

## **KONSEP JIWA DALAM TASAWUF ISLAM SEBAGAI JAWABAN ATAS KRISIS SPIRITUAL MANUSIA MODERN**

**Reza Nurcahyadi<sup>1)</sup>, Yasser Mulla Sadra<sup>2)</sup>, Alam Khaerul Hidayat<sup>3)</sup>, Riswan<sup>4)</sup>**

<sup>1)</sup>Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar

<sup>2)</sup>Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar

<sup>3)</sup>Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

<sup>4)</sup>Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar

E-mail: [reza.nurcahyadi16@gmail.com](mailto:reza.nurcahyadi16@gmail.com)<sup>1</sup>, [yassermullashadra@gmail.com](mailto:yassermullashadra@gmail.com)<sup>2</sup>,  
[alamkhaerul666@gmail.com](mailto:alamkhaerul666@gmail.com)<sup>3</sup>, [riswan180211@gmail.com](mailto:riswan180211@gmail.com)<sup>4</sup>

### **Abstrak:**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh meningkatnya krisis mental dan spiritual manusia modern yang tidak dapat dijelaskan secara memadai oleh pendekatan psikologi konvensional yang cenderung reduksionistik. Permasalahan utama penelitian ini adalah bagaimana konsep jiwa dalam perspektif Islam dapat dipahami secara komprehensif serta relevansinya dalam menjawab krisis eksistensial manusia kontemporer. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara kritis konsep jiwa dalam pemikiran Islam dengan menelusuri relasi antara *nafs*, *ruh*, *qalb* dan *'aql*, serta implikasinya terhadap pembinaan spiritual dan kesehatan mental. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan melalui analisis deskriptif-kritis terhadap literatur klasik dan kontemporer. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep jiwa dalam Islam bersifat integral dan mencakup dimensi moral, rasional, dan spiritual yang saling berkaitan. *Tazkiyat al-nafs* ditemukan sebagai proses utama dalam mencapai keseimbangan jiwa dan pembentukan insan kamil. Selain itu, krisis manusia modern pada dasarnya berakar pada keterputusan hubungan spiritual dengan Tuhan, sehingga solusi yang ditawarkan tidak cukup melalui pendekatan psikologis semata, tetapi memerlukan rekonstruksi spiritual yang holistik. Penelitian ini menyimpulkan bahwa konsep jiwa dalam Islam memiliki relevansi yang kuat sebagai paradigma alternatif dalam pengembangan pendidikan dan kesehatan mental berbasis spiritualitas.

**Kata Kunci:** konsep jiwa, *tazkiyat al-nafs*, psikologi Islam, spiritualitas

### **Abstract:**

*This study was motivated by the increasing mental and spiritual crisis of modern humans, which could not be adequately explained by conventional psychological approaches that tend to be reductionistic. The main problem addressed in this study was how the concept of the soul in the Islamic perspective could be comprehensively understood and its relevance in addressing contemporary existential crises. This study aimed to critically examine the concept of the soul in Islamic thought by exploring the relationship between *nafs*, *ruh*, *qalb*, and *'aql*, as well as its implications for spiritual development and mental health. This study employed a qualitative approach with a library research design through descriptive-critical analysis of classical and contemporary literature. The findings indicated that the concept of the soul in Islam was integrative, encompassing moral, rational, and spiritual dimensions that were interconnected. *Tazkiyat al-nafs* was identified as the primary process in achieving inner balance and the formation of the ideal human being. Furthermore, the modern human crisis was fundamentally rooted in the disconnection from spiritual orientation toward God, thus the*

*proposed solution required not only psychological intervention but also a holistic spiritual reconstruction. This study concluded that the Islamic concept of the soul holds strong relevance as an alternative paradigm for developing spiritually based education and mental health frameworks.*

**Keywords:** *concept of soul, tazkiyat al-nafs, Islamic psychology, spirituality*

---

## PENDAHULUAN

Perkembangan kehidupan modern yang ditandai oleh percepatan teknologi, perubahan sosial yang cepat, serta meningkatnya krisis makna hidup telah menempatkan persoalan jiwa sebagai isu yang sangat penting dalam kajian keislaman kontemporer. Berbagai problem seperti kecemasan, depresi, kekosongan spiritual, hingga hilangnya orientasi hidup menunjukkan bahwa manusia modern tidak hanya mengalami gangguan psikologis, tetapi juga krisis eksistensial yang berkaitan dengan dimensi batiniah. World Health Organization melaporkan bahwa gangguan mental dan emosional mengalami peningkatan signifikan secara global pascapandemi, terutama pada kelompok usia produktif.<sup>1</sup> Dalam perspektif Islam, kondisi ini tidak dapat dipahami semata-mata melalui pendekatan psikologis modern, melainkan harus dikaji melalui konsep jiwa (*nafs*), ruh, *qalb*, dan akal sebagai satu kesatuan antropologis manusia. Oleh karena itu, kajian kritis tentang jiwa dalam pemikiran Islam menjadi relevan untuk menjawab problem manusia modern secara lebih holistik.

Di Indonesia, persoalan ini juga tampak pada meningkatnya kebutuhan masyarakat terhadap pendekatan kesehatan mental berbasis spiritualitas. Laporan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan meningkatnya gangguan kecemasan, stres akademik, dan krisis identitas pada remaja dan mahasiswa Muslim pasca-2020. Penelitian oleh Fitriani dan Hidayat (2021) menunjukkan bahwa banyak mahasiswa mengalami ketidakstabilan emosi yang berakar pada lemahnya pemahaman tentang pengelolaan jiwa dan spiritualitas Islam.<sup>2</sup> Fenomena serupa ditemukan dalam penelitian Sari (2022) yang mengungkapkan bahwa proses pendidikan agama di banyak lembaga formal masih berorientasi pada aspek kognitif dan kurang menyentuh dimensi tazkiyat al-nafs atau penyucian jiwa<sup>3</sup>. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara idealitas ajaran Islam tentang pembinaan jiwa dan realitas sosial umat Islam saat ini.

---

<sup>1</sup> World Health Organization, *World Mental Health Report: Transforming Mental Health for All* (Geneva: WHO, 2022) <<https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>>.

<sup>2</sup> Nur Fitriani and Ahmad Hidayat, 'Spiritual Awareness and Emotional Stability among Muslim University Students', (*Psikohumaniora*, Vol.6 No.1 2021), h. 55–70

<sup>3</sup> Lestari Sari, 'Internalisasi Tazkiyat Al-Nafs Dalam Pendidikan Islam', (*Jurnal Studi Keislaman*, Vol.8 No.2. 2022), h. 201–16.

Secara ideal, Islam memandang manusia sebagai makhluk jasmani dan ruhani yang harus mencapai keseimbangan antara keduanya. Al-Ghazali menjelaskan bahwa jiwa merupakan substansi rohaniah yang menjadi pusat kesadaran moral dan spiritual manusia, sedangkan kebahagiaan sejati hanya dapat dicapai melalui penyucian jiwa (*tazkiyat al-nafs*). Ibn Sina juga menegaskan bahwa jiwa adalah substansi immaterial yang bersifat independen dari tubuh dan memiliki potensi intelektual serta spiritual yang menentukan kesempurnaan manusia. Dalam konteks ini, kondisi ideal manusia menurut Islam adalah tercapainya *nafs al-mutmainnah*, yaitu jiwa yang tenang, stabil, dan dekat dengan Tuhan. Konsep ini menjadi dasar penting dalam pembentukan insan kamil, yakni manusia yang utuh secara intelektual, moral, dan spiritual.

Namun demikian, realitas menunjukkan bahwa kajian jiwa dalam pemikiran Islam masih sering dipahami secara parsial. Sebagian penelitian hanya membahas jiwa dari sudut tasawuf normatif, sebagian lain menekankan psikologi Islam secara praktis tanpa menelaah fondasi filosofisnya. Penelitian oleh Rahman (2020) tentang psikologi Islam lebih berfokus pada terapi spiritual,<sup>4</sup> sementara studi oleh Fauzi (2023) menitikberatkan pada dimensi tasawuf pendidikan tanpa mengaitkan secara kritis hubungan antara *nafs*, ruh, *qalb*, dan akal.<sup>5</sup> Akibatnya, konsep jiwa sering direduksi menjadi pembahasan moral individual semata, padahal dalam tradisi pemikiran Islam jiwa merupakan pusat epistemologi manusia. Keterbatasan ini menunjukkan perlunya penelitian pustaka yang lebih komprehensif dan kritis terhadap konstruksi konsep jiwa dalam pemikiran Islam.

Studi sebelumnya umumnya bersifat deskriptif-historis atau fokus pada satu tokoh tertentu, sedangkan penelitian ini berusaha melihat konsep jiwa sebagai struktur keilmuan yang integral dan dinamis. Penelitian oleh Hasan (2024) tentang sufisme kontemporer menegaskan bahwa spiritualitas Islam memiliki relevansi besar dalam menghadapi rasionalitas modern yang kering makna.<sup>6</sup> Fokus penelitian ini menghubungkan pemikiran klasik para filsuf Muslim seperti al-Ghazali dan Ibn Sina dengan diskursus kontemporer psikologi Islam dan krisis spiritual masyarakat modern. Studi sebelumnya umumnya bersifat deskriptif-historis atau fokus pada satu tokoh tertentu, sedangkan penelitian ini berusaha melihat konsep jiwa sebagai struktur keilmuan yang integral dan dinamis. Penelitian oleh Hasan (2024) tentang sufisme kontemporer menegaskan bahwa spiritualitas Islam memiliki relevansi besar dalam menghadapi rasionalitas modern yang kering makna.<sup>7</sup> Penelitian ini berbeda dengan

---

<sup>4</sup> Abdul Rahman, 'Islamic Psychology and Spiritual Therapy in Modern Society', (*Teosofi: Jurnal Tasawuf Dan Pemikiran Islam*, Vol.10 No.1, 2020),h. 87–102.

<sup>5</sup> Ahmad Fauzi, 'Tasawuf Pendidikan Dan Pembinaan Jiwa Dalam Islam', (*Jurnal Pendidikan Islam*, Vol.11.No.2 2023). h. 145–60.

<sup>6</sup> Saeed Rashed Hasan, 'Sufism in Contemporary Contexts: Spirituality, Subjectivity, and the Limits of Modern Rationality',(*Miqot*,Vol. 50.No.1 2024), h. 1–15 <<https://jurnalmiqotojs.uinsu.ac.id>>.

<sup>7</sup> Saeed Rashed Hasan, 'Sufism in Contemporary Contexts: Spirituality, Subjectivity, and the Limits of Modern Rationality',(*Miqot*,Vol. 50.No.1 2024), h. 1–15 <<https://jurnalmiqotojs.uinsu.ac.id>>.

studi sebelumnya karena tidak hanya mendekripsikan konsep jiwa dalam tasawuf, tetapi merekonstruksi relasi antara *nafs*, *ruh*, *qalb*, dan *'aql* sebagai paradigma epistemologis dalam menjawab krisis spiritual manusia modern.

Penelitian ini menggunakan metode studi pustaka (*library research*) dengan pendekatan kualitatif interpretatif untuk menelaah berbagai sumber primer dan sekunder terkait konsep jiwa dalam pemikiran Islam. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan analisis mendalam terhadap teks, gagasan, dan perkembangan makna yang terkandung dalam literatur klasik maupun kontemporer. Creswell dan Poth (2021) menegaskan bahwa penelitian kualitatif bertujuan memahami makna dan konstruksi pengalaman sosial secara mendalam,<sup>8</sup> sehingga sangat relevan digunakan dalam penelitian filosofis dan keislaman. Melalui metode ini, penelitian berupaya menempatkan konsep jiwa bukan sekadar terminologi metafisik, tetapi sebagai paradigma keilmuan yang memiliki implikasi praktis bagi pendidikan, konseling, dan kesehatan mental berbasis Islam.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara kritis konsep jiwa dalam pemikiran Islam dengan menelusuri landasan filosofisnya, perkembangan pemaknaannya, serta relevansinya terhadap problem manusia modern. Fokus kajian diarahkan pada relasi antara *nafs*, *ruh*, *qalb*, dan akal dalam konstruksi pemikiran Islam klasik dan kontemporer. Penelitian ini berangkat dari hipotesis bahwa krisis spiritual manusia modern salah satunya disebabkan oleh reduksi pemahaman tentang jiwa yang terlepas dari paradigma Islam yang holistik. Kontribusi teoretis penelitian ini diharapkan dapat memperkuat epistemologi filsafat Islam dan psikologi Islam, sedangkan kontribusinya dapat menjadi dasar pengembangan model pendidikan dan kesehatan mental berbasis spiritualitas Islam. Dengan demikian, kajian jiwa tidak hanya menjadi diskursus filosofis, tetapi juga menawarkan solusi nyata bagi problem eksistensial manusia kontemporer.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (*library research*) yang berorientasi pada analisis deskriptif-kritis terhadap konsep jiwa dalam pemikiran Islam. Pendekatan ini dipilih karena objek kajian penelitian bukan berupa fenomena lapangan yang memerlukan observasi langsung, melainkan gagasan, konsep, serta konstruksi epistemologis yang terdapat dalam literatur klasik dan kontemporer. Penelitian kepustakaan memungkinkan peneliti menelaah secara mendalam pemikiran para tokoh seperti al-Ghazali, Ibn Sina, al-Farabi, dan pemikir Islam kontemporer mengenai jiwa (*nafs*), *ruh*, *qalb*, dan akal sebagai struktur utama manusia dalam perspektif Islam. Menurut Zed (2020), penelitian pustaka menempatkan teks sebagai sumber utama pengetahuan yang

---

<sup>8</sup> John W Creswell and Cheryl N Poth, *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing among Five Approaches*, 5th edn (Sage Publications, 2021).

dianalisis secara sistematis untuk menemukan makna, relasi konseptual, dan relevansi kontekstualnya.<sup>9</sup> Pendekatan ini juga sejalan dengan pendapat Creswell dan Poth (2021) bahwa penelitian kualitatif bertujuan memahami makna dan interpretasi terhadap suatu realitas sosial maupun intelektual secara mendalam, sehingga tepat digunakan dalam kajian filosofis dan keislaman.<sup>10</sup>

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui dokumentasi terhadap sumber primer dan sekunder yang relevan dengan tema penelitian. Sumber primer meliputi karya-karya utama para pemikir Islam seperti *Ihya' Ulum al-Din*, *Mizan al-'Amal*, *al-Najat*, dan *Kitab al-Nafs*, sedangkan sumber sekunder berupa artikel jurnal, prosiding ilmiah, disertasi, serta buku akademik yang membahas tentang psikologi Islam, filsafat jiwa, serta *tazkiyat al-nafs*. Proses pengumpulan data dilakukan melalui identifikasi literatur, klasifikasi tema, reduksi sumber berdasarkan relevansi akademik, dan pencatatan kutipan substantif yang mendukung fokus penelitian. Validasi data dilakukan menggunakan teknik triangulasi sumber dan triangulasi teori, yaitu membandingkan berbagai pendapat dari literatur yang berbeda serta mengaitkannya dengan teori antropologi filosofis Islam dan psikologi Islam kontemporer. Triangulasi ini penting untuk menjaga konsistensi interpretasi dan menghindari bias subjektif peneliti sebagaimana dijelaskan oleh Moleong (2021) bahwa validitas dalam penelitian kualitatif ditentukan oleh kedalaman verifikasi makna melalui perbandingan data dan perspektif teoritis.<sup>11</sup>

Analisis data menggunakan model interaktif Miles, Huberman, dan Saldana yang meliputi tiga tahapan utama, yaitu kondensasi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan/verifikasi. Pada tahap kondensasi data, peneliti menyeleksi dan memfokuskan informasi penting yang berkaitan dengan konsep jiwa dalam pemikiran Islam, khususnya relasi antara *nafs*, ruh, *qalb*, dan akal. Tahap penyajian data dilakukan dengan menyusun hasil kajian secara tematik dan komparatif berdasarkan perspektif tokoh serta perkembangan pemikiran klasik hingga kontemporer. Selanjutnya, tahap verifikasi dilakukan melalui interpretasi kritis untuk menemukan pola pemikiran, titik perbedaan, serta relevansi konsep jiwa terhadap problem spiritual manusia modern. Pendekatan analisis tematik ini dipilih karena mampu menghasilkan pemahaman konseptual yang lebih mendalam terhadap teks dan wacana yang dikaji.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Konsep Jiwa dalam Pemikiran Islam: Relasi antara *Nafs*, *Ruh*, *Qalb*, dan 'Aql

<sup>9</sup> Mestika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan*, 3rd ed. (Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2020).

<sup>10</sup> John W Creswell and Cheryl N Poth, *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing among Five Approaches*, 5th edn (Sage Publications, 2021).

<sup>11</sup> Lexy J Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Revised ed (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2021).

Konsep jiwa dalam pemikiran Islam tidak dapat dipahami secara tunggal, melainkan sebagai struktur antropologis yang terdiri atas *nafs*, ruh, *qalb*, dan *‘aql* yang saling berhubungan. Al-Qur’an menggunakan istilah *nafs* untuk menggambarkan identitas personal manusia yang mengalami dorongan, konflik moral, dan proses penyucian. Allah berfirman dalam QS. al-Syams [91]: 7–10:

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ۖ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ۖ قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا ۖ وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا

Terjemahan:

“Demi jiwa serta penyempurnaannya (ciptaannya), maka Dia mengilhamkan kepadanya (jalan) kejahatan dan ketakwaannya. Sungguh beruntung orang yang menyucikan (jiwa itu), dan sungguh rugi orang yang mengotorinya.”

Bahwa jiwa telah diilhamkan jalan kefasikan dan ketakwaannya, serta beruntunglah orang yang mensucikannya. Ayat ini menjadi landasan utama bahwa jiwa bukan sekadar unsur psikologis, tetapi pusat pertanggungjawaban moral manusia. Al-Ghazali dalam *Ihya’ ‘Ulum al-Din* menjelaskan bahwa jiwa memiliki kecenderungan ganda: menuju keburukan dan menuju kesempurnaan spiritual. Ia menyatakan: “*al-nafs ka al-mar’ah, in tazakkat absharat al-haqq*” jiwa itu seperti cermin; apabila disucikan maka ia mampu menangkap kebenaran. Pernyataan ini menegaskan bahwa kualitas jiwa menentukan kualitas pengetahuan dan perilaku manusia.<sup>12</sup>

Dalam kerangka filsafat Islam, Ibn Sina membedakan jiwa sebagai substansi immaterial yang berdiri sendiri dari tubuh, namun bekerja melalui tubuh selama kehidupan duniawi. Dalam *Kitab al-Nafs*, ia menjelaskan bahwa jiwa rasional manusia memiliki kemampuan mengetahui kebenaran universal dan tetap eksis setelah kematian jasad. Ibn Sina menulis: “*al-nafs laysat jisman wa la juz’an min jism*” jiwa bukanlah tubuh dan bukan bagian dari tubuh.<sup>13</sup>

Pandangan ini memperlihatkan bahwa manusia dalam Islam tidak direduksi menjadi entitas biologis, tetapi sebagai makhluk metafisik yang memiliki orientasi transenden. Penelitian kontemporer oleh Badri (2021) menegaskan bahwa psikologi Islam menolak reduksionisme materialistik Barat karena manusia dipahami sebagai makhluk spiritual yang bertanggung jawab secara moral di hadapan Tuhan.<sup>14</sup>

Selain *nafs* dan ruh, *qalb* memiliki posisi sentral sebagai pusat kesadaran spiritual dan moral. Dalam hadis Nabi disebutkan:

أَلَا وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْغَةً إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ

Terjemahan:

<sup>12</sup> Abu Hamid Al-Ghazali, *Ihya’ ‘Ulum Al-Din, Juz III* (Beirut: Dar al-Kutub al-‘Ilmiyyah).

<sup>13</sup> Ibn Sina, *Kitab Al-Nafs* (Cairo: Dar al-Fikr al-‘Arabi) <<https://archive.org>>.

<sup>14</sup> Malik Badri, *Contemplation: An Islamic Psychospiritual Study* (Herndon: IIIT, 2021) <<https://iiit.org>>.



“Ingatlah, sesungguhnya di dalam tubuh itu ada segumpal daging. Jika ia baik, maka baiklah seluruh tubuh; dan jika ia rusak, maka rusaklah seluruh tubuh. Ketahuilah, itulah hati.”<sup>15</sup>

*Qalb* dalam pemikiran Islam bukan sekadar organ biologis, tetapi pusat intuisi dan orientasi hidup manusia. Al-Ghazali menyatakan bahwa hati adalah raja, sementara anggota tubuh lainnya adalah tentaranya. Jika *qalb* rusak, maka rusak pula perilaku manusia. Penelitian Hidayat (2023) tentang regulasi moral *nafs al-lawwamah* menunjukkan bahwa kegagalan manusia modern dalam mengendalikan perilaku sering berakar pada lemahnya fungsi *qalb* sebagai pengontrol batin.<sup>16</sup> Hal ini memperlihatkan bahwa krisis moral pada dasarnya adalah krisis jiwa.

Sementara itu, ‘aql berfungsi sebagai instrumen rasional yang membantu jiwa membedakan kebenaran dan kebatilan. Namun, dalam Islam akal tidak berdiri secara otonom sebagaimana dalam rasionalisme modern, melainkan bekerja dalam harmoni dengan *qalb* dan wahyu. Al-Farabi memandang akal sebagai sarana aktualisasi kesempurnaan manusia menuju kebahagiaan tertinggi (*al-sa’adah*).

Oleh sebab itu, konflik antara akal dan spiritualitas dalam tradisi modern sesungguhnya tidak ditemukan dalam epistemologi Islam. Studi Hasan (2024) tentang spiritualitas kontemporer menegaskan bahwa rasionalitas modern yang terlepas dari dimensi ruhani justru melahirkan alienasi eksistensial.<sup>17</sup> Dengan demikian, jiwa dalam Islam merupakan sistem integral yang menyatukan rasionalitas, moralitas, dan spiritualitas.

Meskipun sama-sama membahas jiwa sebagai substansi immaterial, al-Ghazali dan Ibn Sina memiliki titik tekan yang berbeda dalam memahami hakikat jiwa manusia. Ibn Sina lebih menekankan pendekatan filosofis-rasional dengan melihat jiwa sebagai substansi immaterial yang independen dari tubuh dan memiliki kemampuan intelektual untuk mencapai pengetahuan universal. Dalam perspektif Ibn Sina, kesempurnaan manusia dicapai melalui aktualisasi akal dan penyempurnaan intelektual.

Berbeda dengan Ibn Sina, al-Ghazali lebih menekankan dimensi etis dan spiritual dalam pembahasan jiwa. Bagi al-Ghazali, persoalan utama manusia bukan sekadar keterbatasan intelektual, tetapi penyakit hati yang menghalangi manusia dari *ma’rifatullah*. Oleh karena itu, jalan penyempurnaan jiwa menurut al-Ghazali tidak

---

<sup>15</sup> Muhammad ibn Ismail Al-Bukhari, *Sahih Al-Bukhari* (Beirut: Dar al-Kutub al-‘Ilmiyyah, 870).

<sup>16</sup> Muslim Hidayat, ‘Moral Development as a Regulatory Strategy for Nafs Al-Lawwamah’, *Abrahamic Religions Journal*, 5.2 (2023), h. 88–104 <<https://jurnal.ar-raniry.ac.id>>.

<sup>17</sup> Sayed Rashed Hasan, ‘Sufism in Contemporary Contexts: Spirituality, Subjectivity, and the Limits of Modern Rationality’, (*Miqot*, Vol. 50.No.1 2024), h. 1–15 <<https://jurnalmiqotojs.uinsu.ac.id>>..

hanya melalui aktivitas rasional, tetapi juga melalui *tazkiyat al-nafs*, *mujahadah*, dan pengendalian hawa nafsu.

Perbedaan ini menunjukkan bahwa tradisi intelektual Islam memiliki kekayaan perspektif dalam memahami jiwa manusia. Ibn Sina menekankan dimensi filosofis-intelektual, sedangkan al-Ghazali lebih menonjolkan dimensi spiritual-etis. Namun demikian, keduanya sama-sama menempatkan manusia sebagai makhluk transendental yang tidak dapat dipahami hanya melalui pendekatan materialistik

## **B. Tazkiyat al-Nafs sebagai Jalan Pembentukan Insan Kamil**

Tujuan utama pembinaan jiwa dalam Islam adalah tercapainya *tazkiyat al-nafs*, yaitu proses penyucian jiwa dari sifat-sifat tercela menuju kesempurnaan spiritual. Konsep ini sangat sentral dalam pemikiran al-Ghazali, khususnya dalam pembahasan tentang penyakit hati seperti *riya'*, *hasad*, *takabbur*, dan cinta dunia. Menurutnya, penyakit jiwa lebih berbahaya daripada penyakit jasmani karena merusak hubungan manusia dengan Allah dan sesama manusia. Ia menegaskan:

“*Maradh al-qalb asyaddu min maradh al-badan*”.<sup>18</sup>

Terjemahan: penyakit hati lebih berat daripada penyakit badan.

Pernyataan ini menunjukkan bahwa kesehatan jiwa dalam Islam tidak hanya berarti bebas dari kecemasan, tetapi juga terbebas dari kerusakan moral dan spiritual. *Tazkiyat al-nafs* berjalan melalui tahapan pengendalian *nafs ammarah*, penguatan *nafs lawwamah*, hingga pencapaian *nafs mutmainnah*. *Nafs ammarah* adalah jiwa yang dominan pada dorongan syahwat dan hawa nafsu; *nafs lawwamah* adalah jiwa yang telah memiliki kesadaran moral, sedangkan *nafs mutmainnah* adalah jiwa yang tenang karena tunduk kepada Allah. QS. al-Fajr [89]: 27–30 menjadi legitimasi Qur’ani bagi konsep ini:

يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ۖ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ۖ فَادْخُلِي فِي عِبَادِي ۖ وَادْخُلِي جَنَّاتِي

Terjemahan:

“Wahai jiwa yang tenang! Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang rida dan diridai-Nya. Maka masuklah ke dalam golongan hamba-hamba-Ku, dan masuklah ke dalam surga-Ku.”

Penelitian Oktaviani et al. (2025) tentang model *Islamic Healing and Self-Awareness* menunjukkan bahwa peningkatan regulasi emosi pada remaja Muslim

---

<sup>18</sup> bu Hamid Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum Al-Din*, Juz III (Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah).



sangat efektif ketika proses konseling diarahkan pada kesadaran jiwa dan muhasabah spiritual, bukan sekadar pendekatan perilaku.<sup>19</sup>

Dalam konteks pendidikan Islam, *tazkiyat al-nafs* seharusnya menjadi inti proses pembelajaran, bukan hanya transfer pengetahuan. Namun, realitas pendidikan modern sering kali terlalu menekankan aspek kognitif dan mengabaikan pembinaan jiwa. Sari (2022) menemukan bahwa banyak lembaga pendidikan Islam masih berorientasi pada capaian akademik formal dan belum menempatkan penyucian jiwa sebagai tujuan utama pendidikan.<sup>20</sup> Padahal menurut al-Attas (2020), pendidikan Islam adalah proses penanaman adab yang berakar pada keteraturan jiwa dan pengenalan posisi manusia di hadapan Tuhan.<sup>21</sup> Dengan demikian, krisis moral generasi muda tidak cukup diatasi dengan kurikulum pengetahuan agama semata, tetapi harus melalui pembinaan jiwa yang sistematis.

Namun demikian, praktik pendidikan Islam kontemporer masih menghadapi problem formalisme religius. Pendidikan agama sering kali hanya menekankan aspek hafalan, ritual, dan capaian akademik, sementara dimensi penyucian jiwa kurang mendapat perhatian serius. Kondisi ini menunjukkan adanya paradoks antara tujuan ideal pendidikan Islam dan realitas praksis pendidikan modern. Kritik al-Ghazali terhadap ilmu yang tidak melahirkan transformasi moral menjadi sangat relevan dalam konteks ini. Dengan demikian, *tazkiyat al-nafs* seharusnya ditempatkan sebagai orientasi utama pendidikan Islam, bukan sekadar pelengkap spiritual.

### C. Relevansi Konsep Jiwa terhadap Krisis Manusia Modern

Meningkatnya gangguan mental modern tidak dapat dilepaskan dari hilangnya orientasi spiritual manusia. Pendekatan psikologi modern yang dominan masih cenderung memandang manusia sebagai entitas biologis dan sosial, sehingga terapi sering difokuskan pada perilaku dan neurokimia tanpa menyentuh akar eksistensialnya. WHO (2022) mencatat peningkatan gangguan kecemasan dan depresi secara global, namun berbagai pendekatan intervensi masih sangat medis-sentris.<sup>22</sup> Dalam perspektif Islam, kecemasan eksistensial muncul ketika manusia kehilangan hubungan dengan Tuhan dan gagal memahami tujuan keberadaannya. Oleh karena itu, jiwa yang sakit bukan hanya gejala psikologis, tetapi juga tanda keterputusan spiritual.

Penelitian Khalid, Ismail, dan Nik (2025) tentang rehabilitasi spiritual menunjukkan bahwa pendekatan konseling Islam yang berbasis kesadaran ruhani lebih

---

<sup>19</sup> Eka Chandra Oktaviani, 'Islamic Healing and Self-Awareness Narrative', *Al-Musyrif*, 8.2 (2025), 1–18 <<https://ejournal.uiidilwa.ac.id>>.

<sup>20</sup> Lestari Sari, 'Internalisasi Tazkiyat Al-Nafs dalam Pendidikan Islam', (*Jurnal Studi Keislaman*, Vol.8 No.2. 2022), h. 16.

<sup>21</sup> Syed Muhammad Naquib Al-Attas, *The Concept of Education in Islam* (Kuala Lumpur: ISTAC, 2020) <<https://ibnteymiyah.files.wordpress.com/2007/01/concept-of-education-in-islam.pdf>>.

<sup>22</sup> World Health Organization, *World Mental Health Report: Transforming Mental Health for All* (Geneva: WHO, 2022), h. 45.

efektif dalam memulihkan stabilitas emosi dibandingkan intervensi yang hanya berorientasi sosial.<sup>23</sup> Mereka menegaskan bahwa pemulihan jiwa harus melibatkan dimensi taubat, dzikir, muhasabah, dan penguatan relasi dengan Allah. Hal ini sejalan dengan pandangan al-Ghazali bahwa ketenangan jiwa hanya dapat dicapai melalui *ma'rifatullah*. Ia menyebut, "*La sa'adata illa fi liqa' Allah*" artinya tidak ada kebahagiaan sejati kecuali dalam kedekatan dengan Allah.<sup>24</sup> Kutipan ini memperlihatkan bahwa kesehatan mental dalam Islam memiliki fondasi teologis yang sangat kuat.

Dalam konteks masyarakat Muslim Indonesia, kebutuhan terhadap pendekatan kesehatan mental berbasis spiritual semakin nyata, terutama di kalangan mahasiswa, pekerja urban, dan generasi muda yang menghadapi tekanan identitas. Studi Fitriani dan Hidayat (2021) menunjukkan bahwa lemahnya pemahaman terhadap konsep jiwa menyebabkan banyak mahasiswa Muslim mengalami disorientasi hidup meskipun memiliki pengetahuan agama formal.<sup>25</sup> Hal ini menandakan bahwa problem utama bukan kekurangan informasi agama, tetapi kegagalan internalisasi spiritual. Oleh karena itu, revitalisasi konsep jiwa dalam pemikiran Islam memiliki kontribusi praktis yang besar bagi pendidikan, konseling, dakwah, dan kebijakan kesehatan mental nasional.

Berdasarkan keseluruhan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa jiwa dalam pemikiran Islam merupakan pusat antropologi manusia yang mencakup dimensi moral, rasional, dan spiritual secara integral. Konsep *nafs*, ruh, *qalb*, dan *'aql* tidak berdiri sendiri, tetapi membentuk struktur kesadaran manusia yang menentukan kualitas hidup dunia dan akhirat. Krisis manusia modern pada dasarnya adalah krisis jiwa, sehingga penyelesaiannya memerlukan rekonstruksi spiritual, bukan hanya intervensi psikologis teknis. Dengan demikian, pemikiran Islam menawarkan paradigma kesehatan jiwa yang lebih utuh dan relevan bagi peradaban kontemporer.

Di sisi lain, meningkatnya popularitas *spiritual healing* dan *self healing* di era digital menunjukkan bahwa manusia modern sesungguhnya sedang mencari dimensi transendental yang hilang dari kehidupan modern. Akan tetapi, sebagian praktik spiritual kontemporer cenderung bersifat instan, individualistik, dan terlepas dari fondasi teologis yang kokoh. Dalam perspektif Islam, spiritualitas tidak cukup dipahami sebagai ketenangan psikologis, tetapi harus berorientasi pada *ma'rifatullah* dan transformasi moral. Oleh karena itu, konsep jiwa dalam Islam memiliki

---

<sup>23</sup> Nursyahidah Khalid, Nik Ahmad Hisham Ismail, and Wan Suraya Wan Nik, 'Spiritual Rehabilitation: Islamic Counseling Approach', *IIUM Repository*, 2025 <<https://irep.iium.edu.my>>.

<sup>24</sup> Abu Hamid Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum Al-Din* (Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah), Juz III <<https://archive.org>>.

<sup>25</sup> Nur Fitriani dan Ahmad Hidayat, 'Spiritual Awareness and Emotional Stability among Muslim University Students', (Psikohumaniora, Vol.6.No.1, 2021), h. 55–70.

keunggulan epistemologis karena tidak hanya menawarkan terapi psikologis, tetapi juga arah ontologis tentang tujuan keberadaan manusia.

## KESIMPULAN

Konsep jiwa dalam perspektif Islam menunjukkan bahwa manusia merupakan makhluk multidimensional yang terdiri atas relasi integral antara *nafs*, ruh, *qalb*, dan *'aql*. Struktur antropologis tersebut menempatkan manusia bukan hanya sebagai entitas biologis, tetapi juga makhluk spiritual yang memiliki orientasi transendental. Dalam konteks ini, krisis manusia modern pada dasarnya tidak hanya bersumber dari problem psikologis, tetapi juga dari keterputusan spiritual dan hilangnya makna hidup.

Kajian ini menunjukkan bahwa *tazkiyat al-nafs* memiliki relevansi penting sebagai paradigma pembinaan manusia dalam Islam. Proses penyucian jiwa tidak hanya berfungsi membentuk moralitas individu, tetapi juga menjadi dasar terciptanya keseimbangan emosional, spiritual, dan sosial. Oleh karena itu, konsep jiwa dalam Islam dapat menjadi alternatif epistemologis terhadap paradigma psikologi modern yang cenderung reduksionistik dan materialistik.

Secara teoretis, penelitian ini memperkuat urgensi integrasi antara psikologi modern dan spiritualitas Islam dalam pengembangan psikologi Islam kontemporer. Adapun secara praktis, penelitian ini dapat menjadi dasar pengembangan pendidikan Islam, konseling spiritual, dan pendekatan kesehatan mental berbasis nilai-nilai Islam.

Penelitian ini masih terbatas pada kajian kepustakaan sehingga belum menguji implementasi konsep jiwa dalam praktik pendidikan atau konseling Islam secara empiris. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan pendekatan lapangan untuk mengkaji efektivitas konsep *tazkiyat al-nafs* dalam pembinaan spiritual dan kesehatan mental masyarakat Muslim kontemporer.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Attas, S. M. N. (2020). The concept of education in Islam. Diakses dari <https://ibnteymiyah.files.wordpress.com/2007/01/concept-of-education-in-islam.pdf>
- Al-Attas, S. M. N. (2020). The concept of education in Islam. Kuala Lumpur: ISTAC.
- Al-Bukhari, M. I. (870). Sahih al-Bukhari. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.
- Al-Ghazali, A. H. (t.th.). Ihya' 'ulum al-din (Juz III). Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.
- Badri, M. (2021). Contemplation: An Islamic psychospiritual study. Herndon: IIIT.
- Badri, M. (2021). Contemplation: An Islamic psychospiritual study. Diakses dari <https://iiit.org>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2021). Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches (5th ed.). Sage Publications.

- Fauzi, A. (2023). Tasawuf pendidikan dan pembinaan jiwa dalam Islam. *Jurnal Pendidikan Islam*, 11(2), 145-160.
- Fitriani, N., & Hidayat, A. (2021). Spiritual awareness and emotional stability among Muslim university students. *Psikohumaniora*, 6(1), 55-70.
- Hasan, S. R. (2024). Sufism in contemporary contexts. Diakses dari <https://jurnalmiqotojs.uinsu.ac.id>
- Hasan, S. R. (2024). Sufism in contemporary contexts: Spirituality, subjectivity, and the limits of modern rationality. *Miqot*, 50(1), 1-15.
- Hidayat, M. (2023). Moral development as a regulatory strategy for *nafs al-lawwamah*. *Abrahamic Religions Journal*, 5(2), 88-104.
- Hidayat, M. (2023). Moral development as a regulatory strategy for *nafs al-lawwamah*. Diakses dari <https://jurnal.ar-raniry.ac.id>
- Ibn Sina. (t.th.). *Kitab al-nafs*. Cairo: Dar al-Fikr al-'Arabi.
- Ibn Sina. (t.th.). *Kitab al-nafs*. Diakses dari <https://archive.org>
- Khalid, N., Ismail, N. A. H., & Wan Nik, W. S. (2025). Spiritual rehabilitation: Islamic counseling approach. *IIUM Repository*.
- Khalid, N., Ismail, N. A. H., & Wan Nik, W. S. (2025). Spiritual rehabilitation: Islamic counseling approach. Diakses dari <https://irep.iium.edu.my>
- Moleong, L. J. (2021). *Metodologi penelitian kualitatif (Edisi revisi)*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Oktaviani, E. C. (2025). Islamic healing and self-awareness narrative. *Al-Musyrif*, 8(2), 1-18.
- Oktaviani, E. C. (2025). Islamic healing and self-awareness narrative. Diakses dari <https://ejournal.uiidalwa.ac.id>
- Rahman, A. (2020). Islamic psychology and spiritual therapy in modern society. *Teosofi: Jurnal Tasawuf dan Pemikiran Islam*, 10(1), 87-102.
- Sari, L. (2022). Internalisasi tazkiyat al-*nafs* dalam pendidikan Islam. *Jurnal Studi Keislaman*, 8(2), 201-216.
- World Health Organization. (2022). *World mental health report: Transforming mental health for all*. Geneva: WHO.
- World Health Organization. (2022). *World mental health report: Transforming mental health for all*. Diakses dari <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>
- Zed, M. (2020). *Metode penelitian kepustakaan (Edisi ke-3)*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.