

SPIRITUALITAS DALAM PERSPEKTIF ISLAM

Ihda Hayatunnisa¹, Syifa Nuralvia Rahmah², Hisa Fakhriya³, Muhammad Aulia Fithroh Fauzi⁴

^{1,2,3,4} Pendidikan Agama Islam, Universitas Singaperbangsa Karawang, Indonesia

¹ihdahayatunnisa05@gmail.com, ²syifarahmah133@gmail.com, ³hisafakhriya13@gmail.com

⁴fithrohfauzi123@gmail.com

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Diterima: 28-05-26

Disetujui: 01-06-26

Kata Kunci:

Spiritualitas Islam
Kesehatan Mental
Pendidikan Islam
Kecerdasan Spiritual

Abstract: *This article focuses on the analysis of spirituality from an Islamic perspective as a key component related to religious practices and influencing the formation of an individual's personality and mental health. The method employed is a literature review examining various written sources related to spirituality within the contexts of Islam, education, Sufism, and psychology. Findings from this study indicate that spirituality in Islam plays a significant role as a protective factor in improving mental well-being through values such as tawakal, patience, gratitude, and sincerity, which support positive religious coping mechanisms. Furthermore, spirituality also plays a role in developing spiritual intelligence in children through comprehensive education, reinforced by a Sufi approach that emphasizes moral aspects and the purification of the soul (tazkiyah al-nafs). In a broader context, spirituality is defined as the deepest core of religious teachings that transcends mere symbols and rituals. The results of this study indicate that integrating spirituality into Islamic education and psychological approaches can be an effective strategy in shaping individuals with strong character, resilience, and a sense of life's meaning amidst the challenges of the modern era.*

Abstrak: Artikel ini berfokus pada analisis spiritualitas dari sudut pandang Islam sebagai komponen utama yang terkait dengan praktik keagamaan serta berpengaruh terhadap pembentukan kepribadian dan kesehatan mental seseorang. Metode yang diterapkan adalah penelitian pustaka dengan mengkaji berbagai sumber tertulis yang berkaitan dengan spiritualitas dalam konteks Islam, pendidikan, tasawuf, dan psikologi. Temuan dari studi ini menunjukkan bahwa spiritualitas dalam Islam memainkan peranan signifikan sebagai elemen pelindung dalam memperbaiki kesejahteraan mental melalui nilai-nilai seperti tawakal, sabar, syukur, dan ikhlas yang mendukung cara-cara coping religius yang positif. Selain itu, spiritualitas juga berperan dalam pengembangan kecerdasan spiritual pada anak-anak melalui pendidikan yang komprehensif, yang diperkuat oleh pendekatan tasawuf yang menyoroti aspek moral dan penyucian jiwa (tazkiyah al-nafs). Dalam konteks yang lebih luas, spiritualitas diartikan sebagai inti terdalam dari ajaran agama yang melampaui sekadar simbol dan upacara. Hasil kajian ini menunjukkan bahwa mengintegrasikan spiritualitas dalam pendidikan Islam dan pendekatan psikologi dapat menjadi strategi yang efektif dalam membentuk individu yang memiliki karakter, ketahanan, dan makna hidup yang kuat di tengah tantangan era modern.

PENDAHULUAN

Spiritualitas merupakan elemen yang sangat penting dalam eksistensi manusia, tidak hanya berfokus pada praktik ibadah, tetapi juga meliputi pencarian tujuan hidup, ketenangan batin, dan hubungan yang lebih dalam dengan Tuhan. Diskusi mengenai aspek religius selalu menarik untuk diangkat. Sejarah menunjukkan bahwa perkembangan

pengetahuan sering menempatkan agama sebagai subyek penting untuk diteliti dan dianalisis. Apalagi, kajian mengenai aspek-aspek agama juga mencakup persinggungan spiritual. Dalam perspektif Islam, spiritualitas memegang peranan penting sebagai fondasi dalam membentuk kepribadian yang menyeluruh, yang mengintegrasikan keseimbangan antara elemen fisik dan mental. Namun, di era modern yang dipenuhi dengan kemajuan teknologi, globalisasi, dan perubahan gaya hidup yang cepat, manusia malah terjebak dalam krisis makna hidup serta meningkatnya persoalan kesehatan mental.

Spiritualitas juga berperan sebagai salah satu elemen yang memengaruhi kesejahteraan mental terkait dampak positif yang ditawarkan pada kesejahteraan psikologis seseorang. Assagioli (1965) menjelaskan bahwa keinginan untuk menemukan spiritualitas merupakan aspek penting dalam tahap tertinggi perkembangan individu yang esensial dan nyata. Ketika seseorang berhasil menggapai spiritualitas dan menemukan makna serta tujuan dalam hidupnya, maka ia dapat menjalani hidup dengan kondisi mental yang sehat. Hal ini menunjukkan bagaimana individu dapat meraih kesejahteraan psikologis saat mereka mengembangkan sisi spiritualitas mereka.

Spiritualitas adalah keyakinan individu yang melampaui segi material kehidupan serta memberikan perasaan mendalam tentang kesatuan, hubungan, dan penerimaan terhadap yang tidak terhingga (Myers, et al., 2000). Dalam konteks komunitas Muslim, spiritualitas Islam muncul sebagai salah satu cara yang berpotensi untuk memperkuat daya tahan mental dan memberikan makna hidup yang lebih mendalam. (Asih, Z. K., Sukino, A., & Sukmawati, F. (2025).

Nilai-nilai seperti tawakal, sabar, syukur, dzikir, dan ikhlas telah lama diakui dalam karya-karya keislaman sebagai pendorong kekuatan spiritual saat menghadapi tantangan hidup. Penelitian oleh Koenig et al (2012) mengungkapkan bahwa spiritualitas yang bersifat religius, termasuk yang terdapat dalam Islam, memiliki hubungan positif dengan kebahagiaan mental dan pengurangan risiko depresi. Sejumlah studi mulai mengeksplorasi peran religiositas dan spiritualitas dalam konteks Islam untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis. Penelitian oleh Abu-Raiya & Pargament (2011) menunjukkan bahwa aktivitas keagamaan dalam Islam, seperti salat dan dzikir, berkontribusi pada pengurangan kecemasan dan peningkatan pengendalian diri.

Spiritualitas memiliki peranan yang sangat penting dalam keberadaan manusia, bukan hanya sebagai cara untuk terhubung dengan Tuhan, tetapi juga sebagai sumber makna hidup dan keseimbangan jiwa. Dari perspektif Islam, nilai-nilai spiritual seperti tawakal, kesabaran, syukur, berzikir, dan keikhlasan menjadi fondasi utama dalam membentuk kepribadian yang sehat secara emosional dan psikologis. Di tengah berbagai tantangan kehidupan modern yang sangat kompleks, spiritualitas dalam Islam hadir sebagai solusi yang dapat meningkatkan ketahanan mental serta mendukung individu untuk mencapai kesehatan jiwa yang lebih baik. Dengan demikian, fokus utama dalam penelitian ini adalah bagaimana kita dapat memahami spiritualitas dari perspektif Islam dengan cara yang komprehensif dan menerapkannya secara praktis dalam kehidupan yang modern. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis ide spiritualitas Islam dari berbagai sudut, menggali perannya dalam pengembangan karakter dan kesejahteraan mental, serta menyusun relevansinya dalam peningkatan pendidikan Islam dan penerapan pendekatan psikologis yang terpadu di tengah perubahan sosial yang sedang berlangsung.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan tipe studi literatur, yang artinya penelitian dilaksanakan melalui pengeksploasian dan analisis berbagai sumber yang berkaitan dengan tema spiritualitas dalam perspektif Islam. Sumber informasi untuk penelitian ini meliputi data baik primer maupun sekunder. Data primer diambil dari buku-buku klasik maupun modern yang membahas tentang spiritualitas Islam, tasawuf, serta pemikiran tokoh-tokoh dalam Islam. Sementara itu, data sekunder diperoleh dari jurnal ilmiah, artikel penelitian, dan publikasi akademik yang berkaitan dengan pendidikan Islam dan psikologi, terutama yang mengkaji aspek kesehatan mental dan spiritualitas.

Dengan menggunakan pendekatan tersebut, diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menawarkan pemahaman yang komprehensif mengenai konsep spiritualitas dari sudut pandang Islam serta relevansinya dalam konteks pendidikan dan kesehatan mental di era saat ini.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Spiritualitas

Spiritual berasal dari istilah spirit yang memiliki beragam makna seperti “semangat, jiwa, roh, sukma, mental, batin, rohani, dan keagamaan”, serta dari kata spiritus yang bermakna nafas. Dalam kosakata bahasa Arab, istilah jiwa dan roh memiliki makna yang berbeda. Sementara itu, perspektif psikologi menerangkan bahwa ada asumsi mengenai nilai-nilai yang melampaui batas. Secara lebih luas, spirit dapat dimaknai sebagai: 1) kekuatan kosmis yang memberikan energi kepada manusia (menurut pandangan Yunani kuno); 2) makhluk tidak berwujud seperti peri, hantu, dan lain-lain; 3) sifat kesadaran, kehendak, dan kecerdasan yang ada di seluruh alam; 4) jiwa yang luhur dalam alam yang memiliki pengetahuan menyeluruh, moralitas yang tinggi, keindahan, dan abadi; 5) dalam konteks agama, mendekati kesadaran akan ketuhanan; 6) unsur yang terdapat dalam minuman beralkohol yang menyebabkan efek mabuk. Oleh karena itu, spiritualitas dapat dipahami sebagai pengalaman manusia secara umum terhadap pengertian akan makna, tujuan, dan etika. Spiritualitas atau jiwa sebagaimana dijelaskan oleh para tokoh sufi adalah suatu dimensi yang tidak terukur, meliputi keseluruhan alam semesta, sebab ia merupakan suatu cerminan dari-Nya, dan segala sesuatu yang ada di jagat raya ini dapat terwadahi dalam jiwa.

Berdasarkan pendapat Shafwan, dalam antropologi spiritual Islam terdapat empat elemen penting dalam diri manusia, yaitu: 1) Usaha dan perlawanan “psiko-spiritual” untuk mengenali diri dan menjalani disiplin, 2) Kebutuhan mendasar manusia akan petunjuk dalam berbagai macam bentuk, 3) Interaksi individu dengan Tuhan, dan 4) Hubungan aspek sosial individu manusia.

Sedangkan dari sudut pandang psikologi agama, mengenai sumber dari jiwa keagamaan yang memicu hasrat untuk melayani Tuhan, secara umum dapat ditemukan tiga teori; teori monistik, teori faculty, dan Teori The Four Whises:

1. Teori Monistik (mono = satu). Teori ini menyatakan bahwa terdapat satu sumber kejiwaan tunggal dalam konteks keagamaan. Berdasarkan teori ini, sumber kejiwaan

agama dianggap sebagai hasil dari pemikiran Thomas Van Aquino dan Fredrick Hegel, rasa ketergantungan terhadap yang absolut (sense of depend) yang dikemukakan oleh Fredrick Schleimaceher, serta perasaan takjub yang lahir dari “yang sepenuhnya berbeda” (the wholly other) menurut Rudolf Otto yang kemudian dikenal sebagai numinous. Proses libido seksual yang terkait dengan kompleks Oedipus dan citra ayah menurut Sigmund Freud, serta sekumpulan instink dalam diri manusia yang diungkapkan oleh William Mac Dougall. Namun, pandangan William ini dianggap kurang kuat oleh para psikolog..

2. Teori Faculty. Pendekatan ini beranggapan bahwa aspek psikologis dari agama tidaklah bersifat tunggal, melainkan terdiri dari sejumlah fungsi. Dalam pandangan ini, sumber spiritual keagamaan berasal dari tiga aspek; 1) cipta sebagai fungsi intelektual individu, 2) rasa sebagai elemen yang mendorong dan memberi motivasi bagi tindakan manusia, serta 3) karsa yang berfungsi sebagai dorongan untuk melaksanakan ajaran agama.
3. Teori the Four Whises. W. H. Thomas menyatakan bahwa asal-usul psikologi agama muncul dari adanya empat jenis keinginan dasar dalam diri manusia, yang meliputi: 1) keamanan (security), 2) pengakuan (recognition), 3) mendapatkan respon (response), dan pengetahuan atau pengalaman yang baru (new experience).

Spiritualitas pada umumnya ditafsirkan oleh Swinton dan Pattison (2001) sebagai elemen dari keberadaan manusia yang menyangkut kerangka makna yang memberikan tujuan dan arti dalam hidup individu serta mendukung individu dalam menghadapi perubahan-perubahan dalam kehidupan. Spiritualitas berhubungan dengan perjalanan manusia untuk menemukan arti hidup, tujuan hidup, pemahaman tentang pengetahuan yang melampaui diri atau transendensi, hubungan yang bermakna, cinta, dan kesucian. Spiritualitas bisa jadi terkait atau tidak berhubungan dengan sistem kepercayaan agama tertentu.

Spiritualitas berasal dari bahasa Latin yang berarti spiritus atau nafas kehidupan, sehingga dapat dipahami sebagai suatu cara untuk merasakan pengalaman yang hadir dengan kesadaran dalam dimensi yang lebih tinggi, serta mencakup nilai-nilai yang didapat dari diri sendiri, orang lain, alam, kehidupan, dan hal-hal yang dianggap paling suci (Elkins, dkk., 1988). Menurut MacKinlay (2006), spiritualitas merupakan sebuah perjalanan panjang dalam mencari jawaban atas pertanyaan fundamental tentang kehidupan, termasuk makna hidup dan hubungan dengan yang transendensi.

Konsep spiritualitas memiliki beragam pengertian, seperti pengalaman eksistensial dan kesadaran mengenai eksistensi hidup manusia sambil mempertimbangkan alasan di balik asal-usul, tujuan, nasib, dan nilai dalam hidup. Selain itu, spiritualitas juga dapat diartikan sebagai pengalaman hubungan transenden atau koneksi seseorang dengan yang tertinggi, seperti Tuhan atau dengan diri sendiri. Swinton (2001) mengungkapkan bahwa spiritualitas mencakup lima aspek yang berbeda. Kelima aspek tersebut adalah:

- Makna (Meaning) Keberartian merujuk pada kehidupan yang dapat diinterpretasikan secara mendalam atau sebagai suatu makna ontologis dalam keberadaan dan cara memahami situasi atau keberadaan dalam hidup (Swinton & Pattison, 2001).

- Nilai (Value) Swinton dan Pattison (2001) mendeskripsikan nilai sebagai sebuah ukuran atau acuan yang harus dihargai dan berhubungan dengan nilai kebenaran, keindahan, kelayakan, gagasan, benda atau perilaku. Seringkali orang menyebutnya sebagai nilai utama. Blanchard dan Stoner (2011) menyatakan bahwa nilai adalah kepercayaan yang kuat dari individu terhadap karakteristik yang diidamkan. Dalam bertindak dan memilih, nilai menjadi panduan bagi individu.
- Transendensi (Transcendence) Adalah sebuah pengalaman dan pemahaman yang melampaui batasan individu (Swinton & Pattinson, 2001). Fahmi (2005) mengartikan transendensi sebagai pengakuan terhadap norma-norma absolut yang lebih tinggi serta melampaui pemikiran manusia.
- Keterhubungan (Connection) Ini adalah interaksi yang terjalin antara diri sendiri, orang lain, Tuhan, dan lingkungan sekitar (Swinton & Pattinson, 2001). Dindia dan Canary (1993) menunjukkan bahwa keberadaan dan pemeliharaan hubungan yang memuaskan menjadi suatu acuan dalam menjaga suatu hubungan.
- Menjadi (Becoming) Swinton dan Pattinson (2001) menjelaskan bahwa menjadi adalah sebuah kebutuhan pribadi untuk merefleksikan dalam mencapai transformasi. Individu didorong untuk terus berkembang menjadi versi yang lebih baik dari diri mereka.

Spiritualitas dalam Islam

Spiritualitas dalam Islam berkaitan erat dengan usaha untuk mendekatkan diri, menyaksikan, mengungkap, dan mengenal yang esa, serta menyatu dengan yang maha esa. Oleh karena itu, bagi seseorang yang ingin meraih tingkat spiritualitas, penting untuk menghilangkan hambatan (dosa-dosa) yang menghalangi “penyatuan jiwa manusia dengan Tuhannya”. Konsep spiritualitas ini sering disebut sebagai ajaran tasawuf. Ajaran ini memiliki beberapa cabang jika dilihat dari pendekatannya. Namun, yang paling dikenal adalah tahap-tahap untuk mencapai tingkat spiritual yang terdiri dari tiga fase, yang sering disebut dengan istilah “tiga T”. Pertama, mengosongkan dan membersihkan diri dari sifat-sifat duniawi yang tidak baik (takhalli). Kedua, usaha untuk mengisi diri dengan membiasakan sikap, perilaku, dan akhlak yang baik (tahalli). Ketiga, penghilangan sifat-sifat manusiawi yang digantikan dengan sifat-sifat ketuhanan (tajalli), sebagai pencapaian tertinggi dalam tasawuf akhlaki.

Hossein (2002), sebagai seorang pakar spiritualitas dalam Islam, mengartikan spiritualitas dalam konteks ini sebagai fokus pada aspek-aspek seperti dunia roh, hubungan yang erat dengan Tuhan, dan dimensi batin yang dihubungkan dengan kenyataan sejati. Sedangkan definisi lain mengenai spiritualitas dalam Islam merujuk pada usaha mengoptimalkan semua potensi spiritual yang ada di dalam diri manusia sesuai dengan ketentuan syariat yang harus dipatuhi dalam melihat realitas, baik di dunia fisik maupun di alam batin. Ini juga mencakup perjalanan batin individu dalam mengejar tingkat yang lebih tinggi dengan bantuan latihan spiritual atau praktik keagamaan yang bertujuan untuk mendekatkan diri kepada Yang Maha Kuasa, serta usaha pengendalian diri guna tetap fokus kepada Allah demi mencapai kebahagiaan sejati yang abadi (Ruslan, 2017).

Sementara itu, Dasti dan Sitwat (2014) mengidentifikasi delapan elemen spiritualitas dalam Islam, yang terdiri dari berikut ini:

- 1) Pencarian akan Ketuhanan, Arti, dan Tujuan Hidup. Ini adalah usaha yang dilakukan seseorang untuk memahami dan merasakan keberadaan dan kekuasaan Sang Pencipta serta Penguasa tertinggi alam semesta. Kegiatan ini juga meliputi pencarian atas aspek ketuhanan guna menemukan makna dan tujuan hidup yang sesuai dengan petunjuk yang tercantum dalam Al-Quran dan sunnah.
- 2) Keyakinan. Ini mencakup kepercayaan yang mendalam kepada Allah, Nabi Muhammad sebagai utusan pada hari kiamat, hari balasan, para malaikat, takdir, kitab suci, serta kepercayaan akan kehidupan setelah mati.
- 3) Praktik dalam Islam. Ini merujuk kepada berbagai bentuk ibadah yang wajib dilaksanakan oleh seorang muslim, seperti shalat, memberi sedekah, amal baik, berpuasa, membaca Al-Quran, serta menjaga aurat bagi wanita dan melaksanakan shalat berjamaah bagi pria..
- 4) Praktik Moral. Ini melibatkan penerapan nilai-nilai moral seperti kejujuran, menepati janji, keberanian, harga diri, kedermawanan, ketabahan, pemaafan, kesabaran, dan keadilan. Di sisi lain, ada pula perilaku yang dianggap melanggar moral, seperti berbohong, memberikan kesaksian yang tidak benar, mencela, memfitnah, bersikap curiga, mengintip, menertawakan orang lain, berlebihan dalam pemborosan, kikir, pamer, memuji secara berlebihan, keserakahan, kecemburuan, kecintaan pada harta benda dunia, melakukan balas dendam, bersikap angkuh, dan kesombongan.
- 5) Pengendalian Diri. Ini adalah upaya melakukan kontrol terhadap diri dalam aktivitas sehari-hari, termasuk dalam pengaturan pola makan, tidur, berbicara, mengelola emosi, serta komitmen untuk aktif dalam berbagai aspek kehidupan.
- 6) Tanggung Jawab dan Kewajiban. Ini dijabarkan sebagai tanggung jawab dan kewajiban seorang muslim terhadap orang tua, anak-anak, pasangan, kerabat, tetangga, tamu, dan sesama muslim.
- 7) Hubungan dengan Allah (Connection with Allah) Adalah sebuah ikatan mendalam dengan Sang Pencipta yang menimbulkan perasaan kegembiraan, kebahagiaan, keyakinan terhadap kasih dan cinta Allah serta munculnya rasa takut akan kemarahan dan tanggung jawab kepada-Nya.

Spiritualitas Dalam Perspektif Pendidikan Agama

Spiritualitas dalam Islam mencerminkan kesadaran akan koneksi manusia dengan Tuhan (tauhid) yang menghasilkan ketenangan jiwa, ketahanan, serta kekuatan saat menghadapi tantangan dalam hidup. Tujuan utama spiritualiti dalam Islam adalah mencapai maqam ihsan, yaitu keadaan spiritual tertinggi di mana seorang Muslim beribadah kepada Allah seolah-olah dapat melihat-Nya. Proses ini mengarah pada kesadaran eksistensial yang mendalam, ketenangan jiwa (sakinah), serta kualitas hidup yang berarti. Elemen inti dari spiritualiti Islam mencakup tauhid (keesaan Allah), Tawakkal (menyerahkan diri), Syukur dan Sabar, Dzikir (mengingat Allah), dan Muhasabah Tazkiyah (refleksi dan pembersihan

diri dari penyakit hati). Ajaran-ajaran ini tercantum dalam Al-Qur'an dan Hadis, menetapkan ibadah sebagai alat untuk memperkuat jiwa. Nilai-nilai seperti tawakal (menyerahkan diri kepada Allah), sabar, syukur, dan dzikir memiliki dimensi psikologis yang mendalam. Tawakal disebutkan dalam QS. At-Talaq ayat 3 sebagai manifestasi kepercayaan penuh bahwa Allah akan memenuhi kebutuhan hamba-Nya. Sabar ditekankan dalam QS. Al-Baqarah ayat 153 sebagai kunci untuk meraih kemenangan dalam hidup. Sementara itu, syukur dalam QS. Ibrahim ayat 7 menunjukkan hubungan yang erat antara rasa terima kasih dan peningkatan kesejahteraan. Dzikir atau mengingat Allah secara berkesinambungan diyakini sebagai bentuk terapi spiritual yang memperkuat mental.

Spiritualitas dalam pendidikan agama Islam tidak hanya dipahami sebagai pelaksanaan ritual kesalehan seperti shalat atau puasa, tetapi juga mencakup aspek eksistensial yang lebih dalam, yakni pengalaman batin yang mencerminkan hubungan transendental antara individu dan Tuhan. Aspek ini meliputi internalisasi ajaran tauhid, pemahaman akhlak sebagai bentuk aktualisasi nilai-nilai ilahi dalam kehidupan sosial, serta penghayatan ibadah sebagai suatu cara untuk penyucian jiwa dan penemuan makna hidup. Dengan cara lain, spiritualitas Islam adalah perpaduan antara aspek kognitif, afektif, dan moral yang bertujuan untuk memperkuat hubungan vertikal (*habl min Allah*) dan horizontal (*habl min nal-nas*) dengan keseimbangan yang baik.

Pendidikan agama Islam berfungsi sebagai penggerak perubahan spiritual yang memandu para siswa untuk menjalani tazkiyah al-nafs (pembersihan jiwa), sebagaimana yang dijelaskan oleh Imam Al-Ghazali dalam karya *Ihya' Ulumuddin*, yaitu sebuah proses reflektif untuk membersihkan hati dari sifat-sifat buruk dan menanamkan sifat-sifat yang baik. Dalam konteks ini, belajar agama bukan hanya sekadar penyampaian doktrin, melainkan juga merupakan internalisasi nilai-nilai ketauhidan yang membentuk karakter spiritual yang seimbang, tangguh, dan mampu bertahan dalam menghadapi tantangan hidup. Ini sejalan dengan pendekatan modern dalam psikologi spiritual yang menjadikan spiritualitas sebagai salah satu elemen kunci dari kesehatan mental individu.

Dari keseluruhan penjelasan tersebut, bisa disimpulkan bahwa spiritualitas merupakan elemen penting dalam kehidupan manusia yang mencakup pencarian arti, tujuan hidup, serta koneksi dengan Sang Pencipta, diri sendiri, dan lingkungan. Dalam konteks Islam, spiritualitas terfokus pada usaha mendekatkan diri kepada Allah melalui pembersihan jiwa, pelaksanaan ajaran agama, dan pengembangan akhlak positif yang tercermin dalam nilai-nilai seperti keesaan Tuhan, kesabaran, rasa syukur, dan ketergantungan kepada Allah. Spiritualitas tidak hanya terbatas pada pengalaman batin, tetapi juga diekspresikan dalam tindakan sehari-hari yang nyata. Dalam konteks pendidikan agama Islam, spiritualitas memiliki peran penting sebagai dasar utama dalam membangun kepribadian yang utuh melalui penggabungan elemen kognitif, afektif, dan moral, dengan tujuan menciptakan individu yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga seimbang secara emosional dan mendalam dalam hal spiritual.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan kajian yang dilakukan, spiritualitas adalah komponen krusial dalam kehidupan manusia yang mencakup pencarian makna, tujuan hidup, nilai-nilai, serta relasi dengan Tuhan, diri sendiri, dan lingkungan. Dalam perspektif Islam, spiritualitas

menekankan upaya untuk lebih dekat kepada Allah melalui pembersihan jiwa, penerapan ajaran agama, serta pembinaan akhlak yang baik, yang tercermin dalam konsep tasawuf seperti takhalli, tahalli, dan tajalli. Spiritualitas dalam konteks Islam tidak hanya bersifat batin, tetapi juga nampak dalam tindakan nyata melalui nilai tauhid, tawakal, kesabaran, rasa syukur, dan dzikir. Dalam konteks pendidikan agama Islam, spiritualitas menjadi landasan penting untuk membentuk karakter yang utuh dengan menggabungkan unsur kognitif, afektif, dan moral, sehingga melahirkan individu yang seimbang antara kecerdasan intelektual, emosional, dan spiritual.

Diperlukan upaya yang lebih komprehensif dalam mengintegrasikan nilai-nilai spiritual Islam ke dalam pendidikan, tidak hanya melalui dimensi kognitif, tetapi juga melalui kebiasaan, teladan yang baik, dan pengalaman spiritual yang mendalam. Para pengajar diharapkan mampu merancang metode pengajaran yang tidak hanya mementingkan aspek akademik, tetapi juga dalam pembentukan karakter dan kesadaran spiritual siswa. Di samping itu, penelitian mendatang diharapkan dapat menyelidiki lebih dalam tentang penerapan spiritualitas Islam dalam kehidupan modern, terutama saat menghadapi tantangan dari kemajuan teknologi dan krisis makna hidup yang dirasakan oleh generasi sekarang.

DAFTAR REFERENSI

- Asih, Z. K., Sukino, A., & Sukmawati, F. (2025). Spiritualitas Islam sebagai faktor protektif kesehatan mental: Tinjauan interdisipliner dalam perspektif pendidikan agama dan psikologi klinis. *KARTIKA: Jurnal Studi Keislaman*, 5(2), 895–908. <https://lptnunganjuk.com/ojs/index.php/kartika>.
- Bambang Syamsul Arifin, Psikologi Agama, (Bandung: Pustaka Setia, 2008.),
Drs. Rosihon Anwar, M.Ag dan Drs. Mukhtqar Solihin, M.Ag, Ilmu Tasawuf,
E. Rahmi dan F. Syafyusari, “Edukasi Mental Health Dipandang dari Segi Perspektif Islam pada Penderita Penyakit Kronis,” *Jurnal Pustaka Mitra* 5, no. 1 (2025): 14–18, <https://doi.org/10.55382/jurnalpustakamitra.v5i1.8>
- Harold G. Koenig, Dana King, dan Verna B. Carson, *Handbook of Religion and Health* (New York: Oxford University Press, 2012).
- Hasyim Muhammad, *Dialog Antara Tasawuf dan Psikologi ; Telaah Pemikiran Hlm 38-45*
- M. Hafi Anshori, *Kamus Psikologi*, (Surabaya: Usaha Kanisius, 1995), h. 653
- M.W. Shafwan, *Wacana Spiritual Timur dan Barat*, (Penerbit Qalam, Yogyakarta, (2000), h. 7
- Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, (Atas Kerjasama Walisongo Press dengan Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2002), h. 9
- Rachmaningtyas, S. C., & Novitasari, R. (n.d.). Hubungan antara spiritualitas Islam dan kesejahteraan psikologis pada masa transisi remaja menuju dewasa. Department of Psychology, Universitas Islam Indonesia
- Rini Nurul Badariah, *Belajar berketuhanan*, (JP Book Edisi digital, 2019), h. 95.
- Shobir, L. M. (2020). Spiritualitas dalam perspektif agama-agama: Sebuah pencarian titik temu. *Indonesian Journal of Humanities and Social Sciences*, 1(2).
- Sulaiman al-Kumayi, *Kearifan Spiritual dari HAMKA ke Aa Gym*, (Pustaka Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa, Kamus Besar Bahasa Indonesia, (Jakarta: Balai Pustaka, 1988), h. 85