

Nikmati dan Rasakan Pengalamanmu di Setiap Detik: Menyimak Kajian Filosofis Fahrudin Faiz

Marselina Consita Bete Fahik^{1*}, Masduki Asbari², Gunawan Santoso³

^{1,2} Universitas Insan Pembangunan Indonesia

³ Universitas Muhammadiyah Jakarta, Indonesia

*Corresponding email: marselinaconsitabetefahik@gmail.com

Abstrak - Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui kajian filosofis Dr. Fahrudin Faiz dari channel Youtube M Channel yang berjudul “Nikmati dan rasakan setiap detik yang kamu alami”. dalam studi ini, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode simak catat karena sumber data yang penulis peroleh melalui menyimak. Hasil telaah singkat dari proses menyimak kajian filosofis ini adalah pelajaran hidup agar kita selalu menikmati setiap hembusan nafas dan setiap detik yang kita alami, dengan penuh rasa syukur, kerendahan hati, pengaturan emosi, dan kasih sayang. Sikap tersebut akan memberikan dampak yang baik untuk kehidupan kita. Kajian ini juga menarasikan solusi terhadap gaya hidup hedonis dan mudah putus asa. Generasi milenial dapat mengambil banyak hikmah dari hasil kajian filosofis ini.

Kata kunci: Bahasa Indonesia, cerdas spiritual, Fahrudin Faiz, kajian filosofis, kasih sayang, menyimak.

Abstract - This research aims to find out the philosophical study of Dr. Fahrudin Faiz from the M Channel Youtube channel entitled "Enjoy and feel every second you experience". In this study, the researcher used a qualitative approach with the note-taking method because the source of the data that the author obtained was through listening. The results of this brief study of the process of listening to this philosophical study are life lessons so that we always enjoy every breath and every second we experience, with gratitude, humility, emotional regulation, and compassion. This attitude will have a good impact on our lives. This study also narrates solutions to a hedonic and easily discouraged lifestyle. The millennial generation can take many lessons from the results of this philosophical study.

Keywords: Indonesian language, spiritual intelligence, Fahrudin Faiz, philosophical studies, compassion, listening.

Pendahuluan

Sesungguhnya penggunaan bahasa tidak mungkin meninggalkan kemampuan menyimak para penuturnya. Menyimak sangat dekat maknanya dengan mendengar dan mendengarkan. Namun, kalau kita pelajari lebih jauh, ketiga kata itu terdapat perbedaan pengertian. Mendengar didefinisikan sebagai suatu proses penerimaan bunyi yang datang dari luar tanpa banyak memperhatikan makna dan pesan bunyi itu. Sedangkan menyimak adalah proses mendengar dengan pemahaman dan perhatian terhadap makna dan pesan bunyi itu. Jadi, di dalam proses menyimak sudah termasuk mendengar, sebaliknya mendengar belum tentu menyimak.

Di dalam bahasa Inggris terdapat istilah “listening comprehension” untuk menyimak dan “to hear” untuk mendengar (Tamam & Asbari, 2022). Menurut Poerwadarminta (1984: 941) “Menyimak adalah mendengar atau memperhatikan baik-baik apa yang diucapkan atau dibaca orang”. Menyimak merupakan proses pendengaran, mengenal dan menginterpretasikan lambang-lambang lisan, sedangkan mendengar adalah suatu proses penerimaan bunyi yang datang dari luar tanpa banyak memperhatikan makna itu. Jika keterampilan menyimak dikaitkan dengan keterampilan berbahasa

yang lain, seperti keterampilan membaca, maka kedua keterampilan berbahasa ini berhubungan erat, karena keduanya merupakan alat untuk menerima komunikasi.

Perbedaannya terletak dalam hal jenis komunikasi. Menyimak berhubungan dengan komunikasi lisan, sedangkan membaca berhubungan dengan komunikasi tulis. Dalam hal tujuan, keduanya mengandung persamaan, yaitu memperoleh informasi, menangkap isi, memahami makna komunikasi. Menurut Tarigan (1993: 20) mengemukakan pengertian menyimak sebagai berikut: menyimak adalah suatu proses kegiatan mendengarkan lambang-lambang lisan dengan penuh perhatian, pemahaman, argumentasi, serta interpretasi untuk memperoleh informasi, menangkap serta, memahami makna komunikasi yang disampaikan si pembicara melalui ucapan atau bahasa lisan. Dari uraian di atas, maka dapatlah ditarik kesimpulan bahwa menyimak adalah mendengarkan serta memperhatikan apa yang dibaca atau diucapkan oleh si pembicara serta menangkap dan memahami isi dan makna komunikasi yang tersirat di dalamnya.

Nama Fahrudin Faiz sudah mulai terkenal dan sering mengisi seminar, dan menjadi pembicara. Nama beliau juga diangkat berkat konten YouTube dan cuplikan video pendek yang banyak diunggah di kanal media sosial seperti Instagram, Facebook, Twitter dan Spotify. Kata-perkata yang disampaikan dengan santun dan lembut ini, beliau seolah mengajak para audiens untuk berpikir kritis dan berfikir secara benar tanpa menghakimi orang lain. Dari setiap tema yang diangkat, Fahrudin Faiz mampu mengupasnya dengan cara pandang dan perspektif yang luas. Misalnya pada sebuah tema yang berjudul “Ki Hajar Dewantara – Pendidikan”, dari tema itu beliau mampu menyajikannya dengan luas sehingga memberikan pengetahuan baru untuk pendengarnya. Fahrudin Faiz pernah mengatakan, dari apa yang ia bisa lakukan selama ini yaitu dari kebiasaan atau hobinya membaca sejak kecil. Beliau juga merasa senang dan tertantang karena selalu mendapatkan pengetahuan disetiap tema yang ingin disampaikan.

Metode

Pendekatan yang peneliti gunakan dalam penelitian adalah pendekatan kualitatif deskriptif. Menurut Bogdan dan Taylor (1992) dalam V. Wiratna Sujawerni (2020:19) menjelaskan bahwa penelitian kualitatif adalah penelitian yang menghasilkan data deskriptif, yakni ucapan atau tulisan dan perilaku orang-orang yang diamati. Pendekatan ini diharapkan dapat menghasilkan uraian yang mendalam tentang ucapan, tulisan, dan perilaku yang dapat diamati dari suatu individu, kelompok, masyarakat, dan organisasi tertentu dalam suatu keadaan konteks tertentu yang dikaji dari sudut pandang yang utuh, komprehensif, dan holistik.

Dalam Metode Penelitian Bahasa (2014), Muhammad (2010:23) mengemukakan bahwa di antara fenomena yang dapat menjadi objek penelitian kualitatif adalah fenomena atau peristiwa komunikasi atau berbahasa karena peristiwa tersebut melibatkan tuturan, makna semantik tutur, orang yang bertutur, maksud yang bertutur, situasi tutur, peristiwa tutur, tindak tutur dan latar tutur.

Adapun metode yang digunakan adalah metode simak karena sumber data yang peneliti diperoleh dengan menyimak penggunaan bahasa (Mahsun, 2011:92). Sumber data yang disimak adalah video kajian Fahrudin Faiz yang berjudul “Nikmati dan rasakan setiap detik yang kamu alami.” Sedangkan Objek penelitiannya adalah Kajian filosofis yang dilakukan Dr. Fahrudin Faiz. Instrumen penelitian yang dipakai oleh peneliti yaitu human interest, yang mana peneliti berperan sebagai instrumen utama.

Hasil dan Pembahasan

Orang yang cerdas spiritual itu orang yang hidupnya pertama semangat dan seimbang Jadi bukan orang yang loyo malas-malasan rebahan tidak jelas tetapi penuh semangat yang seimbang. Seimbang itu tidak terlalu berat di spiritualnya saja melupakan emosional melupakan intelektual tapi di imbang di dunia dan akhirat. Jadi semangat dan seimbang kemudian orang yang cerdas spiritual itu biasanya

mampu mengontrol diri dan mengontrol emosinya karena saya bilang tadi spiritual intelligence atau kecerdasan spiritual itu mengatasi semuanya jadi mungkin orang cerdas spiritual tidak cerdas secara intelektual tidak cerdas secara emosional pasti sudah ada di level tertentu dalam hal intelektual maupun emosional jadi dia pasti mampu mengontrol diri dan emosi.

Kemudian reflektif dan instruktif jadi mampu Muhasabah orang yang hidupnya tidak asal-asalan tetapi hidup yang serba hati-hati penuh refleksi. kemudian cerdas spiritual itu orang yang siap naik dan siap turun dalam tanda petik yang nanti jangan diabaikan. Jadi orang yang sukses itu siap mentalnya gagal juga tidak masalah. orang yang cerdas secara spiritual bukan orang yang Kalau senang lupa diri kalau susah putus asa berarti kurang cerdas secara spiritual. kemudian cerdas spiritual adalah orang yang mau berjuang sekaligus mau berkorban. Orang yang cerdas spiritual itu hidup dalam cinta dan pengabdian hidup yang tidak egois hidup yang ingin kesuksesan tidak dinikmati sendiri tapi juga berbagi dengan yang lain penuh cinta dan pelayanan pada sesama ini ciri-ciri cerdas spiritual.

Ada Strategi dan rumus HEART ini adalah singkatannya Heal in his presence hidup yang sehat dihadapannya. Jadi Heal itu simbol orang yang sebut saja Kalau bahasa agama khusyuk makanya manifestasi itu mindfulness hidup yang sungguh-sungguh hidup yang khusyuk tidak asal-asalan dinikmati sungguh-sungguh. Kita akan jarang tidur serius hari-hari kita selalu ketiduran saya tidak tahu apa kalian masih seperti waktu kecil dulu mencuci kaki, mencuci tangan, keatas tempat tidur, berdoa dan tidur sekarang tidak begitu pokoknya capek langsung ke atas tempat tidur bermain handphone sampai ketiduran jadi kita tidak pernah tidur yang ada kita ketiduran pasti tidak menikmati tidur tidak mindfull padahal setiap aktivitas yang baik yang bermanfaat kalau mindfull itu pasti manfaat dan efeknya luar biasa untuk hidup kita kalau serius.

Tapi, seringkali karena tidak serius kita tidak dapat banyak manfaat dari beribadah, baca buku dan lain sebagainya Itu kan aspek-aspek yang kegiatan-kegiatan yang baik dalam hidup kita tapi karena kita tidak sungguh-sungguh tidak mindfull jadi efeknya tidak maksimal. Mari kita nikmati apapun aktivitas kita sekedar minum Teh, minum Kopi apapun itu coba dinikmati dan dirasakan. Sekarang mungkin saja anda makan didampingi handphone jadi sambil makan sambil scroll Instagram sambil lihat Twitter jadi makannya tidak dinikmati.

Kemudian ada strategi yang pertama Heal in his presence hidup yang serius yang sungguh-sungguh dinikmati setiap hembusan nafas setiap detik yang engkau alami. yang kedua Engage with Purpose kalau ini hidup dengan penuh tujuan jangan asal-asalan. Saya ingin target ini jangka pendeknya ini jangka menengahnya ini jangka panjangnya ini untuk pendidikan kalau ini untuk agama kalau ini untuk hidup bersama sosial boleh catat saja biar tidak lupa target dan tujuan ini akan membuat hidup lebih bersemangat jadi Engage with Purpose hidup yang terlibat dengan tujuan.

Kemudian ada Achieve with gratitude berjuang sungguh-sungguh dan penuh rasa syukur tetapi tidak dengan kecewa, tidak dengan dendam, tidak dengan kebencian tapi dengan penuh rasa syukur itu akan membuat hidup menyenangkan dan membahagiakan. Kemudian Raise with patience and humility meningkat lah dengan sabar dan kerendahan hati kalau ini butuh penataan emosi. Emotional Regulation untuk meningkatkan pasti ada tahapan-tahapan yang sabar. Kemudian Thrive with Compassion kalau ini kasih sayang dan pelayanan jadi mari upgrade hidup kita dengan kasih sayang ini rumus dari hati namanya Heart mindfulness. Kemudian Purpose, gratitude, emotional regulation, compassion and service ini akan menjadi kunci orang yang cerdas secara spiritual.

Saya ambil strategi dari tiga Tokoh yang pertama Danah Zohar “SQ yang tinggi menutup integritas pribadi yang paling kuat, menuntut kita untuk terbuka terhadap pengalaman, dimana kita mampu untuk melihat kehidupan dan orang lain secara segar, seolah-olah melalui mata seorang anak, untuk belajar bagaimana memanfaatkan intuisi dan visualisasi kita, sebagai jalan yang kuat untuk menggunakan pengetahuan batin kita dalam “membuat perbedaan.” ini menuntut agar kita berhenti berlindung pada apa yang kita ketahui dan terus-menerus mengeksplorasi dan belajar dari apa yang tidak kita ketahui.”

Yang kedua dari Henk Schram “apa yang menjadi nasehat terbesar sepanjang masa? Tetaplah seperti anak kecil. Terbukalah, sebenarnya nasehatnya Danah Zohar tadi juga sama menyuruh kita seperti anak kecil. Jadilah petualang, rasa ingin tahu bersemangat untuk belajar, bersikap tulus, paling tidak untuk dirimu sendiri jangan menghakimi. akui keajaiban hidup dan pengalaman luar biasa yang di bawahnya.” Danah Zohar, Henk Schram mengajarkan kita untuk meniru anak kecil. anak kecil itu lebih prospek secara spiritual yang pertama mereka terbuka, petualang, memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, semangat belajar. Sementara kita yang sudah dewasa cenderung merasa sudah tahu. Mari kita seperti anak kecil lagi Semangat belajarnya tinggi. Kemudian anak kecil itu tulus tidak tahu bilang tidak tahu, bilang suka dan tidak suka anak kecil itu tidak malu. Kita senang tapi bilanganya tidak senang kita tambah lama tambah palsu kita takut bilang apa adanya bersikaplah tulus jangan menghakimi. Semakin dewasa kita memiliki banyak ilmu rasanya lebih suka menghakimi, kalau anak kecil apa saja dinikmati, mengakui segala momen, menikmati segala pengalaman luar biasa yang dia alami.

Terakhir dari Peter Shepherd “kelangsungan hidup itu cirinya hewan motivasinya ketakutan sekedar Survive kelangsungan hidup itu tidak cocok untuk makhluk spiritual. Kalau makhluk spiritual seperti kita itu keingintahuan, kasih sayang, dan kreativitas itu kuncinya. Jadi jawaban kita hidup yang penting jalan, yang penting sehat, dan nyaman itu bukan manusia kalau hanya sekedar nyaman binatang juga mencari kehidupan yang nyaman. Kalau manusia hanya sekedar disitu maka level kita turun. Makhluk spiritual itu cirinya rasa ingin tahu, kasih sayang, dan kreativitas jadi melahirkan hal-hal yang baru.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pada channel youtube M channel, Fahrudin Faiz mengatakan bahwa orang yang cerdas spiritual itu hidup dalam cinta dan pengabdian hidup yang tidak egois hidup yang ingin kesuksesan tidak dinikmati sendiri tetapi juga berbagi dengan yang lain penuh cinta dan pelayanan pada sesama.

Ada lima Strategi yang pertama Heal in his presence hidup yang serius yang sungguh-sungguh dinikmati setiap hembusan nafas setiap detik yang engkau alami. yang kedua Engage with Purpose hidup yang terlibat dengan tujuan. Kemudian ada Achieve with gratitude berjuang sungguh-sungguh dan penuh rasa syukur. Kemudian Raise with patience and humility meningkat lah dengan sabar dan kerendahan hati kalau ini butuh penataan emosi. Kemudian Thrive with Compassion kalau ini kasih sayang dan pelayanan.

Semakin dewasa kita memiliki banyak ilmu rasanya lebih suka menghakimi, kalau anak kecil apa saja dinikmati, mengakui segala momen, menikmati segala pengalaman luar biasa yang dia alami. Mari kita nikmati apapun aktivitas kita sekedar minum Teh, minum Kopi apapun itu coba dinikmati dan dirasakan.

Referensi

- Faiz, F. (2022). Nikmati dan rasakan setiap detik yang kamu alami. Channel youtube M. channel web: <https://youtu.be/tt76vtw92Hc> (diakses tanggal 11 Oktober 2022)
- Mahsun. (2011). Metode Penelitian Bahasa: Tahapan Strategi, Metode, dan Tekniknya. Jakarta: Rajawali Pers.
- Muhammad. (2014). Metode Penelitian Bahasa. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Poerwadarminta, W. J. S. (1984). Kamus Besar Umum Bahasa Indonesia. *Balai Pustaka*.
- Tamam, M. B., & Asbari, M. (2022). Digital Literature. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 1(1), 19-23.

Tarigan, H. G. (1993). *Strategi pengajaran dan pembelajaran bahasa*. Angkasa.

Wijayanti, L. M., Purwanto, A., Asbari, M., & Hyun, C. C. (2020). Self-regulation in english language learning: A Case Study of elementary Students in Sekolah Cikal. *International Journal of Advanced Science and Technology*, 29(5), 6370–6390.
<http://sersc.org/journals/index.php/IJAST/article/view/15642>