

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Kondisi Penerapan Mahabbah Pada Jamaah Aliran Tarekat Tijaniyah

Dalam agama, mengenal diri sendiri adalah langkah penting untuk menemukan tujuan hidup yang sesungguhnya. Setiap individu memiliki potensi dan kelemahan yang unik, dan dengan memahami keduanya, seseorang dapat lebih bijaksana dalam menjalani kehidupan. Proses ini tidak hanya mencakup pemahaman tentang kekuatan dan keterbatasan pribadi, tetapi juga melibatkan refleksi spiritual untuk memperdalam hubungan dengan Tuhan. Dengan demikian, mengenal diri sendiri menjadi landasan untuk hidup yang lebih bermakna dan sesuai dengan ajaran agama.

Selain itu, dengan mengenali diri, seseorang dapat lebih mudah mengarahkan tindakan dan ibadahnya dengan penuh kesadaran. Ketika kita menyadari apa yang menjadi kekuatan dan tantangan dalam diri kita, kita bisa lebih bijaksana dalam memilih langkah-langkah yang tepat, baik dalam kehidupan sehari-hari maupun dalam ibadah. Hal ini membantu individu untuk tidak hanya berfokus pada dunia luar, tetapi juga mengembangkan kedamaian batin dan kedekatan dengan Tuhan. Sebagai hasilnya, seseorang akan dapat menjalani kehidupan yang lebih selaras dengan nilai-nilai agama dan moral.. Konsep ini sejalan dengan ungkapan dari kata-kata:

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ .

Artinya: *“Siapa saja yang telah mengenal dirinya, maka sungguh dia telah mengenal Tuhannya”*

Dalam penafsirannya ada beberapa point yang dapat bermakna dalam ungkapan tersebut yaitu:

- a. Kesadaran diri: ungkapan ini menunjukkan bahwa pemahaman diri sendiri adalah kunci untuk memahami hakikat Tuhan. Dengan mengenali sifat-sifat dan potensi dalam diri seseorang dapat menghargai kekuatan dan keagungan-Nya,

- b. Pembersihan Hati: Untuk mengenal diri, seseorang perlu melakukan pembersihan hati dari sifat-sifat buruk dan mengembangkan sifat-sifat baik. Ini sejalan dengan ajaran tasawuf yang menekankan pada pembinaan karakter dan spiritualitas.,
- c. Hubungan Spiritual: Memahami diri sendiri membawa seseorang lebih dekat kepada Allah. Proses ini melibatkan refleksi, dzikir, dan praktik spiritual lainnya yang memperdalam hubungan dengan Tuhan. dan
- d. Kesadaran akan Keterbatasan: Dengan mengenali kelemahan dan keterbatasan diri, seseorang menjadi lebih tunduk dan rendah hati di hadapan Tuhan, mengakui kebutuhan akan bimbingan dan rahmat-Nya.

Mengenal diri adalah langkah penting dalam perjalanan spiritual seorang individu. Ada banyak cara yang dapat dilakukan untuk mengenali diri, mulai dari refleksi diri, meditasi, hingga belajar dari pengalaman hidup. Pengenalan diri ini bukan hanya untuk memahami kekuatan dan kelemahan pribadi, tetapi juga untuk membangun kecintaan yang mendalam terhadap diri sendiri dan Tuhan. Ketika seseorang mulai memahami siapa dirinya, maka ia akan lebih mudah menemukan arah hidup yang sesuai dengan tujuan Tuhan, yaitu mengenal Allah lebih dekat.

Proses mengenal diri ini menjadi lebih bermakna ketika seseorang mencapai pemahaman yang sempurna tentang siapa dirinya, baik dari segi fisik, mental, maupun spiritual. Dengan mengenali potensi dan kelemahan diri, seseorang dapat lebih bijaksana dalam bertindak dan menjalani kehidupan sehari-hari. Ketika pengetahuan tentang diri telah tercapai, maka jalan untuk mengenal Allah pun akan semakin terbuka lebar. Pemahaman ini menjadi landasan yang kuat untuk membangun hubungan yang lebih intim dengan Sang Pencipta.

Namun, kecintaan pada diri (mahabbah) dalam konteks spiritual tidak berarti mementingkan diri sendiri atau menjadi egois. Mahabbah atau cinta yang dimaksud adalah kecintaan yang tulus dan penuh penghargaan terhadap hidup yang diberikan oleh Allah. Cinta ini bukan untuk mencari perhatian atau pengakuan dari selain Allah, melainkan untuk memahami dan menghargai nilai serta potensi yang Allah tanamkan dalam diri setiap individu. Dengan begitu, kecintaan pada diri menjadi sarana untuk mendekatkan diri pada Tuhan, bukan menjauhkan diri dari-Nya.

Ketika seseorang benar-benar mencintai dirinya, ia akan mulai menghargai segala anugerah kehidupan yang ada padanya. Pemahaman ini membawa individu untuk lebih bersyukur atas setiap nikmat yang diberikan oleh Allah, dan mengarahkan dirinya pada jalan yang lebih dekat dengan-Nya. Dalam hal ini, mengenal diri sendiri dengan baik menjadi langkah awal yang penting dalam mengenal Allah, karena Allah adalah sumber segala kebaikan dan keindahan. Dengan mengenal diri dan menghargai anugerah hidup, seseorang akan semakin merasakan kedekatannya dengan Sang Pencipta..

Dalam Al-Quran banya ayat yang menekankan pentingnya cinta kepada Allah dan para makhluk. Misalnya dalam Q.S. Ali Imran: 31 Allah berfirman

قُلْ إِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ

Artinya : *“Katakanlah (Muhammad), “Jika kamu mencintai Allah, ikutilah aku, niscaya Allah Mencintaimu dan mengampuni dosa-dosamu.” Allah Maha Pengampun, Maha Penyayang.”* (detikhikmah)

Adapun hadist Nabi Muhammad SAW bersabda, "Allah mencintai hamba-Nya yang bertobat dan mencintai mereka yang bersih." Ini menunjukkan bahwa kecintaan kepada Allah diiringi dengan upaya untuk bersih dari dosa dan hawa nafsu.

Keegoisan dalam konteks beragama bisa diartikan sebagai sikap mementingkan diri sendiri, yang mengabaikan kebutuhan orang lain. Dalam banyak hal, ini tercermin dalam perilaku yang egois, seperti melakukan amal hanya untuk mendapatkan pengakuan atau pujian dari orang lain, bukan karena keikhlasan kepada Allah. Keegoisan ini menghalangi kita untuk benar-benar mengabdikan diri dalam ibadah, karena amal yang dilakukan dengan tujuan mendapatkan perhatian manusia tidak akan membawa manfaat spiritual yang sesungguhnya. Dalam Islam, setiap amal yang dilakukan harus dilandasi dengan niat yang tulus dan ikhlas hanya untuk Allah, tanpa mengharapkan pujian atau apresiasi dari makhluk-Nya.

Sikap keegoisan ini tidak hanya merusak kualitas ibadah kita, tetapi juga dapat mengganggu hubungan kita dengan Allah. Ketika amal kita dilandasi oleh niat untuk dilihat oleh orang lain, maka amal tersebut tidak lagi bernilai di sisi Allah. Sebaliknya, amal yang dilakukan dengan ikhlas, meski tidak terlihat oleh orang lain, lebih dihargai di hadapan-Nya. Ini menunjukkan bahwa Allah lebih melihat kepada hati dan niat seseorang, bukan sekadar

tindakan lahiriah. Keegoisan dalam ibadah pun sering kali menjauhkan kita dari hakikat ibadah itu sendiri, yang seharusnya menjadi sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah.

Selain keegoisan, kesombongan juga menjadi penghalang besar dalam kehidupan spiritual seorang hamba. Sombong adalah sikap yang menunjukkan ketidakpuasan terhadap apa yang Allah anugerahkan kepada kita, dan sering kali membuat seseorang merasa lebih tinggi atau lebih baik daripada orang lain. Dalam hal ini, kesombongan adalah bentuk penyalahgunaan sifat-sifat yang hanya pantas dimiliki oleh Allah, seperti kekuasaan dan kemuliaan. Ketika seseorang merasa lebih hebat, baik dalam hal pengetahuan, amal, atau status sosial, ia cenderung mengabaikan kenyataan bahwa semua yang dimilikinya adalah pemberian dari Allah.

Penting untuk disadari bahwa semua yang kita miliki, baik itu pengetahuan, amal, maupun status sosial, adalah anugerah dari Allah yang diberikan sesuai dengan kehendak-Nya. Tidak ada satupun hal di dunia ini yang bisa kita capai tanpa izin dan pertolongan dari-Nya. Oleh karena itu, kita seharusnya merasa rendah hati dan tidak menyombongkan diri. Dengan menyadari bahwa segala sesuatu yang kita miliki adalah titipan, kita akan lebih mampu bersyukur dan menghindari sikap sombong yang dapat merusak hubungan kita dengan Allah serta dengan sesama manusia.

Kesombongan dalam ibadah atau dalam kehidupan sosial mencerminkan ketidakpahaman kita tentang siapa kita di hadapan Allah. Allah adalah Maha Pencipta, dan kita adalah hamba-Nya yang diciptakan dengan segala kekurangan. Dalam pandangan Allah, tidak ada yang lebih tinggi kecuali Dia sendiri. Oleh karena itu, kita seharusnya merasa rendah hati dan tidak merasa lebih baik dari orang lain. Ketika kita mengingat bahwa segala kelebihan yang kita miliki berasal dari-Nya, maka kita akan lebih mudah untuk menjaga hati dan tidak terjerumus dalam sikap sombong.

Akhirnya, untuk menjaga kualitas ibadah dan hubungan kita dengan Allah, kita harus terus berusaha untuk bersikap ikhlas dan rendah hati. Keegoisan dan kesombongan hanya akan menghalangi kita untuk meraih kebahagiaan sejati di dunia dan akhirat. Dengan memahami bahwa segala sesuatu yang kita miliki adalah anugerah dari Allah, kita akan lebih mampu untuk bersyukur, beribadah dengan tulus, dan menjalin hubungan yang lebih baik dengan sesama. Sebagaimana yang diajarkan dalam agama, segala amal yang dilakukan

dengan niat yang benar akan mendekatkan kita kepada Allah dan membawa kita menuju kebahagiaan yang abadi.

Kecintaan kepada Allah merupakan perjalanan spiritual yang kompleks dan mendalam, yang dimulai dengan pengenalan diri. Sebelum kita bisa mencintai Allah dengan tulus, kita perlu memahami siapa diri kita, potensi yang kita miliki, dan kelemahan yang ada dalam diri. Pengenalan diri ini membantu kita untuk lebih sadar akan tujuan hidup yang lebih tinggi, yang tidak hanya berfokus pada kepentingan pribadi, tetapi juga pada pengabdian kepada Allah dan kebaikan sesama makhluk-Nya. Dengan mengenal diri lebih baik, kita akan dapat menjalani ibadah dengan penuh kesadaran dan ketulusan.

Ibadah menjadi elemen kunci dalam perjalanan kecintaan kepada Allah. Melalui ibadah, kita mengekspresikan rasa syukur dan penghambaan kita kepada Sang Pencipta. Namun, ibadah bukan sekadar rutinitas yang dilakukan tanpa makna. Ibadah yang dilakukan dengan hati yang ikhlas dan niat yang tulus akan membawa kedekatan yang lebih mendalam dengan Allah. Konsistensi dalam beribadah, baik dalam bentuk shalat, puasa, atau amal kebajikan lainnya, semakin mempererat hubungan kita dengan-Nya dan memperkuat rasa cinta kita kepada Allah.

Selain ibadah, syukur adalah kunci penting dalam memperkuat cinta kita kepada Allah. Dengan bersyukur, kita menyadari betapa banyak nikmat yang telah diberikan oleh-Nya, baik dalam bentuk materi, kesehatan, maupun keberkahan hidup yang sering kali kita anggap remeh. Syukur membawa kita pada kesadaran bahwa segala sesuatu yang kita miliki adalah anugerah dari Allah, dan sebagai bentuk cinta, kita merasa terdorong untuk terus beribadah dan menjalani hidup dengan lebih baik. Syukur juga mengajarkan kita untuk lebih menghargai kehidupan dan segala yang ada di sekitar kita, memperdalam makna dari setiap perbuatan baik yang kita lakukan.

Cinta kepada sesama makhluk-Nya adalah manifestasi lain dari kecintaan kita kepada Allah. Allah menciptakan semua makhluk-Nya dengan tujuan yang mulia, dan mencintai sesama adalah cara untuk menunjukkan rasa syukur kita atas ciptaan-Nya. Ketika kita mencintai dan menghormati sesama, kita juga sedang menjalankan perintah Allah untuk saling membantu, berbagi, dan menjaga keharmonisan hidup. Semua elemen ini—pengenalan diri, ibadah, syukur, dan cinta kepada sesama—saling melengkapi dan memperkuat hubungan kita dengan Allah, menciptakan ikatan spiritual yang mendalam dan penuh makna. Dengan

cinta ini, kita tidak hanya menemukan tujuan hidup yang lebih tinggi, tetapi juga merasakan kedamaian sejati dalam menjalani kehidupan.

Dalam wawancara peneliti menanyakan beberapa pertanyaan yang dapat menjawab bagaimana kondisi penerapan mahabbah pada jamaah tijaniyah. AF inisial dari anggota tarekat tijaniyah mengatakan bahwa mahabbah merupakan sebuah nilai ketasawufan yang dikandung dan menjadi modal utama dalam tarekat ini (Wawancara AF:19 Juli 2024).

Mahabbah, atau cinta yang tulus, merupakan nilai yang sangat penting dalam ajaran tasawuf, dan menjadi salah satu pokok dalam perjalanan spiritual seorang salik (penempuh jalan) tarekat. Dalam tasawuf, mahabbah bukan hanya sekadar rasa cinta biasa, tetapi cinta yang mendalam kepada Allah, yang meliputi segala aspek kehidupan seorang hamba. Cinta ini mendorong seseorang untuk mendekatkan diri kepada Allah melalui ibadah, dzikir, dan amal shalih, serta menjauhkan diri dari segala hal yang dapat menghalangi hubungan spiritual tersebut. Dengan mahabbah, seorang salik merasa terdorong untuk menyucikan hati dan menyelaraskan niatnya hanya untuk Allah semata, menjadikan cinta kepada-Nya sebagai motivasi utama dalam segala tindakannya.

Dalam tarekat, mahabbah bukan hanya menjadi sebuah konsep teoretis, tetapi juga menjadi modal utama dalam mencapai makrifat atau pengenalan yang lebih dalam kepada Allah. Cinta kepada Allah membawa seseorang untuk terus menghidupkan hati dengan rasa rindu dan kerinduan yang mendalam kepada-Nya. Ini adalah pendorong yang memberi kekuatan untuk melawan hawa nafsu dan memperbaiki diri dalam segala aspek. Oleh karena itu, mahabbah menjadi salah satu inti dari perjalanan spiritual dalam tarekat, yang tidak hanya mengarah pada pembersihan jiwa, tetapi juga pada pencapaian kedekatan yang semakin mendalam dengan Allah, yang menjadi tujuan utama dari setiap langkah yang ditempuh.

Selain kepada Allah dan rasulnya mahabbah dapat dilakukan kepada para guru, kiyai, syekh dan lainnya. Sama hal dalam tarekat tijaniyah yang mengajarkan arti dan makna dari mahabbah itu sendiri adalah berasa dari seorang guru, maka takdim terhadap guru merupakan salah satu contoh dari kondisi mahabbah seseorang.

Dari seorang guru lahir beberapa ilmu yang menambah kecintaan kita pada sang Kholik. Berdzikir dan bershawat merupakan sebuah keingatan, kecintaan kita terhadap Allah. Menurut AF ketika berdzikir dan bershawat itu merupakan tanda bahwa manusia

butuh terhadap kecintaan Allah dan sholawat bisa menjadi syafaat di hari akhir hal ini merupakan sebuah kecintaan dari Rasulullah kepada umatnya. (Wawancara AF:19 Juli 2024)

Ini adalah bentuk rasa cinta dan kepedulian saya kepada orang-orang di sekitar saya membantu mereka dalam hal yang baik, apapun itu, selama kita bisa. Tolong-menolong dalam kebaikan adalah ajaran yang sangat ditekankan dalam Islam, dan saya berusaha untuk menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Ketika kita bisa membantu, baik dalam bentuk materi, tenaga, atau doa, itu adalah wujud nyata dari kasih sayang kita terhadap sesama. Saya percaya, dengan saling mendukung, kita bisa menciptakan lingkungan yang lebih baik dan penuh berkah. Cinta kita kepada sesama harus bisa diwujudkan dalam setiap tindakan, sekecil apapun itu, selama itu untuk kebaikan. Mungkin bagi saya, ini adalah cara untuk menunjukkan rasa cinta kepada orang lain, bahkan kepada mereka yang belum tentu sejalan dengan kita dalam hal kepercayaan atau paham. (Wawancara AF:19 Juli 2024).

Dalam mencintai sesama hamba Allah, saya berusaha untuk menunjukkan rasa cinta saya dengan mengajak orang-orang di sekitar saya untuk terus bersama-sama berada di jalan Allah SWT. Cinta yang hakiki bukan hanya berupa ucapan, tetapi lebih kepada tindakan yang mengajak sesama untuk selalu berada dalam kebaikan dan mendekatkan diri kepada Allah. Saya berusaha untuk saling mengingatkan, memberi nasihat dengan cara yang baik, serta berbagi ilmu yang bermanfaat agar kita bisa terus tumbuh bersama dalam keimanan. (Wawancara AS: 07 September 2024).

Saya sedang berusaha untuk mengenal Allah dengan lebih mendalam, karena saya percaya bahwa semakin dekat saya dengan-Nya, semakin saya dapat memahami diri saya sendiri. Dengan mengenal Allah, saya belajar tentang tujuan hidup saya, nilai-nilai yang seharusnya saya pegang, dan cara terbaik untuk menjalani hidup ini. Ketika saya semakin memahami sifat-sifat Allah, seperti kasih sayang, keadilan, dan kebesaran-Nya, saya juga mulai melihat siapa diri saya sebenarnya, kekurangan dan kelebihan saya, serta bagaimana seharusnya saya bertindak dalam hidup ini. Proses ini membantu saya untuk lebih jujur pada diri sendiri dan lebih bersyukur atas segala yang telah diberikan Allah. Saya percaya, dengan mengenal Allah, saya akan semakin mampu mengenal diri saya dengan lebih baik dan menjadi pribadi yang lebih baik pula. (Wawancara AS:07 September 2024).

Kondisi mahabbah dalam tarekat Tijaniyah berpusat pada pengalaman spiritual cinta yang mendalam kepada Allah, Rasulullah SAW, dan para wali. Tarekat ini mengajarkan

bahwa cinta kepada Tuhan adalah dasar dari perjalanan spiritual seorang murid. Mahabbah ini dicapai melalui pengamalan zikir yang intens. Zikir dipercaya dapat membuka hati dan jiwa seorang murid untuk merasakan kedekatan dengan Allah. Secara esensial, cinta ini tidak hanya sebuah perasaan tetapi juga tindakan yang mencerminkan kesetiaan dan ketaatan dalam kehidupan sehari-hari.

Mahabbah dalam tarekat Tijaniyah juga mengarah pada pemahaman yang mendalam tentang ketergantungan kepada Allah. Seiring dengan berjalannya waktu dan pengamalan dzikir yang istiqamah, seorang murid akan semakin merasa bahwa segala sesuatu yang terjadi dalam hidupnya adalah takdir dari Allah yang harus diterima dengan lapang dada. Ini adalah bagian dari tawakkul, yaitu pasrah dan percaya penuh pada keputusan Allah. Dalam al-Maqasid al-Tijaniyah, disebutkan bahwa seorang murid yang telah mencapai kondisi mahabbah akan merasa bahwa setiap ujian hidup adalah bentuk kasih sayang Allah yang mengarahkannya untuk lebih mendekatkan diri kepada-Nya. Dengan kesadaran ini, hati seorang murid menjadi lebih tenang dan damai.

Akhirnya, dalam tarekat Tijaniyah, mahabbah juga mempengaruhi interaksi sosial dan akhlak seseorang. Seorang murid yang telah merasakan kedalaman cinta kepada Allah dan Rasul-Nya cenderung memiliki sikap yang lebih sabar, rendah hati, dan penuh kasih sayang kepada orang lain. Dalam al-Intisar fi al-Radd ala al-A'wa, dijelaskan bahwa kondisi mahabbah membawa seseorang untuk selalu berbuat baik, menjaga hubungan baik dengan sesama, serta menghindari sifat-sifat buruk. Cinta kepada Allah tidak hanya tercermin dalam hubungan vertikal dengan Tuhan, tetapi juga dalam hubungan horizontal dengan sesama manusia, sebagaimana teladan yang diajarkan oleh Nabi Muhammad SAW.

B. Kondisi Aspek *Selflove* Pada Jamaah Aliran Tarekat Tijaniyah

Allah memberikan banyak ilmu dan petunjuk kepada setiap hamba-Nya sebagai sarana untuk mendekatkan diri kepada-Nya. Dalam perjalanan spiritual ini, ibadah menjadi salah satu bentuk utama yang dapat membawa kita lebih dekat kepada Allah. Ketika ibadah dilakukan dengan penuh ketulusan, niat yang bersih, dan pengabdian yang tanpa pamrih, hal itu bukan hanya sekadar kewajiban, tetapi juga merupakan bentuk dari self-love. Melalui ibadah, seseorang belajar mencintai dirinya sendiri dengan cara yang benar, yaitu dengan memilih untuk berbuat baik, mengorbankan kesenangan duniawi demi kedamaian batin dan kebahagiaan yang lebih hakiki.

Self-love dalam konteks ini bukanlah tentang mementingkan diri sendiri dengan cara yang egois, tetapi tentang mencintai diri melalui pengorbanan yang penuh kesadaran dan keikhlasan. Ketika seseorang memilih untuk meninggalkan hal-hal yang sementara dan bersifat duniawi yang mungkin tampak menyenangkan tetapi tidak membawa kedamaian demi menjalankan ibadah dan perintah Allah, maka itu adalah tindakan cinta sejati terhadap diri sendiri. Meskipun proses tersebut mungkin terasa panjang dan penuh tantangan, pada akhirnya ia akan mendapatkan reward atau pencapaian yang jauh lebih indah dan bermakna, baik di dunia maupun di akhirat.

Pada titik ini, *self-love* yang dimaksud bukan hanya mencintai diri dengan cara memenuhi keinginan pribadi, tetapi lebih kepada memilih yang terbaik menurut Allah, meskipun hal tersebut mungkin tidak sesuai dengan apa yang dipikirkan oleh manusia. Banyak hal yang menurut pandangan manusia adalah kenikmatan atau kesenangan, namun dalam pandangan Allah, hal tersebut bisa jadi tidak membawa kebaikan yang sejati. Allah, sebagai Maha Mengetahui, lebih memahami apa yang terbaik untuk hamba-Nya. Terkadang, sesuatu yang kita anggap menyenangkan bisa membawa kita jauh dari-Nya, sementara sesuatu yang kita anggap sulit atau penuh pengorbanan, justru membawa kita lebih dekat kepada-Nya.

Penting untuk disadari bahwa Allah mengetahui segala sesuatu yang ada pada diri kita—baik itu keinginan, kelemahan, maupun potensi. Oleh karena itu, kita harus belajar untuk percaya bahwa setiap keputusan yang Allah tetapkan untuk kita adalah yang terbaik, meskipun mungkin tampak berat atau sulit. Dalam pandangan Allah, kebaikan dan kebahagiaan tidak selalu datang dari hal-hal yang langsung kita nikmati atau inginkan. Kadang-kadang, pengorbanan yang kita lakukan untuk kebaikan yang lebih besar justru membawa kedamaian dan kepuasan batin yang lebih mendalam, yang tidak bisa diukur dengan standar duniawi.

Dengan memahami bahwa Allah selalu memberikan yang terbaik bagi hamba-Nya, kita bisa belajar untuk lebih mencintai diri kita dengan cara yang lebih bijaksana. Self-love bukan hanya soal memberi kebahagiaan sesaat, tetapi tentang memilih jalan yang membawa kita pada kedamaian sejati dan kedekatan dengan Allah. Setiap langkah dalam ibadah, meskipun terkadang penuh tantangan, adalah bentuk dari kecintaan kita kepada Allah dan bentuk penghormatan terhadap diri kita sendiri. Melalui perjalanan ini, kita tidak hanya belajar

mencintai diri kita dengan cara yang benar, tetapi juga belajar untuk mencintai Allah dengan sepenuh hati.

Kesadaran diri merupakan langkah penting dalam menentukan tujuan hidup yang sesuai dengan kehendak Allah. Ketika kita memiliki pemahaman yang jelas tentang nilai-nilai dan keinginan kita, kita dapat lebih mudah menyelaraskan tujuan hidup dengan apa yang diinginkan oleh Allah. Dengan kesadaran ini, kita mampu melihat kehidupan dengan perspektif yang lebih dalam, menyadari bahwa setiap langkah yang kita ambil memiliki tujuan yang lebih besar, yaitu untuk mendekatkan diri kepada-Nya. Rasa makna ini memberi kita kekuatan untuk terus bertahan dan berusaha, bahkan dalam situasi yang penuh tantangan.

Saya menyadari bahwa saya tidak sempurna, pasti ada kekurangan dalam diri saya. Namun, saya juga tahu bahwa ada banyak kelebihan yang diberikan kepada saya. Semua itu adalah anugerah dari Allah dan hasil dari usaha saya sendiri. Saya mensyukuri segala yang ada pada diri saya, baik itu kekurangan maupun kelebihan, karena saya percaya bahwa setiap hal yang saya miliki adalah bagian dari takdir yang telah ditentukan oleh-Nya. (Wawancara AS:07 September 2024).

Self-awareness atau kesadaran diri tidak hanya membantu kita mengenal diri lebih baik, tetapi juga berfungsi sebagai pendorong pertumbuhan spiritual. Dengan menyadari kekuatan dan kelemahan kita, kita dapat memperbaiki diri dan meningkatkan kualitas ibadah kita. Kesadaran ini juga mengajarkan kita untuk lebih bijaksana dalam bertindak, membuat keputusan yang lebih baik, dan hidup sesuai dengan nilai-nilai agama. Semakin kita mengenal diri, semakin kita menyadari bahwa hidup ini adalah sarana untuk mengabdikan kepada Allah, dan setiap amal yang kita lakukan adalah bentuk dari rasa cinta kita kepada-Nya.

Melalui self-awareness, kita tidak hanya mengenal potensi diri, tetapi juga lebih menghargai setiap anugerah yang Allah berikan. Kesadaran ini memperkuat hubungan kita dengan Allah dan mendalami rasa cinta kita kepada-Nya. Ketika kita selaras dengan kehendak-Nya, hidup kita menjadi lebih terarah dan penuh makna, karena kita tahu bahwa setiap langkah yang kita ambil berada di jalan yang diridhai oleh Allah. Dengan demikian, kesadaran diri bukan hanya sebuah alat untuk mengenal diri, tetapi juga sarana untuk mencapai kedamaian dan kebahagiaan sejati yang hanya bisa ditemukan dalam kedekatan dengan Allah. Dengan memahami diri sendiri, kita dapat:

- a) Mengenali Potensi Spiritualitas: Mengetahui apa yang dapat kita lakukan untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah.
- b) Mengatasi Hambatan: Menghadapi dan mengatasi halangan dalam perjalanan spiritual kita, seperti rasa malas atau keraguan.

Saya tidak menyalahkan kegagalan yang terjadi dalam hidup saya. Saya menyadari bahwa kegagalan adalah bagian dari proses pembelajaran dan jalan untuk menjadi lebih baik. Terkadang, meskipun sudah berusaha sebaik mungkin, hasilnya tidak sesuai harapan. Namun, saya percaya bahwa setiap kegagalan mengajarkan saya untuk lebih kuat dan lebih bijaksana dalam menghadapi tantangan di masa depan. (Wawancara AS:07 September 2024).

Saya selalu berusaha mengambil keputusan dengan matang dan bijaksana. Sebelum membuat pilihan, saya mempertimbangkan berbagai faktor, termasuk kemampuan diri saya. Saya mencoba untuk tidak terburu-buru, tetapi memikirkan segala kemungkinan dengan hati-hati, agar keputusan yang diambil sesuai dengan kondisi dan kapasitas saya saat itu.

C. Nilai Mahabbah Dalam Tarekat Tijaniyah Dapat Membantu Memperkuat *Selflove* Pada Jamaah Aliran Tarekat Tijaniyah

Tarekat Tijaniyah merupakan salah satu tarekat yang berkembang pesat di dunia Islam, terutama di kalangan umat Muslim di Afrika dan Asia. Tarekat ini dikenal karena ajarannya yang menekankan pentingnya hubungan cinta (*mahabbah*) kepada Allah, Rasulullah, serta kepada sesama. Nilai mahabbah, yang berarti cinta yang mendalam, menjadi salah satu inti ajaran tarekat ini. Dalam konteks ini, mahabbah tidak hanya merujuk pada cinta kepada Tuhan, tetapi juga mencakup cinta terhadap diri sendiri (*self-love*) sebagai bagian dari perjalanan spiritual. Hal ini menunjukkan bahwa tarekat Tijaniyah memiliki peran penting dalam memperkuat *self-love* di kalangan jamaahnya.

Mahabbah dalam konteks tarekat Tijaniyah lebih dari sekedar perasaan cinta biasa. Ia adalah suatu kondisi spiritual yang tinggi, di mana seorang hamba merasakan kedekatan yang mendalam dengan Tuhan. Dalam pengajaran tarekat ini, setiap amalan dan dzikir yang dilakukan bertujuan untuk menumbuhkan cinta kepada Allah dan Rasul-Nya. Ketika seorang jamaah merasakan cinta kepada Allah, ia akan lebih mudah menerima diri sendiri sebagai ciptaan-Nya, yang pada gilirannya akan memperkuat rasa cinta terhadap dirinya sendiri atau *self-love*. *Self-love* dalam pandangan tarekat ini bukanlah egoisme atau narsisme, tetapi lebih

pada penghargaan terhadap diri sebagai makhluk yang diciptakan oleh Tuhan dengan tujuan mulia.

Self-love yang dimaksud dalam konteks tarekat Tijaniyah adalah penerimaan diri dengan penuh rasa syukur dan rendah hati. Cinta kepada diri sendiri, dalam hal ini, adalah wujud dari kesadaran akan pentingnya hubungan yang harmonis dengan Tuhan. Dalam banyak ajaran spiritual, termasuk di dalam Tarekat Tijaniyah, seorang mukmin diajarkan untuk mencintai diri sendiri dalam kerangka ketundukan kepada Tuhan. Ketika seseorang merasa dicintai oleh Allah, ia akan lebih mudah untuk merawat diri, baik fisik maupun spiritual, karena ia menyadari bahwa dirinya berharga di mata Tuhan.

Pentingnya nilai mahabbah dalam memperkuat *self-love* pada jamaah tarekat Tijaniyah juga dapat dilihat dari proses pembimbingan spiritual yang dilakukan oleh mursyid (pemimpin tarekat). Mursyid berperan sebagai pendamping dalam perjalanan spiritual jamaah, mengajarkan mereka untuk mencintai Allah dengan sepenuh hati. Dengan demikian, jamaah belajar untuk lebih menghargai dirinya sendiri sebagai bagian dari perjalanan spiritual yang lebih luas. Proses ini memungkinkan individu untuk lebih mengerti dan menerima dirinya dengan segala kekurangan dan kelebihan yang ada.

Selain itu, dzikir dan amalan spiritual lain yang diajarkan dalam tarekat Tijaniyah juga memiliki pengaruh besar dalam pengembangan *self-love*. Dzikir yang dilakukan secara rutin dan khushuk membantu jamaah untuk membersihkan hati dan pikiran dari perasaan negatif. Ketika hati menjadi tenang dan penuh dengan cinta kepada Allah, maka perasaan cinta terhadap diri sendiri juga akan tumbuh dengan sendirinya. Dzikir ini mengingatkan jamaah bahwa mereka adalah hamba yang dicintai oleh Tuhan, dan dengan demikian, mereka pantas untuk mencintai diri mereka sendiri.

Pada tingkat yang lebih mendalam, ajaran tarekat Tijaniyah mengajarkan jamaah untuk memahami bahwa *self-love* bukanlah bentuk kepuasan diri yang berlebihan, melainkan bagian dari cinta kepada Allah yang mengarah pada pengembangan karakter dan akhlak yang baik. Hal ini mengarah pada pemahaman bahwa menghargai diri sendiri berarti menjaga hubungan yang baik dengan Allah dan sesama. Ketika seseorang mencintai dirinya, ia akan lebih berhati-hati dalam tindakan dan perkataan, karena ia menyadari bahwa setiap perbuatan adalah cerminan dari cintanya kepada Tuhan.

Dalam konteks sosial, nilai mahabbah dalam tarekat Tijaniyah juga mengajarkan jamaah untuk mencintai sesama manusia, yang pada gilirannya memperkuat rasa cinta terhadap diri sendiri. Cinta yang ditujukan kepada sesama menciptakan lingkungan yang mendukung, di mana jamaah merasa dihargai dan diterima. Dalam lingkungan yang penuh dengan cinta dan kasih sayang ini, setiap individu akan merasa lebih dihargai, baik dalam hubungan spiritual dengan Tuhan maupun dalam hubungan sosial dengan sesama, yang pada akhirnya memperkuat rasa cinta terhadap diri sendiri.

Salah satu contoh konkret penerapan nilai mahabbah dalam kehidupan sehari-hari adalah bagaimana jamaah tarekat Tijaniyah saling mendukung satu sama lain dalam perjalanan spiritual mereka. Melalui saling memberi dukungan dan nasihat yang baik, mereka memperkuat rasa cinta dan kasih sayang tidak hanya kepada Allah, tetapi juga kepada diri mereka sendiri. Ketika seseorang merasa didukung oleh komunitasnya, ia akan lebih mudah merasa diterima dan dicintai, yang pada gilirannya memperkuat rasa *self-love*.

Selain itu, tarekat Tijaniyah juga mengajarkan pentingnya mengendalikan nafsu dan hawa nafsu, yang sering kali menjadi penghalang dalam memperkuat *self-love*. Dengan mengontrol nafsu, jamaah dapat lebih fokus pada kebahagiaan yang bersumber dari cinta kepada Allah, bukan dari pemenuhan kebutuhan duniawi semata. Proses ini membantu jamaah untuk lebih menghargai diri mereka sendiri, karena mereka menyadari bahwa kebahagiaan sejati tidak berasal dari dunia, melainkan dari hubungan yang erat dengan Tuhan.

Secara keseluruhan, nilai mahabbah dalam Tarekat Tijaniyah berperan penting dalam memperkuat *self-love* pada jamaahnya. Melalui pengajaran tentang cinta kepada Allah dan sesama, serta pengembangan karakter yang baik, jamaah dapat memperkuat rasa cinta terhadap diri mereka sendiri. *Self-love* dalam konteks ini adalah penerimaan diri yang penuh dengan rasa syukur dan ketundukan kepada Tuhan. Oleh karena itu, Tarekat Tijaniyah tidak hanya membimbing jamaah dalam perjalanan spiritual menuju kedekatan dengan Tuhan, tetapi juga membantu mereka untuk mencintai diri mereka sendiri dengan cara yang sehat dan penuh makna.