (hidup sederhana). Dalam Pengkhotbah 2:25 mengatakan “Karena siapa dapat



makan dan merasakan kenikmatan di luar Dia?” Tidak ada yang lebih baik selain makan, minum, dan bersenang-senang sebagai bagian dari menikmati hasil jerih payah dalam berkat Tuhan. Jika tanpa berkat Tuhan, sekuat apapun manusia berusaha, hasilnya bisa menuap dalam sekejap, karena tidak ada yang dapat merasakan makan, minum diluar Dia. Namun dalam menikmati berkat yang Tuhan berikan, baik untuk makanan, minuman, atau hiburan, tetaplah ada batasan yang perlu diperhatikan karena konsumsi yang berlebihan dapat menyebabkan penyakit dan tidak semua hiburan berkenan dihadapan Tuhan.

Pandangan jemaat Ora Et Labora Lagia, perihal kenikmatan sebagai ketiadaan rasa sakit, adalah sehat selalu dengan tuntunan Roh Allah baik secara jasmani dan rohani, serta berusaha bekerja keras mencari kerajaan-Nya. Ketidadaan rasa sakit itu, ketika seseorang mengalami kebahagiaan, kesenangan, sukacita, dan damai sejahtera, yang tidak ada akhirnya atau tidak ada batasnya sehingga rasa sakit yang biasa dialami berupa apapun sudah tidak ada/hilang. Menurut Epikuros Kenikmatan berarti ketiadaan rasa sakit pada tubuh dan ketiadaan rasa sulit dalam jiwa. Puncak kenikmatan menurut Epikuros ialah ketenangan jiwa. Sekalipun badan sakit namun jiwa dapat mengatasinya dengan memusatkan pikiran kepada hal-hal lain. Jiwa dapat mengalami rasa sakit yang lebih berat daripada tubuh seperti terlihat pada orang yang sakit jiwa. Oleh sebab itulah harusnya diusahakan supaya jiwa jangan sampai terganggu dan sakit.

Dalam Ayub 21:25 dikatakan Yang lain mati dengan sakit hati, dengan tidak pernah merasakan kenikmatan.” Jika dipahami dari ayat ini yang mengatakan mati karena sakit hati, dapat disimpulkan secara logika bahwa mungkin dalam kehidupannya tidak merasakan ketenangan jiwa sehingga merasakan akan sakit hati dan tidak merasakan akan kenikmatan. Manusia tidak akan merasakan sakit apabila hidup dalam kebahagiaan, kesenangan, yang berasal dari Tuhan, sehingga rasa sakit yang dialami dapat hilang dan hidup akan merasakan ketenangan jiwa.

## Simpulan

Tujuan hidup manusia yang tertinggi adalah kenikmatan. Kenikmatan yang sesungguhnya bagi Epikuros adalah menjadi *ataraxia*, yakni *tranquility* artinya ketenangan. Tiga hal yang mengganggu ketenangan menurut Epikuros, yakni ketakutan akan dewa-dewa, ketakutan akan kematian, dan ketakutan akan masa depan atau nasib. Ketakutan-ketakutan tersebut sebagai hal yang tidak berdasar. Dalam jemaat Ora Et Labora Lagia, kenikmatan dipahami jika hal yang bersifat materi itu negatif dan yang bersifat rohani itu positif. Dari segi teologis, kenikmatan secara eksplisit Yesus Kristus mengajak umat-Nya untuk mencari kenikmatan namun bukan kenikmatan akan pemenuhan hasrat inderawi manusia (nikmat dunia), melainkan kenikmatan rohanilah yang paling utama dan tertinggi, dengan cara meninggalkan semua keinginan duniawi kita, agar dapat hidup kekal. Penulis melihat bahwasanya ajaran Yesus Kristus ini sejalan dengan tata cara hidup Epikuros, yang dimana hidup yang baik adalah mencari kenikmatan rohani (jiwa yang tenang). Dari segi filosofis, Kaum Epikuros menginginkan kenikmatan negatif lebih banyak daripada kenikmatan positif. Maksudnya adalah dengan kenikmatan negatif berarti sunyi dari penderitaan. Bagi kaum ini tidak terlalu berfokus pada nikmat yang berlebihan akan tetapi perhatian mereka ditunjukan ke arah kenikmatan negatif, seperti ketentraman jiwa, tidak cemas, dan tenang yang semuanya itu berpadu di dalam *ataraxia*. Epikuros berasumsi bahwa kenikmatan itu tidak bergantung pada banyaknya keinginan dan kecenderungan bahkan kebanyakan itu menjadikan untuk mencapai kenikmatan oleh karenanya wajib bagi kita untuk memperkecil keinginan kita sedapat mungkin, hidup ugahari.

## Referensi

- Ahmad Amin. (1997). *Etika Ilmu Akhlak*. Bulan Bintang.  
Bertens. (2018). *Pengantar Filsafat*. PT. Kanisius.  
Bertrand Russell. (2007). *Sejarah Filsafat Barat dan Kaitannya Dengan Kondisi Sosial-Politik Dari*

*Zaman Kuno Hingga Sekarang*. pustaka pelajaran.

- Carlos Kodoati, M. (2023). Epikureanisme dan Stoikisme: Etika Helenistik Untuk Seni Hidup Modern. *Media: Jurnal Filsafat Dan Teologi*, 4(1), 91–102. <https://doi.org/10.53396/media.v4i1.140>
- Dr. H. Ibrahim. (2018). *Metodologi Penelitian*. PT Carabaca.
- Dr. Muhamad Farid. (2018). *Fenomenologi*. PT Prenadamedia Group.
- E.B. Surbakti. (2009). *Kenalilah Anak Remaja Anda*. PT Elex Media Komputindo.
- Epicurus. (2019a). *Seni Berbahagia*. Basabasi.
- Epicurus. (2019b). *Seni Berbahagia Epicurus*. PT.BASABASI.
- Gultom, A. F. (2023). Mengapa Filsafat Perlu Ada di Jantung Pemikiran Civitas Academicus?. *Sophia Dharma: Jurnal Filsafat, Agama Hindu, dan Masyarakat*, 6(1), 17-30.
- Gunawan, B. (2023). Hidup Bahagia? — Etika Epikuros. *Jurnal Dekonstruksi*, 09(03), 61–68.
- Hasbullah Bakry. (1981). *Sistematika Filsafat*. WIJAYA.
- K.Bertens. (1990). *Sejarah Filsafat Yunani*. PT Kanisius.
- Kelling, Y. (2023). *Wawancara oleh Penulis*.
- Korry El-Yana. (2021). *Dijajah Korea*. PT Indigo Media.
- Laili, M. F. D. dan I. (2022). Pandangan Hedonisme Dan Eudemonisme Dalam Mencapai Kebahagiaan. *Jurnal Filsafat, Sains, Teknologi, Dan Sosial Budaya*, 28(2).
- Marissing, E. F. (2023). *Wawancara oleh Penulis*.
- Nego, O. (2023). *Wawancara oleh Penulis*.
- Piung, T. (2023). *Wawancara oleh Penulis*.
- Pius Pandora CP. (2014). *Seni Merawat Jiwa*. Obor.
- R. Soedarmo. (2013). *Kamus Istilah Teologi*. BPK Gunung Mulia.
- Rosma, E. dan. (2023). *Wawancara oleh Penulis*.
- Said. (1976). *Etika Masyarakat Indonesia*. Pradnya Paramita.
- Sri Sunarsih. (2011). Konsep Hedonisme Epikuros dan Situasi Indonesia Masa Kini. *Jurnal Humanika*, 14 No. 1, 1–2.
- Stefanus. (2023). *Wawancara oleh Penulis*.
- Thajadi, S. P. L. (2018). *Petualangan Intelektual*. PT. Kanisius.