



## **METODOLOGI TRANSFORMASI DALAM TASAWUF: KAJIAN ATAS PRAKTIK DAN TUJUAN SPIRITUAL**

### ***TRANSFORMATION METHODOLOGY IN SUSPECTS: A STUDY OF SPIRITUAL PRACTICES AND GOALS***

**Ade Kosasi<sup>1</sup>, Suadi Sa'ad<sup>2</sup>, Sholahuddin Al Ayubi<sup>2</sup>**

Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten

Email: 252706102.adekosasi@uinbanten.ac.id<sup>1</sup>, Suadi.saad@uinbanten.ac.id<sup>2</sup>

Sholahuddin.alayubi@uinbanten.ac.id<sup>3</sup>

#### Article Info

#### Article history :

Received : 19-12-2025

Revised : 20-12-2025

Accepted : 22-12-2025

Published : 24-12-2025

#### Abstract

*Sufism is a spiritual dimension of Islam oriented towards purifying the soul and achieving closeness to God through a process of inner transformation. This study examines the methodology of transformation in Sufism, focusing on its practices and spiritual goals as they developed from classical to modern times. Using a qualitative approach based on literature, this study examines various primary and secondary sources, such as classical works of Sufis and contemporary studies on modern Sufism. The results show that the methodology of transformation in Sufism involves the stages of takhalli (self-purification), tahalli (self-adorning with noble morals), and tajalli (revelation of Divine light), which are implemented through the practice of dhikr, mujahadah, and the guidance of a murshid. In the modern context, Sufism has expanded its function, not only as a spiritual tool but also as a psychological and social therapy. Sufi practices such as dhikr and muraqabah are now integrated with mindfulness approaches and Islamic psychotherapy. Furthermore, the emergence of digital Sufism demonstrates that Sufi values can adapt to technological developments without losing their essence. Thus, the Sufi transformation methodology becomes a crucial tool in establishing spiritual, moral, and social balance for modern humans, while simultaneously maintaining the continuity of Islamic teachings, which are oriented toward divine awareness and the formation of a perfect human being.*

**Keywords: Practice, Spiritual Transformation, Sufism**

#### Abstrak

Tasawuf merupakan dimensi spiritual Islam yang berorientasi pada penyucian jiwa dan pencapaian kedekatan dengan Allah melalui proses transformasi batin. Penelitian ini mengkaji metodologi transformasi dalam tasawuf dengan fokus pada praktik dan tujuan spiritual yang berkembang dari masa klasik hingga modern. Melalui pendekatan kualitatif berbasis studi kepustakaan, penelitian ini menelaah berbagai sumber primer dan sekunder seperti karya klasik para sufi dan kajian kontemporer mengenai sufisme modern. Hasil penelitian menunjukkan bahwa metodologi transformasi dalam tasawuf melibatkan tahapan takhalli (pembersihan diri), tahalli (penghiasan diri dengan akhlak mulia), dan tajalli (penyingkapan cahaya Ilahi), yang diimplementasikan melalui praktik dzikir, mujahadah, dan bimbingan mursyid. Dalam konteks modern, tasawuf mengalami perluasan fungsi, tidak hanya sebagai sarana spiritual, tetapi juga sebagai terapi psikologis dan sosial. Praktik sufistik seperti dzikir dan muraqabah kini diintegrasikan dengan pendekatan mindfulness dan psikoterapi Islam. Selain itu, kemunculan tasawuf digital menunjukkan bahwa nilai-nilai sufistik dapat beradaptasi dengan perkembangan teknologi tanpa kehilangan esensinya. Dengan demikian, metodologi transformasi tasawuf menjadi sarana penting dalam membangun keseimbangan spiritual, moral, dan sosial manusia modern, sekaligus menjaga kontinuitas ajaran Islam yang berorientasi pada kesadaran ilahiah dan pembentukan insan kamil.

**Kata Kunci: Praktik, Transformasi Spiritual, Tasawuf**



## PENDAHULUAN

Tasawuf adalah salah satu aspek terdalam dalam tradisi Islam yang fokus pada pembersihan jiwa, mendekatkan diri kepada Allah, dan mencari makna sejati dari keberagamaan. Sepanjang sejarahnya, tasawuf tidak hanya dilihat sebagai praktik spiritual yang bersifat individual, tetapi juga sebagai jalur pergeseran yang dapat mengubah kesadaran, moralitas, bahkan tujuan hidup seorang muslim (Hariyanto, 2024). Perubahan ini terjadi melalui berbagai praktik sufistik seperti dzikir, muraqabah, muhasabah, khalwat, dan riyadhah spiritual yang bertujuan untuk membimbing individu keluar dari pengaruh nafsu menuju ketenangan jiwa dan kedekatan dengan Sang Pencipta.

Di tengah perkembangan zaman yang didorong oleh kemajuan teknologi, globalisasi, dan krisis spiritual, tasawuf kembali menemukan maknanya sebagai cara untuk menangani masalah-masalah eksistensial yang dihadapi manusia. Gaya hidup yang mengedepankan materi, individualisme, dan pemecahan sosial menciptakan urgensi bagi spiritualitas yang tulus dan menenangkan.

Pada saat ini tasawuf mengambil peran, bukan hanya sekadar ajaran lama yang bersifat reflektif, tetapi juga sebagai inspirasi untuk transformasi spiritual yang dinamis dan sesuai konteks. Penelitian terkini menunjukkan bahwa tasawuf modern dapat memenuhi kebutuhan masyarakat yang beragam budaya sambil tetap mempertahankan inti ajarannya.

Selain itu, perubahan dalam tasawuf di zaman sekarang tidak lepas dari interaksi dengan gerakan Islam lintas negara dan kemunculan neo-sufisme menunjukkan bahwa evolusi tasawuf di era modern melibatkan modifikasi dalam struktur organisasi tarekat, strategi penyampaian dakwah, dan metode pengajaran, sehingga lebih responsif terhadap tantangan globalisasi dan kemodernan (Ahmad Fahrur Rozi et al., 2024). Perubahan ini menunjukkan bahwa tasawuf tidak berhenti berkembang, tetapi selalu beradaptasi dengan kebutuhan zaman, tanpa mengabaikan nilai-nilai tradisinya yang berfokus pada pembersihan hati dan pengabdian kepada Tuhan.

Situasi krisis moral dan spiritual juga menjadi faktor utama pentingnya perubahan tasawuf di zaman modern. Ihsan, Karomi, dan Rafli (Ihsan et al., 2024) dalam analisis mereka mengenai perubahan ajaran Hamzah al-Fansuri menyoroti bahwa prinsip-prinsip tasawuf dapat memberikan jawaban atas kemunduran moral dan kekosongan spiritual yang sedang terjadi di masyarakat modern. Dengan penekanan pada penyucian jiwa dan kesadaran terhadap Tuhan, tasawuf dapat menjawab kebutuhan spiritual manusia sekaligus memberikan panduan etika sosial yang mendorong terciptanya kehidupan bersama yang lebih harmonis.

Transformasi tasawuf juga tampak dalam usaha menggabungkan dengan ide-ide psikologi modern seperti mindfulness. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa praktik sufistik seperti muraqabah dan dzikir dapat berperan sebagai bentuk mindfulness sufi yang efektif dalam membantu individu menghadapi tekanan dan stres dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, pelatihan spiritual sufistik dapat meningkatkan kesadaran diri, ketenangan batin, dan ketahanan psikologis pada generasi muda yang mudah tertekan oleh masalah sosial (Alfiah et al., 2024).

Tasawuf di Indonesia belakangan ini menunjukkan perubahan pola yang tidak hanya bersifat tradisional dan berorientasi pada ritual, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh perubahan dalam aspek sosial, budaya, dan teknologi. Studi tentang *The Transformation of Urban Tasawuf in Indonesia: Cybermedia and the Emergence of Digital Religion* menyatakan bahwa kegiatan tasawuf di area



perkotaan kini mulai memanfaatkan platform digital seperti zoom untuk berzikir, serta kelompok modern yang mengintegrasikan elemen budaya kaum muda (Rosfiyanti et al., 2024). Perubahan ini memperluas akses spiritual, tetapi juga menghadirkan tantangan dalam menjaga konsentrasi dan kedalaman pengalaman batin.

Di sisi lainnya, penelitian mengenai Tasawuf dan Peningkatan Diri mengungkapkan bahwa aktivitas tasawuf seperti tazkiyatun nafs, muraqabah, mujahadah, dan ihsan bukan sekadar tujuan akhir, melainkan juga pendekatan menyeluruh dalam membangun karakter manusia. Penelitian ini menegaskan bahwa perubahan spiritual dalam tasawuf menjangkau aspek mental, sosial, dan spiritual secara bersamaan, yang berdampak pada keseimbangan kehidupan individu dan masyarakat dalam konteks modern yang sering kali terpecah belah.

Dzikir, yang merupakan praktik utama dalam tasawuf, terus-menerus muncul dalam penelitian sebagai sarana untuk mengubah emosi dan kesehatan mental. Dalam kajian mengenai Transformasi Emosi melalui dzikir dan Shalat dalam konteks Pendidikan Islam, ditemukan bahwa kegiatan dzikir dan shalat dapat membawa ketenangan jiwa, serta mengurangi rasa cemas dan stres, terutama di kalangan mereka yang terlibat dalam pendidikan Islam (Anisah et al., 2025). Perubahan emosional ini memiliki signifikansi karena mengindikasikan bahwa tasawuf dapat berfungsi sebagai alat tawakal spiritual dalam menghadapi berbagai tekanan di zaman sekarang.

Dalam penelitian mengenai Penggabungan Maqam Tasawuf dalam Psikoterapi Islam Suatu Pendekatan Spiritual untuk Kesehatan Mental, berbagai maqam seperti taubah, zuhud, sabr, tawakkul, dan rida dikenali bukan hanya sebagai tahap-tahap tradisional, namun juga sebagai tanda-tanda psikologis yang berperan dalam mengatasi stres, kecemasan, serta masalah psikososial (Syajarah, 1385). Studi ini memperkuat pendapat bahwa transformasi tasawuf merupakan lebih dari sekadar perubahan dalam ritual, tetapi juga sebuah perubahan signifikan dalam kesehatan mental kaum Muslim.

Sementara itu, penelitian *Transformasi Jiwa Melalui Dzikir: Studi tentang Lathifah Naqsyabandiyah di Kerinci* menawarkan gambaran konkret bagaimana dzikir lathifah dilakukan secara kuantitatif (misalnya pengulangan sejumlah tertentu) dan bagaimana pengulangan tersebut secara langsung membawa ketenangan jiwa bagi para pelakunya (I, 2025). Pengalaman transformatif ini penting karena memperlihatkan bahwa aspek ritual fisik dzikir bersinggungan langsung dengan efek psikologis dan spiritual.

Praktik sufisme yang semakin jelas muncul sebagai jenis terapi spiritual juga mendapatkan perhatian (Rojaya, Aceng Wandu Wahyudin, 2019). Contohnya, artikel tentang Dzikir Jahar sebagai Psikoterapi menjelaskan bagaimana dzikir jahar (dzikir yang dilakukan dengan suara keras) memiliki banyak peran: mulai dari edukatif, pencegahan, penyembuhan hingga membangun, mempengaruhi aspek moral, spiritual, psikologis, dan juga fisik. Perubahan yang terlihat di sini adalah bagaimana dzikir tidak hanya dipahami sebagai upacara keagamaan, tetapi juga sebagai sumber penyembuhan serta pemulihan keseimbangan diri (Nurjanah & Chodijah, 2025).

Ada juga cara yang memandang tasawuf sebagai bagian penting dalam situasi ketidakpastian zaman kini. Dzikir dan Krisis Spiritual Manusia Modern menunjukkan bahwa individu modern yang terperangkap dalam materialisme, tekanan sosial, dan hilangnya makna mencoba kembali menemukan jalan spiritual melalui dzikir serta kedekatan dengan Al-Qur'an.



Dzikir kini bukan hanya sekadar praktik tradisional, melainkan juga menjadi sumber kekuatan spiritual untuk menghadapi masalah identitas dan eksistensial.

Berdasarkan penjelasan itu bahwa perubahan dalam tasawuf tidak hanya sebatas modifikasi formal dalam praktik-praktik ibadah, tetapi juga merupakan pergeseran mendalam dalam tujuan spiritual dan sosial umat Islam. Hal ini mencakup aspek individu dan kolektif, menciptakan kesempatan untuk pengalaman keagamaan yang lebih dalam serta sumbangan etis bagi masyarakat. Dengan demikian, kajian atas praktik dan tujuan spiritual dalam tasawuf menjadi penting.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kepustakaan (library research). Pemilihan metode ini didasarkan pada tujuan penelitian yang berfokus pada pemahaman mendalam mengenai transformasi dalam tasawuf, baik dalam praktik maupun orientasi spiritual, melalui telaah literatur ilmiah yang relevan. Pendekatan kualitatif dipilih karena mampu menggali makna, konsep, dan nilai yang terkandung dalam teks-teks keagamaan, karya akademik, serta hasil penelitian terdahulu yang berkaitan dengan tema tasawuf berupa jurnal, artikel, dan karya penelitian yang secara langsung membahas topik perubahan tasawuf, praktik sufisme, serta tujuan spiritualitas.

Beberapa di antaranya adalah artikel dari Jurnal Akademik Studi Islam, Jurnal Ilmu Tasawuf, serta artikel dalam Jurnal Pemikiran Islam dan buku-buku klasik dan modern tentang tasawuf, karya para sufi (seperti al-Ghazali, Jalaluddin Rumi, Hamzah al-Fansuri), serta literatur pendukung dalam bidang filsafat, psikologi, dan pendidikan yang berhubungan dengan spiritualitas. yang membahas sufisme perkotaan dan transformasi tasawuf dalam bentuk digital.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini menunjukkan bahwa perubahan dalam tasawuf tidak seragam; terdapat perbedaan dalam praktik, tingkat intensitas, sarana, dan tujuan spiritual yang tercermin dalam konteks yang berbeda. Salah satu hasil utama adalah bagaimana praktik dzikir jahar dipandang sebagai jenis terapi spiritual modern yang menggabungkan ritual tradisional dengan kebutuhan psikologis saat ini (Mahjuddin, n.d.). Artikel mengenai Dzikir Jahar sebagai Psikoterapi menguraikan bahwa dzikir jahar dalam Tarekat Qodiriyyah wan Naqsyabandiyah memiliki fungsi psikoterapi yang mencakup pemahaman, pengendalian, pengembangan moral, pembersihan hati, dan pembentukan kepribadian (Rojaya, Aceng Wandi Wahyudin, 2019). Fungsi-fungsi ini menunjukkan bahwa praktik ritual dzikir bukan hanya sekadar ibadah, melainkan juga sarana untuk transformasi spiritual yang nyata hingga ke aspek psikologis. Kemudian, dalam konteks pendidikan tasawuf, tampak bahwa lembaga-lembaga baik tradisional maupun modern menggabungkan elemen pendidikan karakter dan spiritualitas dengan mengedepankan tahap-tahap spiritual klasik seperti takhalli, tahalli, dan tajalli. Dalam artikel mengenai *Transformasi Pemikiran Tasawuf: Landasan Pembentukan Karakter Islami Generasi-Z* (Arrasyid et al., 1385), misalnya, dinyatakan bahwa penerapan ketiga tahap tersebut sangat bermanfaat dalam membentuk karakter generasi muda yang sanggup menahan godaan dari dunia, meningkatkan kesadaran diri, serta mencari makna hidup yang lebih mendalam.



## 1. Pengertian Transformasi Tasawuf

Dalam tasawuf, metode atau sistem yang dikenal sebagai metodologi transformasi digunakan oleh para sufi untuk membimbing seorang salik (pencari jalan Tuhan) dalam proses transformasi batin (Shadiqin, 2018). Metodologi ini lebih dari serangkaian tindakan ritual; itu adalah jalan spiritual yang bertujuan untuk membawa manusia dari keadaan jiwa yang dikuasai oleh hawa nafsu menuju keadaan jiwa yang tenang dan dekat dengan Allah.

Istilah "metodologi" secara terminologis merujuk pada ilmu tentang metode atau langkah-langkah sistematis yang digunakan untuk mencapai tujuan tertentu. Metodologi dalam kerangka tasawuf berarti tata cara yang digunakan dalam perjalanan spiritual agar seorang murid dapat mencapai puncak pengalaman ketuhanan. Namun, transformasi menunjukkan bahwa seseorang mengalami perubahan moral, psikologis, dan spiritual yang signifikan (Mahmudi & Gusmian, 2024). Dalam tasawuf, transformasi tidak hanya bersifat fisik, seperti perubahan sikap atau tingkah laku, tetapi juga mencakup aspek terdalam dari kehidupan manusia, yaitu hati dan kesadaran ruhaniah.

Dalam hal tasawuf, itu adalah aspek esoteris dari Islam yang berfokus pada pembentukan akhlak mulia dan penyucian jiwa (tazkiyat al-nafs). Menurut al-Qushayri (Al-Qushayri, 2007), tasawuf adalah upaya untuk membersihkan hati dari sifat tercela dan menghiasi diri dengan akhlak terpuji. Al-Ghazali menekankan bahwa tasawuf adalah jalan menuju ma'rifatullah, atau pengetahuan hakiki tentang Allah, melalui pengendalian diri, dzikir, dan mujahadah (Al-Ghazali, 2013). Oleh karena itu, metodologi transformasi dalam tasawuf dapat digambarkan sebagai suatu proses sistematis yang mencakup praktik spiritual seperti mujahadah, dzikir, khalwat, dan bimbingan mursyid. Tujuan dari semua metode ini adalah untuk memungkinkan seorang salik mengalami tahapan transformasi ruhaniah, yang dimulai dengan takhalli (mengosongkan diri dari sifat buruk), tahalli (menghiasi diri dengan sifat terpuji), dan tajalli (menggambil cahaya Ilahi ke dalam hati) (Rosia, 2018).

Metodologi ini bertujuan untuk mencapai orientasi transendental yang lebih tinggi kedekatan dengan Allah, pengalaman ma'rifah, dan pencapaian maqam tasawuf tertinggi, yaitu fanā' (lenyapnya ego dalam kehadiran Allah) dan baqā' (hidup dengan Allah). Pada akhirnya, transformasi ini menghasilkan manusia ideal yang disebut insān kāmil dalam tradisi sufi. Individu ini mencerminkan sifat-sifat Ilahi dalam kehidupannya, sehingga keberadaannya bermanfaat bagi dirinya sendiri dan orang lain.

## 2. Sejarah Singkat Perkembangan Metodologi Transformasi dalam Tasawuf

Perjalanan metodologi transformasi tasawuf memiliki sejarah yang panjang. Tasawuf muncul dari kesederhanaan dan penghayatan mendalam terhadap al-Qur'an dan Sunnah pada awal abad pertama Hijriah. Orang-orang seperti Hasan al-Bashri, yang meninggal pada 110 H/728 M, dianggap sebagai pendiri ajaran zuhud. Ia menekankan bahwa khauf, yang berarti takut kepada Allah, dan raja', yang berarti harapan akan rahmat-Nya, adalah landasan untuk perubahan batin seorang muslim. Pada tahap ini, pendekatan transformasi masih sederhana, yaitu melalui ibadah intensif, kesederhanaan hidup, dan introspeksi diri (Akbar et al., 2023).

Memasuki abad ketiga Hijriah, perkembangan tasawuf sebagai suatu ilmu semakin pesat. Al-Junayd al-Baghdadi (Ashani et al., 2021) (w. 298 H/910 M) menyoroti ide "*al-fanā'*





*wa al-baqā'*” sebagai tahap tertinggi dalam proses transformasi, di mana seorang sufi melepaskan diri dari egonya dan hidup dengan kesadaran akan Tuhan. Junayd juga mengajarkan pentingnya keseimbangan antara syariat dan hakikat, sehingga metodologi transformasi mencakup tidak hanya praktik ritual tetapi juga kedisiplinan dalam menjalankan syariat Islam (Faruqi & Rohmah, 2023).

Pada abad ke-5 H, tokoh berpengaruh seperti al-Ghazali (w. 505 H/1111 M) menyusun dasar metodologis yang lebih terstruktur dalam karya beliau *Ihyā' 'Ulūm al-Dīn*. Ia mengemukakan bahwa perubahan spiritual harus dilalui melalui tiga tahap: takhalli (membebaskan diri dari sifat-sifat negatif), tahalli (memperindah diri dengan sifat-sifat positif), dan tajalli (pembongkaran cahaya Ilahi). Inilah yang selanjutnya menjadi kerangka yang dikenal dalam metode tasawuf hingga saat ini (Rohman et al., 2022).

Pada satu abad berikutnya, tasawuf mengalami proses penginstitutionan dengan terbentuknya berbagai tarekat sufi. Tarekat-tarekat ini memperkenalkan sistem pembimbingan yang lebih teratur, yang dipandu oleh seorang mursyid atau guru spiritual. Kegiatan dzikir secara bersama-sama, khalwat, riyadhah, dan wirid tertentu menjadi elemen penting dalam metode perubahan. Contohnya, Tarekat Qadiriyyah yang dirintis oleh Syekh Abdul Qadir al-Jilani menekankan dzikir sebagai cara utama untuk mendapatkan pencerahan hati. Di sisi lain, Tarekat Naqsyabandiyah fokus pada dzikir khafi, yaitu dzikir yang dilakukan di dalam hati, sebagai cara yang lebih dalam untuk transformasi spiritual.

Dalam konteks modern, metodologi transformasi tasawuf tetap relevan. Para tokoh kontemporer seperti Fazlur Rahman melihat bahwa tasawuf mampu menjawab krisis spiritual manusia modern yang terjebak dalam materialisme. Praktik dzikir, pengendalian diri, dan kesederhanaan hidup dapat menjadi sarana transformasi yang membantu manusia modern menemukan kembali makna hidup (Rahman, 1982).

### **3. Kajian atas Praktik dan Tujuan Spiritual**

Dalam tasawuf, metodologi transformasi adalah sistem dan proses yang bertujuan untuk membantu orang-orang mencapai kesempurnaan spiritual melalui penyucian jiwa, disiplin ibadah, dan pembentukan akhlak. Proses ini bukan hanya upacara keagamaan; itu adalah perjalanan pikiran dan moral yang membawa manusia ke kesadaran ilahi (Hanapiyah & Wawan, 2022). Tasawuf dipahami dalam konteks kontemporer sebagai metode transformasi batin yang masih relevan untuk membimbing manusia menghadapi krisis spiritualitas dan eksistensial.

Transformasi spiritual dimulai ketika seseorang menyadari bahwa mereka kekurangan dan membutuhkan bimbingan ruhani. Praktik tasawuf menekankan pada upaya pembersihan hati dari penyakit batin seperti sombong, iri, dan cinta dunia dalam kerangka metodologis (Jamaludin & Rahayu, 2022). Proses yang disebut sebagai tazkiyah al-nafs, atau langkah penyucian diri, merupakan dasar perjalanan spiritual seorang salik. Tazkiyah dilakukan melalui ibadah, dzikir, dan muhasabah teratur dengan tujuan meningkatkan kesadaran diri. Transformasi sufi dalam kehidupan sehari-hari juga mencakup latihan mental dan sosial. Dalam praktik spiritual tasawuf, seorang pelaku tidak hanya berkonsentrasi pada hubungan vertikal dengan Tuhan tetapi juga pada hubungan horizontal dengan sesama manusia. Akibatnya, praktik spiritual ini mengajarkan orang untuk menjadi lebih peka terhadap



penderitaan orang lain. Hal ini membuat tasawuf menjadi sistem etika yang memanusiakan manusia selain praktik individualistik (Rohmawati & Zulkifli, 2024).

Selain itu, pendekatan metodologis tasawuf menekankan betapa pentingnya peran pembimbing spiritual (mursyid), yang berfungsi sebagai penuntun dalam perjalanan ruhani seseorang. Mursyid tidak bertindak sebagai diktator; sebaliknya, dia bertindak sebagai mentor yang membantu siswa memahami kekuatan dan kelemahan mereka. Bimbingan ini bersifat dialogis dan mendalam, dan fokusnya adalah menumbuhkan kesadaran spiritual yang benar. Proses pendidikan ini disebut suhah (Renaningtyas, 2025), yaitu kedekatan murid dengan gurunya secara moral dan spiritual.

Tasawuf juga menggunakan media ritual kolektif seperti dzikir bersama, manaqib, dan wirid dalam praktiknya. Praktik kolektif ini menjadi bagian dari metode transformasi karena mengajarkan disiplin, ketertiban, dan penyatuan niat dan kesadaran bersama menuju Tuhan, sehingga memperkuat kohesi spiritual di antara anggota kelompok dan memupuk ketenangan batin (Fatkhuri, 2023).

Menurut tasawuf, transformasi spiritual tidak berhenti pada ranah batin; itu mengarah pada perilaku moral dan etis yang nyata. Sangat diharapkan bahwa mereka yang mengambil rute ini memiliki sifat yang halus, penyabar, rendah hati, dan dermawan (Akmansyah et al., 2025). Oleh karena itu, transformasi tasawuf mencakup aspek moral yang menghasilkan individu yang berakhlak mulia, yang sejalan dengan nilai-nilai universal Islam.

Tasawuf telah berkembang untuk menyesuaikan diri dengan tantangan modernitas dan digitalisasi. Sekarang, praktisi dzikir dan pembelajaran spiritual dapat dilakukan melalui media online tanpa kehilangan nilai-nilai batiniah yang penting. Transformasi metode ini menunjukkan bahwa tasawuf sangat fleksibel dan memiliki kemampuan untuk membantu membangun keseimbangan antara iman dan kemajuan teknologi (Hakim, 2025). Studi baru menunjukkan bahwa dzikir digital dapat membantu mengurangi kecemasan dan stres.

Tasawuf memiliki aspek psikoterapi dalam transformasi. Latihan seperti dzikir dan meditasi sufi membantu menenangkan pikiran, menstabilkan perasaan, dan menjadi lebih bersyukur. Metode ini sejalan dengan terapi spiritual kontemporer yang menggabungkan prinsip religius dengan kesehatan mental. Oleh karena itu, tasawuf dapat digunakan sebagai alternatif untuk mengatasi krisis kesehatan mental yang terjadi di masyarakat kontemporer.

Tujuan akhir metode transformasi tasawuf adalah untuk mencapai kesadaran ilahiah (ma'rifah). Pada titik ini, orang tidak lagi terikat pada keinginan duniawi, tetapi menyadari bahwa Tuhan ada di setiap aspek kehidupan mereka. Kesadaran ini menumbuhkan rasa kedamaian dan cinta universal, yang merupakan dasar dari pengalaman spiritual sejati. Transformasi seperti ini menghasilkan individu yang santai, toleran, dan penyayang (Mudin, 2022).

Metode tasawuf dapat membangun masyarakat yang damai dan berkeadaban dalam konteks sosial. Dalam interaksi sosial, prinsip seperti kasih, kejujuran, dan keikhlasan sangat penting. Oleh karena itu, transformasi spiritual dimulai dengan individu dan berkembang menjadi transformasi sosial yang lebih luas. Tasawuf tidak hanya membantu seseorang



menjadi lebih baik secara pribadi, tetapi juga membantu memperbaiki struktur moral masyarakat.

Metodologi transformasi terkait dengan pendidikan Islam juga. Dimungkinkan untuk membentuk siswa yang berkarakter spiritual dengan menerapkan nilai-nilai sufistik seperti ketulusan niat, kesabaran dalam belajar, dan pengendalian diri. Hal ini menunjukkan bahwa tasawuf sangat membantu dalam membangun kepribadian dan pendidikan moral (Rizki & Rusdi, 2024).

Tasawuf tidak hanya digunakan sebagai jalan spiritual, tetapi juga sebagai strategi kebudayaan. Dengan menekankan pentingnya kesederhanaan, kedekatan dengan alam, dan keseimbangan batin, ia memberikan alternatif terhadap gaya hidup konsumtif dan materialistik (Arrasyid, 2020). Menumbuhkan rasa tanggung jawab terhadap lingkungan dan sesama menyebabkan perubahan individu dan ekologis.

Pada akhirnya, metodologi transformasi tasawuf dapat dipahami sebagai proses yang menggabungkan elemen spiritual, moral, dan sosial. Ia adalah perjalanan bukan hanya menuju Tuhan, tetapi juga menuju menjadi manusia seutuhnya. Jika nilai-nilai tasawuf diterapkan secara teratur, mereka dapat membantu menyelesaikan masalah kemanusiaan modern yang kehilangan arah spiritualitas.

## KESIMPULAN

Metodologi transformasi dalam tasawuf merupakan sistem pembinaan spiritual yang menuntun manusia dari dominasi hawa nafsu menuju kesadaran ilahiah. Proses ini dilakukan secara bertahap melalui penyucian jiwa, pembentukan akhlak, dan latihan ruhani seperti dzikir, mujahadah, serta bimbingan mursyid. Sejak masa awal Islam hingga kini, metode ini terus berkembang dari praktik individual menuju sistem tarekat yang terstruktur. Dalam konteks modern, tasawuf tetap relevan sebagai sarana penyembuhan spiritual dan moral, membantu manusia menemukan ketenangan batin di tengah krisis eksistensial dan materialisme. Tujuan akhirnya adalah terwujudnya insan kamil manusia yang berakhlak mulia, sadar akan kehadiran Allah, dan menebarkan kedamaian dalam kehidupan sosial.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Fahrur Rozi, Nurwahidin, & Mulawarman Hannase. (2024). Dinamika Transformasi Tasawuf Era Modern: Neo-Sufisme dan Gerakan Islam Transnasional. *Tasamuh: Jurnal Studi Islam*, 16(2), 278–297. <https://doi.org/10.47945/tasamuh.v16i2.1393>
- Akbar, A. K., Rozi, F., Siregar, M. R., Anggraini, N., & Ilmi, R. (2023). SIKAP DAN TASAWUF HASAN AL-BASHRI (MENJEJAKI PERJALANAN SINGKAT SUFI BESAR). *Journal of Comprehensive Science*, 2.
- Akmansyah, M., Nurnazli, Mujahid, A., & Khedr, T. S. I. (2025). The Essence of Mursyid Teachers in Sufism Spiritual Education in the Framework of Maqāṣid al-Syarī'ah. *Jurnal Hukum Keluarga*, 8.
- Al-Ghazali, I. (2013). *Ihyā' 'Ulum al-Dīn*.
- Al-Qushayri, A. Q. (2007). *Al-Risālah al-Qushayriyyah fī 'Ilm al-Tasawwuf*.
- Alfiah, N., Noor, A. M., Farhan, A., & Furqon, A. (2024). Tasawuf dan Pengembangan Diri.





- JOUSIP: Journal of Sufism and Psychotherapy*, 4(2), 165–182.  
<https://doi.org/10.28918/jousip.v4i2.9252>
- Anisah, P. N., Hapsari, W., & Kusumatuti, W. (2025). Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling. *Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, 11(2), 1–10.
- Arrasyid. (2020). Tasawuf dan Problematika Modernitas: Menimbang Maqamat dan Ahwal Abu Nashr as-Sarraj. *Jurnal Fuaduna*, 4.
- Arrasyid, Anisah, N. K., & Husna, R. (1385). *Transformasi Pemikiran Tasawuf: Landasan Pembentukan Karakter Islami Generasi-Z*. 17, 302.
- Ashani, S., Harahap, M. R. P. A., & Maulani, M. (2021). Trilogi Pemikiran Tasawuf Imam Junaid Al-Baghdadi (Mitsaq, Fana, dan Tauhid). *Syifa Al-Qulub Jurnal Psikoterapi Sufistik*, 1.
- Faruqi, I., & Rohmah, L. F. (2023). Nilai Tasawuf Imam Junaid Al-Baghdadi Sebagai Qadi. *Journal of Ethics and Sprituality*, 7.
- Fatkhuri. (2023). Power Relations between Mursyid and Murid. *Journal of Islamic World and Politics*, 9.
- Hakim, B. R. (2025). Transformation of Sufistic Da'wah and Islamic Psychotherapy Through Online Manaqib: A Qualitative Case Study on Tarekat Qadiriyyah Naqsyabandiyah Community in Indonesia. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9.
- Hanapiah, O., & Wawan. (2022). Filosofi Maqamat dan Ahwal Dalam Ajaran Tasawuf. *Jurnal Ilmu Tasawuf*, 1.
- Hariyanto. (2024). Transformasi Tasawuf Modern Menurut Nasaruddin Umar Dan Relevansinya Dalam Masyarakat Multikulturalisme Di Indonesia. *Hikamia: Jurnal Pemikiran Tasawuf Dan Peradaban Islam*, 4(1), 1–21. <https://doi.org/10.58572/hkm.v4i1.68>
- I, M. (2025). Transformasi Jiwa Melalui Dzikir : Studi tentang Lathifah Naqsyabandiyah di Kerinci Pendahuluan. *Islamika : Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman*, 25(1).
- Ihsan, N. H., Karomi, K., & Rafli, A. S. (2024). *Tranformasi Ajaran Tasawuf Hamzah al-Fansuri dalam Menghadapi Krisis Spiritual dan Moral di Era Modern*. 25(2), 1–16.
- Jamaludin, & Rahayu, S. S. (2022). Maqamat dan Ahwal dalam Pandangan Abu Nashr Al-Thusi Al-Sarraj dalam Kitab Al-luma'. *Jurnal Ilmu Tasawuf*, 1.
- Mahjuddin. (n.d.). *MA'RIFAH SEBAGAI TUJUAN TASAWUF: SUATU CAPAIAN PENDIDIKAN SPIRITUAL UNTUK BERTEMU ALLAH*.
- Mahmudi, K. A., & Gusmian, I. (2024). Analisis Historis, Metode Dan Karakteristik Pendidikan Tasawuf DiMa'had Aly IqnĀ' Ath-ThĀlĪbin Pondok Pesantren Al-Anwar, Sarang, Rembang. *Keislaman*, 7.
- Mudin, M. I. (2022). Suhbah: Relasi Mursyid dan Murid dalam Pendidikan Spiritual Tarekat. *Jurnal Tsaqafah*, 3.
- Nurjanah, D. S., & Chodijah, M. (2025). Integrasi Maqam Tasawuf dalam Psikoterapi Islam: Pendekatan Spiritual terhadap Kesehatan Mental. *Khazanah Multidisiplin*, 6(1), 1–28.
- Rahman, F. (1982). *Islam and Modernity: Transformation of an Intellectual Tradition*. Chicago of University.
- Renaningtyas, D. (2025). The Relevance of Maqamat wa Ahwal in Sufism for Gen Z. *Journal of Islamic and Social Studies*, 3.
- Rizki, A., & Rusdi, H. (2024). Digital Media Impact on Sufi Practices: Analyzing Ijāza Wirid Dhikr.



*Journal of Islamic Myticism, 13.*

- Rohman, R., Wahab, A. A., & Islam, M. H. (2022). Konsep Tasawuf Imam Al-Ghazali Dari Aspek Moral Dalam Kitab Bidayatul Hidayah. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling, 4*.
- Rohmawati, H. S., & Zulkifli, Z. (2024). The Role of Sufi Orders in Social Change in Indonesia: A Systematic Literature Review. *Journal of Islamic Myticism, 13*.
- Rojaya, Aceng Wandi Wahyudin, K. A. (2019). Istiqamah: Jurnal Ilmu Tasawuf. *Jurnal Ilmu Tasawuf, 55–69*.
- Rosfiyanti, N., Wahidin, N., & Hannase, M. (2024). The Transformation of Urban Tasawuf in Indonesia: Cybermedia and the Emergence of Digital Religion. *Jurnal Pemikiran Islam, 4(2)*, 117–128. <https://doi.org/10.22373/jpi.v4i2.24073>
- Rosia, R. (2018). Pemikiran Tasawuf Imam Al-Ghazali dalam Pendidikan Islam. *Jurnal Kajian Dan Penelitian Pendidikan Islam, 1*.
- Shadiqin, S. I. (2018). Tasawuf di Era Syariat: Tipologi Adaptasi dan Transformasi Gerakan Tarekat dalam Masyarakat Aceh Kontemporer. *Ilmu-Ilmu Ushuluddin, 20*.
- Syajaroh, W. S. (1385). *Adaptasi Ajaran Tasawuf di Jawa: Perspektif Personal dan Kultural. 17*, 302.