

## Pentingnya Menentukan Tujuan Hidup Untuk Masa Depan: Analisis Singkat Pemikiran Ali Zaenal Abidin

Riza rahmawati<sup>1\*</sup>, Lela Nurfauzizah<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universitas Insan Pembangunan Indonesia,

<sup>2</sup>Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Indonesia

\*Corresponding author: [Rizarahmawati205@gmail.com](mailto:Rizarahmawati205@gmail.com)

**Abstrak** - Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui perspektif Ali Zaenal Abidin tentang *Tujuan Hidup Dan Bagaimana Kita Harus Menjalannya* dari kanal Youtube podcast TEDx Talks “*Life Purpose And How We live Up To It*”. Studi ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan teknik simak catat, karena sumber materi diperoleh dengan mendengarkan cerita lisan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Tujuan Hidup dan bagaimana kita menjalannya sangatlah penting untuk kehidupan kedepannya karena dengan adanya tujuan hidup bisa membuat seseorang lebih termotivasi untuk mencapai target impian hidupnya. Dan akan fokus dengan apa yang diraih, sehingga selalu termotivasi untuk kembali melanjutkan perjalanan hidup. Dengan menetapkan sebuah tujuan, maka akan jelas juga target yang akan di gapai. Adanya arah dan tujuan, kemungkinan pikiran kita untuk fokus dari pada membuang energi untuk menggapai sesuatu yang abstrak.

**Kata Kunci:** Bahasa Indonesia, Motivasi Hidup, Perjalanan Hidup, Tujuan Hidup.

**Abstract** - The purpose of this research is to find out Ali Zaenal Abidin's perspective on *Life Purpose and How We Should Live It* from the TEDx Talks podcast Youtube channel “*Life Purpose And How We Live Up To It*”. This study uses a descriptive qualitative method with a note-taking technique because the source of the material is obtained by listening to oral stories. The results of the research show that life goals and how we live them are very important for future life because having a life goal can make a person more motivated to achieve his life's dream targets. And will focus on what is achieved, so that it is always motivated to continue the journey of life. By setting a goal, it will also be clear what the target will be achieved. There is direction and purpose, the possibility of our minds focusing instead of wasting energy to reach for something abstract.

**Keywords:** Indonesian, Life Motivation, Life Journey, Life Purpose.

### PENDAHULUAN

Tujuan hidup merupakan hal-hal yang seseorang rencanakan untuk hidupnya pada hari ini, besok, dan yang akan datang. Tujuan hidup ini tentu akan berbeda-beda setiap individu. Tujuan hidup kalian tentu akan berbeda dengan tujuan hidup orang lain. Di dalam dunia yang sudah modern seperti sekarang ini, orang-orang yang sudah mengetahui dan menemukan tujuan hidupnya akan dinilai sudah memenuhi kriteria untuk mendapatkan kebahagiaan hidup. Akan tetapi pada kenyataannya, tidak semua orang yang sudah mengetahui tujuan hidupnya akan mudah dalam menggapai kebahagiaan mereka secara mudah. Bahkan, banyak orang yang pada akhirnya tertekan dengan hidup mereka sendiri karena terlalu ambisius dengan tujuan hidup mereka.

Banyak orang mencari dan membaca buku tentang *quotes* atau motivasi yang dianggap bisa membantu mereka dalam menentukan tujuan hidup yang diinginkan. Bahkan terkadang mempertanyakan mengapa kita hidup di dunia ini. Apa tujuan hidup manusia di bumi. Apa yang seharusnya kita lakukan untuk mencapai kebahagiaan. Mungkin kita bisa mengambil salah satu contoh. Misalnya seseorang memiliki tujuan hidup yaitu ingin menjadi orang yang berkecukupan supaya bisa berbagi dan menolong orang yang membutuhkan. Adanya kejelasan tujuan tersebut, membuat bagaimana cara yang harus dilakukan untuk mencapai tujuan dan juga mampu melakukan introspeksi diri untuk bisa menilai keberhasilan yang telah diraih. Hasil introspeksi tersebut membuat pribadi lebih mampu memaknai kehidupannya. Prenda dan Lachman (2001) menegaskan bahwa kebermaknaan hidup itu dipengaruhi bagaimana seseorang itu merencanakan kehidupannya dan mampu melakukan kontrol diri terhadap tantangan yang sudah diprediksi selama membuat perencanaan tersebut sehingga berkorelasi positif dengan kepuasan hidupnya. Kemampuan dan cara setiap orang memaknai hidup berbeda satu dengan yang lain dan tidak semua orang mampu melakukan introspeksi dan evaluasi diri untuk tujuan mendapatkan kebermaknaan dalam hidup.

## **METODE PENELITIAN**

Pendekatan yang peneliti gunakan dalam penelitian adalah pendekatan kualitatif deskriptif. 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. Metode merupakan alat atau prosedur dan teknik yang dipilih dalam melaksanakan penelitian (Djajasudarma, 1993:3-4). Metode penelitian bahasa berhubungan erat dengan tujuan penelitian bahasa, penelitian bahasa bertujuan untuk mengumpulkan dan mengkaji data serta mempelajari fenomena-fenomena kebahasaan. Menurut Sudaryanto (2015:25) teknik merupakan jabaran dari metode yang ditentukan oleh alat yang dipakai. Teknik lebih bersifat eksplisit dan nyata. Teknik dapat didefinisikan sebagai konkretisasi metode yang bersifat abstrak, yang “bentuk”nya ditemukan oleh alat tertentu (relevan) yang dapat digunakan. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode simak. Metode simak adalah metode pengumpulan data yang dilakukan dengan menyimak penggunaan bahasa pada objek yang diteliti. Sumber data yang disimak adalah video podcast TEDx Talks yang ada di Youtube tentang “Tujuan Hidup Dan bagaimana Kita Menjalannya”. Subjek dalam penelitian adalah Ali Zaenal Abidin seorang konsultan, pelatih bersertifikat, dan fasilitator yang berspesialisasi dalam Gairah, Tujuan, dan Budaya.. Instrumen penelitian yang dipakai oleh peneliti yaitu human interest, dengan peneliti berperan sebagai instrumen utama.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Tujuan hidup merupakan hal yang harus di rencanakan untuk kehidupan hari ini, besok, dan yang akan datang. Tujuan hidup ini tentu akan berbeda-beda setiap individu. Tujuan hidup kalian tentu akan berbeda dengan tujuan hidup orang lain. Di dalam dunia yang sudah modern seperti sekarang ini, orang-orang yang sudah mengetahui dan menemukan tujuan hidupnya akan dinilai sudah memenuhi kriteria untuk mendapatkan kebahagiaan hidup. Akan tetapi pada kenyataannya, tidak semua orang yang sudah mengetahui tujuan hidupnya akan mudah dalam menggapai kebahagiaan mereka secara mudah. Bahkan, banyak orang yang pada akhirnya tertekan dengan hidup mereka sendiri karena terlalu ambisius dengan tujuan hidup mereka. Banyak orang yang mengalami kesulitan dalam merumuskan gambaran tentang dirinya terkait bagaimana minat serta tujuan hidup yang akan dicapainya dimasa yang akan datang serta tindakan – tindakan apa sajakah yang harus ia lakukan kedepannya. Tidak adanya gambaran serta tujuan hidup terkait masa depan seperti apa yang harus diraih dimasa yang akan datang, hal ini didasari oleh adanya pemikiran serta nilai yang sejak lama tertanam dalam diri klien bahwa hidup yang ia jalani hanya perlu atau cukup mengikuti alur yang ada.

Banyak orang mencari dan membaca buku tentang *quotes* atau motivasi yang dianggap bisa membantu mereka dalam menentukan tujuan hidup yang diinginkan. Bahkan kita terkadang bertanya-tanya soal mengapa kita hidup di dunia ini. Apa tujuan hidup manusia di bumi ini. Hal yang seharusnya

dilakukan untuk mencapai kebahagiaan. Mungkin kita bisa ambil satu contoh. Misalnya seseorang memiliki tujuan hidup yaitu ingin menjadi orang yang berkecukupan supaya bisa berbagi dan menolong orang lain yang membutuhkan. Itu merupakan salah satu tujuan hidup yang bagus. Meskipun tujuan hidup tidak menjamin kita bisa hidup lebih bahagia. Tapi setidaknya tujuan hidup akan membuat kita menjadi lebih semangat bekerja, atau mungkin semangat dalam mencapai sesuatu. Namun perlu kita ingat bahwa tujuan hidup bukanlah alat yang bisa membuat kita selalu merasa bahagia. Akan tetapi, tujuan hidup merupakan sesuatu hal yang bermanfaat, berguna, dan bisa membuat hidup kita menjadi lebih baik lagi.

Cara untuk kita bisa menentukan tujuan hidup yang tepat yang pertama yakni fokus hal-hal yang membuat kita Bahagia. Tujuan hidup memang tidak akan menjamin kebahagiaan dalam diri kita. Akan tetapi dengan menerapkan apa yang menurut kita penting, maka kita akan merasa lebih bahagia dan puas dengan apa yang kita jalani. Yang kedua jauhi media social sementara waktu. Dengan cara untuk menemukan tujuan hidup adalah dengan memutus koneksi dengan media sosial untuk sementara waktu. Sebab hubungan yang terlalu berlebihan dengan media sosial berpotensi membuat kita terpapar oleh kehidupan orang lain. Dimana hal tersebut seringkali membuat kita menjadi orang yang mudah iri dan tidak percaya diri.

Ketiga menentukan tujuan yang lebih spesifik dan realistis. Menentukan tujuan spesifik dan realistis dapat membuat kita lebih mudah dalam mencapainya serta membantu kita untuk mengutamakan tujuan tersebut, karena tujuan itu kita buat sekecil mungkin dan mudah untuk dilakukan. Tujuan yang spesifik ini tidak akan dapat terlaksana jika tidak realistis. Misalnya, membeli pesawat pribadi, berkeliling dunia, dan dua apartemen. Padahal, uang yang kita punya hanya mampu untuk menyewa kamar hotel selama tiga hari. Yang terakhir yakni jangan batasi tujuan hidup dengan sebuah profesi. Dalam menentukan tujuan hidup kita janganlah di batasi dengan sebuah profesi karna profesi akan ada yang baru dan akan ada yang punah, profesi itu hanyalah alat untuk kita pilih atau pun bis akita buat sendiri.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil studi ini hanya mengambil atau menyimak dari prespektif Ali Zaenal Abidin yang mengatakan dengan mempunyai tujuan hidup yang sesuai dengan keinginan kita, maka kita akan lebih mampu memahami tentang segala sesuatu yang terjadi kepada kita. Selain itu, kita juga akan lebih mudah menerima semua hal baik dan buruk. Sebab fokus kita bukan lagi tentang hal-hal tersebut. Akan tetapi lebih fokus kepada makna hidup yang lebih besar. Dengan begitu, kita akan mendapatkan perubahan yang positif di dalam hidup karena kita memiliki pemikiran untuk maju dan berkembang. Kita juga akan lebih mudah dalam mengabaikan hal-hal negatif yang bisa jadi akan menghalangi jalan hidup kita. Proses mencari tujuan hidup dan cara mencapainya pada setiap orang tentu berbeda-beda. Ada yang mudah menemukan makna hidup mereka, ada pula yang membutuhkan waktu yang cukup lama. Makna hidup tiap orang juga akan berbeda, sebab masing-masing orang akan memiliki keyakinan, nilai, dan mimpi yang berbeda-beda. Jadi, kita tidak perlu membandingkan mimpi kita dengan milik orang lain. Semua orang punya jalan hidupnya masing-masing. Kita hanya perlu fokus terhadap diri kita sendiri.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Brandstätter, M., Baumann, U., Borasio, G. D., & Fegg, M. J. (2012). Systematic review of meaning in life assessment instruments. *Psycho-Oncology*, 21(10), 1034–1052.
- Claudiawan, S., & Asbari, M. (2023). Filosofi Apatitis: Menyimak Kajian Filosofis Fahrudin Faiz. *Jurnal Pendidikan Transformatif (Jupetra)*, 02(01), 57–61.
- Daeli, S. I., & Asbari, M. (2022). Bahaya Pancasila Menjadi Trisila dan Ekasila : Telaah Singkat Pemikiran Refly Harun. *Jurnal Pendidikan Transformatif (Jupetra)*, 01(01), 37–41. <https://jupetra.org/index.php/jpt/article/view/44>

- Eramansyah, M. G., Safitri, & Asbari, M. (2022). Pancasila as a Industrial Development Paradigm. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 1(06), 24–30. <https://jisma.org/index.php/jisma/article/view/97/33>
- Fajri, I. N., Lestari, W. D., Naibaho, Y. P. C., Gulo, A. S. S., Asbari, M., Novitasari, D., & Purwanto, A. (2022). Menumbuhkan Jiwa Nasionalisme pada Generasi Muda. *Journal of Community Service and Engagement (JOCOSAE)*, 2(4), 1–11. <http://jocosae.org/index.php/jocosae/article/view/64/46>
- Febriani, R., Asbari, M., & Yani, A. (2023). Resensi Buku: Berani Berubah untuk Hidup Lebih Baik. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 1–6.
- Febriani, S., Nevi, F., & Asbari, M. (2022). Pancasila as a Paradigm in Indonesia's People's Economic Development. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 01(03), 1–5. <https://jisma.org/index.php/jisma/article/view/61>
- Febriani, S., Nevi, F., Emilia, S., Khoerunisa, A., Sari, I. P., & Asbari, M. (2023). Students Moral Education as 'Moral Force' in Social Life. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 2(1), 8–14.
- Febriani, S., Nevi, F., Khoerunisa, A., Patika Sari, I., Emilia, S., Asbari, M., Tinggi Ilmu Ekonomi Insan Pembangunan, S., & Insan Pembangunan, S. (2022). Students Moral Education as "Moral Force" in Social Life. *Journal of Information Systems and Management*, 2(1), 1–7. <https://jisma.org>
- Fitriyani, E. Y., Nabila, A., & Asbari, M. (2022). Pancasila as a Paradigm Groundslas Phyloshopie. *Journal of Information System and Management*, 01(06), 43–46. <https://jisma.org/index.php/jisma/article/view/192>
- Fitriyani, E. Y., Uyuni, N., Gultom, L., Anggelina, W., Permana, M. G., Triyadi, M. Y., Asbari, M., & Purwanto, A. (2023). The Importance Of Character Education In Building A Resilient Nation. *Journal of Community Service and Engagement*, 3(1), 1–7.
- Ghojaji, A. D., Eramansyah, M. G., Putri, R. E., Istianah, S., Kusmawati, W. E., Asbari, M., & Purwanto, A. (2022). Pancasila Based Character Education to Form Good and Smart Citizens. *Journal of Community Service and Engagement (JOCOSAE)*, 2(4), 11–18. <http://jocosae.org/index.php/jocosae/article/view/62/47>
- Ghojaji, A. D., Gulo, N. A. S., & Asbari, M. (2022). Pancasila as an Paradigm Sustainable Development Goal's (SDGs). *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 01(06), 13–17. <https://jisma.org/index.php/jisma/article/view/104/31>
- Hatta, N. R., Asbari, M., Novitasari, D., & Purwanto, A. (2023). Hargailah Orang Lain, Setiap Orang Mempunyai Pandangan Hidup Yang Berbeda-Beda: Sebuah Kajian Filosofis. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 2(1), 74–78.
- Hatta, N. R., Asbari, M., Novitasari, D., & Purwanto, A. (2023). Hargailah Orang Lain, Setiap Orang Mempunyai Pandangan Hidup Yang Berbeda-Beda: Sebuah Kajian Filosofis. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 2(1), 74–78.
- Hermansyah, R., & Asbari, M. (2022). Hiduplah dengan Seimbang: Sebuah Kajian Filosofis Singkat. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 2(1), 19–24. <https://doi.org/10.9000/jupetra.v2i1.20>  
<https://doi.org/10.1002/pon.2113>.

- Hermansyah, R., Amaliya, F. P., Nurhakim, M. I., & ... (2022). Peran Agama Islam Untuk Mewujudkan Kerukunan di Lingkungan Masyarakat. *Journal of Community ...*, 2(5), 31–36. <http://jocosae.org/index.php/jocosae/article/view/75%0Ahttp://jocosae.org/index.php/jocosae/article/download/75/53>
- Hidayati, D. I. N., Rahayu, A. D., Alfarizi, G. M., Purnama, I., Kartika, L., Wulandari, M., Asbari, M., & Purwanto, A. (2023). Training of Learning Media for Early Childhood Islamic Education. *Journal of Community Service and Engagement*, 3(1), 14–26.
- Kurniawan, A. K., & Asbari, M. (2022). Online Learning as a Teaching And Learning Activities Alternative in The COVID-19 Pandemic. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 1(6), 64–70.
- Kurniawan, A., Daeli, S. I., Asbari, M., & Santoso, G. (2023). Krisis Moral Remaja di Era Digital. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 01(02), 21–25. <https://literaksi.org/index.php/jmp/article/view/9/11>
- Kurniawan, A., Daeli, S. I., Asbari, M., & Santoso, G. (2023). Krisis Moral Remaja di Era Digital. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 01(02), 21–25. <https://literaksi.org/index.php/jmp/article/view/9/11>
- Kusmawati, W. E., Putri, R. E., & Asbari, M. (2022). Pancasila as a National Development Paradigm in Community, Nation, and State. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 1(3), 33–37. <https://jisma.org/index.php/jisma/article/view/117/17>
- Melani, J. A., Asbari, M., & Wahyudi, J. (2022). Mengapa Pacasila Perlu Ada? Telaah Singkat Pemikiran Yudi Latif. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 2(1), 25–29. <https://doi.org/10.9000/jupetra.v2i1.25>.
- Melani, N., Nurhayati, P., & Asbari, M. (2022). The Role of Islamic Religious Education on Behavior and Competition in the World of Work. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 01(03), 21–26. <https://jisma.org/index.php/jisma/article/view/120/15>
- Mul'aini, T. A., & Asbari, M. (2022). Sebuah Kajian Filosofis: “Biar Kamu Tidak Gampang Terpengaruh Omongan Orang”. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 2(1), 11–14. <https://doi.org/10.9000/jupetra.v2i1.7>.
- Mutiara, Mahrika, I. S., & Asbari, M. (2022a). Pancasila as a Paradigm of Agricultural Development in Indonesia. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 01(06), 31–34. <https://jisma.org/index.php/jisma/article/view/220/34>
- Mutiara, Mahrika, I. S., & Asbari, M. (2022b). Pancasila as a Paradigm of Agricultural Development in Indonesia. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 01(06), 31–34. <https://jisma.org/index.php/jisma/article/view/220/34>
- Mutiara, Mahrika, I. S., & Asbari, M. (2022c). Pancasila as a Paradigm of Agricultural Development in Indonesia. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 01(06), 31–34. <https://jisma.org/index.php/jisma/article/view/220/34>
- Perawati, S., Puluhatumena, S. D., & Asbari, M. (2022). The Role of Islamic Education In Forming a Creative and Innovative Person. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 01(04), 20–24. <https://jisma.org/index.php/jisma/article/view/128/22>

- Pikri, S., Wahyudi, & Asbari, M. (2022). The Role of Islamic Religious Education in Preventing the Entry of Foreign Cultures. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 01(03), 38–42. <https://jisma.org/index.php/jisma/article/view/113/18>
- Prenda, K. M., & Lachman, M. E. (2001). Planning for the future: A life management strategy for increasing control and life satisfaction in adulthood. *Psychology and Aging*, 16(2), 206–216. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.16.2.206>.
- Putri, F E, Asbari, M., Radita, F. R., Novitasari, D., & ... (2022). Diskursus Agama dan Pancasila: Meneguhkan Pancasila dalam Kebhinekaan Indonesia. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 1(1), 56–60. <https://jupetra.org/index.php/jpt/article/view/52>.
- Putri, Fitria Eriyanti, Melani, J. A., Asbari, M., & Novitasari, D. (2023). Pendidikan Karakter Membentuk Moralitas Anak Bangsa: Sebuah Esai. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 01(01), 20–24. <https://literaksi.org/index.php/jmp/article/view/5/4>.
- Ramadhan, G. F., & Asbari, M. (2023). Pribadimu adalah Profesimu: Temukan Karier Impian Berdasarkan Kepribadian. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 01(01), 25–29. <https://literaksi.org/index.php/jmp/article/view/2/2>.
- Ramadhan, G. F., & Asbari, M. (2023). Pribadimu adalah Profesimu: Temukan Karier Impian Berdasarkan Kepribadian. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 01(01), 25–29. <https://literaksi.org/index.php/jmp/article/view/2/2>
- Ramadhan, R. E., Asbari, M., Novitasari, D., & Purwanto, A. (2023). Cara Hidup Minimalis: Kajian Filosofis Perspektif Fahrudin Faiz. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 2(1), 79–83.
- Rosita, Rahmawati, W., Asbari, M., & Cahyono, Y. (2023). Nilai Moral dan Etika: Perspektif Emile Durkheim. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 01(02), 13–16. <https://literaksi.org/index.php/jmp/article/view/10/9>
- Salsabila Wahyu Hadiani, Hetty Krisnani. (2-17), Penerapan Metode Orientasi Masa Depan (OMD) pada Remaja yang Mengalami Kebingungan Identitas (Menentukan Tujuan Hidup), *Share: Social Work Jurnal* Vol 7 No. 1, hal 1-79. <https://jurnal.unpad.ac.id/share/article/view/13821/6629>
- Santoso, G., Hidayat, M. N. S., Murod, M., Susilahati, Solehudin, & Asbari, M. (2023). Transformasi Literasi Informasi Guru Menuju Kemandirian Belajar. *Jurnal Pendidikan Transformatif (Jupetra)*, 02(01), 100–106. <https://jupetra.org/index.php/jpt/article/view/130/37>
- Triyadi, M. Y., Anggelina, W., & Asbari, M. (2022). Pancasila as a Development Paradigm. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 1(06), 5–12. <https://jisma.org/index.php/jisma/article/view/101/30>
- Tsoraya, N. D., Khasanah, I. A., Asbari, M., & Purwanto, A. (2023). Pentingnya Pendidikan Karakter Terhadap Moralitas Pelajar di Lingkungan Masyarakat Era Digital. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 7–12.