

Pengalaman Spiritual dan Kebahagiaan menurut Nyai Hajah Masriyah Amva

Sulaiman

Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

sulaiman@walisongo.ac.id

Abstract

This study aims to describe spiritual experiences and happiness according to Nyai Hajah Masriyah Amva, a female cleric and caregiver at the Kebon Jambu Al-Islamy Islamic Boarding School in Ciwaringin, Cirebon, West Java. This research is included in library research using qualitative methods. The results of this study prove that the spiritual experience carried out by Nyai Hajah Masriyah Amva has led her to true happiness. The happiness that Masriyah Amva gets is an empirical process she goes through and then pushes her to do a 'hijrah' or self-transcendence that goes beyond the physical world or the real environment to the Supreme Reality, God. By making God the pinnacle of transcendence, Masriyah finds true happiness. With God, he feels that he is always near to Him and at the same time becomes his support so that he feels no longer alone anywhere and anytime.

Keywords: Masriyah Amva, Spiritual experience, Happiness

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengalaman spiritual dan kebahagiaan menurut Nyai Hajah Masriyah Amva, seorang ulama perempuan dan pengasuh Pondok Pesantren Kebon Jambu Al-Islamy Ciwaringin, Cirebon, Jawa Barat. Penelitian ini termasuk ke dalam penelitian kepustakaan (*library research*) dengan menggunakan metode kualitatif. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa pengalaman spiritual yang dilakukan oleh Nyai Hajah Masriyah Amva telah mengantarkannya pada kebahagiaan sejati. Kebahagiaan yang diperoleh Masriyah Amva merupakan proses empirik yang dialaminya kemudian mendorongnya melakukan 'hijrah' atau transendensi diri yang melampaui dunia jasmani atau lingkungan riil menuju Realitas Tertinggi, Tuhan. Dengan menjadikan Tuhan sebagai puncak transendensi, Masriyah menemukan kebahagiaan yang sejati. Bersama Tuhan ini ia merasa selalu berada di dekat-Nya dan sekaligus menjadi sandarannya sehingga ia merasa tidak lagi sendirian di mana dan kapan pun.

Kata-kata kunci: Masriyah Amva, Pengalaman spiritual, Kebahagiaan

Pendahuluan

Salah satu yang paling banyak dicari manusia di dunia ini adalah kebahagiaan. Setiap manusia terus berusaha untuk mendapatkannya dengan berbagai cara mulai dari berorientasi materialistik hingga spiritualistik (Sutatminingsih, 2018). Proses yang dilalui setiap manusia untuk mencapai kebahagiaan juga berliku-liku dan penuh dengan suka duka. Proses ini sudah disinggung dalam Kitab Suci al-Quran dalam berbagai surah. Kitab Suci ini menjelaskan bahwa manusia akan bersusah payah mencari kebahagiaan dan Tuhan telah menunjukkan jalan yang membawa kepada kebaikan dan jalan yang membawa kepada kesengsaraan. Tuhan pun juga memberi penjelasan bahwa kebahagiaan itu harus dilalui dengan susah payah (lihat: QS. al-Balad). Penjelasan ini mengindikasikan bahwa untuk mencapai kebahagiaan memang harus dilalui dengan susah payah. Sejalan dengan ini, Hamka telah membuat sebuah diktum tentang bahagia, "kaidah tentang bahagia, sebanyak penderitaan, sebanyak pengalaman, sebanyak kekecewaan." (Hamka, 1998).

Dari diktum yang dibuat oleh Hamka di atas tergambar realitas perspektif manusia tentang kebahagiaan. Orang fakir mengatakan bahagia pada kekayaan. Orang sakit mengatakan bahagia pada kesehatan. Orang yang telah terjerumus ke lembah dosa mengatakan berhenti dari dosa itulah kebahagiaan. Seorang yang tengah rindu dan bercinta mengatakan bertemu dengan kekasih itulah bahagia. Bagi pemimpin rakyat,

kemerdekaan dan kecerdasan umat bangsa yang dipimpinnya itulah bahagia (Alfian, 2014; Hamka, 1998). Sementara itu, ada lagi yang menggambarkan kebahagiaan itu kembali ke kampung halaman. Seorang pengarang syair merasa bahagia jika syairnya jadi hapalan orang dan dipentaskan dalam berbagai pertunjukkan seni, dan sebagainya. Jadi, dapat diambil benang merah di sini bahwa perspektif kebahagiaan memang berbeda-beda setiap orang. Karena alasan ini, para sarjana baik dari kalangan Muslim maupun Barat berbeda dalam mendefinisikan kebahagiaan.

Dalam perspektif agama, kebahagiaan sering dikaitkan dengan pengalaman puncak spiritual yang dirasakan seseorang. Orang sudah berada di puncak pengalaman spiritual maka *reward* atau bonusnya yaitu merasakan kebahagiaan. Robert Frager – seorang sufi dari Amerika – mengatakan bahwa orang yang mencapai spiritualitas tinggi atau mencapai Tuhan maka ia akan merasakan kedamaian dan kebahagiaan dalam hidupnya (Robert Frager, 1999: 96–116). Tokoh psikologi eksistensial dari Barat pun seperti Viktor E. Frankl (1959: 159) mengatakan bahwa pengalaman spiritual atau kebermaknaan hidup akan membawa seseorang pada kebahagiaan yang sejati.

Berkaitan dengan uraian di atas, dapat dipahami bahwa pengalaman spiritual yang dialami seseorang akan berdampak pada kebahagiaan. Hal inilah yang dirasakan juga oleh Nyai Masriyah Amva, seorang ulama perempuan yang merasakan kebahagiaan melalui pengalaman spiritual yang disebutnya sebagai pengalaman “berhijrah”. Ia menggunakan istilah ‘berhijrah’ untuk menggambarkan proses transendensi dirinya. Dalam berhijrah itu, ia melakukan transformasi diri dari posisi sebagai makhluk atau dari cara berpikir sebagai manusia dan wanita biasa beralih kepada kesadaran spiritual menuju kekuasaan Sang Khalik (Tuhan). Ia berlari ke arah Tuhan, ke sebuah jalan menuju keabadian Sang Khalik. Dengan berhijrah kepada kekuasaan dan kehebatan rahmat Allah yang tak mengenal batas dan tak mengenal kemustahilan apa pun. Dalam posisi ini, Masriyah Amva mengaku dan merasakan telah memperoleh kesadaran spiritual yang kemudian membimbingnya kepada kekokohan dan kemandirian. Kesadaran ini pula yang berhasil melepaskannya dari kebutuhan-kebutuhan manusia biasa pada umumnya. Selain itu, kesadaran ini telah menyelamatkan kehidupannya dari keterpurukan. Ia merasa telah ditaburi dengan anugerah-anugerah berupa ketenangan, kekuatan, harapan, dan kenyataan. Dapat ditegaskan bahwa transendensi diri yang dilakukan Masriyah Amva menunjukkan kemampuannya sebagai manusia untuk keluar mengatasi dirinya, melampaui level jasmani dan faktor-faktor determinan jasmaninya dan lingkungan untuk mengarahkan

diri pada sesuatu yang lain di luar dirinya, yakni Tuhan. Karena Tuhan inilah Masriyah Amva merasa memperoleh sejuta jalan terbentang di depan matanya menuju kebahagiaan dan kekuatan. Ia pun kemudian hanya menjadikan Tuhan sebagai sandarannya. Sebab, bersandar kepada Tuhan tidak akan dituntut dan dibebani berjuta-juta beban.

Dalam tulisan ini penulis akan menyajikan sebuah pengalaman spiritual dan kebahagiaan menurut Nyai Hajah Masriyah Amva. Seorang ulama perempuan dan pengasuh Pondok Pesantren Kebon Jambu Al-Islamy Ciwaringin, Cirebon, Jawa Barat. Sajian ini menjadi menarik karena biasanya pengalaman spiritual banyak dikenalkan oleh tokoh perempuan daripada laki-laki. Oleh karena itu, tentunya pengalaman spiritual dan kebahagiaan yang disampaikan Nyai Hajah Masriyah Amva ini akan menguras emosi dan pikiran.

Kajian Teori

Pengalaman Spiritual dan Kebahagiaan

Dalam perspektif Islam, pengalaman spiritual yang dialami seseorang merupakan proses panjang yang dilalui setelah dia menyucikan dan menghiasi diri dengan amalan yang baik atau disebut dengan proses *takhalli* dan *tahalli* dalam tradisi tasawuf. Orang yang mampu meninggalkan seluruh egosentris dalam dirinya dan ia mendekat menuju Tuhan dengan selalu menjalankan segala titah-Nya maka ia akan merasakan kedamaian dan ketenangan batin (Robert Frager, 1999: 96-116). Oleh karena itu, tidak heran jika banyak sarjana Muslim selalu mengaitkan kebahagiaan itu dengan Tuhan.

Misalnya *pertama*, Imam al-Ghazali mengaitkan kebahagiaan (*sa'ādah*) dengan dua dimensi eksistensi: dunia saat ini dan akhirat. Kebahagiaan itu berkaitan dengan suasana jiwa yang tenang, damai tanpa suatu kekurangan apa pun. Puncak kebahagiaan itu adalah makrifat kepada Allah (*ma'rifah Allah*) (al-Ghazali, tth: 108). *Kedua*, kebahagiaan tidak berkaitan entitas jasmani manusia atau tubuh manusia, juga bukan pada keadaan akal pikiran manusia melainkan pada keyakinan diri akan hakikat terakhir Yang Absolut. Keyakinan akan hak Allah dan menunaikan amal-amal kebaikan berdasarkan keyakinan tersebut (al-Attas, 1995: 107-109). Dari sini dapat digarisbawahi bahwa kebahagiaan yang sesungguhnya adalah ketika seseorang sudah sampai pada

tingkatan makrifat kepada Allah. Karena itu, kebahagiaan tidak berkaitan dengan kenikmatan jasmani atau inderawi, tetapi pada kebahagiaan abadi yang melampaui segala kenikmatan duniawi atau inderawi (Arroisi, 2019).

Untuk memperoleh perbandingan, penulis akan mengutip perspektif kebahagiaan oleh sarjana Barat. Mortimer J. Adler (2003) yang menegaskan bahwa kebahagiaan itu berarti “merasa baik” hidup bersenang-senang, hidup dengan suka cita dan seluruh ekspresi yang mengacu pada kesenangan yang bisa dimiliki oleh setiap orang. Sementara dari perspektif psikologi positif, kebahagiaan merupakan sesuatu yang sangat abstrak, sangat sulit untuk diketahui secara pasti, namun bisa diketahui dari beberapa aspek yang menjadi indikator kebahagiaan (Seligman, 2005). Seligman menyatakan bahwa kebahagiaan mencakup dua hal yang sangat berbeda: kenikmatan (*pleasure*) dan gratifikasi (*gratification*). Kenikmatan adalah kesenangan yang memiliki komponen indriawi yang jelas dan komponen emosi yang kuat, yang disebut oleh para filosof sebagai “perasaan-perasaan dasar” (*raw feels*) yaitu ekstase, gairah, orgasme, rasa senang, riang, ceria, dan nyaman. Semua ini bersifat sementara dan hanya sedikit melibatkan pikiran, atau malah tidak sama sekali. *Gratifikasi* datang dari kegiatan-kegiatan yang sangat kita sukai, tetapi sama sekali tidak mesti disertai oleh perasaan dasar. Gratifikasi membuat kita terlibat sepenuhnya, kita tenggelam dan terserap di dalamnya, dan kita kehilangan kesadaran diri. Menikmati percakapan yang bermanfaat, memanjat tebing, membaca buku bagus, menari, melakukan slam dunk dalam permainan basket adalah contoh kegiatan yang di dalamnya waktu bagi kita seakan berhenti. Pada momen-momen itu, kita mampu menjawab tantangan dan kita bersentuhan dengan kekuatan kita sendiri. Gratifikasi bertahan lebih lama daripada kenikmatan dan lebih banyak melibatkan pemikiran serta interpretasi. Gratifikasi tidak begitu saja menjadi terasa datar. Gratifikasi ditopang oleh kekuatan dan kualitas kita (Seligman, 2005).

Kebahagiaan sering disebut dengan *subjective well-being* dan sering digunakan secara bergantian (Biswas-Diener, 2008). Individu dengan level *subjective well-being* yang tinggi, pada umumnya memiliki sejumlah kualitas yang mengagumkan (Nisfiannor & Y, 2004). Individu ini akan lebih mampu mengontrol emosinya dan menghadapi berbagai peristiwa dalam hidup dengan lebih baik. Sedangkan individu dengan *subjective well-being* yang rendah, memandang rendah hidupnya dan menganggap peristiwa yang terjadi sebagai hal yang tidak menyenangkan, sehingga

timbul emosi yang tidak menyenangkan seperti kecemasan, depresi dan kemarahan (Nisfiannor & Y, 2004).

Menurut Diener, Oishi, dan Lucas (2002) *subjective well-being* ditentukan oleh bagaimana cara individu mengevaluasi informasi atau kejadian yang dialami. Kesejahteraan subjektif ini mencakup evaluasi kognitif dan afektif. Evaluasi kognitif dilakukan saat seseorang memberikan evaluasi secara sadar dan menilai kepuasan mereka terhadap kehidupan secara keseluruhan atau penilaian evaluative mengenai aspek-aspek khusus dalam kehidupan, seperti kepuasan kerja, minat, dan hubungan. Evaluasi afektif dalam *subjective well-being* yang dimaksud adalah evaluasi individu terhadap kejadian-kejadian dalam hidup yang meliputi emosi yang menyenangkan dan emosi yang tidak menyenangkan.

Terdapat empat komponen utama *subjective well-being*, yaitu afek (emosi) positif, afek (emosi) negatif, kepuasan hidup secara keseluruhan, serta kepuasan hidup secara spesifik (Saliyo, 2015). Afek positif merupakan perasaan-perasaan positif atau emosi yang menyenangkan yang ada dalam diri individu. Sedangkan, afek negative merupakan perasaan-perasaan negatif atau emosi yang tidak menyenangkan yang ada dalam diri individu. Kepuasan hidup secara keseluruhan meliputi: kepuasan hidup, pemenuhan hidup, makna hidup, dan kesuksesan. Sedangkan kepuasan hidup secara spesifik meliputi: pernikahan, pekerjaan, kesehatan, dan waktu luang (Diener et al., 2002).

Untuk memahami perspektif kebahagiaan dari Masriyah Amva akan digunakan teori transendensi diri (*self-transcendancy*). Dalam *Kamus Filsafat* (Bagus, 1996) dijelaskan bahwa kata transenden terdiri dari dua kata, yakni "trans" yang berarti seberang, melampaui, atas, dan kata "scandere" yang berarti memanjat. Istilah ini bersama-sama dengan bentuk-bentuk lain seperti "transendental", "transendensi", dan "transendentalisme", digunakan dengan sejumlah cara, dan dengan sejumlah penafsiran masing-masing dalam sejarah filsafat. Beberapa pengertian dari transenden adalah lebih unggul, agung, melampaui, superlatif, melampaui pengalaman manusia, berhubungan dengan apa yang selamanya melampaui pemahaman terhadap pangalaman biasa dan penjelasan ilmiah (Audi, 1999).

Hanna Djumhana Bastaman (2002) merangkum pengertian transendensi dari berbagai sumber sebagai ‘melewati dan mengatasi suatu kenyataan untuk sampai pada sesuatu yang ada di balik kenyataan itu. Transendensi adalah kemampuan khas insani dan merupakan salah satu karakteristik eksistensi manusia yang sangat penting. Melalui transendensi ini manusia menyadari kemampuan untuk menyadari dan menilai pengalaman-pengalaman masa lalu dan masa sekarang untuk diproyeksikan ke masa depan. Sejalan dengan ini, Sulistyaningsih (2004) menjelaskan bahwa transendensi diri merupakan kesadaran diri sebagai bagian dari kosmos, lebih dari kebutuhan dan identitas individual, manusia yang transendental adalah manusia yang menempatkan nilai-nilai spiritual pada kedudukan yang sentral, agar manusia dapat menjalani hidup dengan penuh makna, sehingga transendensi dapat memberi arah tujuan hidup manusia.

Dari pengertian-pengertian disebutkan di atas, maka transendensi-diri merujuk pada tingkatan paling tinggi, paling holistik, serta paling inklusif berkenaan dengan perihal kesadaran manusia, cara berperilaku, dan upaya untuk menemukan keterkaitan yang terdapat di antara diri dengan orang-orang terdekat, diri dengan sesama manusia, diri dengan makhluk hidup lain, diri dengan lingkungan, dan juga diri dengan alam semesta (Maslow, 1971).

Metode

Penelitian ini termasuk ke dalam penelitian kepustakaan (*library research*) dengan menggunakan metode kualitatif. Dalam penelitian ini sumber data primer diperoleh dari karya-karya langsung yang ditulis oleh Masriyah Amva seperti *Ketika Aku Gila Cinta*, *Tafakur Cinta*, *Bangkit dari Terpuruk*, *Menggapai Impian*, *Rahasia Sang Maha*, *Mengubah Derita jadi Bahagia*, *Meraih Hidup Luar Biasa melalui Kekuatan Doa dan Iman*, *Suamiku Inspirasiku*. Sedangkan data sekunder bersumber dari penelitian yang dipublikasikan di berbagai jurnal.

Dalam proses menganalisis data, penulis mengikuti tiga tahapan seperti yang dilakukan Miles, Huberman dan Saldana (2019), yaitu reduksi data, display data, dan verifikasi data. Analisis data menggunakan metode interpretasi yang dilakukan dengan tiga proses: *restatement*, *description*, dan *intepretation*.

Hasil

Sekilas tentang Nyai Hajah Masriyah Amva

Subyek kajian ini adalah Nyai Hj. Masriyah Amva. Nyai adalah posisi yang melekat pada diri seorang perempuan karena posisi dari bapak atau suaminya, atau saudara laki-lakinya yang berstatus kiai (Buresh, 2003; Dhofier, 1985; Oepen & Wolfgang, 1988; Rahardjo, 1985; Srimulyani, 2009; Sukamto, 1999; Wahid, 2001). Suami Masriyah Amva adalah KH. Muhammad (15 Juni 1947-1 November 2006), karena itulah ia kemudian berstatus Nyai. Masriyah Amva lahir pada 13 Oktober 1961 di kampung pesantren Babakan, Ciwaringin, Kabupaten Cirebon, Jawa Barat. Semasa kecil ia dididik langsung oleh ayah ibunya, K.H. Amrin Khanan dan Hj. Fariatul ‘Aini, yang sehari-hari menjadi pengasuh utama pesantren mereka. Kedua kakek Masriyah Amva, yakni K.H. Amin Sepuh dan K.H. Abdul Hannan merupakan ulama kharismatik yang disegani bukan hanya karena kedalaman ilmunya, melainkan juga karena ketekunan dan kesabarannya dalam membimbing para santri dan masyarakat setempat (Amva, 2010a: 334). Nasab atau silsilah langkah Nyai Masriyah Amva adalah Syekh Syarif Hidayatullah+Ratu Pakung-wati→ Sultan Muhammad Syamsul Arifin (Pangeran Pasarean)+Ratu Fatimah (Talaga)→ Pangeran Welang I→ Pangeran Butat→ Pangeran Welang II→ Syekh Abdul Latif→ Syekh Abdul Rahim→ Syekh Yasin→ Syekh Fihir→ Syekh Murrah→ Syekh Nasir→ Syekh Khalid→ Syekh Jamaluddin→ Syekh Irsyad→ Syekh Abdul Qahar (KH. Amin Sepuh)+Nyai Aliyah→ KH. Hannan→ KH. Amrin Hannan+Nyai Fariatul ‘Aini→ Nyai Masriyah Amva (Shiha, 2019; Sulaiman, 2020a, 2020b).

Dalam bidang pendidikan, Masriyah Amva menghabiskan waktunya di dunia pesantren. Setelah ia menyelesaikan pendidikan dasar dan menengah di pesantren keluarga, ia melanjutkan pendidikan tingkat aliyahnya di Pesantren al-Muayyad Solo di bawah bimbingan K.H. Umar. Usai dari sini ia melanjutkan ke Pesantren al-Badi’iyah di Pati, Jawa Tengah, di bawah bimbingan Ny. Hj. Nafisah Sahal dan K.H. Sahal Mahfudz, kemudian menimba ilmu lagi di Pesantren Dar al-Lughah wa Da’wah di Bangil, Jawa Timur, dan di sini ia berguru langsung dengan Habib Hasan Baharun. Pada saat belajar di Bangil ini ia dilamar oleh K.H. Syakur Yasin. Setelah resmi menjadi istri K.H. Syakur Yasin, Masriyah Amva diajak menetap di Tunisia selama empat tahun (Amva, 2010a:

334) dan pernikahannya ini mereka dikaruniai dua orang putra, Robith Hasymi dan Mohammad Ibdal (Amva, 2010b).

Dengan menyimak jenjang pendidikan yang ditempuh Masriyah Amva mulai dari dasar (ibtida'iyah) hingga atas ('*aliyah*) yang dihabis di pesantren, maka kitab-kitab yang diajarkan di tingkatan-tingkatan tersebut pastilah sudah dipelajari olehnya. Karena itu, *Kitab al-Ḥikam* yang popularitasnya menempati urutan kedua setelah *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn* karya al-Ghazālī, pastilah sudah dipelajari juga oleh Masriyah Amva. Sebab, *al-Ḥikam* diajarkan di pesantren-pesantren tradisional pada tingkat tsanawiyah (menengah pertama) dan aliyah (menengah atas) (Bruinessen, 1995).

Karya-karya Masriyah Amva

Alfan Firmanto dari Puslitbang Lektur Khazanah Keagamaan dan Manajemen Organisasi, Badan Litbang dan Diklat Kementerian Agama Republik Indonesia dalam penelitiannya telah berhasil mengidentifikasi 15 buah buku yang telah dipublikasikan oleh Masriyah Amva (Firmanto, 2017). Semua karya-karya tersebut bersumber dari pengalaman pribadi penulisnya. Dalam artikel ini, penulis hanya menyajikan beberapa saja dari karya-karya Masriyah Amva. Pertama, *Ketika Aku Gila Cinta*. Dalam bukunya ini Masriyah Amva mengungkapkan perasaan rindu dan cintanya yang sangat mendalam kepada Tuhannya. Ungkapan rindu dan cintanya dikemukakannya dalam bentuk puisi, dan ini sekaligus mengingatkan kita pada sosok sufi pencinta Ilahi, Maulana Jalal al-Din Rumi dan Rabi'ah al-Adawiyah. Kedua, *Tafakur Cinta*. Buku ini merupakan ontologi puisi-puisi Masriyah Amva yang membahas tentang cinta sebagai sumber tafakur atas kebesaran-kebesaran Allah SWT, tentang kerinduan mendalamnya kepada Sang Maha Kuasa.

Ketiga, *Bangkit dari Terpuruk*. Dalam buku ini, Masriyah Amva membahas tentang pengalaman pribadinya ketika dilanda kedukaan yang sangat mendalam. Ia mengemukakan dengan sangat jujur pengalaman pribadi—yang bagi sementara orang—dengan jujur dan ada apa adanya. Keempat, *Menggapai Impian*. Dalam bukunya ini, Masriyah Amva menarasikan perjalanan spiritual (spiritual journey) dalam menemukan pendekatan diri kepada Tuhan. Dari perjalanannya itu, ia harus melalui berbagai duka nestapa yang benar-benar menguras air mata dan tekanan-tekanan psikologis yang sangat menghunjam. Namun, Tuhan mengganjarnya dengan berhasil dekat dengan-Nya.

Kelima, *Rahasia Sang Maha, Mengubah Derita jadi Bahagia*. Melalui bukunya ini, Masriyah Amva mengajak para pembacanya untuk menyelami rahasia-rahasia Sang Maha dan menemukan jalan kesuksesan dalam menjalani kehidupan yang diwarnai sejuta duka. Digambarkan oleh Masriyah Amva bahwa kehidupan itu ibarat jurang yang begitu dalam dengan jalan-jalan yang terjal, penuh kisah-kisah luka, yang membuat banyak orang tak berdaya menghadapi kehendak Sang Maha. Dalam buku ini pula Sang Penulis memberikan inspirasi yang bisa memotivasi siapa pun untuk mendekati diri kepada Sang Maha dalam usaha mengurai satu demi satu kemelut kehidupan yang membelit. Keenam, *Meraih Hidup Luar Biasa melalui Kekuatan Doa dan Iman*. Dengan bukunya ini, Masriyah Amva ingin menyingkirkan anggapan-anggapan keliru terhadap perempuan yang selalu dianggap lemah. Penulis ingin membuktikan bahwa perempuan sesungguhnya adalah makhluk luar biasa. Saat perempuan sendirian karena ditinggal mati atau dicerai oleh seorang laki-laki, maka justru kondisi seperti ini menumbuhkan kemandirian. Ketujuh, *Suamiku Inspirasiku*. Dalam bukunya ini Masriyah Amva memang secara pribadi dan khusus membahas tentang sosok sang suami, KH. Muhammad. Masriyah Amva menulis dengan hati. Ia sangat jujur mengungkapkan asam-garam kehidupan rumah tangganya. Pembaca seolah-olah diajak membaca lembar demi lembar hikmah dari sosok KH. Muhammad dari sisi yang lebih mendalam dan personal. Begitu banyak ajaran hidup berumah tangga, kesederhanaan, kezuhudan dan kemuliaan pasangan ini terangkai dalam kisah yang inspiratif dan berkesan.

Pembahasan

Perspektif Masriyah Amva tentang Pengalaman Spiritual dan Kebahagiaan

Pencapaian kebahagiaan yang dirasakan oleh Masriyah Amva dapat dirunut dari proses transendensi diri atau pengalaman spiritual yang dilakukannya. Ia menggunakan istilah 'berhijrah'. Secara garis besar, berhijrah merupakan bentuk pengorbanan menuju Allah atau berlari menuju Allah (Jazuli, 2006). Dalam sebuah pernyataannya, Masriyah Amva menulis: "aku segera berhijrah dari posisiku sebagai makhluk atau dari cara berpikirku sebagai manusia dan wanita biasa, aku segera beralih kepada kesadaran spiritualku dan berhijrah menuju kekuasaan Sang Khalik" (Amva, 2010a). Pernyataan Masriyah Amva ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Viktor E. Frankl (1959: 159), bahwa manusia dapat melakukan transendensi dari dimensi psikobiologis ke dalam dimensi spiritual.

Rollo May (1958) menyebutkan ada tiga modus eksistensi manusia, yakni *Umwelt*, *Mitwelt*, dan *Eigenwelt*. *Umwelt* bermakna dunia sekitar (*world-around*), yaitu dunia fisik biologi yang dalam kehidupan sehari-hari lazim disebut lingkungan (*environment*) atau alam sekitarnya. *Mitwelt* bermakna dunia bersama (*with-world*) atau masyarakat. Sedangkan *Eigenwelt* bermakna dunia pribadi (*own-world*) atau diri. Berkaitan dengan *Eigenwelt* ini May mendeskripsikannya sebagai “*the mode of behavior in which a person sees himself as subject and object at once*” (May, 1958: 74). Dari deskripsi ini tampaklah bahwa manusia adalah makhluk yang menyadari diri sendiri, mampu melakukan distansi dengan diri dan lingkungannya, serta mampu mentransendensi diri (Bastaman, 1996).

Eigenwelt dalam konteks Masriyah Amva adalah kemampuan atau kualitas insaninya yang mampu mentransendensikan dirinya, keluar mengatasi dirinya, melampaui level jasmani dan faktor-faktor determinan jasmaninya, seperti hereditas (faktor keturunan) dan lingkungan. Ia langsung menuju Sang Khalik (Tuhan). Ia menyebut ini sebagai ‘kesadaran spiritual’ (*spiritual awareness*). Dengan kesadaran ini, ia mengaku memperoleh bimbingan Tuhan kepada kekokohan dan kemandirian yang kini berhasil dimilikinya. Kesadaran ini pula yang berhasil melepaskannya dari kebutuhan-kebutuhan manusia biasa pada umumnya. Ia menegaskan,

“Untuk menyelamatkan kehidupanku dari keterpurukan, memang aku harus melompat ke arah sana, ke sebuah jalan menuju keabadian Sang Khalik.” (Amva, 2010c: 68) “...dengan berhijrah kepada kekuasaan dan kehebatan rahmat Allah SWT yang tak mengenal batas dan tak mengenal kemustahilan apa pun.” (Amva, 2010a).

Dari pernyataan Masriyah Amva di atas terlihat bagaimana ia telah mentransendensi dirinya tidak hanya pada diri sendiri, tetapi juga terhadap dunianya. Ia telah sampai pada level spiritualitas tertinggi dengan menjadikan Tuhan sebagai puncak transendensinya. Sejalan dengan ini, meminjam A. J. Ungersma (1986), Masriyah Amva telah mampu mengambil jarak, bukan hanya dari dirinya sendiri seperti penilaian diri dan evaluasi namun juga dari dunianya. Hal senada diungkapkan oleh Frankl (1979) bahwa manusia melalui proses transendensi diri itu mampu mengambil jarak dengan diri sendiri dan mengarahkannya kepada hal-hal di luar dirinya. Pada level *di luar diri* ini Masriyah Amva akan memperoleh pengalaman-pengalaman spiritual bersama Tuhan.

Bukti-bukti dari pengalaman spiritual ini dapat dibaca dari tiga pernyataan dan pengakuan Masriyah Amva. *Pertama*, tak pernah merasa sendirian. Meskipun Masriyah Amva telah berstatus janda (sendiri), tetapi ia mengaku dan merasa selalu bersama Tuhan yang selalu di dekatnya. Ia menegaskan:

“Dalam kesendirianku, aku selalu menciptakan perasaan yang tidak pernah merasa sendiri. Aku terus memberi sugesti pada perasaanku akan keberadaannya di sisiku. Aku selalu menyanyikan lagu-lagu tentang keberadaannya di dekatku. Aku memang merasa tenteram dengan sugesti-sugesti itu. Sungguh, barangsiapa merasa ditemani Sang Mahakuasa, maka dia akan benar-benar ditemani Zat-Nya. Dia akan selalu ada dan hadir di sisi-Nya. perasaan itulah yang akan selalu menjadikan kehadiran-Nya benar-benar ada di sisi kita dan dalam kehidupan kita. Dia, di setiap waktu, akan selalu memberikan kepada kita kekuatan, kemampuan, kemakmuran, kebesaran, kemuliaan, keindahan, serta sejuta anugerah-anugerah lain yang tak akan sanggup kita bayangkan.” (Amva, 2010b).

Kedua, mengajak Tuhan di sisi kita. Menurut Masriyah Amva, orang-orang yang terpuruk dan jatuh adalah orang-orang yang tak pernah berjuang menciptakan kebangkitan dalam perasaan dan jiwanya. Mereka tidak pernah berjuang untuk mengajak Tuhan selalu berada di sisinya. Mereka tidak menjadikan perasaan besar dan dahsyat itu dalam dunia perasaannya, yaitu sebuah perasaan yang akan membuat hidup mereka dahsyat dan hebat. Begitu banyak wanita yang jiwanya selalu mau menerima begitu saja bayang-bayang buruk dan tamu-tamu jahat dalam ruang jiwanya yang indah. Mereka mau dan hanya pasrah dengan keputusan yang dibawa sang tamu atas hidupnya. Dalam hal ini, “aku tidak mau seperti mereka. Aku tidak mau menerima tamu-tamu jahat itu. Aku ingin hidup mapan dan indah. Aku harus lolos dari jawaban pasti yang mengerikan hidupku itu, agar kengerian itu tidak terjadi dalam kehidupanku, maka aku hadirkan dengan segera nama Tuhan dalam dunia rasaku.” (Amva, 2010c).

Ketiga, berhak merindukan anugerah-Anugerah Allah. Masriyah Amva mengutip firman Allah SWT, “Katakanlah, Sesungguhnya anugerah-anugerah itu berada di tangan Allah, Dia akan memberikannya kepada orang-orang yang dikehendaki-Nya.” Berdasarkan firman Allah ini, ia menegaskan:

“Maka, mengapa aku harus putus asa? Bukankah sejuta anugerah indah ada di tangan-Nya? Walau aku seorang perempuan kecil dan hina, tetapi bukankah aku juga hamba-Nya yang berhak merindukan anugerah-anugerah itu? Aku pun orang yang berhak meminta kepada-Nya seperti hamba-hamba lain yang

kini telah memperoleh kebesaran dan kemuliaan-Nya, kehormatan dan kehebatan-Nya. Maka, aku harus lari sekuat mungkin dan harus meronta sekeras mungkin di hadapan-Nya untuk memperoleh kesetaraan dengan mereka. Aku yakin, semua itu tidak mustahil bisa terjadi pada hamba kecil dan hina ini. Aku harus gigih mencari kehendak-kehendak-Nya lewat doa keras dan lewat perbuatan-perbuatan mulia yang sangat dicintai-Nya. Sesungguhnya, pemikiran seperti itulah yang membuatku merasa lebih memiliki harapan kebesaran dalam kesendirianku.” (Amva, 2010c).

Meaning in Suffering: Perjalanan Hidup Menyakitkan menuju Pengalaman Spiritual Nyai Hajah Masriyah Amva

Yang menarik dari perspektif Masriyah Amva adalah bahwa perspektif atau pemikirannya tidak hanya sebatas teori, melainkan juga dibangun dari pengalaman-pengalaman selama puluhan tahun. Pengalaman yang paling penting adalah saat ia berstatus janda setelah kematian suaminya, KH. Muhammad. Dalam status jandanya ini, Masriyah Amva mengisi pikirannya dengan kebahagiaan. Bagi sementara orang status janda boleh jadi menjadi sesuatu yang sangat menyakitkan dan menyedihkan. Karena ia tidak mempunyai pemimpin, penanggung jawab, dan penopang hidup mulai dari soal ekonomi, kesehatan, sosial, ekonomi, hingga psikologis dan spiritual.

“Kini, saat aku tak lagi menjadi istri siapa pun, aku juga mampu hidup bahagia dalam kesendirianku. Kebahagiaan itu bersumber dari perasaan bahagia yang diciptakan sendiri dari perasaan-perasaan syukur yang dalam. Aku selalu berusaha belajar menerima apa pun yang terjadi sebagai kebahagiaan. Pikiran-pikiran negatif, tuntutan-tuntutan hidup yang dianggap keharusan tidak lagi pernah kuberikan tempat untuk merasakan kebahagiaan dan kesempurnaan hidupku. Manusia selalu saja merasa hidupnya tidak sempurna, kurang bahagia, kehilangan kebutuhan, bila rasa itu itu dipelihara maka hidup kita akan sangat tersiksa. Aku hanya mau memelihara rasa syukur yang berdampak menenteramkan jiwa” (Amva, 2010b).

Masriyah Amva menyatakan bahwa ia berbahagia dalam kesendiriannya. Kebahagiaan itu bersumber dari perasaan bahagia yang diciptakannya sendiri dari perasaan-perasaan syukur yang dalam. Ia selalu berusaha belajar menerima apa pun yang terjadi sebagai kebahagiaan. Pikiran-pikiran negatif, tuntutan-tuntutan hidup yang dianggap keharusan tidak lagi pernah diberi tempat untuk merasakan kebahagiaan dan kesempurnaan hidupnya. Manusia selalu saja merasa hidupnya tidak sempurna, kurang

bahagia, kehilangan kebutuhan, jika rasa ini dipelihara maka hidup akan sangat tersiksa. Ia hanya ingin memelihara syukur yang berdampak menenteramkan jiwanya (Amva, 2010b).

Pertanyaan yang muncul dalam batas-batas kemanusiaan adalah bagaimana cara supaya kebahagiaan benar-benar dirasakan hingga akhir hayat? Ternyata, kunci utama kebahagiaan itu, menurut Masriyah Amva, adalah 'kita sendiri yang menciptakan.' (Amva, 2010b). Ia menegaskan bahwa orang sangat mampu hidup tanpa cinta suami bila kita mampu menghadirkan rasa cinta yang lain, yaitu rasa cinta dan perhatian Tuhan kepada kita. Seorang *single* yang sebelumnya biasa hidup didampingi pasangan hendaklah mampu menghadirkan rasa keberadaan Tuhan yang selalu menyertai kita dengan segala cinta, perhatian kasih sayang yang melebihi kasih sayang dan cinta kekasih sebelumnya. Adanya perasaan seperti itulah yang nanti membuat kita lebih bahagia, lebih mapan, lebih tercukupi dan lebih merasakan hidup dengan segala keindahannya. Dengan demikian, semua orang mampu menciptakan rasa kehadiran Tuhan apabila dia mau belajar dan mau berserah serta bersyukur (Amva, 2010b).

Untuk menghadirkan Tuhan dalam kehidupannya itu, Masriyah Amva mengeksplotasi kesedihannya. Ia mendramatisasi dengan sengaja penderitaan dan keluh kesahnya. Bagi Masriyah Amva, semua kesedihan yang dialaminya selama ini telah mengajarnya bagaimana seharusnya mengadakan segala persoalan kepada Tuhan, sebab Dialah satu-satunya tempat kita bergantung, tempat berkeluh kesah. Tuhan adalah penawar segala penyakit hati yang kapan saja muncul dengan keanasannya. Dendam dan benci tak henti-hentinya menawarkan menjadi pembela, tetapi ia menolak kehadiran tamu-tamu tak diundang itu, yang justru akan menghancurkan kemuliaannya. Ia bunuh mereka satu per satu, ia tak mau hidupku ini tak berguna (Amva, 2010a). Masriyah Amva menegaskan:

“Aku sangat yakin seyakin-yakinnya, Tuhan pasti akan memberi jalan keluar. Status janda yang kusandang bukanlah penghalang untuk meraih kebahagiaan hakiki. Aku pun kemudian diberi jalan untuk meraih rezeki dengan kekuasaannya. Matakku menjadi lebih terbuka membaca peluang bisnis. Aku bertambah hati-hati dalam memilik klien. Aku semakin menghargai dan menjaga hubungan baik dengan rekan-rekan bisnisku dan menjaga amanah mereka sebaik-baiknya. Tak lupa juga, aku terus berdoa setiap hari.” (Amva, 2010a: 5).

“Kegelisahan dan ketakutan ditinggal Tuhan begitu menggayut. Kebutuhan-kebutuhan yang akan datang sudah terbayang. Kebutuhan besok dan lusa

sudah menunggu, begitu mendebarkan! (Amva, 2010a: 109)...Aku berpegang erat kepada-Nya, aku selalu ingat diri-Nya. Aku pasrahkan diriku dan kebutuhanku untuk besok dan lusa kepada-Nya. Aku minta tolong dan minta tolong terus-menerus kepada-Nya.” (Amva, 2010a).

Menciptakan Rasa Bahagia Dalam Pikiran

Masriyah Amva berpendapat bahwa kebahagiaan itu berpusat pada pikiran. Ia mampu membawa seseorang pada kebahagiaan atau penderitaan. Ketika pikiran selalu diarahkan pada hal-hal positif dan membahagiakan, maka hasilnya adalah kebahagiaan. Sebaliknya, pikiran yang hanya diisi dengan hal-hal negatif dan tidak menyenangkan, maka hasilnya adalah kesedihan dan penderitaan. Karena menyadari potensi pikiran inilah, Masriyah Amva mengkondisikan rasa bahagia dalam pikirannya guna terciptanya kebahagiaan dalam hidupnya. Ia mengisi dalam pikirannya dengan keyakinan bahwa Tuhan telah menciptakan sejuta jalan terhampar luas untuk meraih kebahagiaan dan kekuatan. Adapun cara mengisi pikiran kita dengan kebahagiaan dan kekuatan itu dipaparkannya sebagai berikut:

“Bagaimanapun, kita harus berbahagia karena ini semua akan menjadi sumber kekuatan dan kebahagiaan kita. Katakanlah kata-kata itu terus-menerus walau sesungguhnya sangat bertentangan dengan perasaan dan hati kita. Katakanlah kata-kata itu terus-menerus sampai pikiran kita mau menelannya dan hati kita mau mempercayainya. Sesungguhnya, dengan kata-kata itu, kita tengah membangun kepercayaan kita kepada kekuasaan dan kasih Allah SWT. Dari kepercayaan itulah, kelak akan lahir kenyataan-kenyataan indah yang kita harapkan” (Amva, 2010b).

Ditambahkan oleh Masriyah Amva bahwa pikiran itu mempunyai kekuatan dan kemampuan untuk menarik sesuatu yang dipikirkan dengan kuat (Amva, 2010c). Dengan meyakini kekuatan dan kemampuan pikiran ini, maka Masriyah Amva mempersepsi dirinya dengan positif dan tidak mau putus asa. Menurutnya, Tuhan telah menciptakan sejuta jalan terbentang untuk setiap makhluk-Nya menuju kebahagiaan dan kekuatan. Untuk alasan ini, ia tidak membiarkan dirinya lemah dan tak berguna; ia tidak membiarkan kelemahan-kelemahan dan kekurangan-kekurangannya melumat habis masa depannya. Ia akan menggunakan sebuah jalan yang tidak dilalui banyak orang, ia berharap jalanku itu mampu membuatnya menjadi manusia yang tidak dipandang sebelah mata; ia akan melalui jalan pintas itu, jalan yang lebih mudah dan lebih dekat untuk mencapai tujuan. Ia akan menjadikan kelemahan-kelemahan dan

kekurangan-kekurangannya sebagai sebuah kelebihan atau sebagai tangga untuk menggapai kekuatan.” (Amva, 2010b). Dengan cara pandang seperti ini, maka Masriyah mengimpikan agar wanita itu tampil menjelma menjadi wanita kuat, besar dan mulia tanpa kehadiran sosok laki-laki besar di sampingnya (Amva, 2010c).

Pada bagian lain, Masriyah Amva memaparkan kunci kebahagiaan terletak pada kemampuan menghadirkan rasa keberadaan Tuhan dan kemudian menjadikannya sebagai ‘rasa cinta yang lain’. Boleh jadi yang dimaksud dengan ‘rasa cinta yang lain’ di sini adalah ‘kekasih baru’ sebagaimana diungkapkannya dalam sebuah puisi yang berjudul *Kekasih Baru*.

Kekasih baruku

Sungguh amat setia

Dia slalu mendampingiku ke mana saja

Dia slalu ada di mana saja

Dia slalu bisa kurayu kapan saja

Dia slalu kupuja sepanjang masa

Dia slalu memberiku hadiah-hadiah indah

Dia slalu memberiku apa yang kuminta

Dia slalu memanjakanku di depan siapa saja

Dia slalu mendekapku

kapan dan di mana saja

Semua orang memuja dan menyembah-Nya

Aku slalu dibuatnya bahagia

Aku slalu dibuatnya merasa bangga

Dia adalah raja yang selamanya bertahta

Dia mempunyai singgasana kerajaan yang paling megah (Amva, 2007)

Jika dilihat dari perspektif *Psikologi Positif*-nya Martin E. P. Seligman, maka kebahagiaan yang ditemukan oleh Masriyah Amva adalah *authentic happiness* (kebahagiaan autentik). Inilah yang kami atributkan atau sematkan kepada Masriyah Amva tanpa keraguan sedikit pun. Kebahagiaan ini muncul tidak melalui jalan pintas

namun melalui proses yang menguras jiwa dan emosi, perang batin, perang perasaan, dan sebagainya. Masriyah Amva—sekali lagi meminjam Seligman (Seligman, 2005) telah berhasil menumbuhkembangkan perasaan positif yang autentik dalam dirinya. Perasaan seperti dijelaskan Seligman sebagai berikut:

“Keyakinan bahwa kita bisa menyandarkan diri pada jalan pintas untuk meraih kebahagiaan, kesenangan, kenikmatan, kenyamanan, dan semangat—bukannya dengan menggunakan kekuatan dan kebajikan personal—menyebabkan kemunculan kelompok orang yang berlimpah kekayaan, tetapi lapar secara spiritual. Emosi positif yang terpisah dari penggunaan karakter akan mengarah pada kehampaan, kepalsuan, depresi, dan, sejalan dengan semakin menuanya kita, pada kesadaran yang mengusik hati bahwa kita sesungguhnya gelisah sampai ajal datang. Perasaan positif yang tumbuh dari penumbuhkembangan kekuatan dan kebajikan, alih-alih melalui jalan pintas, adalah perasaan positif yang autentik.” (Seligman, 2005).

Sejalan dengan itu, Hamka juga telah mengingatkan bahwa sesungguhnya hati yang tenteram dan pikiran yang hening, memberi bekas yang nyata untuk kebahagiaan manusia, bahkan itulah bahagia sejati. Orang yang banyak harta, kerap kali amat dekat menghadapi bahaya meskipun sedikit sekali mengadukan kesusahan harta kepada orang lain. Yang didapat oleh orang banyak harta biasanya hanya tiga perkara, makanan dan minuman yang enak; rumah yang bagus dan ke mana-mana hendak pergi tidak terhalang. Cobalah masukkan jumlah yang keempat, tentu tidak bisa lagi, karena yang lain itu bukan bagiannya (Hamka, 1998). Jadi kebahagiaan itu terletak pada jiwa. Jiwa ini yang bisa menyebabkan seseorang bahagia atau tidak bahagia (Hamka, 1998).

“Segala sengsara, kepedihan dan kesakitan, dijatuhkan Tuhan kepada hamba-Nya menurut takaran penyakit dan kekuatan jiwa si hamba, tidak dilebih-lebihi-Nya dan tidak dikurang-kurangi-Nya...Sakit dan pedih itu mesti ada. Bumi tak subur tanamannya diluku dahulu dengan bajak yang tajam. Intan digosok baru timbul cahayanya. Emas dibakar baru dapat menjadi gelang. Bagi insan, sakit dan pedih itulah yang menimbulkan pikiran baru, sakit dan pedih menimbulkan ikhtiar baru, sebab air mata saja tidaklah menolong dan meringankan tanggungan” (Hamka, 1998).

Kepedihan menghidupkan kemauan yang telah mati. Bila kemauan telah hidup, umur manusia seakan-akan bertambah adanya. Kepedihan adalah bayang-bayang manusia, dia tak dapat menceraikan manusia selama-lamanya. Tidaklah berfaedah orang yang hendak menghilangkan kesakitan dan kepedihan sebab hilang dahulu

manusia, baru hilang kepedihan (Hamka, 1998). Sejalan dengan ini, salah seorang guru sufi agung, Maulana Jalaluddin Rumi menulis:

“Wajahlah yang membuat indah manusia, matalah yang membuat indah wajah; tetapi tutur katalah yang membuat manusia menjadi manusia...Jangan bersedih, orang yang memukul karpet dengan tongkat tidaklah bermaksud menyiksa karpet tersebut. Tapi membersihkannya dari debu dan kotoran. Demikian juga Allah dengan memberimu kesulitan, Dia hendak membersihkanmu dari debu dan kotoran.” (Tarhan, 2021).

Statement di atas, diperkuat juga oleh pendapat Robert Frager –seorang sufi dari Amerika yang mengatakan bahwa kebahagiaan sejati diperoleh dari pengalaman spiritual yang dilakukan seseorang. Dan pengalaman spiritual tersebut didapatkan ketika seseorang mampu mengosongkan egosentris di dalam diri dan menghiasi dengan amalan baik sehingga *reward-nya* adalah dekat dengan Tuhan (Robert Frager, 1999, p. 96–116). Dekat dengan Tuhan inilah yang menjadi kebahagiaan sejati bagi para sufi, termasuk bagi sosok Nyai Hajah Masriyah Amva.

Simpulan

Kebahagiaan yang diperoleh Masriyah Amva merupakan proses empirik yang dialaminya kemudian mendorongnya melakukan pengalaman spiritual ‘hijrah’ atau transendensi diri yang melampauai dunia jasmani atau lingkungan riil menuju Realitas Tertinggi, Tuhan. Apa yang terjadi pada Masriyah Amva melampauai teori transendensi diri yang dikemukakan oleh Rollo May, Viktor Frankl dan Ungersma. Ketiga ahli ini mengakui adanya level spiritual dalam transendensi diri, maka Masriyah Amva justru Tuhanlah yang menjadi puncak dari proses transendensi itu. Dengan menjadikan Tuhan sebagai puncak transendensi, Masriyah menemukan kebahagiaan yang sejati. Bersama Tuhan ini ia merasa selalu berada di dekat-Nya dan sekaligus menjadi sandarannya sehingga ia merasa tidak lagi sendirian di mana dan kapan pun.

Referensi

- Adler, J. (2003). *Aristotle’s Ethics: The Theory of Happiness*. Illionis Univesity Press.
- Alfian, M. A. (2014). *Hamka dan Bahagia: Reaktualisasi Tasauf Moderen untuk Zaman Kita*. PT Penjuru Ilmu Sejati.
- Amva, M. (2007). *Ketika Aku Gila Cinta*. Noktah Tsaqofah.

- Amva, M. (2010a). *Bangkit dari Tepuruk: Kisah Sejati Seorang Perempuan tentang Keagungan Tuhan*. Kompas.
- Amva, M. (2010b). *Menggapai Impian: Pengalaman Spiritual Seorang Hamba yang Menyerahkan Diri secara Total Kepada Tuhan*. Kompas.
- Amva, M. (2010c). *Meraih Hidup Luar Biasa melalui Kekuatan Doa dan Iman*. Kompas.
- Arroisi, J. (2019). Bahagia dalam Perspektif al-Ghazali. *Kalimah: Jurnal Studi Agama-Agama Dan Pemikiran Islam*, 17(1).
- Audi, R. (1999). *The Cambridge Dictionary of Philosophy*. Cambridge University Press.
- Bagus, L. (1996). *Kamus Filsafat*. PT Gramedia.
- Bastaman, H. D. (1996). *Meraih Hidup Bermakna: Kisah Pribadi dengan Pengalaman Tragis*. Paramadina.
- Bastaman, H. D. (2002). *Integrasi Psikologi dengan Islam: Menuju Psikologi Islam*. Pustaka Pelajar.
- Bruinessen, M. van. (1995). *Kitab Kuning, Pesantren dan Tarikat: Tradisi-tradisi Islam di Indonesia*. Mizan.
- Buresh, S. A. (2003). *Pesantren-based Development: Islam, Education, and Economic Development in Indonesia*. UMI.
- Dhofier, Z. (1985). *Tradisi Pesantren: Studi tentang Pandangan Hidup Kiai*. LP3ES.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2002). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In *Handbook of positive psychology*.
- Firmanto, A. (2017). Khazanah Karya Tulis Ulama Cirebon dari Tradisional hingga Liberal. *The Second International Symposium on Religious Literature and Heritage, Theme: Cultivating Religious Culture for Nationalism*.
- Frankl, V. E. (1979). *The Unheard Cry for Meaning: Psychotherapy & Humanism*. Hodder and Stoughton.
- Hamka. (1998). *Tasawuf Modern*. Pustaka Panjimas.
- Jazuli, A. S. (2006). *Hijrah Dalam Pandangan al-Qur'an*. Gema Insani Press.
- Maslow, A. H. (1971). *The Farther Reaches of Human Nature*. Viking Press.
- May, R. (1958). *Existence: A New Dimension in Psychiatry and Psychology*. Simon and Schuster.
- Nisfiannor, M., & Y, K. (2004). Hubungan antara regulasi emosi dan penerimaan kelompok teman sebaya pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 2(2).

- Oepen, M., & Wolfgang, K. (1988). *The impact of Pesantren in Education and Community Development in Indonesia*. Fredrich-Nauman Stifung: Indonesian Society for Pesantren and Community Development (P3M) Technical University Berlin.
- Rahardjo, M. D. (1985). *Pergulatan Dunia Pesantren: Membangun dari Bawah*. P3M.
- Robert Frager. (1999). *Heart, Self, and Soul: The Sufi Psychology of Growth, Balance, and Harmony*. Quest Books Theosophical Publishing House.
- Saliyo, S. K. (2015). *Intensitas Zikir, Religiusitas, Makna Hidup Dengan Subjective Well Being Santri Spiritual Tarekat Naqsabandiyah Kholidiyah*. Universitas Gadjah Mada.
- Seligman, M. E. . (2005). *Authentic Happiness Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. Free Pres.
- Shiha, N. U. (2019). *Peran Nyai Hj. Masriyah Amva Dalam Mengembangkan Pondok Pesantren Kebon Jambu Al-Islamy di Desa Babakan Ciwaringin Cirebon*. IAIN Syekh Nurjati Cirebon.
- Srimulyani, E. (2009). Nyai dan Umi Dalam Tradisi Pesantren di Jawa dan Dayah di Aceh: Achieved dan Derivative Power. *Jurnal Masyarakat & Budaya*, 11(1).
- Sukamto. (1999). *Kepemimpinan Kiai dalam Pesantren*. LP3ES.
- Sulaiman. (2020a). Divine Love as a Base for Transformation: A Case of Nyai Masriyah Amva from Cirebon, West Java. *The First International Conference on Islamic History and Civilization, ICON-ISHIC*.
- Sulaiman. (2020b). *Kesatuan Tasawuf dan Sains: Mencetak Manusia Cerdas Bercita Rasa Kemanusiaan dan Spiritual*. SEAP.
- Sulistyaningsih, W. (2004). *Samadhi sebagai Wahana untuk Mencapai Ketenangan Hidup*. Repository.Usu.Ac.Id.
- Sutatminingsih, R. (2018). Using Islamic Meditation Tradition “Suluk” Model for Mental Health. *International Journal Of Medical Science And Clinical Invention*, 5(2).
- Tarhan, N. (2021). *Terapi Rumi: Dari Era Pengetahuan ke Era Kebijaksanaan*. Qaf Media Kreativa.
- Ungersma, A. J. (1986). *The Search for Meaning: A New Approach in Psychotherapy*. The Westminster.
- Wahid, A. (2001). *Menggerakkan Tradisi: Esai-esai Pesantren*. LKiS.