

Makna Spiritualitas Pada Era Modern di Kalangan Mahasiswa UIN Salatiga : Perspektif Fenomenologi Agama

Allisa Zahrotun Nadhiroh¹ Zein Muchamad Masykur²

¹Universitas Islam Negeri Salatiga, Salatiga, Indonesia

²Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri, Purwokerto, Indonesia.

Email: alisaznn29@gmail.com¹ zein@uinsaizu.ac.id²

Abstract

This study discusses the meaning of spirituality in the modern era through a religious phenomenology approach. The main focus is understanding individuals' subjective experiences in a modern context influenced by materialism, individualism, and technological advancements. The phenomenological epoché approach is used to set aside biases and uncover the essence of spiritual experiences among five respondents from diverse backgrounds. The findings indicate that modern spirituality is not limited to formal religion but includes self-reflection, meditation, and mindfulness practices, which help individuals find balance amid modern pressures. Technology plays an ambivalent role, both as a support tool and a challenge in spiritual journeys. Spirituality also contributes to social harmony through empathy, compassion, and environmental awareness. This study confirms that modern spirituality is an essential element in the search for life meaning and coping with social change wisely.

Keywords: Phenomenology, spirituality, modernity, subjective experience, social harmony, self-reflection

Abstrak

Penelitian ini membahas makna spiritualitas di era modern melalui pendekatan fenomenologi agama. Fokus utama adalah memahami pengalaman subjektif individu dalam konteks modernitas yang sering kali dipengaruhi oleh materialisme, individualisme, dan perkembangan teknologi. Pendekatan fenomenologi epoche digunakan untuk menyisihkan prasangka dan menggali esensi pengalaman spiritual lima narasumber dari berbagai latar belakang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa spiritualitas di era modern tidak hanya terbatas pada agama formal tetapi juga mencakup praktik refleksi diri, meditasi, dan mindfulness, yang membantu individu menemukan keseimbangan hidup di tengah tekanan modernitas. Teknologi berperan ambivalen, baik sebagai alat pendukung maupun tantangan dalam perjalanan spiritual. Spiritualitas juga ditemukan berperan dalam membangun harmoni sosial melalui tindakan empati, kasih sayang, dan hubungan dengan lingkungan. Penelitian ini menegaskan bahwa spiritualitas modern adalah elemen penting dalam pencarian makna hidup dan upaya menghadapi perubahan sosial dengan bijaksana.

Kata kunci: Fenomenologi, spiritualitas, modernitas, pengalaman subjektif, harmoni sosial, refleksi diri.

A. PENDAHULUAN

Perubahan zaman yang begitu cepat membawa dampak yang cukup besar pada berbagai aspek kehidupan manusia, termasuk dalam cara memahami perjalanan spiritual. Dalam konteks tradisional, agama formal sering kali menjadi satu-satunya jalan untuk mendekatkan diri kepada Tuhan demi menemukan makna dalam hidup. Namun pada era modern ini banyak individu yang merasa bahwa ajaran agama formal tak selalu mampu menjawab kebutuhan emosional, intelektual, dan eksistensial mereka. Hal ini menyebabkan

munculnya fenomena spiritualitas yang bersifat pribadi, di mana individu memilih jalur yang fleksibel dan tidak terkait dengan dogma agama.¹

Modernisasi dan perkembangan teknologi juga memainkan peran penting dalam fenomena perubahan ini.² Internet dan sosial media menyediakan akses yang tidak terbatas ke berbagai informasi tentang praktik spiritual dari seluruh dunia, sehingga hal ini memungkinkan manusia modern untuk mengeksplorasi metode untuk mencapai spiritualitas dari berbagai budaya, yang kemudian mampu menciptakan kombinasi unik antar tradisi spiritual kuno dan praktik kontemporer seperti meditasi, yoga, atau mindfulness.³

Selain itu, berbagai macam bentuk tekanan hidup, hubungan sosial yang kompleks, dan ketidakpastian ekonomi mendorong banyak orang untuk mencari cara baru dalam menemukan ketenangan batin dan makna hidup. Dalam situasi ini, spiritualitas muncul menjadi solusi alternative yang dianggap lebih relevan dan personal dibandingkan dengan agama formal. Banyak orang mulai mendefinisikan ulang apa itu “kebahagiaan” dan “tujuan hidup” melalui pengalaman spiritual yang bersifat individual.⁴

Hasil penelitian terdahulu terkait spiritual mengenai konsep spiritual manusia modern telah dilakukan oleh sejumlah peneliti. Antara lain penelitian oleh Andy Aji Suhada, Risladiba, Iksan Sa’dudin, Engkus Kusnandar, dan Aah Syafaah pada tahun 2023 yang berjudul "Konsep Spiritualisme Masyarakat di Era Modernisasi dalam Kehidupan Sosial-Beragama" dalam *Jurnal Gunung Djati Conference Series*, Volume 21, tahun 2023. Artikel tersebut membahas fenomena spiritualisme di masyarakat perkotaan yang cenderung individualistik, materialistik, dan rasionalistik. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif berbasis studi pustaka. Hasilnya menunjukkan bahwa spiritualisme dapat menjadi cara untuk menyeimbangkan kemajuan teknologi dengan kebutuhan ruhani, mendalami kejiwaan, dan menghadirkan nilai-nilai agama di era modernisasi.⁵ Sebaliknya, penelitian "Fenomenologi Agama: Menyingkap Makna Spiritualitas Manusia Modern" menggunakan pendekatan fenomenologi untuk menggali makna pengalaman spiritual dalam kehidupan modern. Metode ini berfokus pada pengalaman subjektif individu, berbeda dengan penelitian pertama yang lebih berorientasi pada kajian sosial-keagamaan masyarakat secara kolektif. Penelitian terdahulu dan penelitian ini memiliki persamaan yang terletak pada fokus keduanya terhadap kajian “Spiritualitas Manusia di Era Modernisasi.” Kedua penelitian ini menyoroti pentingnya spiritualitas sebagai respons terhadap tantangan modernitas yang sering membawa dampak negatif, seperti individualisme dan materialisme. Dalam konteks modernisasi,

¹ Nesia Mu’asyara et al., “Transformasi Identitas Religius dan Spiritualitas dalam Era Sekularisasi: Perspektif Sosiologi Agama,” *Concept: Journal of Social Humanities and Education*, Volume 3, Nomor 4, 2024, hlm. 261, <https://doi.org/10.55606/concept.v3i4.1678>.

² Luluk Sumiarso, "Spiritualitas 5.0: Menghadapi Teknologi 5.0 dan Masyarakat 5.0," *Diripedia Online*, diakses 11 Januari 2025, <https://diripedia.org/spiritualitas-5/>.

³ Putut Widjanarko, “Spiritualitas di dalam Dunia Maya: Ekspresi Mutakhir Kerinduan-Abadi Jiwa Manusia?,” *Paramadina Graduate School of Communication*, hlm. 6-7.

⁴ Andina Felyana Sari, Binta Mu’tiya Rizki, dan Ajeng Octaviani Insani Haris, “Apakah Kecerdasan Spiritual Memberi Pengaruh terhadap Stress Tolerance? Studi pada Mahasiswa Pendidikan Dokter,” *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, Vol. 12, No. 3, 2020, hlm. 240.

⁵ Sandy Aji Suhada et al., "Konsep Spiritualisme Masyarakat di Era Modernisasi dalam Kehidupan Sosial-Beragama," *Gunung Djati Conference Series*, Volume 21, 2023, hlm. 151-159.

spiritualitas dipandang sebagai landasan penting untuk menghadapi kemajuan teknologi dan perubahan sosial yang pesat. Selain itu, penelitian ini menghubungkan spiritualitas dengan praktik keagamaan, baik dalam konteks individual maupun sosial, sebagai upaya memperkuat hubungan manusia dengan Tuhan dan sesama. Pendekatan ini menunjukkan bagaimana spiritualitas dapat menjadi pilar utama dalam menciptakan keseimbangan di tengah arus perubahan zaman yang kompleks. Penelitian ini penting untuk dibahas karena menawarkan perspektif yang mendalam mengenai peran spiritualitas dalam menjaga keseimbangan hidup di era modernisasi. Di tengah perkembangan teknologi yang pesat dan kehidupan sosial yang dinamis, banyak individu mengalami krisis identitas, stres, serta keterasingan sosial. Dengan memahami spiritualitas sebagai elemen esensial dalam kehidupan manusia, penelitian ini dapat memberikan wawasan tentang bagaimana nilai-nilai spiritual mampu menjadi solusi dalam menghadapi tantangan zaman. Selain itu, kajian ini juga berkontribusi dalam diskursus akademik mengenai hubungan antara modernisasi, spiritualitas, dan kesejahteraan manusia, sehingga dapat menjadi dasar bagi penelitian lebih lanjut serta kebijakan yang mendukung kesejahteraan holistik masyarakat.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan metode *field research* yang berfokus pada pemahaman mendalam terhadap pengalaman mahasiswa Universitas Islam Negeri (UIN) Salatiga dalam konteks kehidupan akademik dan sosial. Data diperoleh melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Pendekatan fenomenologi digunakan untuk memahami bagaimana mahasiswa UIN Salatiga mengalami dan memaknai fenomena spiritual tanpa distorsi asumsi atau teori yang sudah ada sebelumnya.

Sumber data terdiri dari data primer dan sekunder. Data primer diperoleh melalui wawancara mendalam dengan lima responden yang memiliki pengalaman dan pemahaman spiritual yang beragam. Data sekunder diperoleh dari literatur akademik seperti jurnal, buku, dan artikel terkait spiritualitas dalam konteks modern.

Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk memahami makna spiritualitas di kalangan mahasiswa UIN Salatiga dalam konteks modernitas yang dipengaruhi oleh materialisme, individualisme, dan perkembangan teknologi. Penelitian ini bertujuan untuk menggali pengalaman subjektif mahasiswa terkait spiritualitas dan mengidentifikasi bagaimana faktor sosial dan teknologi mempengaruhi praktik spiritual mereka.

C. HASIL PENELITIAN PEMBAHASAN

Berdasarkan Wawancara dan Observasi yang dilakukan kepada 5 Mahasiswa UIN Salatiga yang memiliki latarbelakang dan karakter yang berbeda-beda, maka kami sajikan hasil dari wawancara mengenai makna spiritualitas pada era modern di kalangan mahasiswa UIN Salatiga sebagai berikut:

a. Pemahaman tentang Spiritualitas dan Maknanya dalam Kehidupan Sehari-hari.

Spiritualitas dipahami sebagai kesadaran akan keberadaan diri dan hubungan dengan sesuatu yang transenden. Muhammad Fadilah menekankan bahwa spiritualitas adalah cara seseorang mengenali dirinya lebih dalam hingga menemukan Tuhan dalam hidupnya seperti ungkapannya dalam wawancara "spiritualitas adalah cara kita untuk mengenal diri lebih dalam sampai kita menemukan Tuhan dalam kehidupan kita serta sebagai penyeimbang hidup, disaat kita terlalu tinggi, kita terlalu jatuh atau kita terlalu bingung untuk berbuat apa".⁶ Suryo Gumilang mengartikan spiritualitas sebagai pondasi dalam memahami makna kehidupan yang menciptakan kesejahteraan dan harmoni sosial, menurutnya "Spiritualitas adalah pondasi untuk mencari makna dalam setiap instrumen kehidupan serta meningkatkan kesadaran terhadap sesama manusia dan penyatuan diri ke alam".⁷ Muhamad Nurdin melihat spiritualitas sebagai semangat dalam jiwa yang mengarahkan seseorang kepada Tuhan, membentuk perilaku luhur, serta menumbuhkan kasih sayang kepada seluruh makhluk seperti yang di sampaikan dalam wawancara "Semangat dalam jiwa yang mengarahkan kepad tuhan, membentuk perilaku yang luhur pada diri seseorang, yg sedang menjalani tahap spiritualitas tersebut, dampaknya adalah kasihsayang kepada seluruh makhluk yang ada di alam semesta".⁸ Sementara itu, Yusuf Muhammad Rifky menekankan bahwa spiritualitas berkaitan erat dengan kesehatan roh yang menjaga keseimbangan antara fisik, psikis, dan jiwa seseorang "Menurut saya makna spiritualitas merujuk pada kata spirit itu sendiri yang bersinonim dengan roh. Maka spiritualitas berarti sedalam atau sejauh apa seseorang dapat merawat rohnya. Bisa juga dimaknai sebagai tingkat kesadaran spiritual seseorang".⁹ Surya Pamungkas menyoroti bahwa "spiritualitas bukan sekadar ajaran, tetapi makna sebuah kehidupan"¹⁰ yang membawa individu kepada kebijaksanaan dalam mengambil keputusan tanpa melihat kebenaran secara mutlak.

b. Pengalaman Bermakna Secara Spiritual

Responden memiliki pengalaman yang beragam dalam perjalanan spiritual mereka. Muhammad Fadilah berbagi pengalaman kecelakaan yang membuatnya lebih menghargai kehidupan dan menyadari bahwa setiap kejadian memiliki hikmah spiritual "Ketika saya merasa ingin mengeluh, ternyata ada yang lebih menderita daripada saya Disitulah saya teringat pelajaran spiritualitas. Oh ternyata saya masih dikasih kesempatan untuk hidup lebih lama dan bisa memperbaiki diri saya ini. Bukan maksud saya untuk bersyukur diatas penderitaan orang lain atau beranggapan Almarhum itu jelek. Tapi disitu saya mendapatkan

⁶ Muhammad Fadilah, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

⁷ Muhammad Suryo Gumilang, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

⁸ Muhammad Nurdin, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

⁹ Yusuf Muhammad Rifky, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

¹⁰ Surya Pamungkas, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

gambaran dari Tuhan, disetiap kejadian itu pasti ada hikmahnya, maka dari itu saya ingin terus mengasah spiritualitas saya dan menjadi orang yang lebih baik".¹¹ Suryo Gumilang menekankan bahwa pengalaman spiritual tidak harus berupa ibadah formal, tetapi juga dalam tindakan berbagi kebahagiaan dengan sesama "Bagi saya pengalaman secara spiritual itu bukan hanya dari segi kita sembahyang ataupun sebagainya, namun hal indah dalam kehidupan sehari-hari atau kebahagiaan yang bisa kita tularkan kepada sesama manusia".¹² Muhammad Nurdin merasakan adanya petunjuk dari Tuhan ketika menjalani hidup dengan penuh ketulusan "menjalani hidup secara apa adanya, secara otomatis petunjuk dari Tuhan seperti memandu dan mengarahkan ke jalan-Nya".¹³ Yusuf Muhammad Rifky menganggap bahwa tindakan sederhana, seperti mengembalikan uang kembalian yang berlebih, merupakan pengalaman spiritual karena mencerminkan kesadaran akan nilai moral "Bagi saya hal-hal yang layak disebut pengalaman spiritual itu tidak perlu muluk-muluk seperti yang dialami para tokoh agama. Sederhana mengembalikan kembalian uang yang kelebihan dari warung itu perasaan saya sudah senang sekali. Meskipun mungkin hanya 500 rupiah atau 1000 rupiah yang bagi orang-orang biasanya diremehkan, tapi dari uang-uang sekecil itu orang-orang yang jualan di warung bisa bertahan hidup".¹⁴ Surya Pamungkas menekankan bahwa pengalaman spiritual sejati adalah ketika seseorang mampu melihat kebutuhan orang lain dan memberikan solusi nyata bagi mereka "Pada dasarnya, semua yang kita jalani adalah pengalaman spiritual. Adapun pengalaman pribadi saya yang paling bermakna secara spiritual ialah, saya bisa melihat, dan bisa memberi solusi kepada seorang teman yang benar-benar sedang membutuhkan bantuan".¹⁵

c. Pengaruh Perubahan Sosial dan Teknologi terhadap Spiritualitas.

Perubahan sosial dan teknologi memiliki dampak yang kompleks terhadap praktik spiritualitas individu. Muhammad Fadilah mengamati bahwa teknologi dapat menjauhkan manusia dari nilai-nilai spiritual karena banyak yang terlena dalam dunia digital. Namun, ia juga menekankan bahwa pengaruh teknologi tergantung pada bagaimana individu menggunakannya "Berbicara soal teknologi hal ini sudah sangat mempengaruhi kehidupan sosial. Orang-orang mulai meninggalkan hal tradisional karena tuntutan teknologi. Teknologi sangat mempengaruhi spiritualitas bagi saya dan solusinya kembali kepada setiap user agar menggunakan teknologi itu kita yang memerintah mereka bukan kita yang diperbudak oleh mereka".¹⁶ Suryo Gumilang melihat bahwa teknologi bisa membawa dampak positif dan negatif, tergantung pada bagaimana penggunaannya "teknologi bisa membawa dampak positif

¹¹ Muhammad Fadilah, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025.

¹² Muhammad Suryo Gumilang, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

¹³ Muhammad Nurdin, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

¹⁴ Yusuf Muhammad Rifky, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

¹⁵ Surya Pamungkas, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025.

¹⁶ Muhammad Fadilah, Wawancara Pribadi 8 Januari 2025

dan negatif, tergantung pada bagaimana penggunaannya". Ia juga menambahkan bahwa "teknologi dapat memperluas jangkauan dalam menemukan inspirasi dan meningkatkan fleksibilitas, tetapi juga bisa menyebabkan keterasingan sosial".¹⁷ Muhammad Nurdin berpendapat bahwa di era materialisme, praktik spiritual sering dianggap aneh dan hanya dilakukan oleh individu yang memiliki kesadaran tinggi "Secara sosial karena masyarakat kita banyak yang berlandaskan materialisme, menjadikan belajar spiritual dianggap hal aneh dan tidak wajar sehingga baik pembelajaran maupun aktualisasi spiritualitas di dilakukan secara individu dan hanya orang yang berkesadaran saja".¹⁸ Yusuf Muhammad Rifky menyoroti bahwa teknologi dapat memfasilitasi kegiatan sosial yang berhubungan dengan spiritualitas, tetapi juga dapat mendorong kompetisi egoistik yang berbahaya bagi keseimbangan jiwa seperti yang disampaikan dalam wawancara "Teknologi tentu saja memiliki dampak baik dan buruk, dampak baiknya bisa memfasilitasi kegiatan-kegiatan sosial yang berhubungan dengan spiritualitas, Adapun pengaruh negatifnya ya dari teknologi jejaring sosial itu tadi bisa menggiring pandangan kita menjadi hanya memikirkan diri sendiri. Bagaimana caranya berkompetisi supaya bisa menjadi yang paling unggul dari siapapun dan memenangkan apapun dengan cara apapun. Hal-hal semacam itu dapat berpengaruh pada hubungan dengan roh kita".¹⁹ Surya Pamungkas melihat media sosial sebagai alat yang dapat membantu memahami karakter seseorang tetapi juga menjadi tempat berkembangnya provokasi yang dapat merusak hubungan sosial "Saya melihat media sosial menjadi alat yang membantu saya dalam banyak hal termasuk dalam memahami karakter orang lain, namun media sosial dapat menjadi menjadi sarang para Sengkuni berkedok teman. Terutama di kolom komentar.bagi orang orang dengan kondisi tekanan tertentu,maka akan sangat mudah terprovokasi"²⁰ Ungkapnya dalam wawancara.

d. Hubungan dengan Tuhan atau Sesuatu yang Transenden.

Dalam menjelaskan hubungan dengan Tuhan, para responden memiliki perspektif yang beragam. Muhammad Fadilah menyatakan bahwa dirinya selalu merasa diawasi oleh Tuhan dalam setiap tindakan, seperti yang ia ceritakan dalam wawancara "Pada saat ini saya membayangkan dimanapun saya berada dan berbuat apa pasti dalam pantauan Tuhan. Bagaimanapun saya tetaplah hamba yang harus tunduk kepadanya demi mencapai kedamaian spiritual".²¹ Berbeda dengan Suryo Gumilang menggambarkan hubungannya dengan Tuhan sebagai sesuatu yang dalam dan melampaui batas duniawi "Jika berbicara tuhan atau transenden berarti kita akan berbicara yang sangat dalam dan

¹⁷ Muhammad Suryo Gumilang, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

¹⁸ Muhammad Nurdin, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

¹⁹ Yusuf Muhammad Rifky, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

²⁰ Surya Pamungkas, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

²¹ Muhammad Fadilah, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

melampaui batas-batas yang terdapat di duniawi dan jauh berada diluar jangkauan. Jika berbicara dengan hubungan dengan Tuhan itu selalu panjang dan sangat intim...".²² Muhammad Nurdin merasa bahwa hubungannya dengan Tuhan penuh harmoni, kedamaian, dan bersifat abstrak "Hubungan yang sangat selaras, harmoni, penuh kedamaian dan bersifat abstrak".²³ Yusuf Muhammad Rifky dalam wawancaranya menekankan bahwa dalam Islam, roh manusia berasal dari percikan Dzat Tuhan, sehingga menjaga hubungan baik dengan Tuhan berarti menjaga keseimbangan antara fisik, psikis, dan jiwa "Hubungan saya dengan Tuhan adalah sesuatu yang saya jaga dengan serius. Karena roh dalam Islam tercipta dari Nur Muhammad yang merupakan percikan Dzat Tuhan itu sendiri. Menjaga hubungan baik kepada Tuhan dengan cara vertikal yaitu dengan ibadah yang telah disyariatkan agama maupun horizontal dengan kegiatan-kegiatan sosial".²⁴ Surya Pamungkas menyatakan bahwa Tuhan selalu ada dalam diri manusia, tetapi manusia juga memiliki ruang bagi hal lain yang dapat mempengaruhi keputusan dan tindakan mereka seperti yang ia ungkapkan dalam wawancara "...Jadi saya berfikir, Tuhan selalu bersama manusia, seburuk apapun manusia, Tuhan akan selalu bersamanya, hingga kita benar benar memberi ruang untuk tinggal meskipun hanya sejenak".²⁵

e. Pengaruh Spiritualitas terhadap Hubungan dengan Orang Lain dan Komunitas.

Para responden sepakat bahwa spiritualitas memainkan peran penting dalam membentuk hubungan sosial yang lebih baik. Muhammad Fadilah misalnya ia menekankan bahwa spiritualitas membantunya mengontrol emosi dalam berinteraksi dengan orang lain "Sepiritual sangat berpengaruh pada hubungan saya dengan orang lain, dengan basic spiritualitas saya lebih bisa untuk mengontrol diri dalam meluapkan emosi-emosi saya".²⁶ Suryo Gumilang berpendapat bahwa spiritualitas meningkatkan empati, pengertian, kesabaran, dan toleransi, sehingga menciptakan hubungan yang harmonis dalam masyarakat "Bagi saya spiritualitas memiliki dampak signifikan terhadap hubungan dengan orang lain dan komunitas, dengan menerapkan nilai-nilai spiritual, kita dapat mengembangkan rasa empati, pengertian, kesabaran dan toleransi. Hal ini membangun hubungan yang lebih mendalam dan bermakna serta meningkatkan kesadaran akan tanggung jawab sosial dan kepedulian terhadap kesejahteraan orang lain".²⁷ Muhammad Nurdin menyoroti bahwa spiritualitas membantunya memahami bahwa setiap individu memiliki keunikan otentik yang harus dihargai "Tentunya mempengaruhi dalam hal hubungan secara pribadi dan dapat memahami

²² Muhammad Suryo Gumilang, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

²³ Muhammad Nurdin, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

²⁴ Yusuf Muhammad Rifky, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

²⁵ Surya Pamungkas, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

²⁶ Muhammad Fadilah, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

²⁷ Muhammad Suryo Gumilang, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

setiap orang adalah keunikan yang otentik”.²⁸ Yusuf Muhammad Rifky menyatakan bahwa dengan memperkuat hubungan spiritualnya, ia menjadi lebih tenang dalam berinteraksi dengan orang lain “Kalau saya merasakan dulu ketika masih banyak kebingungan-kebingungan, itu hubungan fisik-psikis dengan roh saya agak renggang. Sehingga dalam bersosial kurang tenang dan mudah emosi. Tapi setelah saya memperkuat hubungan fisik-psikis dengan roh saya dengan lak-laku seperti yang telah saya sebutkan di atas, hubungan sosial saya menjadi lebih tenang dan tertata”.²⁹ Surya Pamungkas menekankan bahwa spiritualitas membuat seseorang lebih menghargai kehidupan dalam segala bentuknya, termasuk manusia, hewan, dan alam semesta “spirituslitas tentu sangat mempengaruhi hubungan seseorang terhadap orang lain maupun alam semesta.karna jiwa jiwa spiritualis akan lebih menghargai kehidupan.baik kehidupan manusia,binatang,bahkan tumbuhan dan segala yang ada didunia ini”.³⁰

f. Makna Terdalam dari Spiritualitas di Era Modern.

Makna spiritualitas bagi manusia modern mencerminkan kebutuhan akan keseimbangan di tengah dinamika kehidupan yang semakin cepat dan kompleks. Muhammad Fadilah menyatakan bahwa kesadaran akan eksistensi diri adalah kunci agar manusia tidak kehilangan spiritualitasnya seperti yang diungkapkan dalam wawancara “Makna terdalam spiritualitas bagi saya. Sadarilah tentang "ada" dari situ manusia modern tidak akan meninggalkan spiritualitas. Spiritualitas sangat membantu didunia yang sudah kacau balau seperti ini”.³¹ Suryo Gumilang menekankan bahwa spiritualitas membawa kedamaian, kebijaksanaan, dan kasih sayang yang memperkuat hubungan antarindividu serta memberikan ketenangan dalam menjalani hidup, seperti yang disampaikan dalam wawancara “Makna terdalam spiritualitas terwujud saat nilai-nilai kedamaian, kebijaksanaan dan kasih sayang menjadi prioritas utama, memperkuat hubungan antar individu, menciptakan kesadaran bersama yang mendalam, dan membawa kebahagiaan, ketenangan serta keharmonisan dalam kehidupan. Hal ini memungkinkan kita menemukan tujuan dan makna hidup yang sejati. Dengan begitu,spiritualitas menjadi sumber inspirasi dan kekuatan untuk menghadapi tantangan hidup, membangun kesabaran, dan meningkatkan kualitas hidup”.³² Muhamad Nurdin menganggap bahwa tujuan utama spiritualitas adalah menemukan arah hidup yang sejati menuju Tuhan “Menemukan arah dan tujuan hidup menuju kenyataan yang sesungguhnya, yaitu menuju alam dan rahasia Tuhan”.³³ Yusuf Muhammad Rifky melihat spiritualitas sebagai filter yang membantu individu menyaring informasi dan menjaga keseimbangan antara hati

²⁸ Muhammad Nurdin, Wawancara Pribadi, 8 Januari 202

²⁹Yusuf Muhammad Rifky, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

³⁰ Surya Pamungkas, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

³¹ Muhammad Fadilah, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

³² Muhammad Suryo Gumilang, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

³³ Muhammad Nurdin, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

nurani dan realitas dunia “Sebagai manusia modern, bagi saya spiritualitas sangat diperlukan. Alasannya ya seperti yang sudah saya singgung di atas tadi. Bahwa dengan laju keluar-masuk informasi yang cepat, kita perlu spiritualitas itu untuk menyaring apa yang sebaiknya kita konsumsi dan apa yang tidak. Karena di dalam roh itu terdapat hati nurani yang senantiasa membisikkan nasihat-nasihat baik kepada kita. Maka spiritualitas harus tetap kita jaga supaya kita bisa dengar dengan jelas apa yang dibisikkan oleh hati Nurani”.³⁴ Surya Pamungkas menekankan bahwa pencapaian tertinggi dalam spiritualitas bukanlah seberapa jauh seseorang telah melangkah, tetapi seberapa sering ia melibatkan Tuhan dalam setiap keputusan dan tindakan yang diambil “makna terdalam dari spiritualitas adalah pencapaian diri untuk lebih mengenal Tuhan, dan menghargai sebuah kehidupan. Pencapaian tertinggi bukanlah tentang sejauh mana saya berjalan, bukan tentang apa yang sudah saya raih saat ini, pencapaian tertinggi adalah seberapa sering saya melibatkan Tuhan dari sebuah keputusan dan segala yang saya lakukan disetiap harinya”.³⁵

Analisis Makna Spiritualitas Berdasarkan Pengalaman Narasumber.

Spiritualitas dalam konteks modern dapat dipahami sebagai refleksi yang mendalam tentang hubungan manusia dengan dirinya sendiri, sesamanya, alam, dan Tuhan. Dalam wawancara dengan berbagai narasumber, spiritualitas didefinisikan sebagai kesadaran yang membawa manusia untuk mengenal diri lebih dalam, memahami asal-usul keberadaannya, dan menemukan makna hidup yang lebih besar. Sebagaimana diungkapkan oleh Muhammad Fadilah, spiritualitas adalah proses internal untuk memahami asal-usul dan tujuan hidup, hingga menemukan Tuhan sebagai pusat keseimbangan. "Spiritualitas adalah cara kita untuk mengenal diri kita. Dari mana kita berasal, bagaimana kita bisa ada, dan bagaimana masa yang akan datang nanti,"³⁶ ujarnya. Hal ini menunjukkan bahwa spiritualitas tidak sekadar aktivitas religius, tetapi juga pencarian esensial manusia untuk memahami hakikat dirinya dalam keberadaan yang lebih luas.

Dalam kehidupan sehari-hari, spiritualitas memainkan peran penting sebagai pengarah moral dan penjaga keseimbangan emosional. Para narasumber menyoroti bagaimana spiritualitas memberikan panduan bagi individu untuk bertindak lebih bijaksana dan memegang prinsip moral yang kuat. Muhammad Fadilah menggambarkan spiritualitas sebagai "benteng" yang membantu seseorang menimbang baik buruk sebelum bertindak. Sementara itu, Surya Pamungkas menegaskan bahwa spiritualitas memungkinkan seseorang memahami bahwa kebenaran tidak mutlak, melainkan bersifat kontekstual dan penuh dengan kesepakatan sosial. Pemahaman ini menjadikan individu lebih bijaksana dalam mengambil keputusan dan lebih toleran terhadap keberagaman perspektif. Dengan demikian, spiritualitas menciptakan ruang reflektif yang

³⁴ Yusuf Muhammad Rifky, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

³⁵ Surya Pamungkas, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

³⁶ Muhammad Fadilah, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

memungkinkan individu bertindak dengan penuh kesadaran, bukan hanya berdasarkan impuls atau tuntutan sosial.

Pengalaman spiritual yang bermakna sering kali lahir dari momen-momen penting atau kejadian sederhana yang memicu refleksi mendalam. Dalam wawancara, Muhammad Fadilah menceritakan pengalaman kecelakaannya sebagai titik balik yang memperkuat spiritualitasnya. "Ternyata saya masih dikasih kesempatan untuk hidup lebih lama dan memperbaiki diri,"³⁷ ungkapnya, menggambarkan bagaimana pengalaman traumatis dapat mengarahkan seseorang pada pemahaman baru tentang hidup. Sebaliknya, Yusuf Muhammad Rifky menekankan bahwa pengalaman spiritual tidak harus berupa peristiwa besar. Tindakan sederhana seperti mengembalikan uang kembalian yang berlebih dari sebuah warung bisa menjadi pengalaman spiritual yang bermakna, karena mencerminkan rasa keadilan dan kepedulian terhadap orang lain. Pengalaman ini menunjukkan bahwa spiritualitas bukan hanya tentang hubungan vertikal dengan Tuhan, tetapi juga tentang tindakan horizontal yang memperkuat solidaritas sosial.

Namun, spiritualitas di era modern menghadapi tantangan besar dari perubahan sosial dan teknologi yang cepat. Modernitas sering kali membawa masyarakat ke arah materialisme dan individualisme, yang dapat melemahkan praktik spiritual. Muhammad Nurdin mencatat bahwa materialisme telah membuat pembelajaran spiritual dianggap aneh atau tidak relevan dalam masyarakat modern. Di sisi lain, teknologi memberikan pengaruh ambivalen terhadap spiritualitas. Teknologi memudahkan akses ke sumber daya spiritual dan memperluas jangkauan komunitas spiritual. Suryo Gumilang menyebut teknologi sebagai alat yang memungkinkan individu menemukan inspirasi baru dan meningkatkan fleksibilitas dalam menjalankan aktivitas spiritual. Namun, ia juga mengingatkan bahwa ketergantungan pada teknologi dapat memudahkan nilai-nilai tradisional dan mengisolasi individu dari dunia nyata. Dalam hal ini, teknologi menjadi pedang bermata dua, yang dapat memperkuat sekaligus mengikis esensi spiritualitas tergantung pada cara penggunaannya.

Hubungan dengan Tuhan atau sesuatu yang transenden merupakan inti dari spiritualitas. Para narasumber menggambarkan hubungan ini sebagai pengalaman yang mendalam, intim, dan melampaui pemahaman duniawi. Surya Pamungkas menyatakan bahwa "Tuhan bersemayam dalam diri,"³⁸ menegaskan bahwa Tuhan hadir dalam setiap keputusan bijaksana yang diambil manusia. Yusuf Muhammad Rifky juga menggambarkan hubungan dengan Tuhan sebagai penjaga keseimbangan antara dimensi fisik, psikis, dan roh. Bagi mereka, spiritualitas adalah cara untuk menghadirkan Tuhan dalam setiap langkah hidup, baik melalui ibadah langsung maupun tindakan sosial yang mencerminkan nilai-nilai ketuhanan.

Selain berdampak pada individu, spiritualitas juga memengaruhi hubungan sosial dan komunitas. Para narasumber sepakat bahwa spiritualitas menciptakan harmoni sosial dengan meningkatkan rasa empati, toleransi, dan tanggung jawab sosial. Suryo Gumilang menyebut bahwa nilai-nilai spiritual seperti kesabaran dan pengertian dapat membangun hubungan yang lebih

³⁷ Ibid.

³⁸ Surya Pamungkas, Wawancara mandiri, 8 Januari 2025

mendalam dengan sesama. Muhammad Nurdin menambahkan bahwa spiritualitas mengajarkan penghormatan terhadap keunikan individu, yang mendorong terciptanya hubungan yang lebih baik di tingkat personal maupun komunitas. Dalam konteks ini, spiritualitas berfungsi sebagai perekat sosial yang mendorong terciptanya masyarakat yang lebih inklusif dan harmonis.

Makna terdalam spiritualitas di era modern terletak pada kemampuannya untuk memberikan arah dan tujuan hidup yang bermakna, terutama di tengah arus informasi dan perubahan yang serba cepat. Surya Pamungkas menggambarkan spiritualitas sebagai "pencapaian diri untuk lebih mengenal Tuhan dan menghargai kehidupan,"³⁹ menekankan bahwa spiritualitas adalah panduan untuk menghadapi tantangan dunia modern dengan bijaksana. Yusuf Muhammad Rifky menambahkan bahwa spiritualitas membantu manusia memilah informasi yang bermanfaat dan menjaga koneksi dengan hati nurani, yang merupakan suara kebaikan dalam diri. Dengan menjaga spiritualitas, manusia modern dapat menghindari kehampaan yang sering kali muncul akibat gaya hidup yang terlalu materialistik dan kompetitif.

Spiritualitas di era modern adalah jalan untuk menemukan makna hidup yang sejati, menjaga keseimbangan diri, dan menciptakan harmoni sosial. Dalam dunia yang dipenuhi tekanan dan ketidakpastian, spiritualitas menjadi sumber kekuatan yang memungkinkan individu menghadapi tantangan dengan ketenangan dan kebijaksanaan. Sebagaimana diungkapkan oleh Muhammad Fadilah, "Spiritualitas adalah penyeimbang hidup," yang tidak hanya menjaga keseimbangan batin, tetapi juga memberikan inspirasi untuk hidup yang lebih bermakna dan penuh kasih.

Kontekstualisasi Spiritualitas di Era Modern

Era modern ditandai dengan perkembangan teknologi yang pesat, arus informasi yang masif, serta perubahan sosial yang kompleks.⁴⁰ Spiritualitas sebagai dimensi yang luas memainkan peran penting dalam kehidupan manusia. Di era modern yang ditandai oleh kemajuan teknologi, perubahan sosial yang cepat, dan tekanan hidup yang meningkat, spiritualitas menjadi lebih relevan sebagai sumber kebijaksanaan, ketenangan, dan hubungan sosial yang bermakna. Namun, nilai-nilai spiritual sering kali tergerus oleh materialisme, individualisme, dan stres kehidupan modern.⁴¹ Dalam konteks ini, spiritualitas dapat dilihat melalui tiga dimensi penting yang memengaruhi kualitas hidup secara keseluruhan seperti refleksi diri, keseimbangan hidup, dan kasih sayang sebagai jembatan sosial.

a. Refleksi Diri sebagai Penuntun di Tengah Kehidupan yang Dinamis.

Di dunia yang serba cepat, banyak individu kehilangan kemampuan untuk berhenti sejenak dan merefleksikan diri. Informasi yang berlimpah, kompetisi yang intens, dan tuntutan produktivitas sering kali mendorong

³⁹ Ibid.

⁴⁰ Muhammad Panji Wahyu Mukti, Wadiyo Wadiyo, dan Teguh Supriyanto, "Challenges and Transformation: Revealing The Dynamics of Socio-Cultural Change in The Modern Era," *Jurnal Pakarena*, Volume 9 Nomor 1 (Jan-Jul 2024), hlm. 106.

⁴¹ Ferry Hidayat, *Pengantar Teori-Teori Filsafat*, Edisi Kedua, 2023, hlm. 45.

manusia untuk terus bergerak tanpa mempertimbangkan nilai-nilai internalnya. Hal ini menciptakan ketimpangan antara kehidupan luar yang dinamis dan kebutuhan batiniah yang sering diabaikan. Sehingga kehilangan refleksi diri ini menyebabkan krisis identitas, kurangnya arah hidup, dan ketidakpuasan yang mendalam terhadap diri sendiri, serta lingkungannya.

Refleksi diri dapat menjadi alat spiritual untuk memahami makna kehidupan yang lebih besar. Dengan meluangkan waktu untuk merenung, individu dapat menyelaraskan nilai-nilai internal mereka dengan tindakan sehari-hari. Praktik seperti meditasi, jurnal harian, atau berdoa untuk mengisi kekosongan dalam diri dapat membantu individu menemukan kembali tujuan hidup dan memberikan panduan dalam mengambil keputusan di tengah dinamika kehidupan modern.⁴² Refleksi ini menjadi landasan untuk mengenal diri sendiri, sebagaimana disampaikan oleh Yusuf Muhammad Rifky, "Menjaga hubungan baik dengan Tuhan berarti juga menjaga keseimbangan tiga unsur: fisik, psikis, dan roh."⁴³

Pernyataan ini menggarisbawahi pentingnya harmoni antara kebutuhan jasmani, mental, dan spiritual sebagai inti dari refleksi diri. Dengan memahami bahwa ketiga aspek tersebut saling terkait, seseorang dapat memetakan jalan hidup yang lebih seimbang di tengah kompleksitas kehidupan modern. Refleksi diri, dengan demikian, tidak hanya menjadi alat introspeksi tetapi juga menjadi landasan untuk menjalani hidup dengan penuh makna.

b. Keseimbangan Hidup untuk Menangkal Stres Modernitas.

Modernitas telah membawa kemajuan teknologi dan aksesibilitas informasi yang luar biasa, tetapi juga menciptakan tekanan hidup yang tinggi. Dalam lingkungan kerja yang kompetitif, individu diharapkan mampu melakukan multitasking, beradaptasi dengan perubahan cepat, dan tetap produktif sepanjang waktu. Ketergantungan pada perangkat digital semakin memperburuk situasi ini. Notifikasi terus-menerus dari ponsel pintar, ekspektasi untuk selalu online, dan paparan konten media sosial yang tidak sehat menjadi pemicu stres yang signifikan. Dampaknya, banyak orang merasa kehilangan kendali atas hidup mereka. Fenomena burnout dan gangguan kesehatan mental menjadi masalah yang semakin lazim, khususnya di kalangan generasi muda yang terpapar tekanan sosial dan profesional sejak usia dini.

Dalam situasi ini, spiritualitas dapat menjadi solusi untuk menciptakan keseimbangan dalam kehidupan yang penuh tekanan⁴⁴. Praktik spiritual seperti meditasi, yoga, atau ibadah menawarkan momen ketenangan di tengah hiruk-pikuk modernitas. Dengan menciptakan ruang tenang untuk diri sendiri, individu dapat melatih kesadaran dan mengelola stres secara lebih efektif. Selain itu, membangun kebiasaan untuk "hadir sepenuhnya" dalam setiap momen

⁴² Abdul Hakim Siregar, "Melirik Urgensitas Spiritualitas pada Masyarakat Modern dan Kaitannya dengan Pendidikan dalam Kehidupan," *Jurnal Pendidikan UISU*, Vol. 1, No. 2, 2018, hlm. 28.

⁴³ Yusuf Muhammad Rifky, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

⁴⁴ Abdul Hakim Siregar, "Spiritualitas menciptakan energi hidup dan ketenangan yang memungkinkan manusia menghadapi kompleksitas hidup modern dengan lebih bijaksana," *Jurnal Pendidikan UISU*, Vol. 1, No. 2, 2018, hlm. 30.

memberikan kesadaran lebih besar akan pentingnya menjaga kesehatan mental dan emosional.⁴⁵

Sebagaimana yang diungkapkan oleh Muhammad Fadilah, "Spiritualitas adalah penyeimbang hidup, disaat kita terlalu tinggi, terlalu jatuh, atau terlalu bingung untuk berbuat apa."⁴⁶ Nilai-nilai spiritual ini menjadi pijakan penting untuk menghadapi tekanan modernitas dengan lebih bijaksana. Melalui spiritualitas, seseorang tidak hanya mampu mengelola stres tetapi juga menemukan harmoni antara tuntutan dunia luar dan kebutuhan batiniah, menciptakan hidup yang lebih bermakna dan berkelanjutan.

c. Kasih Sayang sebagai Jembatan Sosial dalam Dunia yang Terfragmentasi.

Individualisme yang tumbuh di era modern telah mengikis nilai-nilai kebersamaan. Meskipun teknologi memungkinkan konektivitas global, paradoksnya, banyak individu justru merasa semakin terisolasi. Media sosial, yang awalnya dirancang untuk mempererat hubungan, kini sering kali menjadi sumber perpecahan, konflik, dan kurangnya empati.⁴⁷ Ketergantungan pada platform digital menggantikan interaksi langsung, mengurangi intensitas hubungan manusia yang autentik. Dalam konteks ini, meningkatnya konflik sosial, ketidakpedulian terhadap sesama, dan kesenjangan sosial adalah refleksi dari dunia yang semakin terfragmentasi.

Spiritualitas dapat memainkan peran penting dalam memulihkan hubungan sosial yang rusak melalui nilai kasih sayang. Dengan mengedepankan empati, pengertian, dan toleransi, manusia dapat menjembatani kesenjangan emosional dan membangun hubungan yang lebih bermakna. Praktik kasih sayang tidak hanya menciptakan rasa kebersamaan tetapi juga memperkuat solidaritas di antara komunitas, bahkan di tengah keragaman. Sebagaimana ditegaskan oleh Suryo Gumilang, "Spiritualitas membantu menciptakan harmoni, inklusivitas, dan kesatuan, serta mengurangi konflik dan kesenjangan sosial."⁴⁸ Dengan memahami bahwa setiap individu adalah bagian dari kesatuan universal, kasih sayang dapat menghidupkan kembali semangat kebersamaan di dunia yang terfragmentasi.

Untuk mengatasi tantangan ini, perlu adanya upaya kolektif yang mendorong manusia untuk lebih mengedepankan hubungan interpersonal daripada koneksi digital semata. Pendidikan dan komunitas dapat menjadi platform untuk menanamkan nilai kasih sayang sebagai landasan membangun masyarakat yang inklusif dan harmonis. Dengan demikian, kasih sayang tidak hanya menjadi jembatan sosial tetapi juga menjadi fondasi untuk menciptakan dunia yang lebih adil dan manusiawi.

d. Makna Pengalaman Spiritual Menurut Fenomenologi Epoche

⁴⁵ Sayyid Mujtaba Musawi Lari, *Ethical and Spiritual Growth*, terj. Bin Muhammad, (Bandung: Pustaka Hidayah, 1997), hlm. 31.

⁴⁶ Muhammad Fadilah, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

⁴⁷ **Krisis Spiritual dan Derita Masyarakat Modern,** " *The Columnist*, diakses pada 11 Januari 2025, dari <https://thecolumnist.id/artikel/krisis-spiritual-dan-derita-masyarakat-modern-2012>.

⁴⁸ Suryo Gumilang, Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025

Fenomenologi agama adalah pendekatan untuk memahami pengalaman keagamaan secara langsung dan mendalam tanpa prasangka atau asumsi sebelumnya. Pendekatan ini berusaha menggambarkan esensi dari pengalaman keagamaan sebagaimana dialami oleh individu atau komunitas, tanpa memaksakan interpretasi teologis, psikologis, atau sosiologis tertentu.⁴⁹ Fenomenologi agama menekankan pentingnya menempatkan diri "di dalam" pengalaman orang yang mengalaminya untuk memahami maknanya.⁵⁰

Pendekatan ini dipelopori oleh filsuf seperti Edmund Husserl (fenomenologi murni) dan dikembangkan dalam studi agama oleh tokoh seperti Rudolf Otto dan Mircea Eliade. Fenomenologi agama bertujuan untuk memahami struktur inti dari pengalaman keagamaan dengan cara yang bebas dari bias dan prasangka eksternal.⁵¹

Epoche adalah konsep kunci dalam fenomenologi yang diperkenalkan oleh Edmund Husserl. Epoche merujuk pada sikap menanggihkan atau mengesampingkan asumsi dan prasangka terhadap objek kajian untuk memfokuskan perhatian pada pengalaman langsung. Dalam konteks fenomenologi agama, epoche berarti menanggihkan penilaian subjektif, teologis, atau ideologis tentang praktik atau pengalaman keagamaan untuk memahami maknanya secara autentik.⁵²

Epoche memungkinkan peneliti untuk melihat fenomena agama sebagaimana adanya, tanpa dipengaruhi oleh kerangka pikir atau sistem nilai mereka sendiri. Dalam studi agama, ini berarti membuka diri terhadap makna yang diberikan oleh para pelaku agama pada praktik dan kepercayaan mereka sendiri.⁵³

Epoche memiliki tahapan-tahapan yang bertujuan untuk menangkap esensi pengalaman keagamaan secara otentik. Epoche menjadi landasan penting untuk membebaskan penelitian dari bias, sedangkan tahapan bracketing, expansion, dan Direct Observation membantu mendekati pengalaman tersebut secara sistematis. Dengan cara ini, fenomenologi agama tidak hanya memberikan pemahaman deskriptif, tetapi juga wawasan mendalam tentang makna spiritual dan eksistensial yang dihayati oleh subjek agama.⁵⁴ Seperti penjabaran pada berikut ini:

a. Bracketing (Penyisihan Prasangka dan Bias)

Bracketing adalah langkah pertama dalam epoche, yang mengharuskan peneliti menyisihkan semua prasangka, keyakinan, dan asumsi yang telah dimiliki sebelumnya tentang konsep yang sedang diteliti.⁵⁵ Dalam konteks

⁴⁹ Schutz, A. (1967). *The Phenomenology of the Social World*. Evanston: Northwestern University Press

⁵⁰ Husserl, E. (1970). *The Idea of Phenomenology*. The Hague: Martinus Nijhoff.

⁵¹ Eliade, M. (1987). *The Sacred and The Profane: The Nature of Religion*. New York: Harcourt.

⁵² Faridah, N. (2020). "Konsep Epoche dalam Fenomenologi Edmund Husserl: Relevansi untuk Studi Agama". *Jurnal Filsafat Islam*, 5(2), 67-83.

⁵³ Ibid.

⁵⁴ Susanto, A. (2019). "Fenomenologi Agama: Pendekatan Filosofis dalam Studi Agama". *Jurnal Studi Agama dan Filsafat*, 12(1), 45-59.

⁵⁵ Van Manen, M. (1990). *Researching Lived Experience: Human Science for an Action Sensitive Pedagogy*. London, Ontario: Althouse Press.

penelitian makna spiritual, bracketing berarti menunda segala pandangan yang sudah mapan mengenai spiritualitas. Peneliti harus mengesampingkan interpretasi subjektif, pengalaman pribadi, serta kerangka teoretis yang berpotensi memengaruhi cara pandang terhadap data yang diperoleh dari narasumber.⁵⁶

Bracketing memastikan bahwa pengalaman spiritual narasumber tidak dinilai berdasarkan definisi spiritualitas yang bersifat tradisional, religius, atau formal. Misalnya, asumsi bahwa spiritualitas hanya dapat dipahami melalui ritual keagamaan atau hubungan vertikal dengan Tuhan disisihkan. Sebaliknya, peneliti mendengarkan dan memahami bagaimana narasumber mendeskripsikan spiritualitas mereka berdasarkan pengalaman hidup masing-masing.⁵⁷

Dalam penerapan bracketing, fokus utama adalah memberikan ruang bagi narasumber untuk mengungkapkan pengalaman mereka tanpa batasan atau ekspektasi dari peneliti. Dengan menyisihkan bias, peneliti dapat melihat spiritualitas sebagaimana adanya dari sudut pandang narasumber, memungkinkan munculnya interpretasi yang lebih autentik dan tidak dipengaruhi oleh nilai-nilai yang sudah ada sebelumnya.⁵⁸

Bracketing menjadi langkah awal di mana peneliti menyisihkan semua asumsi yang telah dimiliki sebelumnya. Dalam konteks ini, pengalaman Muhammad Fadilah yang melihat spiritualitas sebagai cara mengenal diri sendiri hingga menemukan Tuhan memberikan gambaran yang mendalam. Fadilah menceritakan pengalaman kecelakaan yang hampir merenggut nyawanya, di mana ia merasa tergerak untuk bersyukur atas kesempatan hidup yang masih diberikan. Perspektif ini, yang mencerminkan rasa introspektif dan hubungan dengan Tuhan, diterima secara utuh tanpa memandang apakah pengalaman tersebut sesuai dengan norma spiritualitas yang umum. Hal serupa terlihat dalam narasi Surya Pamungkas, yang menganggap spiritualitas sebagai pemahaman tentang kehidupan yang melampaui batas ajaran formal. Pandangannya bahwa spiritualitas bukan tentang kebenaran mutlak, melainkan proses pemahaman yang mendalam, dikaji tanpa prasangka bahwa spiritualitas harus selalu terkait dengan moralitas universal.

b. Suspension (Penangguhan Penilaian).

Suspension adalah tahap kedua dalam epoche yang melibatkan penangguhan sementara semua penilaian terhadap pengalaman narasumber. Pada tahap ini, peneliti tidak mencoba mengevaluasi, membandingkan, atau mengkritisi pengalaman narasumber berdasarkan standar tertentu. Suspension memastikan bahwa setiap pengalaman yang diceritakan narasumber diterima sebagaimana adanya, tanpa campur tangan nilai-nilai eksternal.⁵⁹

⁵⁶ Schutz, A. (1967). *The Phenomenology of the Social World*. Evanston: Northwestern University Press.

⁵⁷ Bednall, J. (2006). *Epoche and bracketing within the phenomenological paradigm*. *Issues In Educational Research*, 16(2). Diakses dari <https://www.iier.org.au/iier16/bednall.html>.

⁵⁸ Ibid.

⁵⁹ Hasbiansyah. (n.d.). *Pendekatan Fenomenologi: Pengantar Praktik Penelitian dalam Ilmu Sosial*.

Peneliti dalam tahap suspension berupaya untuk sepenuhnya memahami makna pengalaman dari sudut pandang narasumber. Misalnya, ketika narasumber menyatakan bahwa spiritualitas mereka terkait dengan tindakan kecil seperti membantu orang lain atau mengembalikan uang kembalian yang berlebih, peneliti tidak menilai apakah tindakan tersebut cukup "besar" untuk disebut sebagai pengalaman spiritual. Sebaliknya, peneliti menerima bahwa bagi narasumber, tindakan itu memiliki makna spiritual yang mendalam.⁶⁰

Suspension juga menghindari generalisasi atau penerapan teori tertentu terhadap pengalaman yang dijelaskan narasumber. Sebagai contoh, jika narasumber menyebut bahwa teknologi dapat mendukung perjalanan spiritual mereka, peneliti tidak serta-merta menganggap ini sebagai fenomena umum, tetapi menerima pernyataan tersebut sebagai bagian dari pengalaman unik narasumber. Dengan demikian, suspension memastikan bahwa setiap pengalaman narasumber dipahami secara holistik, tanpa distorsi dari penilaian subjektif peneliti. Suspension, memungkinkan peneliti untuk menerima pengalaman narasumber tanpa memberikan penilaian atau evaluasi. Misalnya, Yusuf Muhammad Rifky menganggap tindakan sederhana seperti mengembalikan uang kembalian sebagai pengalaman spiritual. Dalam suspension, tindakan ini diterima sebagaimana adanya sebagai refleksi spiritualitas yang unik bagi Rifky, tanpa mempertanyakan besar-kecilnya makna tindakan tersebut. Suryo Gumilang juga menyoroiti bagaimana kebahagiaan kecil yang ditularkan kepada orang lain, seperti membantu teman yang sedang dalam kesulitan, merupakan perjalanan spiritual yang penting baginya. Peneliti menanggukkan penilaian bahwa pengalaman ini kurang signifikan dibandingkan pengalaman spiritual yang lebih besar, dengan fokus pada keunikan pengalaman setiap individu.

c. Direct Observation (Pengamatan Langsung)

Direct Observation adalah tahap terakhir dalam epoche, yang melibatkan pengamatan langsung terhadap pengalaman yang diceritakan oleh narasumber. Pada tahap ini, peneliti mendengarkan secara saksama, mencatat detail-detail penting, dan menggambarkan pengalaman narasumber secara rinci sesuai dengan cara mereka memahaminya. Tujuan utama dari Direct Observation adalah untuk memperoleh deskripsi yang mendalam tentang pengalaman narasumber tanpa memodifikasi makna yang mereka berikan.⁶¹

Dalam penerapan direct observation, peneliti berupaya menangkap elemen-elemen esensial dari pengalaman spiritual narasumber.⁶² Sebagai contoh, ketika narasumber menceritakan pengalaman reflektif setelah menghadapi kejadian traumatis seperti kecelakaan, peneliti mencatat bagaimana peristiwa itu memengaruhi pandangan narasumber tentang hidup, Tuhan, dan hubungan mereka dengan dunia sekitar. Pengamatan ini membantu

⁶⁰ Encyclopaedia Britannica, "Epochē," diakses 13 Januari 2025, <https://www.britannica.com/topic/epoche>.

⁶¹ Basri Bado. (2022). *Model Pendekatan Kualitatif: Telaah Dalam Metode Penelitian Ilmiah*. Klaten: Tahta Media Group.

⁶² Abdul Hakim Siregar, "Melirik Urgensitas Spiritualitas Pada Masyarakat Modern dan Kaitannya Dengan Pendidikan Dalam Kehidupan," *Jurnal Kehidupan Modern*, Vol. 1, No. 02, September 2018, hal. 28-35,

mengidentifikasi esensi dari pengalaman spiritual tanpa menambahkan interpretasi yang tidak relevan.

Direct Observation juga memungkinkan peneliti untuk memahami dimensi emosional dan kognitif dari pengalaman narasumber. Dengan memerhatikan cara narasumber berbicara, ekspresi wajah mereka, atau detail yang mereka tekankan dalam cerita, peneliti dapat memahami bagaimana pengalaman spiritual ini membentuk pandangan hidup mereka. Tahap ini memastikan bahwa esensi dari spiritualitas yang dialami narasumber tergambarkan dengan jujur dan autentik.⁶³

Direct observation, sebagai tahap terakhir, memberikan ruang bagi peneliti untuk mengamati secara saksama detail pengalaman yang diceritakan narasumber.⁶⁴ Muhammad Nurdin menggambarkan spiritualitas sebagai "semangat dalam jiwa yang mengarahkan kepada Tuhan." Narasi Nurdin tentang hidup secara apa adanya dan merasa dipandu oleh Tuhan mencerminkan hubungan yang harmonis, meskipun bersifat abstrak. Peneliti mencatat elemen-elemen esensial dari deskripsi ini untuk memahami esensi spiritualitas tanpa menambahkan interpretasi yang tidak relevan. Sementara itu, Suryo Gumilang memaparkan pengaruh teknologi modern terhadap spiritualitasnya, baik sebagai alat yang membantu mengakses sumber daya spiritual maupun sebagai potensi penghalang ketika digunakan secara tidak bijaksana. Pengamatan mendalam terhadap dualitas ini membantu peneliti menangkap kompleksitas hubungan antara teknologi dan spiritualitas.

Ketiga tahapan dalam epoche—bracketing, suspension, dan direct observation—merupakan rangkaian proses yang saling melengkapi untuk mengungkap makna spiritual secara mendalam. Bracketing membantu menyisihkan prasangka peneliti, suspension memastikan pengalaman narasumber diterima tanpa penilaian, dan Direct Observation memungkinkan analisis yang kaya dan autentik terhadap pengalaman mereka.

Melalui tahapan ini, penelitian fenomenologi mampu menghadirkan pemahaman yang lebih jernih tentang spiritualitas, yang mencerminkan perspektif subjektif narasumber secara utuh. Pendekatan ini menegaskan bahwa spiritualitas adalah pengalaman yang personal dan beragam, yang mencakup refleksi diri, hubungan dengan Tuhan, hubungan sosial, serta interaksi dengan dunia di sekitar. Tahapan epoche memastikan bahwa pengalaman narasumber diakses secara autentik tanpa gangguan interpretasi yang bias.⁶⁵

D. KESIMPULAN

Penelitian ini menegaskan bahwa spiritualitas di era modern berkembang sebagai respons terhadap tantangan materialisme, individualisme, dan tekanan hidup. Melalui fenomenologi epoche, terungkap bahwa spiritualitas tidak hanya terikat pada agama formal, tetapi juga mencakup praktik personal seperti refleksi diri, meditasi, dan mindfulness. Tahapan bracketing membantu

⁶³ Encyclopaedia Britannica, "Epochē," diakses 13 Januari 2025, <https://www.britannica.com/topic/epoche>.

⁶⁴ Smith, J. Z. (1982). *Imagining Religion: From Babylon to Jonestown*. Chicago: University of Chicago Press.

⁶⁵ Faridah, N. (2020). "Konsep Epoche dalam Fenomenologi Edmund Husserl: Relevansi untuk Studi Agama". *Jurnal Filsafat Islam*, 5(2), 67–83.

menyisihkan prasangka, suspension memungkinkan penerimaan narasi tanpa evaluasi, dan Direct Observation mengungkap pengalaman spiritual secara autentik. Narasumber menunjukkan bahwa spiritualitas menjadi "penyeimbang" dalam menghadapi stres modernitas, menciptakan harmoni dengan sesama, serta menjaga hubungan dengan Tuhan dan lingkungan. Teknologi memiliki dampak ambivalen – mempermudah akses spiritual sekaligus berisiko mengikis nilai tradisional jika tidak bijak digunakan. Kesimpulannya, spiritualitas modern membantu individu menemukan makna hidup, menjaga keseimbangan diri, dan menciptakan harmoni sosial di tengah dunia yang terus berubah.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Aji Suhada, Sandy, Risladiba, Iksan Sa'dudin, Engkus Kusnandar, dan Aah Syafaah. 2023. "Konsep Spiritualisme Masyarakat di Era Modernisasi dalam Kehidupan Sosial-Beragama." *Gunung Djati Conference Series*, Vol. 21, hlm. 151–159.
- Alwasilah, A. Chaedar. 2003. *Pokoknya Kualitatif: Dasar-Dasar Merancang dan Melakukan Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Dunia Pustaka Jaya.
- Bednall, J. 2006. "Epoche and Bracketing within the Phenomenological Paradigm." *Issues in Educational Research*, Vol. 16(2). Diakses dari <https://www.iier.org.au/iier16/bednall.html>.
- Britannica, Encyclopaedia. 2025. "Epochē." Diakses pada 13 Januari 2025. <https://www.britannica.com/topic/epoche>.
- Bado, Basri. 2022. *Model Pendekatan Kualitatif: Telaah Dalam Metode Penelitian Ilmiah*. Klaten: Tahta Media Group.
- Dalinur, M. Nur. 2015. "Kegunaan Pendekatan Fenomenologi dalam Kajian Agama." *Wardah Journal*, No. XXX, Th. XVI, Desember, hlm. 125–126.
- Faridah, N. 2020. "Konsep Epoche dalam Fenomenologi Edmund Husserl: Relevansi untuk Studi Agama." *Jurnal Filsafat Islam*, Vol. 5(2), hlm. 67–83.
- Felyana Sari, Andina, Binta Mu'tiya Rizki, dan Ajeng Octaviani Insani Haris. 2020. "Apakah Kecerdasan Spiritual Memberi Pengaruh terhadap Stress Tolerance? Studi pada Mahasiswa Pendidikan Dokter." *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, Vol. 12(3), hlm. 240.
- Hidayat, Ferry. 2023. *Pengantar Teori-Teori Filsafat*. Edisi Kedua.
- Husserl, Edmund. 1970. *The Idea of Phenomenology*. The Hague: Martinus Nijhoff.
- Lari, Sayyid Mu'taba Musawi. 1997. *Ethical and Spiritual Growth*. Terjemahan Bin Muhammad. Bandung: Pustaka Hidayah.
- Mu'asyara, Nesia, et al. 2024. "Transformasi Identitas Religius dan Spiritualitas dalam Era Sekularisasi: Perspektif Sosiologi Agama." *Concept: Journal of Social Humanities and Education*, Vol. 3(4), hlm. 261. <https://doi.org/10.55606/concept.v3i4.1678>.
- Pamungkas, Surya. 2025. Wawancara Pribadi, 8 Januari 2025.
- Pargament, Kenneth I. 2007. *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*. New York: Guilford Press.
- Schutz, Alfred. 1967. *The Phenomenology of the Social World*. Evanston: Northwestern University Press.
- Siregar, Abdul Hakim. 2018. "Melirik Urgensi Spiritualitas Pada Masyarakat Modern dan Kaitannya Dengan Pendidikan Dalam Kehidupan." *Jurnal*

- Pendidikan UISU, Vol. 1(2), hlm. 28-35.
- Smith, J. Z. 1982. *Imagining Religion: From Babylon to Jonestown*. Chicago: University of Chicago Press.
- Sumiarso, Luluk. 2025. "Spiritualitas 5.0: Menghadapi Teknologi 5.0 dan Masyarakat 5.0." *Diripedia Online*. Diakses 11 Januari 2025. <https://diripedia.org/spiritualitas-5/>.
- Susanto, A. 2019. "Fenomenologi Agama: Pendekatan Filosofis dalam Studi Agama." *Jurnal Studi Agama dan Filsafat*, Vol. 12(1), hlm. 45-59.
- Suriasumantri, Jujun S. 2009. *Filsafat Ilmu: Sebuah Pengantar Populer*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Widjanarko, Putut. *Spiritualitas di dalam Dunia Maya: Ekspresi Mutakhir Kerinduan-Abadi Jiwa Manusia?* Paramadina Graduate School of Communication, hlm. 6-7.
- Wikipedia. 2025. "Ubuntu Philosophy." Diakses 11 Januari 2025. https://en.wikipedia.org/wiki/Ubuntu_philosophy.
- Yusuf Muhammad Rifky. 2025. *Wawancara Pribadi*, 8 Januari 2025.
- Van Manen, Max. 1990. *Researching Lived Experience: Human Science for an Action Sensitive Pedagogy*. London, Ontario: Althouse Press.