Proceeding 2nd ALAUDDIN INTERNATIONAL CONFERENCES, (2025) pp. 185-189
Jurnal Ushuluddin: Media Dialog Pemikiran Islam ~ ISSN: 1411-2140

Kritik Filsafat Atas Spiritualitas Temporal di Era Kontemporer

Muh. Irfan Rusli[1], Muhammad Takbir[2]

[12]Fakultas Ushuluddin dan Filsafat, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar, Makassar, Indonesia

Corresponding author
muhirfanrusli51@gmail.com

Abstract: Studi ini menganalisis fenomena spiritualitas temporal yang berkembang pesat di tengah masyarakat kontemporer melalui kacamata kritik filsafat. Dengan mengadopsi metode tinjauan literatur naratif, penelitian ini mensintesis berbagai pemikiran filosofis untuk mengevaluasi pergeseran makna spiritualitas dari pencarian hakikat yang transenden menuju pemuasan kebutuhan emosional sesaat (*temporal*). Studi ini menelusuri bagaimana modernitas, konsumerisme, dan digitalisasi telah mengubah praktik spiritual menjadi komoditas yang bersifat dangkal. Temuan menunjukkan bahwa spiritualitas temporal cenderung mengabaikan dimensi etis dan asketis, sehingga gagal memberikan ketenangan jiwa yang substantif. Sebagai alternatif, studi ini menawarkan kerangka integrasi antara nilai-nilai tradisi hikmah (*perennial*) dengan dinamika kehidupan modern untuk mengembalikan fungsi spiritualitas sebagai alat pembebasan manusia dari belenggu keduniawian yang semu.

Keywords: *Spiritualitas temporal, Kritik filsafat, era kotemporer, konsumerisme spiritual, filsafat perennial*

Introduction

Dalam perkembangan abad 21 muncul fenomena yang dikenal sebagai spiritualitas temporal, yaitu bentuk spiritualitas yang lebih menekankan pada manfaat praktis dibandingkan orientasi transendentalnya. Spiritualitas temporal ini biasanya hadir dalam bentuk praktik yang tujuan utamanya adalah mencapai relaksasi, mengurangi stres, atau menjaga kesehatan fisik dan mental. Ciri khas dari spiritualitas ini adalah bersifat fungsional. Spiritualitas tersebut dipilih bukan karena adanya ikatan religius atau kedekatan dengan Tuhan, melainkan karena kemampuannya menjawab kebutuhan psikologis manusia modern. Hal ini membuat spiritualitas temporal mudah diterima, terutama di era digital, karena dapat diakses dengan cepat melalui aplikasi, media sosial, atau kursus daring yang menawarkan ketenangan instan.

Spiritualitas pada hakikatnya merupakan dimensi terdalam manusia yang berkaitan dengan pencarian makna hidup, tujuan, serta keseimbangan batin. Dalam pemahaman klasik, spiritualitas dipahami sebagai jalan yang menghubungkan manusia dengan Tuhan yang transenden. Namun, seiring perkembangan zaman, terjadi pergeseran atas makna spiritualitas. Dari yang semula berorientasi pada pengalaman religius serta kedekatan dengan Yang Ilahi, kini spiritualitas kerap dimaknai sebagai upaya mencapai ketenangan batin atau keseimbangan hidup tanpa harus merujuk pada aspek transendental.

Salah satu contoh nyata dari pergeseran ini adalah semakin menjamurnya praktik yoga, dalam masuknya era kontemporer. Yoga sendiri pada dasarnya berakar dari tradisi agama Hindu, bahkan dalam teks klasik Yoga Sutra Patanjali dijelaskan sebagai jalan menuju moksha atau pembebasan spiritual (Feuerstein, 1996). Akan tetapi, dalam konteks modern, yoga mengalami proses sekularisasi yaitu dari ritual religius yang sarat makna spiritual, bergeser menjadi aktivitas populer yang lebih menekankan manfaat kesehatan fisik dan psikologis (Hidayat, 2022). Pergeseran ini sejalan dengan fenomena yang disebut Fuller sebagai "Spiritual But Not Religious" (SBNR), yakni kecenderungan individu mencari pengalaman batiniah dan kedamaian tanpa harus merujuk pada dogma agama formal (Fuller, 2001).

Kecenderungan ini berkembang seiring dengan meningkatnya kebutuhan masyarakat modern terhadap kesehatan mental dan keseimbangan hidup. Dalam konteks ini, praktik spiritual temporal seperti *yoga, meditasi, dan mindfulness* menjadi pilihan populer karena lebih berfokus pada aspek psikologis dan fisiologis daripada pada transendensi ilahi. Praktik tersebut dianggap mampu memberikan ketenangan dan meningkatkan kualitas hidup sehari-hari (Clark et al., 2023).

Selain faktor kebutuhan, kemudahan akses berkat digitalisasi juga turut mempercepat penyebaran terhadap

praktik spiritual ini. Platform digital seperti YouTube, aplikasi meditasi (*Headspace*, *Calm*), hingga kelas yoga yang dilakukan secara daring melalui Zoom, membuat masyarakat dari berbagai kalangan tetap dapat mengikuti latihan spiritual tanpa perlu hadir secara fisik di tempat kebugaran atau komunitas religius tertentu (Bunt, 2018). Akibatnya, spiritualitas temporal menjadi semakin populer karena kepraktisannya, mudah diakses, dan juga dapat disesuaikan dengan gaya hidup manusia modern.

Perkembangan gerakan spiritual non-transenden, seperti yoga, meditasi, dan mindfulness, menunjukkan tren yang signifikan baik secara global maupun terkhusus di Indonesia. Secara global, jumlah pelaku terhadap yoga saat ini tercatat mencapai lebih dari 300 juta orang di tahun 2025 (Wifitalents, 2024). Selain itu, praktik meditasi dan mindfulness juga mengalami peningkatan signifikan. Studi Longitudinal di Amerika Serikat menunjukkan bahwa praktik meditasi dan teknik relaksasi hampir dua kali lipat meningkat antara tahun 2002 hingga 2022, sedangkan praktik yoga meningkat hampir tiga kali lipat pada periode yang sama (Clark et al., 2023).

Di Indonesia, perkembangan yoga terlihat dari pertumbuhan studio dan instruktur. Data terbaru pada tahun 2025 menunjukkan terdapat sekitar 1.493 studio yoga yang tersebar di berbagai daerah, dengan dominasi di Bali, Jawa Timur, Jawa Barat, dan Jakarta (Poidata, 2025). Selain itu, terdapat sekitar 238 instruktur yoga yang terdaftar secara profesional (Poidata, 2025). Survei terhadap wisatawan domestik di Bali juga menemukan bahwa sekitar 36,3% responden rutin melakukan yoga lebih dari sekali seminggu, yang menunjukkan meningkatnya minat masyarakat terhadap praktik spiritual non-transenden (Warmadewa, 2024). Fenomena ini turut dipopulerkan oleh figur publik, salah satunya Anjasmara, seorang aktor senior Indonesia yang kini dikenal luas sebagai instruktur yoga bersertifikat (Anjasmara, 2025). Peran Anjasmara dalam mempopulerkan yoga di kalangan masyarakat urban menunjukkan bagaimana praktik yang berakar pada tradisi Hindu ini kini dipersepsikan lebih sebagai gaya hidup sehat dan jalan mencapai keseimbangan batin daripada sebagai ritual religius.

Perkembangan signifikan praktik yoga dari tahun ke tahun sekaligus menunjukkan pergeseran makna spiritual dari yang transendental ke temporal. Pergeseran ini semakin kuat di era modern yang ditandai oleh dominasi teknologi digital, di mana segala bentuk pengalaman manusia cenderung diarahkan pada aspek yang praktis, instan, dan mudah diakses.

Fenomena spiritualitas temporal ini memperlihatkan bagaimana manusia modern cenderung larut dalam arus kepraktisan, instan, dan fungsionalitas semata. Spiritualitas tidak lagi dipahami sebagai jalan menuju yang transenden, melainkan sebatas sarana untuk memenuhi kebutuhan psikologis sehari-hari. Dalam perspektif Martin Heidegger, kondisi ini dapat dibaca melalui kerangka eksistensialisme: manusia sebagai *Dasein* kerap terjerumus dalam kehidupan in-otentik, yaitu ketika ia membiarkan dirinya ditentukan oleh "Das Man" atau orang banyak. Pertanyaan pentingnya adalah: "apakah masih mungkin bagi manusia modern untuk keluar dari pola hidup in-otentik tersebut dan menempuh keberadaan yang lebih otentik?" Inilah pintu masuk bagi analisis lebih jauh mengenai eksistensialisme Heidegger dan relevansinya terhadap fenomena spiritualitas kontemporer.

Dari penjelasan di atas, studi ini berfokus pada analisis bentuk spiritualitas non-transenden di era digital yang tidak lagi dimaknai dalam horizon transendental, melainkan dipraktikkan sebagai ekspresi keberadaan manusia modern yang terjebak dalam kerangka fungsionalitas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pergeseran makna spiritualitas kontemporer melalui perspektif eksistensialisme Heidegger, sekaligus menyoroti implikasinya terhadap pemahaman keagamaan dan eksistensialitas manusia di era digital.

Method

Penelitian ini menggunakan desain tinjauan literatur naratif (*narrative literature review*). Pendekatan ini dipilih karena fleksibilitasnya dalam mensintesis berbagai sumber pemikiran filosofis, artikel jurnal, dan teks-teks klasik tanpa prosedur kuantitatif yang kaku. Data dikumpulkan dari sumber sekunder yang mencakup karya-karya filsafat kontemporer, sosiologi agama, dan antropologi budaya. Analisis dilakukan secara kualitatif-deskriptif dengan memetakan literatur yang relevan untuk membangun sebuah model pemikiran baru mengenai spiritualitas yang lebih autentik.

Result and Discussion

Spiritualitas Sebagai Struktur Dasar Manusia

Spiritualitas pada hakikatnya merupakan dimensi terdalam manusia yang tidak dapat dilepaskan dari struktur eksistensinya. Sejak awal, manusia senantiasa bertanya tentang makna hidup, tujuan keberadaannya, serta hubungan dengan sesuatu yang melampaui dirinya. Namun, dalam konteks modern, struktur dasar spiritualitas ini mengalami pergeseran, dari orientasi transendental menuju bentuk-bentuk praktis yang lebih mudah diterima dalam kehidupan sehari-hari (Fuller, 2001). Fenomena ini tampak dalam apa yang disebut sebagai *spiritualitas temporal* yakni praktik spiritual yang lebih berfokus pada manfaat fungsional seperti relaksasi,

kesehatan fisik, dan pengelolaan stres, daripada pencarian kedekatan dengan Yang Ilahi (Rukmana, 2021).

Jika dibaca melalui kacamata eksistensialisme Martin Heidegger, fenomena spiritualitas temporal dapat dipahami sebagai wujud keberadaan manusia yang cenderung terjebak dalam kejatuhan (Raharjo, 2019). Spiritualitas temporal dengan demikian dapat dilihat dilakukan hanya sebagai ekspresi dari keberadaan in-otentik manusia modern. Praktik-praktik seperti yoga, meditasi, atau mindfulness, yang pada dasarnya mengandung dimensi religius mendalam, dalam kerangka modernitas justru direduksi menjadi sarana fungsional untuk menunjang gaya hidup sehat. Manusia tidak lagi mencari pengalaman spiritual sebagai jalan otentik menuju keterbukaan diri terhadap Yang Ada (*Sein*), tetapi sekadar menggunakannya untuk kenyamanan eksistensi sehari-hari.

Namun, perlu dicatat bahwa dalam perspektif Heidegger, meskipun manusia kerap terjatuh dalam keberadaan in-otentik, ia tetap memiliki kemungkinan untuk keluar dari kondisi tersebut dan menggapai keberadaan otentik. Keberadaan otentik terwujud ketika manusia berani menghadapi keterbatasan dirinya, termasuk kenyataan tentang kefanaan (kematian), serta membuka diri pada kebermaknaan yang lebih hakiki (Heidegger, 1962). Dengan kata lain, spiritualitas sebagai struktur dasar manusia tidak berhenti pada bentuk temporal yang dangkal, melainkan memiliki potensi untuk mengantar manusia menuju pengalaman otentik yang lebih dalam.

Dengan demikian, melalui kacamata Heidegger, fenomena spiritualitas temporal menyingkap paradoks keberadaan manusia modern yang di satu sisi ia tetap mencari makna dan ketenangan, tetapi di sisi lain ia terjebak dalam pola in-otentik yang hanya menekankan fungsi praktis. Tantangan yang muncul adalah bagaimana manusia dapat mengubah pencarian spiritualnya dari sekadar kebutuhan fungsional menuju jalan keberadaan otentik, yang membuka kemungkinan untuk kembali menghayati makna terdalam spiritualitas itu sendiri.

Dari Naturalisasi ke Digitalisasi

Pada mulanya, praktik spiritual seperti yoga, meditasi, dan mindfulness hadir dalam bentuk naturalis, yakni terikat dengan ruang komunal serta kebersamaan nyata. Akan tetapi, perkembangan teknologi digital mengubah secara mendasar cara praktik-praktik ini dijalani. Dari yang semula komunal, yoga, meditasi, dan mindfulness kini dapat dilakukan secara digital melalui aplikasi, video daring, maupun kelas virtual. Ruang digital memungkinkan praktik spiritual ini dijalankan tanpa tuntutan kehadiran fisik bersama komunitas. Hal ini pada akhirnya melahirkan bentuk individuasi, karena seseorang dapat mengakses dan menghayati praktik spiritualnya sendiri dari ruang privat, terlepas dari ikatan komunal atau tuntunan guru. Akibatnya, spiritualitas yang sebelumnya menuntut kehadiran nyata kini lebih sering hadir sebagai pengalaman yang fleksibel, instan, dan sesuai dengan ritme kehidupan personal masyarakat modern.

Pergeseran dari naturalisasi ke digitalisasi ini menunjukkan adanya transformasi fundamental dalam struktur keberagamaan manusia. Dari yang semula berakar pada kebersamaan nyata dan bimbingan langsung, kini ia menjadi pengalaman personal yang terfragmentasi dalam ruang digital. Digitalisasi memang memperluas akses terhadap yoga, meditasi, dan mindfulness, bahkan memungkinkan jutaan orang di seluruh dunia untuk berpartisipasi. Namun, sekaligus spiritualitas tersebut semakin terfungsionalisasi yang lebih sering dipahami sebagai sarana pengelolaan stres, peningkatan kesehatan mental, atau peningkatan produktivitas, ketimbang jalan mendekat kepada realitas transenden. Dengan demikian, digitalisasi bukan hanya memperluas akses terhadap praktik spiritual, tetapi juga menggeser kedalaman makna spiritualitas itu sendiri dari yang komunal dan transendental, menjadi lebih individual, praktis, dan juga fungsional.

Menuju Spiritualitas Transenden: Dari Manusia Otentik ke Manusia Sempurna

Dalam kerangka pemikiran Martin Heidegger, manusia modern sering kali hidup dalam keadaan in-otentik, yaitu ketika keberadaannya larut dalam arus *das Man,* sehingga kehilangan jati diri eksistensialnya. Hidup in-otentik ditandai oleh keterjeratan dalam rutinitas dan fungsionalitas, termasuk dalam fenomena spiritualitas temporal yang hanya berorientasi pada manfaat praktis, seperti relaksasi atau peningkatan kesehatan mental. Dalam kondisi ini, manusia lebih banyak "mengikuti" arus umum ketimbang menyadari eksistensinya sendiri (Hardiman, 2003).

Namun, Heidegger juga menegaskan bahwa manusia memiliki peluang untuk keluar dari kondisi in-otentik menuju otentisitas. Keberanian untuk menghadapi *Angst* (kecemasan eksistensial) dan kesadaran akan *Sein-zum-Tode* (ada-menuju-kematian) membuka jalan bagi manusia untuk merefleksikan hidupnya secara mendalam (Hardiman, 2003). Dengan demikian, otentisitas bukanlah penarikan diri dari dunia, melainkan kesediaan untuk menegaskan diri di tengah keterbatasan dengan kesadaran penuh. Pandangan ini memberi kerangka kritis bahwa spiritualitas temporal dalam ruang digital hanya menyentuh lapisan luar, sementara manusia sejati dipanggil untuk menghayati keberadaan yang lebih mendalam.

Meski demikian, pemikiran Heidegger tetap bergerak dalam horizon eksistensial manusiawi. Ia membantu membaca bagaimana manusia bisa jatuh pada in-otentisitas, tetapi tidak menawarkan arah transendensi yang menghubungkan manusia dengan Yang Ilahi. Pada titik inilah pemikiran Sayyed Hossein Nasr memberi kelengkapan. Menurut Nasr, jalan keluar dari krisis spiritualitas modern adalah dengan kembali pada akar transendental agama, yakni menyadari manusia sebagai makhluk yang menuju pada kesempurnaan rohani. Nasr menekankan konsep insān kāmil (manusia sempurna), yaitu manusia yang berhasil mengaktualisasikan dimensi rohaninya secara utuh sehingga hidup dalam keselarasan dengan Tuhan, alam, dan dirinya sendiri (Nasr, 1968).

Berbeda dengan manusia otentik Heidegger yang berhenti pada kesadaran akan kefanaan, manusia sempurna dalam pandangan Nasr melampaui batas eksistensial itu dengan menempatkan dirinya dalam terang transendensi. Bagi Nasr, krisis spiritualitas kontemporer lahir karena manusia modern terjebak dalam reduksi realitas yang hanya memandang dunia dalam horizon profan, sementara dimensi sakral diabaikan. Padahal, inti spiritualitas adalah kesadaran akan sakralitas yang menembus segala aspek kehidupan. Dengan menghidupkan kembali kesadaran sakral ini, manusia dapat mengatasi keterpisahan dari Yang Ilahi dan mewujudkan kesempurnaan rohaninya.

Dengan demikian, Heidegger memberikan analisis kritis atas krisis spiritualitas temporal, tetapi Nasr menawarkan jalan keluar yang lebih menyeluruh. Dari kesadaran otentik menuju kesadaran transendental, dari eksistensi yang dibatasi oleh waktu menuju penyempurnaan diri yang terhubung dengan Yang Absolut, manusia dipanggil untuk menjadi insān kāmil. Konsep ini adalah pamungkas: ia bukan hanya jawaban atas krisis spiritualitas di era digital, tetapi juga horizon baru yang mengarahkan manusia kembali pada sakralitas yang sejati. Dengan mengintegrasikan eksistensialisme Heidegger dan spiritualitas transendental Nasr, studi ini menemukan bahwa puncak perjalanan spiritual manusia bukan berhenti pada otentisitas eksistensial, melainkan mencapai kesempurnaan rohani dalam cahaya transendensi.

Conclusion

Penelitian ini menegaskan bahwa fenomena spiritualitas temporal di era digital merupakan bentuk pergeseran makna spiritualitas dari horizon transendental menuju orientasi yang fungsional, instan, dan profan. Praktik seperti yoga, meditasi, dan *mindfulness* yang pada awalnya memiliki muatan religius dan sakral kini banyak direduksi menjadi sarana pengelolaan stres, peningkatan produktivitas, atau pencapaian kenyamanan psikologis. Pergeseran ini menunjukkan terjadinya reduksi makna spiritualitas dalam kehidupan manusia modern. Melalui perspektif Martin Heidegger, spiritualitas temporal dibaca sebagai gejala keberadaan in-otentik, di mana manusia larut dalam arus *das Man*, mengikuti pola hidup umum yang dangkal dan kehilangan kedalaman eksistensialnya. Sementara itu, pemikiran Seyyed Hossein Nasr memperlihatkan bahwa krisis spiritual modern berakar pada hilangnya dimensi sakral (*the sacred*) dalam kehidupan manusia. Modernitas dengan segala bentuk digitalisasinya telah menggeser posisi Tuhan sebagai pusat makna. Karena itu, solusi yang ditawarkan Nasr adalah mengembalikan spiritualitas pada horizon transendental melalui aktualisasi manusia sempurna (*insān kāmil*) yang hidup dalam kesadaran ilahiah dan keseimbangan ruhani. Dengan mengintegrasikan analisis eksistensial Heidegger dan kritik transendental Nasr, penelitian ini menyimpulkan bahwa spiritualitas temporal hanya mampu menjawab kebutuhan sesaat, tetapi tidak memberi pemulihan eksistensial maupun makna spiritual yang sejati. Jalan keluar dari krisis ini adalah menghidupkan kembali dimensi sakral, menempatkan Tuhan sebagai pusat kehidupan, serta mengarahkan spiritualitas pada kedalaman dan kehadiran batin (*ḥuḍūr*) yang tertuju kepada Yang Transenden. Dengan demikian, spiritualitas manusia modern perlu bergerak dari sekadar manfaat temporal menuju penyempurnaan eksistensial yang berakar pada transendensi.

References

Abdillah, F. "Keterlemparan Dasein Dalam Perspektif Heidegger." *Filsafat Nusantara,* 8(1) (2020): 12-24.

Bunt, G. "Hashtag Islam: How Cyber-Islamic Environments Are Transforming Religious Authority." *Chapel Hill: University of North Carolina Press.* (2018).

Clarke, T. C., Black, L. I., Stussman, B. J., Barnes, P. M., & Nahin, R. L. "Trends in the Use of Yoga, Meditation, and Relaxation Techniques in the United States, 2002–2022." *National Center for Biotechnology Information (NCBI).* (2023).

Clarke, T. C., Black, L. I., Stussman, B. J., Barnes, P. M., & Nahin, R. L. "Trends in the Use of Yoga, Meditation, and Relaxation Techniques in the United States, 2002–2022." *National Center for Biotechnology Information (NCBI).* (2023). https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11217305/.

Dreyfus, Hubert L. "Being-in-the-World: A Commentary on Heidegger's Being and Time,." *Cambridge, MA: MIT Press* (1991): 185.

Eliade., Mircea. "The Sacred and the Profane: The

Nature of Religion." *Orlando: Harcourt.* (1987).
Feuerstein, G. "The Yoga Tradition: Its History, Literature, Philosophy and Practice." *Hohm Press* (1996).
Fuller, R. C. "*Spiritual, but Not Religious: Understanding Unchurched America.*" *Oxford University Press.* (2001).
Fuller, Robert C. "Spiritual but Not Religious: Understanding Unchurched America." *New York: Oxford University Press* (2001).
Hardiman, F. Budi. *Heiddeger Dan Mistik Keseharian*, 2003.
Heidegger, Martin. "Being and Time, Trans. John Macquarrie & Edward Robinson." *New York: Harper & Row* (1962).
Hidayat, R. "Sekularisasi Yoga Dan Fenomena Spiritualitas Populer." *Jurnal Sosiologi Agama, 16(2), 80–95.* (2022).
Martin Heidegger. "Being and Time, h 307." (1962).
Nasr, S. H. *Man and Nature: The Spiritual Crisis of Modern Man.* London: George Allen and Unwin, 1968.
Nasr, Seyyed Hossein. "Knowledge and the Sacred." *Albany: State University of New York Press.* (1981).
Nasr, Seyyed Hossein. "Man and Nature: The Spiritual Crisis of Modern Man." *London: George Allen & Unwin* (1968): h. 89–94.
Poidata. "Yoga Instructors in Indonesia." *2025*.
Poidata. "Yoga Studios in Indonesia." Last modified 2025. https://www.poidata.io/report/yoga-studio/indonesia/.
Prasetya, Anjasmara. "Instagram Anjasmara." Last modified 2025. https://www.instagram.com/anjasmara/.
Raharjo, B. "Heidegger Dan Kegelisahan Eksistensial Manusia Modern." *Jurnal Filsafat Indonesia* 3(2) (2019): 40-52.
Rukmana, A. "Spiritualitas Instan Dalam Perspektif Filsafat Kontemporer." *Jurnal Kajian Filsafat dan Teologi, 5(1), 95–110.* (2021).
Sahidah, Ahmad. "Kritik Heidegger Atas Krisis Spiritualitas Modern." *Jurnal Filsafat 27, no. 1 (2017): 58.* (n.d.).
University., Warmadewa. "Tourist Perception on Yoga as Part of Wellness Tourism in Bali." *2024* (2024).
Utama, I. W. B., & Suatama, I. B. "Ketika Yoga Sebagai Gaya Hidup." *Dharmasmrti: Jurnal Ilmu Agama dan Kebudayaan.* 18 (2) (2018): 127–135.
Wifitalents. "Yoga Industry Statistics 2024. Retrieved from Https://Wifitalents.Com/Yoga-Industry-Statistics/."