

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Asam Lambung

##### 1. Pengertian Asam Lambung

Asam lambung merupakan zat asam yang diproduksi oleh lambung dan berfungsi dalam proses pencernaan untuk mencerna makanan dan menyerap beberapa sari-sari makanan. Asam lambung masih dibutuhkan di dalam tubuh dalam kadar yang seimbang untuk membantu proses pencernaan, namun jika kadarnya berlebihan, zat asam ini akan menjadi zat yang merusak atau berdampak negatif pada tubuh dan biasa disebut dengan penyakit asam lambung.<sup>16</sup> Secara normal tubuh akan memproduksi zat asam dalam lambung sesuai dengan kadar yang diperlukan, namun produksi akan meningkat pada saat seseorang makan, selain itu peningkatan asam lambung juga dapat terjadi apabila pola hidup seseorang tidak teratur atau pola hidup tidak sehat, seperti:<sup>17</sup>

##### a. Pola Makan Tidak Sehat

Salah satu yang menjadi penyebab meningkatnya produksi asam lambung yakni pola makan yang tidak sehat, seperti: makan terburu – buru, sering makan dalam porsi banyak sekaligus, dan langsung tidur setelah makan. Kondisi tersebut akan meningkatkan tekanan dalam rongga perut yang mana hal itu memicu peningkatan produksi zat asam pada lambung.

---

<sup>16</sup> “Penyakit Asam Lambung - Penyebab, Gejala, Pengobatan.”

<sup>17</sup> “Penyakit Asam Lambung (GERD) - Penyebab, Risiko, Dan Gejala,” Penyakit Asam Lambung (GERD) - Penyebab, Risiko, dan Gejala, diakses 21 September 2023, <https://www.siloamhospitals.com/en/informasi-siloam/artikel/apa-itu-gerd-kenali-penyebab-faktor-risiko-dan-cara-mengatasinya>.

#### b. Jenis Makanan yang Dikonsumsi

Pemilihan jenis makanan untuk dikonsumsi juga harus diperhatikan, karena beberapa jenis makanan dapat membantu dalam peningkatan produksi asam lambung. Beberapa contoh jenis makanan yang mempercepat produksi asam lambung antara lain: jenis makanan yang asam, pedas, dan berminyak. Terlalu sering mengonsumsi makanan dengan kandungan asam, pedas dan berminyak seperti ini akan meningkatkan produksi asam lambung dan melemahkan otot sfingter esofagus<sup>18</sup> bawah serta melambatkan pengosongan lambung. Tidak hanya itu, Anda juga sebaiknya menghindari alkohol dan minuman yang mengandung kafein yang dapat memicu terjadinya asam lambung.

#### c. Pola Pikiran Stress

Stress yang berkepanjangan mengakibatkan peningkatan produksi asam lambung. Produksi asam lambung akan meningkat pada keadaan stress, seperti beban kerja yang berlebihan, cemas, takut, atau diburu-buru. Untuk itu mengatur pola pikir yang lebih stabil dan tenang sangatlah disarankan untuk menjaga kesehatan.

#### d. Merokok

Kebiasaan merokok menambah sekresi asam lambung yang mengakibatkan perokok menderita penyakit lambung (gastritis) sampai tukak lambung. Rokok dapat mengakibatkan gangguan pada lambung. Pada keadaan normal lambung

---

<sup>18</sup> Sfingter esofagus bagian bawah (LES) adalah sekumpulan otot tak sadar—otot yang bergerak atau berkontraksi tanpa Anda kendalikan secara sadar. LES berada tepat di ujung bawah kerongkongan — saluran yang menghubungkan mulut dan perut — terhubung ke perut.

dapat bertahan terhadap keasaman cairan lambung karena beberapa zat tertentu. Nikotin dapat mengacaukan zat tertentu terutama bikarbonat yang membantu menurunkan derajat keasaman.<sup>19</sup>

## 2. Penyakit Asam Lambung

Dampak dari perilaku diatas mengakibatkan berbagai macam masalah dalam lambung, yang mungkin akan berakibat fatal jika tidak ditangani dengan benar. Permasalahan tersebut yakni penyakit akibat produksi asam lambung berlebihan, seperti:

### a. Maag

Menurut dokter spesialis penyakit dalam, dr Muhammad Anshory, SpPD atau yang akrab disapa dr Anshory, maag merupakan istilah umum dari penyakit lambung, istilah tersebut berasal dari bahasa Belanda yang berarti 'lambung'. Penyakit ini bisa terjadi di kerongkongan sampai lambung. Gejalanya atau biasa disebut sebagai *sindroma dispepsia*<sup>20</sup> berupa nyeri atau rasa tidak nyaman di ulu hati, kembung, mual, muntah, sendawa, rasa cepat kenyang, atau perut terasa penuh.<sup>21</sup>

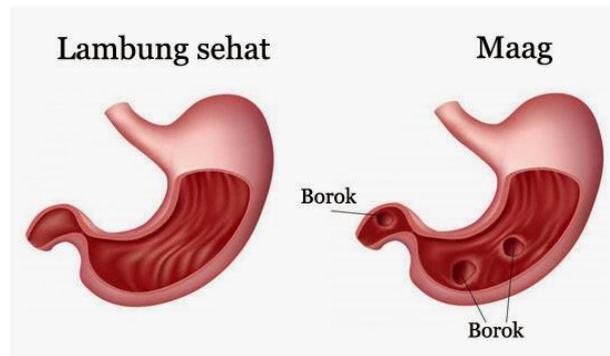
---

<sup>19</sup> “Penyakit Asam Lambung (GERD) - Penyebab, Risiko, Dan Gejala.”

<sup>20</sup> Sindrom adalah kumpulan gejala yang muncul bersamaan dan biasanya merupakan pertanda dari adanya penyakit tertentu. Dalam dunia medis, sindrom dispepsia diartikan sebagai kumpulan gejala tidak nyaman pada perut bagian atas. Oleh masyarakat awam, kondisi ini lebih dikenal dengan sebutan sakit maag. Dirujuk dari “Sindrom Dispepsia, Seperti Ini Gejala dan Cara Mengobatinya,” Alodokter, 16 November 2017, <https://www.alodokter.com/sindrom-dispepsia-seperti-ini-gejala-dan-cara-mengobatinya>.

<sup>21</sup> Suherni Sulaeman, “Beda Sakit Mag, GERD dan Tukak Lambung,” detikHealth, diakses 21 September 2023, <https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-3726145/beda-sakit-mag-gerd-dan-tukak-lambung>.

Gambar 2.1 Perbedaan Lambung Sehat dan Maag

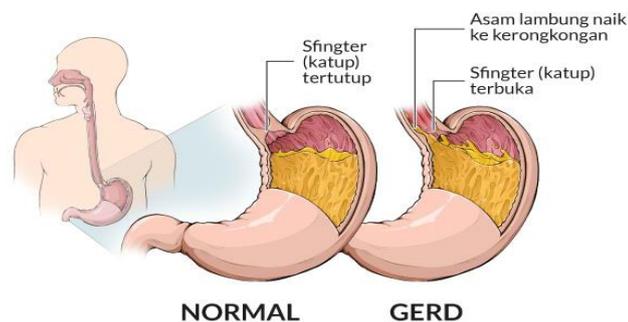


(Sumber : <https://rsmardiwaluyo.co.id>)

b. GERD (Gastro Esophageal Reflux Disease)

GERD adalah suatu penyakit yang diakibatkan oleh asam lambung yang mengalir kembali ke *esofagus* atau kerongkongan sehingga terjadi kerusakan *mukosa esofagus* dimana prevalensi GERD di Indonesia telah mencapai 27,4%.<sup>22</sup> Salah satu gejala yang kerap muncul adalah rasa nyeri di daerah dada bagian bawah.

Gambar 2.2 Perbedaan Lambung Normal Dan GERD



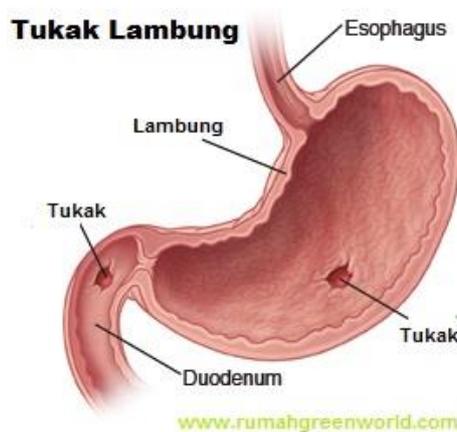
(sumber: <https://www.alodokter.com/penyakit-asam-lambung>)

<sup>22</sup> Dwiatama dan Darusman, “Kajian Pengobatan Tukak Lambung Dan Gastroesophageal Reflux Disease (GERD).”

### c. Tukak Lambung

Penyakit tukak lambung ini terjadi karena adanya kerusakan pada mukosa lambung, yang pada umumnya disebabkan oleh bakteri *Hellicobacter pylory*<sup>23</sup> yang bekerja dengan mekasnisme tertentu merusak mukosa lambung, menimbulkan lubang yang disebut dengan *ulkus*.<sup>24</sup>

Gambar 2.3 Tukak Lambung



(sumber: <http://www.apotekers.com/>)

Penyakit asam lambung dapat dicegah dengan tidak segera berbaring setelah makan, menghindari konsumsi makanan yang pedas dan asam, serta menerapkan jadwal makan yang teratur. Beberapa tanaman herbal, seperti jahe, juga diklaim bermanfaat untuk mengatasi penyakit asam lambung. Pengobatan GERD dapat diatasi dengan mengubah perilaku sehari-hari, pola hidup sehat, dan pikiran yang stabil, yang mana hal ini akan membantu mengurangi resiko asam lambung. Obat-

---

<sup>23</sup> *Hellicobacter pylory*: adalah suatu bakteri mikroaerofil-negatif yang biasanya terdapat pada lambung, bakteri ini dapat bertahan hidup dalam kondisi asam, sehingga pada lambung bakteri ini dapat menginfeksi saluran lambung dan menyebabkan banyak gejala pada lambung antara lain tukak lambung.

<sup>24</sup> WendyF.A, "Apotekers: Sakit Lambung Terus menerus, Mungkin Anda Terkena Tukak lambung," *Apotekers* (blog), diakses 20 Oktober 2023, <http://www.apotekers.com/2016/09/sakit-lambung-terus-menerus-mungkin.html>.

obatan seperti antasida, inhibitor pompa proton, dan obat penahan asam juga dapat membantu mengatasi gejala GERD<sup>25</sup>.

## B. Pengobatan Alternatif

Pengobatan atau penyembuhan yang dalam bahasa Inggris disebut *therapy*, sedang dalam bahasa arab disebut *syifa* ' merupakan suatu upaya mengembalikan atau memulihkan kondisi diri dari keadaan sakit menjadi sehat. Adapun firman Allah SWT yang memuat kata *syifa* ' didalamnya yakni antara lain QS. Yunus :57 yang berbunyi<sup>26</sup>:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

Artinya: “ wahai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh untuk penyakit yang ada didalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang – orang yang beriman (percaya dan yakin)”.

Pengobatan alternatif adalah pengobatan non medis dimana peralatan dan bahan yang digunakan tidak termasuk dalam standart pengobatan medis. Pengobatan alternatif tidak dilakukan oleh tenaga kesehatan profesional seperti Dokter.<sup>27</sup> National Institute of Health, menyebutkan bahwa terapi alternatif adalah sekumpulan sistem pengobatan dan perawatan kesehatan, praktek dan produk yang secara umum tidak menjadi bagian dari pengobatan konvensional. Kamaluddin menjelaskan bahwa pasien memilih menggunakan pengobatan alternatif selain harganya yang murah juga

---

<sup>25</sup> “Penyakit Asam Lambung (GERD) - Gejala dan Pengobatan | Halodoc.”

<sup>26</sup> QS. Yunus : 57

<sup>27</sup> Savitri (2017) dalam jurnal Dwi Ayu Andira dan Jatie K. Pudjibudojo, “Pengobatan Alternatif Sebagai Upaya Penyembuhan Penyakit,” *Insight : Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi* 16, no. 2 (30 Oktober 2020): 393–401, <https://doi.org/10.32528/ins.v16i2.2053>.

dikarenakan minimnya efek samping yang akan terjadi pada tubuh. Lebih lanjut dijelaskan bahwa pasien ingin terbebas dari efek samping obat yang diperoleh dari pengobatan konvensional.<sup>28</sup>

Savitri, menjelaskan terdapat macam – macam pengobatan alternatif antara lain akupunktur, bekam, pengobatan aura, obat – obatan herbal dan jamu, *reiki*<sup>29</sup>, *ceragem* ( pijat batu giok), pijat refleksi, hipnosis, gurah. Selain macam – macam pengobatan alternatif tersebut, pengobatan air juga merupakan bagian dari macam – macam pengobatan alternatif. Wardiani & Gunawan, menyebutkan bahwa pengobatan air juga menjadi salah satu pengobatan alternatif yang prakteknya masih banyak dilakukan oleh masyarakat. Praktek pengobatan air dilakukan dengan dibacakan doa oleh seorang mursyid sehingga air tersebut dipercaya dapat menyembuhkan penyakit pasien.<sup>30</sup> Ardani, memaparkan dalam penelitiannya bahwa pengobatan alternatif melalui dukun juga masih dipilih banyak pasien. Pasien percaya kepada dukun karena dukun dianggap bisa menyembuhkan penyakit yang dideritanya. Pengobatan alternatif pada dukun bersifat universal sehingga dukun dapat mengobati berbagai jenis penyakit pasien.<sup>31</sup>

Pengobatan alternatif merupakan salah satu pengobatan yang dapat menyembuhkan penyakit dan sampai sekarang pengobatan alternatif masih

---

<sup>28</sup> Kamaluddin, R. (2010). Pertimbangan dan Alasan Pasien Hipertensi Menjalani Terapi Alternatif Komplementer Bekam di Kabupaten Banyumas. *Jurnal Keperawatan Soedirman*. Vol 5 (2) : 95-104.

<sup>29</sup> *Reiki* adalah terapi alternatif dari Jepang yang menggunakan energi sebagai media penyembuhannya. Terapi ini diyakini memiliki banyak manfaat, mulai dari meredakan nyeri, mengurangi stres, hingga mendukung pengobatan kanker. *Reiki* berasal dari 2 kata dalam bahasa Jepang, yaitu *rei* yang berarti semesta dan *ki* yang berarti aliran energi pada makhluk hidup. Secara harfiah, reiki bisa diartikan sebagai energi yang dimiliki alam semesta.

<sup>30</sup> Wardiani & Gunawan (2017) dalam Andira dan Pudjibudojo, “Pengobatan Alternatif Sebagai Upaya Penyembuhan Penyakit,” 30 Oktober 2020.

<sup>31</sup> Ardani, I. (2013). Eksistensi Dukun dalam Era Dokter Spesialis. *Lakon: Jurnal Kajian Sastra dan Budaya*. Vol 1 (2) : 28-33.

banyak dipilih oleh pasien. Fenomena pasien memilih pengobatan alternatif banyak dilakukan dengan diawali dari mencoba pengobatan medis. Pemilihan pengobatan medis menjadi pengobatan awal yang dipilih pasien sebelum akhirnya memilih pengobatan alternatif. Hal tersebut dikarenakan pengobatan medis sampai saat ini merupakan pengobatan yang secara pembuktian ilmiah sudah teruji dan menjadi pengobatan yang canggih dengan berbagai ilmu dan alat medisnya.

Dalam proses pengobatan medis, tenaga profesional medis akan memeriksa kondisi pasien kemudian memberikan diagnosa kepada pasien mengenai jenis penyakitnya. Setelah itu tenaga profesional akan memberikan obat sesuai dengan diagnosa pasien yang telah ditentukan dalam kurun waktu tertentu sampai kondisi pasien membaik atau dinyatakan sembuh. Kadang kala proses tersebut tidak berjalan dengan baik karena pasien masih belum menerima diagnosa penyakit yang dideritanya yang menjadikan masyarakat beralih menggunakan jalur pengobatan alternatif.<sup>32</sup> Pengobatan alternatif masih banyak dipilih oleh pasien karena harganya yang murah, mudah ditemukan dan manjur.<sup>33</sup> Alasan pasien memilih pengobatan alternatif juga dikarenakan pengobatan alternatif memiliki proses yang sederhana daripada pengobatan medis.<sup>34</sup>

---

<sup>32</sup> Citra, L. R. A. & Eriany, P. (2015), dalam jurnal Dwi Ayu Andira dan Jatie K. Pudjibudojo, "Pengobatan Alternatif Sebagai Upaya Penyembuhan Penyakit," *Insight : Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi* 16, no. 2 (30 Oktober 2020): 393–401, <https://doi.org/10.32528/ins.v16i2.2053>.

<sup>33</sup> Triratnawati, A. (2010). Pengobatan Tradisional, Upaya Meminimalkan Biaya Kesehatan Masyarakat Desa di Jawa. *Jurnal Manajemen Pelayanan Kesehatan*. Vol 13 (2) : 69-73.

<sup>34</sup> Fanani, S & Dewi, T. K. (2014). Health Belief Model pada Pasien Pengobatan Alternatif Supranatural dengan Bantuan Dukun. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*. Vol 3 (1) : 54-59.

Dalam Islam sendiri pengobatan alternatif atau pengobatan dengan menggunakan cara – cara tradisional dan juga bahan – bahan herbal atau ramuan lainnya, sudah ada sejak zaman nabi, yang mana pada prakteknya nabi Muhammad saw telah mencontohkan bentuk pengobatan dengan menggunakan banyak media, bahkan dalam Al – Quran sendiri telah memberikan informasi mengenai penggunaan bahan herbal atau ramuan sebagai obat antaranya penjelasan mengenai madu sebagai obat, yang termuat dalam firman-Nya dalam QS. Nahl ayat 69 yang berbunyi:

ثُمَّ كُلِي مِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًا يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

Artinya: “Kemudian, makanlah (wahai lebah) dari segala (macam) buah-buahan lalu tempuhlah jalan-jalan Tuhanmu yang telah dimudahkan (bagimu).” Dari perutnya itu keluar minuman (madu) yang beraneka warnanya. Di dalamnya terdapat obat bagi manusia. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang berpikir.”<sup>35</sup>

Nabi Muhammad juga menegaskan khasiat madu tersebut dalam hadits yang diriwayatkan Bukhari: “Madu adalah penyembuh bagi semua jenis sakit dan Alquran adalah penyembuh bagi semua kekusutan pikiran (sakit pikiran). Maka aku sarankan bagimu kedua penyembuh tersebut, Alquran dan madu.” Jika kita coba amati lebah, ada beberapa sifat mulia dari lebah yang dapat kita teladani. Berikut ini beberapa petunjuk yang diberikan oleh makhluk kecil bernama lebah kepada manusia: Lebah hanya memakan hal-hal yang baik saja, Lebah adalah

---

<sup>35</sup> QS. An-Nahl ayat 69

pengejar prestasi yang tinggi (high achiever), Lebah tidak akan mengambil sesuatu dari bunga tanpa memberikan manfaat kepadanya, Lebah tidak akan merebut bunga yang telah berelasi dengan lebah yang lain, Lebah tidak akan menuntut terlalu banyak dan tidak memberikan tekanan kepada makhluk lain (bunga), Lebah adalah makhluk sosial yang tidak iri satu sama lain, Lebah adalah makhluk yang rendah hati, dan Lebah memberikan manfaat pada komunitas yang lebih luas.

Disamping penggunaan madu sebagai bahan pengobatan, Rasulullah juga menjelaskan mengenai pengobatan menggunakan metode bekam, yakni mengeluarkan darah kotor dari dalam tubuh, hal ini termuat dalam hadist riwayat Bukhari<sup>36</sup> :

حَدَّثَنَا إِسْمَاعِيلُ بْنُ أَبَانَ حَدَّثَنَا ابْنُ الْعَسِيلِ قَالَ حَدَّثَنِي عَاصِمُ بْنُ عُمَرَ عَنْ جَابِرِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ قَالَ سَمِعْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ إِنْ كَانَ فِي شَيْءٍ مِنْ أَدْوِيَّتِكُمْ خَيْرٌ فَفِي شَرْبَةِ عَسَلٍ أَوْ شَرْطَةِ مِحْجَمٍ أَوْ لَدَعَةٍ مِنْ نَارٍ وَمَا أَحْبَبُّ أَنْ أَكْتُوِي

Artinya : "Sekiranya ada sesuatu yang lebih baik untuk kalian penggunaan sebagai obat, maka itu ada terdapat pada minum madu, berbekam dan sengatan api panas (terapi dengan menempelkan besi panas di daerah yang luka) dan saya tidak menyukai kay (terapi dengan menempelkan besi panas pada daerah yang luka)." (HR. Bukhari: 5267)

---

<sup>36</sup> Hadist Riwayat Bukhari, No: 5267

Al-Hijamah (bekam) adalah metode terapi klasik yang kini kembali muncul dan menjadi tren. Pelatihan bekam dan prakteknya menarik minat banyak dokter setelah kajian-kajian ilmiah diberbagai negara di dunia membuktikan efektifitas metode terapi klasik ini dalam mengobati dan memperingan berbagai keluhan penyakit. Khususnya karena bekam memiliki kedudukan istimewa dalam tradisi pengobatan Nabi hingga beliau memberi keistimewaan dalam banyak hadis.<sup>37</sup>

### C. Tasawuf

#### 1. Definisi Tasawuf

Tasawuf merupakan salah satu cabang ilmu Islam yang menekankan dimensi atau aspek spiritual dari Islam. Cara hidup spiritual pada prinsipnya bertujuan pada "pendekatan" dengan "sumber dan "tujuan hidupnya, yaitu Tuhan. Cara hidup spiritual ini bisa mengambil bentuk menyebut-nyebut nama-nama Tuhan, atau yang dikenal dengan istilah "*dzikr*," dengan mana seorang sufi memenuhi jiwanya dengan nama-nama (*asma*) Tuhan, sehingga dapat merasakan kehadiran dan kedekatan-Nya, atau dalam bentuk merenungkan dan berulang-ulang membaca firman-Nya, dengan penuh kecintaan agar dengan begitu seorang sufi dapat memahami "kehendak Tuhan dan menghayati "hikmah" dan "pelajaran" (*ibrah*) yang terkandung di dalamnya; atau dalam bentuk "bersendirian dengan Tuhan" (*tabannuts*) di tengah malam buta, ketika yang lain sedang tertidur lelap, atau apa yang dikenal sebagai "*qiyâm al-lail*", sehingga dengan demikian tercapai hubungan intim dan personal dengan Tuhan. Muncullah dari sini buah hubungan

---

<sup>37</sup> Aiman al-Husaini, Bekam Mu'jizat Pengobatan Nabi saw., Terj. M. Misbah, (Jakarta : Pustaka Azzam, 2005)

ini dalam bentuk "munajat-munajat" atau "*lama'at*", yakni lintasan-lintasan cahaya ilahi.<sup>38</sup>

Tasawuf menjadi kajian spiritualitas umat Islam. Dalam mendefinisikan tasawuf dan memahami apa yang dimaksud dengan tasawuf, perlu dicari urutan asal kata tasawuf dan kemunculannya. Secara perilaku, tasawuf sudah diajarkan sejak dari jaman Nabi Muhammad SAW, namun kemunculan istilah tasawuf baru ada diabad III hijriyah.

Secara etimologi kata tasawuf diartikan dalam banyak istilah, antara lain:<sup>39</sup> Kata tasawuf berasal dari kata *ṣufah* (kain dari bulu domba yang berbentuk wol) dengan melihat perilaku para sufi dalam kepasrahannya kepada Allah SWT ibarat kain wol yang dibentangkan. Tasawuf berasal dari kata, *Teoshofoi*, bahasa Yunani yang berarti ilmu ketuhanan, karena tasawuf banyak membahas tentang ketuhanan. Ada pula yang mengatakan berasal dari "*Ibnu Shauf*", yang dikenal sejak sebelum Islam sebagai gelar dari seorang anak Arab yang shaleh, yang selalu mengasingkan diri di dekat Ka'bah untuk mendekatkan diri pada Tuhan-nya. Berasal dari kata *ṣuff* atau wool kasar, sebagai simbol kesederhanaan. karena para ahli tasawuf pada masa awal memakai pakaian sederhana yang terbuat dari kulit atau bulu domba (wol). *Suffah* yang berarti emperan masjid Nabawi yang didiami oleh sebagian sahabat Anshar. Hal ini karena amaliah ahli tasawuf hampir sama dengan apa yang diamalkan oleh para sahabat tersebut, yakni mendekatkan diri kepada Allah Swt., dan hidup dalam kesederhanaan. Berasal dari kata *shaf* yang

---

<sup>38</sup> Mulyadhi Kartanegara dan Achmad Ta'yudin, *Menyelami Lubuk tasawuf*, Cet. 1 (Jakarta: Erlangga, 2006), 4–5.

<sup>39</sup> "Sufi Healing: Terapi Dalam Literatur Tasawuf | Syukur | Walisongo: Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan."

berarti barisan. Istilah ini dianggap oleh sebagian ahli sebagai akar kata tasawuf karena ahli tasawuf ialah seorang atau sekelompok orang yang membersihkan hati, sehingga mereka diharapkan berada pada barisan (*shaf*) pertama di sisi Allah Swt.

Tak sampai disitu pengertian tasawuf juga meluas dan memiliki beragam pendapat berdasar perspektif masing-masing. Ibnu Khaldun menyatakan,<sup>40</sup> “Banyak sufi berusaha mengungkapkan arti tasawuf dengan kalimat yang general dalam memberikan keterangan maknanya, tetapi tidak satupun pendapat yang tepat. Diantara mereka ada yang mengungkapkan kondisi-kondisi permulaan, ada yang mengungkapkan kondisi-kondisi akhir, ada yang mengungkapkan sebagai pertanda, ada yang mengungkapkan prinsip-prinsip dan dasar-dasarnya, ada yang menyatukan prinsip dan dasarnya. Masing-masing dari mereka mengungkapkan apa yang ditemukannya dan masing-masing bicara menurut derajat spiritualnya. Masing-masing menyatakan apa yang terjadi pada dirinya, menurut pencapaiannya dalam bentuk ilmu, atau amal, atau kondisi spiritual, atau *dzaug* (cita rasa spiritual), atau selainya.

Disini penulis mengutip sebagian definisi tasawuf dari para ahli, *pertama* Asy-Syekh Muhammad Amin Al-Kurdy mengatakan bahwa tasawuf adalah suatu ilmu yang dengannya dapat diketahui hal ihwal kebaikan dan keburukan jiwa, cara membersihkannya dari sifat-sifat yang buruk dan mengisinya dengan sifat-sifat yang terpuji, cara melakukan suluk, melangkah menuju keridhaan Allah dan

---

<sup>40</sup> Kartanegara dan Ta'yudin, *Menyelami lubuk tasawuf*.

meninggalkan larangannya menuju kepada perintahnya.<sup>41</sup> *kedua* al Juned mengemukakan “Tasawuf adalah menyucikan hati sehingga tidak ditimpa suatu kelemahan, menjauhi akhlak alamiah, melenyapkan sifat kemanusiaan, dan menjauhi segala keinginan nafsu”.<sup>42</sup> *Ketiga* Ma’ruf al Kharkhi mengungkapkan “tasawuf adalah hanya menerima kebenaran dan tidak mengharapkan apa dari tangan para makhluk, barangsiapa yang tidak menerima kefakiran berarti tidak berhasil mencapai derajat tasawuf.”<sup>43</sup> *Keempat* Sahl ibn Abdullah berpendapat “Tasawuf adalah mengurangi makan, selalu berada di sisi Allah dan menjauhi manusia”.<sup>44</sup>

Dari pendefinisian para ulama dan tokoh besar diatas, dapat penulis pahami bahwa tasawuf merupakan suatu kajian ilmu yang merujuk pada hal-hal spiritualitas yang mana dalam pelaksanaannya memiliki tujuan sebagai bentuk penyucian hati dan penghambaan serta mendekatkan diri kepada sang Pencipta (Aallah SWT). Menjalankan kehidupan sederhana dan hanya mengharap ridho dari Allah, merupakan salah satu ciri dalam ajaran tasawuf. Hal ini juga yang membuat istilah pendefinisian tasawuf mengarah pada penggambaran kehidupan yang sederhana dari sekelompok sahabat nabi yang tinggal pada emperan masjid Nabawi, seperti penggunaan pakaian dari kain woll yang kasar, dan juga kesholehan mereka dianggap memiliki nilai yang sama dengan para amaliah tasawuf.

---

<sup>41</sup> Mustofa (1999) dalam kutipan Muh. Gitosaroso, “Tasawuf Dan Modernitas (Mengikis Kesalahpahaman Masyarakat Awam Terhadap Tasawuf),” *Al-Hikmah* 10, no. 1 (1 Juni 2015), <https://doi.org/10.24260/al-hikmah.v10i1.550>.

<sup>42</sup> Ibrahim Basuni (1919) dalam kutipan Ris’an Rusli, *Tasawuf dan tarekat: studi pemikiran dan pengalaman sufi*, Cet. 1 (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2013). 7

<sup>43</sup> Rusli, 8.

<sup>44</sup> Rusli, 8.

## 2. Nilai – nilai pada Tasawuf

Tasawuf dengan berbagai definisi dan istilahnya seperti dijelaskan diatas, juga terdapat banyak konsep dan jalan yang dilalui untuk mencapai apa yang menjadi tujuan tasawuf itu sendiri. Meski dalam menjalankan tasawuf terdapat banyak perbedaan konsep dan penafsirannya, namun tidak mengubah dari tujuan tasawuf itu sendiri yakni mendekatkan diri kepada Tuhan. Seperti dalam firman Allah dalam Q.S Qof ayat 16 yang berbunyi<sup>45</sup>:

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَنَعْلَمُ مَا تُوَسْوِسُ بِهِ نَفْسُهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ

Artinya: "Dan sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dan mengetahui apa yang dibisikkan oleh hatinya, dan Kami lebih dekat kepadanya daripada urat lehernya." (Q.S Qof: 16).

Untuk mencapai puncak tasawuf ada banyak tahapan yang harus dilalui, sehingga disini munculah ajaran-ajaran perilaku yang mana akan mengantar manusia mencapai tujuan tasawuf. Beberapa nilai-nilai dalam ajaran tasawuf :

- a. Tobat, yakni merasa menyesal akan dosa yang telah dilakukannya, berusaha meninggalkannya dan tidak mengulangnya lagi. Tobat harus dilakukan dengan kesadaran hati yang penuh dan berjanji pada diri sendiri untuk tidak mengulangi perbuatan dosa.
- b. Sabar, Al-Ghazali menyebutkan ada tiga daya dalam jiwa manusia, yaitu daya nalar, daya yang melahirkan dorongan untuk berbuat baik, dan daya yang melahirkan dorongan berbuat jahat. Jika daya jiwa yang melahirkan dorongan

---

<sup>45</sup> Q.S Qof, ayat 16

berbuat baik dapat mempengaruhi daya yang melahirkan perbuatan jahat, maka seseorang sudah dapat dikategorikan sabar.<sup>46</sup>

- c. Kefakiran, menghindar dari apa-apa yang diperlukannya. Maksudnya seorang sufi harus menjaga apa-apa yang mungkin dibutuhkannya dari hukum haram dan syubhat, misal mereka memerlukan makanan maka harus dipastikan makanan itu terhindar dari hukum haram dan syubhat.
- d. Zuhud, disini dimaksudkan seorang calon sufi harus meninggalkan kesenangan *duniawi* dan hanya mengharapkan kesenangan *ukhrawi*.
- e. Tawakal, Menurut Al-Ghazali, sikap tawakal lahir dari keyakinan yang teguh akan kemahakuasaan Allah. Sebagai pencipta, Dia berkuasa melakukan apa saja terhadap manusia. Walaupun demikian, harus pula diyakini bahwa Dia juga Maha Rahman, Maha pengasih, tak pilih kasih kepada makhluk-Nya. Karena itu, manusia seharusnya berserah diri kepada Tuhannya dengan sepenuh hati. Dalam penyerahan diri kepada Allah swt. seorang sufi merasakan dirinya tiada lagi. Tingkat tawakal yang paling tinggi adalah berserah diri bagaikan mayat.<sup>47</sup>
- f. Ma'rifat, Yaitu mengetahui rahasia Allah dan mengetahui peraturan-peraturan-Nya tentang segala yang ada. Pengetahuan yang diperoleh dari ma'rifat lebih bermutu daripada pengetahuan yang diperoleh akal.
- g. *Mahabbah*, dimana ma'rifat inilah yang menghantarkan manusia kepada mencintai Tuhannya.<sup>48</sup>

---

<sup>46</sup> ahmad Zaini, "Pemikiran Tasawuf Imam Al-Ghazali," *Esoterik 2*, no. 1 (8 Maret 2017), <https://doi.org/10.21043/esoterik.v2i1.1902>.

<sup>47</sup> Ahmad Zaini, "Pemikiran Tasawuf Imam Al-Ghazali," *Esoterik 2*, no. 1 (8 Maret 2017), <https://doi.org/10.21043/esoterik.v2i1.1902>.

<sup>48</sup> *ibid.*

- h. *Wara'*, *wara'* artinya menjauhi dosa, lemah, lunak hati dan penakut. Menurut Ibrahim ibn Adham, *wara'* adalah meninggalkan syubhat (sesuatu yang meragukan) dan meninggalkan sesuatu yang tidak berguna. *Wara'* merupakan suatu permulaan dari *zuhud*, sedangkan yang merupakan akhir dari keridhoaan itu adalah *qana'ah*.<sup>49</sup>
- i. Ikhlas adalah terpeliharanya diri dari ketidak ikut campuran semua makhluk. Ikhlas arti bahasanya adalah murni. Tidak ada campuran sedikitpun. Maksudnya di dalam menjalankan amal ibadah apa saja disertai dengan niat yang ikhlas tanpa pamrih duniawi, baik pamrih yang bersifat moral maupun batin lebih-lebih pamrih dalam bentuk material. Ibadah apa saja, baik ibadah yang berhubungan langsung kepada Allah dan Rasulihi SAW maupun yang berhubungan di dalam kehidupan bermasyarakat, terhadap sesama makhluk pada umumnya.
- j. Syukur, Untuk mencapai tingkat dalam perbaikan akhlak, kaum sufi mengajarkan sifat syukur atau berterima kasih kepada Tuhan atas segala nikmat pemberian Allah. Syukur ialah keadaan seseorang mempergunakan nikmat yang diberikan oleh Allah itu kepada kebajikan. Hakikat syukur adalah dengan cara mengingat kepada kebaikan yang diberikan orang yang berbuat baik dengan memujinya, dengan mengingat akan kebaikan Allah SWT.<sup>50</sup>
- k. Ridha merupakan *maqam* yang lebih mulia dan tinggi daripada sabar, ridha merupakan kepasrahan jiwa yang akan membawa seorang ahli makrifat segala suatu yang diridhai oleh Allah. Rasulullah saw menjelaskan bahwa orang yang

---

<sup>49</sup> "Pengertian, Tujuan dan Nilai-nilai Tasawuf," 7 September 2019, <https://www.kajianpustaka.com/2019/09/pengertian-tujuan-dan-nilai-tasawuf.html>.

<sup>50</sup> Zahri, Mustafa. 1998. Kunci Memahami Ilmu Tasawuf. Surabaya: Bina Ilmu.

ridha terhadap ketetapan Allah adalah orang yang paling kaya, sebab ia adalah orang yang merasakan kebahagiaan dan ketenteraman serta paling jauh dari kesedihan, kemarahan, dan kekayaan.<sup>51</sup>

Hal disebut diatas itulah yang akan mengantarkan manusia pada puncak kesuciannya. Seperti dalam firman-Nya dalam surah An-Nur ayat 35, yang berbunyi:<sup>52</sup>

اللَّهُ نُورُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ مِثْلُ نُورِهِ كَمِشْكُوتٍ فِيهَا مِصْبَاحٌ الْمِصْبَاحُ فِي زُجَاجَةٍ الزُّجَاجَةُ كَأَنَّهَا كَوْكَبٌ دُرِّيٌّ يُوقَدُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ زَيْتُونَةٍ لَا شَرْقِيَّةٍ وَلَا غَرْبِيَّةٍ يَكَادُ زَيْتُهَا يُضِيءُ وَلَوْ أَلَمْ نَمْسَسْهُ نَارٌ نُورٌ عَلَى نُورٍ يَهْدِي اللَّهُ لِنُورِهِ مَنْ يَشَاءُ وَيَضْرِبُ اللَّهُ الْأَمْثَالَ لِلنَّاسِ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ

Artinya: “Allah (pemberi) cahaya (pada) langit dan bumi. Perumpamaan cahaya-Nya seperti sebuah lubang (pada dinding) yang tidak tembus yang di dalamnya ada pelita besar. Pelita itu di dalam tabung kaca (dan) tabung kaca itu bagaikan bintang (yang berkilauan seperti) mutiara, yang dinyalakan dengan minyak dari pohon yang diberkahi, (yaitu) pohon zaitun yang tumbuh tidak di timur dan tidak pula di barat, yang minyaknya (saja) hampir-hampir menerangi walaupun tidak disentuh api. Cahaya di atas cahaya (berlapis-lapis). Allah memberi petunjuk menuju cahaya-Nya kepada orang yang Dia kehendaki. Allah membuat perumpamaan-perumpamaan bagi manusia. Allah Maha Mengetahui segala sesuatu.” (QS. An-Nur: 35).

Penjelasan diatas membawa pada pemahaman dimana proses dalam menjalani pendekatan diri kepada Allah dalam tasawuf tidaklah mudah, melainkan dengan aturan – aturan tertentu dan terdapat tahapan – tahapan yang harus dilalui dalam bertasawuf. Yang mana nilai – nilai tersebut harus dijalani dari proses tahap pertama atau permulaan hingga tahap tertinggi atau paling akhir,

---

<sup>51</sup> Syahbat bin Muhammad Ash-Shawi. 2001. Mahabbah Ilahiyah - Menggapai Cinta Ilahi. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar.

<sup>52</sup> Q.S An-Nur, ayat 35

yang dalam melakukannya harus secara runtut dan tidak bisa dilewati. Nilai tasawuf ini bertujuan menghilangkan hijab – hijab hati manusia dari cahaya Tuhan, sehingga apabila hijab itu telah tersingkap sampailah cahaya Tuhan kepada hati manusia yang akan membawa diri manusia dekat kepada Pencipta-nya.

### 3. Urgensi Nilai – Nillai Tasawuf dalam Kehidupan Sehari – Hari

Kehidupan saat ini sangatlah terpengaruh dari banyaknya perkembangan ilmu pengetahuan dan kemajuan-kemajuan teknologi. Filsafat Barat Modern memandang manusia bebas dari segala kekuatan di luar dirinya, dan kebebasan itu terjadi lewat pengetahuan rasional. Manusia seolah digiring untuk memikirkan dunia *an-sich*<sup>53</sup> sehingga Tuhan, surga, neraka dan persoalan – persoalan *eskatologis*<sup>54</sup> tidak lagi menjadi pusat pemikiran dan perhatian. Mereka menjadi bebas dari segala macam *magis, religi, kepercayaan* dan semua yang mereka anggap irrasional.<sup>55</sup> Manusia diangkat martabatnya menjadi makhluk bebas dan otonom sebagaimana tergambar dalam pemikiran Descartes, Immanuel Kant, Sartre dan Frederich Nietzsche.

Pemikiran seperti yang telah dijelaskan diatas, membuat manusia modern memiliki beberapa kecenderungan pola pikir individualis, dan materialis yang mana hal itu menyebabkan manusia modern jauh dari ajaran – ajaran agama yang pada dasarnya bersifat magis dan dianggap irasional. Pemikiran dan sikap yang timbul di masyarakat modern saat ini adalah yang lebih objektif, terbuka terhadap

---

<sup>53</sup> *An sich* adalah sebuah istilah dari bahasa Jerman yang secara harfiah berarti: "pada dirinya sendiri", "pada hakekatnya" atau "harfiah"

<sup>54</sup> Eskatologi, doktrin tentang hal-hal terakhir. Ini awalnya merupakan istilah Barat, mengacu pada kepercayaan Yahudi, Kristen, dan Muslim tentang akhir sejarah, kebangkitan orang mati, dan kematian. Penghakiman Terakhir, dan masalah teodisi ( pembenaran keadilan Tuhan).

<sup>55</sup> Mahdi, "Urgensi Akhlak Tasawuf Dalam Kehidupan Masyarakat Modern", Jurnal Edueksos Vol I No 1,(2012)

perubahan, dan memiliki keinginan untuk selalu berinovasi. Masyarakat modern memiliki sikap heterogen, mobilitas tinggi, dan tidak memiliki ikatan terhadap adat<sup>56</sup>. Identitas dari masyarakat modern dapat dilihat dari perangkat teknologinya, dan kehidupan dari masyarakat modern tidak jauh dari teknologi dan kapitalisme. Teknologi yang sedang berkembang pesat merupakan bentuk pengontrolan dari sistem kapitalisme. Masyarakat modern merupakan masyarakat berdimensi satu yang telah berkiblat pada satu budaya yaitu budaya konsumerism. Perilaku masyarakat modern saat ini menjadi suatu perilaku yang sulit untuk dihindari, yang dapat dilihat dalam teori-teori sosiologi modernitas.

Di abad modern ini, banyak orang yang dimensi spiritualnya terdistorsi. Dapat dilihat banyak tercabutnya akar – akar spiritual dari panggung kehidupan. Salah satu penyebabnya yakni pola hidup global yang serba dilayani perangkat teknologi yang serba otomatis. Dalam kehidupan modern ini sering muncul masalah tingkah laku yang kurang wajar seperti: tingkah laku kriminal, manipulative, korupsi dan lain sebagainya, yang mana ini berdampak pada munculnya permasalahan – permasalahan baru.

Dari pemaparan diatas terlihat minimnya Masyarakat modern akan nilai spiritualitas dalam dirinya, karena di era sekarang mayoritas Masyarakat mendewakan akal atau otaknya Masyarakat modern cenderung kepada sikap individualisme dan materialism, yang mana mereka lebih bangga jika kehidupan mereka bebas dan dapat menguasai dunia. Masyarakat modern senang akan pemikirannya yang realistis dan mengagungkan rasionalitas. Yang mana hal ini

---

<sup>56</sup> Aris, "Pengertian Modernisasi: Ciri-ciri, Dampak dan Contoh," diakses 25 April 2024, <https://gramedia.com/literasi/modernisasi/>.

membawa pada ditinggalkannya dogma – dogma agama dan spiritualitas karena dianggap kurang realistis dan irasional.

Tasawuf yang erat akan spiritualitas khususnya bagi agama islam merupakan kunci dalam memperkuat nilai spiritualitas dalam diri manusia, sehingga keberadaannya sangatlah dibutuhkan dalam mengatasi permasalahan manusia modern saat ini yang krisis akan spiritualitas. Yang menjadi salah satu urgensi tasawuf di era modern adalah sebagai Penawar kegersangan akan spiritualitas akibat eksis modernitas yang ditimbulkan, hal ini membuat nilai – nilai tasawuf menjadi begitu urgen saat terjadinya kegersangan spiritualitas, dekadensasi moral, dan anomali nilai – nilai. Hamka yang dikutip dari Mohammad Damami mengakui bahwa tasawuf adalah obat duka.<sup>57</sup>

Konsep zuhud dan ajaran uzlah dapat diimplementasikan untuk mengeluarkan manusia dari samudera kesenangan duniawi dan tidak mudah menuruti hawa nafsu. Akhlak tasawuf dan kondisi masyarakat modern harus dibahas lebih lanjut karena ia merupakan urgensi dalam kaitanya dengan kondisi masyarakat modern<sup>58</sup>.

---

<sup>57</sup> Mohammad Damami, *tasawuf positif dalam pemikiran Hamka*, Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2000, hlm.217

<sup>58</sup> Masjid Jendral Sudirman, “Akhlak-Tasawuf dan Kondisi Masyarakat Modern,” diakses 25 April 2024, <https://mjscolombo.com/akhlak-tasawuf-dan-kondisi-masyarakat-modern>.