

Peran Prodi Tasawuf dan Psikoterapi dalam Pembentukan Spiritualitas Alumni UIN Sunan Gunung Djati Bandung

Andi Anugrah Nur Hidayat M¹, Andi Aderus², Muhammad Amri³, Barsihannor⁴, Rahmi D⁵

Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar^{1, 2, 3, 4, 5}

Email: andianugrahya@gmail.com¹

andiaderus@yahoo.com²

Muhhammadamri73@gmail.com³

barsihannor@uin-alauddin.ac.id⁴

rahmi.damis@uin-alauddin.ac.id⁵

P-ISSN : 2745-7796

E-ISSN : 2809-7459

Abstrak. Tujuan penelitian ini adalah untuk menggali strategi prodi Tasawuf dan Psikoterapi dalam membentuk spiritualitas alumninya. Selanjutnya, untuk mengenali karakteristik spiritualitas alumni, dan untuk mengetahui sejauh mana nilai-nilai spiritualitas alumni dalam pencegahan penyimpangan perilaku di era modern. Penelitian ini merupakan penelitian lapangan dengan metode kualitatif-deskriptif. Pendekatan yang digunakan adalah fenomenologi, tasawuf, dan psikologis. Sumber data meliputi ketua Prodi, sekretaris Prodi, dan alumni angkatan 2017-2023. Adapun pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, kuesioner terbuka dan juga dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi Prodi Tasawuf dan Psikoterapi melalui kurikulumnya pada pembelajaran formal yaitu melalui mata kuliah di kelas secara teoritis, maupun kegiatan nonformal yaitu manaqib dan studi lapangan di berbagai instansi seperti tarekat, yayasan sosial, BNN, sekolah, dan juga rumah sakit. Kegiatan tersebut berperan dalam membentuk spiritualitas alumni, berdasarkan karakteristik spiritualitas dari Imam Al-Ghazali. Aspek spiritual pertama yakni tazkiyatun nafs dibuktikan dengan muhasabah dan istighfar sehingga dapat dirasakan ketenangan jiwa dalam menghadapi berbagai persoalan kehidupan. Aspek taqarrub ilallah dijalani melalui dzikir, doa, serta ibadah sunnah. Akhlak dan moral pun tercermin dalam sikap menghargai orang lain, pengendalian emosi serta menjaga hubungan sosial dengan berpikir positif. Aspek zuhud cukup tercapai dengan menyeimbangkan kepentingan akhirat dan kebutuhan duniawinya, namun beberapa alumni dalam implementasinya sering kali tertantang oleh kebutuhan materiil dan status sosial. Beberapa maqam seperti sabar dan syukur berhasil diterapkan, meski tidak semua maqam tersebut membuahkan ahwal (kondisi batin) yang ideal dalam pengalaman spiritualnya. Secara garis besar, kesadaran dan pemahaman spiritual alumni prodi Tasawuf dan Psikoterapi di era modern mampu mengontrol dirinya dari perilaku yang menyimpang, walaupun sebagian darinya tetap merasa membutuhkan usaha lebih keras dalam mengontrol perilakunya dari tuntutan kehidupan modern.

Kata Kunci: Tasawuf, Psikoterapi, Spiritual

PENDAHULUAN

Spiritualitas merupakan elemen mendasar dalam kehidupan manusia yang mencakup hubungan individu dengan Tuhan, kesadaran moral, etika, dan tanggung jawab sosial. Spiritualitas membimbing manusia untuk menjalani hidup yang seimbang, bermakna, dan selaras dengan nilai-nilai kebaikan. Namun, dalam konteks kehidupan modern, spiritualitas sering terabaikan akibat globalisasi, modernisasi, dan materialisme. Tekanan hidup, kompetisi ketat, dan hilangnya komunitas pendukung menyebabkan lemahnya spiritualitas, yang memicu berbagai penyimpangan perilaku seperti kekerasan, pencurian, penipuan, dan penyalahgunaan narkoba.

Korupsi, sebagai bentuk penyimpangan perilaku yang sistematis, mencerminkan kerapuhan spiritualitas di tingkat elit masyarakat. Data Indonesian Corruption Watch (ICW) menunjukkan peningkatan kasus korupsi dari 2018 hingga 2022, dimana pada tahun 2022 sebanyak 791 kasus dan 1.695 tersangka. Hal ini mengindikasikan tren peningkatan korupsi yang melibatkan lebih banyak individu (Indonesia Corruption Watch, 2024).

Kebangkitan spiritualitas menjadi kebutuhan mendesak untuk mengembalikan keseimbangan hidup. Pendidikan nilai-nilai kemanusiaan dan penguatan komunitas dapat menjadi langkah awal. Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi di UIN Sunan Gunung Djati Bandung memiliki peran penting dalam menjawab kebutuhan ini melalui integrasi tasawuf dan psikologi. Prodi ini bertujuan mencetak lulusan yang mampu menangani persoalan mental dan spiritual. Namun, tantangan tetap ada dalam memastikan alumni dapat mempertahankan dan meningkatkan spiritualitas mereka pascalulus.

Penelitian ini bertujuan menggali strategi Prodi Tasawuf dan Psikoterapi dalam pembentukan spiritualitas alumni tahun 2017-2023. Dengan memahami sejauh mana strategi prodi ini berhasil membentuk spiritualitas, diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan dalam menjawab tantangan spiritual di era modern.

Untuk memahami lebih dalam, penelitian ini mendefinisikan beberapa istilah utama, seperti nilai-nilai spiritualitas, yang merujuk pada prinsip atau norma nonmaterial yang berkaitan dengan kehidupan jiwa, makna hidup, dan kedekatan dengan Tuhan, serta internalisasi, yang merupakan proses memasukkan nilai atau norma hingga menjadi bagian dari keyakinan dan perilaku individu.

Penelitian ini berusaha menjawab beberapa pertanyaan utama, yaitu bagaimana strategi program studi dalam membentuk spiritualitas alumni, bagaimana bentuk spiritualitas tersebut dalam kehidupan sehari-hari, serta bagaimana nilai-nilai spiritualitas dapat membantu mencegah penyimpangan perilaku di era modern.

Sejumlah penelitian terdahulu menjadi landasan penelitian ini. Ahmad Rusdi meneliti hubungan antara agama, spiritualitas, dan psikoterapi dengan pendekatan multilevel interdisciplinary paradigm (Rusdi, 2012). Sulastris Rahayu mengkaji peran spiritualitas guru wanita dalam menanamkan nilai pendidikan Islam pada anak (Rahayu, 2020). Sementara itu, Desi Awaliyah dan Lin Handayani meneliti peran spiritualitas dalam psikoterapi Islam di Pondok Pesantren Nashrun Minallah ((Awaliyah & Handayani, 2019). Meski memiliki fokus berbeda, penelitian-penelitian tersebut menyoroti keterkaitan antara spiritualitas, religiusitas, dan psikoterapi Islam dalam membentuk individu yang lebih baik secara psikologis dan sosial.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan metode yang digunakan oleh program studi dalam membentuk spiritualitas alumni, menganalisis hasil pembentukan spiritualitas tersebut, serta menjelaskan peran nilai-nilai spiritualitas dalam pencegahan perilaku menyimpang di era modern. Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya wawasan akademik terkait spiritualitas dalam pendidikan tinggi Islam serta menambah referensi penelitian kualitatif dalam bidang Tasawuf dan Psikoterapi. Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi peneliti, masyarakat, institusi pendidikan, serta pemerintah dalam pengembangan kurikulum dan kebijakan yang berkaitan dengan peningkatan spiritualitas. Lebih lanjut, penelitian ini dapat menjadi acuan bagi perguruan tinggi di luar Jawa dan Sumatera, dalam mempertimbangkan pembukaan Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, sehingga dapat memperluas cakupan pendidikan spiritual di Indonesia.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif lapangan yang dilaksanakan di UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Dalam kajian kualitatif, pengumpulan data pada dasarnya berupa perhimpunan kata-kata (lisan ataupun tertulis) selain dengan cara mengamati perilaku alumni prodi tasawuf dan psikoterapi, tanpa adanya upaya untuk mengurangi maupun menambah informasi yang sudah diperoleh (Afrisal, 2015).

Metode yang digunakan adalah deskriptif dengan tujuan menggambarkan secara mendalam peran Prodi Tasawuf dan Psikoterapi dalam pembentukan spiritualitas alumni. Penelitian ini menggunakan pendekatan tasawuf, psikologi, dan fenomenologi untuk memahami fenomena spiritualitas dari perspektif keagamaan, psikologis, dan pengalaman subjektif individu.

Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara mendalam, dan kuesioner terbuka untuk memperoleh informasi yang komprehensif. Pada bagian ini bahan yang disajikan berupa informasi verbal yang mana berasal dari ungkapan lisan dan tulisan termasuk tindak-tanduk sikap informan atau subjek penelitian secara umum (Sugiyono, 2018).

Sumber data utama meliputi dosen Prodi Tasawuf dan Psikoterapi, alumni angkatan 2017-2023, serta dokumen kurikulum prodi. Wawancara mendalam dilakukan untuk menggali pengalaman dan persepsi alumni terkait pembentukan spiritualitas selama dan setelah menempuh pendidikan. Observasi digunakan untuk memahami konteks pembelajaran dan interaksi di lingkungan prodi, sementara kuesioner terbuka membantu mengumpulkan data kualitatif yang lebih luas. Dokumen kurikulum dianalisis untuk melihat sejauh mana materi dan metode pembelajaran mendukung pembentukan spiritualitas.

Dengan pendekatan multidisiplin dan metode pengumpulan data yang beragam, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran holistik tentang peran Prodi Tasawuf dan Psikoterapi dalam membentuk spiritualitas alumni serta implikasinya dalam kehidupan nyata.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Spiritualitas dalam Islam merujuk pada kesadaran mendalam akan hubungan vertikal antara manusia dan Allah, yang tercermin dalam ibadah seperti shalat, dzikir, dan doa. Selain itu, spiritualitas mencakup dimensi batin yang bertujuan mencapai kedamaian dan keseimbangan hidup melalui penghayatan nilai-nilai Islam, seperti akhlak mulia dan kepasrahan kepada takdir Allah (M. Iqbal Irham, 2016). Pendidikan Tasawuf Psikoterapi berperan dalam memperkuat dimensi spiritual ini dengan mengintegrasikan nilai-nilai tasawuf ke dalam kehidupan sehari-hari. Spiritualitas Islam tidak hanya berfokus pada ibadah ritual,

tetapi juga menekankan keterlibatan aktif dalam kehidupan sosial sebagai bentuk ibadah yang bermanfaat bagi masyarakat (Zubair & Raquib, 2020). Hal ini sejalan dengan firman Allah dalam Q.S. Al-Fushilat: 53, yang mengajak manusia untuk merenungkan tanda-tanda kebesaran-Nya di alam semesta.

Spiritualitas juga memiliki dampak positif pada kesehatan mental, seperti membantu mengelola stres, meningkatkan kepuasan hidup, dan mengurangi risiko depresi (Zubair & Raquib, 2020). Dalam perspektif psikoterapi, spiritualitas memberikan makna yang lebih dalam terhadap kehidupan, yang sering menjadi kunci pemulihan emosional. Imam al-Ghazali, seorang ulama besar, menekankan pentingnya aspek spiritual dalam kehidupan Muslim, seperti tazkiyatun nafs yang diartikan sebagai penyucian jiwa (Adib 'Aunillah Fasya, 2022), taqarrub ilallah atau hubungan dengan Allah, ilmu yang senantiasa diamalkan (Nursafanah et al., 2024), akhlak mulia, zuhud atau sikap tidak terikat pada dunia, serta tahapan spiritual (maqamat dan ahwal). Zuhud, misalnya, mengajarkan untuk tidak menjadikan dunia sebagai tujuan akhir, melainkan sebagai sarana menuju akhirat, dengan sikap qana'ah (merasa cukup) dan tawakkal (Alghifari et al., 2023).

Tahapan spiritual seperti sabar, syukur, dan tawakal membantu seseorang mencapai kondisi batiniah yang lebih tinggi, seperti cinta mendalam kepada Allah dan kekhusyukan dalam ibadah (Isa, 2014). Menurut Underwood, spiritualitas memiliki dua dimensi utama: hubungan dengan Tuhan dan hubungan dengan lingkungan sekitar. Hubungan dengan Tuhan diwujudkan melalui aktivitas spiritual seperti doa dan ibadah, yang memberikan rasa aman dan kedamaian. Dengan demikian, spiritualitas tidak hanya memperkuat hubungan dengan Allah, tetapi juga menciptakan harmoni dalam kehidupan sosial dan pribadi (Rahayu, 2020).

Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi di Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung dirancang untuk menjawab tantangan spiritual di era modern, di mana kemajuan teknologi sering mengabaikan aspek-aspek spiritualitas, menyebabkan masalah seperti kecemasan, depresi hingga berefek pada penyimpangan perilaku. Program ini menggabungkan nilai-nilai tasawuf dengan psikoterapi untuk mencetak lulusan yang kompeten secara akademik dan spiritual. Kurikulumnya berbasis Kerangka Kualifikasi Nasional Indonesia (KKNI) dan konsep Merdeka Belajar-Kampus Merdeka (MBKM), yang meliputi magang, proyek mandiri, penelitian kolaboratif, dan pengabdian masyarakat. Mahasiswa juga dilatih memanfaatkan teknologi modern, seperti Electro Encephalogram (EEG) dalam psikoterapi sufistik. Program ini menekankan penguatan spiritual melalui praktik terapi sufistik di laboratorium Syifa Al-Qulub dan institusi kesehatan, serta program therapypreneur untuk mencetak praktisi mandiri. Selain itu, mahasiswa dibekali dengan pelatihan bahasa Arab dan Inggris, partisipasi dalam kegiatan akademik internasional maupun nasional, dan penanaman nilai akhlak mulia. Kolaborasi dengan industri dan akademik, serta evaluasi kurikulum secara berkala, memastikan program ini tetap relevan dengan kebutuhan zaman. Dengan pendekatan holistik, program ini bertujuan menghasilkan lulusan yang religius, inovatif, dan siap menghadapi tantangan era modern (Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi, 2022).

Terdapat enam aspek karakteristik spiritual dari Imam Al-Ghazali yang diteliti pada alumni. Tazkiyah al-Nafs, atau penyucian jiwa, merupakan konsep penting dalam spiritualitas menurut Imam al-Ghazali. Berdasarkan wawancara dengan 34 responden, mayoritas menyadari manfaat tazkiyah al-nafs dalam mencapai ketenangan batin, memperbaiki akhlak, dan mengatasi tantangan hidup. Responden seperti AJ, NW, dan MRf mengungkapkan bahwa praktik ini

membawa rasa tenang dan damai, terutama saat menghadapi tekanan. Meski demikian, beberapa responden, seperti AW dan IK, mengaku kesulitan konsisten karena kesibukan duniawi. Metode utama yang digunakan meliputi dzikir, introspeksi, dan latihan spiritual, yang membantu meningkatkan pengendalian emosi dan kualitas hidup. Tantangan seperti godaan duniawi dan inkonsistensi tetap ada, namun responden meyakini proses ini penting untuk kebahagiaan dunia dan akhirat.

Terkait taqarrub ilallah (mendekatkan diri kepada Allah), responden seperti AN, DS, dan MR menekankan pentingnya dzikir, doa, tahajud, dan introspeksi sebagai cara menjaga hubungan dengan Allah. AJ dan SK menjadikan tahajud dan bacaan Al-Qur'an sebagai rutinitas utama, sementara AW dan IK mengakui kesibukan dunia sering mengganggu fokus spiritual. Dampak positif dari taqarrub ilallah terlihat dalam ketenangan batin, keyakinan pada takdir, dan peningkatan kualitas ibadah. Meski ada tantangan, responden berkomitmen untuk terus mendekatkan diri kepada Allah.

Ilmu dan amal dipandang sebagai dua hal yang saling melengkapi. Responden seperti AJ, MN, dan NW menyatakan bahwa ilmu tasawuf membantu mereka memperbaiki akhlak dan mengelola emosi. Namun, beberapa, seperti IK dan DS, merasa kesulitan mengamalkan ilmu ini sepenuhnya karena tuntutan duniawi. Akhlak dan adab Islami juga menjadi fokus, dengan responden seperti AN dan MR menekankan pentingnya kejujuran, pengendalian emosi, dan menghindari prasangka buruk. Zuhud dipahami sebagai pengelolaan duniawi secara bijaksana, bukan meninggalkannya sepenuhnya. Responden seperti AJ dan NW mengaitkan zuhud dengan rasa cukup dan fokus pada akhirat, meski godaan materi tetap menjadi tantangan.

Maqamat (tahapan spiritual) seperti sabar, syukur, dan tawakal dianggap penting oleh responden. AN dan MN menjelaskan bahwa maqamat harus dilatih melalui ibadah-

ibadah dan diterapkan diberbagai kondisi (lapang maupun sempit). Beberapa, seperti AJ dan NW, mengalami ahwal (keadaan batin) seperti ketenangan dan menangis dalam tahajud, hal tersebut memperkuat kedekatannya dengan Allah. Meski tingkat pengalaman ahwal bervariasi tiap individu, mayoritas responden meyakini maqamat sebagai panduan penting dalam perjalanan spiritual mereka. Tantangan seperti kurangnya konsistensi dan lingkungan yang tidak mendukung sering menghambat perkembangan spiritual ini, namun upaya untuk mencapai kedekatan dengan Allah tetap menjadi kesadaran prioritas.

KESIMPULAN

Kesimpulan penelitian ini menegaskan bahwa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi di UIN Sunan Gunung Djati Bandung berperan penting dalam membentuk spiritualitas mahasiswa dan alumninya melalui pendidikan, praktik, dan pengabdian. Alumni program studi ini menunjukkan pemahaman dan pengalaman yang baik terhadap enam aspek spiritual, meskipun masih menghadapi tantangan dalam keseimbangan ilmu dan pengamalannya. Selain itu, karakteristik spiritualitas mereka diakui dapat membantunya dalam pencegahan penyimpangan perilaku di era modern.

Implikasinya, strategi pendidikan perlu dikembangkan dan diefisiensi lebih lanjut agar alumni dapat terus memperdalam teori dan praktik tasawuf dalam kehidupan mereka serta mengevaluasi penerapannya di dunia nyata. Bagi pemangku kebijakan di pendidikan tinggi yang ada di luar Jawa dan Sumatera, program studi ini dapat menjadi salah satu pilihan dalam pengembangan spiritualitas lingkup pendidikan baik secara teoritik maupun praktik.

DAFTAR PUSTAKA

- Adib 'Aunillah Fasya. (2022). Konsep Tasawuf Menurut Imam Al-Ghazali. Jousip, 2.
Afrisal. (2015). Metode Penelitian Kualitatif: Sebuah

Peran Prodi Tasawuf dan Psikoterapi dalam Pembentukan Spiritualitas Alumni UIN Sunan Gunung Djati Bandung

Andi Anugrah Nur Hidayat M, Andi Aderus, Muhammad Amri, Barsihannor, Rahmi D

- Upaya Mendukung Penggunaan Penelitian Kualitatif Dalam Berbagai Disiplin Ilmu (1 (ed.)). Rajawali Pers.
- Alghifari, R., Rohmawan, & Nurlaela. (2023). Pengaruh Zuhud dalam Ekonomi Islam Perspektif Al-Ghazali. *Journal Of Islamic Economics and Finance Studies*, 1(1).
- Awaliyah, D., & Handayani, I. (2019). Penanaman Nilai Spiritual dalam Dimensi Psikoterapi Islam di PP. Rehabilitasi Salafiyah Syafi'iyah Nashrun Minallah. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6.
- Indonesia Corruption Watch. (2024). Laporan Hasil Pemantauan Tren Korupsi Tahun 2023. Divisi Hukum Dan Monitoring Peradilan.
- Isa, S. A. Q. (2014). *Hakekat Tasawuf* (K. A. Harahap (trans.)). Qisthi Press.
- Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi, F. U. (2022). Kurikulum KKNi dengan Kebijakan MBKM. UIN SUNAN GUNUNG DJATI BANDUNG.
- M. Iqbal Irham. (2016). Nafas Kesadaran dan Menghidupkan Spiritualitas Melalui Integrasi Tasawuf dan Psikologi. *Teosofi: Jurnal Tasawuf Dan Pemikiran Islam*, 6(1).
- Nursafanah, D., Jannah, R., Safitri, N., Hidayat, W., & Indriana, D. (2024). Pemikiran Pendidikan Imam Al-Ghazali dalam Perspektif Islam. *JICN : Jurnal Intelekt Dan Cendekiawan Nusantara*, 1(2).
- Rahayu, S. (2020). Peran Spiritualitas dan Religiusitas Guru Wanita Dalam Penanaman Nilai-nilai Pendidikan Islam Pada Anak (Studi Kasus Pada Guru Wanita Di SD Islam Ruhama)".
- Rusdi, A. (2012). Agama, Spiritualitas, dan Psikoterapi: Tinjauan Berbagai paradigma. In *Sekolah Pasca Sarjana UIN Syarif Hidayatullah*.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Zubair, T., & Raquib, A. (2020). Islamic Perspective on Social Media Technology, Addiction and Human Values. *Jornal Of Islamic Thought and Civilization (JITC)*, 10(2).