

## Kematangan Beragama dalam Perspektif Psikologi Tasawuf

### Zulkarnain

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, Indonesia  
[zkarnain527@gmail.com](mailto:zkarnain527@gmail.com)

### Abstract

*The psychology of Sufism has a strong connection in all areas of human life in modern times. The modern human is not enough to be able to understand the material, scientific, technological and cultural needs. Certainly, modern humans demand answers on how to display spirituality in religious practices. Psychology and Sufism as a holistic approach oration that integrates psychic and spiritual can provide solutions to human problems. Through spirituality, a person will be able to purify the soul in religious behavior, improve morals, the reference lines in the noble values of the religion he believes. Religious maturity contains patterns of adjustment with religious awareness and religious beliefs adopted. Applying the noble values of religion that are embraced comprehensive in aspects of daily life. As a spiritual door (Sufism) is a container for the formation of a person's religious behavior carried out in religious activities. The purpose of this paper is to describe and certainly to know the maturity of religion from the perspective of Sufism psychology based on theorization. The psychology of Sufism is a typical paradigm to overcome the problem of human psychiatric illness through religious worship practices, healthy mental processes in life. Certainly able to find peace and happiness in living in diversity.*

**Keywords;** *Religious Maturity, Psychology, Sufism.*

### Abstrak

*Psikologi tasawuf mempunyai relasi yang tajam dalam apapun bidang kehidupan manusia pada zaman modern. Manusia modern tidak cukup untuk mampu memahami kebutuhan materil, saintis, teknologi dan kultural. Tentu manusia modern menuntut jawaban bagaimana menampilkan spiritualitas dalam praktek keagamaan. Psikologi dan tasawuf sebagai orientasi pendekatan holistik yang mengintegrasikan psikis dan spiritual dapat memberikan solusi problem-problem manusia. Dengan Melalui spiritualitas seseorang akan mampu mensucikan jiwa dalam bertingkah laku keagamaan, memperbaiki akhlak, pada acuan terletak pada nilai-nilai luhur agama yang diyakininya. Kematangan beragama mengandung pola penyesuaian diri, dengan kesadaran beragama dan keyakinan agama dianutnya. Mengaplikasikan nilai-nilai luhur agama yang dianutnya secara komprehensif pada aspek kehidupan sehari-hari. Sebagai pintu spiritual (tasawuf) merupakan wadah pembentuk perilaku keagamaan seorang yang dilakukan pada kegiatan keagamaan. Tujuan yang ingin dicapai tulisan ini oleh penulis mendeskripsikan dan tentu untuk mengetahui kematangan beragama dalam perspektif psikologi tasawuf berdasarkan teorisasi. Psikologi tasawuf paradigma yang khas mengatasi problema penyakit kejiwaan manusia dengan melalui praktik-praktik peribadatan keagamaan, proses mental yang sehat pada kehidupan. Tentu mampu menemukan ketenangan dan kebahagiaan hidup dalam keberagamaan.*

**Kata Kunci,** *Kematangan Beragama, Psikologi, Tasawuf.*

---

*Accepted: 07-10-2019; published: 30-12-2019*

*Citation: Zulkarnain, 'Kematangan Beragama dalam Perspektif Psikologi Tasawuf', Mawa'izh: Jurnal Dakwah dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan, vol. 10, no. 2 (2019), pp. 305-325.*

---

## A. Pendahuluan

**A**gama dalam kehidupan individu sebagai suatu sistem nilai yang mengarah kepada norma-norma tertentu yang perlu ditaati. Menurut Drajat, agama adalah proses hubungan manusia yang dirasakan terhadap sesuatu yang diyakininya bahwa sesuatu yang lebih tinggi dari manusia. Kemudian diperkuat oleh Glock dan Stark menjelaskan agama sebagai sistem simbol, sistem keyakinan, sistem nilai yang pada semuanya terpusat pada persoalan-persoalan yang dihayati.<sup>1</sup> Menjadi kerangka acuan dalam bersikap dan bertingkah laku agar sejalan dengan keyakinan yang dianut serta nilai-nilai luhur agama yang dianutnya dalam kehidupan sehari-hari.

Kematangan beragama diwujudkan dalam bentuk keimanan, karena hakikat beragama adalah keimanan. Iman sebagai motif dasar, ditandai adanya sikap berpegang teguh pada nilai-nilai keagamaan dan mengakui kebenarannya. Kepatuhan dalam menjalankan ajarannya, baik yang berbentuk perintah maupun larangannya. Fenomena tersebut berkaitan dengan kriteria kematangan keagamaan. Yahya menjelaskan orang-orang yang beriman adalah orang yang menjadikan *rhido* sang pencipta sebagai tujuan tertinggi dalam kehidupan, dan mereka berusaha untuk mencapai tujuan tersebut.<sup>2</sup>

Allport menegaskan kematangan diartikan sebagai pertumbuhan kepribadian dan intelegensi secara bebas dan wajar, seiring dengan perkembangan yang relevan, maka kematangan dicapai seseorang melalui perkembangan hidup yang berkumulasi dengan berbagai pengalaman. Individu dalam menjalankan fase kehidupannya, memperoleh dan mengolah berbagai pengalaman hidupnya, baik secara fisik, psikologis, sosial, dan spiritual. Akumulasi dari pengalaman hidup tersebut kemudian terefleksikan dalam pandangan hidup, sikap, dan perilaku sehari-hari.<sup>3</sup>

Kematangan dalam beragama, yaitu kemampuan seseorang untuk memahami, menghayati serta mengaplikasikan nilai-nilai luhur agama yang dianutnya dalam kehidupan sehari-hari. Ia menganut suatu agama karena menurut keyakinannya. Keyakinan tersebut ditampilkan dalam sikap dan tingkah laku keagamaan yang mencerminkan ketaatan terhadap agama.<sup>4</sup> Kemudian William James menjelaskan adanya

---

<sup>1</sup> Zakiyah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama* (Jakarta: Bulan Bintang, 2005), p. 10.

<sup>2</sup> Harun Yahya, *Semangat dan Ghairah Orang-orang Beriman* (Surabaya: Risalah Gusti, 2003), p. 152.

<sup>3</sup> Gordon Willard Allport, *The Individual and His Religion: A Psychological Interpretation* (New York: The Macmillan Co, 1950), p. 232.

<sup>4</sup> Gordon Willard Allport, *The Individual and His Religion: A Psychological Interpretation*, p 242.

hubungan antara tingkah laku keagamaan seseorang dengan pengalaman keagamaan yang dimilikinya.<sup>5</sup>

Adapun mengenai indikator penulis capaikan dalam kematangan beragama pada umumnya. Sebagaimana disebutkan oleh Allport, enam kriteria sebagai indikasi kehidupan kematangan beragama yaitu: *pertama*, memiliki kemampuan untuk melakukan diferensiasi dengan baik dan konsisten. *Kedua*, dorongan untuk mendekati diri kepada Tuhan yang dinamis. *Ketiga*, konsisten dalam hal beragama mengarah pandangan hidup yang komprehensif. *Keempat*, kehidupan dunia harus diarahkan kepada keteraturan. *Kelima*, berusaha mencari nilai-nilai dalam ajaran agama, *Keenam*, semangat pencarian dan pengabdian kepada Tuhan.<sup>6</sup>

Tasawuf hadir di tengah-tengah masyarakat sebagai solusi untuk mengatasi dan mengantisipasi problema psikologis manusia. Dalam merenungkan kembali nilai-nilai Islam, kaca mata tasawuf merupakan salah satu pisau yang dapat digunakan membedah berbagai problema yang ada pada manusia.<sup>7</sup> Tasawuf sebagai inti ajaran Islam muncul dengan memberi solusi dan terapi bagi problema manusia dengan cara mendekati diri kepada sang pencipta. Selain itu berkembang pula kegiatan konseling dan psikoterapi yang memang bertujuan membantu seseorang menyelesaikan masalah. Oleh karena itu tasawuf dalam hal ini sebagai jalan spiritualitas Islam dalam ranah membentuk pola-pola kematangan beragama serta menangani problem penyakit psikologis atas segala problema manusia.

Hakikat tasawuf sebagai eksistensi kondisi-kondisi spiritual sebagai peran suatu perubahan sikap mental, keadaan perilaku seorang dari suatu keadaan kurang baik kepada keadaan yang lebih baik dan lebih sempurna.<sup>8</sup> Senada dengan itu Mahmud Aqil menghimpun hakikat tasawuf sebagai berikut: *pertama*, tasawuf sebuah kehidupan spiritual. *Kedua*, kajian tentang hakikat. *Ketiga*, tasawuf bentuk dari ihsan, aspek ketiga setelah Islam dan Iman. *Keempat*, tasawuf merupakan jiwa Islam. Dari beberapa

---

<sup>5</sup> Jalaluddin, *Psikologi Agama Memahami Prilaku dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi* (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2012), p. 125.

<sup>6</sup> Gordon Willard Allport, *The Individual and His Religion: A Psychological Interpretation*, p. 246.

<sup>7</sup> Abdul Muhaya, *Tasawuf dan Krisis* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001), p. 23.

<sup>8</sup> Abdul Mujib & Jusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuasa Psikologi Islam* (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2001), p 9.

himpunan tasawuf secara keseluruhan menekankan pada kejiwaan, spiritualitas, dan kehidupan mental.<sup>9</sup>

Dengan demikian dapat dipahami bahwa tasawuf dalam implementasi tidak hanya terbatas pada pemenuhan spiritual individual, melainkan juga mampu memberikan nilai pragmatis bagi kriteria seseorang dalam konsep diri kematangan beragama. Sebagai upaya untuk membangun tingkah laku positif, kepribadian, psikologis dan mental yang sehat. Dalam hal ini tasawuf berperan untuk membangun kondisi kejiwaan (mental) seseorang melalui jalan spiritual menuju terciptanya kematangan beragama.

Mengingat esensi ajaran tasawuf, sebagaimana yang diharapkan adalah mengembangkan tingkah laku ke arah kesadaran batin menuju kesempurnaan moral. Sebagaimana dikemukakan oleh K. J Wassil, tasawuf merupakan usaha bagaimana manusia membersihkan jiwanya dengan jalan menghilangkan sifat-sifat buruk yang melekat dalam diri, dan mengisinya dengan sifat-sifat yang baik dan terpuji.<sup>10</sup> Dalam tasawuf lebih dimotivasi oleh faktor perasaan hubungan kedekatan dengan sang pencipta yang selalu menjadi dorongan psikologis kearah hidup yang bebas dari kegelisahan, kebingungan dan kejenuhan.<sup>11</sup>

Maka dari itu psikologi dan tasawuf berperan mampu memberikan kontribusi besar terhadap pemberdayaan dan pengembangan perilaku manusia dalam menempatkan manusia yang berarti (berkualitas) dalam kemampuan seseorang untuk memahami, menghayati serta mengaplikasikan nilai-nilai luhur agama yang dianutnya dalam kehidupan sehari-hari. Baik dihadapan sesama manusia dan terlebih di hadapan sang pencipta. Untuk mengetahui lebih lanjut kajian ini penulis akan mengkaji secara spesifik memahami individu, maupun komunitas dari paradigma kriteria kematangan beragama pada seorang dilihat dari sudut pandang psikologi tasawuf. Pada akhir membawa ketenangan jiwa dalam bentuk tingkah laku dan kebahagiaan yang di implementasikan kehidupan sehari-hari.

---

<sup>9</sup> Ramayulis, *Psikologi Agama* (Jakarta: Kalam Mulia, 2013), p. 204.

<sup>10</sup> M. Afif Anshori, *Dzikir demi Kedamaian Jiwa* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar), p. 5.

<sup>11</sup> Abdullah Hadziq, *Rekonsialisasi Psikologi Sufistik dan Humanistik* (Semarang: RaSAIL, 2005), p 24.

## B. Paradigma Psikologi Tasawuf

Psikologi Tasawuf menggunakan dua kata yaitu psikologi dan tasawuf. Kedua kata ini memiliki pengertian yang berbeda. Dalam istilah klasik psikologi disebut ilmu jiwa yang diambil dari kata bahasa Inggris *psychology*, kata ini berasal dari dua akar kata yang bersumber dari bahasa Yunani yaitu berasal dari dua kata, *psyche* yang berarti jiwa dan dari kata *logos* yang berarti ilmu atau ilmu Pengetahuan.<sup>12</sup>

Sejak pertengahan abad ke-19, dikenal sebagai abad kelahiran psikologi kontemporer di dunia Barat, terdapat banyak pengertian mengenai “psikologi” yang ditawarkan oleh para psikolog. Masing-masing pengertian memiliki keunikan, seiring dengan kecenderungan, asumsi dan aliran yang dianut oleh penciptanya. Meskipun demikian perumusan pengertian psikologi dapat disederhanakan dalam lima pengertian.

*Pertama*, psikologi adalah studi tentang jiwa (*psyche*), seperti studi yang dilakukan plato (427-347 SM) dan Aristoteles (384-322) tentang kesadaran dan proses mental yang berkaitan dengan jiwa. *Kedua*, psikologi adalah ilmu pengetahuan tentang kehidupan mental, seperti pikiran, perhatian, persepsi, intelegensi, kemauan, dan ingatan. Definisi ini dipelopori oleh Wilhelm Wundt. *Ketiga*, psikologi adalah ilmu pengetahuan tentang perilaku organism, seperti perilaku manusia terhadap sesamanya, perilaku kucing terhadap tikus dan sebagainya. Definisi ini dipelopori oleh Jhon Watson.<sup>13</sup> *Keempat*, psikologi menurut aliran (Freudianism) psikologi adalah ilmu yang mempelajari baik gejala-gejala kesadaran maupun gejala-gejala ketidaksadaranserta gejala-gejala dibawah sadar dan ilmu pengetahuan yang mempelajari semua tingkah laku dan perbuatan individu baik yang terkait dengan dirinya maupun dengan lingkungannya. *Kelima*, Menurut Robert H. Thouless, Psikologi sekarang dipergunakan secara umum untuk ilmu tentang tingkah laku dan pengalaman manusia.<sup>14</sup> *Keenam*, Woodwoth dan Marquis mendefinisikan, psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari perilaku atau kegiatan psikis individu dalam hubungannya dengan dengan lingkungan di sekitarnya.<sup>15</sup>

Oleh karena itu paling tidak dapat disimpulkan bahwa psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari proses mental, kehidupan mental, tingkah laku, tindakan,

---

<sup>12</sup> Ahmad Saifuddin, *Psikologi Agama Implementasi Psikologi untuk Memahami Perilaku Beragama* (Jakarta: Prenadamedia Group, 2019), p. 1.

<sup>13</sup> Abdul Rahman Saleh, *Psikologi Umum* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2008), p. 47.

<sup>14</sup> Robert H. Thouless, *Pengantar Psikologi Agama*, terj. Machnun Husein, (Jakarta: Rajawali, 1992), p.13.

<sup>15</sup> Sumanto, *Psikologi Umum* (Yogyakarta: Center of Akademik Publishing, 2014), p 1.

perbuatan, pengalaman individu dan hubungan individu lain. Tentu dimana individu tersebut tidak dapat dilepaskan dari lingkungannya dengan unsur-unsur ilmu pengetahuan, proses mental, gejala-gejala kesadaran maupun gejala ketidaksadaran, serta gejala-gejala dibawah kesadaran, perbuatan, tindakan, tingkah laku pengalaman dan hubungan manusia serta memberikan solusi (*problem solving/treatment*) terhadap problem-problem mental kejiwaan (psikologis) yang dihadapi oleh individu maupun masyarakat.

Sedangkan istilah tasawuf secara etimologi berasal dan sekian banyak kata, diantaranya ialah *al-shuffah* dalam istilah *ahl al-shuffah*, *shaff* (barisan dalam shalat), *shufi* (suci, orang yang disucikan), *sophos* (istilah Yunani artinya bijaksana), dan *shuf* (kain dan bulu yang dipakai kaum sufi).<sup>16</sup> Dari kelima istilah tersebut, bila diteliti ternyata semuanya menjelaskan mengenai kehidupan mental seseorang. Hal demikian dapat diterangkan melalui misalnya kata *al-shuffah*. Kata itu tidak dimaksudkan untuk menerangkan hal yang bersifat materi, tetapi kata itu menekankan makna kejiwaan. Inti sikap orang penghuni *al-shuffah* adalah untuk memperoleh kesucian jiwa, bukan untuk memperoleh penderitaan kehidupan materi. Begitu pula kata selainnya, orientasi yang dikandungnya ialah kejiwaan.

Sedangkan pengertian tasawuf secara terminologi terdapat variasi pendapat yang telah dinyatakan oleh beberapa ahli, namun penulis akan mengambil beberapa pendapat dari pendapat para ahli tasawuf, yaitu: *pertama*, sebagaimana penjelasan Harun Nasution tasawuf adalah kesadaran adanya komunikasi dan dialog langsung antara manusia dengan Tuhannya.<sup>17</sup> *Kedua*, Al-Junaidi berpendapat bahwa tasawuf adalah kegiatan membersihkan hati dari mengganggu perasaan manusia, memadamkan kelemahan, menjauhkan keinginan hawa nafsu, mendekati diri hal-hal yang di ridhai Allah, bergantung pada ilmu-ilmu hakikat, memberikan nasehat kepada sesama orang, memegang dengan erat janji dengan Allah dalam hal hakikat serta mengikuti contoh Rasulullah dalam hal syariat. *Ketiga*, Syaikh Ibnu Ajibah menjelaskan tasawuf sebagai ilmu yang membawa seseorang agar bisa dekat bersama dengan Allah melalui penyucian rohani dan mempermanisnya dengan amal-amal shaleh dan jalan tasawuf yang pertama dengan ilmu, yang kedua amal dan yang terakhirnya adalah karunia Ilahi. *Keempat*, Amin

---

<sup>16</sup> Ramayulis, *Psikologi Agama* (Jakarta: Kalam Mulia, 2013), p. 203.

<sup>17</sup>Harun Nasution, *Falsafah dan Mistisisme dalam Islam* (Jakarta: Bulan Bintang, 1973), p. 81.

Syukur berpendapat bahwa tasawuf adalah latihan dengan kesungguhan (riya-dhoh, mujahadah) untuk membersihkan hati, mempertinggi iman dan memperdalam aspek kerohanian dalam rangka mendekatkan diri manusia kepada Allah sehingga segala perhatiannya hanya tertuju kepada Allah.<sup>18</sup> Kelima, Zakaria Al-Anshari menjelaskan tasawuf ialah ilmu yang menerangkan cara-cara mencuci bersih jiwa, memperbaiki akhlak, dan membina kesejahteraan lahir serta batin untuk mencapai kebahagiaan yang abadi.<sup>19</sup>

Oleh karena itu penulis simpulkan uraian diatas istilah tasawuf menurut beberapa para ahli ialah tasawuf sebagai jalan ilmu agama pada umum agama Islam yang berkaitan dengan aspek-aspek moral, sikap mental, serta tingkah laku yang lebih baik, lebih sempurna dalam rangka mensucikan jiwa demi tercapainya kesempurnaan dan kebahagiaan hidup tersebut. Dengan dilalui suatu latihan (riyadhoh) secara sungguh-sungguh. Bergantung pada ilmu hakikat, amal, rahmat ilahi. Disamping itu melepaskan sifat-sifat atau perbuatan tercela dan mengisinya dengan sifat-sifat terpuji, mencerminkan akhlak mulia dalam kehidupannya, dan menemukan kebahagiaan spiritualitas kematangan dalam beragama pada umum beragama Islam.

Dengan demikian, jika kedua istilah itu digabungkan maka psikologi dan tasawuf bermakna sebagai suatu ilmu yang membahas tentang perilaku manusia sebagai usaha pendekatan holistik yang mengintegrasikan fisik, psikis dan spiritual serta memberikan solusi problem-problem manusia dalam menjalani kehidupan ke beragaman yang baik dengan melalui nilai-nilai spiritualitas (tasawuf) berdasarkan al-Qur'an dan as-Sunnah.

### C. Tinjauan Kematangan Beragama

Kematangan beragama adalah ketika seseorang mampu untuk mengenali dan memahami nilai agama yang terletak pada nilai-nilai luhurnya serta menjadikan nilai-nilai agama dalam bersikap dan bertingkah laku.<sup>20</sup> Selain itu kematangan beragama

---

<sup>18</sup>Cecep Alba, *Tasawuf dan Tarekat, Dimensi Esoteris Ajaran Islam* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2012), p. 11.

<sup>19</sup> Samsul Munir Amin, *Ilmu Tasawuf* (Jakarta: Amzah, 2017), p. 8.

<sup>20</sup> Jalaluddin, *Psikologi Agama: Memahami Perilaku dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi, Edisi Revisi 2016* (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2016), p.108.

adalah suatu kondisi ketika perkembangan keagamaan atau rasa beragama seseorang berada dalam tahap tertinggi.<sup>21</sup>

Dari pengertian tersebut maka penulis menyimpulkan bahwa kematangan beragama ialah keberagaman terbuka pada memberi arahan pada kerangka hidup. Kemampuan seseorang untuk memahami, menghayati, nilai-nilai luhur keagamaan yang dianutnya kemudian mengaplikasikan dalam kehidupan keseharian berdasarkan kondisi rasa keagamaan yang dikembangkan berada dalam pertahapan. Maka individu menganut suatu agama keyakinannya ia berusaha menjadi penganut yang baik yang ditampilkan sikap dan tingkah laku keagamaan dalam ketaatan terhadap prinsip dan nilai-nilai keagamaan. Baik secara teoritis maupun praktis dengan tetap berpegang teguh pada ajaran agama yang dianutnya.

Secara psikologis, kematangan beragama mengandung pola penyesuaian diri yang tepat, pandangan yang integral dalam menghadirkan nilai-nilai agama dalam setiap aspek kehidupan dan perilakunya. Kemampuan untuk memunculkan komitmen ditunjukkan dengan adanya kemampuan untuk melakukan diferensiasi terhadap agama dan menjadikan individu yang baik serta mampu menjalankan setiap ajaran agama secara komprehensif dan obyektif.<sup>22</sup>

Menurut Hafi Anshari kematangan beragama biasanya ditunjukkan dengan kesadaran dan keyakinan agama yang teguh karena menganggap benar akan agama yang dianutnya dan ia memerlukan agama dalam hidupnya. Apabila kematangan beragama telah ada pada diri seseorang, segala perbuatan dan tingkah laku keagamaannya senantiasa dipertimbangkan betul-betul dan dibina atas rasa tanggung jawab, bukan atas dasar peniruan dan sekedar ikut-ikutan.<sup>23</sup>

Kematangan beragama bisa tercapai ketika keenam aspek rasa beragama bisa berfungsi optimal dalam diri seseorang dalam perilaku keseharian. Keenam aspek rasa beragama pada kondisi ideal saling berkaitan. *Pertama*, ketika seseorang percaya adanya Tuhan (aspek *ideological* atau *doctrine*). *Kedua*, mendalami pengetahuan keagamaan (aspek *intellectual* atau *knowledge*). *Ketiga*, pengetahuan diperoleh untuk menjalankan

---

<sup>21</sup> Ahmad Saifuddin, *Psikologi Agama Implementasi Psikologi untuk memahami Perilaku Beragama* (Jakarta: Kencana, 2019), p 62.

<sup>22</sup> Fadholi & Nurkudri, *Perbedaan Harga diri ditinjau dari Orientasi Religiusitas Ekstrinsik-Instrinsik*, (Malang: UMM Press, 1995), p 11.

<sup>23</sup> Sururin, *Ilmu Jiwa Agama* (Jakarta: PT Raja Grafindo, 2004), p. 94.



ritual peribadatan (aspek *ritualistic*). *keempat*, penghayatan terhadap ritual peribadatan akan memunculkan pengalaman emosi seperti kenyamanan dan ketenangan batin (aspek *experiential* atau *emotion*). *kelima*, penghayatan terhadap ritual peribadatan yang menimbulkan pengalaman emosi berdampak perilaku yang baik (aspek *consequential* atau *athics*). *keenam*, seseorang dalam beragama juga ingin mengikuti perkumpulan keagamaan (aspek *community*).<sup>24</sup> Ketika keenam aspek rasa keagamaan seseorang berfungsi dan berkembang optimal sehingga benar-benar memengaruhi perilaku keseharian, baik dalam konteks perilaku individu maupun perilaku sosial, maka seseorang mengalami kematangan beragama.

Walter Houton Clark, seorang ahli psikologi agama, menegaskan bahwa ciri-ciri keberagamaan yang matang adalah sebagai berikut: *pertama*, lebih kritis, kreatif, dan otonom dalam beragama. *Kedua*, memperluas perhatiannya terhadap hal-hal di luar dirinya. *Ketiga*, tidak puas semata-mata dengan rutinitas ritual dan verbalisasinya.<sup>25</sup>

Kesimpulan dari uraian mengenai ciri-ciri orang yang memiliki kematangan beragama ialah setiap individu atau kelompok yang pada setiap sisi kehidupan yang dijalannya memiliki kemampuan diri melakukan kreatif dan otonom dalam beragama, memperluas perhatiannya terhadap hal-hal dirinya yang diaktualisasi dalam hal-hal positif, dan tidak pernah puas semata-mata dengan rutinitas ritual keagamaan berusaha untuk meningkatkan pemahaman dan penghayatannya dalam beragama.

Sementara itu William yang dianggap sebagai bapak psikologi agama memberikan kriteria orang yang beragama matang sebagai berikut:<sup>26</sup> *Pertama*, kesadaran akan eksistensi Tuhan, maksudnya adalah bahwa orang yang beragama matang selalu tersambung hati dan pikirannya dengan Tuhan. Karena selalu tersambung dengan Tuhan, perilaku orang yang beragama matang akan melahirkan kedamaian, ketenangan batin yang mendalam dan terhindar dari keburukan-keburukan hidup. *Kedua*, kedekatan dengan Tuhan dan penyerahan diri padanya. Maksudnya ini merupakan konsekuensi dari yang pertama, dimana orang beragama matang secara sadar dan tanpa paksaan menyesuaikan hidupnya dengan kehendak Tuhan, yakni kebajikan.

---

<sup>24</sup> Ahmad Saifuddin, *Psikologi Agama Implementasi Psikologi untuk memahami Perilaku Beragama*, p. 63.

<sup>25</sup> WalterHouston Clark, *The Psychology of Religion: An Introduction to Religious and Behavior* (New York: The MacMillan Company, 1968), p. 242-243

<sup>26</sup> William James, *The Varieties of Religion Experience: A Study in Human Nature* (New York: Modern Library, 1958), p. 55.

*Ketiga*, penyerahan diri sebagaimana dalam poin kedua melahirkan rasa bahagia dan kebebasan. Ia akan mengaktifkan energy spiritual dan menggerakkan karya spiritual. Orang beragama matang memiliki gairah hidup, dan memberikan makna dan kemuliaan baru pada hal-hal yang lazimnya dianggap biasa-biasa saja. Agama menjadi sumber kebahagiaan, sehingga yang beragama matang menjalani kehidupannya dengan penuh kebahagiaan. *Keempat*, orang yang beragama matang mengalami perubahan dari emosi menjadi cinta dan harmoni. Orang yang beragama matang mencapai perasaan tenteram dan damai, dimana cinta mendasari seluruh hubungan interpersonalnya. Jadi, orang beragama matang bebas dari rasa benci, *prejudice*, permusuhan, dan lain-lain. Cinta dan harmoni merupakan dasar bagi kehidupan sosial dan interpersonalnya.

Perkembangan kematangan beragama ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal, faktor internal ini berupa tingkat atau daya serap seseorang terhadap nilai keagamaan, pemaknaan seseorang terhadap ajaran agama, dan kematangan emosi seseorang. Adapun faktor eksternal dari kematangan beragama adalah cara keluarga dan lingkungan mentransfer dan menginternalisasikan nilai serta ajaran keagamaan kepada seseorang.<sup>27</sup>

Kemudian menurut Fowler dan Hackett mengemukakan beberapa faktor yang mempengaruhi kematangan beragama yaitu: *pertama*, pengalaman religious. Perbedaan kualitas dari pengalaman religious ini dapat mempengaruhi perkembangan seseorang dalam menjalani tradisi keagamaan seperti dalam melakukan ritualitas keagamaan. *Kedua*, pendidikan. Seseorang yang berpendidikan tentunya sangat membantu sekali bagi meningkatnya tingkat kematangan beragama yang tinggi yang dibangunnya sejak ia masih kecil kemudian didukung oleh pendidikan yang diperolehnya. *Ketiga*, pengambilan peranan. Pengambilan peranan diartikan sebagai proses dimana seseorang mampu mengambil pandangan orang lain dan menghubungkannya dengan pandangannya sendiri.<sup>28</sup> Kematangan beragama yang tertanam dan berkembang dalam diri individu sangat dipengaruhi oleh kepercayaan orang tua, teman-teman, guru, atau pemuka agama (ulama).

---

<sup>27</sup> Ahmad Saifuddin, *Psikologi Agama Implementasi Psikologi untuk Memahami Perilaku Beragama*, p. 64.

<sup>28</sup> Fowler, Alastair, *Kinds of Literature: An Introduction to the Theory of Genres and Modes* (Cambridge: Harvard University Press, 1982), p. 57.

Kematangan beragama akan memberikan dampak/pengaruh pada kesehatan jiwa seseorang. Ahmad Saifuddin menjelaskan dampak kematangan beragama tersebut ialah: *pertama*, menjalani agama dengan penuh kesadaran. Ini merupakan dampak dari ciri kematangan beragama yang berupa ibadah bukan karena faktor hata dan eksternal. Dalam ibadah, orang dengan kematangan beragama akan menjalani perintah agama dan ibadah dengan prinsip totalitas. *Kedua*, berpeluang kecil melanggar aturan Tuhan. Sikap ini menjadi dampak dari kematangan beragama yang bersumber dari optimalnya dimensi *ethics* atau *consequential* sehingga beragama dan beribadah memunculkan perilaku yang baik dan berpeluang kecil melanggar aturan Tuhan. *Ketiga*, memiliki ketenangan jiwa dan hati. Sikap ini menjadi dampak dari ciri kematangan beragama yang berupa sikap moderat dan keluasan wawasan serta pengetahuan keagamaan. Dengan keluasan wawasan serta pengetahuan keagamaan, jiwa dan hati menjadi tenang karena tidak mudah terkejut dengan pendapat tentang ajaran agama di luar keyakinannya. *Keempat*, memiliki sikap yang lemah lembut. Sikap lemah lembut ini dampak dari ciri kematangan beragama yang berupa berperilaku baik. Orang yang memiliki kematangan beragama yang tinggi akan memiliki sikap tidak kasar dan keras serta tidak radikal kepada orang lain karena menyakini bahwa agama pada dasarnya mengajarkan kelembutan agar orang lain nyaman dan merasakan dampak dari agama tersebut. *Kelima*, totalitas dalam menjalani kehidupan, menjadi dampak dari ciri kematangan beragama yang berupa berpikir positif terhadap Tuhan bahkan dalam situasi yang sulit sekalipun. Pikiran dan perasaan menjadi positif ini kemudian menjadikan seseorang menjalani kehidupan dengan totalitas.<sup>29</sup>

#### **D. Pandangan Psikologi dan Tasawuf dalam Membentuk Kematangan Beragama**

Pemaknaan beragama terdapat unsur perasaan dan kesadaran beragama yaitu perasaan yang membawa kepada keyakinan yang dihasilkan oleh tindakan (*amaliah*). Dari kesadaran dan pengalaman agama tersebut, muncul sikap keberagamaan yang ditampilkan seseorang yang disebabkan karena ada keyakinan yang dirasakan, kemudian mendorong untuk bertingkah laku sesuai dengan ketaatan dan keyakinan. Psikologi dan agama merupakan dua hal yang sangat erat hubungannya, mengingat agama sejak

---

<sup>29</sup> Ahmad Saifuddin, *Psikologi Agama Implementasi Psikologi untuk Memahami Perilaku Beragama*, p. 71.

turunnya kepada rasul dan diajarkan kepada manusia dengan dasar-dasar yang disesuaikan dengan kondisi dan situasi psikologis manusia.<sup>30</sup> Pendapat aliran psikologi tentang kriteria orang bermatang beragama, yaitu: *pertama*, aliran psikologi psikoanalisis

Dalam hal ini Psikoanalisis telah memberikan kontribusi cara baru dalam menelaah dan membahas gejala-gejala pemahaman keagamaan, yaitu hubungan psikologi dengan agama serta memperluas dasar untuk memahami pengalaman keagamaan. Sumbangan penting psikoanalisis bagi psikologi dan agama adalah bahwa faktor yang diluar bidang kesadaran mempengaruhi pembentukan dan kelanjutan hidup keagamaan. Oleh karena itu psikoanalisis melahirkan konsep-konsep bahwa kriteria orang yang matang beragama sebagai berikut: a), ada kekuatan yang memberikan dorongan dan tekanan pada diri manusia untuk mendapatkan keamanan dan kepuasan dalam keagamaan; b), mereka mampu memahami bahwa Tuhan yang menciptakan manusia; c), Mampu mengendalikan diri baik dalam hal nafsu agresi dan ketakutan.<sup>31</sup>

*Kedua*, aliran humanistik, pada aliran humanistik ini lebih menekankan pada perorangan, individual dengan mengorbankan kekuatan sosial yang ada dalam memposisikan keyakinan beragama, maka agama menurut aliran humanistik adalah urusan pribadi dengan Tuhan. Jadi menurut humanistik orang yang sudah matang agamanya adalah orang yang mampu menyadap sumber kekuatan pribadi, mampu mengatur perilaku sendiri dan memilih pegangan yang diyakini dalam peribadatan keagamaan yang diaktualisasi.<sup>32</sup>

Seseorang yang matang dalam beragama, maka ia menjalani kehidupan beragama sepenuh hati. Salah satu dengan cara mengaplikasikan apa yang diajarkan agama dalam kehidupan sehari-harinya. Sebagaimana menurut Jalaluddin bahwa kematangan beragama seseorang terlihat dari kemampuan seseorang untuk memahami, menghayati, serta mengaplikasikan nilai-nilai luhur agama yang dianutnya dalam kehidupan sehari-hari. Seseorang menganut agama karena menyakini bahwa yang diyakininya yang terbaik. Oleh karena itu, mereka berusaha menjadi penganut yang baik dengan cara

---

<sup>30</sup> Imam Malik, *Pengantar Psikologi Umum* (Yogyakarta: Teras, 2011), p. 13.

<sup>31</sup> Baharuddin dan Mulyono, *Psikologi Agama dalam Perspektif Islam* (Malang: UIN-Malang Press, 2008), p. 123

<sup>32</sup> Baharuddin dan Mulyono, *Psikologi Agama dalam Perspektif Islam*, p. 172.

menampilkannya melalui sikap dan tingkah laku keagamaan yang mencerminkan ketaatan terhadap agamanya tersebut.<sup>33</sup>

Jika ditelusuri dalam ajaran Islam terdapat paradigma agama sebagai sumber yang bisa dijadikan literatur baik al-Qur'an dan al-Hadits. Dalam hal ini penulis mengkaji pandangan tasawuf sebagai spiritualitas Islam dalam membentuk kematangan beragama. Tasawuf sebuah usaha seseorang manusia untuk melatih jiwa yang dilakukan dengan sungguh-sungguh, yang dapat membebaskan manusia dari pengaruh kehidupan duniawi untuk *bertaqqarrub* kepada Tuhan sehingga jiwanya menjadi bersih, mencerminkan akhlak mulia didalam kehidupan dan menemukan kebahagiaan spiritualitas<sup>34</sup>. Tasawuf merupakan sebuah ilmu Islam yang memfokuskan pada aspek spiritual dari Islam. Dilihat dari keterkaitannya dengan kemanusiaan, tasawuf lebih menekankan pada aspek kerohanian dari pada aspek jasmani, dalam kaitannya dengan kehidupan manusia.<sup>35</sup>

Dalam kajian ini tasawuf ikut terlibat dan memiliki kepentingan membangun kepribadian manusia. Karena kualitas manusia ditentukan kualitas jiwanya, para sufi sepakat bahwa hanya orang yang jiwanya suci dan bersih sampai pada Tuhan. Dalam tasawuf juga membicarakan aspek-aspek dan perilaku kejiwaan manusia yang berupa; *al-ruh, al-nafs, al-aql, al-dhamir, al jism, al-qalb* dan sebagainya.<sup>36</sup> Masing-masing aspek tersebut memiliki aksistensi, proses, fungsi, dan perilaku yang perlu dikaji dan diberdayakan agar menjadi potensi kejiwaan (psikologis) yang baik. Sebagai satu organisasi permanen, jiwa manusia bersifat potensial yang aktualisasinya dalam bentuk perilaku sangat tergantung pada daya usahanya. Kemudian tasawuf merangsang kesadaran diri agar mampu membentuk kualitas diri yang lebih sempurna untuk mendapatkan kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.<sup>37</sup>

Didalam literatur tasawuf disebutkan bahwa sufi berlaku bagi semua orang yang telah mensucikan hatinya dengan mengingat Allah (*dzikrullah*), menempuh jalan kembali kepada Allah dan sampai pada pengetahuan yang hakiki (*ma'rifat*). Penempuh spiritual diperlukan jalan spiritual dari jiwa rendah melalui maqamat *ahwal* menuju jiwa yang

---

<sup>33</sup> Jalaluddin, *Psikologi Agama*, p. 117.

<sup>34</sup> Samsul Munir Amin, *Ilmu Tasawuf*, p. 9.

<sup>35</sup> Mulyadi Kartanegara, *Menyelami Lubuk Tasawuf* (Jakarta: Erlangga, 2006), p. 2.

<sup>36</sup> Achmad Mubarak, *Jiwa dalam al-Qur'an* (Jakarta: Para Madina, 2000), p. 109

<sup>37</sup> Abdul Mujib & Jusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuasa Psikologi Islam*, p. 7.

lebih tinggi.<sup>38</sup> Patut Harus diketahui Iman Al-Ghazali pernah mengatakan bahwa tasawuf itu adalah ilmu dan amal.<sup>39</sup> Dunia taasawuf sangat populer semboyan yang berbunyi *man lam yadzuq lam yadri* (barang siapa yang tidak merasa, maka ia tidak akan tahu). Orang yang mengetahui akan merasakan sendiri lewat pengalaman ilmu-ilmu yang telah diketahuinya.

Dari keyakinan tersebut, maka muncullah cara hidup spiritual yang pada prinsipnya bertujuan demi pendekatan pada sumber yaitu Allah SWT. Hal ini bisa membuat langkah-langkah menyebut nama Tuhan. Dalam hal ini dikenal dengan istilah dzikir, di mana seorang sufi memenuhi jiwanya dengan nama-nama (*asma*) Tuhan, sehingga dapat merasakan kehadiran dan kedekatannya dengan penuh kecintaannya. Tentu dengan demikian akan tercapai hubungan personal dengan Tuhan.

Al-Ghazali mengklasifikasikan tauhid menjadi empat tingkatan. *Pertama*, tauhid orang yang munafik, yaitu iman yang hanya berlaku didunia dan tidak bermanfaat di akhirat, biasanya iman seseorang yang hanya mengikrarkan kalimat syahadat dengan lisan saja namun hatinya tidak percaya kepada Allah. *Kedua*, iman atau tauhid orang awam, yaitu orang yang telah bersyahadat dengan lisan dan hatinya telah menyakini bahwa Allah adalah Tuhan yang Esa. *Ketiga*, iman atau tauhid bagi orang khusus, yaitu keimanan kepada Allah yang disertai dengan kecintaan kepadaNya. *Keempat*, *khawas al khawas*, yaitu keimanan bahwa tidak ada Tuhan selain Allah. Pengakuan tersebut tidak hanya daam ranah rasio tetapi juga melibatkan rasa (*dzauq*), sehingga keimanan tersebut menyebabkan seseorang *fana'* (hilang) dari kesadaran dirinya dan tinggal dengan Allah (*baqa' bi Allah*). Keimanan Semacam ini merupakan tingkatan terakhir dari tingkatan tauhid atau keimanan akan diperoleh seorang setelah menempuh seluruh tahapan spiritualitas yang harus dilewati.<sup>40</sup>

Oleh karena itu paling tidak penulis jelaskan uraian diatas maka tingkatan tauhid atau keimanan seorang kepada Tuhannya menjadi landasan seorang dalam kematangan beragama, karena dalam wacana keislaman mengacu pada esoterik Islam. Pengalaman spiritualitas semua berbasis pada keesaan Tuhan. Untuk *bertaqarrub* kepada Tuhan.

---

<sup>38</sup> Muhammad Hasyim, *Dialog Antara Tasawuf dan Psikologi Telaah Atas Pemikiran Psikologi Humanistik Abraham Maslow* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset, 2002), p. 21

<sup>39</sup> Imam al-Ghazali, *al-Munqidz min al-Dhalal* (Beirut: Al-Maktabah al-Syu'biyah), p. 68.

<sup>40</sup> Abdul Muhaya, *Psikologi Transpersonal Islam* (Semarang: RMP UIN Walisongo Semarang, 2015), p. 84.

Sehingga mereka dapat menemukan ketentraman dan kesenangan berada dalam hadirat Tuhan, mencerminkan akhlak mulia didalam kehidupan serta menemukan kebahagiaan.

Menurut Ibnu Arabi manusia terdiri dari aspek batin (*al-haqq*) dan aspek lahir (*al-khalq*) yang merupakan manifestasi dari *al-haqq*. Para tokoh tasawuf sepakat bahwa seluruh manusia dilahirkan dalam kondisi suci (*fitriah*), yaitu manusia terlahir dalam kondisi tidak memiliki dosa sama sekali dan memiliki potensi dasar taat kepada Allah.<sup>41</sup> Kondisi *fitriah* ini, kemudian mendapat pengaruh secara terus menerus dari lingkungan yang tentunya mempengaruhi perkembangan kepribadian dan keagamaan seseorang. Selain itu manusia juga memiliki kebebasan (*free will*), sehingga manusia berhak menentukan jalannya sendiri. Selain itu dalam diri manusia juga dilengkapi dimensi rohaniah seperti *qalb*, *ruh*, *nafs*, dan *aql*.<sup>42</sup>

Dalam ajaran tasawuf jalan seseorang mendekati diri kepada Allah disebut dengan *maqamat* (jamak dari *maqam*) atau *station*. *Maqam* merupakan disiplin kerohanian yang ditunjukkan orang sufi berupa pengamalan-pengamalan yang dirasakan dan diperolehnya melalui usaha tertentu. Untuk itu mereka harus melalui beberapa tingkatan (*maqamat*). Diantara *maqamat* yang akan dilalui yaitu: *pertama*, taubat. Bagi sufi taubat yang tidak akan membawa kepada dosa lagi. *Kedua*, wara bagi sufi meninggalkan segala sesuatu yang diragukan tentang kehalalannya. *Ketiga*, zuhud bagi sufi meninggalkan dunia dari hidup kematerian. *Keempat*, Al-faqir bagi sufi merasa tidak memiliki sesuatu, karena apapun yang dimiliki seseorang tidak lain adalah milik Allah semata. *Kelima*, sabar bagi sufi sabar dalam menjalankan perintah Allah dalam menjauhi larangan-nya dan dalam menerima segala cobaan. *Keenam*, tawakkal bagi sufi yaitu menyerahkan kepada qhada dan keputusan dari Allah. *Ketujuh*, bagi sufi menerima ketentuan Tuhan dengan hati senang.<sup>43</sup> Untuk itu, upaya untuk mendekati diri kepada Allah dengan penanaman nilai-nilai tasawuf dilakukan melalui penyucian diri dan amaliyah-amaliyah Islam yang bisa dimulai dalam praktek keagamaan, seperti kegiatan zikir bersama, tolong menolong antar sesama, menghidupkan kerukunan dalam beragama, dan sebagainya.

---

<sup>41</sup> Muhammad Hasyim, *Dialog Antar Psikologi dan Tasawuf. Telaah Kritis Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, p. 27.

<sup>42</sup> Fuad Ansori, *Potensi-Potensi Manusia* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005), p. 92.

<sup>43</sup> Ramayalus, *Psikologi Agama*, P 209-10.

Selanjutnya Hamka menjelaskan bahwa tasawuf akan menjadi positif apabila; *pertama*, dilaksanakan dalam bentuk kegiatan keagamaan yang searah dengan muatan-muatan peribadatan yang telah dirumuskan dalam al-Qur'an dan al-Sunnah. Sementara itu, wajah peribadatan harus berkorelasi antara ibadah yang *habl min Allah* dengan yang *habl min al-nas*. *Kedua*, dilaksanakan dalam bentuk kegiatan yang berpangkal pada kepekaan sosial yang tinggi yang dapat mendukung pemberdayaan umat Islam, agar umat Islam terhindar dari kemiskinan ekonomi, ilmu pengetahuan, kebudayaan, politik, dan mentalitas, zuhud bukan berarti membenci dunia, melainkan menjadikan dunia sebagai media menuju *tagarrub ila Allah*.<sup>44</sup>

Oleh karena itu pijakan psikologi dan tasawuf sudah dapat dilihat pada makna kematangan beragama itu sendiri. Kematangan beragama biasanya menjalani agama penuh keasadaran dan disertai kematangan emosi seseorang. Ketika ajaran tasawuf dimaknai sebagai proses penyucian jiwa, maka itu dapat diidentikkan dengan usaha pembentukkan individu dalam kematangan beragama. Kondisi kematangan beragama rasanya sulit diwujudkan bila perilaku, perangai, perbuatan terkotori. Seseorang yang ingin memperoleh kematangan beragama, sementara dirinya banyak berlumuran dosa, maka jalan yang konkrit untuk itu hanyalah dengan menyucikan jiwanya dalam hal ini mendekati ajaran tasawuf. Persinggungan selanjutnya kematangan beragama dan tasawuf dapat dilihat pada tujuan yang hendak dicapai keduanya. Tasawuf ingin memperoleh kebahagiaan dan ketentraman di dunia dan di akhirat. Kematangan beragama berusaha mendapatkan kebahagiaan dan ketentraman hidup di dunia.

Menurut Hamka karakteristik ajaran tasawuf sebagai berikut: *pertama*, peningkatan moral. *Kedua*, pemenuhan (sirna) dalam realitas mutlak. *Ketiga*, pengetahuan intuitif. *Keempat*, ketentraman dan kebahagiaan.<sup>45</sup> Amin Syukur menambahkan tasawuf bagi manusia konteks sekarang ini sebaiknya lebih ditekankan pada tasawuf sebagai akhlak, yaitu ajaran-ajaran mengenai moral yang hendaknya diterapkan dalam kehidupan sehari-hari guna memperoleh kebahagiaan optimal. Tasawuf ini bertujuan membentuk watak manusia yang memiliki sikap mental dan

---

<sup>44</sup> Hamka, *Falsafah Hidup*, cet ke-12 (Jakarta: Pustaka Panjimas, 1986), p 311-18.

<sup>45</sup> Haji Abdul Malik Karim Amrullah (HAMKA) *Tasawuf Modern* (Jakarta: Pustaka Panjimas), p. 87.



perilaku baik, memiliki etika dan sopan santun baik terhadap diri sendiri, orang lain maupun terhadap Tuhan.<sup>46</sup>

Dalam mengintensifkan spiritual pada ranah kehidupan ajaran tasawuf, perlu merasakan kedekatan dengan Allah, maka langkah-langkah atau upaya yang harus dilakukan oleh seseorang. Langkah-langkah tersebut, yaitu: *pertama, taskiyah al-nafs*, upaya yang harus dilakukan sebagai jalan untuk mengantar seseorang agar memiliki hati yang bersih dari berbagai penyakit, dapat mengantarkan seseorang untuk memiliki akhlak yang baik dalam kehidupan sehari-hari, dan mengantarnya untuk menjadi orang yang dekat dengan Allah. *kedua, Mujahadah dan Riyadhah*. Mujahadah (berjuang melawan hawa nafsu) menurut Ash-Shidiqi menjelaskan mujahadah itu ialah kemampuan diri untuk menekan dorongan hawa nafsu yang selalu ingin berbuat hal-hal yang tidak benar, lalu mampu memaksanya untuk berbuat hal-hal yang baik. Sedangkan riyadah menurut Ash Shidiqi ialah suatu latihan yang dilaksanakan secara terus menerus dalam rangka melaksanakan hal-hal yang terpuji, mendekatkan diri kepada Allah seperti memperbanyak dzikir dan amaliah-amaliah lainnya.<sup>47</sup> Berdasarkan penelitian peranan dzikir dapat mempengaruhi kondisi psikologis manusia. Sebagaimana pernyataan Hanna Djumhana, dzikir yang dilakukan dengan rendah hati dan suara lembut akan membawa rileksasi dan ketenangan dan kebahagiaan bagi mereka yang melakukannya.<sup>48</sup>

Dengan demikian uraian diatas penulis berpendapat bahwa kaca mata tasawuf dalam kematangan beragama menjadi syarat mutlak bagi kesempurnaan muslim. Tasawuf lebih menekankan pada bagaimana menyucikan jiwa, sehingga dapat berada di dekat hadirat pada Tuhan. Sedangkan Kematangan beragama membicarakan seseorang mampu untuk mengenali dan memahami nilai agama yang terletak pada nilai-nilai luhur yang diyakini serta menjadikan nilai-nilai agama dalam bersikap dan bertingkah laku pada praktek keagamaan. Tentu pada diri seseorang maupun masyarakat akan selalu meaktualisasi dalam hal-hal positif. Oleh sebab itu tasawuf memberikan dampak pada aspek aspek keagamaan pada seseorang ketika aspek rasa beragama bisa berfungsi optimal dapat membawa kondisi kejiwaan manusia akan ketenangan dan kebahagiaan

---

<sup>46</sup> M. Amin Syukur, *Tasawuf Kontekstual: Solusi Problem Manusia Modern* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), p. 12.

<sup>47</sup> Majhudin, *Akhlak Tasawuf* (Jakarta, Kalam, Mulia, 2010), p. 201.

<sup>48</sup> S Ni'am, *Tasawuf Studies, Pengantar Belajar Tasawuf* (Yogyakarta: ar-Ruz Media, 2014), p. 137.

dalam diri seseorang. Ketenangan jiwa dan kebahagiaan ini merupakan suatu akibat dari intensitas penghayatan ibadah seseorang menjalankan spiritualitas yang diwajibkan maupun ibadah yang tidak diwajibkan. Ini merupakan dampak dari ciri orang baik individu maupun kelompok yang memiliki kematangan beragama.

## E. Penutup

Berdasarkan kajian diatas maka penulis menarik kesimpulan bahwa Psikologi Tasawuf terdapat dua kata yaitu psikologi dan tasawuf. Kedua kata ini memiliki pengertian yang berbeda. bahwa psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari proses mental, kehidupan mental, tingkah laku, tindakan, perbuatan, pengalaman individu dan hubungan individu lain. Sedangkan tasawuf kegiatan keagamaan atau amalan-amalan yang berfungsi untuk membersihkan hati, mempertinggi iman dan memperdalam aspek kerohanian dalam rangka mendekatkan diri manusia kepada Allah SWT.

Jadi kedua istilah tersebut digabungkan maka psikologi tasawuf ialah suatu ilmu yang membahas tentang perilaku manusia sebagai usaha pendekatan holistik yang mengintegrasikan fisik, psikis dan spiritual. Memberikan solusi problem-problem manusia dalam menjalani kehidupan keberagaman yang baik dengan melalui nilai-nilai spiritualitas (tasawuf). Berdasarkan pada al-Qur'an dan As-Sunnah.

Kematangan beragama mengandung pola penyesuaian diri yang integral dalam menghadirkan nilai-nilai agama dalam setiap aspek kehidupan dan perilakunya yang pada kemudian diaplikasikan dalam kehidupan keseharian berdasarkan kondisi rasa keagamaan yang dikembangkan. Sebagaimana dapat diketahui bersama bahwa kematangan beragama akan memberikan dampak/pengaruh pada kesehatan jiwa seseorang. ialah: *pertama*, menjalani agama dengan penuh kesadaran. Dalam ibadah, orang dengan kematangan beragama akan menjalani perintah agama dan ibadah dengan prinsip totalitas. *Kedua*, berpeluang kecil melanggar aturan Tuhan. *Ketiga*, memiliki ketenangan jiwa dan hati. *Keempat*, memiliki sikap yang lemah lembut. Orang yang memiliki kematangan beragama yang tinggi akan memiliki sikap tidak kasar dan keras serta tidak radikal kepada orang lain karena menyakini bahwa agama pada dasarnya mengajarkan kelembutan agar orang lain nyaman dan merasakan dampak dari agama tersebut. *Kelima*, totalitas dalam menjalani kehidupan menjadi positif.

Totalitas psikologi dan tasawuf dapat dilihat pada makna kematangan beragama itu sendiri. Sudut pandang kaca mata tasawuf dalam kematangan beragama menjadi syarat mutlak bagi kesempurnaan muslim. Tasawuf lebih menekankan pada bagaimana menyucikan jiwa, sehingga dapat berada di dekat hadirat pada Tuhan. Sedangkan Kematangan beragama membicarakan seseorang mampu untuk mengenali dan memahami nilai agama yang terletak pada nilai-nilai luhur yang diyakini serta menjadikan nilai-nilai agama untuk bersikap dan bertingkah laku pada praktek keagamaan. Pada diri seseorang maupun masyarakat akan selalu meaktualisasi dalam hal-hal positif. Oleh sebab itu tasawuf memberikan dampak pada aspek aspek keagamaan pada seseorang ketika aspek rasa beragama bisa berfungsi secara optimal.

---

**Daftar Pustaka**

- Anshori Muhammad, Afif, 2003, *Dzikir demi Kedamaian Jiwa*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Amin Samsul Munir, 2012, *Ilmu Tasawuf*, Jakarta: Amzah,
- Ansori Fuad, 2005, *Potensi-Potensi Manusia*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Alba Cecep, 2012, *Tasawuf dan Tarekat, Dimensi Esoteris Ajaran Islam*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Al-Ghazali Imam, *al-Munqidz min al-Dhalal*, Beirut: Al-Maktabah al-Syu'biyah.
- Alastair Fowler, 1982, *Kinds of Literature: An Introduction to the Theory of Genres and Modes* Cambridge, Harvard University Press.
- Allport Gordon Willard, 1950, *The Individual and His Religion: A Psychological Interpretation*, New York: The Macmillan Co.
- Baharuddin dan Mulyono, 2008, *Psikologi Agama dalam Perspektif Islam*, Malang: UIN-Malang Press.
- Clark Walter Houston, 1968, *The Psychology of Religion: An Introduction to Religious and Behavior*, New York: The MacMillan Company.
- Daradjat Zakiyah, 2005, *Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta: Bulan Bintang.
- Fadholi & Nurkudri, 1995, *Perbedaan Harga diri ditinjau dari Orientasi Religiusitas Ekstrinsik-Instrinsik*, Malang: UMM Press.
- Hamka, 1986, *Falsafah Hidup*, cet ke-12, Jakarta: Pustaka Panjimas,
- H Robert, Thouless, 1992, *Pengantar Psikologi Agama*, terj.Machnun Husein, Jakarta: Rajawali.
- Hadziq Abdullah, 2005, *Rekonsialisasi Psikologi Sufistik dan Humanistik*, Semarang: RaSAIL.
- Hasyim Muhammad, 2002, *Dialog Antara Tasawuf dan Psikologi Telaah Atas Pemikiran Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Jalaluddin, 2016, *Psikologi Agama: Memahami Perilaku dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi (Edisi Revisi 2016)*, Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- James William, 1958, *The Varieties of Religion Experience: A Study in Human Nature*, (New York: Modern Library.
- Kartanegara Mulyadi, 2006, *Menyelami Lubuk Tasawuf*, Jakarta: Erlangga.
- Muhaya Abdul, 2001, *Tasawuf dan Krisis*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Mujib Abdul dan Mudzakir Jusuf, 2001, *Nuansa-Nuasa Psikologi Islam*, Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Mubarok Achmad, 2000, *Jiwa dalam al-Qur'an*, Jakarta: Para Madina.
- Malik Imam, 2011, *Pengantar Psikologi Umum*, Yogyakarta: Teras.
- Majhudin, 2010, *Akhlaq Tasawuf*, Jakarta, Kalam, Mulia.
- Ni'am S, 2014, *Tasawuf Studies, Pengantar Belajar Tasawuf*, Yogyakarta: ar-Ruz Media.
- Nasution Harun, 1973, *Falsafah dan Mistisisme dalam Islam*, Jakarta: Bulan Bintang.
- Ramayulis, 2013, *Psikologi Agama*, Jakarta: Kalam Mulia.

Saifuddin Ahmad, 2019, *Psikologi Agama Implementasi Psikologi untuk Memahami Perilaku Beragama*, Jakarta: Prenadamedia Group.

Sumanto, 2014, *Psikologi Umum*, Yogyakarta: Center of Akademic Publishing.

Sururin, 2004, *Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta: PT Raja Grafindo.

Saleh Abdul Rahman, 2008, *Psikologi Umum*, Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Syukur Muhammad. Amin, 2003, *Tasawuf Kontekstual: Solusi Problem Manusia Modern*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Yahya Harun, 2003, *Semangat dan Ghairah Orang-orang Beriman*, Surabaya: Risalah Gusti.