

Pendekatan Tasawuf dalam Meningkatkan Spiritualitas Penghafal Al-Qur'an

Shobikhul Qisom

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Email: shobikhulqisom@stidkiarahmah.ac.id

P-ISSN : 2745-7796
E-ISSN : 2809-7459

Abstrak. Tasawuf merupakan salah satu cabang ilmu pengetahuan Islam yang menitikberatkan pada aspek spiritual seperti etika, spiritualitas, dan pengetahuan diri. Menghafal Al-Qur'an merupakan salah satu kewajiban bagi setiap Muslim. Hafalan Al-Qur'an adalah kemampuan untuk menghafal dan mengulang-ulang ayat-ayat Al-Qur'an dengan tepat dan benar. Meskipun Tasawuf dan hafalan Al-Qur'an tampaknya berhubungan erat, penelitian tentang hubungan antara keduanya masih sangat terbatas. Artikel ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan pengetahuan ini dengan memberikan gambaran umum yang komprehensif tentang penelitian Tasawuf dan hafalan Al-Qur'an. Penelitian dalam artikel ini menggunakan metode penelitian kepustakaan yaitu serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat, serta mengelola bahan penelitian. Pembersihan diri (tazkiyatun nafs) dapat membantu seseorang untuk lebih fokus dan konsentrasi, sementara akhlak mulia dapat mendorong disiplin dan ketekunan dalam proses hafalan, sehingga tasawuf dibutuhkan bagi para penghafal Al-Qur'an. Langkah penyucian jiwa (tazkiyatun nafs) yaitu: 1) pengosongan diri dari sifat tercela dan 2) pengisian jiwa dengan sifat-sifat terpuji. Sifat-sifat negatif para penghafal Al-Qur'an dapat disembuhkan dengan Taubat, Wara', sabar, istiqamah, zuhud, mujahadah dan mahabbah. Tasawuf bagi para penghafal Al-Qur'an dapat dilakukan dengan langkah-langkah penyucian jiwa (tazkiyatun nafs) yang terdiri dari 2 tahap yaitu: 1) Tahap Pembersihan Sifat-Sifat Tercela (takhalli) dan 2) Tahap Pengisian Jiwa Dengan Sifat-Sifat Terpuji (tahalli). Agar sifat-sifat negatif tidak mendominasi perilaku para penghafal Al-Qur'an maka harus disembuhkan dengan cara Taubat dan Wara', sabar, istiqamah, zuhud, mujahadah dan mahabbah.

Kata Kunci: Tasawuf, Penghafal Al-Qur'an, Tazkiyatun Nafs

<http://jurnal.staiddimakassar.ac.id/index.php/aujpsi>
DOI : <https://doi.org/10.55623>

PENDAHULUAN

Tasawuf merupakan salah satu cabang ilmu pengetahuan Islam yang menitikberatkan pada aspek spiritual seperti

etika, spiritualitas, dan pengetahuan diri (Hanifiyah, 2019). Dengan bertindak sesuai dengan prinsip-prinsip tasawuf, seseorang berusaha untuk membangun kepribadian yang mulia, karena penerapan keimanan dan

ketaqwaan kepada Allah SWT menghasilkan akhlak mulia, yang memungkinkan seseorang menghadapi tantangan yang semakin meningkat di zaman modern (Giantomi Muhammad Dkk, 2021).

Tasawuf memiliki sejarah yang panjang dan kaya dalam tradisi Islam, dan telah memberikan kontribusi besar bagi perkembangan intelektual, seni, dan budaya Islam. Salah satu bentuk praktek Tasawuf yang paling umum adalah dzikir, yaitu mengulang-ulang nama-nama Allah atau ayat-ayat Al-Qur'an sebagai bentuk ibadah dan meditasi. Dzikir dianggap sebagai cara untuk mendekatkan diri kepada Allah dan memperkuat hubungan spiritual dengan-Nya (Arrasyid, 2020).

Menghafal Al-Qur'an merupakan salah satu kewajiban bagi setiap Muslim. Hafalan Al-Qur'an adalah kemampuan untuk menghafal dan mengulang-ulang ayat-ayat Al-Qur'an dengan tepat dan benar. Hafalan Al-Qur'an memiliki banyak manfaat, baik di dunia maupun di akhirat, seperti meningkatkan kecerdasan kognitif, memperkuat iman, dan mendapatkan pahala (Oktapiani, 2020).

Hafalan Al-Qur'an merupakan salah satu amalan yang sangat mulia dan mendapat pahala besar dari Allah SWT. Rasulullah SAW bersabda: "Sebaik-baik kalian adalah orang yang mempelajari Al-Qur'an dan mengajarkannya." (HR. Bukhari).

Meskipun *Tasawuf* dan hafalan Al-Qur'an tampaknya berhubungan erat, penelitian tentang hubungan antara keduanya masih sangat terbatas. Sebagian besar penelitian yang ada hanya berfokus pada aspek-aspek sosial, psikologis, atau pedagogis dari hafalan Al-Qur'an, tanpa memperhatikan dimensi spiritualnya. Padahal *tasawuf* dapat memberikan wawasan yang mendalam dan holistik tentang proses dan dampak dari hafalan Al-Qur'an, serta membantu para penghafal Al-Qur'an untuk mencapai tingkat kesempurnaan yang lebih tinggi.

Oleh karena itu, artikel ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan pengetahuan ini dengan memberikan gambaran umum yang komprehensif tentang penelitian *Tasawuf* dan hafalan Al-Qur'an, serta menawarkan model baru untuk meneliti *Tasawuf* di antara para penghafal Al-Qur'an.

METODE

Penelitian *tasawuf* adalah penelitian yang dilakukan untuk memahami ajaran dan praktik tasawuf secara lebih mendalam. Penelitian ini dapat dilakukan dengan berbagai metode dan pendekatan, seperti kualitatif dengan pendekatan tematik, studi *bibliografi*, dan *interpretative phenomenological analysis*. Penelitian *tasawuf* bertujuan untuk memperdalam pemahaman tentang ajaran *tasawuf* dan praktiknya, serta untuk mengembangkan ajaran dan praktik *tasawuf* agar sesuai dengan tuntutan peradaban manusia.

Penerapan metode kualitatif penelitian tasawuf bertujuan untuk memperoleh informasi yang mendalam tentang makna hidup pelaku tasawuf (Maola, 2020). Selain itu, penelitian *tasawuf* juga menggunakan metode penelitian kepustakaan. Metode penelitian kepustakaan digunakan untuk menggambarkan dan meninjau konsep *tasawuf* dan relevansinya dalam kehidupan sehari-hari (Arrasyid, 2020). Penelitian dalam artikel ini menggunakan metode penelitian kepustakaan yaitu serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat, serta mengelola bahan penelitian (Andriani, 2021). Penelitian ini dilakukan dengan mengumpulkan sejumlah buku, jurnal, dan sumber lain yang berkaitan dengan masalah dan tujuan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tasawuf

Tasawuf telah mengalami perkembangan tersendiri sepanjang sejarahnya. Dari gerakan *zuhud* yang individual, *tasawuf* berkembang menjadi

gerakan massa. Beberapa kelompok lebih menitikberatkan perhatian pada aspek syariah, sehingga disebut kaum lahiri. Dalam sejarah pemikiran Islam, terjadi polemik panjang yang menimbulkan ketegangan antara dua faksi dengan orientasi penghayatan keagamaan yang berbeda (Zuherni AB, 2011).

Perkembangan tasawuf terbagi menjadi beberapa fase, termasuk pembentukan, pengembangan, konsolidasi, falsafi, dan pemurnian. Tasawuf berkembang pesat pada abad ketiga Hijriyah, ditandai dengan adanya segolongan ahli tasawuf yang mencoba memiliki inti ajaran tasawuf yang berkembang pada masa itu. Pada abad keenam Hijriyah, banyak ulama tasawuf yang sangat berpengaruh pada perkembangan tasawuf pada abad ini (Abdul Wahab & Syakhrani Nournaina, 2023). Perkembangan pemikiran tasawuf di era modern menunjukkan dinamika yang progresif. Tokoh modernis Islam seperti Hamka mampu mewarnai pemikiran baru dalam dunia tasawuf dalam konteks keIndonesiaan. Pemikiran Hamka adalah menghadirkan tasawuf tanpa tarekat, mendorong etos rasionalitas dan tanggung jawab untuk penanaman kabajikan spiritual sufi dalam kehidupan sehari-hari (Abdul Wahab & Syakhrani Nournaina, 2023).

Para ulama *tasawuf* berbeda pendapat tentang asal usul penggunaan kata *tasawuf*. Secara *etimologi tasawuf* yaitu *ahlu suffah* (sekelompok orang di masa Rasulullah SAW yang hidupnya banyak berdiam di serambi-serambi masjid), *shafa* (bersih atau suci), *shaf* (barisan shalat) dan *shuf* (bulu domba atau *wool*) (M. S. R. Anwar, 2002). Kata-kata tersebut bisa-bisa saja dihubungkan dengan *tasawuf*. Ada juga yang mengatakan bahwa kata *tasawuf* berasal dari kata *Sovia* yang artinya kebijaksanaan, *Sufanah* yaitu sejenis buah-buahan kecil dan berbulu yang banyak tumbuh di tanah Arab yang mencerminkan pakaian kaum *sufi* yang sederhana (R. Anwar, 2010).

Tasawuf secara istilah memiliki definisi yang banyak sekali. Menurut Hamka, *tasawuf* sebagai "*shifa'ul qalbi*", yaitu upaya seseorang untuk membersihkan hati, pembersihan budi pekerti dari perangai-perangai yang tercela, lalu memperhias dirinya dengan perangai atau karakter terpuji (Jannah, 2019). Sedangkan Muhammad Amin Kurdi mendefinisikan *tasawuf* adalah suatu yang dengannya diketahui hal ihwal kebaikan dan keburukan jiwa, cara membersihkannya dari yang tercela dan mengisinya dengan sifat-sifat terpuji, cara melaksanakan "*suluk*" dan perjalanan menuju keridhaan Allah dan meninggalkan larangannya (Al-Kurdi, 2015). Dan Abu Bakar Al Kattani juga mengatakan *tasawuf* adalah budi pekerti. "Barangsiapa yang memberikan bekal budi pekerti atasmu, berarti ia memberikan bekal bagimu atas dirimu dalam tasawuf" (G. M. Dkk, 2021). Tasawuf adalah sikap mental yang selalu memelihara kesucian diri, beribadah, hidup sederhana, rela berkorban untuk kebaikan dan selalu bijaksana serta mengutamakan kebajikan (Hafiun, 2012).

Melihat beraneka ragamnya makna tasawuf, baik dari segi etimologis maupun *terminologis* mengakibatkan sulitnya menarik satu kesimpulan yang tepat. Kesulitan itu berpangkal pada esensi *tasawuf* sebagai pengalaman *rohaniyah* yang hampir tidak mungkin dijelaskan secara tepat melalui bahasa lisan. Masing-masing orang yang mengalaminya mempunyai penghayatan yang berbeda dari orfang lain, sehingga pengungkapannya juga melalui cara yang berbeda (Muchasan, 2018).

Dasar-dasar *tasawuf* sudah ada sejak datangnya agama Islam, hal ini dapat diketahui dan kehidupan Nabi Muhammad Saw. Cara hidup beliau yang kemudian diteladani dan diteruskan oleh para sahabat. Para sufi kemudian merujuk kepada Al-Qur'an sebagai landasan utama yang menyangkut aspek moralitas dan asketisme (Jamaluddin, 2018). Karena manusia memiliki sifat baik dan sifat jahat,

sebagaimana firman Allah SWT dalam Q.S. Asy-Syams ayat 8 - 9:

قَالَهُمْهَا فُجُورًا وَتَقْوَاهَا قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا

Artinya:

“Lalu Dia mengilhamkan kepadanya (jalan) kejahatan dan ketakwaannya. Sungguh beruntung orang yang menyucikannya (jiwa itu)”

Tasawuf berdasarkan kode keilmuan dan penyajian akademik terbagi menjadi dua yaitu 1) Tasawuf Sunni yang memahami tasawuf berdasarkan dalil naqli saja (Al-Qur'an dan Sunnah) yang kebanyakan diterima oleh ulama ahli sunah wal jamaah; 2) Tasawuf Falsafi memahami tasawuf berdasarkan dalil naqli (Al-Qur'an dan Sunnah) dan masih menggunakan alat bantu aqli filsafati (Susanti, 2018).

Kedua aliran ini memiliki kesamaan mengakui ajarannya bersumber dari Al-Qur'an dan sunnah serta sama mengamalkan Islam secara konsekuen. Dalam proses perjalanan menuju arah yang ingin dicapai sama-sama berjalan pada prinsip maqamat dan ahwal. Dan sama-sama ingin memperoleh kebahagiaan yang haqiqi yang bersifat spiritual dan dapat berkomunikasi langsung dengan Allah. Sedangkan perbedaannya yaitu Tasawuf sunni kurang memperhatikan ide-ide spekulatif yang bersifat naqli agamawi (Al-Qur'an dan Sunnah), dengan kesederhanaan berfikir kelompok ini kehadirannya dapat diterima oleh ulama ahlu sunnah waljamaah. Sedangkan tasawuf falsafi sangat gemar terhadap ide-ide spekulatif karena kebanyakan kaum sufi aliran ini memiliki pengetahuan yang cukup dalam tentang lapangan filsafat. Dalam memberi makna terhadap posisi dekat tanpa jarak dengan Allah Swt. tasawuf sunni berpendapat bahwa antara makhluk dengan kholik tetap ada jarak yang tidak terjembatani sehingga tidak mungkin jumbuh karena keduanya tidak seesensi. Sedangkan Tasawuf falsafi dengan tegas berpendapat bahwa manusia seesensi dengan Allah Swt. dapat terpadu jika kondisi untuk itu telah tercipta (Andariati, 2020).

Ketika seseorang benar-benar mempelajari, memahami dan mengamalkan tasawuf, maka akan diperoleh faedah yang luar biasa dalam dirinya. Adapun faedah-faedahnya antara lain: 1) Membersihkan hati dalam berhubungan dengan Tuhan; 2) Membersihkan diri dari pengaruh materi; 3) Menerangi jiwa dari kegelapan; 4) Memperteguh dan menyuburkan keyakinan beragama; dan, 5) Mempertinggi akhlak (Rohmah, 2021). Adapun tujuan terpenting dari bertasawuf adalah agar pelakunya bisa berada sedekat mungkin dengan Allah SWT. Dekat dalam arti melihat dan merasakan kehadiran Allah SWT dalam hati, serta berjumpa dengan Allah SWT sehingga terjadi dialog antara manusia dengan Rabbnya (Jamaluddin, 2018).

Inti ajaran tasawuf terletak pada dua istilah penting yaitu Maqamat dan Ahwal. Maqamat adalah kedudukan seorang hamba di hadapan Allah, yang diperoleh dengan melalui peribadatan, mujahadat dan lain-lain, latihan spritual serta (berhubungan) yang tidak putus-putusnya dengan Allah SWT (Gitosaroso, 2016). Setiap ulama sufi berbeda dalam urutan maqam yang ditetapkannya. Menurut Muhammad al-Kalabadzi, maqamat diurutkan sebagai: *Taubat, Taqwa, Tawakkal, Ridha, Mahabbah dan Makrifah*. Sedangkan Abu Nasr Saraj al-Thusi, menyebutkan maqamat sebagai: *taubat, wara', zuhud, faqir, sabar, tawakal dan ridha*. Berbeda dengan Imam Al-Ghazali yang mengurutkan *maqamat* sebagai: *taubat, sabar, faqir, zuhud, tawakal, makrifat dan ridha* (Rohmah & Budiarjo, 2018). Terlepas dari urutan mana yang paling benar atau sering digunakan oleh para *sufi*, yang terpenting adalah bahwa maqamat merupakan inti ajaran *tasawuf*. Praktik *riyadhah* berupa maqamat inilah yang menjadi ciri khas para *sufi* yang sedang menjalani kehidupan *tasawuf*. Namun setidaknya ada beberapa maqamat yang disepakati oleh para sufi yaitu: *at-taubah, az-zuhud, al-wara, al-faqr, as-sabr, at-tawakkal dan ar-ridha* (Nata, 2006).

Adapun *Ahwal* secara istilah adalah kondisi spiritual yang menguasai kalbu, masuk dalam diri seseorang sebagai karunia yang diberikan oleh Allah. *Ahwal* muncul dan hilang dalam diri seseorang tanpa melalui usaha dan perjalanan tertentu. Itu sebabnya *ahwal* bersifat temporal atau sementara. *Ahwal* yang biasa disebut sebagai *ahwal* adalah takut (*al-khauf*), rendah hati (*at-tawadhu*), patuh (*at-taqwa*), ikhlas (*al-ikhlas*), rasa berteman (*al-uns*), gembira hati (*al-wajid*), berterima kasih (*as-syukr*), rasa cinta (*al-mahabbah*), *al-makrifah* (Nasution, 2017).

2. Menghafal Al-Qur'an

Menghafal Al-Qur'an adalah proses mempelajari Al-Qur'an secara keseluruhan mulai dari surah Al-Fatihah hingga surah An-Nas dengan cara menghafalkannya dan selalu ingat saat mengucapkannya dengan tanpa melihat *mushaf* dengan tujuan semata-mata hanyalah mengharap ridha Allah SWT (Qomariah, 2017). Menghafal Al-Qur'an juga berarti membaca Al-Quran secara berulang-ulang sehingga hafal dari satu ayat ke ayat berikutnya, satu surat ke surat berikutnya sehingga dapat diucapkan dengan baik tanpa melihat Al-Qur'an (Hafiyana, 2018). Sehingga yang dimaksud dengan menghafal Al-Qur'an yaitu proses mempelajari seluruh isi Al-Qur'an dengan cara mengulang-ulang bacaannya sampai hafal dan dapat mengucapkannya tanpa melihat *mushaf* dengan tujuan untuk mendapatkan ridha Allah SWT.

Menghafal Al-Qur'an merupakan suatu pekerjaan yang sangat mulia, memiliki derajat yang tinggi di sisi Allah. Para penghafal Al-Qur'an dijanjikan berbagai keutamaan dan kemuliaan, baik di dunia maupun di akhirat. Adapun beberapa manfaat yang didapatkan dalam menghafal Al-Qur'an yaitu: 1) memberikan berdampak positif pada ketenangan hati karena dekat dengan Allah SWT; 2) Menghafal Al-Qur'an juga dapat meningkatkan kecerdasan spiritual seseorang yang dapat membantu dalam memahami dan menginterpretasikan makna hidup dan nilai-

nilai spiritual; 3) Menghafal Al-Qur'an dapat berkontribusi positif terhadap pembentukan karakter seseorang karena proses menghafal Al-Qur'an melibatkan disiplin, konsistensi, dan dedikasi yang tinggi (R. A. Dkk, 2023).

Menghafal Al-Qur'an merupakan cara untuk menerima atau mempelajari Al-Qur'an. Sebagaimana Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an:

بَلْ هُوَ آيَاتٌ بَيِّنَاتٌ فِي صُدُورِ الَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ وَمَا يَجْحَدُ بِآيَاتِنَا إِلَّا الظَّالِمُونَ

Sebenarnya, ia (Al-Qur'an) adalah ayat-ayat yang jelas di dalam dada orang-orang yang berilmu. Tidaklah mengingkari ayat-ayat Kami, kecuali orang-orang zalim (Q.S. Al-'Ankabut: 49)

Ibnu Al-Jazary rahimahullah mengatakan bahwa "Kemudian sesungguhnya yang menjadi pegangan dalam menukilkan Al-Qur'an adalah dengan menggunakan hafalan dalam hati dan dada, bukan melalui hafalan *Mushaf* dan buku. Dan ini merupakan kekhususan paling istimewa yang diberikan oleh Allah Ta'ala bagi umat ini.

Menghafal Al-Qur'an berarti meneladani generasi salafussaleh yaitu berprinsip bahwa menghafal Al-Qur'an merupakan prinsip mendasar dan menjadi rujukan dalam segala perkara. Rujukan dasar bagi semua metodologi dan disiplin ilmu. Karenanya salafussaleh tidak pernah memulai kecuali dengan Al-Qur'an. Sehingga dalam biografinya salah seorang dari para ulama salaf, ia telah menghafal Al-Qur'an, kemudian baru mulai menuntut ilmu lain (Al-Dausary, n.d.).

Ada berbagai metode yang digunakan dalam menghafal Al-Qur'an. Beberapa metode yang umum digunakan adalah metode *tahfizh*, yang melibatkan menghafal materi baru yang belum pernah dihafal, dan metode *takrir*, yang melibatkan pengulangan hafalan yang sudah diperdengarkan. Metode lain yang sering digunakan adalah metode *wahdah*, yang melibatkan menghafal satu persatu terhadap ayat-ayat yang hendak dihafalkan, dan metode *kitabah*, yang

melibatkan mendengarkan langsung dari guru yang membimbing dan mengajar serta merekam terlebih dahulu ayat-ayat yang akan dihafalkan (Acim, 2022).

Hafalan Al-Qur'an dapat cepat hilang jika tidak dijaga dan diulang secara teratur, penting bagi seseorang yang menghafal Al-Qur'an untuk terus menjaga dan mengulang hafalannya secara rutin. Proses menjaga hafalan ini menjadi tantangan yang dihadapi bagi para penghafal Al-Qur'an seperti rasa malas, mudah bosan, sulit membagi waktu, lingkungan menghafal yang kurang kondusif dan kurangnya murojaah hafalan yang sudah dihafal (A. N. K. Dkk, 2023).

3. Korelasi Tasawuf dan Menghafal Al-Qur'an

Manusia diciptakan dari unsur jasmaniah dan ruhaniah. Unsur jasmaniah terdiri dari materi, sedangkan unsur ruhaniah berasal dari Tuhan yang bersifat spiritual dan transendental. Fithrah ruhaniyyah yang memiliki potensi positif memiliki hubungan fungsional dengan tingkah laku psikologis yang dimunculkan karena suasana batin yang kondusif dalam keadaan sempurna dan bersih, akan memunculkan tingkah laku yang baik dan positif sehingga manusia dituntut untuk menumbuhkan kembangkan potensi ruhaniyahnya melalui tahapan takhalli, tahalli dan tajalli hingga sampai pada tingkat manusia ideal (Hadziq, 2005).

Tahapan tersebut merupakan media penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*) dalam tasawuf. Dengan demikian, tasawuf dapat memberikan solusi bagi para penghafal Al-Qur'an dalam menyelesaikan kendala internal dalam menghafal Al-Qur'an. Karena berbagai masalah bersumber pada tingkah laku penghafal yang tercermin pada kondisi batiniyah. Dalam konteks menghafalkan Al-Qur'an, pembersihan diri dapat membantu seseorang untuk lebih fokus dan konsentrasi, sementara akhlak mulia dapat mendorong disiplin dan ketekunan dalam proses hafalan, sehingga tasawuf dibutuhkan bagi para penghafal Al-Qur'an. *Tazkiyatun nafs* adalah proses membersihkan jiwa dari segala

penyakit hati. Penelitian menunjukkan bahwa penghafal Al-Qur'an dapat memajemen diri sampai dengan *tazkiyatun nafs*, serta pengaruh dari proses menghafalkan Al-Qur'an terhadap *tazkiyatun nafs*. Hasil penelitian Iqbal Asid Maududin dkk, pada tahun 2021 melaporkan bahwa implementasi *tazkiyatun nafs* dapat menurunkan angka kenakalan siswa (Iqbal Asid Maududin, 2021).

Pembahasan dalam beberapa penelitian sebelumnya diungkapkan bahwa, tasawuf dapat membantu dalam proses menghafal Al-Qur'an. Penelitian ini menunjukkan bahwa prinsip-prinsip tasawuf, seperti pembersihan diri dan akhlak mulia, dapat membantu dalam meningkatkan fokus dan konsentrasi dalam proses hafalan Al-Qur'an.

Tasawuf memfokuskan pada pembersihan aspek kerohanian manusia yang kemudian menimbulkan akhlak mulia. Dalam proses ini, tasawuf membantu individu untuk memahami dan menerapkan ajaran Al-Qur'an dalam kehidupan sehari-hari, seperti menjaga kejujuran hati, keikhlasan, dan tanggung jawab. Salah satu konsep tasawuf yang ditawarkan oleh Ibnu Qayyim Al-Jauziyah adalah mengambil manfaat sebanyak-banyaknya dari Al-Qur'an. Ini berarti memahami dan menerapkan ajaran-ajaran dalam sebanyak-banyaknya dari Al-Qur'an ke dalam kehidupan sehari-hari. Konsep tasawuf lainnya yang ditawarkan oleh Ibnu Qayyim Al-Jauziyah adalah merenungkan kandungan sebanyak-banyaknya dari Al-Qur'an. Ini melibatkan proses merenung dan berpikir dalam-dalam untuk mencapai pemahaman yang lebih mendalam tentang ajaran-ajaran dalam sebanyak-banyaknya dari Al-Qur'an.

Untuk merealisasikan formula penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*), dibutuhkan washilah dan langkah operasional dalam prakteknya. Menurut imam Al-Ghazali, washilah *tazkiyatun nafs* adalah (Solihin, 2000): 1) Keikhlasan yang tercermin melalui ketundukan, kepatuhan, dan kebutuhan dalam beribadah kepada Allah; 2) Menerima

kitab Allah yang tidak hanya mengimani keberadaan Al-Qur'an tetapi juga dengan membaca, memahami dan mengamalkan isinya; 3) Mempelajari sirah (perjalanan hidup) Nabi Muhammad SAW dan mengikuti petunjuk-petunjuknya dengan mempelajari sirah yang berhubungan dengan proses identifikasi dan transformasi akhlak, guna menumbuhkan kesadaran dan memotivasi diri untuk mencontoh akhlak Rasulullah; 4) Zikir kepada Allah yang merupakan makanan yang berfungsi sebagai penerang dan obat penyakit hati; 5) Memperhatikan riwayat orang-orang salaf yang saleh dan mukhlisin (orang-orang yang ikhlas), mempelajari kisah-kisah orang yang saleh dapat menjadi faktor pendorong karena perilaku orang-orang saleh menggambarkan kesucian jiwa yang perlu untuk diteladani.

Langkah penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*) terbagi menjadi dua tahap, yaitu: 1) pengosongan diri dari sifat tercela; dan 2) pengisian jiwa dengan sifat-sifat terpuji. Dan ketika dua tahap tersebut telah dilaksanakan maka, hatinya akan mendapat pancaran cahaya ilahi (*tajalli*).

a). Tahap Pembersihan Sifat-Sifat Tercela (*takhalli*).

Imam Al-Ghazali menamakan langkah-langkah ini sebagai rincian latihan jiwa (*riyadhah an-nafs*) dengan dasar ilmu dan amal. Adapun yang akan dilatih dalam *riyadhah* ini adalah mengekang induk sifat-sifat buruk (*shifat al-madzmumah*), seperti tamak, nafsu seks, berkata berlebih-lebihan, amarah, iri, dendam, cinta dunia, cinta harta, bakhil, cinta pengaruh, kemegahan, kesombongan, dan penipuan diri sendiri. *Tazkiyatun nafs* hanya akan lengkap jika semua sikap buruk di atas telah ditinggalkan. *Tazkiyat an-nafs* pada seorang pemula harus dilakukan setelah melatih dirinya untuk menghindari perbuatan buruk dan melakukan amal perbuatan yang berhubungan dengan lahir (*zhahir*) (Solihin, 2000).

b). Tahap Pengisian Jiwa Dengan Sifat-Sifat Terpuji (*tahalli*)

Apabila jiwa bersih dari sifat kotor dan telah diisi dengan sifat-sifat terpuji maka akhlak ketuhanan dalam diri manusia akan mudah berkembang dalam batas kemampuan manusia itu sendiri. Inilah yang sering disebut dengan *at-takhalluq biakhlaqillah* (berakhlak dengan akhlak Allah). Jiwa yang memiliki akhlak ketuhanan disebut jiwa yang telah *ma'rifat* dan dipenuhi kecintaan (*mahabbah*) kepada Allah. Jiwa seperti ini telah memiliki *waizh* (juru nasihat) dan *hafizh* (penjaga) (Solihin, 2000).

Tasawuf akan melatih para penghafal penghafal agar memiliki sifat-sifat yang positif yang sangat dibutuhkannya untuk menunjang kesuksesan dalam meraih cita-citanya, seperti sifat sabar, *istiqamah*, *takwa*, *taubat*, *wara'*, *zuhud* dan berbagai sifat positif lainnya. Tasawuf juga akan menjadi pegangan para penghafal Al-Qur'an dalam menghadapi problema kehidupan dan menjadikan jiwa tetap tabah dan tidak mudah putus asa.

Tasawuf berpandangan bahwa segala tingkah laku psikologis yang terjadi pada diri seseorang merupakan gambaran sisi batiniahnya. Manakala aktivitasnya masih juga diliputi dengan kemaksiatan maka hal itu juga menunjukkan bahwa hatinya penuh dengan noda yang menjadi penghalang antara dirinya dengan Allah. Karena kemaksiatan tersebut memunculkan dorongan negatif seperti rasa malas, jenuh, bosan, putus asa, tidak disiplin, lari dari tugas, lalai untuk memanfaatkan waktunya dengan baik. Kemudian karena tidak dapat mengelola hati dan akalunya dengan baik, segala dorongan (motivasi) negatif tersebut berdampak pada kesulitan menjaga ke-*istiqamahan* dalam mengulang-ulang hafalan dan pada akhirnya terjadi kesulitan untuk memproduksi ayat yang sudah dihafal (*lupa*).

Ibnu Athaillah menerangkan pengaruh dosa yang disebabkan maksiat terhadap hati. Apabila seorang hamba melakukan dosa, kegelapan akan menyelimuti. Hati yang dimaksud bukanlah sepotong daging yang ada di sisi kiri dada. Namun hati yang

dimaksud adalah satu bagian yang dengannya seseorang merasa, mencintai dan membenci. Bagian yang asalnya bersih dan bening ini dapat menjadi keruh oleh maksiat ('Athailah, 2013).

Agar sifat-sifat negatif tidak mendominasi perilaku maka harus disembuhkan dengan memotong substansinya dan menghilangkan sebab-sebabnya dengan bantuan ilmu dan amal. Ilmu penyucian jiwa yang sangat dibutuhkan para santri untuk menunjang kesuksesannya dalam menghafal adalah:

a). Taubat dan Wara'

Taubat sangat penting taubat sebagaimana disampaikan oleh Ibnu 'Athailah dengan mengatakan: "Bagaimana akan terang hati seseorang yang gambar dunia ini terlukis dalam cermin hatinya. Atau bagaimana akan pergi menuju Allah, padahal ia masih terikat oleh syahwat hawa nafsunya. Atau bagaimana dapat masuk kehadiran Allah, padahal ia belum suci dari kelalaian janabatnya. Atau bagaimana mengharap akan mengerti rahasia yang halus, padahal ia belum taubat dari kekeliruannya."

Berdasarkan keterangan tersebut, maka dapat diketahui beberapa keuntungan dalam bertaubat, yakni hatinya akan menjadi terang dan mudah menerima segala pengetahuan dan rahasia ketuhanan. Hal ini tentunya sangat didambakan oleh para penghafal Al-Qur'an, karena Al-Qur'an merupakan kalam Allah tentu akan sangat mudah bagi santri jika secara langsung mendapat pengetahuan dari Sang pemilik Al-Qur'an sebagai buah dari hati yang suci dan jernih akibat taubat.

Selain taubat, hal yang dilakukan dengan wara'. Secara harfiah wara' artinya menahan diri, berhati-hati atau menjaga diri supaya tidak jatuh pada kecelakaan (Rakhmat, 2000). Sedangkan menurut Ibrahim bin Adham sebagaimana dikutip oleh Amin Syukur, wara' adalah meninggalkan setiap yang syubhat dan meninggalkan setiap hal yang tidak berguna atau meninggalkan barang yang melebihi kebutuhan (fudlul). Sedangkan dalam kamus

Tasawuf, wara' adalah menjaga diri dari berbuat dosa atau berbuat maksiat sekecil apapun (Solihin, 2000).

Ibnu Qayyim al-Jauziyah membagi wara' dalam tiga tahap sebagaimana dikutip oleh Jalaluddin Rakhmat. Tahapan tersebut yakni, tahap meninggalkan kejelekan, tahap menjauhi hal yang diperbolehkan karena kuatir jatuh pada hal yang dilarang, dan tahap menjauhi apa saja yang membawa seseorang kepada selain Allah (Rakhmat, 2000).

a). Sabar

Sabar secara etimologis berarti tidak mengeluh saat mendapat musibah atau ujian (In'amuzzahidin, 2017). Kegiatan menghafal Al-Qur'an merupakan salah satu bentuk ketaatan kepada Allah SWT. Dan sabar dalam ketaatan merupakan hal yang berat. Oleh karena itu menurut al-Ghazali, kesabaran dalam ketaatan itu dibagi dalam tiga keadaan. Pertama, sebelum ketaatan, kedua, ketika melakukan ketaatan, dan ketiga, setelah selesai melakukan ketaatan (In'amuzzahidin, 2017).

Jadi, sebelum menghafal Al-Qur'an bentuk kesabarannya ialah meluruskan niat, ikhlas hanya untuk Allah dan bersabar menghadapi dengan menahan diri dari berbagai macam jenis dan bahayanya penyakit hati. Selama kegiatan menghafal Al-Qur'an bentuk kesabarannya ialah dengan tidak melalaikan Allah selama kegiatan berlangsung dan menjauhi sifat malas dengan sungguh-sungguh memenuhi berbagai adab dan kesunahannya. Dengan kesabaran selama proses kegiatan menghafal maka para santri akan terhindar dari rasa putus asa dan dorongan untuk berhenti menghafal. Dan terakhir kesabaran setelah berhasil menghafal Al-Qur'an ialah dengan tidak ujub dan riya'. Selama masa menghafal al-Qur'an sangat dibutuhkan sikap mental sabar agar tetap pada 'azzam (cita-cita) yang diharapkan. Dan menurut Sri Purwaningsih emosi negatif yang sering melingkupi hati, seperti rasa marah harus dilawan dengan emosi yang positif berupa shabar dan tetap tunduk dan

patuh pada Allah (taqwa) (Purwaningsih Sri, 2011).

a). Istiqamah

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia istiqamah sebagai sikap teguh pada pendirian dan selalu konsekuen (Anton M. Moeliono Dkk, 341 C.E.). Sikap istiqamah dilakukan dengan menjaga motivasinya untuk selalu bersemangat dalam menjalani hari-harinya. Mengefektifkan waktu semaksimal mungkin guna menunjang kegiatannya dalam menghafal dan murajaah. Selain itu harus disiplin, gigih menjaga keseimbangan antara hak dan kewajiban, cekatan, kuat fisik dan mengurangi kesibukan-kesibukan yang tidak ada gunanya seperti bermain dan bersendau gurau.

Seseorang yang beriman senantiasa istiqamah dalam tiga dimensi, hati, lisan dan amal perbuatannya. Ia akan selalu menjaga kesucian hatinya, kebenaran perkataannya, kesesuaian perbuatannya dengan ajaran Islam. Istiqamah merupakan kunci setiap kesuksesan karena didalamnya ada kesungguhan.

b). Zuhud

Kecenderungan manusia untuk mencintai pernak-pernik dunia adalah alami. Meski demikian Islam tidak menghendaki mematahkan dan membuangnya, melainkan memberi batas dan mengaturnya agar jangan sampai manusia tergiur dengannya. Hendaknya manusia dapat memiliki, mentasarrufkan dan mengendalikannya sesuai dengan yang dikehendaki oleh Allah SWT (Syukur, 2018).

Zuhud secara etimologis berarti ragaba ánsayai'in wa tarakahu, artinya tidak tertarik terhadap sesuatu dan meninggalkannya. Sedangkan secara terminologis zuhud diartikan dengan adanya kesadaran dan komunikasi langsung antara manusia dengan Tuhan (Syukur, 2018). Zuhud sebagai akhlak Islam berguna untuk mempersenjatai diri dengan nilai-nilai rohaniyah yang baru yang akan menegakkannya saat menghadapi problema hidup dengan kehidupan yang serba materialistik, kemudian berusaha

merealisasikan keseimbangan jiwanya sehingga timbul kemampuan menghadapinya dengan sikap jantan dan bijaksana.

c). Mujahadah

Istilah mujahadah berasal dari kata jahada-yujahidu-mujahadah-jihad yang berarti mencurahkan segala kemampuan. Dalam konteks tasawuf mujahadah adalah mencurahkan segala kemampuan untuk melepaskan diri dari segala hal yang menghambat pendekatan diri terhadap Allah SWT, baik hambatan yang bersifat internal maupun secara eksternal. Hambatan yang bersifat internal datang dari jiwa mendorong untuk berbuat keburukan (nafsu amarah bi as-sui'), hawa nafsu yang tidak terkendali dan kecintaan pada dunia. Sedangkan hambatan eksternal datang dari syaithan, orang-orang kafir, munafik, dan para pelaku kemaksiatan dan kemungkarannya.

d). Mahabbah

Jenuh adalah rasa bosan dalam melakukan suatu aktivitas yang berulang-ulang. Rasa jenuh bertempat di dalam hati dan bisa menyebabkan malas untuk beraktivitas. Rasa jenuh disebabkan hilangnya motivasi untuk mengejar kesuksesan. Rasa jenuh yang melanda juga bisa menyebabkan gangguan kesehatan jasmani seperti maag, pusing, cemas dan stress. Untuk memelihara perhatian hati terhadap Al-Qur'an agar supaya tidak dijangkiti rasa jenuh, maka para santri harus menumbuhkan rasa cinta, cinta kepada Allah SWT, cinta kepada Rasulullah saw, dan cinta kepada al-Qur'an. Dan di dalam tasawuf istilah ini dikenal dengan mahabbah. Cinta adalah kesadaran diri, perasaan jiwa dan dorongan hati yang menyebabkan seseorang terpaut hatinya kepada apa yang dicintainya dengan penuh semangat dan rasa kasih sayang.

Bagi seorang mukmin cintanya kepada Allah, Rasulullah dan berjihad di jalannya merupakan cinta utama baginya. Sedangkan cintanya kepada ayah ibu, saudara, harta benda dan lainnya merupakan cinta menengah. Kedudukan cinta utama tidak

boleh dikalahkan oleh cinta menengah karena dapat menyebabkan kehinaan baginya.

Tasawuf menawarkan pendekatan spiritual dalam memahami Al-Qur'an dan menghafal, pendekatan ini dapat membantu seseorang untuk merasakan dan menghubungkan diri dengan makna spiritual dari ayat-ayat yang dihafal, sehingga memperkuat retensi dan pemahaman. Dalam tasawuf, zikir atau pengulangan mantra-mantra dan ayat-ayat suci dianggap sebagai salah satu cara untuk membersihkan hati dan pikiran. Dalam konteks menghafalkan Al-Qur'an, zikir dapat digunakan sebagai teknik hafalan melalui pengulangan ayat-ayat Al-Qur'an. Tasawuf bersumber dari esensi ajaran agama Islam yaitu ihsan. Dalam konteks hafalan Al-Qur'an, pemahaman ini dapat membantu seseorang untuk memahami dan menerapkan ajaran Al-Qur'an dalam kehidupan sehari-hari, yang pada gilirannya dapat memperkuat hafalan dan pemahaman.

KESIMPULAN

Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa Tasawuf bagi para penghafal Al-Qur'an dapat dilakukan dengan langkah-langkah penyucian jiwa (tazkiyatun nafs) yang terdiri dari 2 tahap yaitu: 1) Tahap Pembersihan Sifat-Sifat Tercela (takhalli); dan 2) Tahap Pengisian Jiwa Dengan Sifat-Sifat Terpuji (tahalli). Tasawuf berpandangan bahwa segala tingkah laku psikologis yang terjadi pada diri seseorang merupakan gambaran sisi batiniahnya. Manakala aktivitasnya masih juga diliputi dengan kemaksiatan maka hal itu juga menunjukkan bahwa hatinya penuh dengan noda yang menjadi penghalang antara dirinya dengan Allah. Agar sifat-sifat negatif tidak mendominasi perilaku para penghafal Al-Qur'an maka harus disembuhkan dengan cara *Taubat dan Wara', sabar, istiqamah, zuhud, mujahadah dan mahabbah*.

DAFTAR PUSTAKA

'Athailah, I. (2013). *Tajul 'Arus Terjemahan Fauzi Faisal Bahresy*. Zaman.

- Abdul Wahab, & Syakhrani Nournaina. (2023). *Sejarah Munculnya Tasawuf*. 6(Januari-Juni), 46.
- Acim, S. A. (2022). *Metode Pembelajaran dan Menghafal Al-Qur'an*. Lembaga Ladang Kata.
- Al-Dausary, M. (n.d.). *Menghafal Al-Qur'an: Adab dan Hukumnya*".
- Al-Kurdi, A. (2015). *Tanwir al-Qulub fi Mu'amalah 'Alam al -Ghuyub*. Bungkul Indah.
- Andariati, L. (2020). Aliran- Aliran Dalam Tasawuf. *FiTUA - Jurnal Studi Islam*, 1(2), 138.
- Andriani, W. (2021). Penggunaan Metode Sistematis Literatur Review Dalam Penelitian Ilmu Sosiologi". *Jurnal PTK Dan Pendidikan*, 7(Juli-Desember), 125.
- Anton M. Moeliono Dkk. (341 C.E.). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Balai Pustaka.
- Anwar, M. S. R. (2002). *Kamus Tasawuf*. Remaja Rosdakarya.
- Anwar, R. (2010). *AkhlaqTasawuf*. pustaka setia.
- Arrasyid. (2020). Konsep-Konsep Tasawuf dan Relevansinya dalam Kehidupan. *El-Afkar*, 9(Januari-Juni), 54.
- Dkk, A. N. K. (2023). Strategi Menghafal Al-Qur'an Santri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Griya Qur'an 3 Klaten. *Innovative Education Journal*, 5(2 Juli), 871.
- Dkk, G. M. (2021). Konsep Akhlak Tasawuf Dalam Proses Pendidikan Islam. *Ta'dib : Jurnal Pendidikan Islam*, 10, 232.
- Dkk, R. A. (2023). Mewujudkan Generasi Qurani di Era Modernisasi dengan Cara Menghafal Al-Quran. *Karimah Tauhid*, 2(3), 776.
- Giantomi Muhammad Dkk. (2021). Konsep Akhlak Tasawuf Dalam Proses Pendidikan Islam. *Ta'dib : Jurnal Pendidikan Islam*, 10, 299.
- Gitosaroso, M. (2016). Tasawuf dan Modernitas. *Jurnal Dakwah. Al-Hikmah*, 10(1), 112.
- Hadziq, A. (2005). Rekonsiliasi Psikologi Sufistik Dan Humanistik. In *Rasail*.
- Hafiu, M. (2012). Teori Asal Usul Tasawuf. *Jurnal Dakwah, Vol. XIII*(2), 244.
- Hafiyana, K. A. M. (2018). Implementasi Metode Odoa (One Day One Ayat) Dalam Meningkatkan Kemampuan Menghafal Al-Quran). *JPII*, 2(2), 2018.
- Hanifiyah, F. (2019). Konsep Tasawuf Sunni: Mengurai Tasawuf Akhlaqi, Al-Maqamat dan Ahwal, Al-Ma'rifah dan Mahabbah Perspektif Tokoh Sufi Sunni. *At-Turās: Jurnal Studi Keislaman*, 6(Juli-Desember), 215.
- In'amuzzahidin, M. (2017). Konsep Kebebasan dalam Islam. *Jurnal Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora*, 260. <https://journal.walisongo.ac.id/index.php/attaqadum/article/view/1206/949>
- Iqbal Asid Maududin. (2021). Konsep Pendidikan Tazkiyatun Nafs Ibnul Qayyim Dalam

- Menangani Kenakalan Peserta Didik. *Jurnal Rayah Al-Islam*, 5(April), 140.
- Jamaluddin, Z. (2018). *Akhlak Tasawuf Jalan Lurus Mensucikan Diri*. Kalimedia.
- Jannah, S. M. (2019). No Title Pendidikan Karakter Dalam Tasawuf Modern Hamka dan Tasawuf Transformatif Kontemporer. *Halaqa: Islamic Education Journal*, 2(Desember), 92.
- Maola, M. (2020). Makna Hidup Pelaku Tasawuf. *Ri'ayah*, 6(Januari-Juni), 49.
- Muchasan, A. (2018). Aplikasi Tasawuf Pada Dunia Pendidikan Modern. *Jurnal Inovatif*, 4(2), 4.
- Nasution, S. (2017). *Akhlak Tasawuf*. Perdana Publishing.
- Nata, A. (2006). *Akhlak Tasawuf*. Raja Grafindo.
- Oktapiani, M. (2020). Tingkat Kecerdasan Spiritual Dan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an. *Jurnal Tahdzib Akhlaq*, 5, 99.
- Purwaningsih Sri. (2011). *Motivasi Dalam Perspektif Al-Qur'an* (A. DIPA (ed.)).
- Qomariah, M. I. N. (2017). Strategi Menghafal Al-Qur'an Sejak Usia Dini. *Ejournal UIN SUKA*, 2(Agustus), 137.
- Rakhmat, J. (2000). *Renungan-Renungan Sufistik* (IKAPI (ed.); p. 103).
- Rohmah, S. (2021). *Akhlak Tasawuf*. PT. Nasya Expanding Management.
- Rohmah, S., & Budiarjo, M. A. (2018). *Islam dalam Narasi Sejarah dan Peradaban*. UB Press.
- Solihin, M. (2000). *Penyucian Jiwa Dalam Perspektif Tasawuf Al-Ghazali*. Pustaka Setia.
- Susanti, L. (2018). Tasawuf Dalam Perspektif Historis. *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 1(1), 5-7.
- Syukur, A. (2018). *Zuhud di Abad Modern*.
- Zuherni AB. (2011). Sejarah Perkembangan Tasawuf. *Jurnal Substantia*. *Jurnal Substantia*, 13(Oktober), 250.