

PENGALAMAN SPIRITUALITAS DALAM *TAFAKKUR* ALAM
(Studi Fenomenologi pada Anggota *Raheela Community* di Yayasan Pemuda
Hijrah)

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag.)



Muhammad Iqbal Arraffi

1221040075

JURUSAN TASAWUF DAN PSIKOTERAPI

FAKULTAS USHULUDDIN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN GUNUNG DJATI BANDUNG

2026

ABSTRAK

Muhammad Iqbal Arraffi, 1221040075, 2026: “Pengalaman Spiritualitas dalam *Tafakur Alam* (Studi Fenomenologi pada Anggota *Raheela Community* di Yayasan Pemuda Hijrah)

Fenomena krisis spiritual pada masyarakat modern mendorong kebutuhan akan pembinaan spiritual yang memberikan pengalaman religius secara langsung. Salah satunya melalui tafakur alam, yaitu perenungan terhadap ayat-ayat kauniyah Allah melalui interaksi dengan alam. *Raheela Community* Yayasan Pemuda Hijrah mengintegrasikan kegiatan alam dengan pembinaan spiritual untuk membangun kesadaran ketuhanan dan mengarahkan anggotanya pada *proses pengenalan kepada Allah*. Penelitian ini bertujuan mengetahui makna tafakur alam, mendeskripsikan pengalaman spiritual anggota, serta mengidentifikasi faktor yang memengaruhinya.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Informan berjumlah lima anggota aktif *Raheela Community* yang dipilih secara *purposive sampling*. Data diperoleh melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan melalui reduksi data, *coding*, kategorisasi, penentuan tema, dan penarikan kesimpulan. Keabsahan data diuji melalui triangulasi sumber dan metode.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tafakur alam dimaknai sebagai proses perenungan terhadap ayat-ayat kauniyah yang meningkatkan rasa syukur, muhasabah, dan kesadaran akan kebesaran Allah. Pengalaman spiritual ditandai dengan rasa takjub, ketenangan batin, kedekatan dengan Allah, perubahan cara pandang terhadap kehidupan, serta peningkatan kualitas ibadah dan kepedulian terhadap sesama dan alam.

Temuan penelitian juga menunjukkan bahwa pengalaman spiritual anggota tidak hanya dipengaruhi oleh proses perenungan secara personal, tetapi juga oleh lingkungan dan dinamika komunitas. Faktor internal meliputi niat, kesiapan hati, dan kondisi psikologis, sedangkan faktor eksternal mencakup kondisi alam, budaya spiritual komunitas, pendampingan pembina, dan interaksi antaranggota. Adapun hambatan yang ditemukan berupa cuaca, kebisingan lingkungan, serta perilaku pengunjung yang kurang menjaga adab terhadap alam. Dengan demikian, tafakur alam dapat menjadi salah satu media pembinaan spiritual yang membantu anggota *Raheela Community* memperdalam kesadaran ketuhanan dan menjalani proses pengenalan kepada Allah.

Kata Kunci: Pengalaman Spiritual, Tafakur Alam, *Proses Pengenalan kepada Allah*, Fenomenologi, *Raheela Community*

LEMBAR PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, Saya:

Nama : Muhammad Iqbal Arraffi

Tempat/Tanggal Lahir : Bandung, 10 Februari 2004

NIM : 1221040075

Jurusan/Fakultas : Tasawuf dan Psikorapi/ Ushuluddin

Judul Skripsi : Pengalaman Spiritualitas Dalam *Tafakkur* Alam (Studi Fenomenologi Pada Anggota *Raheela Community* Di Yayasan Pemuda Hijrah)

Menyatakan bahwa :

1. Skripsi yang saya ajukan ini benar asli karya ilmiah yang saya tulis sendiri.
2. Skripsi ini tidak pernah dikumpulkan kepada lembaga pendidikan tinggi manapun untuk mendapatkan gelar akademik apapun.
3. Apabila dikemudian hari ternyata diketahui bahwa karya ini bukan karya ilmiah yang saya buat, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh.

Demikian, pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Bandung, 07 Juli 2026

Muhammad Iqbal Arraffi

NIM. 1221040075

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

Pengalaman Spiritualitas dalam *Tafakkur* Alam (Studi Fenomenologi pada Anggota *Raheela Community* di Yayasan Pemuda Hijrah)

Oleh:

Muhammad Iqbal Arraffi

NIM. 1221040075

Menyetujui:

Dosen Pembimbing 1

Dosen Pembimbing 2

Dr. Cucu Setiawan, S. Psi. I, M. Ag

NIP.198008252007101003

**Dr. Yulianti, S. Psi. I, M. Pd, M. M.
Pd**

NIP.198007182005012003

Mengetahui

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Ketua Jurusan

Tasawuf dan Psikoterapi

Dekan

Fakultas Ushuluddin

Dr. Cucu Setiawan, S. Psi. I, M. Ag

NIP.198008252007101003

**Dr. Yulianti, S. Psi. I, M. Pd, M. M.
Pd**

NIP.198007182005012003

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi yang berjudul “**Pengalaman Spiritualitas dalam *Tafakkur* Alam (Studi Fenomenologi pada Anggota *Raheela Community* di Yayasan Pemuda Hijrah)**” disusun oleh Muhammad Iqbal Arraffi (NIM.1221040075) telah dipertanggungjawabkan dalam Sidang Munaqasyah Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin, UIN Sunan Gunung Djati Bandung pada hari Rabu 29 Juli 2026. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Agama (S. Ag) pada Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi.

Bandung, 29 Juli 2026

Sidang Munaqasyah

Ketua Majelis

Sekretaris Majelis

Dr. Ecep Ismail, M. Ag

NIP.197107272000031001

Dr. Cucu Setiawan, S. Psi. I, M. Ag

NIP.198008252007101003



Diuji oleh:

Penguji 1

Penguji 2

NIP.

NIP.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah Swt. atas segala rahmat, hidayah, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Pengalaman Spiritualitas dalam *Tafakkur* Alam (Studi Fenomenologi pada Anggota *Raheela Community* di Yayasan Pemuda Hijrah" dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Agama pada Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa penyelesaian penelitian tidak terlepas dari bantuan, dukungan, bimbingan, serta doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah Swt., atas segala nikmat, rahmat, petunjuk, serta kemudahan yang senantiasa diberikan kepada penulis dalam setiap proses penyusunan skripsi ini.
2. Prof. Dr. Wahyudin Darmalaksana, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung yang telah memberikan arahan dalam proses akademik.
3. Dr. Cucu Setiawan, S.Psi.I., M.Ag., selaku Ketua Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi sekaligus Dosen Pembimbing I yang telah memberikan kemudahan, arahan serta motivasi selama proses penyusunan skripsi ini.
4. Dr. Yulianti, S.Psi.I., M.Pd., M.M.Pd., selaku Dosen Pembimbing II yang dengan penuh kesabaran telah memberikan ilmu, arahan, kritik, dan saran yang konstruktif sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Habil Muhammad Ghifary, S.IP., selaku Ketua *Raheela Community* yang telah memberikan izin penelitian, mendampingi proses pengumpulan data, serta

memberikan banyak informasi dan pengalaman yang sangat berharga sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

6. Program Beasiswa Santri Berprestasi (PBSB) Kementerian Agama Republik Indonesia, yang telah memberikan kesempatan yang tak terduga kepada penyusun, untuk menempuh perkuliahan tanpa perlu khawatir atas segala biaya yang ada.
7. Alm. Agus Hasanuddin S.Ag, bapa tercinta yang selama hidupnya senantiasa membimbing, memberikan semangat serta contoh atas arti apa itu perjuangan. Terimakasih senantiasa memberikan kasih sayang, dukungan moral maupun material, serta menjadi sumber semangat bagi penyusun dalam menyelesaikan pendidikan.
8. Rubiyanti, ibu tercinta yang selalu senantiasa memberikan kasih sayang tanpa henti, terimakasih atas segala do'a yang senantiasa dipanjatkan kepada penyusun yang menjadi dorongan serta penyemangat untuk selalu berjuang didalam segala aspek kehidupan.
9. Saudara-Saudaraku tersayang, a Salman, a sahrul, a indra dan adikku Ihsan yang telah menjadi bagian dalam kehidupan penyusun, terima kasih telah menemani dalam suka dan dukanya Kehidupan.
10. Teman-teman Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 22, terkhusus kelas TP D Yang selalu menemani dalam susah senangnya perkuliahan. Terimakasih atas segala cerita yang telah dilalui Bersama.
11. Terakhir, Terima kasih Kepada diri saya Sendiri Muhammad Iqbal Arraffi yang selalu senantiasa berjuang untuk menghadapi segala tantangan kehidupan. Walaupun dalam perjalanya dipenuhi dengan keluh kesah serta hambatan yang menghadang.

Penyusun menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki berbagai keterbatasan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan karya ilmiah ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang Tasawuf dan Psikoterapi, serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.

Bandung, Juli 2026

Penyusun

Muhammad Iqbal Arraffi



DAFTAR ISI

COVER

ABSTRAK	i
LEMBAR PERNYATAAN KARYA SENDIRI	i
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	13
C. Tujuan Penelitian	14
D. Manfaat Penelitian.....	14
E. Kerangka Berpikir.....	16
F. Permasalahan Utama.....	20
G. Penelitian Terdahulu.....	24
BAB II	28
KAJIAN PUSTAKA	28
A. Kajian tentang Pengalaman Spiritual.....	28
1. Pengertian Pengalaman Spiritual.....	28
2. Perbedaan Pengalaman Spiritual dan Pengalaman Emosional	32
3. Karakteristik Pengalaman Spiritual	34
4. Dimensi Pengalaman Spiritual	38
5. Pengalaman Spiritual dalam Perspektif Islam	42
6. Pengalaman Spiritual dalam Perspektif Tasawuf.....	45
B. Kajian tentang <i>Tafakkur</i> Alam.....	49
1. Pengertian <i>Tafakkur</i>	49
2. Dasar Al-Qur'an dan Hadis tentang <i>Tafakkur</i> Alam.....	53
3. <i>Tafakkur</i> Alam dalam Perspektif Ulama Tasawuf	58

4. Bentuk-Bentuk <i>Tafakkur</i> Alam	63
C. Kajian tentang Ekoteologi Islam	68
1. Pengertian Ekoteologi.....	68
2. Dasar Teologis Hubungan Manusia dan Alam dalam Islam	70
3. Alam dalam Perspektif Al-Qur'an.....	72
4. Ekoteologi dalam Perspektif Seyyed Hossein Nasr.....	73
5. Relevansi Ekoteologi terhadap Pengalaman Spiritual	73
BAB III.....	72
METODOLOGI PENELITIAN	72
A. Pendekatan dan Metode Penelitian	72
B. Jenis dan Sumber Data.....	73
C. Teknik Pengumpulan Data.....	75
D. Teknik Analisis Data	82
E. Teknik Validasi Data	85
F. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	86
BAB IV	89
HASIL DAN PEMBAHASAN	89
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	89
1. Profil <i>Raheela Community</i>	89
2. Sejarah Berdirinya <i>Raheela Community</i>	90
3. Visi dan Misi <i>Raheela Community</i>	91
4. Kondisi Sosial, Geografis, dan Lingkungan Penelitian	92
5. Informan Penelitian	93
B. Hasil Penelitian	94
C. Pembahasan Hasil Penelitian.....	105
1. Analisis Makna <i>Tafakur</i> Alam bagi Anggota <i>Raheela Community</i> dalam Perjalanan Spiritual Menuju Proses pengenalan kepada Allah	105
2. Analisis Pengalaman Spiritual Anggota <i>Raheela Community</i> dalam Mengikuti Kegiatan <i>Tafakur</i> Alam	114
3. Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengalaman Spiritual Anggota <i>Raheela Community</i> dalam <i>Tafakur</i> Alam	120
4. Perbandingan dengan Penelitian Terdahulu.....	126
BAB V	128
PENUTUP	128
A. Simpulan	128

B. Saran	130
DAFTAR PUSTAKA	132
LAMPIRAN.....	135
RIWAYAT HIDUP	165



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Pedoman Observasi	75
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Wawancara Penelitian Pengalaman Spiritual dalam <i>Tafakkur</i> Alam	76
Tabel 4.1 Hasil Coding Rumusan Masalah pertama	104
Tabel 4.2 Hasil Coding Rumusan Masalah Kedua	114
Tabel 4.3 Hasil Coding Rumusan Masalah Ketiga.....	120



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Kerangka Berpikir.....	19
-----------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 surat keterangan penelitian	135
Lampiran 2 Bimbingan	137
Lampiran 3 Dokumentasi Wawancara dan Observasi.....	138
Lampiran 4 surat persetujuan narasumber utama	141
Lampiran 5 Transkrip wawancara narasumber utama.....	146
Lampiran 6 kategorisasi tema (coding)	155



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Fenomena kesehatan mental pada generasi muda saat ini menjadi salah satu isu yang mendapatkan perhatian serius baik di tingkat global maupun nasional. Perkembangan teknologi digital yang sangat pesat telah mengubah pola kehidupan masyarakat, khususnya remaja dan pemuda dalam berbagai aspek kehidupan. Kemudahan akses informasi yang seharusnya memberikan manfaat justru sering kali menghadirkan tekanan baru berupa tuntutan sosial, kompetisi akademik, perbandingan diri melalui media sosial, serta meningkatnya ekspektasi terhadap pencapaian hidup. Selain itu, perubahan pola interaksi sosial yang semakin bergeser ke ruang digital menyebabkan berkurangnya kualitas hubungan interpersonal yang bermakna. Kondisi tersebut diperparah oleh ketidakpastian ekonomi, perubahan sosial yang cepat, serta berbagai tantangan global yang memengaruhi cara generasi muda memandang masa depan mereka. Akibatnya, banyak remaja dan pemuda mengalami tekanan psikologis yang berdampak pada kesejahteraan mental, emosional, dan sosial mereka. Kondisi ini menunjukkan bahwa kesehatan mental generasi muda telah menjadi persoalan yang kompleks dan memerlukan perhatian yang serius dari berbagai pihak.

Berdasarkan data dari *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) menunjukkan bahwa satu dari tiga remaja Indonesia mengalami masalah kesehatan mental dalam kurun waktu dua belas bulan terakhir. Selain itu, satu dari dua puluh remaja mengalami gangguan mental yang terdiagnosis secara klinis, dengan gangguan kecemasan menjadi jenis gangguan yang paling dominan (Indonesia National Adolescent Mental Health Survey, 2022). Temuan tersebut menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental bukan lagi fenomena yang bersifat individual, melainkan telah menjadi persoalan yang dialami oleh sebagian besar kelompok usia remaja di Indonesia. Tingginya angka gangguan mental pada kelompok usia muda mengindikasikan

adanya berbagai faktor risiko yang memengaruhi kondisi psikologis mereka, baik yang berasal dari lingkungan keluarga, pendidikan, pergaulan, maupun perkembangan teknologi informasi. Gangguan kecemasan yang mendominasi juga menunjukkan bahwa banyak remaja menghadapi kekhawatiran berlebihan terhadap masa depan, relasi sosial, maupun tuntutan kehidupan sehari-hari. Apabila kondisi tersebut tidak ditangani secara tepat, maka dapat berdampak pada penurunan kualitas hidup, prestasi akademik, serta kemampuan individu dalam menjalankan fungsi sosialnya. Oleh karena itu, temuan ini menjadi dasar penting untuk mengembangkan berbagai pendekatan yang mampu membantu generasi muda mengelola tekanan psikologis yang mereka alami.

Kondisi tersebut diperkuat oleh laporan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia yang menyebutkan bahwa sekitar 6,1% penduduk Indonesia berusia di atas 15 tahun mengalami gangguan kesehatan mental. Angka tersebut menunjukkan bahwa permasalahan kesehatan mental telah berkembang menjadi isu kesehatan masyarakat yang signifikan dan membutuhkan penanganan yang lebih komprehensif. Masalah kesehatan mental tidak hanya berkaitan dengan gangguan psikologis yang dapat didiagnosis secara klinis, tetapi juga mencakup berbagai kondisi emosional yang memengaruhi fungsi individu dalam kehidupan sehari-hari. Tingginya prevalensi gangguan mental menunjukkan bahwa kebutuhan masyarakat terhadap layanan kesehatan mental semakin meningkat dari tahun ke tahun. Namun demikian, pendekatan yang digunakan selama ini masih banyak berfokus pada aspek medis dan psikologis sehingga dimensi spiritual sering kali belum mendapatkan perhatian yang memadai. Padahal, dalam banyak kasus, individu yang mengalami gangguan psikologis juga menghadapi krisis makna hidup dan kekosongan spiritual yang turut memperburuk kondisi mental mereka. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang lebih holistik dengan mengintegrasikan aspek psikologis dan spiritual dalam upaya menjaga kesehatan mental masyarakat.

Secara global, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan bahwa gangguan kecemasan menjadi salah satu gangguan mental yang paling umum terjadi pada kelompok usia remaja. WHO memperkirakan sekitar 5,3% remaja usia 15–19 tahun mengalami gangguan kecemasan yang berdampak pada kualitas hidup, hubungan sosial, dan perkembangan diri mereka (World Health Organization, 2024). Data tersebut menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental pada generasi muda bukan hanya terjadi di Indonesia, tetapi juga menjadi tantangan yang dihadapi oleh berbagai negara di dunia. Gangguan kecemasan dapat memengaruhi kemampuan individu dalam mengambil keputusan, menjalin hubungan sosial, serta mengembangkan potensi dirinya secara optimal. Dalam jangka panjang, kondisi tersebut berpotensi menimbulkan berbagai masalah lanjutan seperti depresi, isolasi sosial, hingga menurunnya produktivitas. Fenomena ini menunjukkan bahwa kesehatan mental merupakan isu multidimensional yang memerlukan pendekatan lintas disiplin ilmu. Oleh sebab itu, berbagai upaya preventif dan promotif perlu dilakukan untuk membantu generasi muda memperoleh kesejahteraan mental yang lebih baik.

Meningkatnya angka gangguan mental pada generasi muda menunjukkan bahwa kebutuhan manusia modern tidak hanya terbatas pada pemenuhan kebutuhan fisik dan psikologis, tetapi juga kebutuhan spiritual. Dalam kehidupan yang semakin kompleks, banyak individu mengalami kesulitan menemukan makna hidup, tujuan keberadaan, serta arah yang jelas dalam menjalani kehidupan. Kondisi tersebut sering kali melahirkan perasaan hampa, kehilangan harapan, dan keterasingan dari nilai-nilai yang diyakini. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa spiritualitas memiliki peran penting dalam meningkatkan kemampuan individu menghadapi tekanan hidup, membangun resiliensi, serta memperoleh kesejahteraan psikologis yang lebih baik (Rençber, 2025). Spiritualitas memberikan ruang bagi individu untuk memahami pengalaman hidupnya dalam kerangka yang lebih luas sehingga mampu menerima berbagai tantangan dengan lebih positif. Selain itu, spiritualitas juga membantu individu membangun hubungan yang lebih

mendalam dengan Tuhan, sesama manusia, dan dirinya sendiri. Oleh karena itu, pendekatan spiritual menjadi salah satu aspek yang penting dalam upaya meningkatkan kesehatan mental generasi muda.

Dalam perspektif tasawuf, krisis yang dialami manusia modern tidak hanya dipahami sebagai krisis psikologis, melainkan juga krisis spiritual yang ditandai dengan melemahnya hubungan manusia dengan Sang Pencipta. Kehidupan modern yang cenderung materialistik dan berorientasi pada pencapaian duniawi sering kali membuat manusia kehilangan dimensi transendental dalam kehidupannya. Akibatnya, banyak individu yang mengalami kekosongan batin meskipun secara materi memiliki kehidupan yang cukup baik. Para ulama tasawuf memandang bahwa ketenangan jiwa hanya dapat dicapai ketika manusia mampu membangun hubungan yang harmonis dengan Allah Swt. Melalui proses penyucian jiwa, dzikir, *tafakkur*, dan berbagai praktik spiritual lainnya, manusia dapat memperoleh ketenangan batin yang tidak dapat diberikan oleh kenikmatan material. Dalam konteks ini, spiritualitas tidak hanya dipahami sebagai aktivitas keagamaan formal, tetapi sebagai proses transformasi diri yang menghubungkan manusia dengan sumber makna hidup yang sejati. Oleh sebab itu, tasawuf menawarkan pendekatan yang relevan untuk menjawab berbagai persoalan psikologis dan spiritual yang dihadapi manusia modern.

Salah satu bentuk pendekatan spiritual yang memiliki relevansi dalam Islam adalah *tafakkur* alam. *Tafakkur* alam merupakan aktivitas perenungan terhadap fenomena alam sebagai sarana untuk mengenali tanda-tanda kebesaran Allah Swt yang tersebar di seluruh ciptaan-Nya. Al-Qur'an berulang kali mengajak manusia untuk memperhatikan penciptaan langit, bumi, gunung, laut, tumbuhan, serta berbagai fenomena alam lainnya sebagai media untuk meningkatkan keimanan dan ketakwaan. Aktivitas tersebut tidak hanya melibatkan proses berpikir secara rasional, tetapi juga melibatkan hati dan kesadaran spiritual individu. Melalui *tafakkur* alam, seseorang diajak untuk menyadari keterbatasan dirinya sekaligus mengagumi kebesaran Allah yang

menciptakan alam semesta dengan penuh keteraturan dan keseimbangan. Kesadaran tersebut dapat menumbuhkan rasa syukur, kerendahan hati, dan kedekatan spiritual kepada Allah. Dengan demikian, *tafakkur* alam memiliki potensi besar sebagai sarana pembinaan spiritual yang relevan bagi generasi muda.

Konsep *tafakkur* alam menempatkan alam sebagai ayat-ayat kauniyah yang mengandung pesan-pesan ketuhanan. Alam tidak hanya dipahami sebagai objek fisik yang dapat diamati, tetapi juga sebagai media yang memungkinkan manusia memperoleh pengalaman spiritual yang mendalam. Ketika seseorang merenungi keindahan dan keteraturan alam, ia dapat merasakan kehadiran Allah melalui tanda-tanda kebesaran-Nya yang tampak dalam ciptaan. Pengalaman tersebut sering kali melahirkan perasaan kagum, takjub, syukur, dan kesadaran akan kebesaran Tuhan. Dalam perspektif tasawuf, pengalaman semacam ini merupakan bagian dari proses perjalanan spiritual menuju proses pengenalan kepada Allah atau pengenalan yang lebih mendalam terhadap Allah Swt. Oleh karena itu, *tafakkur* alam tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas reflektif, tetapi juga sebagai sarana transformasi spiritual yang dapat memperkuat keimanan seseorang. Dengan kata lain, *tafakkur* alam memiliki dimensi religius, psikologis, dan spiritual yang saling berkaitan.

Dalam perspektif tasawuf, *tafakkur* merupakan salah satu maqam yang penting dalam proses penyucian jiwa. Para ulama tasawuf memandang *tafakkur* sebagai ibadah hati yang mampu membuka kesadaran manusia terhadap hakikat dirinya, hakikat alam semesta, dan hakikat hubungan dengan Allah Swt. Melalui *tafakkur*, seseorang tidak hanya memperoleh pengetahuan intelektual, tetapi juga pengetahuan spiritual yang lahir dari pengalaman batin yang mendalam. Aktivitas ini memungkinkan individu melakukan refleksi terhadap kehidupannya, mengevaluasi dirinya, dan memahami makna berbagai peristiwa yang dialami. Dalam proses tersebut, hati menjadi lebih peka terhadap nilai-nilai ketuhanan dan lebih mampu merasakan kehadiran Allah dalam kehidupan sehari-hari. Oleh sebab itu, *tafakkur* memiliki peran penting

dalam membentuk kepribadian yang seimbang secara spiritual dan psikologis. Semakin dalam seseorang melakukan *tafakkur*, semakin besar pula peluangnya untuk memperoleh pengalaman spiritual yang bermakna.

Keterkaitan antara alam dan spiritualitas juga mendapatkan dukungan dari berbagai penelitian ilmiah kontemporer. Penelitian menunjukkan bahwa paparan terhadap lingkungan alam berhubungan dengan peningkatan kesehatan mental, penurunan tingkat stres, peningkatan fungsi kognitif, kualitas tidur yang lebih baik, serta peningkatan kesejahteraan psikologis secara umum (Jimenez et al., 2021). Berbagai studi juga menunjukkan bahwa individu yang memiliki keterhubungan yang kuat dengan alam cenderung memiliki tingkat kebahagiaan dan kepuasan hidup yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang kurang berinteraksi dengan lingkungan alam. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa alam tidak hanya memiliki manfaat ekologis dan fisik, tetapi juga manfaat psikologis dan spiritual. Kehadiran alam mampu memberikan ruang refleksi yang membantu individu melepaskan diri dari tekanan kehidupan sehari-hari dan menemukan ketenangan batin. Dalam konteks ini, *tafakkur* alam dapat dipahami sebagai praktik spiritual yang memiliki dasar empiris dalam mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, kajian mengenai pengalaman spiritual dalam *tafakkur* alam menjadi penting untuk memahami bagaimana proses tersebut dialami dan dimaknai oleh individu, khususnya anggota *Raheela Community* di Yayasan Pemuda Hijrah.

Penelitian lain menunjukkan bahwa individu yang memiliki tingkat keterhubungan dengan alam (*nature connectedness*) yang tinggi cenderung memiliki tingkat stres dan kecemasan yang lebih rendah dibandingkan individu yang memiliki keterhubungan alam yang rendah (Richardson et al., 2024). Keterhubungan dengan alam juga ditemukan berkorelasi positif dengan kebahagiaan, kesejahteraan psikologis, dan kualitas hidup yang lebih baik. Individu yang merasa memiliki hubungan emosional dengan alam cenderung lebih mampu mengelola tekanan hidup dan memiliki tingkat kepuasan hidup

yang lebih tinggi. Hubungan tersebut menunjukkan bahwa alam tidak hanya berfungsi sebagai lingkungan fisik tempat manusia hidup, tetapi juga memiliki peran penting dalam mendukung kesehatan mental dan emosional seseorang. Keberadaan alam mampu memberikan pengalaman ketenangan, kenyamanan, dan ruang refleksi yang sering kali sulit diperoleh dalam kehidupan modern yang serba cepat dan penuh tekanan. Dalam konteks ini, keterhubungan dengan alam dapat dipandang sebagai salah satu faktor protektif yang membantu individu menjaga keseimbangan psikologisnya. Oleh karena itu, kajian mengenai hubungan manusia dengan alam menjadi semakin relevan untuk dikembangkan, khususnya dalam perspektif spiritualitas Islam.

Temuan tersebut semakin diperkuat oleh penelitian Sahak et al. (2024) yang menemukan bahwa spiritualitas dan keterhubungan dengan alam berperan sebagai mediator antara paparan alam dan kesejahteraan psikologis. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pengalaman seseorang ketika berinteraksi dengan alam tidak hanya memberikan manfaat psikologis, tetapi juga dapat memperdalam pengalaman spiritual yang dimiliki. Alam menjadi medium yang memungkinkan individu mengalami refleksi diri, mengembangkan rasa syukur, serta meningkatkan kesadaran terhadap keberadaan Tuhan. Dalam kondisi tertentu, pengalaman berinteraksi dengan alam bahkan mampu menghadirkan pengalaman transendental yang memberikan makna mendalam bagi kehidupan seseorang. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara alam dan spiritualitas memiliki keterkaitan yang erat dan saling memengaruhi. Semakin tinggi kualitas interaksi seseorang dengan alam, semakin besar pula peluang munculnya pengalaman spiritual yang bermakna. Temuan ini menjadi landasan penting dalam memahami praktik *tafakkur* alam sebagai aktivitas yang tidak hanya bernilai religius, tetapi juga memiliki implikasi psikologis dan spiritual.

Dalam konteks kehidupan keagamaan masyarakat Indonesia, munculnya berbagai komunitas hijrah menunjukkan meningkatnya kesadaran generasi muda untuk memperbaiki kualitas spiritual dan keagamaan mereka.

Fenomena hijrah tidak lagi dipahami sekadar sebagai perubahan penampilan atau praktik keagamaan yang bersifat formal, tetapi juga mencerminkan pencarian makna hidup dan kebutuhan akan kedekatan dengan Tuhan. Banyak pemuda mulai mencari ruang sosial yang dapat mendukung proses pembelajaran agama, pembentukan karakter, serta penguatan identitas keislaman mereka. Komunitas hijrah hadir sebagai wadah yang memberikan dukungan sosial, emosional, dan spiritual bagi para anggotanya dalam menjalani proses perubahan diri. Melalui berbagai kegiatan kajian, mentoring, pelatihan, dan aktivitas sosial, komunitas hijrah berupaya membentuk generasi muda yang memiliki pemahaman agama yang lebih baik dan kesadaran spiritual yang lebih kuat. Fenomena ini menunjukkan bahwa kebutuhan spiritual masih menjadi aspek penting dalam kehidupan generasi muda di tengah arus modernisasi yang semakin berkembang. Oleh karena itu, keberadaan komunitas hijrah menjadi fenomena sosial-keagamaan yang menarik untuk diteliti lebih lanjut.

Salah satu komunitas yang aktif dalam membangun kesadaran spiritual generasi muda adalah *Raheela Community* yang berada di bawah naungan Yayasan Pemuda Hijrah. Komunitas ini menjadi wadah pembinaan perempuan muda Muslim melalui berbagai kegiatan keagamaan, pengembangan diri, dan aktivitas spiritual yang bertujuan meningkatkan kualitas keimanan serta kedekatan kepada Allah Swt. Berbagai program yang diselenggarakan tidak hanya berfokus pada peningkatan pengetahuan agama, tetapi juga pada pembentukan karakter dan pengalaman spiritual para anggotanya. *Raheela Community* berupaya menghadirkan pendekatan pembinaan yang relevan dengan kebutuhan generasi muda melalui metode yang komunikatif dan kontekstual. Lingkungan komunitas yang suportif memungkinkan para anggota untuk saling belajar, berbagi pengalaman, dan mengembangkan spiritualitas secara bersama-sama. Dalam proses tersebut, komunitas berfungsi sebagai ruang yang mempertemukan dimensi sosial dan spiritual dalam kehidupan para anggotanya. Keberadaan *Raheela Community* menjadi menarik

untuk diteliti karena menawarkan model pembinaan spiritual yang memadukan nilai-nilai Islam dengan kebutuhan psikologis generasi muda.

Di antara berbagai program yang dijalankan, aktivitas *tafakkur* alam menjadi salah satu kegiatan yang menarik untuk dikaji. Kegiatan tersebut memberikan kesempatan kepada anggota komunitas untuk berinteraksi secara langsung dengan alam sambil melakukan refleksi spiritual, tadabbur ayat-ayat Allah, dan proses kontemplasi diri. Aktivitas ini tidak hanya bersifat rekreatif, tetapi juga mengandung dimensi religius dan spiritual yang mendalam. Melalui *tafakkur* alam, peserta diajak untuk menghayati keindahan dan keteraturan ciptaan Allah sebagai sarana memperkuat keimanan dan kesadaran ketuhanan. Kegiatan ini juga memberikan ruang bagi individu untuk menjauh sejenak dari rutinitas dan tekanan kehidupan sehari-hari sehingga dapat lebih fokus melakukan refleksi diri. Dalam perspektif tasawuf, proses semacam ini merupakan bagian dari perjalanan spiritual yang dapat membantu seseorang mendekatkan diri kepada Allah Swt. Oleh karena itu, *tafakkur* alam menjadi aktivitas yang potensial untuk menghadirkan pengalaman spiritual yang bermakna bagi para peserta.

Menurut Ecep Ismail (2017), praktik spiritual dalam tradisi Islam tidak hanya diwujudkan melalui zikir lisan, tetapi juga melalui kehadiran hati yang sepenuhnya tertuju kepada Allah. Perspektif ini menunjukkan bahwa aktivitas *tafakkur* terhadap alam dapat dipahami sebagai bentuk kontemplasi yang menghubungkan manusia dengan tanda-tanda kebesaran Allah sehingga melahirkan pengalaman spiritual yang mendalam.

Pengalaman yang muncul selama proses *tafakkur* alam berpotensi menghadirkan berbagai bentuk pengalaman spiritual yang bersifat subjektif. Setiap individu dapat mengalami kesadaran religius, perasaan kedekatan dengan Tuhan, ketenangan batin, rasa syukur, maupun pemaknaan baru terhadap kehidupan. Pengalaman tersebut dapat muncul dalam bentuk yang berbeda-beda sesuai dengan latar belakang, kondisi psikologis, serta perjalanan spiritual masing-masing individu. Sebagian orang mungkin merasakan

ketenangan dan kedamaian yang mendalam, sementara yang lain memperoleh pemahaman baru mengenai dirinya dan hubungannya dengan Allah. Pengalaman spiritual semacam ini sering kali bersifat personal dan sulit dijelaskan secara objektif. Meskipun demikian, pengalaman tersebut memiliki pengaruh yang signifikan terhadap cara individu memandang kehidupan dan menjalani aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu, pengalaman spiritual dalam kegiatan *tafakkur* alam menjadi fenomena yang penting untuk dikaji secara mendalam.

Untuk memahami makna pengalaman tersebut secara mendalam, penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi. Pendekatan fenomenologi memungkinkan peneliti mengeksplorasi pengalaman hidup individu sebagaimana dirasakan dan dimaknai oleh subjek penelitian. Fokus utama pendekatan ini adalah memahami esensi pengalaman spiritual yang dialami anggota komunitas selama mengikuti aktivitas *tafakkur* alam. Dalam penelitian fenomenologi, pengalaman subjektif individu dipandang sebagai sumber utama untuk memahami suatu fenomena. Pendekatan ini memungkinkan peneliti menggali makna yang terkandung di balik pengalaman yang dialami informan tanpa terlebih dahulu membatasi interpretasi mereka. Dengan demikian, fenomenologi menjadi pendekatan yang relevan untuk mengungkap pengalaman spiritual yang bersifat personal dan mendalam. Melalui pendekatan ini diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai makna *tafakkur* alam bagi anggota *Raheela Community*.

Pemilihan pendekatan fenomenologi juga didasarkan pada tujuan penelitian yang berupaya menggali pengalaman subjektif anggota *Raheela Community* secara mendalam. Pengalaman spiritual merupakan fenomena yang bersifat personal, unik, dan sering kali sulit diukur menggunakan instrumen kuantitatif. Pengalaman tersebut lebih tepat dipahami melalui narasi, refleksi, dan pemaknaan yang diberikan oleh individu yang mengalaminya secara langsung. Oleh karena itu, pendekatan fenomenologi memberikan ruang

bagi peneliti untuk memahami dunia pengalaman informan dari perspektif mereka sendiri. Pendekatan ini juga memungkinkan peneliti mengidentifikasi tema-tema esensial yang muncul dari pengalaman spiritual para peserta. Dengan memahami pengalaman tersebut secara mendalam, penelitian dapat memberikan gambaran yang lebih utuh mengenai proses terbentuknya pengalaman spiritual dalam aktivitas *tafakkur* alam. Hal inilah yang menjadi salah satu alasan utama penggunaan pendekatan fenomenologi dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil penelusuran literatur, berbagai penelitian sebelumnya telah membahas hubungan antara spiritualitas dan kesehatan mental (Rençber, 2025), hubungan antara alam dan kesejahteraan psikologis (Jimenez et al., 2021), keterhubungan dengan alam dan kesehatan mental (Richardson et al., 2024), serta spiritualitas dalam pengalaman manusia (Marselina, 2024). Penelitian-penelitian tersebut memberikan kontribusi penting dalam menjelaskan manfaat spiritualitas dan interaksi dengan alam terhadap kesejahteraan individu. Akan tetapi, sebagian besar penelitian masih berfokus pada pengukuran hubungan antar variabel atau dampak psikologis yang muncul dari aktivitas tertentu. Kajian yang secara khusus menyoroti pengalaman spiritual sebagai pengalaman hidup yang dimaknai secara subjektif masih relatif terbatas. Selain itu, penelitian yang mengintegrasikan perspektif Tasawuf Psikoterapi dalam memahami pengalaman spiritual juga belum banyak ditemukan. Kondisi ini menunjukkan adanya ruang yang masih terbuka untuk pengembangan kajian mengenai spiritualitas dalam konteks Islam. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengisi kekosongan tersebut melalui pendekatan fenomenologi.

Penelitian yang secara khusus mengkaji pengalaman spiritual dalam praktik *tafakkur* alam pada komunitas hijrah Islam dengan pendekatan fenomenologi masih sangat terbatas. Selain itu, belum banyak penelitian yang mengeksplorasi bagaimana anggota komunitas hijrah memaknai pengalaman spiritual yang muncul selama melakukan *tafakkur* alam dalam perspektif

Tasawuf Psikoterapi. Sebagian besar penelitian terdahulu lebih menekankan pada manfaat alam bagi kesehatan mental atau pengaruh spiritualitas terhadap kesejahteraan psikologis secara umum. Padahal, proses bagaimana pengalaman spiritual terbentuk dan dimaknai oleh individu merupakan aspek yang penting untuk dipahami. Kesenjangan penelitian tersebut menunjukkan perlunya penelitian yang secara khusus mengkaji pengalaman spiritual dalam konteks praktik *tafakkur* alam yang dilakukan oleh komunitas keagamaan. Dengan demikian, penelitian ini memiliki posisi yang jelas dalam pengembangan kajian spiritualitas Islam, fenomenologi, dan Tasawuf Psikoterapi. Kesenjangan penelitian inilah yang menjadi dasar penting dilaksanakannya penelitian mengenai pengalaman spiritual dalam *tafakkur* alam pada anggota *Raheela Community* di Yayasan Pemuda Hijrah.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk memahami dan mendeskripsikan pengalaman spiritual yang dialami anggota *Raheela Community* selama mengikuti aktivitas *tafakkur* alam. Penelitian ini berupaya menggali bagaimana pengalaman spiritual tersebut muncul, bagaimana anggota komunitas memaknainya, serta faktor-faktor yang memengaruhi terbentuknya pengalaman tersebut. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis bagi pengembangan kajian Tasawuf Psikoterapi, khususnya yang berkaitan dengan spiritualitas berbasis alam dan pengalaman keagamaan. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya khazanah keilmuan mengenai *tafakkur* alam sebagai salah satu metode pengembangan spiritual dalam Islam. Dari sisi praktis, temuan penelitian dapat menjadi bahan pertimbangan bagi komunitas keagamaan dalam merancang program pembinaan spiritual yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan generasi muda. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memiliki relevansi akademik, tetapi juga memiliki manfaat praktis dalam pengembangan spiritualitas generasi muda Muslim di era modern.

Berdasarkan latar belakang penelitian yang telah disusun, penelitian ini berangkat dari fenomena meningkatnya permasalahan kesehatan mental dan

krisis spiritual pada generasi muda di era modern. Berbagai tekanan kehidupan, perkembangan teknologi, dan perubahan sosial menyebabkan banyak individu mengalami kecemasan, stres, serta kehilangan makna hidup. Dalam konteks Islam, salah satu pendekatan spiritual yang dapat digunakan untuk membangun kembali kesadaran ketuhanan adalah melalui aktivitas *tafakkur* alam, yaitu perenungan terhadap alam sebagai ayat-ayat kauniyah yang mengandung tanda-tanda kebesaran Allah Swt. Praktik *tafakkur* alam yang dilakukan oleh anggota *Raheela Community* di Yayasan Pemuda Hijrah menjadi fenomena yang menarik karena tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas reflektif, tetapi juga berpotensi menghadirkan pengalaman spiritual yang mendalam. Namun demikian, pengalaman spiritual yang muncul dalam kegiatan tersebut bersifat subjektif dan berbeda pada setiap individu sehingga perlu dipahami secara lebih mendalam melalui pendekatan fenomenologi. Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan untuk mengkaji pengalaman spiritual yang dialami anggota *Raheela Community* dalam aktivitas *tafakkur* alam, makna yang mereka berikan terhadap pengalaman tersebut, serta faktor-faktor yang memengaruhinya.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan uraian tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana pengalaman spiritual yang dialami anggota *Raheela Community* dalam kegiatan *tafakkur* alam di Yayasan Pemuda Hijrah?
2. Bagaimana anggota *Raheela Community* memaknai pengalaman spiritual yang diperoleh melalui kegiatan *tafakkur* alam?
3. Faktor-faktor apa yang memengaruhi munculnya pengalaman spiritual anggota *Raheela Community* dalam kegiatan *tafakkur* alam?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian ini adalah:

1. Mendeskripsikan pengalaman spiritual yang dialami anggota *Raheela Community* dalam kegiatan *tafakkur* alam di Yayasan Pemuda Hijrah.
2. Menganalisis makna pengalaman spiritual yang diperoleh anggota *Raheela Community* melalui kegiatan *tafakkur* alam.
3. Mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi munculnya pengalaman spiritual anggota *Raheela Community* dalam kegiatan *tafakkur* alam.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian keilmuan dalam bidang Tasawuf dan Psikoterapi, khususnya yang berkaitan dengan pengalaman spiritual, *tafakkur* alam, dan spiritualitas Islam. Hasil penelitian ini dapat memperkaya khazanah literatur mengenai hubungan antara manusia, alam, dan pengalaman ketuhanan dalam perspektif Islam. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memperluas pemahaman mengenai *tafakkur* alam sebagai salah satu metode pengembangan spiritual yang memiliki relevansi dengan kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis individu.

Dari sisi teoritis, penelitian ini berkontribusi dalam mengembangkan kajian mengenai konsep pengalaman spiritual yang dipahami melalui pendekatan fenomenologi. Penelitian ini juga dapat memperkuat pemikiran tasawuf terkait *tafakkur* sebagai sarana menuju proses pengenalan kepada Allah serta memperkaya diskursus ekoteologi Islam yang memandang alam sebagai media untuk mengenal kebesaran Allah Swt. Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi akademik bagi penelitian-

penelitian selanjutnya yang mengkaji spiritualitas berbasis alam dalam perspektif Islam.

Memberikan sumbangan terhadap pengembangan ilmu Tasawuf dan Psikoterapi, khususnya dalam memahami pengalaman spiritual yang terbentuk melalui praktik tafakkur alam sebagai salah satu media pembinaan menuju proses pengenalan kepada Allah. Temuan penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian mengenai hubungan antara spiritualitas Islam, pengalaman religius, dan proses pembentukan kesadaran ketuhanan melalui interaksi manusia dengan alam.

Temuan penelitian ini dapat menambah khazanah literatur ilmiah mengenai kajian fenomenologi, tafakkur alam, pengalaman spiritual, serta ekoteologi Islam. Selain itu, penelitian ini diharapkan menjadi referensi dalam pengembangan penelitian-penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan implementasi nilai-nilai tasawuf dalam kehidupan masyarakat modern, khususnya pada komunitas hijrah dan pembinaan spiritual berbasis alam.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi *Raheela Community* dan Yayasan Pemuda Hijrah, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi dan pengembangan program *tafakkur* alam yang selama ini telah dilaksanakan. Selain itu, penelitian ini memberikan gambaran mengenai pengalaman spiritual yang dirasakan peserta selama mengikuti kegiatan sehingga dapat dijadikan dasar dalam menyusun program pembinaan spiritual yang lebih efektif, terarah, serta sesuai dengan kebutuhan anggota dalam meningkatkan kualitas keimanan dan perjalanan menuju proses pengenalan kepada Allah.
- b. Bagi praktisi Tasawuf dan Psikoterapi, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi dalam mengembangkan pendekatan psikoterapi berbasis spiritualitas Islam melalui praktik tafakkur alam. Temuan penelitian ini juga dapat memberikan alternatif metode

penguatan kesehatan mental dan spiritual, sekaligus menambah wawasan mengenai pemanfaatan alam sebagai media terapi spiritual, refleksi diri, dan pengembangan kesadaran religius.

- c. Bagi akademisi dan peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi dalam mengembangkan penelitian mengenai pengalaman spiritual, tafakkur alam, fenomenologi, Tasawuf Psikoterapi, maupun ekoteologi Islam. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat membuka peluang pengembangan kajian interdisipliner yang menghubungkan aspek spiritualitas, psikologi, tasawuf, pendidikan Islam, dan lingkungan, serta memberikan data empiris mengenai pengalaman spiritual pada komunitas hijrah di Indonesia.
- d. Bagi masyarakat umum, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mengenai pentingnya tafakkur alam sebagai salah satu sarana meningkatkan kesadaran spiritual, memperkuat hubungan manusia dengan Allah Swt., serta menumbuhkan kepedulian terhadap kelestarian alam sebagai amanah yang harus dijaga. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi inspirasi bagi masyarakat untuk memanfaatkan aktivitas refleksi berbasis alam sebagai salah satu upaya menjaga kesehatan mental, memperkuat spiritualitas, serta membangun kehidupan yang lebih seimbang antara hubungan dengan Allah, sesama manusia, dan lingkungan.

E. Kerangka Berpikir

Fenomena meningkatnya permasalahan kesehatan mental dan krisis spiritual pada generasi muda menunjukkan bahwa manusia modern tidak hanya menghadapi persoalan psikologis, tetapi juga mengalami penurunan kualitas hubungan dengan Tuhan, diri sendiri, dan lingkungan. Berbagai tekanan kehidupan modern, seperti tuntutan akademik, perkembangan teknologi, kompetisi sosial, serta perubahan gaya hidup, menyebabkan banyak individu

mengalami kecemasan, kehilangan makna hidup, dan kekosongan batin. Dalam perspektif Tasawuf Psikoterapi, kondisi tersebut dipahami sebagai krisis spiritual yang terjadi akibat melemahnya kesadaran tauhid dan berkurangnya kedekatan manusia dengan Allah Swt. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang tidak hanya berorientasi pada pemulihan psikologis, tetapi juga mampu menghidupkan kembali dimensi spiritual individu. Salah satu pendekatan yang relevan adalah *tafakkur* alam, yaitu aktivitas kontemplatif terhadap alam sebagai media untuk mengenali tanda-tanda kebesaran Allah (*ayat kauniyah*) sekaligus membangun kembali hubungan yang harmonis antara manusia, alam, dan Tuhan.

Konsep *tafakkur* alam dalam penelitian ini dipahami sebagai aktivitas spiritual yang melibatkan proses berpikir, merenung, dan menghayati kebesaran Allah melalui ciptaan-Nya. Menurut Imam Abu Hamid al-Ghazali dalam *Ihyā' 'Ulūm al-Dīn*, Jilid IV, Kitāb al-Tafakkur, *tafakkur* merupakan ibadah hati yang melahirkan ma'rifah kepada Allah karena melalui *tafakkur* manusia memperoleh pengetahuan tentang kebesaran-Nya, yaitu pengenalan yang mendalam terhadap Allah melalui perenungan terhadap diri sendiri maupun alam semesta. Sementara itu, Seyyed Hossein Nasr menjelaskan bahwa alam memiliki dimensi sakral karena merupakan manifestasi (*theophany*) dari sifat-sifat Allah. Oleh sebab itu, manusia tidak hanya memandang alam sebagai objek fisik, tetapi juga sebagai media spiritual yang mampu membangkitkan kesadaran ketuhanan. Melalui aktivitas *tafakkur* alam, seseorang diharapkan memperoleh pengalaman spiritual berupa ketenangan batin, rasa syukur, kedekatan kepada Allah, serta pemahaman baru mengenai makna kehidupan. Dengan demikian, *tafakkur* alam diposisikan sebagai proses kontemplatif yang menghubungkan dimensi psikologis, spiritual, dan ekologis dalam kehidupan manusia.

Penelitian ini memusatkan perhatian pada pengalaman spiritual yang dialami anggota *Raheela Community* di Yayasan Pemuda Hijrah ketika mengikuti kegiatan *tafakkur* alam. Pengalaman spiritual dipahami sebagai

pengalaman subjektif yang muncul dari proses interaksi individu dengan alam, refleksi diri, serta penghayatan terhadap kebesaran Allah. Karena setiap individu memiliki latar belakang, pengalaman hidup, dan kondisi spiritual yang berbeda, maka pengalaman yang muncul selama *tafakkur* alam juga bersifat unik dan personal. Oleh sebab itu, penelitian ini tidak bertujuan mengukur tingkat spiritualitas, melainkan memahami bagaimana pengalaman tersebut dialami, dimaknai, dan diinterpretasikan oleh setiap anggota komunitas. Fokus penelitian diarahkan pada pengalaman spiritual, makna pengalaman, serta faktor-faktor yang memengaruhi munculnya pengalaman tersebut selama mengikuti aktivitas *tafakkur* alam.

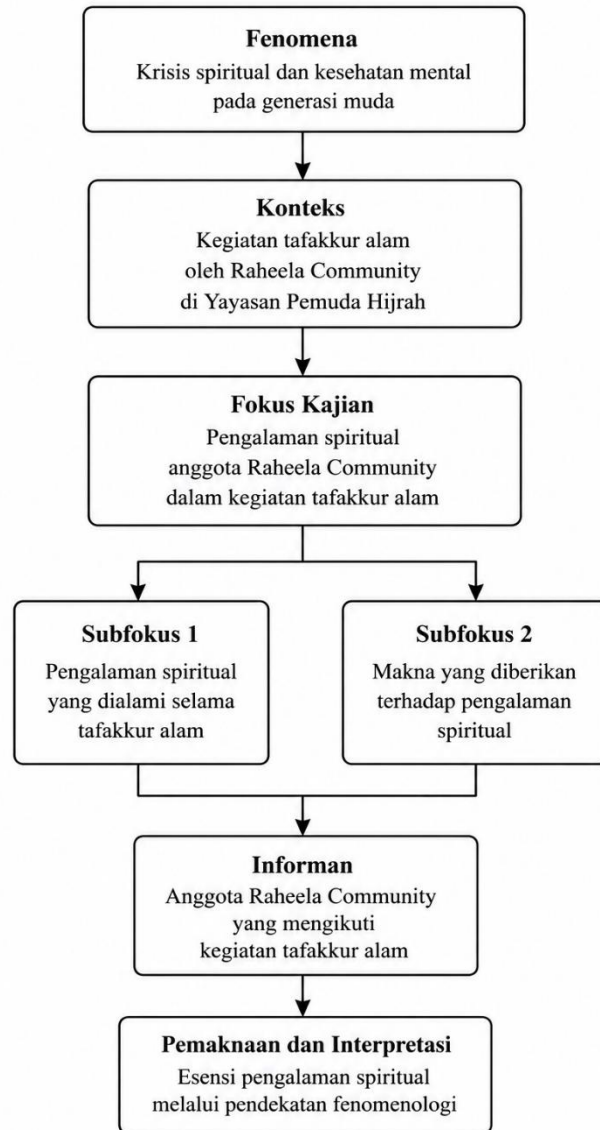
Untuk memahami fenomena tersebut secara mendalam, penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi yang dikembangkan oleh Clark Moustakas. Pendekatan fenomenologi berupaya memahami pengalaman hidup (*lived experience*) sebagaimana dirasakan oleh individu tanpa memberikan penilaian ataupun generalisasi. Melalui proses *epoche*, *bracketing*, reduksi fenomenologis, dan sintesis makna, peneliti berusaha menangkap esensi pengalaman spiritual yang dialami anggota *Raheela Community*. Pendekatan ini memberikan ruang bagi informan untuk mengungkapkan pengalaman, persepsi, emosi, serta pemaknaan mereka terhadap aktivitas *tafakkur* alam secara alami. Dengan demikian, fenomenologi menjadi pendekatan yang tepat karena mampu menggali realitas pengalaman spiritual dari sudut pandang subjek penelitian, bukan berdasarkan asumsi peneliti.

Berdasarkan uraian tersebut, alur berpikir penelitian dimulai dari adanya fenomena krisis spiritual dan kesehatan mental pada generasi muda yang mendorong munculnya berbagai bentuk pembinaan spiritual, salah satunya melalui kegiatan *tafakkur* alam yang dilaksanakan oleh *Raheela Community* di Yayasan Pemuda Hijrah. Aktivitas tersebut menjadi konteks penelitian untuk memahami bagaimana pengalaman spiritual terbentuk selama proses *tafakkur* alam berlangsung. Penelitian kemudian memfokuskan kajian pada pengalaman spiritual anggota komunitas beserta makna yang mereka

berikan terhadap pengalaman tersebut. Data diperoleh melalui pengalaman hidup para informan yang kemudian dianalisis menggunakan pendekatan fenomenologi sehingga menghasilkan pemahaman mengenai esensi pengalaman spiritual dalam praktik *tafakkur* alam. Hasil penelitian diharapkan dapat memperkaya kajian Tasawuf Psikoterapi, khususnya mengenai *tafakkur* alam sebagai media pengembangan spiritual, sekaligus memberikan pemahaman empiris mengenai pengalaman spiritual generasi muda dalam komunitas hijrah.



Gambar 1.1 Kerangka Berpikir



F. Permasalahan Utama

Fenomena meningkatnya gangguan kesehatan mental dan krisis spiritual pada generasi muda telah menjadi salah satu persoalan yang memperoleh perhatian serius dalam berbagai kajian psikologi, kesehatan, maupun studi keislaman. Perkembangan teknologi digital, meningkatnya tuntutan akademik dan pekerjaan, perubahan pola interaksi sosial, serta

ketidakpastian masa depan menyebabkan banyak remaja dan pemuda mengalami tekanan psikologis yang berdampak pada kesejahteraan mental mereka. Hasil *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) menunjukkan bahwa satu dari tiga remaja Indonesia mengalami masalah kesehatan mental dalam kurun waktu dua belas bulan terakhir, sedangkan satu dari dua puluh remaja mengalami gangguan mental yang terdiagnosis secara klinis dengan gangguan kecemasan sebagai kasus yang paling dominan (I-NAMHS, 2022). Temuan tersebut menunjukkan bahwa generasi muda merupakan kelompok yang rentan mengalami berbagai permasalahan psikologis yang memerlukan perhatian dari berbagai pihak. Kondisi tersebut diperkuat oleh data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia yang menyebutkan bahwa sekitar 6,1% penduduk Indonesia berusia di atas 15 tahun mengalami gangguan kesehatan mental (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Sementara itu, Organisasi Kesehatan Dunia (World Health Organization) menyatakan bahwa sekitar 5,3% remaja usia 15–19 tahun di dunia mengalami gangguan kecemasan yang berdampak terhadap kualitas hidup, hubungan sosial, dan perkembangan dirinya (WHO, 2024). Fenomena tersebut menunjukkan bahwa persoalan kesehatan mental pada generasi muda tidak hanya menjadi isu psikologis, tetapi juga berkembang menjadi persoalan sosial yang memerlukan pendekatan yang lebih komprehensif dan holistik.

Dalam perspektif Tasawuf Psikoterapi, krisis psikologis yang dialami manusia modern tidak hanya dipahami sebagai gangguan emosional semata, melainkan juga berkaitan erat dengan melemahnya dimensi spiritual individu. Kehidupan modern yang cenderung materialistik menyebabkan banyak individu mengalami kehilangan makna hidup, kekosongan batin, serta menurunnya kualitas hubungan dengan Allah Swt. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa spiritualitas memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis, kemampuan menghadapi tekanan hidup, dan pembentukan resiliensi individu (Rençber, 2025). Oleh karena itu, pemenuhan kebutuhan spiritual dipandang sebagai salah satu aspek penting dalam menjaga kesehatan mental secara menyeluruh. Salah satu bentuk pendekatan spiritual

yang memiliki landasan kuat dalam Islam adalah *tafakkur* alam, yaitu aktivitas merenungkan ciptaan Allah sebagai sarana mengenali tanda-tanda kebesaran-Nya (*ayat kauniyah*). Dalam perspektif tasawuf, *tafakkur* dipandang sebagai ibadah hati yang mampu mengantarkan manusia menuju *proses pengenalan kepada Allah*, yaitu pengenalan yang lebih mendalam terhadap Allah melalui refleksi terhadap diri dan alam semesta (Al-Ghazali, t.t.). Dengan demikian, *tafakkur* alam memiliki potensi menjadi media pembinaan spiritual yang relevan bagi generasi muda pada masa kini.

Berbagai penelitian kontemporer menunjukkan bahwa interaksi manusia dengan alam memiliki manfaat yang signifikan terhadap kesehatan psikologis maupun spiritual. Penelitian Jimenez dkk. menunjukkan bahwa paparan terhadap lingkungan alam berkaitan dengan penurunan tingkat stres, peningkatan fungsi kognitif, kualitas tidur yang lebih baik, serta meningkatnya kesejahteraan psikologis individu (Jimenez et al., 2021). Penelitian Richardson dkk. juga menemukan bahwa individu yang memiliki tingkat *nature connectedness* yang tinggi cenderung memiliki tingkat stres dan kecemasan yang lebih rendah dibandingkan individu yang memiliki keterhubungan dengan alam yang rendah (Richardson et al., 2024). Selain itu, Sahak dkk. menjelaskan bahwa spiritualitas dan keterhubungan dengan alam berperan sebagai mediator yang memperkuat hubungan antara paparan alam dan kesejahteraan psikologis seseorang (Sahak et al., 2024). Temuan-temuan tersebut memperlihatkan bahwa alam tidak hanya memiliki fungsi ekologis, tetapi juga menjadi ruang refleksi yang mampu membangkitkan kesadaran spiritual individu. Namun demikian, sebagian besar penelitian tersebut masih menitikberatkan pada manfaat psikologis dan ekologis tanpa mengkaji secara mendalam pengalaman spiritual yang muncul selama proses interaksi dengan alam. Oleh sebab itu, diperlukan penelitian yang mampu mengeksplorasi pengalaman spiritual tersebut berdasarkan pengalaman hidup individu yang mengalaminya secara langsung.

Fenomena tersebut dapat ditemukan pada *Raheela Community* yang berada di bawah naungan Yayasan Pemuda Hijrah. Komunitas ini secara aktif menyelenggarakan berbagai kegiatan pembinaan spiritual bagi kaum Muslim, salah satunya melalui program *tafakkur* alam. Dalam kegiatan tersebut, peserta diajak melakukan refleksi diri, tadabbur ayat-ayat Allah, dzikir, dan kontemplasi di lingkungan alam sebagai upaya meningkatkan kesadaran ketuhanan dan kedekatan kepada Allah Swt. Aktivitas tersebut tidak hanya berfungsi sebagai kegiatan rekreatif, tetapi juga menjadi media pembentukan pengalaman spiritual yang bersifat personal. Setiap anggota komunitas memiliki pengalaman yang berbeda-beda sesuai dengan latar belakang, kondisi psikologis, tingkat religiositas, dan perjalanan spiritual yang dimiliki. Pengalaman tersebut dapat berupa munculnya ketenangan batin, rasa syukur, kesadaran akan kebesaran Allah, maupun pemaknaan baru terhadap kehidupan. Keunikan pengalaman spiritual tersebut menjadi fenomena yang penting untuk dipahami secara ilmiah karena belum banyak dijelaskan dalam penelitian sebelumnya, khususnya dalam konteks komunitas hijrah di Indonesia.

Berdasarkan identifikasi tersebut, permasalahan utama dalam penelitian ini terletak pada belum optimalnya pemahaman mengenai bagaimana pengalaman spiritual dialami, dimaknai, dan dibentuk selama proses *tafakkur* alam oleh anggota *Raheela Community*. Penelitian ini menjadi penting karena berupaya menggali pengalaman hidup para anggota komunitas secara langsung melalui pendekatan fenomenologi sehingga mampu menghasilkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai esensi pengalaman spiritual dalam praktik *tafakkur* alam. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian Tasawuf Psikoterapi, khususnya mengenai *tafakkur* alam sebagai media pembinaan spiritual berbasis pengalaman. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya literatur mengenai spiritualitas islam, fenomenologi, dan ekoteologi islam, sekaligus menjadi rujukan bagi komunitas keagamaan dalam merancang program pembinaan spiritual yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan generasi muda muslim.

G. Penelitian Terdahulu

Kajian terhadap hasil-hasil penelitian sebelumnya diperlukan untuk memastikan bahwa penelitian ini bukan merupakan duplikasi, sekaligus menemukan celah atau kontribusi ilmiah yang bisa ditawarkan. Dalam pembahasan ini peneliti menjadikan beberapa penelitian sebelumnya yang pernah membahas tafakkur alam maupun hal-hal lain yang berkaitan dengan nya.

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Khoiriyah (2024) berjudul *Islam and Eco-Spirituality of the Merapi Society* mengkaji bagaimana masyarakat di kawasan Gunung Merapi membangun hubungan spiritual dengan lingkungan melalui nilai-nilai Islam. Penelitian ini bertujuan untuk memahami bentuk spiritualitas ekologis yang berkembang dalam kehidupan masyarakat serta kaitannya dengan kesadaran menjaga lingkungan. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif melalui metode *grounded research*, penelitian tersebut menemukan bahwa hubungan manusia dengan alam tidak hanya didasarkan pada kebutuhan ekologis, tetapi juga pada kesadaran religius yang memandang alam sebagai amanah dari Allah Swt. Masyarakat Merapi memaknai alam sebagai bagian dari manifestasi kebesaran Tuhan yang harus dijaga dan dihormati. Kesadaran tersebut melahirkan perilaku ekologis yang tercermin dalam berbagai aktivitas sosial dan budaya masyarakat setempat (Khoiriyah, 2024).. Penelitian ini menunjukkan bahwa spiritualitas memiliki peran penting dalam membentuk sikap manusia terhadap lingkungan dan memperkuat hubungan antara manusia, alam, dan Tuhan. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada kajian mengenai hubungan spiritualitas dan alam dalam perspektif Islam. Namun, penelitian Khoiriyah berfokus pada spiritualitas ekologis masyarakat Merapi secara umum, sedangkan penelitian ini secara khusus mengkaji pengalaman spiritual anggota *Raheela Community* dalam praktik *tafakkur* alam menggunakan pendekatan fenomenologi

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Munir Sadjali (2024) berjudul *Syed Hossein Nasr's Ecosufism: Re-examining the Relationship between God, Man and Nature to Solve the Environmental Crisis* bertujuan untuk mengkaji kembali konsep ekosufisme Seyyed Hossein Nasr sebagai solusi terhadap krisis lingkungan modern. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi pustaka yang menelaah karya-karya utama Seyyed Hossein Nasr serta berbagai literatur pendukung mengenai tasawuf dan lingkungan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa krisis lingkungan pada dasarnya merupakan manifestasi dari krisis spiritual manusia akibat hilangnya kesadaran terhadap nilai-nilai ketuhanan. Nasr memandang bahwa hubungan antara Tuhan, manusia, dan alam merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan sehingga pemulihan lingkungan harus diawali dengan pembaruan kesadaran spiritual manusia. Penelitian ini juga menjelaskan bahwa alam harus dipahami sebagai bagian integral dari kehidupan manusia dan bukan sekadar objek eksploitasi (Sadjali, 2024).. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada penggunaan perspektif tasawuf dan pemikiran Seyyed Hossein Nasr dalam menjelaskan hubungan manusia dengan alam. Adapun perbedaannya, penelitian Sadjali bersifat konseptual melalui studi pustaka, sedangkan penelitian ini bersifat empiris dengan menggali pengalaman spiritual anggota *Raheela Community* melalui pendekatan fenomenologi

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Ilyas Siregar (2023) berjudul *Eco-Spiritual Based on Maqāṣid al-Sharī'ah* bertujuan merumuskan paradigma spiritualitas ekologis berdasarkan konsep *maqāṣid al-sharī'ah*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif melalui studi konseptual dengan menganalisis berbagai literatur mengenai ekoteologi Islam dan *maqāṣid al-sharī'ah*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan manusia dengan lingkungan merupakan bagian dari tujuan syariat Islam yang harus diwujudkan melalui perlindungan terhadap kehidupan dan keseimbangan alam. Penelitian ini menegaskan bahwa kesadaran spiritual menjadi fondasi penting dalam membangun perilaku ekologis yang bertanggung jawab. Selain itu,

penelitian tersebut juga menawarkan paradigma baru mengenai hubungan harmonis antara manusia, Tuhan, dan alam dalam kerangka nilai-nilai Islam. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah sama-sama mengkaji hubungan spiritualitas dengan alam dalam perspektif Islam. Perbedaannya terletak pada fokus penelitian, karena penelitian Siregar lebih menitikberatkan pada pengembangan konsep *eco-spiritual*, sedangkan penelitian ini mengkaji pengalaman spiritual anggota komunitas hijrah dalam praktik *tafakkur* alam menggunakan pendekatan fenomenologi.

Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Ilyas Siregar (2023) berjudul *Eco-Spiritual Based on Maqāsid al-Sharī'ah* bertujuan merumuskan paradigma spiritualitas ekologis berdasarkan konsep *maqāsid al-sharī'ah*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif melalui studi konseptual dengan menganalisis berbagai literatur mengenai ekoteologi Islam dan *maqāsid al-sharī'ah*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan manusia dengan lingkungan merupakan bagian dari tujuan syariat Islam yang harus diwujudkan melalui perlindungan terhadap kehidupan dan keseimbangan alam. Penelitian ini menegaskan bahwa kesadaran spiritual menjadi fondasi penting dalam membangun perilaku ekologis yang bertanggung jawab. Selain itu, penelitian tersebut juga menawarkan paradigma baru mengenai hubungan harmonis antara manusia, Tuhan, dan alam dalam kerangka nilai-nilai Islam. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah sama-sama mengkaji hubungan spiritualitas dengan alam dalam perspektif Islam. Perbedaannya terletak pada fokus penelitian, karena penelitian Siregar lebih menitikberatkan pada pengembangan konsep *eco-spiritual*, sedangkan penelitian ini mengkaji pengalaman spiritual anggota komunitas hijrah dalam praktik *tafakkur* alam menggunakan pendekatan fenomenologi.

Kelima, penelitian yang dilakukan oleh Ahmad Satria (2024) berjudul *Krisis Lingkungan dalam Perspektif Seyyed Hossein Nasr* bertujuan menganalisis akar krisis lingkungan berdasarkan pemikiran Seyyed Hossein Nasr. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan teknik analisis isi

terhadap berbagai karya Nasr yang membahas hubungan antara spiritualitas dan lingkungan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kerusakan lingkungan merupakan akibat dari hilangnya dimensi sakral dalam kehidupan manusia sehingga solusi yang ditawarkan bukan hanya berupa kebijakan ekologis, tetapi juga revitalisasi spiritualitas Islam. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa manusia modern telah memandang alam secara materialistik sehingga kehilangan kesadaran bahwa alam merupakan manifestasi kebesaran Allah Swt. Oleh karena itu, Nasr menawarkan konsep *resacralization of nature* sebagai upaya membangun kembali kesadaran spiritual terhadap alam. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah sama-sama menggunakan perspektif Seyyed Hossein Nasr dalam menjelaskan hubungan antara spiritualitas dan alam. Perbedaannya, penelitian Ahmad Satria hanya menganalisis pemikiran seorang tokoh, sedangkan penelitian ini mengeksplorasi pengalaman spiritual secara langsung pada anggota *Raheela Community* dalam kegiatan *tafakkur* alam.

Keenam, penelitian yang dilakukan oleh M. K. Albar (2024) berjudul *Innovation of Ecology-Based Islamic Religious Education Curriculum* bertujuan mengembangkan kurikulum Pendidikan Agama Islam berbasis ekologi sebagai upaya meningkatkan kesadaran lingkungan peserta didik. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif melalui studi kepustakaan dengan menelaah konsep-konsep pendidikan Islam dan pendidikan lingkungan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa integrasi nilai-nilai ekologis dalam pendidikan agama mampu membentuk kesadaran peserta didik sebagai khalifah di bumi yang bertanggung jawab menjaga kelestarian alam. Penelitian tersebut menegaskan bahwa nilai-nilai spiritual Islam memiliki peran penting dalam membentuk perilaku ramah lingkungan. Selain itu, pembelajaran agama yang mengintegrasikan aspek ekologis dinilai mampu memperkuat hubungan peserta didik dengan Allah, sesama manusia, dan lingkungan. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah sama-sama membahas hubungan antara ajaran Islam dan kepedulian terhadap alam. Namun demikian, penelitian Albar berfokus pada inovasi kurikulum

pendidikan, sedangkan penelitian ini berfokus pada pengalaman spiritual anggota komunitas hijrah melalui praktik *tafakkur* alam



BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian tentang Pengalaman Spiritual

1. Pengertian Pengalaman Spiritual

Pengalaman spiritual merupakan pengalaman batin yang berkaitan dengan kesadaran manusia terhadap makna hidup, hubungan dengan Tuhan, serta realitas transenden yang melampaui aspek material kehidupan. Pengalaman ini biasanya muncul melalui proses refleksi diri, ibadah, dzikir, kontemplasi, maupun pengalaman eksistensial tertentu yang memengaruhi cara individu memandang dirinya, kehidupan, dan hubungannya dengan Tuhan. Dalam psikologi agama, pengalaman spiritual dipahami sebagai pengalaman subjektif yang menghadirkan rasa kedekatan dengan kekuatan ilahiah dan menghasilkan transformasi makna dalam kehidupan seseorang (Pargament, 2013). Pengalaman tersebut bersifat personal karena setiap individu memiliki latar belakang, keyakinan, serta kondisi psikologis yang berbeda sehingga cara menghayati pengalaman spiritual pun tidak selalu sama. Oleh karena itu, pengalaman spiritual menjadi salah satu dimensi penting dalam memahami perkembangan psikologis dan religius seseorang. Dalam konteks penelitian ini, pengalaman spiritual dipahami sebagai pengalaman batin yang muncul ketika individu melakukan tafakkur alam sehingga menghasilkan kesadaran yang lebih mendalam mengenai diri, alam, dan Allah Swt.

Pengalaman spiritual tidak selalu berkaitan dengan praktik ritual formal, tetapi juga dapat muncul melalui pengalaman hidup sehari-hari yang memberikan kesadaran mendalam tentang keberadaan Tuhan. Pengalaman tersebut dapat terjadi ketika individu menghadapi penderitaan, menyaksikan keindahan alam, melakukan perenungan mendalam, maupun ketika menjalani aktivitas ibadah secara khushyuk. Spiritualitas dalam pengertian ini dipahami sebagai kemampuan manusia untuk menemukan makna

terdalam dari setiap pengalaman hidup yang dialaminya. Dengan demikian, spiritualitas tidak hanya berkaitan dengan dimensi keagamaan yang bersifat normatif, tetapi juga menyentuh aspek eksistensial yang memberikan arah dan tujuan hidup seseorang (King & Boyatzis, 2015). Individu yang memiliki pengalaman spiritual umumnya menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam memaknai berbagai peristiwa kehidupan, baik yang menyenangkan maupun yang penuh dengan ujian. Oleh sebab itu, pengalaman spiritual menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari proses perkembangan kepribadian manusia.

William James menjelaskan bahwa pengalaman spiritual merupakan bentuk pengalaman religius yang bersifat personal, mendalam, dan sulit dijelaskan secara rasional karena berkaitan dengan kesadaran transendental individu. Menurutnya, pengalaman spiritual memiliki empat karakter utama, yaitu *ineffability* (sulit diungkapkan dengan kata-kata), *noetic quality* (mengandung pengetahuan batin yang diyakini sebagai kebenaran), *transiency* (berlangsung sementara tetapi meninggalkan kesan yang mendalam), dan *passivity* (terjadi di luar kendali penuh individu) (James, 2002). Keempat karakteristik tersebut menunjukkan bahwa pengalaman spiritual merupakan pengalaman yang melampaui dimensi intelektual semata dan lebih banyak berkaitan dengan pengalaman batin yang dialami secara langsung. Meskipun bersifat subjektif, pengalaman tersebut sering kali menghasilkan perubahan cara pandang terhadap kehidupan, nilai-nilai, dan hubungan dengan Tuhan. Oleh karena itu, William James memandang pengalaman spiritual sebagai inti dari kehidupan religius seseorang.

Dalam perspektif Islam, pengalaman spiritual berkaitan erat dengan kesadaran tauhid dan hubungan manusia dengan Allah Swt. Spiritualitas Islam menempatkan hati (*qalb*) sebagai pusat kesadaran ruhani manusia. Ketika hati dipenuhi dengan dzikir dan kesadaran kepada Allah, manusia

akan memperoleh ketenangan batin, kejernihan berpikir, dan kedamaian jiwa. Hal tersebut dijelaskan dalam firman Allah Swt.:

أَلَا يَذْكُرُ اللَّهُ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

"Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram."
(Q.S. Ar-Ra'd [13]: 28)."

Ayat tersebut menunjukkan bahwa spiritualitas dalam Islam berorientasi pada terciptanya ketenangan batin melalui hubungan yang dekat dengan Allah. Spiritualitas tidak hanya diwujudkan melalui pelaksanaan ibadah ritual, tetapi juga melalui kesadaran batin yang senantiasa menghadirkan Allah dalam setiap aspek kehidupan. Dengan demikian, pengalaman spiritual dalam Islam merupakan manifestasi dari kedekatan seorang hamba dengan Tuhannya yang tercermin dalam ketenangan hati, rasa syukur, serta meningkatnya kualitas keimanan (Shihab, 2002).

Seyyed Hossein Nasr menjelaskan bahwa manusia modern mengalami krisis spiritual akibat keterputusan dari dimensi sakral kehidupan. Menurutnya, modernitas yang terlalu menekankan rasionalitas, materialisme, dan eksploitasi alam telah menyebabkan manusia kehilangan orientasi spiritual sehingga muncul berbagai bentuk kekosongan batin. Nasr menegaskan bahwa alam semesta sesungguhnya merupakan manifestasi (*tajalli*) dari sifat-sifat Allah yang seharusnya dibaca sebagai ayat-ayat kauniyah. Oleh karena itu, pengalaman spiritual dapat dibangun melalui proses kontemplasi terhadap alam yang mengantarkan manusia kembali kepada kesadaran akan kehadiran Tuhan (Nasr, 1996). Pandangan ini menjadi salah satu landasan penting dalam penelitian mengenai tafakkur alam karena menempatkan alam sebagai media untuk memperkuat hubungan spiritual manusia dengan Allah Swt.

Dalam perspektif tasawuf, pengalaman spiritual dipahami sebagai proses perjalanan ruhani menuju proses pengenalan kepada Allah. Imam Al-Ghazali menjelaskan bahwa pengalaman spiritual lahir melalui proses penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*), pengendalian hawa nafsu, serta pembiasaan ibadah yang dilakukan secara terus-menerus hingga hati memperoleh cahaya ilahi (*nur ilahi*) (Al-Ghazali, n.d.). Menurut Al-Ghazali, hati manusia pada hakikatnya memiliki potensi untuk mengenal Allah, tetapi potensi tersebut akan tertutup apabila dipenuhi penyakit hati seperti *riya'*, hasad, takabur, dan cinta dunia. Oleh sebab itu, perjalanan spiritual dalam tasawuf bukan sekadar proses intelektual, tetapi merupakan proses transformasi batin yang berlangsung secara berkelanjutan melalui latihan-latihan ruhani. Semakin bersih hati seseorang, semakin besar pula kemampuannya untuk merasakan kehadiran Allah dalam kehidupan sehari-hari.

Pandangan para ulama tasawuf tersebut menunjukkan bahwa pengalaman spiritual dalam Islam bukan sekadar pengalaman emosional yang bersifat sementara, melainkan hasil dari proses pendewasaan ruhani yang dilakukan secara konsisten. Pengalaman spiritual yang autentik akan melahirkan perubahan perilaku, peningkatan kualitas akhlak, serta tumbuhnya kesadaran untuk selalu mendekatkan diri kepada Allah. Dalam konteks Tasawuf Psikoterapi, pengalaman spiritual juga dipandang sebagai proses penyembuhan batin yang mampu mengurangi kecemasan, memberikan ketenangan jiwa, serta membangun keseimbangan psikologis individu (Badri, 2018).

Penelitian fenomenologi mengenai pengalaman spiritual menunjukkan bahwa pengalaman tersebut bersifat unik pada setiap individu, tetapi secara umum menghasilkan perubahan positif berupa meningkatnya makna hidup, ketenangan jiwa, kesadaran diri, serta kedekatan religius. Individu yang mengalami pengalaman spiritual cenderung memiliki kemampuan lebih baik dalam menghadapi tekanan

hidup karena memiliki sumber makna yang kuat dan keyakinan bahwa setiap peristiwa memiliki hikmah di baliknya. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa pengalaman spiritual sering kali menjadi titik balik (turning point) yang mengubah cara seseorang memandang kehidupan dan membangun hubungan yang lebih mendalam dengan Tuhan (Hood et al., 2018). Temuan tersebut memperkuat pandangan bahwa pengalaman spiritual merupakan fenomena yang penting untuk dikaji dalam perspektif psikologi agama maupun tasawuf. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya memahami secara mendalam bagaimana pengalaman spiritual dialami dan dimaknai oleh anggota *Raheela Community* ketika mengikuti kegiatan tafakkur alam.

2. Perbedaan Pengalaman Spiritual dan Pengalaman Emosional

Pengalaman spiritual dan pengalaman emosional merupakan dua bentuk pengalaman batin yang sering kali muncul secara bersamaan sehingga keduanya kerap dianggap sebagai fenomena yang sama. Padahal, dalam kajian psikologi agama maupun tasawuf, keduanya memiliki karakteristik, sumber, serta implikasi yang berbeda. Pengalaman emosional pada dasarnya merupakan respons afektif individu terhadap suatu peristiwa atau stimulus tertentu, sedangkan pengalaman spiritual merupakan pengalaman yang melibatkan dimensi transendental dan menghasilkan perubahan cara individu memaknai dirinya, kehidupan, serta hubungannya dengan Allah Swt. Oleh karena itu, tidak setiap pengalaman emosional dapat dikategorikan sebagai pengalaman spiritual, meskipun pengalaman spiritual sering kali disertai dengan munculnya berbagai respons emosional.

Pengalaman emosional bersifat afektif karena berkaitan dengan perubahan perasaan yang muncul sebagai respons terhadap situasi yang dialami seseorang, seperti rasa senang, sedih, takut, haru, kagum, maupun tenang. Emosi dapat muncul secara spontan ketika seseorang menyaksikan keindahan alam, mendengarkan lantunan ayat suci Al-Qur'an, atau mengalami peristiwa yang menyentuh perasaannya. Dalam perspektif

psikologi, emosi berfungsi sebagai mekanisme adaptif yang membantu individu merespons lingkungan dan pengalaman hidup. Namun demikian, perubahan emosi tersebut belum tentu menghasilkan perubahan mendasar pada cara pandang, sistem nilai, maupun orientasi hidup seseorang. Dengan kata lain, pengalaman emosional lebih menekankan pada aspek afektif yang bersifat sementara dan bergantung pada situasi yang melatarbelakanginya.

Berbeda dengan pengalaman emosional, pengalaman spiritual tidak berhenti pada munculnya perasaan tertentu, tetapi menyangkut transformasi makna yang dialami individu. Pargament (2013) menjelaskan bahwa pengalaman spiritual merupakan proses pencarian dan penemuan makna melalui hubungan dengan Yang Transenden (*the search for the sacred*). Pengalaman tersebut mendorong individu untuk melihat kehidupannya dari perspektif yang lebih luas, sehingga melahirkan perubahan dalam cara memahami diri, tujuan hidup, serta nilai-nilai yang diyakininya. Oleh karena itu, pengalaman spiritual tidak hanya menghadirkan ketenangan atau rasa haru, tetapi juga menghasilkan transformasi batin yang memengaruhi perilaku, sikap, dan orientasi hidup seseorang secara lebih berkelanjutan.

Dalam perspektif Islam, pengalaman spiritual memiliki karakteristik utama berupa keterhubungan dengan Allah Swt. Spiritualitas tidak hanya dipahami sebagai pengalaman psikologis yang bersifat subjektif, tetapi sebagai proses mendekatkan diri kepada Allah melalui berbagai bentuk ibadah dan perenungan. Menurut Al-Ghazali dalam *Ihyā' 'Ulūm al-Dīn*, tafakkur merupakan ibadah hati yang mengantarkan manusia kepada pengenalan terhadap kebesaran Allah melalui perenungan terhadap diri dan alam semesta. Sejalan dengan itu, Ecep Ismail (2017) menjelaskan bahwa praktik spiritual dalam Islam tidak hanya diwujudkan melalui zikir lisan, tetapi juga melalui kehadiran hati yang sepenuhnya tertuju kepada Allah. Dengan demikian, pengalaman spiritual senantiasa mengandung dimensi ketuhanan yang membedakannya dari pengalaman emosional biasa.

Sebaliknya, pengalaman emosional belum tentu memiliki dimensi religius. Seseorang dapat merasakan ketenangan, kekaguman, atau bahkan rasa haru ketika menikmati panorama alam, mendengarkan musik, ataupun mengalami peristiwa yang menyentuh hati tanpa mengaitkan pengalaman tersebut dengan keberadaan Tuhan. Dalam kondisi demikian, pengalaman yang muncul masih berada pada ranah emosional karena tidak melibatkan kesadaran transendental maupun pemaknaan religius. Sebaliknya, apabila pengalaman tersebut mendorong individu untuk menyadari kebesaran Allah, meningkatkan rasa syukur, memperkuat keimanan, serta mengubah cara memandang kehidupan berdasarkan nilai-nilai ketuhanan, maka pengalaman tersebut dapat dipahami sebagai pengalaman spiritual.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa pengalaman emosional dan pengalaman spiritual merupakan dua fenomena yang saling berkaitan tetapi tidak identik. Pengalaman emosional lebih berorientasi pada respons afektif terhadap suatu peristiwa, sedangkan pengalaman spiritual mengarah pada transformasi makna yang melibatkan hubungan dengan Allah sebagai pusat pengalaman tersebut. Dalam konteks penelitian ini, pengalaman yang dialami anggota Raheela Community selama mengikuti kegiatan tafakkur alam tidak hanya diidentifikasi dari munculnya rasa tenang, kagum, atau haru, tetapi juga dari adanya perubahan kesadaran ketuhanan, peningkatan rasa syukur, serta pemaknaan baru terhadap kehidupan sebagai bagian dari perjalanan spiritual mereka. Oleh karena itu, pembedaan antara pengalaman emosional dan pengalaman spiritual menjadi penting agar pengalaman para informan tidak dipahami semata-mata sebagai respons emosional terhadap keindahan alam, melainkan sebagai pengalaman spiritual yang memiliki makna religius dalam perspektif Tasawuf dan Psikoterapi.

3. Karakteristik Pengalaman Spiritual

Pengalaman spiritual merupakan pengalaman batin yang memiliki karakteristik khas sehingga berbeda dengan pengalaman emosional atau psikologis pada umumnya. Pengalaman ini tidak hanya melibatkan aspek afektif, tetapi juga mencakup dimensi kognitif, eksistensial, dan transendental yang memengaruhi cara individu memandang dirinya, orang lain, alam semesta, dan Tuhan. Dalam kajian psikologi agama, karakteristik pengalaman spiritual dipahami sebagai ciri-ciri yang muncul ketika seseorang mengalami perjumpaan dengan realitas yang dianggap suci (*the sacred*) atau memiliki makna yang melampaui pengalaman sehari-hari (Pargament, 2013). Karakteristik tersebut menunjukkan bahwa pengalaman spiritual bukan sekadar respons emosional sesaat, melainkan suatu proses batin yang mampu mengubah orientasi hidup seseorang secara mendalam. Perubahan tersebut sering kali tercermin dalam meningkatnya kesadaran diri, kualitas hubungan dengan Tuhan, serta munculnya nilai-nilai kehidupan yang lebih bermakna. Oleh karena itu, memahami karakteristik pengalaman spiritual menjadi penting untuk mengidentifikasi esensi pengalaman yang dialami oleh individu dalam konteks penelitian fenomenologi.

Salah satu karakteristik utama pengalaman spiritual adalah bersifat subjektif dan personal. Pengalaman spiritual dialami secara individual sehingga setiap orang dapat memiliki pengalaman yang berbeda meskipun mengikuti aktivitas atau peristiwa yang sama. Perbedaan tersebut dipengaruhi oleh latar belakang keagamaan, tingkat kematangan spiritual, kondisi psikologis, pengalaman hidup, serta cara individu memaknai peristiwa yang dialaminya (Hood et al., 2018). Dalam pendekatan fenomenologi, subjektivitas ini justru menjadi sumber utama data penelitian karena pengalaman yang dialami secara langsung oleh individu merupakan inti dari realitas yang ingin dipahami. Dengan demikian, tidak ada pengalaman spiritual yang dapat dianggap sama persis antara satu individu dengan individu lainnya. Keunikan tersebut menjadikan pengalaman

spiritual sebagai fenomena yang kaya akan makna dan layak dieksplorasi secara mendalam melalui wawancara fenomenologis.

Karakteristik berikutnya adalah mengandung dimensi transendental, yaitu adanya kesadaran bahwa individu sedang berhubungan dengan sesuatu yang berada di luar dirinya dan melampaui realitas material. Dalam pengalaman spiritual, individu sering kali merasakan kehadiran Tuhan, kedamaian yang sulit dijelaskan, atau kesatuan dengan ciptaan-Nya. Pengalaman tersebut menghadirkan kesadaran bahwa kehidupan memiliki dimensi yang lebih luas daripada sekadar realitas fisik. Menurut William James, pengalaman religius yang autentik selalu membawa individu pada kesadaran mengenai keberadaan realitas yang lebih tinggi dan memberikan keyakinan batin yang kuat terhadap pengalaman tersebut (James, 2002). Dimensi transendental inilah yang membedakan pengalaman spiritual dari pengalaman psikologis biasa karena melibatkan hubungan manusia dengan Yang Maha Transenden. Dalam konteks Islam, dimensi transendental diwujudkan melalui kesadaran tauhid yang semakin kuat sehingga individu merasa lebih dekat kepada Allah Swt.

Karakteristik lainnya adalah menghasilkan perubahan atau transformasi diri. Pengalaman spiritual yang autentik umumnya tidak berhenti pada pengalaman emosional sesaat, tetapi melahirkan perubahan sikap, pola pikir, perilaku, dan orientasi hidup seseorang. Individu yang mengalami pengalaman spiritual cenderung memiliki kesadaran moral yang lebih tinggi, lebih mudah bersyukur, lebih sabar dalam menghadapi ujian, serta memiliki tujuan hidup yang lebih jelas. Pargament menjelaskan bahwa pengalaman spiritual sering menjadi sumber transformasi psikologis karena membantu individu menemukan makna di balik berbagai peristiwa kehidupan (Pargament, 2013). Transformasi tersebut dapat berlangsung secara bertahap maupun terjadi secara mendalam setelah individu mengalami peristiwa tertentu yang memberikan kesan spiritual yang kuat. Dalam perspektif tasawuf, perubahan tersebut merupakan indikasi

berkembangnya kualitas hati (*qalb*) menuju kondisi yang lebih bersih dan dekat kepada Allah.

Karakteristik berikutnya adalah menghadirkan ketenangan batin dan makna hidup. Salah satu indikator pengalaman spiritual adalah munculnya rasa damai, tenteram, dan penerimaan terhadap kehidupan. Individu yang mengalami pengalaman spiritual sering merasakan bahwa berbagai persoalan hidup dapat dihadapi dengan lebih tenang karena memiliki keyakinan bahwa seluruh peristiwa berada dalam ketentuan Allah Swt. Pengalaman tersebut juga membantu individu menemukan tujuan hidup yang lebih jelas sehingga meningkatkan kesejahteraan psikologis dan spiritual (Emmons, 2005). Dalam Islam, kondisi ini sejalan dengan konsep *ithmi'nan al-qalb*, yaitu ketenteraman hati yang diperoleh melalui dzikir dan kedekatan kepada Allah sebagaimana dijelaskan dalam Q.S. Ar-Ra'd ayat 28. Oleh sebab itu, pengalaman spiritual tidak hanya berdampak pada dimensi religius, tetapi juga memberikan manfaat bagi kesehatan mental seseorang.

Dalam perspektif tasawuf, karakteristik pengalaman spiritual juga ditandai dengan meningkatnya kesadaran akan kehadiran Allah (muraqabah) serta tumbuhnya rasa ihsan dalam kehidupan sehari-hari. Seorang salik yang mengalami perkembangan spiritual akan lebih mudah menyadari bahwa setiap aktivitas yang dilakukan berada dalam pengawasan Allah Swt. Kesadaran tersebut mendorong lahirnya perilaku yang lebih ikhlas, rendah hati, serta semakin menjauh dari sifat-sifat tercela. Al-Ghazali menjelaskan bahwa hati yang telah mengalami penyucian (*tazkiyatun nafs*) akan lebih mudah menerima cahaya petunjuk Allah sehingga mampu membedakan antara kebaikan dan keburukan (Al-Ghazali, n.d.). Dengan demikian, pengalaman spiritual dalam tasawuf tidak hanya diukur dari munculnya pengalaman batin tertentu, tetapi juga dari perubahan akhlak dan kualitas hubungan manusia dengan Allah serta sesama makhluk.

Karakteristik terakhir adalah bersifat dinamis dan berkelanjutan. Pengalaman spiritual bukanlah kondisi yang statis atau berhenti pada satu pengalaman tertentu, melainkan berkembang seiring dengan perjalanan hidup dan proses pendewasaan spiritual individu. Setiap pengalaman baru dapat memperkaya pemahaman seseorang mengenai dirinya, alam, dan Tuhan. Dalam perspektif perkembangan spiritual, pengalaman tersebut membentuk proses pembelajaran sepanjang hayat (*lifelong spiritual growth*) yang berlangsung melalui berbagai pengalaman hidup, ibadah, refleksi, maupun interaksi dengan lingkungan (Fowler, 1981). Oleh karena itu, pengalaman spiritual tidak dipahami sebagai tujuan akhir, melainkan sebagai bagian dari perjalanan manusia dalam membangun hubungan yang semakin mendalam dengan Allah Swt. Karakteristik inilah yang menjadi landasan penting dalam penelitian ini karena pengalaman spiritual anggota *Raheela Community* dipahami sebagai proses yang terus berkembang melalui praktik tafakkur alam yang dilakukan secara berkesinambungan.

4. Dimensi Pengalaman Spiritual

Pengalaman spiritual merupakan pengalaman yang kompleks karena melibatkan berbagai aspek dalam diri manusia, baik aspek religius, emosional, eksistensial, maupun transendental. Dimensi-dimensi tersebut saling berkaitan dan membentuk kesadaran spiritual individu dalam memahami dirinya, kehidupan, dan hubungannya dengan Tuhan. Dalam kajian psikologi spiritual dan tasawuf, pengalaman spiritual tidak hanya dipahami sebagai pengalaman keagamaan semata, tetapi juga sebagai proses transformasi batin yang memengaruhi pola pikir, perilaku, dan cara manusia memaknai kehidupannya.

a. Dimensi Religius

Dimensi ini berkaitan dengan hubungan manusia dengan Allah Swt melalui ibadah, dzikir, doa, tilawah Al-Qur'an, serta berbagai aktivitas

spiritual lainnya. Dalam Islam, spiritualitas tidak dapat dipisahkan dari tauhid karena inti dari pengalaman spiritual adalah kesadaran terhadap kehadiran Allah dalam kehidupan manusia. Individu yang memiliki pengalaman spiritual religius biasanya merasakan kedekatan dengan Allah, meningkatnya kualitas ibadah, serta munculnya rasa tawakal dan syukur dalam menjalani kehidupan.

Dimensi religius juga tampak dalam meningkatnya kesadaran individu terhadap nilai-nilai moral dan etika Islam. Seseorang yang mengalami kedalaman spiritual cenderung memiliki sikap yang lebih lembut, mudah bersyukur, lebih sabar, serta berusaha menjaga hubungan baik dengan sesama manusia. Hal tersebut menunjukkan bahwa spiritualitas dalam Islam tidak hanya bersifat ritualistik, tetapi juga tercermin dalam perilaku sosial sehari-hari.

b. Dimensi Eksistensial

Dimensi ini berkaitan dengan pencarian makna hidup, tujuan keberadaan manusia, dan pemahaman terhadap hakikat kehidupan. Pengalaman spiritual sering kali membuat individu merenungkan pertanyaan-pertanyaan mendasar tentang siapa dirinya, untuk apa ia hidup, dan apa tujuan hidup yang sebenarnya. Dalam kondisi tertentu, pengalaman spiritual mampu membantu individu menemukan makna hidup yang lebih mendalam sehingga dapat mengurangi perasaan hampa, cemas, dan kehilangan arah hidup.

Viktor Frankl menjelaskan bahwa kebutuhan utama manusia bukan hanya mencari kesenangan, tetapi mencari makna hidup (*meaning of life*). Ketika manusia menemukan makna hidup, maka ia akan memiliki kekuatan untuk menghadapi penderitaan dan berbagai tekanan kehidupan. Dalam konteks spiritualitas Islam, pencarian makna hidup

diarahkan pada kesadaran bahwa manusia diciptakan untuk beribadah kepada Allah dan menjadi khalifah di muka bumi.

Dimensi eksistensial dalam spiritualitas Islam juga tampak dalam praktik *tafakkur* terhadap diri sendiri dan alam semesta. Ketika manusia merenungi penciptaan langit, bumi, pergantian malam dan siang, maka ia akan menyadari keterbatasan dirinya serta kebesaran Allah Swt. Kesadaran tersebut dapat melahirkan sikap rendah hati dan memperkuat keimanan seseorang.

c. Dimensi Emosional

Pengalaman spiritual sering kali menghadirkan kondisi emosional yang positif seperti rasa damai, tenteram, haru, syukur, kagum, dan bahagia secara batiniah. Individu yang mengalami pengalaman spiritual biasanya merasakan ketenangan hati yang berbeda dengan kesenangan material. Perasaan tersebut muncul karena adanya kesadaran mendalam tentang kehadiran Allah dan makna kehidupan yang lebih luas.

Dalam perspektif psikologi, pengalaman spiritual yang sehat dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Individu yang memiliki spiritualitas tinggi cenderung lebih optimis, memiliki kontrol diri yang baik, serta lebih mampu menghadapi konflik dan tekanan emosional. Oleh sebab itu, spiritualitas sering dikaitkan dengan kesehatan mental dan ketahanan psikologis individu.

d. Dimensi Transendental

Dimensi ini berkaitan dengan kesadaran manusia terhadap realitas yang melampaui dunia material. Pengalaman transendental membuat individu merasakan adanya hubungan dengan kekuatan ilahi yang lebih besar daripada dirinya sendiri. Dalam pengalaman tersebut, manusia

dapat merasakan kekaguman mendalam, kesadaran tentang kebesaran Tuhan, serta pengalaman batin yang sulit dijelaskan secara rasional.

William James menjelaskan bahwa pengalaman spiritual memiliki kualitas *noetic*, yaitu memberikan pengetahuan intuitif yang dirasakan benar oleh individu meskipun sulit dibuktikan secara empiris. Pengalaman transendental sering kali terjadi melalui ibadah yang khusyuk, dzikir mendalam, khalwat, maupun *tafakkur* terhadap alam semesta.

Dalam perspektif tasawuf, dimensi transendental berkaitan dengan proses proses pengenalan kepada Allah, yaitu pengenalan mendalam terhadap Allah Swt. Para sufi memandang bahwa hati manusia memiliki potensi untuk menerima cahaya ilahi apabila dibersihkan melalui tazkiyatun nafs. Oleh sebab itu, perjalanan spiritual dalam tasawuf bertujuan membawa manusia menuju kesadaran ruhani yang lebih tinggi sehingga mampu merasakan kedekatan dengan Allah.

Imam Al-Ghazali menjelaskan bahwa manusia terdiri dari unsur qalb (hati), ruh, nafs, dan akal. Keempat unsur tersebut saling memengaruhi dalam proses perjalanan spiritual manusia. Ketika hati dibersihkan dan akal digunakan untuk merenungi tanda-tanda kebesaran Allah, maka manusia akan mencapai kesadaran spiritual yang mendalam dan memperoleh ketenangan batin.

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat dipahami bahwa pengalaman spiritual memiliki dimensi yang luas dan saling berkaitan. Dimensi religius menghubungkan manusia dengan Allah, dimensi eksistensial membantu manusia menemukan makna hidup, dimensi emosional menghadirkan ketenangan jiwa, sedangkan dimensi transendental membawa manusia pada kesadaran terhadap realitas ilahiah. Keempat dimensi tersebut membentuk

pengalaman spiritual yang utuh dalam kehidupan manusia, khususnya dalam praktik *tafakkur* alam yang menjadi fokus penelitian ini.

5. Pengalaman Spiritual dalam Perspektif Islam

Dalam perspektif Islam, pengalaman spiritual merupakan bagian penting dari kehidupan manusia karena berkaitan dengan hubungan antara hamba dan Allah Swt. Spiritualitas Islam berakar pada konsep tauhid, yaitu keyakinan bahwa Allah adalah satu-satunya Tuhan yang menciptakan, mengatur, dan menguasai seluruh alam semesta. Oleh sebab itu, pengalaman spiritual dalam Islam tidak hanya dipahami sebagai pengalaman emosional atau mistik semata, tetapi sebagai bentuk kesadaran mendalam terhadap kehadiran Allah dalam kehidupan manusia. (Nasr, 1996)

Islam memandang manusia sebagai makhluk jasmani dan ruhani. Kebutuhan manusia tidak hanya terbatas pada kebutuhan fisik, tetapi juga kebutuhan ruhani yang berkaitan dengan ketenangan hati, makna hidup, dan kedekatan dengan Tuhan. Ketika kebutuhan ruhani tidak terpenuhi, manusia dapat mengalami kegelisahan, kekosongan batin, dan krisis makna hidup. Oleh sebab itu, spiritualitas dalam Islam hadir sebagai jalan untuk mencapai keseimbangan antara aspek lahiriah dan batiniah manusia. (Al-Ghazali, n.d.)

Pengalaman spiritual dalam Islam juga berkaitan dengan kesadaran manusia terhadap tanda-tanda kebesaran Allah yang terdapat di alam semesta. Al-Qur'an berulang kali memerintahkan manusia untuk merenungi penciptaan langit, bumi, gunung, laut, dan berbagai fenomena alam lainnya sebagai sarana meningkatkan keimanan. Allah Swt. berfirman:

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِّأُولِي الْأَلْبَابِ

"Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi serta pergantian malam dan siang terdapat tanda-tanda bagi orang-orang yang berakal."

(Q.S. Ali 'Imran [3]: 190).

Ayat tersebut menunjukkan bahwa spiritualitas Islam tidak terlepas dari aktivitas tafakkur atau perenungan terhadap ciptaan Allah. Melalui tafakkur, manusia dapat menyadari kebesaran Allah, memahami keterbatasan dirinya, dan meningkatkan rasa syukur atas nikmat kehidupan. Dalam konteks penelitian ini, tafakkur alam menjadi media penting dalam menghadirkan pengalaman spiritual pada individu. (Shihab, 2002)

Seyyed Hossein Nasr menjelaskan bahwa spiritualitas Islam memandang alam sebagai sesuatu yang sakral karena seluruh alam merupakan manifestasi tanda-tanda kebesaran Allah. Menurut Nasr, manusia modern mengalami krisis spiritual akibat dominasi materialisme dan hilangnya kesadaran sakral terhadap alam. Oleh sebab itu, manusia perlu menghidupkan kembali spiritualitas melalui kontemplasi terhadap alam agar mampu menemukan kembali hubungan yang harmonis dengan Tuhan, diri sendiri, dan lingkungan sekitar. (Nasr, 1996)

Dalam Islam, pengalaman spiritual juga berkaitan dengan konsep tazkiyatun nafs atau penyucian jiwa. Penyucian jiwa dilakukan dengan cara membersihkan hati dari sifat-sifat tercela seperti riya', sombong, iri hati, cinta dunia berlebihan, dan berbagai penyakit ruhani lainnya. Ketika hati bersih, maka manusia akan lebih mudah merasakan kehadiran Allah dan memperoleh ketenangan batin. (Al-Ghazali, n.d.)

Imam Al-Ghazali menjelaskan bahwa hati manusia memiliki potensi untuk menerima cahaya ilahi (nur ilahi). Akan tetapi, cahaya tersebut tidak dapat masuk apabila hati dipenuhi oleh penyakit-penyakit ruhani. Oleh sebab itu, perjalanan spiritual dalam Islam menuntut adanya latihan jiwa

melalui ibadah, mujahadah, dzikir, dan tafakkur agar hati menjadi bersih dan dekat kepada Allah. (Al-Ghazali, n.d.)

Pengalaman spiritual dalam Islam juga memiliki implikasi moral dan sosial. Individu yang memiliki spiritualitas yang baik tidak hanya menunjukkan kualitas ibadah yang tinggi, tetapi juga memiliki perilaku sosial yang baik seperti jujur, sabar, rendah hati, peduli terhadap sesama, dan menjaga lingkungan. Hal ini menunjukkan bahwa spiritualitas Islam tidak hanya bersifat individual, tetapi juga memiliki dimensi sosial dalam kehidupan masyarakat. (Nasr, 1996)

Dalam perspektif psikologi Islam, pengalaman spiritual dapat membantu manusia mengatasi kecemasan, stres, dan krisis psikologis. Spiritualitas memberikan kekuatan batin, harapan, dan rasa optimis dalam menghadapi berbagai ujian kehidupan. Individu yang memiliki kedekatan dengan Allah cenderung lebih mampu menerima keadaan hidup secara positif karena meyakini bahwa setiap peristiwa memiliki hikmah dan berada dalam ketentuan Allah Swt. (Pargament, 2011)

Selain itu, pengalaman spiritual dalam Islam juga berkaitan dengan pencapaian proses pengenalan kepada Allah, yaitu pengenalan mendalam terhadap Allah. Proses pengenalan kepada Allah bukan hanya pengetahuan intelektual tentang Tuhan, tetapi kesadaran batin yang lahir melalui pengalaman ruhani dan kedekatan spiritual kepada Allah. Dalam tasawuf, proses pengenalan kepada Allah dipandang sebagai puncak perjalanan spiritual manusia. (Al-Ghazali, n.d.)

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat dipahami bahwa pengalaman spiritual dalam Islam merupakan pengalaman batin yang lahir dari kesadaran tauhid, ibadah, dzikir, tafakkur, dan penyucian jiwa. Pengalaman spiritual tidak hanya menghasilkan ketenangan hati, tetapi juga membentuk perilaku moral, meningkatkan makna hidup, serta memperkuat hubungan

manusia dengan Allah Swt., sesama manusia, dan alam semesta. Dengan demikian, spiritualitas Islam memiliki peran penting dalam membangun kesehatan mental dan keseimbangan hidup manusia secara menyeluruh. (Koenig, 2023)

6. Pengalaman Spiritual dalam Perspektif Tasawuf

Tasawuf merupakan dimensi batin dalam Islam yang menekankan penyucian jiwa, pembinaan akhlak, dan pendekatan diri kepada Allah Swt. Dalam perspektif tasawuf, pengalaman spiritual dipahami sebagai perjalanan ruhani seorang hamba menuju kedekatan dengan Allah melalui proses penyucian hati (*tazkiyatun nafs*), pengendalian hawa nafsu, serta peningkatan kesadaran ketuhanan. Pengalaman spiritual dalam tasawuf tidak hanya dipahami sebagai pengalaman emosional sesaat, tetapi sebagai proses transformasi batin yang memengaruhi seluruh aspek kehidupan manusia. (Al-Ghazali, n.d.)

Para ulama tasawuf memandang bahwa manusia pada dasarnya memiliki fitrah ruhani yang cenderung kepada Tuhan. Akan tetapi, fitrah tersebut sering tertutupi oleh dominasi hawa nafsu, kecintaan berlebihan terhadap dunia, dan penyakit-penyakit hati seperti riya', sombong, hasad, ujub, serta tamak. Oleh sebab itu, tujuan utama tasawuf adalah membersihkan hati agar manusia mampu merasakan kehadiran Allah dalam kehidupannya.

Dalam pandangan tasawuf, hati (*qalb*) memiliki kedudukan sangat penting karena menjadi pusat kesadaran spiritual manusia. Ketika hati bersih, maka manusia akan lebih mudah menerima cahaya ilahi (*nur ilahi*) dan memahami hakikat kehidupan. Sebaliknya, ketika hati dipenuhi dosa dan penyakit ruhani, maka manusia akan mengalami kegelisahan, kekosongan batin, dan keterasingan spiritual. (Martyn & Brymer, 2016)

Imam Al-Ghazali menjelaskan bahwa hati manusia ibarat cermin. Jika cermin tersebut dipenuhi noda, maka ia tidak mampu memantulkan cahaya dengan baik. Akan tetapi, apabila dibersihkan melalui ibadah, dzikir, mujahadah, dan *tafakkur*, maka hati akan menjadi jernih dan mampu menerima cahaya Allah. Pandangan ini menunjukkan bahwa pengalaman spiritual dalam tasawuf berkaitan erat dengan proses pembersihan batin secara terus-menerus.

Tasawuf juga memandang bahwa pengalaman spiritual merupakan proses perjalanan menuju proses pengenalan kepada Allah, yaitu pengenalan mendalam terhadap Allah Swt. Proses pengenalan kepada Allah bukan hanya pengetahuan intelektual tentang Tuhan, tetapi pengetahuan batin yang diperoleh melalui pengalaman ruhani dan kedekatan spiritual kepada Allah. Dalam konteks ini, pengalaman spiritual menjadi jalan bagi manusia untuk memahami hakikat dirinya sebagai hamba Allah.

Perjalanan spiritual dalam tasawuf dilakukan melalui tahapan-tahapan tertentu yang dikenal dengan istilah *maqamat* dan *ahwal*. *Maqamat* merupakan tingkatan spiritual yang dicapai melalui usaha dan latihan ruhani, sedangkan *ahwal* adalah keadaan spiritual yang diberikan Allah sebagai anugerah kepada seorang hamba. Kedua konsep tersebut menggambarkan bahwa spiritualitas dalam tasawuf bukan sesuatu yang instan, melainkan proses pendewasaan ruhani yang berlangsung secara bertahap. (Al-Qusyairi, 2007)

Beberapa tahapan (*maqamat*) dalam perjalanan spiritual menurut para ulama tasawuf meliputi:

- a. *Taubat*, yaitu kembali kepada Allah dengan penuh penyesalan atas dosa;
- b. *Wara'*, yaitu menjaga diri dari hal-hal yang syubhat dan maksiat;
- c. *Zuhud*, yaitu tidak berlebihan mencintai dunia;

- d. *Faqr*, yaitu merasa bergantung sepenuhnya kepada Allah;
- e. *Sabar*, yaitu keteguhan hati dalam menghadapi ujian;
- f. *Tawakal*, yaitu berserah diri kepada Allah setelah berikhtiar;
- g. *Ridha*, yaitu menerima ketentuan Allah dengan lapang dada;
- h. *Mahabbah*, yaitu cinta mendalam kepada Allah;
- i. *Ma'rifat*, yaitu pengenalan ruhani terhadap Allah Swt.

Tahapan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman spiritual dalam tasawuf melibatkan pembinaan moral, pengendalian diri, dan peningkatan kesadaran ketuhanan secara berkesinambungan. (Al-Qusyairi, 2007)

Imam Al-Ghazali dalam *Ihya' 'Ulumuddin* menjelaskan pentingnya *tafakkur* dalam perjalanan spiritual manusia. Menurut beliau:

التفكر عبادة القلب ومفتاح المعرفة

“*Tafakkur adalah ibadah hati dan kunci menuju pengetahuan (ma'rifat).*”

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa *tafakkur* memiliki posisi yang sangat penting dalam tasawuf karena menjadi sarana untuk membuka mata hati (*bashirah*) dan memperdalam kesadaran spiritual manusia. Melalui *tafakkur*, manusia tidak hanya memperoleh pengetahuan rasional, tetapi juga pengetahuan batin yang mengantarkan pada kesadaran tentang kebesaran Allah dan hakikat kehidupan.

Dalam tradisi tasawuf, *tafakkur* alam dipandang sebagai salah satu metode penting dalam mendekatkan diri kepada Allah. Alam semesta dipahami sebagai ayat-ayat Allah (*ayat kauniyah*) yang mengandung tanda-tanda kebesaran-Nya. Ketika manusia merenungi gunung, langit, laut,

pepohonan, dan berbagai fenomena alam lainnya, maka ia akan menyadari keterbatasan dirinya sekaligus merasakan kebesaran Allah Swt.

Seyyed Hossein Nasr menjelaskan bahwa alam merupakan *theophany* (tajalli), yaitu manifestasi sifat-sifat Allah di alam semesta. Menurut Nasr, manusia modern mengalami krisis spiritual karena kehilangan kesadaran sakral terhadap alam. Alam dipandang hanya sebagai objek material dan dieksploitasi tanpa mempertimbangkan nilai spiritualnya. Oleh sebab itu, *tafakkur* alam menjadi penting untuk mengembalikan manusia pada kesadaran kosmis dan hubungan harmonis dengan Tuhan serta lingkungan.

Selain *tafakkur*, pengalaman spiritual dalam tasawuf juga dibangun melalui berbagai praktik ruhani lainnya, antara lain:

- a. *Dzikir*, yaitu mengingat Allah secara terus-menerus;
- b. *Muraqabah*, yaitu merasa diawasi Allah dalam setiap keadaan;
- c. *Muhasabah*, yaitu introspeksi dan evaluasi diri;
- d. *Khalwat*, yaitu menyendiri untuk mendekatkan diri kepada Allah;
- e. *Mujahadah*, yaitu bersungguh-sungguh melawan hawa nafsu;
- f. *Riyadhah*, yaitu latihan spiritual untuk membentuk kesucian jiwa.

Praktik-praktik tersebut bertujuan membangun kesadaran spiritual yang mendalam sehingga manusia mampu mencapai ketenangan batin dan kedekatan dengan Allah Swt.

Dalam perspektif Tasawuf Psikoterapi, pengalaman spiritual dipandang memiliki dampak terapeutik terhadap kesehatan mental manusia. Spiritualitas dapat membantu individu mengatasi kecemasan, stres, kekosongan hidup, dan konflik batin. Ketika hati dekat dengan Allah,

manusia akan lebih mudah menerima kenyataan hidup, memiliki harapan, serta mampu memaknai penderitaan secara positif.

Penelitian modern juga menunjukkan bahwa aktivitas kontemplatif seperti *tafakkur* dan refleksi terhadap alam memiliki dampak positif terhadap kesejahteraan psikologis. Aktivitas tersebut mampu menurunkan tingkat stres, meningkatkan ketenangan emosional, dan memperkuat makna hidup individu (Pargament, 2011). Hal ini menunjukkan bahwa ajaran tasawuf memiliki relevansi dengan pendekatan psikologi kontemporer dalam menjaga kesehatan mental manusia.

Pengalaman spiritual dalam tasawuf pada akhirnya bertujuan membawa manusia menuju keadaan jiwa yang tenang (*nafs al-muthma'innah*). Jiwa yang tenang adalah kondisi ketika manusia mampu hidup dalam kesadaran penuh terhadap Allah, menerima ketentuan-Nya dengan ikhlas, serta menjadikan seluruh aktivitas kehidupannya sebagai bentuk penghambaan kepada-Nya.

Dengan demikian, pengalaman spiritual dalam perspektif tasawuf merupakan proses perjalanan ruhani manusia menuju kedekatan dengan Allah melalui penyucian hati, *tafakkur*, dzikir, dan pengendalian hawa nafsu. Pengalaman spiritual tersebut menghasilkan transformasi batin berupa ketenangan jiwa, peningkatan kesadaran diri, kedalaman makna hidup, serta tumbuhnya kesadaran ketuhanan dalam kehidupan sehari-hari. Dalam konteks penelitian ini, *tafakkur* alam menjadi media spiritual yang penting dalam membentuk pengalaman ruhani anggota *Raheela Community* di Yayasan Pemuda Hijrah.

B. Kajian tentang *Tafakkur* Alam

1. Pengertian *Tafakkur*

Tafakkur merupakan aktivitas berpikir secara mendalam, reflektif, dan kontemplatif terhadap ciptaan Allah dengan tujuan memahami makna, hikmah, dan tanda-tanda kebesaran-Nya. Dalam bahasa Arab, kata tafakkur berasal dari akar kata فَكَّرَ – يُفَكِّرُ – تَفَكُّرًا yang berarti berpikir secara serius dan mendalam. Tafakkur tidak sekadar aktivitas kognitif biasa, melainkan melibatkan kesadaran spiritual yang menghubungkan akal, hati, dan iman dalam memahami realitas kehidupan (Al-Ghazali, n.d.).

Dalam perspektif Islam, tafakkur memiliki kedudukan penting karena menjadi salah satu sarana untuk mengenal Allah melalui tanda-tanda kekuasaan-Nya yang tersebar di alam semesta (ayat kauniyah) (Al-Ghazali, n.d.; Nasr, 1996). Islam tidak memisahkan antara aktivitas berpikir dan spiritualitas. Akal dipandang sebagai anugerah Allah yang harus digunakan untuk merenungi ciptaan-Nya sehingga melahirkan keimanan dan kesadaran ketuhanan yang lebih mendalam (Al-Attas, 1995).

Al-Qur'an secara berulang mendorong manusia untuk menggunakan akal, memperhatikan alam, dan mengambil pelajaran dari berbagai fenomena kehidupan. Hal tersebut menunjukkan bahwa Islam sangat menghargai aktivitas intelektual yang diarahkan pada penguatan iman dan pengenalan terhadap Allah Swt. Oleh sebab itu, tafakkur tidak hanya dipahami sebagai proses berpikir rasional, tetapi juga sebagai aktivitas ruhani yang melibatkan kesadaran hati (Qutb, 2000; Shihab, 2002).

Seyyed Hossein Nasr menjelaskan bahwa tafakkur merupakan bentuk intelektualitas spiritual yang menghubungkan manusia dengan dimensi sakral alam. Menurutnya, alam semesta tidak boleh dipandang hanya sebagai objek material yang dapat dieksploitasi, tetapi sebagai simbol ilahi yang mengandung makna metafisis dan spiritual. Alam merupakan manifestasi tanda-tanda kebesaran Allah yang harus direnungi agar manusia mampu memahami hubungan dirinya dengan Tuhan dan alam semesta (Nasr, 1996).

Pandangan tersebut menunjukkan bahwa tafakkur memiliki dimensi spiritual dan ekologis sekaligus. Ketika manusia melakukan tafakkur terhadap alam, maka ia tidak hanya memperoleh pengetahuan intelektual tentang alam, tetapi juga memperoleh kesadaran spiritual tentang kebesaran Allah dan tanggung jawab manusia dalam menjaga ciptaan-Nya (Nasr, 1996).

Imam Al-Ghazali dalam *Ihya' 'Ulumuddin* menjelaskan bahwa tafakkur merupakan salah satu bentuk ibadah hati yang memiliki kedudukan tinggi dalam perjalanan spiritual manusia. Menurut Al-Ghazali, tafakkur adalah sarana untuk membuka mata hati (*bashirah*) sehingga manusia mampu memahami hakikat kehidupan, menyadari kelemahan dirinya, dan mengenal tujuan penciptaannya sebagai hamba Allah (Al-Ghazali, n.d.). Beliau menyatakan:

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa tafakkur bukan hanya aktivitas berpikir biasa, melainkan ibadah yang melibatkan kesadaran batin. Tafakkur dapat mengantarkan manusia kepada proses pengenalan kepada Allah, yaitu pengenalan mendalam terhadap Allah melalui perenungan terhadap ciptaan-Nya (Al-Ghazali, n.d.).

Dalam perspektif tasawuf, tafakkur dipandang sebagai sarana untuk membersihkan hati dari dominasi duniawi dan mengarahkan manusia pada kesadaran spiritual yang lebih tinggi. Ketika manusia melakukan tafakkur secara mendalam, maka ia akan menyadari bahwa kehidupan dunia bersifat sementara dan seluruh ciptaan pada hakikatnya menunjukkan kebesaran Allah Swt (Al-Ghazali, n.d.; Nasr, 1996).

Tafakkur juga memiliki hubungan erat dengan proses muhasabah atau introspeksi diri. Melalui tafakkur, manusia tidak hanya merenungi alam di luar dirinya, tetapi juga merenungi kondisi dirinya sendiri, kelemahan-kelemahan yang dimiliki, serta tujuan hidup yang hendak dicapai. Oleh sebab itu, tafakkur memiliki dimensi eksternal dan internal sekaligus (Al-Ghazali, n.d.).

Dalam Al-Qur'an, manusia diperintahkan untuk memperhatikan dirinya sendiri sebagai bagian dari tanda-tanda kekuasaan Allah. Allah Swt berfirman:

وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ ﴿٥١﴾

"Dan pada dirimu sendiri, apakah kamu tidak memperhatikan?"

(Q.S. Adz-Dzariyat [51]: 21).

Ayat tersebut menunjukkan bahwa manusia merupakan objek tafakkur yang penting. Dengan merenungi dirinya sendiri, manusia dapat menyadari keterbatasan, kelemahan, dan ketergantungannya kepada Allah Swt (Shihab, 2002).

Selain memiliki dimensi spiritual, tafakkur juga memiliki relevansi dalam kajian psikologi modern. Aktivitas refleksi dan kontemplasi terhadap alam diketahui mampu membantu individu memperoleh ketenangan batin, mengurangi stres, dan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Dalam konteks ini, tafakkur dapat dipahami sebagai praktik spiritual yang memiliki dampak terapeutik terhadap kesehatan mental manusia (Martyn & Brymer, 2016; Pargament, 2011).

Penelitian modern mengenai nature contemplation menunjukkan bahwa aktivitas reflektif terhadap alam dapat meningkatkan kesadaran diri, memperkuat emosi positif, dan membantu individu menemukan makna hidup. Hal tersebut menunjukkan bahwa konsep tafakkur tidak hanya relevan dalam tradisi Islam klasik, tetapi juga memiliki keterkaitan dengan pendekatan psikologi kontemporer mengenai mindfulness dan kesejahteraan mental (Havik et al., 2015).

Tafakkur pada akhirnya bukan hanya aktivitas berpikir untuk memperoleh pengetahuan, tetapi proses perenungan yang melibatkan akal, hati, dan spiritualitas manusia. Melalui tafakkur, manusia diajak untuk memahami hakikat kehidupan, mengenal kebesaran Allah, serta membangun hubungan yang harmonis dengan Tuhan, diri sendiri, sesama manusia, dan alam semesta (Nasr, 1996; Al-Ghazali, n.d.).

Dengan demikian, tafakkur dapat dipahami sebagai aktivitas kontemplatif yang mengintegrasikan aspek intelektual, spiritual, dan emosional manusia dalam merenungi ciptaan Allah. Tafakkur tidak hanya menghasilkan pengetahuan rasional, tetapi juga melahirkan kesadaran ketuhanan, ketenangan jiwa, serta pengalaman spiritual yang mendalam (Pargament, 2011). Dalam konteks penelitian ini, tafakkur alam menjadi media penting dalam menghadirkan pengalaman spiritual pada anggota Raheela Community di Yayasan Pemuda Hijrah.

2. Dasar Al-Qur'an dan Hadis tentang *Tafakkur* Alam

Konsep tafakkur memiliki landasan yang sangat kuat dalam ajaran Islam, baik dalam Al-Qur'an maupun hadis Rasulullah Saw. Islam merupakan agama yang mendorong umatnya untuk menggunakan akal, berpikir kritis, dan merenungi berbagai fenomena kehidupan sebagai sarana untuk memperkuat keimanan kepada Allah Swt. Oleh sebab itu, aktivitas tafakkur bukan hanya dipandang sebagai kegiatan intelektual semata, tetapi juga sebagai bentuk ibadah yang dapat mendekatkan manusia kepada Allah (Ibn Qayyim al-Jawziyyah, 2003).

Al-Qur'an secara berulang memerintahkan manusia untuk memperhatikan langit, bumi, pergantian malam dan siang, penciptaan manusia, tumbuhan, hewan, dan berbagai fenomena alam lainnya. Seluruh ciptaan tersebut dipandang sebagai ayat-ayat Allah (ayat kauniyah) yang mengandung tanda-tanda kebesaran dan kekuasaan-Nya. Dengan merenungi alam semesta, manusia diharapkan mampu

memahami kebesaran Allah serta menyadari keterbatasan dirinya sebagai makhluk (Shihab, 2002; Nasr, 1996).

Salah satu ayat Al-Qur'an yang menjadi dasar utama konsep *tafakkur* adalah firman Allah Swt. dalam Q.S. Ali 'Imran ayat 190–191:

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لآيَاتٍ لِّأُولِي الْأَلْبَابِ • الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ

"Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi serta pergantian malam dan siang terdapat tanda-tanda bagi orang-orang yang berakal, yaitu orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri, duduk, atau berbaring, dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi." (Q.S. Ali 'Imran [3]: 190–191).

Ayat tersebut menunjukkan bahwa tafakkur merupakan aktivitas yang mengintegrasikan dzikir dan berpikir. Orang-orang yang disebut ulul albab dalam ayat tersebut adalah individu yang mampu menggunakan akalannya untuk merenungi ciptaan Allah sekaligus menjaga kesadaran spiritualnya melalui dzikir kepada Allah. Hal ini menunjukkan bahwa Islam tidak memisahkan antara rasionalitas dan spiritualitas, melainkan memadukan keduanya dalam proses pengenalan terhadap Tuhan (Shihab, 2002).

Ayat tersebut juga menegaskan bahwa alam semesta bukanlah sesuatu yang tercipta tanpa tujuan. Keteraturan penciptaan langit, bumi, dan pergantian siang malam menunjukkan adanya kebijaksanaan dan kekuasaan Allah Swt. Dengan melakukan tafakkur terhadap alam, manusia akan menyadari bahwa kehidupan memiliki tujuan dan seluruh ciptaan berada dalam ketentuan Allah (Nasr, 1996).

Selain ayat tersebut, Al-Qur'an juga banyak menggunakan ungkapan seperti:

- a. أَفَلَا يَتَفَكَّرُونَ (apakah mereka tidak berpikir?),
- b. أَفَلَا يَعْقِلُونَ (apakah mereka tidak menggunakan akal?),
- c. لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ (bagi kaum yang berpikir),
- d. لِأُولِي الْأَلْبَابِ (bagi orang-orang yang berakal).

Penggunaan ungkapan tersebut menunjukkan bahwa Islam memberikan perhatian besar terhadap aktivitas berpikir dan perenungan sebagai jalan menuju keimanan dan kesadaran spiritual (Shihab, 2002).

Allah Swt. juga berfirman dalam Surat Adz-Dzariyat [51] ayat 20–21:

وَفِي الْأَرْضِ آيَاتٌ لِلْمُوقِنِينَ (20) وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُنْصَرُونَ (21)

UIN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

"Dan di bumi terdapat tanda-tanda (kekuasaan Allah) bagi orang-orang yang yakin, dan juga pada dirimu sendiri. Maka apakah kamu tidak memperhatikan?" (Q.S. Adz-Dzariyat [51]: 20–21).

Ayat tersebut menjelaskan bahwa objek tafakkur tidak hanya alam semesta, tetapi juga diri manusia sendiri. Tubuh manusia, proses kehidupan, akal, dan hati merupakan tanda-tanda kekuasaan Allah yang perlu direnungi. Dengan memahami dirinya sendiri, manusia akan menyadari kelemahan dan ketergantungannya kepada Allah Swt. (Shihab, 2002).

Dalam ayat lain Allah berfirman dalam Surat Yunus ayat 101:

قُلْ انظُرُوا مَاذَا فِي السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا تُعْنِي الْآيَاتُ وَالنُّذُرُ عَنْ قَوْمٍ لَا يُؤْمِنُونَ ﴿١٠١﴾

"Katakanlah (Nabi Muhammad), 'Perhatikanlah apa saja di langit dan di bumi!' Tidaklah berguna tanda-tanda (kebesaran Allah) dan peringatan-peringatan itu (untuk menghindarkan azab Allah) dari kaum yang tidak beriman." (Q.S. Yunus [10]: 101).

Ayat tersebut menunjukkan bahwa Islam mendorong manusia untuk melakukan observasi dan refleksi terhadap alam semesta. Aktivitas memperhatikan dan merenungi alam dipandang sebagai jalan untuk memperkuat keyakinan dan memperdalam kesadaran spiritual (Nasr, 1996; Shihab, 2002).

Selain Al-Qur'an, hadis Rasulullah Saw. juga memberikan penekanan besar terhadap pentingnya tafakkur. Salah satu hadis yang sering dijadikan landasan adalah sabda Rasulullah Saw.:

تفكروا في خلق الله ولا تفكروا في ذات الله

"Berpikirlah tentang ciptaan Allah dan jangan berpikir tentang zat Allah."

(HR. Ath-Thabrani).

Hadis tersebut menunjukkan bahwa manusia diperintahkan untuk merenungi ciptaan Allah sebagai jalan mengenal kebesaran-Nya. Akan tetapi, manusia tidak diperintahkan memikirkan hakikat zat Allah karena kemampuan akal manusia memiliki keterbatasan. Dengan demikian, tafakkur dalam Islam diarahkan pada perenungan terhadap ayat-ayat Allah yang tampak dalam ciptaan-Nya (Al-Ghazali, n.d.).

Hadis tersebut juga menunjukkan bahwa tafakkur memiliki dimensi epistemologis dalam Islam. Pengetahuan tidak hanya diperoleh melalui teks wahyu, tetapi juga melalui refleksi terhadap alam dan kehidupan. Oleh sebab itu, tafakkur menjadi metode penting dalam membangun kesadaran spiritual dan intelektual manusia (Nasr, 1996).

Dalam tradisi Islam, para ulama memandang tafakkur sebagai ibadah hati yang sangat dianjurkan. Imam Al-Ghazali menjelaskan bahwa tafakkur dapat menghidupkan hati dan membuka jalan menuju proses pengenalan kepada Allah. Menurutnya, hati yang terbiasa bertafakkur akan lebih mudah menerima cahaya kebenaran dan memahami hakikat kehidupan (Al-Ghazali, n.d.).

Ibn Qayyim al-Jawziyyah juga menjelaskan bahwa tafakkur merupakan awal dari segala kebaikan. Menurutnya, tafakkur dapat melahirkan kesadaran, kesadaran melahirkan perubahan sikap, dan perubahan sikap akan mendorong manusia untuk lebih dekat kepada Allah. Hal tersebut menunjukkan bahwa tafakkur tidak berhenti pada aktivitas berpikir, tetapi menghasilkan transformasi spiritual dan moral dalam kehidupan manusia (Ibn Qayyim al-Jawziyyah, 2003).

Dalam perspektif tasawuf, tafakkur dipandang sebagai sarana untuk membersihkan hati dari dominasi duniawi. Ketika manusia merenungi alam semesta dan mengingat Allah, maka hati akan menjadi lebih tenang dan lebih mudah merasakan kehadiran Allah. Tafakkur juga membantu manusia

menyadari kefanaan dunia sehingga tidak terjebak dalam materialisme dan kecintaan berlebihan terhadap dunia (Al-Ghazali, n.d.).

Seyyed Hossein Nasr menjelaskan bahwa manusia modern mengalami krisis spiritual akibat hilangnya kesadaran sakral terhadap alam. Alam dipandang semata-mata sebagai objek material dan kehilangan makna spiritualnya. Oleh sebab itu, tafakkur menjadi penting untuk mengembalikan manusia kepada kesadaran kosmis bahwa alam merupakan manifestasi tanda-tanda kebesaran Allah (Nasr, 1996).

Selain memiliki dimensi spiritual, tafakkur juga memiliki dampak psikologis yang positif. Aktivitas kontemplatif terhadap alam dapat membantu individu memperoleh ketenangan batin, meningkatkan kesadaran diri, dan mengurangi tekanan psikologis. Dalam konteks ini, ajaran tafakkur dalam Islam memiliki relevansi dengan pendekatan psikologi modern mengenai mindfulness dan refleksi diri (Pargament, 2011; Martyn & Brymer, 2016; Richardson et al., 2024).

Dengan demikian, dasar Al-Qur'an dan hadis tentang tafakkur alam menunjukkan bahwa Islam sangat menekankan pentingnya aktivitas berpikir, merenung, dan menghayati tanda-tanda kebesaran Allah di alam semesta. Tafakkur bukan hanya aktivitas intelektual, tetapi juga ibadah spiritual yang dapat memperkuat iman, meningkatkan kesadaran diri, menghadirkan ketenangan jiwa, serta mengantarkan manusia menuju proses pengenalan kepada Allah (Pargament, 2011).

3. *Tafakkur* Alam dalam Perspektif Ulama Tasawuf

Dalam tradisi tasawuf, tafakkur merupakan salah satu metode utama dalam perjalanan spiritual menuju kedekatan dengan Allah Swt. Para ulama tasawuf memandang tafakkur bukan sekadar aktivitas berpikir biasa, tetapi sebagai ibadah hati yang mampu membuka kesadaran ruhani manusia terhadap hakikat kehidupan dan kebesaran Allah. Tafakkur menjadi sarana untuk membersihkan hati,

memperdalam keimanan, dan mengantarkan manusia menuju proses pengenalan kepada Allah, yaitu pengenalan mendalam terhadap Allah Swt. (Al-Ghazali, n.d.)

Tasawuf memandang bahwa hati manusia pada dasarnya memiliki potensi untuk mengenal Allah. Akan tetapi, potensi tersebut sering tertutupi oleh hawa nafsu, kecintaan berlebihan terhadap dunia, serta berbagai penyakit ruhani seperti riya', sombong, hasad, dan tamak. Oleh sebab itu, manusia memerlukan latihan spiritual untuk membersihkan hati agar mampu menerima cahaya ilahi (nur ilahi). Salah satu latihan spiritual yang sangat ditekankan oleh para sufi adalah tafakkur.

Dalam perspektif ulama tasawuf, tafakkur memiliki kedudukan yang sangat tinggi karena menjadi pintu menuju kesadaran spiritual. Tafakkur membantu manusia memahami bahwa seluruh alam semesta merupakan tanda-tanda kebesaran Allah. Ketika manusia merenungi ciptaan Allah secara mendalam, maka ia akan menyadari kelemahan dirinya, kefanaan dunia, dan keagungan Allah sebagai Sang Pencipta.

Imam Al-Ghazali dalam *Ihya' 'Ulumuddin* menjelaskan bahwa tafakkur merupakan ibadah hati yang lebih utama dibanding sebagian ibadah lahiriah karena mampu melahirkan pengetahuan spiritual dan perubahan batin dalam diri manusia. Menurut Al-Ghazali, tafakkur dapat mengantarkan manusia pada tiga hal utama, yaitu: (Al-Ghazali, n.d.)

- a. Pengetahuan tentang Allah dan kebesaran-Nya;
- b. Kesadaran terhadap kelemahan dan keterbatasan diri manusia;

Dorongan untuk melakukan amal saleh dan mendekatkan diri kepada

- c. Allah.

Pandangan tersebut menunjukkan bahwa tafakkur bukan hanya menghasilkan pengetahuan intelektual, tetapi juga menghasilkan transformasi spiritual dan moral dalam kehidupan manusia. Tafakkur dapat mengubah cara pandang manusia terhadap kehidupan sehingga lebih berorientasi pada nilai-nilai ketuhanan dan akhirat.

Al-Ghazali juga menegaskan bahwa tafakkur terhadap alam akan membuka kesadaran bahwa segala sesuatu di dunia bersifat fana dan sementara. Kesadaran tersebut membuat manusia tidak terlalu terikat pada kehidupan dunia dan lebih fokus mempersiapkan kehidupan akhirat. Dengan demikian, tafakkur berfungsi sebagai sarana tazkiyatun nafs (penyucian jiwa) yang membantu manusia mengendalikan hawa nafsu dan membersihkan hati dari kecintaan duniawi. (Al-Ghazali, n.d.)

Menurut Al-Ghazali, hati yang sering digunakan untuk tafakkur akan menjadi hidup dan dipenuhi cahaya kebenaran. Sebaliknya, hati yang jarang melakukan tafakkur akan mudah dikuasai oleh hawa nafsu dan kelalaian terhadap Allah. Oleh sebab itu, tafakkur dipandang sebagai aktivitas spiritual yang sangat penting dalam membentuk kedalaman ruhani seorang hamba. (Al-Ghazali, n.d.)

Seyyed Hossein Nasr memperkuat pandangan tersebut dengan menjelaskan bahwa tafakkur terhadap alam merupakan cara untuk mengembalikan manusia kepada kesadaran kosmis dan spiritual yang telah hilang dalam peradaban modern. Menurut Nasr, alam bukan sekadar objek material, tetapi theophany (tajalli), yaitu manifestasi sifat-sifat Allah di alam semesta. (Nasr, 1996)

Dalam perspektif Nasr, manusia modern mengalami krisis spiritual karena kehilangan kemampuan untuk melihat alam sebagai sesuatu yang sakral. Alam dipandang hanya sebagai objek eksploitasi sehingga manusia terasing dari dimensi spiritual kehidupannya. Oleh sebab itu, tafakkur alam menjadi penting untuk membangun kembali kesadaran manusia bahwa seluruh ciptaan mengandung tanda-tanda kebesaran Allah. (Nasr, 1996)

Melalui tafakkur terhadap alam, manusia akan menyadari keteraturan, keseimbangan, dan keindahan ciptaan Allah. Kesadaran tersebut dapat melahirkan rasa kagum, syukur, rendah hati, dan ketenangan batin. Dalam konteks tasawuf, pengalaman tersebut merupakan bagian dari perjalanan spiritual menuju proses pengenalan kepada Allah. (Nasr, 1996)

Selain Al-Ghazali dan Seyyed Hossein Nasr, Ibn 'Athaiyyah As-Sakandari dalam Al-Hikam juga menekankan pentingnya tafakkur dalam kehidupan spiritual manusia. Menurut Ibn 'Athaiyyah, hati yang tidak digunakan untuk tafakkur akan tertutup oleh dominasi dunia sehingga kehilangan kemampuan untuk merasakan kehadiran Allah. Tafakkur dipandang sebagai jalan menuju iluminasi spiritual dan kebersihan hati.

Ibn 'Athaiyyah menjelaskan bahwa manusia yang terlalu sibuk dengan urusan dunia tanpa disertai tafakkur akan mudah mengalami kelalaian (ghaflah). Kelalaian tersebut menyebabkan hati menjadi keras dan jauh dari Allah. Oleh sebab itu, manusia perlu menyediakan waktu untuk melakukan tafakkur agar hati tetap hidup dan memiliki kesadaran spiritual. (Ibn 'Athaiyyah al-Sakandari, n.d.)

Dalam tradisi tasawuf, tafakkur tidak hanya dilakukan melalui perenungan terhadap alam semesta, tetapi juga melalui refleksi terhadap diri sendiri (tafakkur an-nafs). Para sufi memandang bahwa diri manusia merupakan salah satu tanda kebesaran Allah yang sangat penting untuk direnungi. Dengan memahami dirinya sendiri, manusia akan lebih mudah mengenal Tuhannya. Hal tersebut sejalan dengan firman Allah Swt.:

وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ ﴿٢١﴾

"Dan pada dirimu sendiri, apakah kamu tidak memperhatikan?"

(Q.S. Adz-Dzariyat [51]: 21).

Ayat tersebut menunjukkan bahwa manusia tidak hanya diperintahkan merenungi alam luar, tetapi juga merenungi dirinya sendiri sebagai ciptaan Allah yang penuh dengan hikmah dan tanda-tanda kekuasaan-Nya. (Shihab, 2002)

Dalam praktik tasawuf, tafakkur sering dilakukan bersamaan dengan dzikir, khalwat, dan muhasabah. Kombinasi aktivitas tersebut membantu manusia memperoleh ketenangan batin dan kesadaran spiritual yang lebih mendalam. Tafakkur menjadi media untuk menghadirkan Allah dalam kesadaran manusia sehingga seluruh aktivitas hidup dipandang sebagai bagian dari penghambaan kepada-Nya. (Al-Ghazali, n.d.)

Para ulama tasawuf juga menjelaskan bahwa tafakkur dapat melahirkan beberapa kondisi spiritual (ahwal), antara lain: (Al-Ghazali, n.d.)

- a. Khauf, yaitu rasa takut kepada Allah;
- b. Raja', yaitu harapan terhadap rahmat Allah;
- c. Mahabbah, yaitu cinta kepada Allah;
- d. Syukur, yaitu kesadaran atas nikmat Allah;
- e. Tawadhu', yaitu sikap rendah hati di hadapan Allah.

Kondisi-kondisi tersebut menunjukkan bahwa tafakkur memiliki pengaruh yang besar terhadap pembentukan karakter spiritual manusia. Dalam konteks Tasawuf Psikoterapi, tafakkur juga dipandang memiliki fungsi terapeutik terhadap kesehatan mental manusia. Tafakkur membantu

individu mengurangi kecemasan, meningkatkan kesadaran diri, serta menemukan makna hidup yang lebih mendalam. Ketika manusia merenungi alam dan mengingat Allah, maka hati akan menjadi lebih tenang dan pikiran lebih jernih. (Pargament, 2011)

Penelitian modern menunjukkan bahwa refleksi terhadap alam memiliki dampak positif terhadap kesejahteraan psikologis, seperti menurunkan stres dan meningkatkan ketenangan emosional. Hal ini menunjukkan bahwa konsep tafakkur dalam tasawuf memiliki relevansi dengan pendekatan psikologi kontemporer mengenai mindfulness dan healing spiritual. (Martyn & Brymer, 2016)

Dengan demikian, tafakkur alam dalam perspektif ulama tasawuf merupakan praktik spiritual yang bertujuan membawa manusia menuju kesadaran ketuhanan dan kedekatan dengan Allah Swt. Tafakkur tidak hanya menjadi aktivitas berpikir, tetapi juga proses penyucian hati dan transformasi ruhani yang menghasilkan ketenangan jiwa, peningkatan keimanan, serta pemahaman mendalam tentang hakikat kehidupan. Dalam konteks penelitian ini, tafakkur alam dipahami sebagai media spiritual yang dapat menghadirkan pengalaman ruhani pada anggota Raheela Community di Yayasan Pemuda Hijrah.

4. Bentuk-Bentuk *Tafakkur* Alam

Tafakkur alam dapat dilakukan dalam berbagai bentuk sesuai dengan objek perenungan, kondisi spiritual individu, serta cara seseorang memahami tanda-tanda kebesaran Allah di alam semesta. Dalam perspektif Islam dan tasawuf, *tafakkur* tidak dibatasi pada aktivitas berpikir secara teoritis, tetapi mencakup proses refleksi mendalam yang melibatkan akal, hati, dan kesadaran spiritual manusia. Oleh sebab itu, bentuk-bentuk *tafakkur* alam dapat bersifat lahiriah maupun batiniah.

Secara umum, *tafakkur* alam dapat dipahami sebagai aktivitas merenungi ciptaan Allah untuk memperoleh hikmah, memperkuat

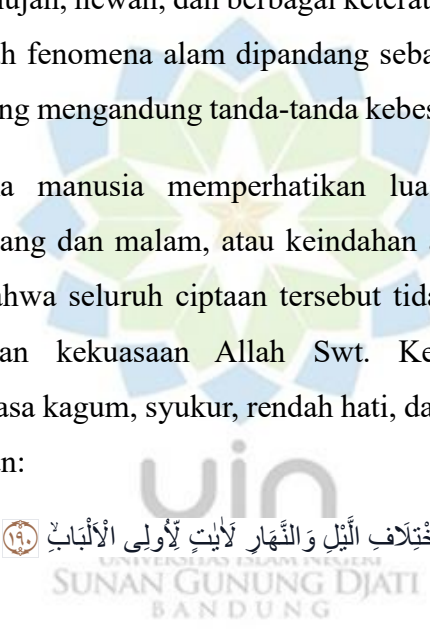
keimanan, dan meningkatkan kesadaran spiritual. Bentuk-bentuk *tafakkur* tersebut dapat dilakukan melalui pengamatan langsung terhadap alam, refleksi terhadap kehidupan manusia, maupun kontemplasi terhadap berbagai peristiwa kehidupan sehari-hari.

a. *Tafakkur* terhadap Fenomena Alam

Bentuk *tafakkur* yang paling umum adalah *tafakkur* terhadap fenomena alam semesta. *Tafakkur* ini dilakukan dengan merenungi berbagai ciptaan Allah seperti langit, bumi, gunung, lautan, sungai, pepohonan, hujan, hewan, dan berbagai keteraturan alam lainnya. Dalam Islam, seluruh fenomena alam dipandang sebagai ayat-ayat Allah (*ayat kauniyah*) yang mengandung tanda-tanda kebesaran dan kekuasaan-Nya.

Ketika manusia memperhatikan luasnya langit, keteraturan pergantian siang dan malam, atau keindahan alam, maka akan muncul kesadaran bahwa seluruh ciptaan tersebut tidak mungkin terjadi tanpa kehendak dan kekuasaan Allah Swt. Kesadaran tersebut dapat melahirkan rasa kagum, syukur, rendah hati, dan ketenangan batin. Allah Swt berfirman:

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِّأُولِي الْأَلْبَابِ ﴿١٩٠﴾



“Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi serta pergantian malam dan siang terdapat tanda-tanda bagi orang-orang yang berakal.”
(Q.S. Ali ‘Imran [3]: 190)

Ayat tersebut menunjukkan bahwa alam semesta merupakan objek *tafakkur* yang sangat penting dalam Islam. Melalui *tafakkur* terhadap alam, manusia diajak untuk memahami keteraturan ciptaan Allah dan menyadari kebesaran-Nya.

b. *Tafakkur* terhadap Diri Sendiri (*Tafakkur an-Nafs*)

Dalam konteks kehidupan modern, *tafakkur* terhadap alam dapat dilakukan melalui berbagai aktivitas seperti:

- 1) Berjalan di alam terbuka;
- 2) Mendaki gunung;
- 3) Duduk dan merenungi suasana alam;
- 4) Mengamati langit, laut, atau pepohonan;
- 5) Menyaksikan fenomena alam seperti hujan dan matahari terbit;
- 6) Melakukan refleksi diri di lingkungan alam yang tenang.

Aktivitas tersebut tidak hanya memberikan pengalaman rekreatif, tetapi juga dapat menghadirkan pengalaman spiritual yang mendalam bagi individu.

Selain merenungi alam semesta, Islam juga mendorong manusia untuk melakukan *tafakkur* terhadap dirinya sendiri. Manusia merupakan ciptaan Allah yang penuh dengan tanda-tanda kekuasaan-Nya, baik dari aspek fisik, akal, maupun ruhani. Dengan merenungi dirinya sendiri, manusia akan menyadari kelemahan, keterbatasan, dan ketergantungannya kepada Allah Swt. Allah Swt berfirman:

وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ ﴿٢١﴾

“Dan pada dirimu sendiri, apakah kamu tidak memperhatikan?”
(Q.S. Adz-Dzariyat [51]: 21).

Ayat tersebut menunjukkan bahwa diri manusia merupakan objek *tafakkur* yang penting. *Tafakkur* terhadap diri sendiri dapat dilakukan dengan merenungi proses penciptaan manusia, nikmat kesehatan, kemampuan berpikir, serta berbagai pengalaman hidup yang dialami.

Dalam perspektif tasawuf, *tafakkur an-nafs* memiliki hubungan erat dengan *muhasabah* atau introspeksi diri. Melalui refleksi terhadap diri sendiri, manusia dapat mengenali kelemahan dan kekurangan yang dimilikinya sehingga terdorong untuk memperbaiki diri dan mendekatkan diri kepada Allah.

Bentuk *tafakkur* ini juga membantu individu memahami kondisi emosional dan spiritualnya. Ketika manusia merenungi dirinya secara mendalam, maka ia akan lebih mudah memahami tujuan hidup, menyadari kesalahan yang pernah dilakukan, serta memperkuat kesadaran spiritual dalam kehidupannya.

c. *Tafakkur* terhadap Peristiwa Kehidupan

Tafakkur juga dapat dilakukan melalui perenungan terhadap berbagai peristiwa kehidupan yang dialami manusia. Setiap peristiwa, baik berupa kebahagiaan maupun kesulitan, dipandang memiliki hikmah dan pelajaran yang dapat mendekatkan manusia kepada Allah.

Dalam perspektif Islam, ujian kehidupan bukan hanya dipahami sebagai penderitaan, tetapi juga sebagai sarana pendidikan spiritual bagi manusia. Oleh sebab itu, pengalaman kehilangan, kegagalan, kesuksesan, maupun perubahan hidup dapat menjadi media *tafakkur* yang membantu individu memahami makna kehidupan dan meningkatkan ketakwaan kepada Allah. Melalui *tafakkur* terhadap pengalaman hidup, manusia akan belajar tentang kesabaran dalam menghadapi ujian, pentingnya bersyukur atas nikmat Allah, keterbatasan manusia di hadapan Allah, hikmah di balik setiap peristiwa, dan makna kehidupan dan tujuan penciptaan manusia.

Dalam tradisi tasawuf, pengalaman hidup dipandang sebagai bagian dari proses pembentukan ruhani manusia. Oleh sebab itu, seorang sufi tidak hanya melakukan *tafakkur* terhadap alam, tetapi juga terhadap seluruh perjalanan hidupnya sebagai bentuk refleksi spiritual.

d. *Tafakkur* melalui Dzikir dan Kontemplasi

Bentuk *tafakkur* lainnya adalah *tafakkur* yang dilakukan bersamaan dengan dzikir dan kontemplasi spiritual. Dalam praktik tasawuf, dzikir dan *tafakkur* merupakan dua aktivitas yang saling berkaitan. Dzikir membantu menghadirkan kesadaran kepada Allah, sedangkan *tafakkur* memperdalam pemahaman dan penghayatan spiritual manusia.

Aktivitas ini biasanya dilakukan di tempat yang tenang agar individu lebih mudah menghadirkan konsentrasi batin dan kesadaran spiritual. Dalam kondisi tersebut, manusia akan lebih mudah merasakan kedekatan dengan Allah dan memahami hakikat kehidupannya. Beberapa bentuk praktik kontemplatif dalam tasawuf dapat berupa dzikir secara khusyuk, khalwat atau menyendiri untuk beribadah, muhasabah diri, merenungi ayat-ayat Al-Qur'an, dan *tafakkur* terhadap nikmat dan kekuasaan Allah. Melalui praktik-praktik ini, manusia tidak hanya memperoleh ketenangan jiwa, tetapi juga mengalami pengalaman spiritual yang lebih mendalam.

e. *Tafakkur* Sosial dan Kemanusiaan

Tafakkur juga dapat dilakukan melalui refleksi terhadap kondisi sosial dan kehidupan manusia di masyarakat. Ketika seseorang menyaksikan penderitaan, kemiskinan, ketidakadilan, maupun berbagai persoalan sosial lainnya, maka ia dapat mengambil pelajaran tentang pentingnya kasih sayang, kepedulian, dan tanggung jawab sosial.

Dalam Islam, spiritualitas tidak hanya bersifat individual, tetapi juga memiliki dimensi sosial. Oleh sebab itu, *tafakkur* terhadap kondisi masyarakat dapat melahirkan empati dan dorongan untuk melakukan kebaikan kepada sesama manusia. Bentuk *tafakkur* sosial dapat dilakukan melalui perenungan terhadap kondisi kehidupan masyarakat, mengambil hikmah dari pengalaman orang lain, menumbuhkan rasa

empati dan kepedulian sosial, dan merefleksikan tanggung jawab manusia sebagai khalifah di bumi.

Dengan demikian, *tafakkur* tidak hanya menghubungkan manusia dengan Allah, tetapi juga memperkuat hubungan manusia dengan sesama dan lingkungannya.

Penelitian modern menunjukkan bahwa praktik refleksi terhadap alam (*nature contemplation*) memiliki dampak positif terhadap kesehatan mental dan spiritual individu. Aktivitas seperti berjalan di alam, mengamati lingkungan, dan refleksi diri diketahui mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis serta menurunkan tingkat stres dan kecemasan. Hal tersebut menunjukkan bahwa praktik *tafakkur* memiliki relevansi tidak hanya dalam kajian spiritual Islam, tetapi juga dalam pendekatan psikologi kontemporer.

Dengan demikian, bentuk-bentuk *tafakkur* alam sangat beragam dan mencakup perenungan terhadap alam semesta, diri manusia, pengalaman hidup, dzikir kontemplatif, serta realitas sosial. Seluruh bentuk *tafakkur* tersebut bertujuan menghadirkan kesadaran spiritual, memperkuat hubungan manusia dengan Allah, serta membantu manusia menemukan makna kehidupan secara lebih mendalam. Dalam konteks penelitian ini, bentuk-bentuk *tafakkur* alam menjadi bagian penting dalam memahami pengalaman spiritual anggota *Raheela Community* di Yayasan Pemuda Hijrah.

C. Kajian tentang Ekoteologi Islam

1. Pengertian Ekoteologi

a. Definisi Ekologi dan Teologi

Ekologi merupakan cabang ilmu yang mempelajari hubungan timbal balik antara makhluk hidup dengan lingkungannya. Istilah ekologi berasal dari bahasa Yunani *oikos* yang berarti rumah atau tempat tinggal dan *logos* yang berarti ilmu. Dalam perkembangan kontemporer, ekologi tidak hanya dipahami sebagai studi biologis, tetapi juga mencakup dimensi sosial, budaya, etika, dan spiritual yang memengaruhi relasi manusia dengan alam. Krisis lingkungan global yang ditandai oleh perubahan iklim, deforestasi, pencemaran, dan hilangnya keanekaragaman hayati menunjukkan bahwa persoalan ekologis tidak hanya bersifat teknis, melainkan juga berkaitan dengan paradigma manusia dalam memandang alam (Maslani, 2023).

Sementara itu, teologi merupakan kajian sistematis mengenai Tuhan, hubungan Tuhan dengan alam semesta, serta posisi manusia dalam tatanan kosmos. Dalam Islam, teologi berakar pada konsep tauhid yang menegaskan bahwa Allah Swt. adalah Pencipta, Pemelihara, dan Pengatur seluruh alam semesta. Oleh karena itu, pembahasan mengenai lingkungan hidup dalam Islam tidak dapat dilepaskan dari pandangan teologis tentang penciptaan, tujuan keberadaan alam, dan tanggung jawab manusia sebagai khalifah di bumi.

b. Pengertian Ekoteologi

Ekoteologi merupakan pendekatan yang mengintegrasikan nilai-nilai teologis dengan kesadaran ekologis. Ekoteologi berupaya menjelaskan bagaimana ajaran agama memberikan dasar moral dan spiritual bagi manusia dalam berinteraksi dengan lingkungan. Dalam perspektif Islam, ekoteologi menempatkan alam sebagai bagian dari sistem ketuhanan yang harus dihormati, dijaga, dan dipelihara karena seluruh alam merupakan ciptaan Allah Swt. yang memiliki nilai sakral.

Ekoteologi Islam tidak hanya berbicara mengenai konservasi lingkungan, tetapi juga mengenai transformasi kesadaran spiritual manusia terhadap alam sebagai manifestasi tanda-tanda kebesaran Allah (Vella & Ahmad Rizal, 2024).

Menurut Seyyed Hossein Nasr, akar krisis lingkungan modern bukan terletak pada kurangnya teknologi, melainkan pada krisis spiritual manusia yang kehilangan pandangan sakral terhadap alam. Ketika alam dipandang semata-mata sebagai objek eksploitasi ekonomi, maka relasi harmonis antara manusia, alam, dan Tuhan menjadi rusak. Oleh karena itu, solusi terhadap krisis ekologis harus dimulai dari rekonstruksi kesadaran spiritual manusia terhadap alam sebagai realitas yang suci (Nasr, 1996; Nasr, 2003).

Kajian ekoteologi Islam berkembang sebagai respons terhadap meningkatnya krisis lingkungan global. Para sarjana Muslim mulai mengembangkan konsep-konsep teologis seperti tauhid ekologis, khalifah, amanah, mizan, dan larangan fasad fil ardh sebagai landasan etika lingkungan Islam. Perkembangan ini menunjukkan bahwa Islam memiliki sumber normatif yang kuat untuk membangun kesadaran ekologis berbasis spiritualitas dan tanggung jawab moral terhadap alam (Rohman, 2024).

2. Dasar Teologis Hubungan Manusia dan Alam dalam Islam

Tauhid ekologis merupakan pengembangan konsep tauhid yang menempatkan seluruh alam semesta sebagai satu kesatuan ciptaan Allah Swt. Konsep ini menegaskan bahwa manusia, alam, dan seluruh makhluk berada dalam sistem kosmik yang sama di bawah kekuasaan Allah. Oleh karena itu, merusak lingkungan pada hakikatnya merupakan bentuk pelanggaran terhadap prinsip tauhid karena mengabaikan keteraturan yang telah ditetapkan Allah dalam penciptaan.

Nasr menjelaskan bahwa tauhid bukan hanya doktrin teologis, tetapi juga prinsip kosmologis yang menegaskan kesatuan seluruh eksistensi dalam kehendak Tuhan. Kesadaran tauhid akan melahirkan penghormatan terhadap alam karena alam dipandang sebagai refleksi kebijaksanaan Ilahi (Nasr, 1996).

Dalam Al-Qur'an, alam disebut sebagai *ayat kauniyyah* (tanda-tanda kosmik) yang menunjukkan keberadaan dan kekuasaan Allah Swt. Firman Allah:

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِّأُولَى الْأَلْبَابِ ﴿١٩٠﴾

"Sesungguhnya pada penciptaan langit dan bumi dan pergantian malam dan siang terdapat tanda-tanda bagi orang-orang yang berakal."
(Q.S. Ali Imran: 190)

Ayat tersebut menunjukkan bahwa alam bukan sekadar objek fisik, tetapi media spiritual yang mengarahkan manusia kepada pengenalan terhadap Allah Swt. dalam Al-Qur'an Allah menyebutkan bahwa manusia merupakan khalifah dimuka bumi. Konsep khalifah ini menunjukkan bahwa manusia diberikan mandat untuk mengelola bumi secara bertanggung jawab. Kedudukan khalifah bukan berarti manusia bebas mengeksploitasi alam, melainkan bertugas menjaga keseimbangan dan keberlanjutan kehidupan. Allah Swt. berfirman dalam surat al-Baqarah ayat 30:

وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ ﴿٣٠﴾

"(Ingatlah) ketika Tuhanmu berfirman kepada para malaikat, "Aku hendak menjadikan khalifah di bumi." Mereka berkata, "Apakah Engkau hendak menjadikan orang yang merusak dan menumpahkan darah di sana, sedangkan kami bertasbih memuji-Mu dan menyucikan nama-Mu?" Dia berfirman, "Sesungguhnya Aku mengetahui apa yang tidak kamu ketahui."

Dalam Islam, hubungan manusia dengan alam didasarkan pada konsep amanah. Alam merupakan titipan Allah yang harus dijaga dan dimanfaatkan secara bijaksana. Amanah ekologis menuntut manusia untuk menggunakan sumber daya alam secara proporsional serta menghindari tindakan yang menyebabkan kerusakan lingkungan (Harianto, 2025).

3. Alam dalam Perspektif Al-Qur'an

Al-Qur'an berulang kali mengajak manusia untuk memperhatikan fenomena alam sebagai bukti kekuasaan Allah. Aktivitas memperhatikan alam tidak hanya menghasilkan pengetahuan ilmiah, tetapi juga kesadaran spiritual yang mendalam. Berdasarkan firman Allah dalam al-qur'an surat ar-Rahman ayat 7:

وَالسَّمَاءَ رَفَعَهَا وَوَضَعَ الْمِيزَانَ ﴿٧﴾

"Dan langit telah Dia tinggikan dan Dia letakkan keseimbangan."

Konsep *mizan* menunjukkan bahwa seluruh alam diciptakan dalam keteraturan dan keseimbangan. Kerusakan lingkungan sering kali terjadi karena manusia melanggar prinsip keseimbangan tersebut. Dalam islam, terdapat larangan untuk berbuat kerusakan pada alam yang dituliskan dalam al-qur'an surat al-a'raf ayat 59:

وَلَا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ بَعْدَ إِصْلَاحِهَا وَادْعُوهُ خَوْفًا وَطَمَعًا إِنَّ رَحْمَتَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِّنَ الْمُحْسِنِينَ ﴿٥٩﴾

"Dan janganlah kamu membuat kerusakan di muka bumi setelah Allah memperbaikinya. Berdoalah kepada-Nya dengan rasa takut dan penuh harap. Sesungguhnya rahmat Allah sangat dekat dengan orang-orang yang berbuat baik."

Ayat ini menjadi dasar normatif bagi etika lingkungan Islam yang melarang segala bentuk eksploitasi dan perusakan alam. Al-Qur'an membangun spiritualitas ekologis melalui ajakan untuk bertafakkur

terhadap ciptaan Allah. Kesadaran bahwa seluruh alam bertasbih kepada Allah melahirkan penghormatan terhadap seluruh makhluk hidup sebagai bagian dari sistem ketuhanan.

4. Ekoteologi dalam Perspektif Seyyed Hossein Nasr

Nasr berpendapat bahwa krisis lingkungan modern merupakan manifestasi dari krisis spiritual manusia. Modernitas telah memisahkan manusia dari dimensi sakral sehingga alam dipandang hanya sebagai objek material yang dapat dieksploitasi. Akibatnya, muncul berbagai bentuk kerusakan ekologis yang mengancam keberlangsungan kehidupan manusia.

Menurut Nasr, alam memiliki dimensi sakral karena berasal dari Tuhan dan memancarkan tanda-tanda kehadiran-Nya. Konsep *sacred nature* menjadi inti pemikiran ekoteologi Nasr yang menekankan bahwa manusia harus menghormati alam sebagaimana menghormati ciptaan Tuhan. Nasr menjelaskan bahwa alam merupakan *tajalli* atau manifestasi sifat-sifat Allah dalam bentuk kosmik. Pandangan ini sejalan dengan tradisi tasawuf yang melihat alam sebagai cermin kebesaran Tuhan. Melalui perenungan terhadap alam, manusia dapat memperoleh kesadaran spiritual yang lebih tinggi dan mendekat kepada Allah Swt.

Nasr mengkritik paradigma modern yang bersifat antroposentris dan materialistik. Menurutnya, dominasi rasionalisme sekuler menyebabkan manusia kehilangan hubungan spiritual dengan alam. Oleh karena itu, diperlukan rekonstruksi pandangan dunia berbasis spiritualitas Islam untuk mengatasi krisis lingkungan global.

5. Relevansi Ekoteologi terhadap Pengalaman Spiritual

Tafakkur alam merupakan praktik spiritual yang memiliki hubungan erat dengan ekoteologi Islam. Melalui *tafakkur*, manusia tidak hanya

mengamati alam secara fisik, tetapi juga memaknainya sebagai ayat-ayat Allah yang mengandung pesan spiritual. Aktivitas ini membantu individu membangun kesadaran ketuhanan, rasa syukur, dan tanggung jawab ekologis.

Dalam perspektif Nasr, *tafakkur* menjadi sarana untuk menghidupkan kembali pandangan sakral terhadap alam. Ketika seseorang melakukan *tafakkur* terhadap gunung, laut, pepohonan, atau langit, ia tidak sekadar melihat objek fisik, tetapi merasakan kehadiran Tuhan melalui ciptaan-Nya. Kesadaran inilah yang kemudian membentuk etika lingkungan dan spiritualitas ekologis.

Dalam Perspektif Tasawuf, terdapat pembahasan penting mengenai ekoteologi, seperti pembahasan kosmologi sufistik yang memandang alam sebagai manifestasi kehendak Allah yang tersusun dalam keteraturan kosmik. Alam memiliki dimensi lahir dan batin yang hanya dapat dipahami secara utuh melalui penyucian hati dan kontemplasi spiritual. Selain itu, terdapat konsep Wahdat al-Wujud dan alam. Konsep *wahdat al-wujud* yang dikembangkan oleh Ibn Arabi menjelaskan bahwa seluruh eksistensi berasal dari sumber yang sama, yaitu Allah Swt. Pandangan ini tidak menyamakan Tuhan dengan alam, tetapi menegaskan bahwa alam merupakan refleksi keberadaan dan kekuasaan-Nya.

Dalam tasawuf, alam dipandang sebagai tempat tajalli atau penampakan sifat-sifat Allah. Oleh karena itu, alam memiliki nilai spiritual yang tinggi dan dapat menjadi sarana untuk mencapai proses pengenalan kepada Allah. Spiritualitas ekologis tasawuf menekankan cinta, penghormatan, dan tanggung jawab terhadap seluruh makhluk sebagai bentuk penghambaan kepada Allah. Pandangan ini sejalan dengan konsep ekosufisme yang dikembangkan Nasr sebagai integrasi antara spiritualitas dan kesadaran ekologis.

Ekoteologi memiliki relevansi yang sangat kuat terhadap pengalaman spiritual karena menempatkan alam sebagai media perjumpaan manusia dengan Tuhan. Pengalaman spiritual sering kali muncul ketika individu melakukan kontemplasi terhadap keindahan dan keteraturan alam sehingga merasakan kebesaran Allah secara langsung.

Dalam konteks penelitian ini, *tafakkur* alam menjadi sarana yang memungkinkan individu mengalami kesadaran transendental, ketenangan batin, rasa syukur, dan kedekatan dengan Allah Swt. Pengalaman tersebut tidak hanya bersifat emosional, tetapi juga menghasilkan transformasi spiritual yang memengaruhi cara individu memandang dirinya, alam, dan Tuhan. Dengan demikian, ekoteologi Islam memberikan kerangka teoritis yang menjelaskan bagaimana alam dapat menjadi medium pengalaman spiritual dan jalan menuju proses pengenalan kepada Allah. Perspektif Seyyed Hossein Nasr dan Imam Al-Ghazali menjadi grand theory yang menjelaskan bahwa hubungan manusia dengan alam pada hakikatnya merupakan hubungan spiritual yang mengantarkan manusia kepada kesadaran tauhid dan pengenalan terhadap Allah Swt.



BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Pendekatan dan Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian fenomenologi, yang bertujuan untuk memahami pengalaman spiritual dalam praktik *tafakkur* alam pada anggota *Raheela Community* di Yayasan Pemuda Hijrah. Dalam konteks ini, pendekatan fenomenologi dipilih karena mampu mengungkap pengalaman hidup (*lived experience*) secara mendalam dari perspektif partisipan. Creswell menjelaskan bahwa penelitian fenomenologi berupaya memahami esensi pengalaman manusia terhadap suatu fenomena tertentu melalui eksplorasi mendalam terhadap persepsi dan kesadaran individu (John W. Creswell & Cheryl N. Poth, 2018). Dengan demikian, pendekatan ini sangat relevan untuk mengkaji pengalaman spiritual yang bersifat subjektif, personal, dan tidak dapat diukur secara kuantitatif.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini bersifat naturalistik, eksploratif, dan interpretatif. Pendekatan naturalistik digunakan karena penelitian dilakukan dalam konteks alami tanpa manipulasi variabel, sehingga memungkinkan peneliti memperoleh data yang autentik sesuai dengan pengalaman nyata partisipan. Sementara itu, pendekatan eksploratif digunakan untuk menggali secara mendalam fenomena *tafakkur* alam yang belum banyak diteliti secara empiris, khususnya dalam konteks komunitas spiritual modern seperti *Raheela Community*. Pendekatan interpretatif juga menjadi bagian penting karena peneliti tidak hanya mendeskripsikan pengalaman, tetapi juga menafsirkan makna spiritual yang terkandung di dalamnya. Denzin dan Lincoln menegaskan bahwa penelitian kualitatif bersifat interpretatif karena melibatkan upaya memahami makna yang diberikan individu terhadap pengalaman hidupnya (Norman K. Denzin & Yvonna S. Lincoln, 2018).

Dengan pendekatan ini, penelitian diharapkan mampu mengungkap dimensi terdalam dari pengalaman *tafakkur* alam dalam konteks spiritualitas Islam.

Metode fenomenologi dalam penelitian ini dipilih karena memiliki kemampuan untuk mengidentifikasi esensi pengalaman spiritual yang dialami oleh individu secara langsung. Menurut Husserl, fenomenologi bertujuan untuk memahami fenomena sebagaimana dialami dalam kesadaran dengan menanggukkan asumsi peneliti melalui proses *epoché* (Edmund Husserl, 1970). Sugiyono juga menjelaskan bahwa metode penelitian kualitatif digunakan untuk memahami fenomena sosial secara mendalam dengan menekankan pada makna, bukan generalisasi (Sugiyono, 2020). Dengan menggunakan metode fenomenologi, penelitian ini diharapkan dapat menemukan makna pengalaman spiritual dalam *tafakkur* alam, memahami proses internal yang dialami individu, serta memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang tasawuf psikoterapi dan psikologi spiritual. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan pendekatan spiritual sebagai metode terapi alternatif dalam meningkatkan kesehatan mental dan kesejahteraan individu.

B. Jenis dan Sumber Data

1. Jenis Data

Jenis data dalam penelitian ini adalah data kualitatif yang berbentuk narasi, deskripsi pengalaman, serta interpretasi makna yang diperoleh dari partisipan penelitian. Data kualitatif dipilih karena mampu menggambarkan secara mendalam pengalaman spiritual individu dalam praktik *tafakkur* alam. Data yang dikumpulkan tidak berupa angka, melainkan berupa kata-kata, ungkapan, dan cerita yang mencerminkan pengalaman subjektif partisipan. Menurut Creswell, data dalam penelitian fenomenologi umumnya berupa deskripsi pengalaman individu yang diperoleh melalui wawancara mendalam dan observasi (Creswell & Poth, 2018). Dengan

demikian, data yang diperoleh dalam penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran komprehensif mengenai pengalaman spiritual yang dialami oleh anggota komunitas.

2. Sumber Data

Denzin dan Lincoln (2018) menyatakan bahwa penggunaan berbagai sumber data dalam penelitian kualitatif bertujuan untuk meningkatkan validitas melalui teknik triangulasi. Dengan mengkombinasikan data primer dan sekunder, penelitian ini diharapkan mampu menghasilkan temuan yang komprehensif, mendalam, serta dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

a. Sumber Data Primer

Sugiyono (2020) menjelaskan bahwa sumber data primer merupakan sumber yang memberikan data secara langsung kepada peneliti sehingga memiliki tingkat keaslian yang tinggi. Dalam penelitian fenomenologi, pemilihan informan dilakukan secara purposive berdasarkan pengalaman yang relevan dengan fokus penelitian.

Dalam penelitian ini, data primer diambil kepada anggota *Raheela Community* di Yayasan Pemuda Hijrah yang memiliki pengalaman langsung dalam praktik *tafakkur* alam. Data diperoleh melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*), Observasi partisipatif, dan dokumentasi kegiatan (catatan, foto, atau rekaman kegiatan spiritual).

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan informasi penunjang atau tambahan untuk memperkuat dan membantu menganalisis data-data yang didapat dari sumber primer. Adapun sumber data sekunder dalam penelitian ini adalah Buku ilmiah yang berkaitan dengan tasawuf, *tafakkur*, psikoterapi Islam, dan fenomenologi, Artikel jurnal ilmiah

yang relevan dengan pengalaman spiritual dan kesehatan mental, dan bahan bacaan terkait lainnya.

C. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang berfokus pada penggalian pengalaman subjektif partisipan terkait pengalaman spiritual dalam praktik *tafakkur* alam. Teknik yang digunakan meliputi observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Pemilihan ketiga teknik ini didasarkan pada karakteristik penelitian fenomenologi yang menekankan pada pemahaman pengalaman hidup (*lived experience*) secara mendalam dan holistik. Creswell menjelaskan bahwa dalam penelitian fenomenologi, data utama diperoleh melalui wawancara mendalam yang didukung oleh observasi dan dokumentasi untuk memperkuat validitas data (John W. Creswell & Cheryl N. Poth, 2018). Sugiyono (2020) juga menegaskan bahwa penggunaan berbagai teknik pengumpulan data dalam penelitian kualitatif bertujuan untuk memperoleh data yang kaya, mendalam, dan valid melalui triangulasi.

1. Observasi

Observasi dilakukan untuk memperoleh data mengenai perilaku, aktivitas, serta konteks pelaksanaan *tafakkur* alam yang dilakukan oleh anggota komunitas. Observasi yang digunakan adalah observasi partisipatif, di mana peneliti terlibat secara langsung dalam kegiatan untuk memahami situasi secara alami (*natural setting*). Teknik ini dipilih karena memungkinkan peneliti menangkap fenomena secara langsung, termasuk ekspresi non-verbal dan dinamika spiritual yang tidak selalu terungkap melalui wawancara.

Menurut Denzin dan Lincoln (2018), observasi dalam penelitian kualitatif berfungsi untuk memahami konteks sosial dan makna yang

muncul dalam interaksi manusia. Dalam konteks penelitian ini, observasi membantu mengidentifikasi praktik *tafakkur* alam, suasana spiritual, serta interaksi antar anggota komunitas.

Tabel 3.1 Pedoman Observasi

Aspek	Indikator	Deskripsi
Aktivitas <i>tafakkur</i>	Bentuk kegiatan <i>tafakkur</i>	Jenis aktivitas seperti refleksi alam, dzikir, atau kontemplasi
Ekspresi spiritual	Sikap dan ekspresi partisipan	Ketenangan, kekhusyukan, atau respons emosional
Lingkungan	Kondisi tempat	Alam terbuka, suasana, dan kondisi lingkungan
Interaksi sosial	Hubungan antar anggota	Komunikasi dan dukungan spiritual

2. Wawancara Mendalam (*In-depth Interview*)

Wawancara mendalam merupakan teknik utama dalam penelitian ini karena bertujuan untuk menggali pengalaman spiritual secara subjektif dan mendalam dari partisipan. Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur agar peneliti memiliki panduan pertanyaan sekaligus fleksibilitas untuk mengeksplorasi jawaban partisipan. Pertanyaan yang diajukan berfokus pada pengalaman *tafakkur* alam, makna spiritual yang dirasakan, serta dampaknya terhadap kehidupan psikologis dan religius partisipan.

Creswell (2018) menyatakan bahwa wawancara mendalam memungkinkan peneliti memperoleh data berupa narasi pengalaman yang kaya dan detail. Selain itu, penelitian terbaru menunjukkan bahwa wawancara fenomenologis efektif dalam mengungkap pengalaman spiritual karena memberikan ruang bagi partisipan untuk mengekspresikan makna

subjektif secara bebas (Finlay, 2021). Teknik ini sangat relevan untuk memahami dimensi batin yang tidak dapat diamati secara langsung.

Tabel 3.2 Kisi-Kisi Wawancara Penelitian

No	Aspek	Indikator	Sub Indikator	Pertanyaan
1	Pengalaman spiritual dalam <i>tafakkur</i> alam	Individu mengalami kesadaran spiritual melalui aktivitas <i>tafakkur</i> alam	Perasaan dekat dengan Allah	1. Apa yang Anda rasakan ketika mengikuti kegiatan <i>tafakkur</i> alam? 2. Apakah Anda merasa lebih dekat dengan Allah setelah mengikuti kegiatan tersebut? 3. Bagaimana bentuk kedekatan spiritual yang Anda rasakan?
			Ketenangan batin	4. Apakah kegiatan <i>tafakkur</i> alam membuat hati dan pikiran Anda lebih tenang? 5. Bagaimana kondisi emosional Anda

				setelah mengikuti kegiatan <i>tafakkur</i> alam?
			Refleksi diri	6. Apakah <i>tafakkur</i> alam membantu Anda memahami diri sendiri? 7. Hal apa yang paling sering Anda renungkan saat melakukan <i>tafakkur</i> alam?
			Kesadaran terhadap kebesaran Allah	8. Bagaimana pandangan Anda terhadap alam setelah mengikuti <i>tafakkur</i> alam? 9. Apakah Anda merasakan tanda-tanda kebesaran Allah melalui alam?
			Pengalaman emosional spiritual	10. Pernahkah Anda mengalami pengalaman spiritual yang paling berkesan saat <i>tafakkur</i> alam?

				11. Apa yang Anda rasakan pada saat itu?
2	Makna <i>tafakkur</i> alam	Individu memahami <i>tafakkur</i> alam sebagai aktivitas spiritual	Pemahaman tentang <i>tafakkur</i> alam	12. Menurut Anda, apa makna <i>tafakkur</i> alam? 13. Apa perbedaan <i>tafakkur</i> alam dengan kegiatan biasa di alam terbuka?
			Tujuan mengikuti <i>tafakkur</i> alam	14. Apa tujuan utama Anda mengikuti kegiatan <i>tafakkur</i> alam? 15. Apa yang ingin Anda peroleh dari kegiatan tersebut?
3	Dampak psikologis dan spiritual	<i>Tafakkur</i> alam memberikan dampak pada kondisi psikologis dan spiritual individu	Perubahan emosional	16. Apakah ada perubahan emosional setelah mengikuti <i>tafakkur</i> alam? 17. Apakah Anda menjadi lebih sabar, tenang, atau bersyukur?

			Pengaruh terhadap kehidupan sehari-hari	18. Apakah pengalaman <i>tafakkur</i> alam memengaruhi kehidupan sehari-hari Anda? 19. Dalam hal apa perubahan tersebut paling terasa?
			Pengurangan stres dan kecemasan	20. Apakah <i>tafakkur</i> alam membantu mengurangi stres atau kecemasan yang Anda rasakan? 21. Bagaimana cara <i>tafakkur</i> alam membantu Anda menghadapi masalah hidup?
4	Faktor pendukung dan penghambat	Faktor internal dan eksternal memengaruhi pengalaman spiritual individu	Faktor pendukung	22. Faktor apa yang paling mendukung Anda dalam melakukan <i>tafakkur</i> alam? 23. Apakah suasana alam atau komunitas berpengaruh

				terhadap pengalaman spiritual Anda?
			Faktor penghambat	24. Apa hambatan yang Anda rasakan saat melakukan <i>tafakkur</i> alam? 25. Bagaimana cara Anda mengatasi hambatan tersebut?
5	Makna pengalaman spiritual	Individu memaknai pengalaman spiritual sebagai bagian dari perjalanan hidup	Hikmah pengalaman	26. Apa hikmah terbesar yang Anda peroleh dari kegiatan <i>tafakkur</i> alam? 27. Bagaimana pengalaman tersebut memengaruhi cara pandang Anda terhadap kehidupan?
			Harapan terhadap kegiatan	28. Apa harapan Anda terhadap kegiatan <i>tafakkur</i> alam di <i>Raheela Community</i> ?

				29. Apakah kegiatan ini penting untuk dipertahankan? Mengapa?
--	--	--	--	---

Instrumen wawancara meliputi pedoman wawancara semi-terstruktur, alat perekam suara, dan catatan lapangan (*field notes*) untuk mendukung keberhasilan pengambilan data di lapangan yang dibutuhkan.

3. Dokumentasi

Dokumentasi digunakan sebagai teknik pendukung untuk melengkapi data yang diperoleh melalui observasi dan wawancara. Data dokumentasi dapat berupa foto kegiatan, catatan kegiatan komunitas, serta dokumen terkait aktivitas *tafakkur* alam. Dokumentasi berfungsi untuk memberikan bukti empiris dan memperkuat hasil penelitian.

Sugiyono (2020) menjelaskan bahwa dokumentasi merupakan sumber data yang penting dalam penelitian kualitatif karena dapat digunakan untuk memverifikasi dan melengkapi data yang diperoleh dari teknik lain. Dalam penelitian ini, dokumentasi juga membantu memahami konteks kegiatan dan perkembangan pengalaman spiritual dalam komunitas.

D. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologi yang bertujuan untuk memahami secara mendalam pengalaman spiritual dalam praktik *tafakkur* alam pada anggota *Raheela Community*. Analisis data dilakukan secara sistematis sejak proses pengumpulan data hingga tahap interpretasi makna. Pendekatan yang digunakan mengacu pada analisis interaktif Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, serta dipadukan

dengan analisis fenomenologi untuk menggali esensi pengalaman (*lived experience*). Creswell & Poth (2018) menyatakan bahwa analisis dalam penelitian fenomenologi bertujuan mengidentifikasi tema-tema esensial yang menggambarkan makna pengalaman individu secara mendalam. Dengan demikian, teknik analisis ini dipilih karena sesuai dengan tujuan penelitian yang berfokus pada pemaknaan pengalaman spiritual.

1. Reduksi Data

Reduksi data merupakan proses seleksi, pemfokusan, penyederhanaan, dan transformasi data mentah yang diperoleh dari lapangan. Pada tahap ini, peneliti akan menyeleksi data hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi yang relevan dengan fokus penelitian, yaitu pengalaman spiritual dalam *tafakkur* alam. Data yang tidak relevan akan dieliminasi, sedangkan data yang penting akan dikategorikan berdasarkan tema tertentu.

Miles dan Huberman menjelaskan bahwa reduksi data bertujuan untuk mempermudah peneliti dalam memahami data dan mengarahkan analisis pada fokus penelitian (Miles, Huberman, & Saldaña, 2014). Dalam penelitian ini, reduksi data dilakukan melalui proses coding, yaitu pemberian kode pada bagian-bagian data yang mengandung makna tertentu, seperti pengalaman spiritual, perubahan emosi, dan makna *tafakkur*.

2. Penyajian Data (*Data Display*)

Penyajian data merupakan proses penyusunan data yang telah direduksi ke dalam bentuk yang sistematis agar mudah dipahami. Dalam penelitian ini, data akan disajikan dalam bentuk narasi deskriptif, matriks, serta tabel tematik yang menggambarkan pengalaman partisipan.

Sugiyono (2020) menjelaskan bahwa penyajian data dalam penelitian kualitatif bertujuan untuk memudahkan peneliti dalam memahami pola hubungan antar data. Penyajian data juga membantu dalam

mengidentifikasi tema-tema utama yang muncul dari hasil penelitian. Dalam penelitian ini, penyajian data akan mencakup:

- a. Deskripsi pengalaman spiritual partisipan
- b. Tema-tema utama hasil analisis
- c. Kutipan langsung dari partisipan untuk memperkuat temuan

3. Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi

Penarikan kesimpulan merupakan tahap akhir dalam analisis data yang bertujuan untuk menemukan makna dari data yang telah dianalisis. Kesimpulan yang dihasilkan bersifat sementara dan akan terus diverifikasi selama proses penelitian berlangsung.

Miles et al. (2014) menyatakan bahwa kesimpulan dalam penelitian kualitatif harus didukung oleh bukti yang kuat dan konsisten. Oleh karena itu, peneliti akan melakukan verifikasi data secara terus-menerus melalui triangulasi dan pengecekan ulang data.

4. Analisis Fenomenologi Pengalaman Spiritual

Selain menggunakan model Miles dan Huberman, penelitian ini juga menggunakan analisis fenomenologi untuk menggali esensi pengalaman spiritual. Analisis ini dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

a. *Epoché (Bracketing)*

Peneliti menanggukkan asumsi dan prasangka pribadi agar dapat memahami pengalaman partisipan secara objektif (Husserl, 1970).

b. *Horizontalizing*

Mengidentifikasi semua pernyataan penting dari partisipan yang berkaitan dengan pengalaman spiritual tanpa mengabaikan satu pun makna (Creswell, 2018).

c. *Clustering of Meaning* (Pengelompokan Makna)

Mengelompokkan pernyataan-pernyataan tersebut ke dalam tema-tema utama seperti ketenangan batin, kedekatan dengan Allah, dan refleksi diri.

d. *Textural Description* (Deskripsi Tekstural)

Mendeskripsikan apa yang dialami partisipan dalam pengalaman *tafakkur* alam.

e. *Structural Description* (Deskripsi Struktural)

Mendeskripsikan bagaimana pengalaman tersebut terjadi, termasuk kondisi dan konteks yang mempengaruhi.

f. *Essence* (Esensi Pengalaman)

Menggabungkan deskripsi tekstural dan struktural untuk menemukan makna esensial dari pengalaman spiritual.

Menurut Moustakas (1994), tahapan ini bertujuan untuk mengungkap struktur makna terdalam dari pengalaman manusia. Dalam konteks penelitian ini, analisis fenomenologi digunakan untuk memahami bagaimana *tafakkur* alam membentuk pengalaman spiritual dan mempengaruhi kondisi psikologis individu.

E. Teknik Validasi Data

Validasi data dalam penelitian ini dilakukan untuk memastikan bahwa data yang diperoleh memiliki tingkat keakuratan (*validity*) dan keterpercayaan (*reliability*) yang tinggi, sehingga mampu menjawab pertanyaan penelitian secara ilmiah. Dalam penelitian kualitatif fenomenologi, validitas tidak hanya diukur dari ketepatan instrumen, tetapi juga dari kedalaman pemahaman terhadap pengalaman partisipan. Creswell dan Poth (2018) menjelaskan bahwa validitas dalam penelitian kualitatif mencakup kredibilitas, transferabilitas,

dependabilitas, dan konfirmabilitas, yang diperoleh melalui teknik seperti triangulasi, *member checking*, dan keterlibatan peneliti secara langsung di lapangan. Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data berupa observasi partisipatif, wawancara mendalam, dan dokumentasi yang saling melengkapi untuk memperkuat keabsahan data melalui triangulasi teknik dan sumber. Sugiyono (2020) menyatakan bahwa triangulasi merupakan teknik pengujian validitas data yang dilakukan dengan membandingkan data dari berbagai sumber, metode, dan waktu untuk memperoleh konsistensi informasi. Selain itu, pengujian instrumen dilakukan melalui penyusunan pedoman wawancara dan observasi yang berbasis teori serta diuji kelayakannya melalui *expert judgment* agar sesuai dengan tujuan penelitian.

Selanjutnya, pengendalian bias dilakukan dengan menerapkan prinsip *bracketing* dalam fenomenologi, yaitu menanggukkan asumsi peneliti agar interpretasi data tetap objektif (Husserl, 1970), serta melalui refleksi diri (*reflexivity*) selama proses penelitian berlangsung (Denzin & Lincoln, 2018). Analisis data yang sistematis melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, serta tahapan fenomenologi seperti *horizontalizing* dan *clustering of meaning*, turut mendukung keakuratan interpretasi hasil penelitian. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa penggunaan triangulasi dan *member checking* dalam studi fenomenologi dapat meningkatkan kredibilitas dan keterpercayaan hasil penelitian secara signifikan (Nowell et al., 2021). Dengan demikian, melalui penerapan prosedur validasi yang komprehensif ini, data yang dihasilkan diharapkan valid, reliabel, serta mampu memberikan gambaran yang mendalam dan akurat mengenai pengalaman spiritual dalam *tafakkur* alam.

F. Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di *Raheela Stable*, yang merupakan pusat kegiatan dari *Raheela Community*, beralamat di Jalan Cilengkrang

Kampung, Pasirangin, Kecamatan Cilengkrang, Kabupaten Bandung, Jawa Barat. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada pertimbangan bahwa *Raheela Community* secara aktif menyelenggarakan kegiatan berbasis spiritualitas Islam, khususnya praktik *tafakkur* alam yang menjadi fokus utama dalam penelitian ini. Selain itu, lokasi ini memiliki karakteristik lingkungan alam terbuka yang mendukung aktivitas kontemplatif dan reflektif, sehingga memungkinkan peneliti memperoleh data yang autentik mengenai pengalaman spiritual partisipan. Creswell dan Poth (2018) menegaskan bahwa dalam penelitian kualitatif, pemilihan lokasi harus mempertimbangkan kesesuaian antara konteks penelitian dengan fenomena yang dikaji agar data yang dihasilkan relevan dan bermakna.

Secara sosial dan budaya, wilayah Kecamatan Cilengkrang, Kabupaten Bandung memiliki karakteristik masyarakat yang religius dengan nilai-nilai keislaman yang cukup kuat, khususnya dalam praktik keagamaan dan pembinaan spiritual generasi muda. Keberadaan *Raheela Community* di tengah lingkungan ini menunjukkan adanya integrasi antara aktivitas spiritual dan kehidupan sosial masyarakat. Komunitas ini tidak hanya berfungsi sebagai ruang pembinaan keagamaan, tetapi juga sebagai wadah pengembangan kesadaran spiritual melalui pendekatan alam. Sugiyono (2020) menyatakan bahwa konteks sosial budaya sangat berpengaruh terhadap makna yang dibangun oleh individu dalam penelitian kualitatif, sehingga pemilihan lokasi ini dinilai tepat untuk mengkaji pengalaman spiritual dalam *tafakkur* alam secara mendalam dan kontekstual.

Waktu penelitian direncanakan berlangsung selama tiga bulan, yaitu mulai bulan April hingga Juni 2026. Rentang waktu ini dipilih untuk memberikan kesempatan yang cukup bagi peneliti dalam melakukan pengumpulan data secara mendalam dan berulang, sehingga mencapai saturasi data. Proses penelitian dilakukan secara bertahap, dimulai dari tahap persiapan, pelaksanaan pengumpulan data, hingga tahap analisis dan penyusunan laporan penelitian. Denzin dan Lincoln (2018) menjelaskan bahwa penelitian kualitatif

memerlukan waktu yang cukup untuk memahami konteks secara mendalam dan menghasilkan data yang kaya serta bermakna.

Adapun tahapan penelitian meliputi tahap persiapan (penyusunan instrumen dan perizinan), tahap pengumpulan data (observasi, wawancara, dan dokumentasi), serta tahap analisis data dan penyusunan laporan. Dengan pembagian waktu yang sistematis, penelitian ini diharapkan dapat berjalan secara efektif dan menghasilkan temuan yang valid, kredibel, dan sesuai dengan tujuan penelitian.



BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Profil *Raheela Community*

Raheela Community merupakan salah satu komunitas yang berada di bawah naungan Yayasan Pemuda Hijrah Indonesia. Komunitas ini dibentuk sebagai wadah pembinaan generasi muda Muslim melalui pendekatan dakwah yang mengintegrasikan aktivitas luar ruang (*outdoor activities*) dengan pembinaan spiritual berbasis nilai-nilai Islam. Berbeda dengan komunitas pecinta alam pada umumnya, *Raheela Community* menjadikan aktivitas di alam sebagai media untuk menumbuhkan kesadaran bertauhid, membangun karakter, memperkuat ukhuwah Islamiyah, serta meningkatkan kepedulian terhadap lingkungan.

Pusat kegiatan komunitas berada di *Raheela Stable* (Pesan.Trend Raheela) yang berlokasi di Kampung Pasirangin, Jalan Cilengkrang, Kecamatan Cilengkrang, Kabupaten Bandung, Provinsi Jawa Barat. Kawasan ini berada di lereng Gunung Manglayang dengan kondisi geografis berupa dataran tinggi yang masih didominasi kawasan hijau, pepohonan, serta udara yang relatif sejuk. Karakteristik tersebut menjadikan kawasan Raheela sebagai tempat yang mendukung pelaksanaan kegiatan pembinaan berbasis alam, seperti pendakian gunung, *camping*, panahan, berkuda, hingga kegiatan tafakur alam.

Selain berfungsi sebagai tempat berkumpul anggota komunitas, kawasan Raheela juga dikembangkan sebagai pusat pembinaan generasi muda melalui berbagai program pendidikan Islam, olahraga sunnah, pemberdayaan masyarakat, pelatihan kepemimpinan, peternakan, dan pertanian. Dengan demikian, *Raheela Community* menjadi salah satu implementasi dakwah Yayasan Pemuda Hijrah Indonesia yang

memanfaatkan pengalaman langsung di alam sebagai media pembelajaran keislaman.

2. Sejarah Berdirinya *Raheela Community*

Berdasarkan hasil wawancara dengan Ketua *Raheela Community*, komunitas ini mulai dibentuk pada Februari 2023 sebagai komunitas internal yang mewadahi anggota Yayasan Pemuda Hijrah Indonesia yang memiliki minat terhadap aktivitas luar ruang. Seiring meningkatnya antusiasme peserta, sejak sekitar Juli 2023 berbagai kegiatan mulai dibuka bagi masyarakat umum, khususnya kalangan pemuda.

Latar belakang pembentukan *Raheela Community* berangkat dari kebutuhan menghadirkan metode dakwah yang lebih dekat dengan karakter generasi muda. Aktivitas dakwah tidak lagi hanya dilakukan melalui kajian di dalam masjid atau ruang kelas, tetapi dikembangkan melalui pengalaman langsung di alam yang dikombinasikan dengan pembinaan spiritual. Sebagaimana disampaikan oleh Ketua *Raheela Community*:

"Tujuan dibentuknya Raheela Community adalah menghadirkan media dakwah yang dekat dengan dunia anak muda melalui aktivitas yang menyenangkan (fun activities) tanpa menghilangkan substansi pembinaan keislaman." (Wawancara dengan HM pada 21 Juni)

Melalui pendekatan tersebut, kegiatan seperti *hiking*, *camping*, panahan, berkuda, dan eksplorasi alam dijadikan sarana untuk mengenalkan nilai-nilai tauhid, membangun karakter, serta menumbuhkan kesadaran spiritual peserta melalui proses tafakur terhadap alam sebagai ayat-ayat kauniyah.

3. Visi dan Misi *Raheela Community*

Sebagai komunitas yang berada di bawah naungan Yayasan Pemuda Hijrah Indonesia, arah pengembangan *Raheela Community* sejalan dengan visi lembaga induknya.

Visi Yayasan Pemuda Hijrah Indonesia adalah menjadi organisasi dakwah yang berkontribusi terhadap kebangkitan Islam dan Indonesia di tingkat global melalui pembinaan generasi muda yang berkarakter Islami. Visi tersebut diwujudkan melalui pembentukan generasi yang memiliki keimanan yang kuat, jiwa kepemimpinan, serta kepedulian terhadap sesama dan lingkungan.

Untuk mewujudkan visi tersebut, Yayasan Pemuda Hijrah Indonesia menjalankan beberapa misi, yaitu:

- a. Membangun platform dakwah yang kolaboratif dan terintegrasi.
- b. Mencetak generasi muda yang memiliki kapasitas kepemimpinan (*change maker*).
- c. Memperluas jejaring sosial dan dakwah.
- d. Membangun ekosistem pembinaan yang inklusif bagi berbagai kalangan pemuda.

Nilai-nilai tersebut kemudian diimplementasikan oleh *Raheela Community* melalui berbagai kegiatan berbasis alam yang memadukan aspek edukasi, spiritualitas, dan pembentukan karakter.

Berdasarkan hasil wawancara dengan Ketua *Raheela Community*, tujuan operasional komunitas diwujudkan melalui tiga orientasi utama, yaitu:

- a. Membangun kesadaran bertauhid melalui tafakur terhadap ciptaan Allah Swt.;

- b. Membangun kepedulian sosial melalui penguatan ukhuwah Islamiyah dan kerja sama antarpeserta; serta
- c. Membangun kesadaran ekologis melalui pembiasaan menjaga kelestarian alam sebagai bentuk tanggung jawab manusia sebagai khalifah di bumi.

Ketiga orientasi tersebut menjadi dasar dalam setiap pelaksanaan kegiatan yang diselenggarakan oleh *Raheela Community*.

4. Kondisi Sosial, Geografis, dan Lingkungan Penelitian

Secara geografis, kawasan *Raheela Community* berada di kaki Gunung Manglayang yang memiliki karakteristik lingkungan berupa perbukitan, kawasan hutan, udara sejuk, serta tingkat kebisingan yang relatif rendah dibandingkan wilayah perkotaan. Kondisi tersebut memberikan suasana yang mendukung pelaksanaan aktivitas refleksi dan pembinaan spiritual.

Sebagian besar kegiatan tafakkur alam yang diselenggarakan komunitas dilakukan di kawasan pegunungan di Jawa Barat, seperti Gunung Manglayang, Gunung Papandayan, Gunung Cikuray, dan beberapa kawasan konservasi lainnya. Pemilihan lokasi mempertimbangkan aspek keamanan, nilai edukatif, dan potensi lingkungan sebagai media pembelajaran spiritual.

Dari sisi sosial, anggota *Raheela Community* didominasi oleh kalangan remaja akhir hingga dewasa muda dengan latar belakang yang beragam, seperti mahasiswa, pelajar, pekerja, dan wirausaha. Meskipun memiliki profesi yang berbeda, seluruh anggota dipersatukan oleh minat terhadap aktivitas luar ruang serta keinginan untuk memperdalam nilai-nilai keislaman melalui pendekatan yang lebih kontekstual.

Budaya yang dibangun dalam komunitas menekankan ukhuwah islamiyah, saling membantu, menjaga adab selama berada di alam,

melaksanakan ibadah berjamaah, serta menjaga kelestarian lingkungan. Nilai-nilai tersebut menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari setiap kegiatan komunitas.

5. Informan Penelitian

Penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan informan berdasarkan pertimbangan bahwa mereka memiliki pengalaman langsung mengikuti kegiatan tafakur alam dan mampu memberikan informasi yang sesuai dengan fokus penelitian.

Jumlah informan dalam penelitian ini sebanyak lima orang, yang terdiri atas satu orang Ketua *Raheela Community* dan empat orang anggota aktif.

Tabel 4.1 kode dan daftar informan

No	Kode/Inisial informan	Peran
1	HM	Ketua <i>Raheela Community</i>
2	SA	Anggota aktif
3	FT	Anggota aktif
4	FM	Anggota aktif
5	ST	Anggota aktif

Ketua komunitas dipilih karena memahami sejarah berdirinya komunitas, visi, misi, serta mekanisme pelaksanaan kegiatan. Sementara itu, empat anggota aktif dipilih karena telah mengikuti berbagai kegiatan tafakur alam sehingga memiliki pengalaman yang relevan dengan fokus penelitian.

B. Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini disusun berdasarkan data empiris yang diperoleh melalui wawancara mendalam terhadap lima orang informan, observasi partisipatif selama kegiatan *Raheela Community*, serta dokumentasi kegiatan tafakur alam. Analisis data dilakukan menggunakan teknik analisis tematik melalui beberapa tahapan, yaitu reduksi data, pemberian kode (*coding*), kategorisasi, hingga penyusunan tema-tema utama yang sesuai dengan fokus penelitian. Proses tersebut dilakukan untuk memperoleh gambaran yang utuh mengenai pengalaman spiritual anggota *Raheela Community* dalam praktik tafakur alam.

Pada tahap reduksi data, peneliti menyeleksi informasi yang relevan dengan rumusan masalah penelitian. Selanjutnya, setiap potongan data diberi kode sesuai makna yang terkandung dalam pernyataan informan. Hasil coding kemudian dikelompokkan ke dalam beberapa kategori yang memiliki kesamaan makna sehingga menghasilkan tema-tema utama penelitian. Tema-tema tersebut selanjutnya menjadi dasar penyusunan hasil penelitian secara sistematis sesuai dengan rumusan masalah penelitian.

Penyajian hasil penelitian dibagi ke dalam tiga subbab utama yang masing-masing merupakan jawaban empiris terhadap rumusan masalah penelitian. Setiap subbab terdiri atas beberapa tema yang muncul dari hasil analisis data lapangan. Penyajian dilakukan secara deskriptif dengan didukung kutipan langsung dari informan untuk memperkuat validitas temuan.

1. Makna Tafakur Alam bagi Anggota *Raheela Community* dalam Perjalanan Spiritual Menuju Proses pengenalan kepada Allah

Berdasarkan hasil analisis data, peneliti menemukan bahwa seluruh informan memiliki pemahaman yang relatif serupa mengenai makna tafakur alam. Tafakur alam tidak dipahami sebagai aktivitas wisata ataupun rekreasi semata, tetapi sebagai proses perenungan terhadap ciptaan Allah

Swi. yang mengarahkan seseorang pada kesadaran akan kebesaran-Nya. Dari proses *coding* dan kategorisasi data, rumusan masalah pertama menghasilkan tiga tema utama, yaitu:

- a. Tafakur sebagai perenungan terhadap ciptaan Allah.
- b. Alam sebagai media mengenal kebesaran Allah.
- c. Tafakur sebagai proses transformasi kesadaran.

2. Tafakur sebagai Perenungan terhadap Ciptaan Allah

Tema pertama menunjukkan bahwa para informan memaknai tafakur sebagai aktivitas berpikir dan merenungkan setiap fenomena alam yang mereka jumpai. Aktivitas tersebut bukan hanya mengamati keindahan alam, tetapi juga berusaha memahami hikmah penciptaan yang terkandung di balik setiap ciptaan Allah. Dalam perspektif informan, proses berpikir tersebut menjadi inti dari praktik tafakur alam.

Ketua *Raheela Community* menjelaskan bahwa tafakur tidak cukup hanya dengan menikmati panorama alam, melainkan harus sampai pada proses memahami alasan Allah menciptakan alam beserta fungsi-fungsinya.

"Tafakur alam itu bukan sekadar datang ke alam. Tapi bagaimana cara kita bertindak dan apa rasa yang main ketika di alam. Pas kita melihat gunung yang megah atau lautan yang sangat luas, di situ kita menyaksikan kebesaran Allah. Orang beriman juga harus paham sains dan ekologi. Tafakur itu harus sampai ke pemahaman dan perenungan." (Wawancara HM, 28 Juni 2026).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa tafakur dipahami sebagai aktivitas intelektual sekaligus spiritual. Informan memandang bahwa proses perenungan terhadap alam harus menghasilkan pemahaman mengenai tanda-tanda kebesaran Allah sehingga keimanan tidak berhenti pada aspek emosional, tetapi juga didukung oleh pemahaman yang lebih mendalam.

Pandangan serupa juga disampaikan oleh Fahmi Muhammad Adil Fitri yang menekankan bahwa tafakur merupakan proses berpikir mengenai hikmah penciptaan setiap unsur alam.

"Kalau yang saya dapat mah, tafakur itu lebih ke berpikir. Berpikir seperti kenapa Allah menciptakan tanaman, terus menciptakan pohon, tanah, batu, gunung. Kita memikirkan penciptaan Allah itu buat apa. Kayak gunung sebagai pasak bumi, pohon sebagai sumber oksigen dan mengikat tanah." (Wawancara FM, 28 Juni 2026).

Kutipan tersebut memperlihatkan bahwa aktivitas berpikir menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari pengalaman tafakur. Informan tidak hanya mengagumi bentuk fisik alam, tetapi juga berusaha memahami fungsi ekologis yang terkandung dalam ciptaan Allah. Hal tersebut menunjukkan adanya kecenderungan bahwa tafakur dipahami sebagai proses refleksi yang menghubungkan pengetahuan dengan keimanan.

Pandangan tersebut diperkuat oleh Sahrul Aimar Abdul Gani yang menjelaskan bahwa tafakur dimulai dengan mengamati dinamika kehidupan alam.

"Menurut saya tafakur alam itu kita mengunjungi suatu tempat yang sunyi. Di situ kita bisa melihat bagaimana kehidupan di alam. Alam itu fleksibel, nggak bisa tetap sama. Dari situ kita bisa melihat dan memikirkan, 'Oh, inilah ciptaan-ciptaan Tuhan.'" (Wawancara SA, 28 Juni 2026).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pengamatan terhadap perubahan alam mendorong munculnya refleksi mengenai kekuasaan Allah sebagai Pencipta. Informan memandang dinamika alam sebagai objek perenungan yang memperkuat kesadaran spiritual. Pandangan yang hampir sama juga diungkapkan oleh Sendi Triansyah.

"Pertama kita semua tahu kan bahwa tafakur itu artinya berpikir atau memikirkan. Khususnya di sini, tafakur alam memiliki arti memikirkan tentang alam." (Wawancara ST, 21 Juni 2026).

Pernyataan tersebut semakin memperkuat temuan bahwa seluruh informan memaknai tafakur sebagai aktivitas reflektif. Proses berpikir menjadi pintu awal munculnya pengalaman spiritual sebelum seseorang merasakan dampak batin yang lebih mendalam.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat dipahami bahwa aktivitas berpikir merupakan fondasi utama dalam praktik tafakur alam. Proses refleksi terhadap fenomena alam mendorong anggota *Raheela Community* untuk melihat alam bukan sekadar objek fisik, melainkan sebagai media yang mengandung pesan-pesan ketuhanan.

3. Alam sebagai Media Mengenal Kebesaran Allah

Hasil analisis data menunjukkan bahwa seluruh informan menghubungkan pengalaman berada di alam dengan meningkatnya kesadaran terhadap kebesaran Allah Swt. Alam dipahami sebagai ayat-ayat kauniyah yang menghadirkan rasa kagum sekaligus kesadaran akan keterbatasan manusia.

Habil Muhammad Ghifary menjelaskan bahwa pemandangan alam menjadi media untuk menyaksikan kebesaran Allah secara langsung.

"Pas kita melihat gunung yang megah atau lautan yang sangat luas, di situ kita menyaksikan kebesaran Allah." (Wawancara HM, 28 Juni 2026).

Interpretasi awal dari pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman visual terhadap bentang alam mampu menghadirkan kesadaran religius. Gunung dan lautan tidak dipahami sekadar sebagai objek wisata, tetapi sebagai manifestasi kebesaran Sang Pencipta. Pengalaman serupa juga dialami oleh Sahrul Aimar Abdul Gani.

"Saya takjub... luar biasa sekali ciptaan Tuhan itu, dikasih kayak lautan awan, sunrise ataupun sunset." (Wawancara SA, 29 Juni 2026).

Rasa takjub yang muncul menunjukkan bahwa keindahan alam menjadi stimulus utama lahirnya kesadaran spiritual. Pengalaman estetis tersebut membawa informan pada pengakuan terhadap kekuasaan Allah. Fajar Teja Jarniko juga mengungkapkan pengalaman yang sama.

"Ketika kita datang ke sana, oh kita tuh dapat menyaksikan betapa indahnya ciptaan-Nya." (Wawancara FT, 28 Juni 2026).

Sementara itu, Sendi Triansyah menjelaskan bahwa berbagai unsur alam menghadirkan pengalaman batin yang mengarah pada pengakuan terhadap kebesaran Allah.

"Heningnya suara pohon dan daun-daun yang bergoyang, angin sepoi-sepoi, gunung-gunung yang menakjubkan, lautan awan yang indah. Dan itu semua merupakan salah satu tanda-tanda kebesaran Allah Swt." (Wawancara ST, 21 Juni 2026).

Keempat kutipan tersebut menunjukkan pola yang konsisten. Pengalaman menyaksikan keindahan alam memunculkan rasa kagum yang kemudian berkembang menjadi kesadaran terhadap kebesaran Allah. Dengan demikian, alam berfungsi sebagai media kontemplasi yang menghubungkan manusia dengan Sang Pencipta.

4. Tafakur sebagai Proses Transformasi Kesadaran

Selain dipahami sebagai aktivitas berpikir dan mengenal kebesaran Allah, tafakur juga dimaknai sebagai proses perubahan kesadaran dalam memandang kehidupan. Hal tersebut dijelaskan secara eksplisit oleh Sendi Triansyah.

"Tafakur adalah perjalanan dari: Memahami, lalu Mengalami, dan akhirnya Mengagungkan. Tafakur itu bukan sekadar berpikir tentang alam, tetapi proses transformasi kesadaran." (Wawancara ST, 21 Juni 2026).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa tafakur berlangsung melalui tahapan bertingkat. Seseorang tidak hanya memahami informasi mengenai alam, tetapi mengalami secara langsung, kemudian sampai pada kesadaran untuk mengagungkan Allah.

Temuan tersebut diperkuat oleh Habil Muhammad Ghifary yang menjelaskan bahwa tafakur harus menghasilkan pemahaman yang mampu meningkatkan keimanan seseorang.

"Tafakur itu harus sampai ke pemahaman dan perenungan itu biar keimanan kita makin meningkat." (Wawancara HM, 28 Juni 2026).

Interpretasi awal menunjukkan bahwa tafakur dipandang sebagai proses internal yang menghasilkan perubahan cara berpikir dan kesadaran religius. Perubahan tersebut menjadi dasar munculnya pengalaman spiritual yang lebih mendalam.

Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi, dapat disimpulkan bahwa makna tafakur alam bagi anggota *Raheela Community* dibangun melalui tiga tema utama, yaitu tafakur sebagai perenungan terhadap ciptaan Allah, alam sebagai media mengenal kebesaran Allah, serta tafakur sebagai proses transformasi kesadaran. Ketiga tema tersebut menunjukkan bahwa tafakur alam dipahami sebagai aktivitas spiritual yang melibatkan proses berpikir, penghayatan terhadap tanda-tanda kebesaran Allah, dan perubahan kesadaran batin menuju kedekatan kepada-Nya. Temuan-temuan ini merupakan jawaban empiris atas rumusan masalah pertama dan akan dianalisis lebih mendalam pada bagian pembahasan menggunakan perspektif tasawuf, fenomenologi, dan teori pengalaman spiritual.

5. Pengalaman Spiritual Anggota *Raheela Community* dalam Mengikuti Kegiatan Tafakur Alam

Berdasarkan hasil analisis data melalui proses reduksi, coding, dan kategorisasi, peneliti menemukan bahwa pengalaman spiritual yang dialami anggota *Raheela Community* selama mengikuti kegiatan tafakur alam tidak muncul dalam bentuk yang seragam. Meskipun demikian, terdapat pola pengalaman yang relatif konsisten di antara para informan. Pengalaman tersebut diawali dengan munculnya rasa takjub terhadap

kebesaran ciptaan Allah, dilanjutkan dengan ketenangan batin, hingga lahirnya kesadaran akan kedekatan dengan Allah Swt.

Analisis tematik menghasilkan tiga tema utama yang menggambarkan pengalaman spiritual para informan, yaitu:

- a. Munculnya rasa takjub terhadap kebesaran ciptaan Allah.

Tema pertama menunjukkan bahwa pengalaman spiritual anggota *Raheela Community* diawali oleh munculnya rasa kagum ketika menyaksikan keindahan alam secara langsung. Rasa takjub tersebut menjadi pintu masuk munculnya kesadaran spiritual karena informan tidak hanya menikmati panorama alam, tetapi juga menyadari bahwa seluruh keindahan tersebut merupakan manifestasi kekuasaan Allah Swt.

Sahrul Aimar Abdul Gani menjelaskan bahwa pengalaman mendaki gunung untuk pertama kalinya memberikan kesan spiritual yang sangat mendalam.

"Saya pernah mengunjungi satu gunung, yang mana gunung itu pertama kali saya daki. Dan di sana diberikan keindahan yang sangat luar biasa sampai saya takjub, luar biasa gitu keindahannya. Karena pertama kali saya naik, saya terheran-heran gitu, 'Wah kok bisa ya seperti ini?' Masyaallah luar biasa sekali ciptaan Tuhan itu, dikasih kayak lautan awan, sunrise ataupun sunset." (Wawancara SA, 28 Juni 2026).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman menyaksikan panorama alam secara langsung memunculkan rasa kagum yang sulit diungkapkan dengan kata-kata. Kekaguman tersebut tidak berhenti pada aspek estetika alam, tetapi berkembang menjadi kesadaran bahwa keindahan tersebut merupakan bukti kebesaran Allah Swt. Pengalaman yang hampir serupa juga diungkapkan oleh Fajar Teja Jarniko.

"Ketika kita datang ke sana, oh kita tuh dapat menyaksikan betapa indahnya ciptaan-Nya." (Wawancara FT, 28 Juni 2026).

Pernyataan tersebut memperlihatkan bahwa keindahan alam dipahami sebagai media yang memperlihatkan secara nyata kebesaran ciptaan Allah. Alam tidak lagi dipandang sebagai objek wisata semata, melainkan sebagai ruang kontemplasi yang mengarahkan seseorang pada kesadaran spiritual.

Ketua *Raheela Community*, Habil Muhammad Ghifary, juga mengungkapkan pengalaman serupa.

"Pas kita melihat gunung yang megah atau lautan yang sangat luas, di situ kita menyaksikan kebesaran Allah." (Wawancara HM, 28 Juni 2026).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa rasa kagum terhadap alam menjadi awal terbentuknya pengalaman spiritual. Gunung, lautan, maupun bentang alam lainnya dipandang sebagai ayat-ayat kauniyah yang menghadirkan kesadaran mengenai kebesaran Sang Pencipta.

Hasil observasi peneliti selama mengikuti kegiatan hiking *Raheela Community* juga memperlihatkan bahwa ketika peserta tiba di puncak gunung atau lokasi dengan panorama terbuka, sebagian besar peserta berhenti sejenak untuk menikmati pemandangan. Beberapa peserta terlihat mengucapkan kalimat tasbih dan tahmid secara spontan sambil mengamati hamparan pegunungan dan lautan awan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengalaman visual terhadap alam menjadi stimulus munculnya kesadaran religius.

Berdasarkan keseluruhan data tersebut, dapat dipahami bahwa rasa takjub merupakan pengalaman spiritual awal yang dialami anggota *Raheela Community*. Kekaguman terhadap alam berfungsi sebagai jembatan yang menghubungkan pengalaman inderawi dengan kesadaran ketuhanan.

b. Hadirnya ketenangan batin dan kedekatan dengan Allah.

Tema kedua menunjukkan bahwa pengalaman spiritual tidak berhenti pada rasa kagum terhadap alam, tetapi berkembang menjadi pengalaman batin berupa ketenangan, kedamaian, dan meningkatnya kedekatan dengan Allah Swt. Hampir seluruh informan menyatakan bahwa suasana alam yang tenang memberikan ruang bagi mereka untuk melakukan refleksi diri.

Fajar Teja Jarniko mengungkapkan bahwa kegiatan mendaki gunung menjadi cara baginya untuk memperoleh ketenangan ketika menghadapi berbagai persoalan kehidupan.

"Pernah ngerasain pas posisi sedang terpuruk gitu kan, ada suatu masalah. Saya mencoba untuk menenangkan diri dengan naik gunung. Dan ketika itu tuh, diri ini jadi lebih tenang, lebih enak gitu, kayak lebih dekat aja gitu dengan Tuhan. Pas di tempat camp sendirian, diam di luar, nah itu paling enak." (Wawancara FT, 28 Juni 2026).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa alam menjadi ruang refleksi yang memungkinkan informan memperoleh ketenangan emosional sekaligus memperkuat hubungan spiritual dengan Allah. Kesendirian yang dialami di alam memberikan kesempatan untuk melakukan perenungan secara lebih mendalam.

Pengalaman yang serupa juga disampaikan oleh Fahmi Muhammad Adil Fitri.

"Terutama ketika kita menyendiri kan. Yang dirasain tuh pas kita lagi menyendiri, beda sama pas lagi bareng-bareng orang banyak. Tapi kalau kita sendiri duduk di alam, kerasa banget keheningannya. Terus sambil memikirkan penciptaan Allah, kerasa banget gitu pas lagi di alam mah spiritual kita sama pencipta kita itu lebih dekat." (Wawancara FM, 28 Juni 2026).

Kutipan tersebut menunjukkan bahwa keheningan alam menjadi faktor penting yang mendukung munculnya pengalaman spiritual. Suasana yang jauh dari keramaian memberikan kesempatan bagi

informan untuk memusatkan perhatian pada hubungan dirinya dengan Allah.

Sendi Triansyah juga menjelaskan bahwa pengalaman spiritual yang diperoleh selama mengikuti kegiatan bersama *Raheela Community* berdampak pada kualitas ibadahnya.

"Pengalaman tafakur alam tersebut meningkatkan kedisiplinanku saat beribadah kepada Allah, juga membuat diri ini terus berusaha memperbaiki diri untuk terus meningkatkan ketakwaan kepada-Nya." (Wawancara ST, 21 Juni 2026).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman spiritual tidak hanya dirasakan ketika berada di alam, tetapi juga berlanjut dalam kehidupan sehari-hari melalui peningkatan kualitas hubungan dengan Allah.

Temuan observasi juga memperlihatkan bahwa pada beberapa titik perjalanan, peserta diberikan waktu untuk berdiam diri (*silent moment*) sebelum melaksanakan salat berjamaah. Selama proses tersebut suasana berlangsung tenang, peserta lebih banyak melakukan refleksi pribadi, berzikir, maupun membaca Al-Qur'an. Aktivitas tersebut memperlihatkan bahwa ketenangan alam dimanfaatkan sebagai media untuk memperdalam pengalaman spiritual.

Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi, dapat dipahami bahwa ketenangan batin merupakan pengalaman spiritual yang paling dominan dirasakan oleh anggota *Raheela Community*. Ketenangan tersebut menjadi media yang memperkuat hubungan personal dengan Allah dan menghadirkan pengalaman religius yang lebih mendalam.

c. Pengalaman spiritual melalui berbagai peristiwa alam.

Analisis data menunjukkan bahwa pengalaman spiritual tidak hanya muncul ketika menyaksikan keindahan alam, tetapi juga melalui pengalaman menghadapi berbagai fenomena alam yang menimbulkan kesadaran akan keterbatasan manusia di hadapan Allah. Sahrul Aimar Abdul Gani menceritakan pengalaman ketika mengalami gempa bumi di Pulau Lombok.

"Gempa bumi yang sangat luar biasa... di situ udah pasrah banget. Tapi alhamdulillah banget masih diberi kesempatan untuk hidup." (Wawancara SA, 28 Juni 2026).

Lebih lanjut ia menjelaskan:

"Saya merasa diselamatkan oleh Tuhan. Jadinya saya merasa pengen lebih dekat lagi sama Tuhan." (Wawancara SA, 28 Juni 2026).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman menghadapi bencana alam melahirkan kesadaran eksistensial mengenai keterbatasan manusia sekaligus memperkuat rasa ketergantungan kepada Allah. Pengalaman spiritual lain disampaikan oleh Habil Muhammad Ghifary ketika berada di puncak gunung.

"Ternyata satu kota tempat kita hidup aja kelihatan kecil banget kalau dilihat dari atas. Padahal seumur hidup kita cuma berputar di ruang lingkup yang lebih kecil dari kota itu. Dari situ kerasa banget bahwa urusan-urusan duniawi sebenarnya sangat remeh di hadapan kebesaran Allah." (Wawancara HM, 28 Juni 2026).

Interpretasi awal terhadap pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman berada di alam mampu mengubah perspektif informan terhadap berbagai persoalan kehidupan. Alam menjadi media refleksi yang menumbuhkan kesadaran mengenai kebesaran Allah sekaligus kecilnya persoalan dunia dibandingkan kekuasaan-Nya.

Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi, pengalaman spiritual anggota *Raheela Community* terbentuk melalui tiga tema utama, yaitu munculnya rasa takjub terhadap kebesaran

ciptaan Allah, hadirnya ketenangan batin yang memperkuat kedekatan dengan Allah, serta pengalaman spiritual melalui berbagai fenomena alam. Ketiga tema tersebut menunjukkan bahwa pengalaman spiritual merupakan proses yang berkembang dari pengalaman inderawi menuju pengalaman batin yang menghasilkan kesadaran religius yang lebih mendalam. Temuan-temuan tersebut menjadi jawaban empiris terhadap rumusan masalah kedua dan akan dianalisis lebih lanjut pada bagian pembahasan menggunakan perspektif fenomenologi dan tasawuf.

C. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Analisis Makna Tafakur Alam bagi Anggota *Raheela Community* dalam Perjalanan Spiritual Menuju Proses pengenalan kepada Allah

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tafakur alam dimaknai oleh seluruh informan sebagai proses kontemplasi terhadap ciptaan Allah Swt. yang tidak hanya berhenti pada aktivitas menikmati keindahan alam, tetapi berkembang menjadi proses refleksi yang menghadirkan kesadaran akan kebesaran Allah, memperkuat keimanan, serta menjadi jalan menuju pengenalan yang lebih mendalam kepada-Nya (*proses pengenalan kepada Allah*). Temuan tersebut diperoleh melalui analisis data hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi yang kemudian direduksi, diberi kode (*coding*), dikategorisasikan, dan disusun menjadi tema-tema utama penelitian.

Secara umum, makna tafakur alam yang ditemukan dalam penelitian ini terdiri atas tiga tema utama, yaitu, tafakur sebagai perenungan terhadap ciptaan Allah, alam sebagai media mengenal kebesaran Allah, dan tafakur sebagai proses transformasi kesadaran menuju proses pengenalan kepada Allah. Ketiga tema tersebut menunjukkan adanya pola pengalaman yang relatif sama pada seluruh informan meskipun latar belakang pengalaman mereka berbeda.

a. Ringkasan Temuan Penelitian

Berikut merupakan hasil kategorisasi tema yang berkaitan dengan rumusan masalah pertama.

Tabel 4.2 Hasil Coding Rumusan Masalah pertama

Tema	Kategori	Kode Informan
Tafakur sebagai perenungan terhadap ciptaan Allah	Makna Tafakur Alam	HM-04, HM-05, HM-07, SA-01, SA-04, FM-02, FM-03, ST-01, ST-04
Alam sebagai media mengenal kebesaran Allah	Makna Tafakur Alam	HM-05, SA-04, FT-03, FM-03, ST-04
Tafakur sebagai proses transformasi kesadaran	Makna Tafakur Alam	HM-07, ST-16, ST-17

Berdasarkan tabel tersebut terlihat bahwa seluruh informan memiliki kecenderungan memaknai tafakur alam sebagai aktivitas spiritual yang menghubungkan manusia dengan Allah melalui perenungan terhadap alam. Tidak ada satu pun informan yang memaknai kegiatan tersebut hanya sebagai aktivitas rekreasi. Sebaliknya, seluruh informan menempatkan alam sebagai media kontemplasi yang menghadirkan kesadaran ketuhanan.

Hal tersebut terlihat dari pernyataan Ketua *Raheela Community*, Habil Muhammad Ghifary.

"Tafakur alam itu bukan sekedar datang ke alam. Tapi bagaimana cara kita bertindak dan apa rasa yang main ketika di alam. Pas kita melihat gunung yang megah atau lautan yang sangat luas, di situ kita menyaksikan kebesaran Allah. Orang beriman juga harus paham sains dan ekologiinya. Tafakur itu harus sampai ke pemahaman dan perenungan." (Wawancara HM, 28 Juni 2026).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa menurut informan, tafakur merupakan aktivitas yang melibatkan dimensi intelektual, emosional, dan

spiritual secara bersamaan. Alam diposisikan bukan sebagai objek hiburan, tetapi sebagai media untuk membangun kesadaran ketuhanan melalui proses berpikir dan perenungan. Pandangan yang sama juga dikemukakan oleh Fahmi Muhammad Adil Fitri.

"Kalau yang saya dapat mah, tafakur itu lebih ke berpikir. Berpikir seperti kenapa Allah menciptakan tanaman, terus menciptakan pohon, tanah, batu, gunung. Kita memikirkan penciptaan Allah itu buat apa." (Wawancara FM, 28 Juni 2026).

Sementara itu, Sendi Triansyah menjelaskan bahwa tafakur merupakan perjalanan batin yang bertahap.

"Tafakur adalah perjalanan dari memahami, lalu mengalami, dan akhirnya mengagungkan. Tafakur itu bukan sekadar berpikir tentang alam, tetapi proses transformasi kesadaran." (Wawancara ST, 21 Juni 2026).

Ketiga kutipan tersebut memperlihatkan adanya pola yang konsisten bahwa tafakur dipahami sebagai proses yang membawa seseorang dari aktivitas berpikir menuju pengalaman spiritual yang lebih mendalam.

b. Analisis Berdasarkan Teori

1) Tafakur sebagai Proses Kontemplasi Menuju Proses pengenalan kepada Allah

Temuan penelitian menunjukkan bahwa anggota *Raheela Community* memandang tafakur sebagai aktivitas kontemplatif yang berpusat pada perenungan terhadap ciptaan Allah. Temuan ini sejalan dengan konsep *tafakkur* yang dikemukakan oleh Imam Al-Ghazali. Dalam *Ihya' 'Ulumuddin*, Al-Ghazali menjelaskan bahwa:

التفكر عبادة القلب ومفتاح المعرفة

"Tafakkur adalah ibadah hati dan kunci menuju ma'rifat."

Konsep tersebut memiliki kesesuaian yang sangat kuat dengan hasil penelitian. Seluruh informan memandang bahwa kegiatan tafakur

tidak berhenti pada aktivitas mengamati gunung, hutan, atau lautan, tetapi menjadi sarana membuka kesadaran hati. Dengan kata lain, proses berpikir yang dilakukan anggota *Raheela Community* bukanlah proses intelektual semata, melainkan proses spiritual yang bertujuan memperoleh pengenalan kepada Allah.

Temuan ini memperluas konsep Al-Ghazali pada konteks komunitas dakwah modern. Jika Al-Ghazali menjelaskan *tafakkur* sebagai ibadah hati secara individual, maka dalam penelitian ini tafakur justru dilakukan melalui aktivitas komunal seperti hiking, camping, dan tadabbur alam. Hal tersebut menunjukkan bahwa bentuk praktik *tafakkur* mengalami perkembangan sesuai konteks sosial, tetapi substansi spiritualnya tetap sama, yaitu mengantarkan manusia menuju proses pengenalan kepada Allah.

Pemaknaan tersebut sejalan dengan ajaran Islam yang menempatkan aktivitas tafakkur sebagai bagian dari ibadah yang menghubungkan manusia dengan Allah melalui perenungan terhadap ciptaan-Nya. Sebagaimana Allah Swt. berfirman:

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِّأُولِي الْأَلْبَابِ ۚ
الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا
مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ

"Sesungguhnya pada penciptaan langit dan bumi serta pergantian malam dan siang terdapat tanda-tanda bagi orang-orang yang berakal, yaitu orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri, duduk, maupun berbaring, serta mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi...." (QS. Ali 'Imran [3]: 190–191).

Ayat tersebut menunjukkan bahwa proses tafakkur tidak hanya merupakan aktivitas berpikir secara intelektual, tetapi juga menjadi sarana menghadirkan dzikir dan kesadaran spiritual kepada Allah. Temuan penelitian memperlihatkan bahwa anggota *Raheela Community* memaknai alam sebagai media untuk membaca tanda-tanda

kebesaran Allah sehingga aktivitas tafakur yang dilakukan tidak berhenti pada pengamatan terhadap fenomena alam, tetapi berkembang menjadi proses penguatan keimanan dan perjalanan menuju *proses pengenalan kepada Allah*.

Dari sudut pandang fenomenologi Alfred Schutz, pengalaman tersebut dapat dipahami sebagai proses pembentukan makna (*meaning making*). Schutz menjelaskan *bahwa* makna suatu tindakan dibangun melalui pengalaman subjektif individu terhadap dunia kehidupan (*life world*). Alam yang sama dapat dimaknai secara berbeda oleh setiap orang, tetapi dalam komunitas *Raheela Community* terbentuk stok pengetahuan (*stock of knowledge*) yang relatif sama melalui proses interaksi dan pembelajaran bersama. Akibatnya, seluruh anggota memiliki kecenderungan memaknai alam sebagai ayat-ayat Allah, bukan hanya sebagai objek wisata.

Dengan demikian, makna tafakur yang ditemukan dalam penelitian ini merupakan hasil konstruksi pengalaman spiritual yang dibentuk melalui pengalaman langsung di alam sekaligus melalui budaya dakwah yang berkembang di *Raheela Community*.

2) Alam sebagai Ayat Kauniyah

Temuan kedua memperlihatkan bahwa para informan memandang alam sebagai media mengenal kebesaran Allah. Mereka berulang kali menyebut gunung, lautan, pepohonan, matahari terbit, lautan awan, bahkan dinamika perubahan alam sebagai bukti nyata kekuasaan Allah.

Temuan ini sangat sesuai dengan pemikiran Seyyed Hossein Nasr yang menjelaskan bahwa alam merupakan *tajalli* atau manifestasi sifat-sifat Allah di alam semesta. Menurut Nasr, krisis spiritual manusia modern terjadi karena manusia kehilangan cara pandang sakral terhadap alam dan hanya memandang alam sebagai objek eksploitasi. Oleh karena itu, Nasr menegaskan bahwa manusia harus kembali

melihat alam sebagai ayat kauniyah, yaitu tanda-tanda kebesaran Allah yang mengarahkan manusia kepada Sang Pencipta.

Temuan penelitian ini justru menunjukkan bahwa anggota *Raheela Community* telah mengembangkan cara pandang ekologis-spiritual sebagaimana yang dikemukakan Nasr. Hal tersebut terlihat dari pernyataan Habil Muhammad Ghifary yang menegaskan bahwa kegiatan hiking selalu disertai edukasi mengenai sejarah geologi, fungsi ekologis, dan kewajiban menjaga kebersihan lingkungan. Dengan demikian, pengalaman spiritual yang muncul tidak hanya melahirkan kekaguman terhadap Allah, tetapi juga tanggung jawab moral terhadap alam.

Secara kritis, peneliti melihat bahwa pendekatan *Raheela Community* berhasil mengintegrasikan tiga dimensi yang sering kali dipisahkan dalam aktivitas pendakian gunung, yaitu dimensi rekreatif, edukatif, dan spiritual. Integrasi tersebut menjadikan tafakur alam bukan sekadar perjalanan fisik menuju puncak gunung, tetapi perjalanan batin menuju kesadaran ketuhanan.

3) Tafakur sebagai Transformasi Kesadaran Spiritual: Analisis Fenomenologi Alfred Schutz

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tafakur alam tidak berhenti pada proses mengamati dan memikirkan alam, melainkan berkembang menjadi pengalaman batin yang mengubah cara individu memandang dirinya, alam, dan Allah Swt. Seluruh informan menggambarkan adanya perubahan kesadaran setelah mengikuti kegiatan tafakur alam bersama *Raheela Community*. Perubahan tersebut terlihat dari meningkatnya rasa syukur, kesadaran akan keterbatasan diri, serta munculnya keinginan untuk memperbaiki kualitas ibadah. Hal tersebut tampak pada pernyataan Sendi Triansyah.

"Tafakur adalah perjalanan dari memahami, lalu mengalami, dan akhirnya mengagungkan. Tafakur itu bukan sekadar berpikir tentang alam, tetapi proses transformasi kesadaran." (Wawancara ST, 21 Juni 2026).

Selain itu, Habil Muhammad Ghifary juga mengungkapkan bahwa pengalaman berada di alam mengubah cara seseorang memandang kehidupan.

"Ternyata satu kota tempat kita hidup aja kelihatan kecil banget kalau dilihat dari atas. Padahal seumur hidup kita cuma berputar di ruang lingkup yang lebih kecil dari kota itu. Dari situ kerasa banget bahwa urusan-urusan duniawi sebenarnya sangat remeh di hadapan kebesaran Allah." (Wawancara HM, 28 Juni 2026).

Dari kutipan tersebut terlihat bahwa pengalaman spiritual yang dialami informan tidak hanya menghasilkan kekaguman terhadap alam, tetapi juga mengubah perspektif terhadap kehidupan sehari-hari. Berbagai persoalan dunia yang sebelumnya dianggap besar menjadi tampak kecil ketika dibandingkan dengan kebesaran ciptaan Allah. Dengan demikian, tafakur alam menghadirkan perubahan cara berpikir (*cognitive transformation*) sekaligus perubahan orientasi spiritual.

Dalam perspektif fenomenologi Alfred Schutz, pengalaman tersebut merupakan bentuk pembentukan makna (*meaning construction*) melalui pengalaman langsung (*lived experience*). Schutz menjelaskan bahwa realitas sosial dibangun berdasarkan pengalaman subjektif seseorang ketika berinteraksi dengan dunia kehidupannya (*life-world*). Pengalaman yang dialami seseorang akan membentuk cara individu memberi makna terhadap realitas yang dihadapinya.

Pada konteks penelitian ini, alam menjadi bagian dari *life-world* para anggota *Raheela Community*. Gunung, hutan, sungai, maupun hamparan awan bukan lagi dipersepsi sebagai objek geografis semata, tetapi dipahami sebagai ruang spiritual yang menghadirkan pengalaman religius. Dengan kata lain, makna alam tidak terbentuk secara otomatis,

melainkan melalui pengalaman berulang yang kemudian menjadi bagian dari kesadaran kolektif komunitas.

Schutz juga membedakan dua motif tindakan, yaitu *because motive* dan *in-order-to motive*. *Because motive* merujuk pada pengalaman masa lalu yang mendorong seseorang melakukan suatu tindakan, sedangkan *in-order-to motive* merupakan tujuan yang ingin dicapai melalui tindakan tersebut.

Jika dianalisis menggunakan konsep tersebut, anggota *Raheela Community* mengikuti kegiatan tafakur alam karena memiliki pengalaman sebelumnya yang menunjukkan bahwa alam mampu memberikan ketenangan, kedamaian, dan kedekatan dengan Allah (*because motive*). Di sisi lain, mereka mengikuti kegiatan tersebut dengan tujuan meningkatkan kualitas spiritual, memperkuat keimanan, dan memperoleh pengalaman proses pengenalan kepada Allah (*in-order-to motive*). Kedua motif tersebut tampak jelas dalam seluruh narasi informan sehingga menunjukkan bahwa pengalaman spiritual yang mereka alami merupakan pengalaman yang memiliki orientasi makna yang kuat.

Lebih jauh lagi, fenomenologi Schutz menjelaskan bahwa makna sosial dibentuk melalui interaksi dengan orang lain. Dalam penelitian ini, pengalaman spiritual para anggota tidak hanya lahir dari interaksi dengan alam, tetapi juga dari interaksi bersama sesama anggota komunitas. Budaya saling mengingatkan untuk menjaga adab, melaksanakan salat berjamaah, menjaga kebersihan, serta mengikuti sesi tadabbur menjadi bagian dari proses pembentukan makna kolektif. Oleh karena itu, pengalaman spiritual anggota *Raheela Community* tidak dapat dilepaskan dari konteks sosial komunitas tempat mereka berproses.

4) Tafakur Alam sebagai Jalan Menuju Proses pengenalan kepada Allah

Berdasarkan keseluruhan temuan penelitian, peneliti melihat bahwa praktik tafakur alam di *Raheela Community* memiliki orientasi yang lebih jauh daripada sekadar aktivitas refleksi. Seluruh proses tersebut mengarah pada terbentuknya proses pengenalan kepada Allah, yaitu pengenalan yang lebih mendalam terhadap Allah Swt.

Dalam kajian tasawuf, proses pengenalan kepada Allah dipahami sebagai tingkat pengetahuan batin yang lahir melalui penyucian hati, kontemplasi, dan kedekatan spiritual dengan Allah. Pengenalan tersebut tidak hanya bersifat rasional, tetapi juga bersifat intuitif dan eksistensial. Oleh karena itu, ma'rifat tidak cukup diperoleh melalui pembelajaran intelektual, melainkan harus dialami secara langsung melalui pengalaman spiritual.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa proses menuju ma'rifat tersebut diawali dengan aktivitas melihat alam, kemudian berkembang menjadi perenungan terhadap hikmah penciptaan, dilanjutkan dengan rasa takjub, rasa syukur, hingga munculnya kesadaran akan kebesaran Allah. Alur pengalaman tersebut dapat digambarkan sebagai berikut.

Model tersebut menunjukkan bahwa tafakur alam menjadi media yang mempertemukan dimensi kognitif, afektif, dan spiritual. Dimensi kognitif tampak pada proses berpikir mengenai penciptaan alam. Dimensi afektif terlihat dari munculnya rasa kagum, syukur, dan haru. Sementara itu, dimensi spiritual diwujudkan melalui meningkatnya kualitas hubungan dengan Allah serta perubahan orientasi hidup.

Dengan demikian, tafakur alam dalam konteks *Raheela Community* bukan hanya merupakan metode pembelajaran agama, tetapi juga menjadi proses pembinaan spiritual yang mengintegrasikan pengalaman inderawi dengan pengalaman batin.

2. Analisis Pengalaman Spiritual Anggota *Raheela Community* dalam Mengikuti Kegiatan Tafakur Alam

Pengalaman spiritual merupakan inti dari penelitian ini karena fenomena yang dikaji tidak hanya berkaitan dengan aktivitas fisik berupa pendakian atau eksplorasi alam, tetapi lebih jauh mengenai pengalaman batin yang dialami anggota *Raheela Community* selama mengikuti kegiatan tafakur alam. Berdasarkan hasil penelitian, pengalaman spiritual para informan menunjukkan adanya perubahan pada dimensi afektif, kognitif, dan religius. Pengalaman tersebut ditandai dengan munculnya rasa takjub terhadap kebesaran Allah, ketenangan batin, meningkatnya kesadaran diri, hingga tumbuhnya kedekatan dengan Allah Swt.

Berbeda dengan rumusan masalah pertama yang berfokus pada makna tafakur alam, rumusan masalah kedua berusaha memahami bagaimana pengalaman spiritual itu benar-benar dialami (*lived experience*) oleh anggota *Raheela Community*. Oleh karena itu, analisis pada bagian ini menggunakan pendekatan fenomenologi Alfred Schutz sebagai teori utama, didukung oleh teori pengalaman spiritual serta konsep tasawuf mengenai perjalanan ruhani manusia.

a. Ringkasan Temuan Penelitian

Berdasarkan hasil reduksi data, proses coding, dan kategorisasi, diperoleh tiga tema utama yang menggambarkan pengalaman spiritual anggota *Raheela Community*.

Tabel 4.3 Hasil Coding Rumusan Masalah Kedua

Tema	Kategori	Kode Informan
Munculnya rasa takjub terhadap kebesaran Allah	Pengalaman Spiritual	HM-05, SA-05, FT-03, ST-04

Ketenangan batin dan kedekatan dengan Allah	Pengalaman Spiritual	FT-05, FM-05, ST-07
Perubahan cara pandang terhadap kehidupan	Pengalaman Spiritual	HM-07, SA-08, ST-16

Berdasarkan tabel tersebut terlihat bahwa pengalaman spiritual yang dialami informan berkembang secara bertahap. Seluruh informan menggambarkan bahwa pengalaman spiritual selalu diawali oleh pengalaman inderawi ketika melihat keindahan alam, kemudian berkembang menjadi pengalaman emosional berupa rasa kagum dan syukur, hingga akhirnya menghasilkan perubahan cara pandang terhadap kehidupan. Hal tersebut tergambar dari pernyataan Sahrul Aimar Abdul Gani.

"Saya pernah mengunjungi satu gunung, yang mana gunung itu pertama kali saya daki. Dan di sana diberikan keindahan yang sangat luar biasa sampai saya takjub.... Masyaallah luar biasa sekali ciptaan Tuhan itu." (Wawancara SA, 28 Juni 2026).

Fajar Teja Jarniko juga mengungkapkan bahwa pengalaman spiritual yang ia rasakan muncul ketika berada seorang diri di alam.

"Saya mencoba untuk menenangkan diri dengan naik gunung. Dan ketika itu tuh, diri ini jadi lebih tenang, lebih enak gitu, kayak lebih dekat aja gitu dengan Tuhan." (Wawancara FT, 28 Juni 2026).

Sementara itu, Habil Muhammad Ghifary menjelaskan bahwa pengalaman berada di puncak gunung mengubah perspektifnya terhadap berbagai persoalan kehidupan.

"Dari situ kerasa banget bahwa urusan-urusan duniawi sebenarnya sangat remeh di hadapan kebesaran Allah." (Wawancara HM, 28 Juni 2026).

Hasil wawancara menunjukkan bahwa transformasi spiritual yang dialami para informan berlangsung secara bertahap. Perubahan tersebut tampak melalui meningkatnya intensitas refleksi diri, munculnya rasa syukur, serta perubahan cara memandang berbagai persoalan kehidupan.

Transformasi ini menunjukkan bahwa pengalaman tafakkur alam tidak berhenti pada saat kegiatan berlangsung, tetapi berlanjut dalam kehidupan sehari-hari.

Sintesis hasil wawancara memperlihatkan bahwa transformasi spiritual yang dialami informan memiliki pola yang relatif serupa, yaitu dimulai dari pengalaman kontemplatif ketika berada di alam, kemudian berkembang menjadi peningkatan kesadaran terhadap kebesaran Allah, dan akhirnya diwujudkan dalam perubahan sikap maupun perilaku religius.

b. Analisis Berdasarkan Teori

1) Pengalaman Spiritual sebagai Lived Experience

Fenomenologi Alfred Schutz menempatkan pengalaman hidup (*lived experience*) sebagai pusat analisis dalam memahami makna suatu tindakan. Schutz menjelaskan bahwa pengalaman yang dialami seseorang tidak dapat dipahami hanya dari perilaku yang tampak, tetapi harus dilihat dari makna subjektif yang diberikan oleh individu terhadap pengalaman tersebut.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa pengalaman spiritual anggota *Raheela Community* merupakan bentuk *lived experience*. Alam menjadi ruang pengalaman yang memungkinkan informan mengalami sendiri kebesaran Allah, bukan sekadar mengetahuinya melalui penjelasan teoritis.

Hal tersebut terlihat dari pengalaman Sahrul Aimar Abdul Gani yang berkali-kali menggunakan ungkapan "takjub", "Masyaallah", dan "luar biasa sekali ciptaan Tuhan" ketika menceritakan pengalaman mendaki gunung.

Ungkapan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman spiritual lahir secara spontan sebagai respons terhadap pengalaman langsung. Dalam perspektif Schutz, pengalaman tersebut disebut sebagai

subjective meaning, yaitu makna yang dibangun individu berdasarkan pengalaman hidupnya sendiri.

Dengan demikian, pengalaman spiritual anggota *Raheela Community* bukanlah pengalaman yang dipaksakan melalui doktrin, tetapi muncul secara alamiah ketika individu berinteraksi dengan alam.

2) Pengalaman Spiritual sebagai Proses Kesadaran Transendental

Dalam teori pengalaman spiritual dijelaskan bahwa pengalaman spiritual merupakan pengalaman yang melampaui pengalaman inderawi biasa. Pengalaman tersebut ditandai oleh munculnya rasa damai, syukur, takjub, hingga perasaan dekat dengan Tuhan. Temuan penelitian memperlihatkan bahwa seluruh informan mengalami proses tersebut. Fajar Teja Jarniko mengatakan,

"Diri ini jadi lebih tenang.... kayak lebih dekat aja gitu dengan Tuhan." (Wawancara FT, 28 Juni 2026).

Fahmi Muhammad Adil Fitri juga menyampaikan,

"Kalau kita sendiri duduk di alam, kerasa banget keheningannya.... spiritual kita sama pencipta kita itu lebih dekat." (Wawancara FM, 28 Juni 2026).

Pengalaman ketenangan batin yang dirasakan para informan selaras dengan firman Allah Swt. dalam Q.S. Ar-Ra'd ayat 28.

أَلَا يَذْكُرُ اللَّهُ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

"Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram." (Q.S. Ar-Ra'd [13]: 28).

Ayat tersebut menegaskan bahwa ketenangan hati tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi lingkungan, tetapi terutama lahir dari

hubungan spiritual manusia dengan Allah melalui dzikir dan kesadaran akan kehadiran-Nya. Dalam penelitian ini, alam menjadi media yang membantu anggota *Raheela Community* menghadirkan dzikir, refleksi, dan kontemplasi sehingga pengalaman spiritual yang muncul bukan sekadar respons emosional terhadap keindahan alam, melainkan pengalaman religius yang memperkuat hubungan dengan Allah. Hal ini terlihat dari pernyataan beberapa informan yang mengaku lebih tenang, lebih khuyuk, dan lebih mudah melakukan muhasabah ketika berada di alam.

Jika dianalisis menggunakan teori pengalaman spiritual, maka ketenangan tersebut bukan hanya merupakan kondisi psikologis, tetapi merupakan indikator hadirnya kesadaran transendental (*transcendent awareness*). Individu mulai memusatkan perhatian bukan lagi pada persoalan duniawi, melainkan pada hubungan dirinya dengan Allah.

Hal ini menunjukkan bahwa tafakur alam mampu menjadi media yang memfasilitasi munculnya pengalaman spiritual karena alam menyediakan kondisi yang memungkinkan seseorang keluar dari rutinitas kehidupan sehari-hari.

3) Pengalaman Spiritual dalam Perspektif Tasawuf

Dalam perspektif tasawuf, pengalaman spiritual merupakan bagian dari perjalanan seorang salik menuju Allah. Pengalaman tersebut tidak selalu berbentuk pengalaman luar biasa (*extraordinary experience*), tetapi dapat berupa meningkatnya kesadaran akan kehadiran Allah dalam kehidupan sehari-hari.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa pengalaman spiritual anggota *Raheela Community* memiliki karakteristik tersebut. Sendi Triansyah menjelaskan,

"Pengalaman tafakur alam tersebut meningkatkan kedisiplinanku saat beribadah kepada Allah, juga membuat diri ini terus berusaha memperbaiki diri untuk terus meningkatkan ketakwaan kepada-Nya." (Wawancara ST, 21 Juni 2026).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman spiritual menghasilkan perubahan perilaku. Dalam tasawuf, perubahan perilaku tersebut merupakan indikator bahwa pengalaman spiritual telah menghasilkan tazkiyatun nafs, yaitu proses penyucian jiwa yang tercermin melalui meningkatnya kualitas ibadah dan akhlak.

Dengan demikian, pengalaman spiritual yang dialami anggota *Raheela Community* tidak berhenti pada pengalaman emosional sesaat, tetapi berlanjut menjadi perubahan dalam kehidupan sehari-hari.

4) Pengalaman Spiritual sebagai Transformasi Perspektif Hidup

Salah satu temuan paling menarik dalam penelitian ini adalah berubahnya cara pandang informan terhadap kehidupan. Habil Muhammad Ghifary mengatakan,

"Satu kota tempat kita hidup aja kelihatan kecil banget kalau dilihat dari atas.... urusan-urusan duniawi sebenarnya sangat remeh." (Wawancara HM, 28 Juni 2026).

Peneliti menilai bahwa pengalaman tersebut merupakan bentuk existential awareness, yaitu kesadaran eksistensial mengenai posisi manusia di hadapan Allah.

Melalui pengalaman tersebut, anggota *Raheela Community* tidak hanya memperoleh ketenangan batin, tetapi juga mengalami restrukturisasi cara berpikir mengenai kehidupan. Berbagai persoalan yang sebelumnya dianggap besar menjadi dipandang lebih proporsional setelah mereka menyaksikan luasnya ciptaan Allah.

Fenomena ini menunjukkan bahwa pengalaman spiritual memiliki dampak psikologis sekaligus religius. Secara psikologis, individu menjadi lebih tenang dan mampu mengelola emosi. Secara religius, individu menjadi lebih tawakal, bersyukur, dan meningkatkan kualitas hubungannya dengan Allah.

3. Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengalaman Spiritual Anggota *Raheela Community* dalam Tafakur Alam

Pengalaman spiritual yang dialami anggota *Raheela Community* tidak muncul secara spontan ketika seseorang berada di alam. Berdasarkan hasil penelitian, pengalaman tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan, baik yang berasal dari kondisi alam, lingkungan sosial komunitas, maupun kondisi personal masing-masing individu. Oleh karena itu, analisis terhadap faktor-faktor yang memengaruhi pengalaman spiritual menjadi penting untuk memahami mengapa setiap anggota memiliki intensitas pengalaman spiritual yang berbeda, meskipun mengikuti kegiatan yang sama.

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat tiga faktor utama yang memengaruhi pengalaman spiritual anggota *Raheela Community*, yaitu, lingkungan alam sebagai ruang kontemplasi, budaya komunitas sebagai media internalisasi nilai spiritual, dan hambatan internal maupun eksternal dalam proses tafakur alam. Ketiga faktor tersebut membentuk suatu sistem yang saling memengaruhi dalam proses pembentukan pengalaman spiritual.

a. Ringkasan Temuan Penelitian

Berdasarkan hasil *coding* dan kategorisasi data, diperoleh tema-tema sebagai berikut.

Tabel 4.4 Hasil Coding Rumusan Masalah Ketiga

Tema	Kategori	Kode Informan
Lingkungan alam sebagai pendukung pengalaman spiritual	Faktor Pendukung	HM-09, FT-08, FM-06, ST-09
Budaya komunitas sebagai penguat pengalaman spiritual	Faktor Pendukung	HM-08, FM-04, ST-02
Hambatan dalam proses tafakur alam	Faktor Penghambat	HM-10, FT-09, FM-07, SA-09, ST-10

Berdasarkan tabel tersebut terlihat bahwa seluruh informan menyebutkan adanya faktor-faktor yang mendukung maupun menghambat proses tafakur alam. Faktor yang paling dominan adalah kondisi alam yang tenang, lingkungan sosial yang positif, serta budaya dakwah yang dibangun dalam *Raheela Community*. Sebaliknya, hambatan yang paling banyak muncul berasal dari perilaku manusia, kondisi cuaca, dan suasana yang tidak kondusif. Hal tersebut terlihat dari pernyataan Sendi Triansyah.

"Tentu suasana alam yang masih asri dengan suara burung-burung yang berkicau, angin yang sepoi-sepoi, ditambah dengan teman-teman yang vibes-nya positif, plus pembimbing yang menyenangkan dan mudah dipahami penjelasannya." (Wawancara ST, 21 Juni 2026).

Fahmi Muhammad Adil Fitri juga menjelaskan bahwa budaya yang diterapkan di *Raheela Community* memberikan pengalaman yang berbeda dibandingkan kegiatan pendakian pada umumnya.

"Kalau di Raheela itu ada ciri khas tersendiri.... kita nggak buang sampah sembarangan. Malahan di Raheela itu kita disarankan untuk memungut sampah yang ada di gunung." (Wawancara FM, 28 Juni 2026).

Di sisi lain, para informan juga mengungkapkan adanya hambatan yang mengurangi kekhusyukan ketika bertafakur.

"Hambatannya itu secara bertafakur kan, kayak ada yang hura-hura di gunung kayak main musik gitu.... Bagusnya sih kalau di alam itu hening." (Wawancara FM, 28 Juni 2026).

Berdasarkan hasil wawancara, pengalaman spiritual para informan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan, baik faktor internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi kesiapan batin, kondisi psikologis, serta intensitas hubungan individu dengan Allah. Adapun faktor eksternal meliputi suasana alam, pendampingan mentor, lingkungan komunitas, serta proses refleksi yang dibangun selama kegiatan berlangsung.

Sintesis data menunjukkan bahwa pengalaman spiritual tidak muncul secara otomatis hanya karena berada di alam, tetapi dipengaruhi oleh kesiapan individu dalam memaknai pengalaman tersebut. Lingkungan alam berfungsi sebagai media kontemplasi, sedangkan proses spiritual terbentuk melalui interaksi antara kondisi batin individu dan aktivitas reflektif yang dilakukan selama tafakur.

b. Analisis Berdasarkan Teori

1) Lingkungan Alam sebagai Ruang Kontemplasi Spiritual

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi alam yang tenang, asri, dan jauh dari kebisingan merupakan faktor utama yang mendukung munculnya pengalaman spiritual. Alam memberikan kesempatan kepada individu untuk keluar dari rutinitas sehari-hari sehingga mampu memusatkan perhatian pada hubungan dirinya dengan Allah.

Temuan ini sangat relevan dengan pemikiran Seyyed Hossein Nasr yang menyatakan bahwa alam merupakan theophany (*tajalli Ilahi*),

yaitu manifestasi sifat-sifat Allah di alam semesta. Menurut Nasr, manusia modern kehilangan dimensi spiritual karena memandang alam hanya sebagai objek material. Padahal, apabila alam dipandang sebagai ayat-ayat Allah, maka interaksi manusia dengan alam akan melahirkan pengalaman religius yang mendalam.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa anggota *Raheela Community* telah mempraktikkan konsep tersebut. Alam tidak dipandang sebagai tempat wisata semata, melainkan sebagai ruang kontemplasi yang mempertemukan manusia dengan kebesaran Allah.

Hasil observasi peneliti memperkuat temuan tersebut. Selama kegiatan hiking, sesi refleksi selalu dilakukan di lokasi yang relatif tenang seperti area puncak gunung, tepi sungai, atau kawasan hutan yang jauh dari keramaian. Pada saat tersebut peserta diarahkan untuk mengamati alam secara hening sebelum memasuki sesi tadabbur. Peneliti mengamati bahwa sebagian besar peserta memilih untuk duduk sendiri, memandang bentang alam, kemudian berzikir atau membaca Al-Qur'an. Hal tersebut menunjukkan bahwa suasana alam berperan sebagai stimulus yang memudahkan munculnya pengalaman spiritual.

Dengan demikian, faktor alam dalam penelitian ini tidak hanya berfungsi sebagai latar kegiatan, tetapi sebagai media utama yang memfasilitasi proses kontemplasi menuju proses pengenalan kepada Allah.

2) Budaya Komunitas sebagai Media Internalisasi Nilai Spiritual

Temuan penelitian menunjukkan bahwa faktor yang membedakan *Raheela Community* dengan komunitas pendaki lainnya terletak pada budaya yang dibangun selama kegiatan berlangsung. Nilai-nilai dakwah tidak hanya disampaikan melalui ceramah, tetapi

diinternalisasikan melalui praktik langsung di lapangan. Habil Muhammad Ghifary menjelaskan:

"Di Raheela setiap kita ke tempat tujuan hiking atau wisata, kita selalu berikan pemahaman.... kita juga sangat menjaga kebersihan.... dakwah yang kita terapkan itu kalau hiking dari kalangan umum nggak ada yang ngerokok, kita jaga sampahnya." (Wawancara HM, 28 Juni 2026).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman spiritual dibangun melalui proses pendidikan yang berlangsung selama kegiatan. Nilai-nilai keislaman dipraktikkan secara langsung sehingga lebih mudah dipahami dan dihayati oleh anggota.

Dalam perspektif Fenomenologi Alfred Schutz, budaya komunitas tersebut merupakan bagian dari stock of knowledge, yaitu kumpulan pengetahuan dan pengalaman bersama yang menjadi pedoman tindakan anggota komunitas. Melalui interaksi yang terus berlangsung, anggota *Raheela Community* membangun pemahaman kolektif bahwa mendaki gunung bukan sekadar aktivitas fisik, tetapi juga bagian dari ibadah.

Peneliti melihat bahwa proses ini membentuk apa yang disebut sebagai makna intersubjektif, yaitu makna yang dimiliki bersama oleh seluruh anggota komunitas. Akibatnya, setiap anggota memiliki orientasi yang sama ketika mengikuti kegiatan tafakur alam, yakni mencari ridha Allah sekaligus menjaga amanah terhadap alam.

Temuan ini juga menunjukkan bahwa keberhasilan pembinaan spiritual tidak hanya dipengaruhi oleh materi dakwah, tetapi sangat bergantung pada budaya yang dibangun dalam komunitas. Lingkungan sosial yang positif memungkinkan anggota untuk saling mengingatkan, memberikan teladan, dan memperkuat pengalaman spiritual satu sama lain.

3) Hambatan dalam Pengalaman Spiritual

Selain faktor pendukung, penelitian ini juga menemukan bahwa terdapat berbagai hambatan yang memengaruhi proses tafakur alam. Hambatan pertama berasal dari perilaku manusia. Fahmi Muhammad Adil Fitri menyampaikan:

"Kalau ada yang hura-hura di gunung kayak main musik gitu.... Bagusnya sih kalau di alam itu hening." (Wawancara FM, 28 Juni 2026).

Sementara itu, Habil Muhammad Ghifary mengatakan:

"Kadang jadi dengki gitu ngelihat ada orang ke gunung tapi masih ngerokok atau buang sampah sembarangan." (Wawancara HM, 28 Juni 2026).

Hambatan kedua berasal dari faktor alam. Sahrul Aimar Abdul Gani mengungkapkan:

"Yang mengganggu atau jadi hambatan waktu naik gunung, mungkin cuaca ya...." (Wawancara SA, 28 Juni 2026).

Sedangkan Sendi Triansyah menambahkan:

"Hambatannya itu suasana yang tidak kondusif atau orang-orang yang toxic." (Wawancara ST, 21 Juni 2026).

Secara teoritis, hambatan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman spiritual dipengaruhi oleh faktor eksternal maupun internal. Dalam psikologi spiritual, konsentrasi dan kekhusyukan memerlukan lingkungan yang kondusif. Oleh karena itu, gangguan berupa kebisingan, perilaku negatif, maupun kondisi cuaca dapat mengurangi intensitas pengalaman religius seseorang.

Peneliti juga mengamati bahwa pembimbing *Raheela Community* berusaha meminimalkan hambatan tersebut melalui pengarahan sebelum kegiatan dimulai. Peserta diingatkan untuk menjaga adab di alam, menghindari aktivitas yang mengganggu peserta lain, serta menjaga

kebersihan selama perjalanan. Strategi ini menunjukkan bahwa komunitas memiliki mekanisme internal untuk menciptakan lingkungan spiritual yang kondusif.

4. Perbandingan dengan Penelitian Terdahulu

Temuan penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahman (2023) yang menyimpulkan bahwa kegiatan tadabbur alam mampu meningkatkan kesadaran spiritual mahasiswa melalui proses refleksi terhadap ciptaan Allah. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa pengalaman berada di alam mendorong individu untuk lebih banyak melakukan muhasabah serta meningkatkan rasa syukur kepada Allah.

Persamaan tersebut terlihat pada hasil penelitian ini, di mana seluruh informan menjelaskan bahwa kegiatan tafakur alam menghadirkan pengalaman batin yang memperkuat hubungan mereka dengan Allah. Akan tetapi, penelitian ini memiliki kebaruan karena tidak hanya mengidentifikasi munculnya pengalaman spiritual, tetapi juga menjelaskan bagaimana pengalaman tersebut dibangun melalui budaya komunitas dakwah yang sistematis.

Selain itu, hasil penelitian ini juga mendukung penelitian Nugraha (2022) yang menjelaskan bahwa komunitas pecinta alam berbasis Islam mampu membentuk perilaku religius anggotanya melalui internalisasi nilai-nilai keislaman selama kegiatan di alam terbuka. Penelitian tersebut menemukan bahwa aktivitas seperti salat berjamaah, menjaga kebersihan, dan refleksi bersama menjadi media pendidikan spiritual.

Namun demikian, penelitian ini memperluas temuan Nugraha dengan menunjukkan bahwa pengalaman spiritual anggota *Raheela Community* tidak hanya dipengaruhi oleh aktivitas ibadah formal, tetapi juga oleh proses pemaknaan terhadap fenomena alam sebagai ayat-ayat

kauniyah. Dengan demikian, dimensi ekologis dan dimensi tasawuf hadir secara bersamaan dalam praktik tafakur alam.

Di sisi lain, penelitian Fauziah (2021) mengenai pengalaman spiritual pendaki gunung menemukan bahwa rasa takjub terhadap alam sering kali hanya menghasilkan pengalaman emosional sementara. Berbeda dengan penelitian tersebut, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman spiritual anggota *Raheela Community* berlanjut menjadi perubahan perilaku, seperti meningkatnya kepedulian terhadap lingkungan, kedisiplinan beribadah, serta keinginan untuk memperbaiki hubungan dengan Allah. Perbedaan ini diduga disebabkan oleh adanya proses pembinaan spiritual yang dilakukan secara berkelanjutan di dalam komunitas.

Perbandingan tersebut menunjukkan bahwa penelitian ini tidak hanya mengonfirmasi hasil penelitian terdahulu, tetapi juga memberikan perspektif baru mengenai hubungan antara aktivitas tafakur alam, budaya komunitas dakwah, dan proses menuju proses pengenalan kepada Allah.

Temuan penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian Nugraha (2022) yang menyatakan bahwa lingkungan sosial dalam komunitas Islami memiliki peran penting dalam membentuk perilaku religius anggotanya. Namun, penelitian ini memperluas temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa budaya komunitas tidak hanya memengaruhi perilaku, tetapi juga membentuk pengalaman spiritual melalui proses internalisasi makna terhadap alam.

Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian Rahman (2023) yang menjelaskan bahwa lingkungan alam yang tenang mampu meningkatkan kualitas refleksi spiritual. Akan tetapi, penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi alam saja belum cukup. Pengalaman spiritual akan berkembang

lebih mendalam apabila didukung oleh pembimbing, budaya komunitas, dan aktivitas tadabbur yang terstruktur.

Selain itu, penelitian ini memperkuat pemikiran Seyyed Hossein Nasr mengenai pentingnya mengembalikan kesadaran sakral terhadap alam. *Raheela Community* menunjukkan bahwa kesadaran ekologis dapat tumbuh bersamaan dengan meningkatnya pengalaman spiritual. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi baru berupa integrasi antara ekoteologi Islam, tasawuf, dan fenomenologi dalam menjelaskan pengalaman spiritual berbasis alam.



BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi yang telah dilakukan pada *Raheela Community* Yayasan Pemuda Hijrah, serta pemaparan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya mengenai pengalaman spiritual dalam tafakur alam (studi fenomenologis pada anggota *Raheela Community* Yayasan Pemuda Hijrah), maka peneliti dapat menarik simpulan sebagai berikut:

1. Makna tafakur alam bagi anggota *Raheela Community* menunjukkan bahwa tafakur alam dipahami sebagai proses perenungan terhadap ayat-ayat kauniyah Allah Swt. yang dilakukan melalui pengamatan, refleksi, dan penghayatan terhadap alam sebagai manifestasi kebesaran-Nya. Bagi seluruh informan, tafakur alam bukan sekadar aktivitas menikmati keindahan alam atau kegiatan rekreasi, melainkan menjadi sarana untuk memperkuat hubungan spiritual dengan Allah Swt., menumbuhkan rasa syukur, meningkatkan kesadaran akan keterbatasan manusia, serta mengantarkan individu pada proses pengenalan yang lebih mendalam terhadap Allah (*proses pengenalan kepada Allah*). Pengalaman tersebut menunjukkan bahwa alam diposisikan sebagai media pembelajaran spiritual yang mampu mengintegrasikan aspek intelektual, emosional, dan religius sehingga membentuk kesadaran ketuhanan yang lebih kuat. Dengan demikian, tujuan penelitian pertama berhasil menjelaskan bahwa makna tafakur alam yang dibangun oleh anggota *Raheela Community* merupakan proses spiritual yang mengarah pada pembentukan proses pengenalan kepada Allah melalui kontemplasi terhadap ciptaan Allah.
2. Pengalaman spiritual yang dialami anggota *Raheela Community* selama mengikuti kegiatan tafakur alam menunjukkan adanya perubahan yang terjadi secara bertahap pada aspek kognitif, afektif, dan spiritual.

Pengalaman tersebut diawali dengan munculnya rasa takjub terhadap keindahan alam sebagai ciptaan Allah, kemudian berkembang menjadi ketenangan batin, meningkatnya rasa syukur, munculnya kesadaran diri (*muhasabah*), serta bertambahnya kedekatan dengan Allah Swt. Pengalaman spiritual tersebut tidak hanya berhenti pada aspek emosional, tetapi juga memengaruhi perilaku sehari-hari, seperti meningkatnya kualitas ibadah, kedisiplinan dalam menjalankan perintah agama, kepedulian terhadap sesama, serta tumbuhnya kesadaran untuk menjaga kelestarian alam sebagai amanah Allah. Berdasarkan perspektif fenomenologi, pengalaman tersebut merupakan pengalaman hidup (*lived experience*) yang dimaknai secara subjektif oleh setiap anggota melalui interaksi langsung dengan alam dan diperkuat oleh budaya spiritual yang dibangun dalam komunitas. Oleh karena itu, kegiatan tafakur alam di *Raheela Community* terbukti menjadi media pembinaan spiritual yang efektif dalam membentuk karakter religius anggotanya.

3. Faktor-faktor yang memengaruhi pengalaman spiritual anggota *Raheela Community* terdiri atas faktor internal dan faktor eksternal yang saling berkaitan. Faktor internal meliputi niat yang ikhlas, kesiapan hati untuk melakukan refleksi, kondisi psikologis, serta keterbukaan individu dalam menerima pengalaman spiritual. Adapun faktor eksternal meliputi kondisi alam yang tenang dan alami, budaya komunitas yang mendukung proses pembinaan spiritual, pendampingan dari pembina, pelaksanaan ibadah berjamaah, kegiatan tadabbur, serta interaksi positif antaranggota selama kegiatan berlangsung. Selain faktor pendukung, penelitian juga menemukan beberapa hambatan yang dapat memengaruhi kedalaman pengalaman spiritual, seperti kondisi cuaca yang kurang mendukung, keramaian di lokasi pendakian, perilaku pengunjung yang tidak menjaga adab terhadap alam, serta gangguan yang mengurangi kekhusyukan selama proses tafakur berlangsung. Temuan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman spiritual dalam tafakur alam merupakan hasil interaksi antara kondisi individu,

lingkungan alam, serta budaya komunitas yang secara bersama-sama membentuk pengalaman religius menuju proses pengenalan kepada Allah.

Hasil penelitian ini memberikan implikasi teoritis dengan memperkuat konsep *tafakkur* menurut Imam Al-Ghazali sebagai salah satu jalan menuju *proses pengenalan kepada Allah*, sekaligus mendukung pemikiran Seyyed Hossein Nasr mengenai alam sebagai ayat-ayat kauniyah yang memiliki dimensi spiritual. Selain itu, penelitian ini juga memperkaya kajian fenomenologi Alfred Schutz dengan menunjukkan bahwa pengalaman spiritual terbentuk melalui pengalaman hidup yang dimaknai secara subjektif dan dikonstruksi melalui interaksi sosial dalam komunitas. Secara praktis, penelitian ini menunjukkan bahwa model pembinaan spiritual berbasis tafakur alam yang diterapkan oleh *Raheela Community* dapat dijadikan alternatif metode dakwah dan pembinaan karakter bagi generasi muda karena mampu mengintegrasikan pendidikan spiritual, kepedulian ekologis, dan pembentukan akhlak dalam satu rangkaian kegiatan.

Selain menjawab tujuan penelitian, penelitian ini juga memberikan kontribusi terhadap pengembangan keilmuan Tasawuf dan Psikoterapi dengan menunjukkan bahwa praktik tafakkur alam tidak hanya dipahami sebagai bentuk ibadah atau refleksi spiritual, tetapi juga sebagai proses pengalaman hidup (*lived experience*) yang membentuk kesadaran ketuhanan, ketenangan batin, dan pemaknaan hidup. Temuan penelitian ini memperluas kajian Tasawuf dan Psikoterapi yang selama ini lebih banyak berfokus pada praktik zikir, muraqabah, muhasabah, dan tazkiyatun nafs, dengan menghadirkan tafakkur alam sebagai salah satu media pembinaan spiritual yang memiliki dasar empiris melalui pengalaman para pelakunya.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah diuraikan dari hasil penelitian, peneliti memberikan beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi bahan

pertimbangan dalam pengembangan pembinaan spiritual melalui kegiatan tafakur alam. Berikut ini beberapa saran yang peneliti ajukan, yaitu:

1. Bagi *Raheela Community* Yayasan Pemuda Hijrah, diharapkan dapat terus mempertahankan dan mengembangkan kegiatan tafakur alam sebagai salah satu media pembinaan spiritual yang terarah dan berkelanjutan. Kegiatan tafakur alam hendaknya tidak hanya difokuskan pada aktivitas eksplorasi alam, tetapi juga terus memperkuat proses tadabbur, refleksi, muhasabah, serta pendampingan spiritual yang sistematis sehingga pengalaman spiritual peserta semakin mendalam dan memberikan dampak nyata terhadap kehidupan sehari-hari. Selain itu, komunitas diharapkan dapat menyusun pedoman atau modul kegiatan tafakur alam yang lebih terstruktur agar proses internalisasi nilai-nilai keislaman, kepedulian terhadap lingkungan, dan perjalanan menuju proses pengenalan kepada Allah dapat diterapkan secara konsisten kepada seluruh anggota maupun peserta baru.
2. Bagi lembaga pendidikan Islam, komunitas dakwah, organisasi kepemudaan, serta praktisi Tasawuf dan Psikoterapi, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi dalam mengembangkan model pembinaan spiritual berbasis pengalaman (*experiential learning*) melalui tafakur alam. Kegiatan pembelajaran agama tidak hanya dilakukan melalui penyampaian materi di dalam kelas atau majelis taklim, tetapi juga dapat dipadukan dengan aktivitas di alam terbuka yang mendorong peserta melakukan refleksi terhadap kebesaran Allah Swt. Pendekatan tersebut diharapkan mampu membentuk keseimbangan antara aspek intelektual, emosional, spiritual, dan ekologis sehingga menghasilkan pribadi yang memiliki keimanan yang lebih kuat, kepedulian terhadap lingkungan, serta akhlak yang lebih baik dalam kehidupan bermasyarakat.
3. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan penelitian mengenai pengalaman spiritual dalam tafakur alam dengan melibatkan jumlah informan yang lebih banyak, karakteristik informan yang lebih beragam, serta lokasi penelitian yang berbeda sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif. Penelitian selanjutnya juga disarankan menggunakan

pendekatan metodologi lain, seperti studi kasus, etnografi, *mixed methods*, maupun pendekatan kuantitatif untuk mengukur pengaruh kegiatan tafakur alam terhadap religiusitas, kesehatan mental, kesejahteraan spiritual, maupun kepedulian ekologis. Selain itu, penelitian komparatif antara *Raheela Community* dengan komunitas dakwah atau komunitas pecinta alam lainnya juga penting dilakukan untuk memperkuat validitas, transferabilitas, dan generalisasi temuan penelitian sehingga dapat memberikan kontribusi yang lebih luas bagi pengembangan ilmu Tasawuf dan Psikoterapi serta model pembinaan spiritual berbasis alam.



DAFTAR PUSTAKA

- Al-Ghazali, *Ihyā' 'Ulūm al-Dīn*, Juz IV, Kitāb al-Tafakkur, Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, hlm. 423–470
- Kementerian Agama Republik Indonesia. (2019). *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Jakarta: Kementerian Agama RI.
- Badri, M. (2018). *Contemplation: An Islamic psychospiritual study*. International Institute of Islamic Thought.
- Bratman, G. N., Anderson, C. B., Berman, M. G., Cochran, B., de Vries, S., Flanders, J., Folke, C., Frumkin, H., Gross, J. J., Hartig, T., Kahn, P. H., Jr., Kuo, M., Lawler, J. J., Levin, P. S., Lindahl, T., Meyer-Lindenberg, A., Mitchell, R., Ouyang, Z., Roe, J., ... Daily, G. C. (2019). Nature and mental health: An ecosystem service perspective. *Science Advances*, 5(7).
- Capaldi, C. A., Dopko, R. L., & Zelenski, J. M. (2014). The relationship between nature connectedness and happiness: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 5, 976.
- Emmons, R. A. (2005). Striving for the sacred: Personal goals, life meaning, and religion. *Journal of Social Issues*, 61(4), 731–745.
- Ismail, E. (2017). Landasan Qur'ani tentang zikir dalam ajaran tarekat. *Syifa al-Qulub: Jurnal Studi Psikoterapi Sufistik*, 1(2).
- Fowler, J. W. (1981). *Stages of faith: The psychology of human development and the quest for meaning*. Harper & Row.
- Hariato, B. (2025). Pemikiran Seyyed Hossein Nasr tentang etika lingkungan dan ekonomi hijau dalam Islam. *Tawassuth: Jurnal Ekonomi Islam*. <https://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/tawassuth/article/view/26341>
- Hood, R. W., Hill, P. C., & Spilka, B. (2018). *The psychology of religion: An empirical approach* (5th ed.). Guilford Press.

- Indonesia National Adolescent Mental Health Survey. (2022). *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS): Laporan nasional*. Universitas Gadjah Mada.
- James, W. (2002). *The varieties of religious experience*. Routledge. (Karya asli diterbitkan tahun 1902)
- Jimenez, M. P., DeVille, N. V., Elliott, E. G., Schiff, J. E., Wilt, G. E., Hart, J. E., & James, P. (2021). Associations between nature exposure and health: A review of the evidence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(9), 4790.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil kesehatan Indonesia 2023*. Kementerian Kesehatan RI.
- King, P. E., & Boyatzis, C. J. (2015). Religious and spiritual development. In R. M. Lerner (Ed.), *Handbook of child psychology and developmental science* (7th ed.). John Wiley & Sons.
- Marselina, D. (2024). Spiritualitas dalam pengalaman manusia: Kajian fenomenologis. *Jurnal Psikologi Agama*, 12(1), 45–59.
- Maslani, M. (2023). Eco-theology: Islamic ethics and environmental preservation. *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam*.
<https://jurnal.staialhidayahbogor.ac.id/index.php/ei/article/view/5132>
- Nasr, S. H. (1968). *Man and nature: The spiritual crisis of modern man*. George Allen & Unwin.
- Nasr, S. H. (1987). *Islamic spirituality: Foundations*. Crossroad Publishing Company.
- Nasr, S. H. (1996). *Religion and the order of nature*. Oxford University Press.
- Nasr, S. H. (2007). *The essential Seyyed Hossein Nasr*. World Wisdom.
- Pargament, K. I. (2013). *Spiritually integrated psychotherapy: Understanding and addressing the sacred*. Guilford Press.

- Rençber, H. (2025). Spirituality and mental health among young adults: A systematic review. *Journal of Religion and Health*.
- Richardson, M., Hamlin, I., Butler, C. W., Thomas, R., Hunt, A., & Lumber, R. (2024). Nature connectedness and mental health: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Environmental Psychology*, 91, 102102.
- Rohman, A. (2024). Integrating eco-theology in the curriculum of Islamic religious education. *Nadwa: Jurnal Pendidikan Islam*.
<https://journal.walisongo.ac.id/index.php/nadwa/article/view/21094>
- Sadjali, M. (2024). Syed Hossein Nasr's ecosufism: Re-examining the relationship between God, man and nature to solve the environmental crisis. *Social Sciences Insights Journal*, 2(1), 46–53.
<https://doi.org/10.5281/zenodo.11180202>
- Sahak, R., Abdullah, M., & Hassan, N. (2024). Nature exposure, spirituality, and psychological well-being: The mediating role of connectedness to nature. *Journal of Spirituality in Mental Health*.
- Sayem, M. A. (2021). Religions and environmental sustainability: Focusing on some practical approaches by John B. Cobb Jr. and Seyyed Hossein Nasr. *Australian Journal of Islamic Studies*, 6(1), 65–80.
<https://doi.org/10.55831/ajis.v6i1.265>
- Shihab, M. Q. (2002). *Tafsir Al-Misbah: Pesan, kesan, dan keserasian Al-Qur'an* (Vols. 1–15). Lentera Hati.
- Vella, N. K. S., & Ahmad Rizal, D. (2024). Ekoteologi dalam pemikiran Seyyed Hossein Nasr dan relasi agama-masyarakat. *Al-I'timad: Jurnal Dakwah dan Pengembangan Masyarakat Islam*, 2(2), 155–170.
- World Health Organization. (2024). *Mental health of adolescents*. World Health Organization.

LAMPIRAN

Lampiran 1 surat keterangan penelitian

1. Surat balasan penelitian

Raheela Community

Lampiran : -

Perihal : Surat Balasan Penelitian

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin
Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung
Di Tempat

Dengan hormat,

Berdasarkan surat yang kami terima dengan nomor B-2271/Un.05/III.1/TL.0.1/06/2026 tanggal 25 Juni 2026 perihal Permohonan Izin Riset/Survei/Konsultasi, dengan ini kami menerangkan bahwa:

Nama	: Muhammad Iqbal Arraffi
NIM	: 1221040075
Program Studi	: Tasawuf dan Psikoterapi
Judul Skripsi	: Pengalaman Spiritualitas dalam Tafakkur Alam (Studi Fenomenologi pada Anggota Raheela Community di Yayasan Pemuda Hijrah)

Dengan ini kami memberikan izin sekaligus menerangkan bahwa mahasiswa tersebut telah melaksanakan penelitian di Raheela Community Yayasan Pemuda Hijrah.

Demikian surat balasan penelitian ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bandung, 28 Juni 2026

Ketua Raheela Community


Habil Muhammad Ghifary

2. Surat izin peneliti *Raheela Community*

**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI BANDUNG
FAKULTAS USHULUDDIN
Jalan A.H.Nasution No. 105 Cibiru Bandung 40614 ☎ Telp. +62 821-1903-5459
website: iu.uinmgd.ac.id

Nomor : B-2271/Un.05/III.1/TL.0.1/06/2026
Sifat : Biasa
Lamp. : -
Perihal : **Permohonan Izin Riset/Survei/Konsultasi**

Bandung, 25 Juni 2026

Kepada
Yth. **Ketua Raheela Community**
di
Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Schubungan dengan penyelesaian tugas akhir mahasiswa Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung, kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin kepada:

Nama : Muhammad Iqbal Arraffi
NIM : 1221040075
Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi
Semester : VIII (Delapan)

untuk menghimpun data dalam rangka penyusunan skripsi mahasiswa Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung dengan judul: **Pengalaman Spiritualitas Dalam Tafakkur Alam Studi Fenomenologis pada Anggota Raheela Community di Yayasan Pemuda Hijrah**

Pembimbing:

1. Dr. H. Cucu Setiawan, S. Psi, M. Ag
2. Dr. Yulianti, S. Psi, M. Ag

Demikian permohonan ini disampaikan, atas bantuan dan kerjasamanya, kami menghaturkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

a.n. Dekan
Wakil Dekan Bidang Akademik,


Dr. Ecep Ismail, M.Ag.
NIP : 197107172000031001

CS Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 2 Bimbingan



LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI FAKULTAS USHULUDDIN UIN SUNAN GUNUNG DJATI BANDUNG

WAJIB DIISI DAN DIKUMPULKAN SAAT DAFTAR SIDANG MUNAQASYAH

NAMA : Muhammad Iqbal Ariffi
 NIM : 1021040075
 DOSEN PEMBIMBING I : Dr. H. Cucu Setiawan, S.Psi, M.Ag.
 DOSEN PEMBIMBING II : Dr. Yulianti, S.Psi.I., M.Pd.
 TANGGAL SK : B-914 / Un.05 / III.1 / PP.00.9/2/2026
 JUDUL SKRIPSI : Pengalaman Spiritualitas dalam Tafaqkur Alam
(Studi Fenomenologi pada Anggota Rakaela community di
Yayasan pemuda hijrah)

NO	TANGGAL BIMBINGAN	PEMBIMBING	MATERI	ANDA TANGAN
1	19-04-26	I	Bab I	
2	21-04-26	II	Bab I	
3	12-05-26	I	Bab II	
4	19-05-26	II	Bab II	
5	21-05-26	I	Bab III	
6	09-06-26	II	Bab III	
7	12-06-26	I	Bab IV	
8	25-06-26	II	Bab IV	
9	23-06-26	I	Bab V	
10	02-07-26	II	Bab V	
11	08-07-26	I	Abstrak	
12	08-07-26	II	Review	

Nilai
 Pembimbing I : 85/A
 Pembimbing II : 85/A

Dosen Pembimbing I

Dr. H. Cucu Setiawan, S.Psi, M.Ag
 NIP.

Bandung, 8 Juli 2026
 Dosen Pembimbing II

Dr. Yulianti, S.Psi, M.Ag
 NIP.



Lampiran 3 Dokumentasi Wawancara dan Observasi

A. Kegiatan observasi partisipati



B. Suasana Alam dikawasan Raheela Community



C. Wawancara dengan narasumber

1. Wawancara dengan narasumber HM



2. Wawancara dengan narasumber SA



3. Wawancara dengan narasumber FT



5. Wawancara dengan FM



6. Wawancara dengan Naasumber ST



Lampiran 4 surat persetujuan narasumber utama

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN UNTUK MENJADI NARASUMBER UTAMA DALAM PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sendi Triansyah
Jabatan : Anggota Legislatif
Instansi : Raheela Community

Dengan sesungguhnya menyatakan bersedia untuk menjadi narasumber penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Sekolah Sarjana, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, yaitu :

Nama : Muhammad Iqbal Arraffi
NIM : 1221040075

Judul Penelitian : **Pengalaman Spritualitas Dalam Tafakkur Alam Studi Fenomenologi Pada Anggota Raheela Community Di Yayasan Pemuda Hijrah**

Saya memahami bahwa keterlibatan saya dalam penelitian ini adalah untuk memberikan klarifikasi dan konfirmasi atas informasi yang diperoleh dari Anggota Raheela Community terkait pengalaman spritualits dalam tafakkur alam. Oleh karena itu, saya bersedia menjadi narasumber dalam penelitian ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bandung, 28 Juni 2026


Sendi Triansyah

**SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN
UNTUK MENJADI NARASUMBER UTAMA DALAM PENELITIAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : *Fahmi Muhammad Adil Fihri*
Jabatan : *Anggota*
Instansi : *Raheela Community*

Dengan sesungguhnya menyatakan bersedia untuk menjadi narasumber penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Sekolah Sarjana, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, yaitu :

Nama : Muhammad Iqbal Arraffi

NIM : 1221040075

Judul Penelitian : **Pengalaman Spritualitas Dalam Tafakkur Alam Studi Fenomenologi Pada Anggota Raheela Community Di Yayasan Pemuda Hijrah**

Saya memahami bahwa keterlibatan saya dalam penelitian ini adalah untuk memberikan klarifikasi dan konfirmasi atas informasi yang diperoleh dari Anggota Raheela Community terkait pengalaman spritualits dalam tafakkur alam. Oleh karena itu, saya bersedia menjadi narasumber dalam penelitian ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bandung, 28 Juni 2026


Fahmi Mdf.

**SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN
UNTUK MENJADI NARASUMBER UTAMA DALAM PENELITIAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sahul Almar Abdul Gani
Jabatan : Anggota
Instansi : Raheela Community

Dengan sesungguhnya menyatakan bersedia untuk menjadi narasumber penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Sekolah Sarjana, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, yaitu :

Nama : Muhammad Iqbal Arraffi
NIM : 1221040075

Judul Penelitian : **Pengalaman Spritualitas Dalam Tafakkur Alam Studi Fenomenologi Pada Anggota Raheela Community Di Yayasan Pemuda Hijrah**

Saya memahami bahwa keterlibatan saya dalam penelitian ini adalah untuk memberikan klarifikasi dan konfirmasi atas informasi yang diperoleh dari Anggota Raheela Community terkait pengalaman spritualits dalam tafakkur alam. Oleh karena itu, saya bersedia menjadi narasumber dalam penelitian ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bandung, 28 Juni 2026


Sahul Almar Abdul Gani

**SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN
UNTUK MENJADI NARASUMBER UTAMA DALAM PENELITIAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : *Habib Muhammad Ghifory*
Jabatan : *ke tua*
Instansi : *Raheela Community*

Dengan sesungguhnya menyatakan bersedia untuk menjadi narasumber penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Sekolah Sarjana, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, yaitu :

Nama : *Muhammad Iqbal Arraffi*
NIM : *1221040075*

Judul Penelitian : *Pengalaman Spritwalitss Dalam Tafakkur Alam Studi Fenomenologi Pada Anggota Raheela Community Di Yayasan Pemuda Hijrah*

Saya memahami bahwa keterlibatan saya dalam penelitian ini adalah untuk memberikan klarifikasi dan konfirmasi atas informasi yang diperoleh dari Anggota Raheela Community terkait pengalaman spritualits dalam tafakkur alam. Oleh karena itu, saya bersedia menjadi narasumber dalam peneitian ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bandung, 28 Juni 2026

HABIL
HABIL .M.G

**SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN
UNTUK MENJADI NARASUMBER UTAMA DALAM PENELITIAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Fajar tega jatniko
Jabatan : Anggota
Instansi : Raheela Community

Dengan sesungguhnya menyatakan bersedia untuk menjadi narasumber penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Sekolah Sarjana, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, yaitu : yaitu :

Nama : Muhammad Iqbal Arraffi
NIM : 1221040075

Judul Penelitian : **Pengalaman Spritualitas Dalam Tafakkur Alam Studi Fenomenologi Pada Anggota Raheela Community Di Yayasan Pemuda Hijrah**

Saya memahami bahwa keterlibatan saya dalam penelitian ini adalah untuk memberikan klarifikasi dan konfirmasi atas informasi yang diperoleh dari Anggota Raheela Community terkait pengalaman spritualits dalam tafakkur alam. Oleh karena itu, saya bersedia menjadi narasumber dalam penelitian ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bandung, 28 Juni 2026



Lampiran 5 Transkrip wawancara narasumber utama

Narasumber satu

Wawancara : 3 Kali (Secara Langsung)
Narasumber : Habil Muhammad Ghifary (HM)
Usia : 32 Tahun
Jenis Kelamin : Laki-laki
Jabatan : Ketua

Wawancara : 1 Kali

Perihal : Pengalaman Spiritual dalam Tafakur Alam pada Anggota Raheela Community.

Wawancara Secara Langsung di Saung Stable pukul 09.00 WIB.

P : Jadi gini Kang Habil, kan ini penelitiannya tentang tafakur alam ya. Kebetulan Kang Habil ini bertindak sebagai ketua dari Raheela Community. Boleh diceritain dulu nggak Kang, sejarah berdirinya komunitas ini tuh gimana, dan apa visi misinya terkait kegiatan tafakur alam?

N : Bismillahirrahmanirrahim. Raheela Community ini adalah sebuah wadah yang menjadi jalan masuk bagi para pemuda terutama muslim yang ingin ikut kegiatan yang bernilai islami tapi dengan kemasan yang *fun*. Kita mulai berdiri untuk internal itu sejak Februari 2023, tapi untuk kegiatan umumnya mulai Juli akhir di tahun yang sama. Visi utamanya sama seperti Yayasan Pemuda Hijrah, yaitu membawa sebanyak-banyaknya pemuda kembali ke jalan Allah. Misinya kita wujudkan lewat kegiatan dakwah yang *fun* dan menyenangkan, kayak panahan, berkuda, *hiking*, *touring*, dan olahraga. Tujuannya buat membangun kesadaran bertauhid, kesadaran sesama, dan kesadaran pada alam, karena pemuda perkotaan itu jarang banget berinteraksi dengan alam.

P : Wah, menarik banget ya kemasannya *fun*. Nah, kalau dari sudut pandang Kang Habil sendiri, apa sih makna tafakur alam dalam perjalanan spiritual akang? Definisi tafakur alam yang sebenarnya menurut akang tuh kayak gimana?

N : Bagi saya, tafakur alam itu bukan sekadar datang ke alam. Tapi bagaimana cara kita bertindak dan apa rasa yang main ketika di alam. Pas kita melihat gunung yang megah atau lautan yang sangat luas, di situ kita menyaksikan kebesaran Allah. Selain itu, orang beriman juga harus paham sains dan ekologinya, kayak kenapa ada ombak, kenapa ada terumbu karang, atau bagaimana letusan gunung berapi jutaan tahun lalu ternyata dipersiapkan Allah untuk menyuburkan tanah saat ini. Jadi, tafakur itu harus sampai ke pemahaman dan perenungan itu biar keimanan kita makin meningkat. Nggak cuma percaya ini ciptaan Allah, tapi juga tahu *gimana* Allah menciptakannya.

P : Terus sejauh ini, bagaimana pengalaman Anda ketika mengikuti kegiatan tafakur alam yang diselenggarakan oleh Raheela Community? Apa aja yang biasanya akang dan teman-teman lakuin di sana?

N : Alhamdulillah, di Raheela setiap kita ke tempat tujuan *hiking* atau wisata, kita selalu berikan pemahaman. Kayak waktu *hiking* ke Manglayang, ada teman yang bertugas ngejelasin sejarah geologisnya. Terus kita juga sangat menjaga kebersihan, karena kita paham meninggalkan satu sampah kecil aja pasti ada sebab-akibatnya buat ekosistem. Makanya, dakwah yang kita terapkan itu kalau *hiking* dari kalangan umum nggak ada yang ngerokok, kita jaga sampahnya, dan sering kali pas di puncak acara utamanya malah bersih-bersih sampah.

P : Dari rentetan pengalaman itu, pernah nggak sih Kang Habil dapat pengalaman spiritual yang berkesan banget selama mengikuti kegiatan tafakkur alam? Momen di mana akang merasa hubungan dengan Allah Swt. dan pandangan terhadap kehidupan ini jadi berubah?

N : Pernah banget. Apalagi pas lagi naik gunung yang cukup tinggi dengan *view* yang sangat terbuka. Di situ saya makin ngerasain, ternyata satu kota tempat kita hidup aja kelihatan kecil banget kalau dilihat dari atas. Padahal seumur hidup kita cuma berputar di ruang lingkup yang lebih kecil dari kota itu. Dari situ kerasa banget bahwa urusan-urusan duniawi atau masalah-masalah manusia yang kelihatan rumit, sebenarnya sangat remeh dan kecil banget di hadapan kebesaran Allah. Hal itu bikin kita jadi nggak begitu pusing sama urusan dunia dan keimanannya jadi kerasa makin tinggi.

P : Terakhir nih Kang Habil, pas lagi asyik-asyiknya mau bertafakur, apakah terdapat hambatan atau tantangan yang Anda rasakan dalam mengikuti kegiatan tafakkur alam? Hambatan apa sih yang paling merusak suasana atau bikin akang sulit ngelakuin refleksi?

N : Hambatannya lebih ke arah melihat pendaki atau pengunjung lain yang nggak peduli sama kebersihan lingkungan. Kadang kalau kita tegur, mereka malah acuh tak acuh. Nah, hal-hal kayak gitu yang bikin kondisi kita yang seharusnya lagi tenang dan khidmat menikmati alam, malah jadi kesal sendiri. Kadang jadi dengki gitu ngelihat ada orang ke gunung tapi masih ngerokok atau buang sampah sembarangan. Itu cukup mengganggu dan bikin bete suasana tafakurnya. Makanya kita di komunitas berusaha ngasih contoh yang lebih baik dengan nggak ngerokok dan mungutin sampah di gunung.

NARASUMBER DUA

Wawancara : 3 Kali (Secara Langsung)

Narasumber : Sahrul Aimar Abdul Gani (SA)

Usia : 22 Tahun

Jenis Kelamin : Laki-laki

Jabatan : Anggota

Wawancara : 1 Kali

P : Jadi gini Kang Aimar, selama bergabung di Raheela Community kan akang sudah beberapa kali mengikuti kegiatan tafakur alam. Sebelum kita ngobrol lebih jauh tentang

pengalaman akang, boleh diceritakan dulu menurut Kang Aimar, apa sih makna tafakur alam itu? Terus ketika mengikuti kegiatan bersama Raheela Community, apa yang biasanya paling akang perhatikan dari alam?

N : Menurut saya tafakur alam itu kita mengunjungi suatu tempat—atau bisa dibilang suatu tempat yang baru yang sunyi—seperti destinasi alam atau wisata alam. Nah, di situ kita bisa melihat bagaimana kehidupan rimba, maksudnya kehidupan di alam gitu. Gimana cara alam ini bekerja dalam setiap waktu demi waktunya. Jadi kita bisa melihat dengan pasti, tiap waktu atau tiap tahun pasti ada perubahan terhadap alam itu sendiri. Alam itu fleksibel, nggak bisa tetap sama. Jadi dari situ kita bisa tahu pergerakan dunia atau alam itu gimana, terus pertumbuhannya, misalnya dari pepohonan. Nah, dari situ kita bisa melihat dan memikirkan, "Oh, inilah ciptaan-ciptaan Tuhan."

P : Selama mengikuti kegiatan tafakur alam bersama Raheela Community, pengalaman mana yang paling berkesan buat Kang Aimar? Bisa diceritakan suasana atau momen yang paling akang ingat?

N : Saya pernah mengunjungi satu gunung, yang mana gunung itu pertama kali saya daki. Dan di sana diberikan keindahan yang sangat luar biasa sampai saya takjub, luar biasa gitu keindahannya. Karena pertama kali saya naik, saya terheran-heran gitu, "Wah kok bisa ya seperti ini?" Masyaallah luar biasa sekali ciptaan Tuhan itu, dikasih kayak lautan awan, *sunrise*, ataupun *sunset*.

Satu lagi mungkin ya, pas saya naik kapal laut dari daerah barat ke daerah timur. Di situ kita bisa melihat bagaimana matahari sore yang terbenam di tengah-tengah lautan. Matahari sore sampai terbenam, masyaallah luar biasa itu, saya sangat takjub. Dan di situ momen yang sangat saya melihat, "Wah, ini sangat indah sekali, sangat-sangat luar biasa ciptaan Tuhan."

P : Dari berbagai pengalaman mengikuti kegiatan di alam, termasuk bersama Raheela Community, apakah pernah ada pengalaman spiritual yang benar-benar membekas dalam diri Kang Aimar? Momen yang membuat akang merasa lebih dekat dengan Allah?

N : Mmm... Paling yang sangat terasa ya, bukan lebih ke takjub pada keindahan alamnya lagi nih, tapi lebih ke musibah alamnya. Itu pas tahun 2018 saya pesantren di Pulau Lombok. Di situ keadaan lagi salat Isya, tiba-tiba gempa bumi yang sangat luar biasa lah, sampai 7,7 magnitudo. Posisinya lagi salat, semua santri tiba-tiba terbirit-birit lah keluar dari masjid. Lampu mati tiba-tiba, jadi kita lari ke lapang dalam keadaan nggak lihat apa-apa. Ada yang sampai terinjak lah, jatuh gitu ya. Di situ udah pasrah banget, pasrah lah. Tapi alhamdulillah banget masih diberi kesempatan untuk hidup.

P : Setelah mengalami peristiwa tersebut dan kemudian aktif mengikuti kegiatan bersama Raheela Community, apa makna atau hikmah terbesar yang akang rasakan? Apakah pengalaman itu memengaruhi cara pandang akang terhadap Allah dan alam?

N : Maknanya ya di satu sisi, waktu itu ada juga teman angkatan saya yang terkena musibah tertimpa runtuhnya tembok di kepalanya dan langsung meninggal dunia. Di situ

saya langsung terpikirkan, "Kok bisa ya teman dekat saya dalam sekejap langsung meninggal?" Nah, di situ langsung kerasa banget spiritualitasnya, merasa diselamatkan oleh Tuhan. Jadinya saya merasa pengen lebih dekat lagi sama Tuhan.

P : Berarti pengalaman itu sangat berpengaruh ya Kang. Kalau setelah bergabung dan mengikuti kegiatan di Raheela Community, apakah hubungan akang dengan Allah maupun cara akang memandang alam juga semakin berubah?

N : Sangat terpengaruhi, ya. Dari momen itu saya selalu teringat-ingat kembali bagaimana momen guncangannya yang sangat luar biasa sekitar satu menit itu, rumah-rumah hancur, warga pada mengungsi, bahkan air laut sempat naik walau nggak tinggi banget. Itu kerasa banget lah ngerubah kedekatan saya sama Tuhan. Terus kalau pandangan terhadap alam, ya saya jadi makin sadar kalau alam itu fleksibel, tiap tahun pasti ada perubahan dan nggak bakal tetap sama.

P : Selama mengikuti kegiatan tafakur alam bersama Raheela Community, tentu ada tantangan juga ya Kang. Hambatan apa yang paling sering akang rasakan ketika ingin benar-benar menikmati dan mentafakuri alam?

N : Yang mengganggu atau jadi hambatan waktu naik gunung, mungkin cuaca ya. Cuaca yang tidak bagus atau tidak baik, sehingga tidak sesuai ekspektasi. Ketika kita udah nyampe di atas, malah berkabut atau bahkan hujan. Itu juga bisa membahayakan buat kita. Itu sangat mengganggu sebenarnya.

P : Kalau menghadapi hambatan seperti cuaca saat kegiatan bersama Raheela Community, bagaimana cara Kang Aimar menyikapinya? Apakah tetap bisa mengambil pelajaran dari pengalaman tersebut?

N : Dari situ saya merasa, "Wah ini pengalaman baru juga sih, pengalaman yang bisa disimpan juga." Jadi buat ke depannya, bisa dijadikan pelajaran.

NARASUMBER TIGA

Wawancara : 3 Kali (Secara Langsung)

Narasumber : Fajar Teja Jarniko (FT)

Usia : 24 Tahun

Jenis Kelamin : Laki-laki

Jabatan : Anggota

Wawancara : 1 Kali

Perihal : Pengalaman Spiritual dalam Tafakur Alam pada Anggota Raheela Community.

Wawancara Secara Langsung di Taman Stable pukul 14.00 WIB.

P : Jadi gini Kang Fajar, kan Kang Fajar ini sering banget ya ngikutin kegiatan tafakur alam bareng Raheela Community. Pengen tahu dulu nih, pengalaman dan definisi tafakur alam menurut Kang Fajar tuh kayak gimana sih? Terus suasana pas nikmatin alam itu kerasa kayak gimana menurut akang?

N : Tafakur alam menurut saya tuh kayak kita lebih ke cara menikmati ciptaan-Nya gitu. Ketika kita menikmati ciptaan-Nya, ya kita harus datang ke tempat-tempat yang tidak bisa kita kunjungi tiap hari. Kayak misal ke beberapa gunung yang jauh, kita kan nggak tahu kayak gimana tempatnya. Nah, ketika kita datang ke sana, oh kita tuh dapat menyaksikan betapa indahnya ciptaan-Nya, kayak gitu.

P : Terus dari berbagai macam pengalaman naik gunung, pernah nggak sih Kang Fajar kedapatan pengalaman spiritual yang berkesan banget? Pas lagi momen apa tuh, dan apa yang dirasakan secara batin, seolah-olah jadi ngerasa lebih dekat sama Tuhan gitu?

N : Pernah ngerasain pas posisi sedang terpuruk gitu kan, ada suatu masalah. Saya mencoba untuk menenangkan diri dengan naik gunung. Dan ketika itu tuh, diri ini jadi lebih tenang, lebih enak gitu, kayak lebih dekat aja gitu dengan Tuhan. Pas di tempat *camp* sendirian, diam di luar, nah itu paling enak.

Kalau pengalaman yang paling terkenang tuh pas pertama kali muncak ke Cikuray. Wah, digoreng banget lah di jalan gitu kan, capek, lemas, berat. Apalagi pas masih 90 kilo, pas lagi lucu-lucunya lah. Tapi pas nyampe puncak lihat lautan awan kebuka, apalagi Cikuray *view*-nya 360 derajat kan. Keren banget itu asli.

P : Dari pengalaman-pengalaman spiritual itu, ngaruh nggak sih ke hubungan Kang Fajar sama Tuhan? Kayak ibadahnya Kang Fajar ada perubahan atau kerasa jadi lebih khusyuk gitu nggak habis ikut tafakur alam?

N : Ada, sangat mempengaruhi. Jadi ketika batin ini lebih tenang, maka ketika berhadapan atau beribadah pun jadi lebih fokus lah, lebih khusyuk kayak gitu.

P : Nah, kalau kata Kang Fajar gitu, faktor-faktor apa sih yang bikin pengalaman spiritual itu bisa muncul? Apakah suasana lingkungan alam atau cuaca di sana tuh ngaruh dan ngebantu banget pas lagi tafakur?

N : Itu mempengaruhi ya. Lingkungan pasti mempengaruhi sekali karena nggak semua tempat enak untuk berdiam gitu kan. Terus untuk cuaca juga sangat mendukung. Ya kita kan nggak mungkin diam di luar pas kondisi hujan kayak gitu kan.

P : Terus dari situ, menurut Kang Fajar ada hal-hal atau hambatan nggak sih pas lagi kegiatan tafakur alam? Kayak tantangan apa gitu yang bikin suasananya jadi nggak enak atau malah mengganggu banget pas Kang Fajar lagi mau refleksi diri?

N : Hambatannya lebih ke karena orang-orang sih kebanyakan. Kalau untuk cuaca ya itu kan kita nggak bisa tebak ya. Tapi kalau untuk orang-orang kan kita bisa memilih lah dan memilah, harus seperti orang kayak gimana untuk pergi ke sana. Kalau misalnya kita ke suatu gunung sama orang yang menyebarkan gitu kan, itu bukannya malah jadi tenang, tapi malah bete, *bad mood*, nggak enak jadinya tuh di gunung. Ketika salah pilih orang, tafakurnya tuh gagal gitu kan bisa dibilang, karena bukannya bikin tenang tapi malah bikin stres.

P : Terakhir nih Kang Fajar, bicara soal maknanya setelah beberapa kali ikut, seberapa penting sih manfaat kegiatan tafakur ini buat perjalanan spiritual akang? Dan ke depannya, harapannya bakal terus dilanjutkan atau jadi kayak gimana rutinitasnya?

N : Maknanya tuh ya dari situ ketagihan dari kegiatan *hiking* gitu kan. Jadi bakal lanjut terus dan lebih ke kebutuhan sih sekarang. Kayak kalau nggak muncak tuh kayak ada yang kurang gitu. Jadi ini tuh udah kayak jadwal rutin, minimal sebulan sekali lah. Sejauh ini yang paling jauh ke Sindoro Sumbing, *riding* ke sana.

NARASUMBER EMPAT

Wawancara : 3 Kali (Secara Langsung)

Narasumber : Fahmi Muhammad Adil Fitri (FM)

Usia : 27 Tahun

Jenis Kelamin : Laki-laki

Jabatan : Anggota

Wawancara : 1 Kali

Perihal : Pengalaman Spiritual dalam Tafakur Alam pada Anggota Raheela Community.

Wawancara Secara Langsung di Taman Stable pukul 13.00 WIB.

P : Jadi gini Kang Fahmi, kita mau nanya-nanya sedikit tentang pengalaman tafakur alam yang pernah Kang Fahmi lakuin nih, baik itu pas bareng Raheela Community ataupun pas sama teman-teman umum. Kalau sama Raheela udah sering ikut belum, Kang? Terus kalau di luar itu, pengalaman tafakur alam apa aja sih yang pernah akang lakuin dan ke mana aja biasanya?

N : Kalau sama Raheela sih belum terlalu banyak, paling yang ke Gunung Manglayang sama Gunung Gede, gitu aja sih paling. Kalau pengalaman pribadi mah banyak sih, alhamdulillah. Dulu pas masih SMA di sekitaran Gunung Halu, itu kan banyak perbukitan, jadi sering *hiking* sama *camping*. Kalau di sekitaran Bandung ya ke Gunung Putri, Pangalengan, Cileunca, Cukul, banyak lah alhamdulillah.

P : Wah, udah lumayan banyak ya berarti. Nah, pengen tahu nih dari sudut pandang Kang Fahmi sendiri. Menurut akang, makna tafakur alam dalam perjalanan spiritual Kang Fahmi tuh kayak gimana sih? Definisi bertafakur itu bagi akang seperti apa, dan terpenting apa merenung di alam buat akang?

N : Kalau yang saya dapat mah, tafakur itu lebih ke berpikir ya. Berpikir seperti kenapa Allah menciptakan tanaman, terus menciptakan pohon, nah itu kita harus pikirin gitu. Kayak tanah misalnya, tanah itu buat apa dipikirin? Seperti tanah buat numbuhi pohon, buat menyerap dan menyaring air, jadi kita memikirkan penciptaan gitu. Penciptaan Allah itu buat apa? Kayak Allah ciptain batu, Allah menciptakan gunung sebagai pasak bumi, menciptakan pohon buat sumber oksigen dan mengikat tanah, terus juga buat menjaga dari kebisingan luar. Biasanya tafakurnya seperti itu sih yang saya dapat.

P : Nah, terus pas Kang Fahmi ikut kegiatan tafakur alam bareng Raheela, ada nggak sih pengalaman atau suasana yang berkesan banget yang akang rasain? Apakah kegiatan sama Raheela ini punya pengaruh atau ciri khas tersendiri yang ngebédain dari kegiatan *hiking* biasa?

N : Kalau di Raheela itu ada ciri khas tersendiri. Kayak *hiking*-nya itu banyak manfaatnya lah, seperti *tagline*-nya kan "banyak main banyak manfaat". Seperti tidak mengumbar aurat, menutup aurat, terus nggak bawa minuman keras atau merokok gitu. Dan kita juga nggak buang sampah sembarangan. Malahan di Raheela itu kita disarankan untuk memungut sampah yang ada di gunung, jadi lebih *aware* lah sama lingkungan. Jadi bukan cuma sekedar jalan-jalan, tapi kita juga ikut membersihkan area gunung.

P : Dari momen-momen itu, pernah nggak sih Kang Fahmi ngerasain pengalaman spiritual yang bikin batin kerasa dekat banget sama Tuhan? Kalau ada, biasanya suasana kayak gimana tuh yang bisa bikin Kang Fahmi ngerasain kedekatan sama Sang Pencipta?

N : Pernah, pernah. Terutama ketika kita menyendiri kan. Yang dirasain tuh pas kita lagi menyendiri, beda sama pas lagi bareng-bareng orang banyak. Tapi kalau kita sendiri duduk di alam, kerasa banget keheningannya. Terus sambil memikirkan penciptaan Allah, kerasa banget gitu pas lagi di alam mah spiritual kita sama pencipta kita itu lebih dekat. Sangat mempengaruhi hubungan kita dengan Tuhan.

P : Terakhir nih Kang. Tapi kan nggak selamanya mulus ya, kadang pas lagi tafakur alam ada aja halangannya. Nah, hambatan atau tantangan apa sih yang paling dirasain Kang Fahmi pas lagi mau refleksi di alam? Apa aja yang menurut akang sangat mengganggu suasana tenang itu?

N : Hambatannya itu secara bertafakur kan, kayak ada yang hura-hura di gunung kayak main musik gitu. Kalau mau main musik mah di rumah juga bisa lah kayak bawa gitar gitu kan. Bagusnya sih kalau di alam itu hening, yang kita dengar itu suara alam, suara jangkrik, suara angin gitu. Nah, hal-hal (hura-hura) itu sih yang paling menghambat tafakur kita.

NARASUMBER LIMA

Wawancara : 3 Kali (Secara Langsung)

Narasumber : Sendi Triansyah (ST)

Usia : 29 Tahun

Jenis Kelamin : Laki-laki

Jabatan : Anggota

Wawancara : 1 Kali

Perihal : Pengalaman Spiritual dalam Tafakur Alam pada Anggota Raheela Community.

Wawancara Secara Langsung di Tenant Yayasan Pemuda Hijrah pukul 11.00 WIB.

Transkrip Wawancara

P : Jadi gini Kang Sendi, kan akang ini sering ya ikut kegiatan bareng RC (Raheela Community). Pngen tahu dulu nih, bagaimana sih pengalaman tafakur alam Kang Sendi selama bersama RC, dan sebenarnya definisi tafakur alam menurut akang sendiri tuh kayak gimana?

N : Pertama kita semua tahu kan bahwa tafakur itu artinya berpikir atau memikirkan. Khususnya di sini, tafakur alam memiliki arti memikirkan tentang alam. Nah, ketika mentafakuri alam kita dapat merasakan energi positif ataupun tenang dari heningnya suara pohon dan daun-daun yang bergoyang, angin sepoi-sepoi yang berhembus, gunung-gunung yang menakjubkan, lautan awan yang indah. Dan itu semua merupakan salah satu tanda-tanda kebesaran Allah Swt.

Yang kedua, tentu bertafakur alam bersama RC itu sangat *memorable* karena RC tuh komunitas yang *circle*-nya positif, suasananya hangat seperti rumah kedua bagi saya, dan juga menerapkan nilai-nilai dakwah dalam berkomunitasnya.

P : Dari pengalaman-pengalaman itu, ada nggak sih pengalaman spiritual yang paling berkesan saat lagi di alam? Terus, apa makna atau hikmah dari pengalaman tersebut bagi kehidupan Kang Sendi?

N : Mungkin salah satu pengalaman yang paling berkesan tuh saat saya bertafakur alam ke gunung, tapi tetap bisa melaksanakan salat 5 waktu berjamaah bersama teman-teman RC. Ya, dari pengalaman tersebut saya dapat hikmah bahwa teman-teman di sekitar kita itu sangat berpengaruh pada cara pandang kita terhadap sesuatu, contohnya tadi seperti salat 5 waktu berjamaah di gunung.

P : Masyaallah ya, Kang. Lalu, bagaimana pengalaman tafakur alam tersebut memengaruhi kedekatan Kang Sendi dengan Allah, dengan diri sendiri, dan juga pandangan akang terhadap alam sekarang?

N : Ya, pengalaman tafakur alam tersebut meningkatkan kedisiplinanku saat beribadah kepada Allah, juga membuat diri ini terus berusaha memperbaiki diri untuk terus meningkatkan ketakwaan kepada-Nya. Dan terhadap alam, aku menjadi lebih *aware* menjaga dan melindungi alam dari hal-hal yang bisa merusak ataupun membahayakan.

P : Kalau menurut Kang Sendi, faktor-faktor pendukung apa aja sih yang bikin suasana spiritual selama kegiatan tafakur alam itu bisa terbangun dengan baik?

N : Tentu suasana alam yang masih asri dengan suara burung-burung yang berkicau, angin yang sepoi-sepoi, ditambah dengan teman-teman yang *vibes*-nya positif, plus pembimbing yang menyenangkan dan mudah dipahami penjelasannya.

P : Nah, selain faktor pendukung, pastinya ada tantangan ya di lapangan. Hambatan apa aja sih yang biasa dirasain dalam berkegiatan tafakur alam, dan gimana cara Kang Sendi buat ngatasinnya?

N : Hambatannya itu suasana yang tidak kondusif atau orang-orang yang *toxic*. Cara mengatasinya dengan mempersiapkan dengan matang untuk mencari atau mengondisikan suasana yang kondusif, dan mem-*briefing* semua orang yang ikut kegiatan tafakur alamnya.

P : Terakhir nih Kang. Dari semua hal yang udah dialami, apa sih makna tafakur alam yang paling mendalam dalam perjalanan spiritual Kang Sendi sejauh ini?

N : Tafakur adalah perjalanan dari: Memahami, lalu Mengalami, dan akhirnya Mengagungkan. Ya, tafakur itu bukan sekadar berpikir tentang alam, tetapi proses transformasi kesadaran.



Lampiran 6 kategorisasi tema (coding)

Tabel Coding Narasumber

Narasumber: Habil Muhammad Ghifary (Ketua Raheela Community)

No	Kode Narasumber	Potongan Transkrip	Coding	Kategori Awal
1	HM-01	"Raheela Community ini adalah sebuah wadah yang menjadi jalan masuk bagi para pemuda... membawa sebanyak-banyaknya pemuda kembali ke jalan Allah."	Komunitas sebagai media dakwah	Peran Raheela Community
2	HM-02	"Misinya kita wujudkan lewat kegiatan dakwah yang fun dan menyenangkan."	Dakwah melalui aktivitas alam	Peran Raheela Community
3	HM-03	"Tujuannya buat membangun kesadaran bertauhid, kesadaran sesama, dan kesadaran pada alam."	Menumbuhkan kesadaran tauhid dan ekologis	Tujuan Tafakur Alam
4	HM-04	"Tafakur alam itu bukan sekadar datang ke alam."	Tafakur lebih dari rekreasi	Makna Tafakur Alam
5	HM-05	"Pas kita melihat gunung yang megah atau lautan yang sangat luas, di situ kita menyaksikan kebesaran Allah."	Menyaksikan kebesaran Allah melalui alam	Makna Tafakur Alam
6	HM-06	"Orang beriman juga harus paham sains dan ekologi."	Integrasi iman dan ilmu pengetahuan	Makna Tafakur Alam
7	HM-07	"Tafakur itu harus sampai ke pemahaman dan perenungan."	Perenungan mendalam terhadap ciptaan Allah	Proses Tafakur
8	HM-08	"Kita selalu berikan pemahaman... ada teman yang bertugas menjelaskan sejarah geologisnya."	Edukasi dalam kegiatan tafakur	Praktik Tafakur Alam

9	HM-09	"Kita sangat menjaga kebersihan."	Menjaga kelestarian lingkungan	Praktik Tafakur Alam
10	HM-10	"Sering kali pas di puncak acara utamanya malah bersih-bersih sampah."	Aksi nyata menjaga lingkungan	Praktik Tafakur Alam
11	HM-11	"Satu kota tempat kita hidup aja kelihatan kecil banget."	Perspektif baru terhadap kehidupan	Pengalaman Spiritual
12	HM-12	"Masalah-masalah manusia sebenarnya sangat remeh di hadapan kebesaran Allah."	Kesadaran akan kebesaran Allah	Pengalaman Spiritual
13	HM-13	"Keimanannya jadi kerasa makin tinggi."	Peningkatan keimanan	Dampak Spiritual
14	HM-14	"Pendaki lain yang nggak peduli sama kebersihan lingkungan."	Perilaku pengunjung mengganggu tafakur	Hambatan Tafakur
15	HM-15	"Kita berusaha ngasih contoh yang lebih baik."	Keteladanan menjaga lingkungan	Upaya Mengatasi Hambatan

Narasumber: Sahrul Aimar Abdul Gani

No	Kode Narasumber	Potongan Transkrip	Coding	Kategori Awal
1	SA-01	"Tafakur alam itu kita mengunjungi suatu tempat yang sunyi."	Tafakur dilakukan di alam yang tenang	Makna Tafakur Alam
2	SA-02	"Kita bisa melihat bagaimana kehidupan di alam."	Mengamati kehidupan alam	Makna Tafakur Alam
3	SA-03	"Alam itu fleksibel, nggak bisa tetap sama."	Kesadaran akan dinamika alam	Pemahaman terhadap Alam
4	SA-04	"Oh, inilah ciptaan-ciptaan Tuhan."	Alam sebagai ciptaan Allah	Makna Tafakur Alam

5	SA-05	"Saya takjub... luar biasa sekali ciptaan Tuhan."	Kekaguman terhadap keindahan alam	Pengalaman Spiritual
6	SA-06	"Melihat matahari sore yang terbenam di tengah lautan."	Penghayatan keindahan alam	Pengalaman Spiritual
7	SA-07	"Gempa bumi yang sangat luar biasa."	Pengalaman spiritual melalui bencana alam	Pengalaman Spiritual
8	SA-08	"Di situ udah pasrah banget."	Kepasrahan kepada Allah	Respons Spiritual
9	SA-09	"Saya merasa diselamatkan oleh Tuhan."	Merasakan pertolongan Allah	Dampak Spiritual
10	SA-10	"Saya merasa pengen lebih dekat lagi sama Tuhan."	Keinginan meningkatkan kedekatan dengan Allah	Dampak Spiritual
11	SA-11	"Momen itu ngerubah kedekatan saya sama Tuhan."	Transformasi hubungan spiritual	Dampak Spiritual
12	SA-12	"Saya jadi makin sadar kalau alam itu fleksibel."	Perubahan cara pandang terhadap alam	Dampak Spiritual
13	SA-13	"Hambatan waktu naik gunung mungkin cuaca."	Cuaca sebagai hambatan tafakur	Hambatan Tafakur
14	SA-14	"Ketika nyampe di atas malah berkabut atau hujan."	Cuaca mengurangi kualitas pengalaman	Hambatan Tafakur
15	SA-15	"Pengalaman baru... bisa dijadikan pelajaran."	Hambatan menjadi sarana pembelajaran	Pemaknaan Pengalaman

Narasumber: Fajar Teja Jarniko

No	Kode Narasumber	Potongan Transkrip	Coding	Kategori Awal
1	FT-01	"Tafakur alam menurut saya tuh kayak kita lebih ke cara menikmati ciptaan-Nya."	Tafakur sebagai cara menikmati ciptaan Allah	Makna Tafakur Alam
2	FT-02	"Kita harus datang ke tempat-tempat yang tidak bisa kita kunjungi tiap hari."	Alam sebagai ruang kontemplasi	Makna Tafakur Alam
3	FT-03	"Kita dapat menyaksikan betapa indahnya ciptaan-Nya."	Menghayati keindahan ciptaan Allah	Pengalaman Spiritual
4	FT-04	"Saya mencoba untuk menenangkan diri dengan naik gunung."	Alam sebagai media menenangkan diri	Fungsi Tafakur Alam
5	FT-05	"Diri ini jadi lebih tenang, lebih dekat aja gitu dengan Tuhan."	Kedekatan dengan Allah melalui ketenangan batin	Pengalaman Spiritual
6	FT-06	"Pas di tempat camp sendirian, diam di luar, nah itu paling enak."	Kesendirian mendukung refleksi spiritual	Faktor Pendukung
7	FT-07	"Pas nyampe puncak lihat lautan awan kebuka."	Kekaguman terhadap panorama alam	Pengalaman Spiritual
8	FT-08	"Ketika batin ini lebih tenang, maka ketika beribadah pun jadi lebih fokus."	Ketenangan batin meningkatkan kualitas ibadah	Dampak Spiritual
9	FT-09	"Lingkungan pasti mempengaruhi sekali."	Lingkungan alam memengaruhi pengalaman spiritual	Faktor Pendukung
10	FT-10	"Cuaca juga sangat mendukung."	Kondisi cuaca mendukung proses tafakur	Faktor Pendukung
11	FT-11	"Hambatannya lebih ke karena orang-orang."	Kehadiran orang lain menjadi hambatan	Hambatan Tafakur

12	FT-12	"Kalau ke gunung sama orang yang menyebarkan... tafakurnya gagal."	Teman perjalanan memengaruhi kualitas tafakur	Hambatan Tafakur
13	FT-13	"Kalau nggak muncak tuh kayak ada yang kurang."	Tafakur menjadi kebutuhan batin	Dampak Spiritual
14	FT-14	"Ini tuh udah kayak jadwal rutin, minimal sebulan sekali."	Tafakur menjadi kebiasaan spiritual	Keberlanjutan Praktik

Narasumber: Fahmi Muhammad Adil Fitri

No	Kode Narasumber	Potongan Transkrip	Coding	Kategori Awal
1	FM-01	"Kalau pengalaman pribadi mah banyak... sering hiking sama camping."	Pengalaman luas dalam aktivitas alam	Pengalaman Tafakur Alam
2	FM-02	"Tafakur itu lebih ke berpikir."	Tafakur sebagai proses berpikir	Makna Tafakur Alam
3	FM-03	"Kenapa Allah menciptakan tanaman, pohon, tanah."	Merenungi hikmah penciptaan Allah	Makna Tafakur Alam
4	FM-04	"Gunung sebagai pasak bumi, pohon sebagai sumber oksigen."	Memahami fungsi ciptaan Allah	Makna Tafakur Alam
5	FM-05	"Di Raheela itu ada ciri khas tersendiri."	Keunikan kegiatan tafakur Raheela	Peran Raheela Community
6	FM-06	"Tidak mengumbar aurat, tidak merokok."	Penerapan nilai-nilai Islam	Peran Raheela Community
7	FM-07	"Kita disarankan untuk memungut sampah yang ada di gunung."	Kepedulian terhadap lingkungan	Praktik Tafakur Alam
8	FM-08	"Bukan cuma sekadar jalan-jalan."	Tafakur memiliki tujuan spiritual	Praktik Tafakur Alam
9	FM-09	"Terutama ketika kita menyendiri."	Kesendirian mendukung	Faktor Pendukung

			pengalaman spiritual	
10	FM-10	"Kerasa banget keheningannya."	Keheningan alam memperkuat refleksi	Faktor Pendukung
11	FM-11	"Spiritual kita sama pencipta kita itu lebih dekat."	Kedekatan dengan Allah saat tafakur	Pengalaman Spiritual
12	FM-12	"Sangat mempengaruhi hubungan kita dengan Tuhan."	Penguatan hubungan spiritual	Dampak Spiritual
13	FM-13	"Ada yang hura-hura di gunung kayak main musik."	Kebisingan mengganggu proses tafakur	Hambatan Tafakur
14	FM-14	"Bagusnya sih kalau di alam itu hening."	Keheningan menjadi syarat tafakur	Faktor Pendukung
15	FM-15	"Yang kita dengar itu suara alam."	Suara alam memperkuat pengalaman kontemplatif	Faktor Pendukung

Narasumber: Sendi Triansyah

No	Kode Narasumber	Potongan Transkrip	Coding	Kategori Awal
1	ST-01	"Tafakur itu artinya berpikir atau memikirkan. Khususnya di sini, tafakur alam memiliki arti memikirkan tentang alam."	Tafakur sebagai proses perenungan terhadap alam	Makna Tafakur Alam
2	ST-02	"Ketika mentafakuri alam kita dapat merasakan energi positif ataupun tenang."	Alam menghadirkan ketenangan batin	Pengalaman Spiritual
3	ST-03	"Heningnya suara pohon, daun-daun yang bergoyang, angin sepoi-sepoi, gunung-gunung yang menakjubkan."	Keheningan dan keindahan alam mendukung kontemplasi	Faktor Pendukung

4	ST-04	"Itu semua merupakan salah satu tanda-tanda kebesaran Allah Swt."	Alam sebagai tanda kebesaran Allah	Makna Tafakur Alam
5	ST-05	"Bertafakur alam bersama RC itu sangat memorable."	Pengalaman positif bersama komunitas	Pengalaman Tafakur Alam
6	ST-06	"RC tuh komunitas yang circle-nya positif, suasananya hangat seperti rumah kedua."	Lingkungan komunitas yang positif	Peran Raheela Community
7	ST-07	"Menerapkan nilai-nilai dakwah dalam berkomunitasnya."	Dakwah sebagai budaya komunitas	Peran Raheela Community
8	ST-08	"Saat saya bertafakur alam ke gunung, tapi tetap bisa melaksanakan salat lima waktu berjamaah."	Ibadah tetap terjaga di alam	Pengalaman Spiritual
9	ST-09	"Teman-teman di sekitar kita itu sangat berpengaruh pada cara pandang kita."	Pengaruh lingkungan pertemanan terhadap spiritualitas	Faktor Pendukung
10	ST-10	"Pengalaman tafakur alam tersebut meningkatkan kedisiplinanku saat beribadah kepada Allah."	Meningkatkan kedisiplinan beribadah	Dampak Spiritual
11	ST-11	"Membuat diri ini terus berusaha memperbaiki diri untuk terus meningkatkan ketakwaan."	Mendorong peningkatan ketakwaan	Dampak Spiritual
12	ST-12	"Aku menjadi lebih aware menjaga dan melindungi alam."	Meningkatkan kepedulian terhadap lingkungan	Dampak Spiritual
13	ST-13	"Suasana alam yang masih asri... ditambah teman-teman yang vibes-nya positif dan pembimbing yang menyenangkan."	Alam, teman, dan pembimbing mendukung pengalaman spiritual	Faktor Pendukung
14	ST-14	"Hambatannya itu suasana yang tidak	Suasana dan perilaku negatif	Hambatan Tafakur

		kondusif atau orang-orang yang toxic."	menghambat tafakur	
15	ST-15	"Cara mengatasinya dengan mempersiapkan dengan matang... dan mem-briefing semua orang."	Persiapan dan pengarahan peserta sebagai solusi	Upaya Mengatasi Hambatan
16	ST-16	"Tafakur adalah perjalanan dari: Memahami, lalu Mengalami, dan akhirnya Mengagungkan."	Tahapan proses tafakur	Makna Tafakur Alam
17	ST-17	"Tafakur itu bukan sekadar berpikir tentang alam, tetapi proses transformasi kesadaran."	Tafakur sebagai transformasi kesadaran spiritual	Dampak Spiritual



Tabel Analisis Tematik

No	Kode / Coding	Kategori	Tema	Kutipan Pendukung (kode Narasumber)	Penjelasan Tema (Interpretasi)
1	Tafakur sebagai perenungan terhadap ciptaan Allah; menyaksikan kebesaran Allah; memahami hikmah penciptaan alam	Makna Tafakur Alam	Makna Tafakur Alam sebagai Jalan Mengenal Kebesaran Allah	HM-04, HM-05, HM-07, SA-01, SA-04, FM-02, FM-03, ST-01, ST-04	Seluruh NARASUMBER makna tafakur alam sebagai proses merenungkan tanda-tanda kebesaran Allah melalui alam. Tafakur tidak dipahami sebagai rekreasi, tetapi sebagai aktivitas spiritual yang memperkuat kesadaran ketuhanan.
2	Rasa takjub terhadap alam; ketenangan batin; kesendirian; pengalaman menghadapi bencana; kedekatan dengan Allah	Pengalaman Spiritual	Pengalaman Spiritual dalam Tafakur Alam	HM-11, HM-12, SA-05, SA-07, FT-04, FT-05, FM-09, FM-11, ST-02, ST-08	Pengalaman berada di alam melahirkan rasa takjub, ketenangan, kepasrahan, dan kedekatan dengan Allah. Pengalaman tersebut menjadi inti pengalaman spiritual yang dialami para Narasumber.
3	Peningkatan keimanan; kekhusyukan ibadah; perubahan cara pandang; kepedulian terhadap lingkungan ;	Dampak Spiritual	Transformasi Spiritual Melalui Tafakur Alam	HM-13, SA-10, SA-11, FT-08, FT-13, FM-12, ST-10, ST-11, ST-12, ST-17	Tafakur alam memberikan perubahan dalam kehidupan NARASUMBER berupa meningkatnya keimanan, kualitas ibadah, kesadaran menjaga alam, serta perubahan cara memandang diri, kehidupan, dan hubungan dengan Allah.

	transformasi diri				
4	Dakwah melalui kegiatan alam; edukasi; nilai-nilai Islam; lingkungan komunitas yang positif	Peran Raheela Community	Peran Raheela Community dalam Membentuk Pengalaman Spiritual	HM-01, HM-02, HM-08, FM-05, FM-06, ST-05, ST-06, ST-07	Raheela Community berperan sebagai ruang pembinaan spiritual melalui kegiatan alam yang memadukan dakwah, edukasi, ukhuwah, dan pembiasaan nilai-nilai Islam sehingga memperkuat pengalaman tafakur para anggota.
5	Keheningan alam; cuaca; teman seperjalanan; perilaku pengunjung; persiapan kegiatan	Faktor Pendukung dan Hambatan	Faktor yang Mempengaruhi Pengalaman Tafakur Alam	HM-14, HM-15, SA-13, SA-15, FT-09, FT-11, FM-13, FM-15, ST-13, ST-14, ST-15	Pengalaman tafakur dipengaruhi oleh faktor pendukung seperti suasana alam yang tenang, cuaca, teman yang positif, dan pembimbing, serta faktor penghambat seperti kebisingan, perilaku negatif pengunjung, dan kondisi cuaca yang kurang mendukung.

RIWAYAT HIDUP



Penulis bernama Muhammad Iqbal Arraffi, lahir di Bandung pada 10 Februari 2004. Penulis merupakan anak keempat dari lima bersaudara dari pasangan Agus Hasanuddin dan Rubiyanti. Penulis memulai pendidikan di TK Miftakhul Khair pada tahun 2008–2010, kemudian melanjutkan pendidikan di SDIT Lugina pada tahun 2010–2016. Selanjutnya, penulis menempuh pendidikan di Pondok Pesantren Darul Arqam Muhammadiyah Garut pada jenjang MTs dan MA pada tahun 2016–2022 dengan konsentrasi Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (MIPA).

Pada tahun 2022, penulis melanjutkan pendidikan di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung melalui Program Beasiswa Santri Berprestasi (PBSB) pada Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin. Selama menempuh pendidikan di perguruan tinggi, penulis aktif dalam organisasi Community of Santri Scholars of Ministry of Religious Affairs (CSSMoRA) periode 2022–2026 dan menjadi bagian dari Departemen Pengembangan Sumber Daya Ekonomi (PSDE).

Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag.), penulis menyusun skripsi yang berjudul "Pengalaman Spiritualitas dalam Tafakkur Alam (Studi Fenomenologi pada Anggota Raheela Community di Yayasan Pemuda Hijrah)





uin

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG