

BAB V

PENUTUP

A. SIMPULAN

Dukkhalakkhana adalah corak yang menjelaskan mengenai penderitaan, yang tidak menyenangkan, nyata, dan selalu ada dalam kehidupan sehari-hari. Kehidupan dari semua makhluk yang tampak maupun tidak tampak, yang besar maupun kecil, sebenarnya merupakan *dukkha* yang nyata. *Dukkha* adalah Kesunyataan yang secara wajar menyertai ketidak-kekalan (*anicca*) dan tanpa aku (*anatta*), yang terdapat dalam tiga corak umum (*tilakkhana*).

Sesungguhnya bahwa sumber penderitaan (*dukkha*) manusia adalah adanya *tanha* (keinginan) yang didasari dengan tiga akar kejahatan yaitu *lobha* (keserakahan), *dosa* (kebencian), dan *moha* (kebodohan). Selama manusia masih memiliki keinginan maka akan mengalami proses kehidupan yang di dalamnya ada suka dan duka. Bersumber dari satu hal, yakni kegelapan batin *dukkha* itu timbul, karena kegelapan batin inilah keserakahan dan kebencian dapat muncul di dalam diri seseorang.

Perumahtangga adalah jalan hidup seseorang yang masih diliputi keterikatan duniawi. Ada dua macam kaum perumahtangga yaitu upasaka dan upasika. Setiap orang yang ingin hidup berumahtangga harus menyadari benar bahwa ia harus mendapatkan orang yang dicintai dan mencintainya. Menjalani hidup berumahtangga itu membawa tanggung jawab, pasangan yang

bersangkutan harus cukup dewasa tidak hanya secara jasmani tetapi juga secara mental dan sosial.

Kehidupan berumahtangga sering dianggap sebagai jalan hidup yang penuh permasalahan. Permasalah sering kali muncul dan butuh waktu yang tidak sedikit untuk menyelesaikannya. Keterikatan kepada anak-anak, suami atau istri, harta benda dan keinginan yang tidak terpenuhi adalah suatu penyebab. Namun tidak hanya itu kurang terpenuhinya kebutuhan yang sangat mendasar seperti kebutuhan pangan, sandang, papan, kesehatan, pendidikan, biologis, dan ketenangan hidup juga permasalahan. Hal-hal tersebut adalah wujud penderitaan dalam berumahtangga yang harus dihadapi.

Konsekuensi dalam kehidupan berumahtangga adalah untuk mempertahankan komitmen untuk mewujudkan kebahagiaannya. Suatu hal yang Tidak mungkin ada dua orang yang dapat hidup bersama dalam suatu hubungan emosional yang intim pasti dalam jangka panjang tanpa mengalami salah pengertian atau permasalahan dari waktu ke waktu. Orang mengerti bahwa mencari hidup yang sempurna itu mengandung rasa. Apabila tercapai akan senang selamanya dan apabila tidak tercapai akan susah selamanya, Sebenarnya senang selamanya atau susah selamanya itu tidak ada. Kebahagiaan berumah-tanggapun juga demikian, dengan jalan menghilangkan penderitaan, sehingga orang dapat mengerti bahwa hidup itu akan memperoleh kebahagiaan.

Kebahagiaan sebuah keluarga itu dilihat berdasarkan, apa yang dirasakan dan yang dialami atau realitas nyata sehari-hari. Rumahtangga

bahagia itu terjadi apabila keharmonisan keluarga (suami, istri, anak-anak) benar-benar dialami dan dirasakan, terutama kebutuhan-kebutuhan dasarnya atau kebutuhan pokoknya sehari-hari. Kebutuhan-kebutuhan dalam berumah tangga tersebut yaitu; Pangan, sandang, papan, kesehatan, pendidikan, biologis, dan ketenangan hidup.

Hal-hal tersebut adalah sesuatu yang mendasar, namun tidak hanya hal tersebut yang dijadikan untuk mendapatkan kebahagiaan, namun nilai-nilai spiritual juga harus diperhatikan. Bahagia di kehidupan sekarang dan kehidupan yang akan datang perumah tangga harus memiliki kesamaan *saddha* (keyakinan), *sila* (moral), *caga* (kedermawanan), *panna* (kebijaksanaan).

Dukkhalakhana dapat dijadikan sebagai landasan untuk mendapatkan kebahagiaan. Usaha yang harus dilakukan oleh perumah tangga yaitu memahami tentang Kebenaran tentang *dukkha* (*dukkhalakhana*). Upaya yang pertama untuk memahami *dukkha* yaitu menyadari bahwa segala sesuatu yang berkondisi tidaklah kekal (*anicca*). *dukkha* dapat timbul karena adanya penolakan terhadap kenyataan, dan keinginan yang selalu muncul. Seseorang yang mampu mengendalikan keinginan maka tidak akan timbul penderitaan baru.

Perumah tangga untuk mendapatkan kebahagiaan tidak harus menjadi orang yang kaya raya, namun bila seseorang mampu memenuhi kebutuhan hidup keluarga setiap hari. Tentunya semua itu diperoleh dari usahanya dan kerja keras, maka kebahagiaan akan tercipta. Ketidak-nyamanan dari kemiskinan dapat dicegah jika terdapat pemahaman yang menyeluruh di antara

kedua pasangan. Kedua pasangan harus memahami nilai kepuasan. Keduanya harus menyikapi semua permasalahan sebagai masalah yang wajar dalam berumah tangga.

Perumah tangga yang mengetahui kebenaran sebagai kebenaran, dan ketidakbenaran sebagai ketidakbenaran, maka mereka yang mempunyai pikiran benar seperti itu, akan dapat menyelami kebahagiaan. Memperoleh kebahagiaan yang sejati, bukan kebahagiaan yang semata-mata hanya untuk pemuasan nafsu keserakahan (*loba*). Sebab dan pengikisan penderitaan harus dipahami secara benar agar kebahagiaan sejati tercapai, Keharmonisan dalam berumah-tanggapun dapat dicapai.

B. SARAN

Dukkha sebenarnya adalah cara pandang manusia terhadap perubahan yang datang pada diri seseorang. *dukkha* juga penderitaan atau ketidakpuasan karena manusia tidak bisa hidup kekal (*anicca*). Kebahagiaan dalam hidup tergantung kemampuan seseorang untuk beradaptasi dengan perubahan situasi. perumah tangga akan lebih bahagia dalam rumahtangganya bila kebenaran dapat disadari.

Penulis menyarankan perumah tangga dapat memahami tentang Kebenaran *dukkha (dukkhalakhana)* dan dapat menggunakan keadaan dengan penuh perhatian untuk berlatih dalam jalan menuju kebahagiaan sejati. Dengan memahami *anicca* seseorang dapat mengubah penderitaan menjadi kegembiraan.

Penelitian kajian kebenaran *dukkha (dukkhalakhana)* dalam menciptakan kebahagiaan bagi perumahtangga terbatas pada penelitian kepustakaan, sehingga disarankan kepada peneliti lainnya untuk dapat melanjutkan penelitian ini dengan penelitian eksperimen di lapangan tentang kajian kebenaran *dukkha (dukkhalakhana)* dalam menciptakan kebahagiaan bagi perumahtangga.

Memahami tentang kebenaran *dukkha (dukkhalakhana)* harus dilakukan secepatnya sesuatu yang harus segera dilakukan seperti dalam hal ekonomi belajar menerima dengan senanga hati sesuatu yang didapatkan, belajar menerima perubahan dalam diri sendiri maupun lingkungan keluarganya. Hal itu akan membantu seseorang mengikis penderitaan yang akan muncul dalam membangun kebahagiaan didalam berumahtangga.