

## Peranan Tasawuf dalam Menghadapi Zaman Millennial

Ina Maryana<sup>1</sup> & Deden Syarif Hidayatulloh<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universitas Pesantren KH Abdul Chalim, Mojokerto, Indonesia: inamaryana10@gmail.com

<sup>2</sup>Universitas Telkom, Bandung, Indonesia: dedensy@yahoo.com

### **Abstract:**

Sufism provides a comprehensive understanding of a servant's position before Allah, which enables a person to live happily in this world and the hereafter. Sufism also plays a significant role in overcoming the spiritual problems experienced by everyone, as it can cleanse the soul of impurities and elevate human dignity to the pinnacle of victory. In the current industrial revolution era, social crises are on the rise and social interactions are dwindling. Many teenagers spend most of their time only with smartphones, which poses a significant problem that requires the right solution to maintain spiritual balance. As the core of Islamic teachings, Sufism can solve these problems. The literature research on the role of al-Ghazali's Sufism in facing the millennial era reveals that the fundamental human problem in this era is a spiritual void that leads to a moral crisis. Therefore, Sufism is essential in guiding humans to find God, eliminating the sense of emptiness that humans feel in this millennial era, and restoring the lost spiritual values. In this research, a multidisciplinary or interdisciplinary approach emphasizing normative-theological, psychological, and sociocultural approaches is used to gain a more comprehensive understanding of the role of Sufism in this millennial era.

Keywords: Al-Ghazali; sufism; Millennial Age.

### **Abstrak:**

Ilmu tasawuf memberi pemahaman kepada kita agar memahami sepenuhnya kedudukan seorang hamba di hadapan Allah untuk hidup bahagia di dunia dan akhirat atau menuju kebahagiaan abadi. Tasawuf memiliki kedudukan, peran dan manfaat yang besar dalam mengatasi permasalahan rohani yang dialami setiap orang. Sebab tasawuf ibarat pancaran cahaya yang bersinar, yang dapat membersihkan jiwa dari kotoran, mengangkat martabat manusia ke puncak kemenangan. Terutama di jaman revolusi industry sekarang ini di saat krisis social mulai terjadi dimana interaksi social mulai menipis dan banyak remaja yang menghabiskan waktunya hanya dengan smartphone. Hal ini menjadi permasalahan yang sangat besar dan membutuhkan sebuah solusi yang tepat sehingga kita tidak mengalami kemelut dalam kerohanian. Tasawuf merupakan dimensi esoterik dan sebagai inti ajaran Islam dikatakan mampu menawarkan solusi atas permasalahan tersebut. Dengan demikian tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji lebih lanjut mengenai peranan tasawuf al-ghazali dalam menghadapi zaman millennial. Metode penelitian adalah penelitian kepustakaan. Dalam metode ini, penulis merujuk pada literatur yang berbeda dan mengkaji berbagai isu kontemporer dengan pendekatan multidisiplin atau interdisciplinary, menekankan pendekatan normatif-teologis, psikologis dan sosiokultural. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa masalah yang mendasar manusia di era millennial ini adanya kekosongan spiritual yang berujung pada krisis moral. Sehingga Tasawuf berperan penting dalam membimbing manusia untuk menemukan Tuhannya, menghilangkan rasa hampa yang dialami manusia di jaman millennial ini, mengembalikan nilai-nilai spiritual yang hilang.

Kata Kunci: Al-Ghazali; Tasawuf; Zaman Millennial.

## 1. Pendahuluan

Zaman millennial memberikan dampak yang besar bagi kehidupan. Dilihat dari dampak positifnya, segala aspek kehidupan manusia dari berbagai bidang dapat dengan mudah diwujudkan, baik dari segi fasilitas dan kegiatan yang menunjang kehidupan kelangsungan hidup.

Sedangkan dari sisi negatifnya Hidup menjadi semakin kompetitif dan persaingan semakin intensif, menyebabkan stres dan frustrasi yang luar biasa bagi banyak orang. Kaum millennial secara implisit menganut dan mengikuti gaya hidup materialistis, kapitalis, hedonistic, dan individualistis. Untuk meminimalisir hal tersebut, umat manusia harus disirami dan dicerahkan oleh nilai-nilai ajaran Islam yang penyempurna annya terdapat pada ajaran tasawuf (Solihin & Rosyid, 2004: 16).

Pada titik inilah tasawuf berperan penting untuk menjadi rujukan dan solusi bagi berbagai persoalan zaman ini. Tasawuf merupakan khazanah keilmuan yang berperan tersendiri dalam membimbing manusia agar tidak menyimpang dari kodrat. Pada dasarnya tasawuf menitikberatkan pada penyucian jiwa semurni mungkin agar manusia bisa dekat dengan Tuhan. Ada beberapa tahapan penyucian jiwa yang harus dilalui agar menjadi pribadi yang kuat dengan iman yang kuat dan akhlak yang baik (Nulyanti, 2015: 119).

Kecenderungan manusia untuk mencari nilai-nilai ketuhanan kembali menjadi bukti bahwa manusia pada hakekatnya adalah makhluk rohani dan jasmani. Sebagai makhluk fisik, manusia membutuhkan sesuatu yang material, tetapi sebagai makhluk spiritual, manusia membutuhkan sesuatu yang tidak berwujud atau spiritual. Hal ini sejalan dengan kecenderungan ajaran sufi yang lebih menekankan aspek spiritual selaras dengan fitrah manusia sebagai hamba tuhan (Asmaran, 2012: 17).

Pada dasarnya manusia Orang sering didorong oleh dorongan pribadi dan tidak dapat mengendalikan keinginan mereka atau yang disebut dengan nafsu. Gaya hidup seperti itu, menurut Al-Ghazal, membawa manusia pada kehancuran moral. Nafsu adalah potensi yang diciptakan Tuhan dalam diri manusia untuk memungkinkan mereka menjalani kehidupan yang lebih maju penuh kreativitas dan semangat. Benar bahwa keinginan manusia memiliki kecenderungan baik dan buruk seperti yang dijelaskan dalam Al-Qur'an. Nafsu itu baik bila dibersihkan dari sifat-sifat tercela dengan menanamkan nilai-nilai dan ajaran agama sejak dulu sehingga sifat jahat nafsu dapat dikendalikan (Pangestu, 2019: 280).

Penerapan ajaran tasawuf dalam kehidupan sehari-hari menciptakan lingkungan yang kondusif dan bermoral. Salah satunya adalah konsep *takhall*, yaitu menjauhkan diri dari segala sesuatu yang mungkin menjauhkan seseorang dari Tuhan. Atau dapat diartikan sebagai menguras atau membersihkan sifat-sifat yang tercela. Seperti *hubb* ad-dunya (cinta dunia), keserakahan, ujub, riyah, *takabur*, keserakahan, dan sumah. Melihat situasi ini, peran tasawuf sangat dibutuhkan. Tasawuf, salah satu khazanah intelektual Islam, yang kehadirannya saat ini semakin dirasakan perlu. Secara historis, tasawuf telah menjaga dan menuntun perjalanan hidup manusia menuju keselamatan di dunia dan akhirat.

Adapun hasil penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah sebagai berikut: Untuk mengatasi persoalan dalam pendidikan akhlak, maka diperlukan reorientasi pendidikan ke arah holistik dengan penanaman nilai-nilai spiritual keagamaan (sufistik) melalui penyucian diri dan perasaan akan kehadiran Allah dalam

setiap aspek kehidupan. Pemecahan masalah ini akan menjadikan integrasi vertikal penyerahan diri terhadap Allah dan dimensi dialektik secara horizontal terhadap kemanusiaan dan lingkungan. Oleh karena itu, hal ini akan dapat difahami bahwa nilai-nilai sufi tidak dapat dipisahkan dari pemecahan masalah-masalah pendidikan (Kurniawan, 2016: 2). pemikiran Sayyed Hossein Nasr dimana tasawuf yang berperan dalam kehidupan manusia modern adalah tasawuf yang mempertahankan integritasnya dan kemurniannya sendiri. Sofisme tersebut harus dapat melawan kekuatan-kekuatan dahsyat yang saat ini terlihat dimana-mana (Nurhasanah, 2017: 2). Pengaruh dari kecanggihan teknologi, gemerlap dunia akibat kemajuan industri dan berkembangnya ilmu-ilmu barat yang bersifat rasionalis, sekularis, dan materialis sangat menutupi mata hati orang mukmin. Terdinding mata hati dan pikiran dalam memahami Hakikat *Ilahiyyah*. Kegunaan tasawuf di era modern ini ialah untuk memperbaiki hubungan kita dengan Allah dan Rasul, dan hubungan baik kita dengan sesama hamba Allah dan makhluk-Nya (Handoyo, 2021: 14-42).

Dalam situasi saat ini, penting untuk memahami dan menerapkan nilai-nilai yang terdapat dalam tasawuf, sehingga dapat menjadi pedoman hidup manusia di milenium ini. Ketika kehidupan spiritual tertanam, orang memiliki pendapat sendiri tentang diri mereka sendiri tentang arti kaya atau miskin, tinggi atau rendah, mewah atau kecil. Orang yang telah memasuki kehidupan spiritual tidak berubah dengan mengenakan pakaian wol atau pakaian yang terbuat dari simbol kekuasaan.

## 2. Method

Penelitian yang dilakukan dalam konteks ini adalah penelitian kepustakaan. Ada empat karakteristik utama dari penelitian kepustakaan, yakni: 1) penelitian ini mengakses teks atau data numerik sebagai sumber utama data, bukan berdasarkan pengamatan langsung atau pengalaman mata yang melibatkan kejadian, orang, atau benda, 2) data pustaka yang digunakan sudah tersedia dalam kondisi siap pakai, 3) data pustaka yang digunakan biasanya bersifat sekunder, dan 4) data pustaka yang digunakan tidak terikat oleh waktu dan ruang karena data tersebut telah tertulis dan tersimpan dalam arsip. Oleh karena itu, dalam penelitian ini, metode penelitian kepustakaan digunakan untuk mengumpulkan dan menganalisis data (Hamidi, 2007)

## 3. Hasil dan Pembahasan

### Problematika Masyarakat di Era millennial

Masyarakat millennial atau masyarakat modern yang cenderung materialistis dan rationalistic (M. Amin Syukur, 1999: ix), yang seringkali menghasilkan kekosongan mental dan stres pada individu karena kehilangan pandangan Ilahi. Pandangan yang berlebihan terhadap ilmu pengetahuan dan teknologi, serta penekanan yang terlalu kuat pada rasionalitas dan positivism, dapat menyebabkan penurunan nilai-nilai budaya dan kehilangan nilai-nilai dasar manusia. (Silawati, 2015: 118). Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi modern dimulai sejak masa Renaisans, yang merupakan lahirnya semangat modern dalam perubahan ide dan institusi, dan telah membentuk pandangan dan tatanan masyarakat modern seperti yang kita alami saat ini (Bertand Russell, 2022: 732; Ahmad Tafsir, 2001: 125-126).

Masyarakat modern cenderung mengandalkan sains dan teknologi dalam menjawab segala permasalahan hidup. Namun, di balik kemajuan teknologi yang luar biasa, masyarakat modern juga menghadapi masalah kompleks seperti kesenjangan

sosial, masalah lingkungan, krisis moral, dan perpecahan sosial. Sebagian besar masalah ini disebabkan oleh pandangan dunia materialistis dan individualistic yang diadopsi oleh masyarakat modern. Pandangan ini cenderung mengutamakan kepentingan individu daripada kepentingan bersama, sehingga membuat masyarakat modern menjadi kurang peduli terhadap lingkungan dan keberlangsungan hidup bersama.

Dalam konteks ini, sebagian orang percaya bahwa pendekatan yang lebih holistik dan spiritual dapat memberikan solusi yang lebih baik bagi masalah kompleks yang dihadapi oleh masyarakat modern. Berdasarkan pemikiran ini, kita perlu kembali ke nilai-nilai budaya dan spiritual yang telah lama tertanam dalam masyarakat untuk menemukan keseimbangan dan harmoni dalam kehidupan. Pemikiran ini bukan berarti menolak kemajuan teknologi, namun mengajak masyarakat modern untuk lebih bijak dalam memanfaatkannya.

Namun, nihilisme ini juga menyangkal nilai-nilai dan keyakinan yang telah dipegang selama ini oleh manusia. Oleh karena itu, Nietzsche berpendapat bahwa manusia harus mencari nilai-nilai baru yang dapat menggantikan nilai-nilai yang telah hilang. Perkembangan pemikiran ini memberikan dampak yang signifikan pada masyarakat modern saat ini. Masyarakat modern cenderung mengabaikan agama dan lebih memilih untuk mengandalkan sains dan teknologi dalam memahami dunia dan mengatasi persoalan hidup. Sains dan teknologi dianggap sebagai cara terbaik untuk menemukan solusi atas berbagai masalah sosial dan lingkungan. Namun, pendekatan ini tidak selalu memberikan jawaban yang tepat, terutama dalam hal-hal yang tidak dapat diukur secara ilmiah seperti nilai-nilai moral dan spiritual. Oleh karena itu, penting untuk mempertimbangkan kembali peran agama dan nilai-nilai spiritual dalam kehidupan manusia, terutama dalam menjaga keseimbangan antara kemajuan material dan nilai-nilai kemanusiaan yang abadi.

Hamka menyajikan terapi alternatif untuk masalah spiritual manusia modern dengan mengajak untuk mempelajari dan mengamalkan nilai-nilai tasawuf. Menurut Hamka, nilai-nilai tasawuf merupakan satu-satunya yang mampu memberikan jawaban atas kebutuhan spiritual manusia modern. Dalam tasawuf, solusi atas keadaan ini tidak dapat dicapai secara optimal dengan mencarinya hanya pada kehidupan lahiriah, karena kehidupan lahiriah hanyalah cerminan atau hasil dari kehidupan manusia yang diatur oleh kekuatan-kekuatan fundamental di dalamnya, yaitu akal, nafsu dan kebencian. Oleh karena itu, Hamka menawarkan belajar dan mengamalkan tasawuf sebagai terapi alternatif untuk menyelesaikan masalah spiritual manusia modern. Melihat kemajuan luar biasa yang dilakukan manusia modern di seluruh dunia juga memiliki implikasi negatif bagi keberadaan manusia, antara lain:

### *Kehampaan spiritual*

Manusia Modern mengalami kekosongan rohani karena mereka telah kehilangan pandangan akan Tuhan. Akibatnya, masyarakat menjadi mudah stres dan khawatir karena mereka tidak memiliki arah dan landasan dalam hidup. Gaya hidup materialisme dan hedonisme, yang tercermin dalam kesuksesan yang bersifat materialistis, membentuk gaya hidup sehari-hari. Masyarakat memperebutkan kekayaan tanpa memedulikan hak orang lain, dan menggunakan segala cara untuk memperoleh materi. Meskipun semua kebutuhan jasmani terpenuhi, kebahagiaan rohani tidak tercapai. Banyak nilai dan ajaran agama ditolak bahkan dilupakan, padahal itu adalah kebutuhan spiritual. Karena itu, krisis kemanusiaan muncul sebagai akibat dari semua ini.

### *Krisis Moral*

Krisis moral yang sedang dihadapi oleh bangsa Indonesia saat ini seharusnya menjadi perhatian kita semua. Sejarah menunjukkan bahwa agama menjadi bagian dari ideologi bangsa ini. Namun, fenomena di jejaring sosial seperti pelanggaran HAM, korupsi, persekongkolan, prostitusi, perdagangan narkoba yang tidak terkendali, perampokan, bahkan pembunuhan terhadap guru dan ulama, memberikan contoh betapa rusaknya moral bangsa kita.

Jika kita ingin memantau krisis moral secara lebih luas, kita bisa melihat ke Timur Tengah di mana pelanggaran HAM seperti pembunuhan massal terhadap anak-anak dan wanita menjadi hal yang wajar. Di sana, pembantaian, pembunuhan, dan perundungan menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari bagi mereka yang kehilangan moral dan kemanusiaan.

### **Peran Tasawuf dalam Mengatasi Problematika Masyarakat Millenial**

Tasawuf dalam kehidupan sosial memiliki dampak yang signifikan dalam memecahkan masalah dan penyakit sosial yang ada. Amalan-amalan yang terkandung dalam ajaran tasawuf membimbing seseorang untuk mengarungi dunia menjadi pribadi yang arif, rasional dan profesional dalam kehidupan bermasyarakat (Khoiruddin, 2016: 113-130). Tasawuf sendiri mampu memahami tidak hanya realitas eksternal tetapi juga realitas internal untuk berinteraksi secara serasi, harmonis dan seimbang dengan Ubudiyah dan Muamalah berdasarkan nilai-nilai agama Islam.

Seseorang yang dikuasai oleh keinginan pribadi dan tidak mengendalikan nafsunya biasanya ingin melakukan hal-hal yang negatif, misalnya menghalalkan segala cara untuk mencapai tujuan dan kesenangan hidup seseorang. Menurut para sufi, pemulihan kondisi mental tidak baik jika terapi hanya didasarkan pada aspek eksternal, oleh karena itu pada tahap awal tasawuf diperlukan praktik spiritual atau praktik yang bertujuan untuk memurnikan jiwa dari keinginan jahat. Didorong oleh hawa nafsunya, perilaku manusia hanya diarahkan pada kesenangan dunia, yang merupakan tabir antara manusia dengan Tuhan. Oleh karena itu, wujud karya pensucian jiwa para ahli Tasawwuf berlanjut pada tiga tingkatan, yaitu: Takhalli, tahalli dan tajalli.

Sufisme dalam kehidupan sosial dalam memecahkan masalah dan penyakit sosial yang ada (Khoiruddin, 2016: 113-130). Amalan-amalan yang terdapat dalam ajaran sufi menuntun seseorang untuk mengarungi dunia dan menjadi individu yang bijak, rasional, dan profesional dalam bermasyarakat. Tasawuf sendiri mampu memahami tidak hanya realitas eksternal tetapi juga realitas internal untuk berinteraksi secara harmonis dan seimbang dengan Ubudiyah dan Muamalah yang berlandaskan pada nilai-nilai agama Islam.

Dalam ayat tersebut dijelaskan bahwa seseorang yang didorong oleh keinginan pribadi dan tidak mengontrol keinginannya cenderung melakukan tindakan negatif, seperti menghalalkan segala cara untuk mencapai tujuan dan kesenangannya. Menurut para sufi, pemulihan kesehatan mental tidak cukup jika terapi hanya didasarkan pada aspek eksternal. Oleh karena itu, pada tahap awal tasawuf, latihan spiritual diperlukan untuk memurnikan jiwa dari keinginan jahat. Perilaku manusia, yang didorong oleh hawa nafsunya, hanya diarahkan pada kesenangan dunia, yang bertindak sebagai tabir antara manusia dan Tuhan. Dengan demikian, praktik penyucian jiwa oleh para ahli sufi berlanjut dalam tiga tahap, yaitu: Takhalli, Tahalli, dan Tajalli.

### *Takhalli*

Takhalli berarti pemurnian kualitas tercela, sifat buruk eksternal dan internal. Sifat-sifat yang tidak menyenangkan yang mengotori jiwa manusia (hati) termasuk iri hati, prasangka, kesombongan, keangkuhan, kesengsaraan dan sifat-sifat yang tidak menyenangkan lainnya, Firman Allah:

Sesungguhnya beruntunglah orang yang menyucikan jiwa itu. dan Sesungguhnya merugi lah orang yang mengotorinya (QS. Ash-Syams: 9).

Membicarakan sikap atau perilaku tercela itu dalam tasawuf atau akhlaq lebih penting daripada membicarakan sikap atau perilaku terpuji karena menyangkut takhliyah (mengosongkan sifat-sifat tercela) sedangkan diisi dengan sifat-sifat terpuji (tahliyah) menjadi.

Menurut para sufi, pemurnian sifat-sifat yang tidak menyenangkan dianggap penting karena sifat-sifat tersebut adalah Najis Maknawi (Najasah Ma'nawiyah). Adanya najis tersebut dalam diri seseorang membuat seseorang tidak mungkin dekat dengan Tuhan, sama seperti Najis Zati (Najash Suriyah), ia tidak dapat melakukan ibadah yang disyariatkan oleh Tuhan.

Pembahasan sikap atau perilaku tercela tersebut dalam tasawuf atau akhlaq beralih ke pembahasan sikap atau perilaku terpuji karena melibatkan upaya tahliyah (mengosongkan sifat-sifat yang tidak baik) dalam mengisi (tahliyyah) dengan sifat-sifat terpuji.

adanya maksiat lahir dan batin yang selalu mengganggu jiwa manusia. Terutama, maksiat batin yang merupakan bagian dari penyakit hati yang membuat tembok tebal yang memisahkan manusia dari tuhannya. Oleh karena itu, untuk mencapai kebahagiaan sejati, manusia harus mulai dengan membersihkan maksiat lahir dan batin dari sifat-sifat yang tidak menyenangkan dan menggantinya dengan sifat-sifat yang terpuji (Zahri Mustafa, 1976: 77).

Sikap atau perilaku dalam tasawuf atau akhlak. Dalam hal ini, pembicaraan tentang sikap atau perilaku tercela lebih diutamakan daripada pembicaraan tentang sikap atau perilaku terpuji. Hal ini disebabkan karena upaya takhliyah atau mengosongkan sifat-sifat tercela perlu dilakukan terlebih dahulu sebelum mengisi dengan sifat-sifat terpuji. HM. Amin Syukur kemudian menjelaskan sifat-sifat tercela atau penyakit hati yang perlu dihilangkan pada manusia.: (Amin Sukur, 1996: 45-46)

### *Hasad*

Hasad atau iri hati adalah salah satu sifat buruk yang dapat membahayakan diri sendiri dan orang lain. Seseorang yang memiliki hasad cenderung merasa iri terhadap keberhasilan atau kebahagiaan orang lain dan berusaha untuk mengurangi keberhasilan atau kebahagiaan tersebut.

Bahaya dari hasad sangatlah besar, di antaranya dapat memicu tindakan-tindakan negatif seperti fitnah, Ghibtah, dan permusuhan antara sesama manusia. Selain itu, hasad juga dapat merusak hubungan sosial, memperlemah ikatan kekeluargaan, dan memperburuk kesehatan mental seseorang.

### *Al-Hirshu*

*Al-hirshu* atau keserakahan adalah sifat buruk yang dapat membahayakan diri sendiri dan orang lain. Seseorang yang terlalu serakah cenderung selalu ingin memiliki

lebih banyak harta, uang, atau kekayaan daripada yang sebenarnya dibutuhkan. Akibatnya, seseorang yang serakah dapat terperosok dalam perbuatan yang merugikan orang lain, seperti berbuat curang, memeras, atau bahkan mencuri.

Bahaya dari *al-hirshu* sangatlah besar, di antaranya dapat memicu tindakan-tindakan negatif seperti penipuan, korupsi, atau pemerasan. Selain itu, keserakahan juga dapat memperburuk hubungan sosial, memicu persaingan yang tidak sehat, dan merusak keseimbangan dalam kehidupan.

#### *Al-Takabburu*

*Takabur* atau kesombongan adalah salah satu sifat buruk yang dapat membahayakan diri sendiri dan orang lain. Seseorang yang sombong cenderung merasa dirinya lebih unggul atau lebih baik dari orang lain dan meremehkan orang lain. Hal ini dapat membuat seseorang menjadi arogan, tidak mau belajar dari kesalahan, dan tidak mau meminta maaf ketika melakukan kesalahan.

Bahaya dari takabur sangatlah besar, di antaranya dapat memicu tindakan-tindakan negatif seperti menghina atau merendahkan orang lain, serta membuat orang lain merasa tidak nyaman di sekitar orang yang sombong. Selain itu, kesombongan juga dapat menghalangi seseorang untuk berkembang dan belajar hal-hal baru, serta memperburuk hubungan sosial.

#### *Al-Ghadlab*

*Al-ghadlab* atau kemarahan adalah salah satu sifat buruk yang dapat membahayakan diri sendiri dan orang lain. Seseorang yang mudah marah cenderung sulit mengendalikan emosi dan bereaksi dengan agresif terhadap situasi atau orang yang membuatnya marah. Hal ini dapat menyebabkan seseorang melakukan tindakan yang merugikan orang lain, seperti mengucapkan kata-kata kasar atau bahkan melakukan kekerasan fisik.

Bahaya dari *al-ghadlab* sangatlah besar, di antaranya dapat memicu tindakan-tindakan negatif seperti kekerasan, penghinaan, dan bahkan pembunuhan. Selain itu, kemarahan juga dapat merusak hubungan sosial dan memperburuk kesehatan mental seseorang.

Namun, *al-ghadlab* juga dapat diatasi dengan cara mengendalikan emosi dan belajar untuk merespons situasi secara bijak dan tenang. Beberapa metode yang dapat dilakukan untuk mengendalikan kemarahan antara lain meditasi, olahraga, dan terapi psikologi.

#### *Riya' dan Sum'ah*

*Riya'* dan *sum'ah* adalah dua sifat buruk yang berkaitan dengan niat dan tujuan seseorang dalam melakukan sesuatu.

*Riya'* adalah sifat ingin memperlihatkan kebaikan atau kebijakan di hadapan orang lain dengan tujuan mendapat pengakuan atau pujian dari mereka. Seseorang yang memiliki sifat *riya'* seringkali melakukan kebaikan hanya untuk dilihat dan diakui oleh orang lain, bukan karena niat yang tulus untuk mendapatkan keridaan Allah SWT.

*Sum 'ah*, di sisi lain, adalah sifat ingin mendapat simpati dan dukungan dari orang lain dengan cara meratapi nasib buruk atau kesulitan yang dialami. Seseorang yang memiliki sifat *sum'ah* cenderung mengeluh dan meratapi nasibnya terus-menerus, sehingga mencari perhatian dan dukungan dari orang lain.

Kedua sifat buruk ini dapat membahayakan diri sendiri dan orang lain, karena tujuan seseorang dalam melakukan kebaikan atau meratapi nasib bukanlah karena Allah SWT, tetapi hanya untuk memenuhi ambisi atau keinginan dunia semata. Oleh karena itu, dalam Islam, diutamakan untuk beramal dengan niat yang tulus hanya untuk mendapatkan keridaan Allah SWT.

### *Ujub atau Ta'jub*

*Ujub* adalah sifat kesombongan atau merasa bangga dengan diri sendiri karena merasa memiliki kelebihan atau prestasi tertentu. Sifat *ujub* ini dapat muncul dalam berbagai bentuk, misalnya merasa lebih pandai dari orang lain, merasa lebih kaya, atau merasa lebih baik dari orang lain dalam berbagai hal.

Sifat *ujub* seringkali menjadi penyebab seseorang meremehkan orang lain dan merasa bahwa dirinya lebih baik daripada orang lain. Akibatnya, seseorang dengan sifat *ujub* cenderung kurang sabar dalam menerima kritik dan saran dari orang lain, serta sulit menerima kelemahan diri sendiri.

Dalam Islam, sifat *ujub* merupakan sifat buruk yang sangat dilarang, karena sifat tersebut dapat merusak hati dan menghambat perkembangan seseorang dalam menjalani kehidupan. Sebaliknya, Islam mengajarkan untuk senantiasa bersyukur kepada Allah SWT atas segala nikmat yang telah diberikan dan tidak memandang rendah atau meremehkan orang lain.

### *Tahalli*

*Tahalli* berarti mensucikan atau mempercantik diri dengan sifat-sifat terpuji dengan taat lahir dan batin (Hasan, 2016: 90-106).

Sesungguhnya Allah menyuruh (kamu) Berlaku adil dan berbuat kebaikan, memberi kepada kaum kerabat, dan Allah melarang dari perbuatan keji, kemungkaran dan permusuhan. Dia memberi pengajaran kepadamu agar kamu dapat mengambil pelajaran (QS. Al-NAhl: 90).

*Tahalli* juga berarti menghiasi diri dengan membiasakan sifat, sikap dan perbuatan yang baik. Senantiasa berjuang, gerakan perilaku selalu selaras dengan perintah agama, baik secara lahiriah maupun batiniah sesuai dengan kewajiban-kewajiban ketaatan. Ketaatan eksternal mengacu pada kewajiban formal seperti melakukan shalat, puasa di bulan Ramadhan, membayar zakat, menuaikan haji, dll. Sedangkan ketaatan batin berkaitan dengan amanah, dan keikhlasan.

*tahalli* yang dilakukan dengan menghiasi atau mengisi diri manusia dengan sifat-sifat yang terpuji, taat secara sempurna baik lahir maupun batin. Pada titik ini merupakan bagian dari pemenuhan jiwa yang telah dikosongkan dari sifat-sifat yang tidak menyenangkan. Dengan kata lain, setelah melewati tahap pemurnian diri (*takhalli*) dari semua kualitas yang tidak menyenangkan, usaha tersebut harus dilanjutkan ke tahap berikutnya, yaitu *tahalli*, untuk mencapai semua kualitas yang bermanfaat. Termasuk zuhud, qona'ah, sabar, pasrah, mujahada, mengumbar, syukur, ikhlas dan lain-lain.

### *Tajalli*

Fase *tajalli* merupakan tahap pendidikan mental yang disempurnakan untuk memperkuat dan memperdalam pemahaman terhadap materi yang telah dipelajari pada tahap sebelumnya, yaitu fase *tahalli*. Kata "*tajalli*" dalam konteks ini merujuk pada

pengungkapan cahaya ilahi yang tak terlihat secara fisik, namun dapat dirasakan oleh hati yang bersih. Pada fase tajalli, individu diajarkan untuk membuka diri dan menerima pengalaman spiritual yang lebih dalam, sehingga dapat mencapai pemahaman yang lebih mendalam tentang hakikat keberadaan dan tujuan hidupnya. Melalui pendidikan mental pada fase tajalli, individu dapat meningkatkan kualitas hidupnya secara spiritual dan mental (Abdul Mustaqim, 2007: 95). Dalam kitab "Al Insanul Kamil", Sayyid Abdul Karim bin Ibrahim Jaelani menjelaskan bahwa terdapat empat tingkatan tajalli. Tingkatan pertama adalah Tajalli Af'Al (perbuatan), yang merupakan tahap di mana perbuatan seorang hamba lenyap dan hanya ada perbuatan Allah SWT yang menjadi kenyataan. Tingkatan kedua adalah Af'Al yang hakiki, yaitu perbuatan Allah SWT yang merupakan hakikat dari segala sesuatu yang ada. Perbuatan manusia, pada hakikatnya, hanyalah mengikuti sunnah Allah SWT semata. Tingkatan ketiga adalah Sunnah Tullah, yaitu sunnah atau kebiasaan Allah SWT yang menjadi sebab akibat dari setiap peristiwa. Terakhir, tingkatan keempat adalah Tajalli Asma (nama), di mana Allah SWT menyatakan diri-Nya melalui nama-nama-Nya yang agung. Dalam memahami keempat tingkatan tajalli ini, individu diharapkan dapat mencapai pemahaman yang lebih dalam tentang keberadaan Allah SWT dan tata cara hidup yang benar dalam mengikuti sunnah-Nya (Sulaiman dan Yusoff, 2017: 13-24).

وَاللَّهُ خَلَقَكُمْ وَمَا تَمْلُوْنَ

Padahal Allah lah yang menciptakan kamu danapa yang kamu perbuat itu. (Qs Ash Shafat 37: 96)

Tajalli Asma merujuk pada tahap pengalaman spiritual di mana seorang hamba mengalami kefanaan (fana) pada saat beribadah atau berdoa kepada salah satu atau beberapa dari Asma Allah SWT. Dalam Islam, terdapat 99 nama Allah yang disebut Asmaul Husna. Jika seseorang mengalami kefanaan pada salah satu dari Asmaul Husna tersebut, kemudian ia berdoa atau memohon sesuatu kepada Allah SWT dengan menyebut nama tersebut, maka Allah SWT akan memperkenankan doanya. Contohnya, jika seseorang mengalami kefanaan pada Asma Al-'Alim (Yang Maha Mengetahui) atau Ar-Razzaq (Yang Maha Memberi Rezeki) dan ia berdoa untuk memperoleh ilmu atau rezeki, maka Allah SWT akan mengabulkan doanya. Dalam Islam, pengalaman kefanaan pada Asma Allah SWT dianggap sebagai salah satu cara untuk mendekatkan diri kepada-Nya dan meningkatkan kualitas ibadah serta keimanan seseorang.

Tajalli Sifat adalah tahap pengalaman spiritual di mana seorang hamba mengalami kefanaan dengan sifat-sifat Allah yang Maha Sempurna. Ketika seseorang mengalami kefanaan filosofis secara haqqul yakin, ia merasakan keagungan dari sifat-sifat Allah tersebut. Pengertian dari Tajalli Sifat hampir sama dengan Tajalli Asma, yaitu keduanya merujuk pada tahap pengalaman spiritual di mana seseorang mengalami kefanaan dalam beribadah atau berdoa kepada Allah SWT. Dalam Islam, pengalaman kefanaan dengan sifat-sifat Allah SWT dianggap sebagai cara untuk mendekatkan diri kepada-Nya dan meningkatkan kualitas ibadah serta keimanan seseorang.

Tajalli Zat adalah tahap pengalaman spiritual tertinggi di mana seorang hamba mengalami kefanaan pada Zat yang Wajibul Wujud, yaitu Allah SWT. Ketika seseorang mengalami kefanaan pada Zat Allah SWT, maka Nur (cahaya) yang hanya dimiliki oleh Allah SWT terpancar dalam dirinya. Dalam konsep kepercayaan Islam, hanya Allah SWT yang merupakan Wujud yang Mutlak dan Mahasempurna. Oleh karena itu, pengalaman

kefanaan pada Zat Allah SWT dianggap sebagai tahap tertinggi dari pengalaman spiritual dalam Islam.

### E. Kesimpulan

Tasawuf adalah upaya mendidik jiwa dan ruh manusia melalui berbagai kegiatan yang dapat membebaskan manusia dari pengaruh duniawi yang semuanya halus dan langsung. Tujuannya adalah untuk mengembalikan nilai-nilai spiritual dalam kehidupan manusia yang terkadang tersendat akibat perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang seringkali tidak seimbang dengan akhlak mulia dan agama sebagai pedoman utama kehidupan masyarakat. Dalam penerapannya, nilai-nilai tasawuf dapat mencerminkan akhlak manusia yang mulia dan dekat dengan Tuhan bahkan ketika kita berada di tengah perkembangan zaman yang tidak dapat kita hindari. Hal ini dilakukan dengan melawan kehidupan hedonistik dan mengadopsi kehidupan spiritual yang tercermin dalam martabat wara' (tawadu'), sederhana, ta'abbud (bertakwa), zuhud (tidak terikat kemewahan), dan nilai-nilai lainnya yang menuntun manusia untuk menjalani kehidupan yang lebih baik. Oleh karena itu, tasawuf dianggap sebagai suatu bentuk pendekatan spiritual yang sangat penting bagi kehidupan manusia.

### Daftar Pustaka

- M. Solihin dan M. Rosyid Anwar, *Akhhlak Tasawuf Manusia, Etika, dan Makna Hidup*(Bandung: Nuansa, 2004), h. 16.
- Nulyanti, "Peranan Tasawuf Dalam Kehidupan Modern," *Tajdid*, vol. XIV, pp. 119–142, 2015.
- Asmaran, *Pengantar Studi Tasawuf*(Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2012), h. 17.
- Kurniawan, A. (2016). Peran tasawuf dalam pembinaan akhlak di dunia pendidikan di tengah krisis spiritualitas masyarakat modern. *JURNAL YAQZHAN: Analisis Filsafat, Agama dan Kemanusiaan*, 2(1).
- Nurhasanah, L. (2017). Peran Tasawuf Dalam Kehidupan Manusia Modern (Perspektif Sayyed Hossein Nasr). *El-Afkar: Jurnal Pemikiran Keislaman dan Tafsir Hadis*, 6(2).
- Handoyo, B. (2021). Peran Tasawuf dalam Membangun Nilai Keagamaan Masyarakat Modern. *Ta'wiluna: Jurnal Ilmu Al-Qur'an, Tafsir dan Pemikiran Islam*, 2(1), 14-42.
- M. Hafiun, "Teori Asal Usul Tasawuf," *J. Dakwah*, vol. XIII, pp. 241–253, 2012.
- M. Solihin dan Rosihon Anwar, *Ilmu Tasawuf*, (Bandung: Pustaka Setia, 2008), h. 11.
- Labib, *Memahami Ajaran Tasawuf*, (Surabaya: Bintang Usaha Jaya, 2001), h. 11.
- Rosihon Anwar, *Akhhlak Tasawuf*, (Bandung: Pustaka Setia, 2010), h. 13.
- Abuddin Nata, *Ilmu Kalam, Filsafat dan Tasawuf*, (Jakarta:RajaaGrafindo Persada, 1998), h. 152.
- Harun Nasution, *Islam Rasional*(Bandung: Mizan, n.d.), h. 59.
- Ahmad Sidqi, "Wajah Tasawuf di Era Modern", dalam jurnal EPISTEME, Vol. 10, No. 1, Juni 2015
- M. Amin Syukur, *Menggugat Tasawuf*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1999), h. ix
- Silawati, "Pemikiran Tasawuf Hamka dan Kehidupan Modern", dalam jurnal An-Nida : *Jurnal Pemikiran Islam*, Vol-40, No,2, (Juli-Agust 2015), h. 118.
- Bertand Russell, *Sejarah Filsafat Barat dan Kaitannya dengan Kondisi Sosio Politik Dari Kuno Hingga Sekarang*, terj. Sigit Jatmiko (dkk), (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002), h. 732.
- Ahmad Tafsir, *Filsafat Umum: Akal dan Hati Sejak Thales Sampai Capra*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2001), h. 125-126.

- Maryam Jameelah, Islam dan Modernisme, ter. A. Jainuri dan Syafiq A. Mughni, (Surabaya: Usaha Nasional, 1982), h. 29.
- Zahri Mustofa, Ilmu Tasawuf (Surabaya: Bina Ilmu, 1976), h. 77.
- Amin Syukur, Pengantar Studi Islam (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1996), h. 45-46.
- Aboebakar Aceh, Pendidikan Sufi Sebuah Upaya Mendidik Akhlak Manusia (Solo: CV. Ramahani, n.d.), h. 31
- Abdul Mustaqim, Akhlak tasawuf (Yogyakarta: Kreasi Wacana, 2007), h. 95.
- Rastati, R. (2018). Media literasi bagi digital natives: perspektif generasi z di Jakarta. Kwangsan: Jurnal Teknologi Pendidikan, 6(1), 60-73.
- Simbolon, P. C. (2018). Etos Kerja Generasi Z pada Karyawan Dinas Kependudukan dan Catatan Sipil Kabupaten Padang Lawas.
- Sulaiman, F., & Yusoff, Z. H. M. (2017). Konsep Ketuhanan: Kajian Terhadap Pemikiran Syeikh Ibn Ajibah dalam Tafsir al-Bahr al-Madid fi Tafsir al-Quran al-Majid. ALBASIRAH JOURNAL, 7(1), 13-24.
- Hasan, M. S. R. (2016). Tasawuf akhlaqi dan implikasinya dalam pendidikan agama Islam. Urwatul Wutsqo, 5(2), 90-106.
- Hamidi.2007. Metode Penelitian dan Teori Komunikasi. Malang: Press Malang.
- Khoiruddin, M. A. (2016). Peran Tasawuf Dalam Kehidupan Masyarakat Modern. Tribakti: Jurnal Pemikiran Keislaman, 27(1), 113-130.