



Interelasi Fungsional Dimensi Batiniah Manusia Dalam Tasawuf

(Kajian Mengenai Keterkaitan Jasmani, Ruh, Qalbu, Nafsu, Akal dalam Praktik Tasawuf)

Winda Kurnia¹

Ma'had Aly Idrisiyyah, Tasikamalaya¹

wndkrnia@gmail.com¹

Rizal Fauzi²

Ma'had Aly Idrisiyyah, Tasikmalaya²

rijalfauzi22madlyidrisiyyah@gmail.com²

Salim Bella Pili³

Ma'had Aly Idrisiyyah, Tasikmalaya³

salimpili57@gmail.com³

Abstract

This study aims to examine the interconnectedness of the five inner dimensions of human beings—jasmani (body), ruh (spirit), qalbu (heart), nafs (desire), and akal (intellect)—within the framework of Sufism, in response to the modern spiritual crisis. The research employs a qualitative descriptive method through library research and a philosophical-Sufi approach. Data were obtained from contemporary Sufi literature, particularly the works of Shaykh Muhammad Fathurahman, as well as relevant books and journal articles. The findings indicate that these dimensions form a mutually influencing system; imbalance in one dimension disrupts overall spiritual harmony. Balanced integration through practices such as dhikr, tazkiyatun nafs, tafakkur, and spiritual guidance forms the foundation for achieving insan kamil, fully realizing human spiritual potential. This research enriches integrative Sufi studies and offers a conceptual framework to address modern human spiritual challenges.

Keywords inner dimensions, Sufism, interrelation, insan kamil, spiritual crisis.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mengkaji keterkaitan lima dimensi batiniah manusia—jasmani, ruh, qalbu, nafsu, dan akal—secara terpadu dalam perspektif tasawuf sebagai respons terhadap krisis spiritual modern. Metode yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan studi pustaka dan pendekatan filosofis-sufistik. Data diperoleh dari literatur tasawuf kontemporer, khususnya karya Syekh Muhammad Fathurahman, serta buku dan artikel jurnal relevan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelima dimensi tersebut membentuk sistem saling memengaruhi; ketidakseimbangan pada satu dimensi dapat mengganggu harmoni spiritual. Integrasi seimbang melalui praktik *dzikir*, *tazkiyatun nafs*, *tafakkur*, dan bimbingan ruhani menjadi fondasi pembentukan *insan kamil* yang merealisasikan potensi spiritual secara utuh. Penelitian ini memperkaya kajian tasawuf integratif dan menawarkan kerangka konseptual untuk mengatasi problem spiritual manusia modern.

Kata Kunci: Tasawuf, dimensi batiniah, insan kamil, penyucian nafs (*tazkiyatun nafs*).

Pendahuluan

Era modern ditandai oleh laju perkembangan teknologi dan ilmu pengetahuan yang sangat pesat¹. Kemajuan ini memang membawa berbagai kemudahan dalam kehidupan manusia, tetapi juga memicu pergeseran cara pandang masyarakat ke arah materialisme, menjadikan capaian lahiriah sebagai tolok ukur utama keberhasilan, dan mengabaikan kebutuhan spiritual².

Kondisi ini memunculkan ketimpangan antara kebutuhan jasmani dan kebutuhan ruhani. Ketika jasmani mendapat porsi perhatian berlebihan, sementara ruhani diabaikan, muncullah gejala-gejala krisis batin seperti kecemasan, stres kronis, depresi, kegelisahan eksistensial, dan kehampaan makna hidup³.

Menurut perspektif Islam, manusia adalah makhluk yang lengkap, tersusun dari unsur fisik dan spiritual, serta diberikan tanggung jawab sebagai khalifah (wakil Allah di dunia)⁴. Saat semua dimensi batiniah—jasmani, ruh, qalbu, nafsu, dan akal—terpadu secara seimbang dan harmonis, seseorang dapat mencapai tingkatan *Insan Kamil*, yaitu pribadi yang sempurna secara lahir dan batin, memiliki kedekatan dengan Allah, dan memantulkan nilai-nilai Ilahi dalam kehidupan sehari-hari⁵. Pemahaman terhadap konsep ini menjadi kunci bagi manusia untuk mengenal potensi dirinya serta menjalani kehidupan sesuai dengan ajaran agama. Capaian ini memerlukan proses *tazkiyatun nafs* (pensucian jiwa) serta penguatan nilai-nilai spiritual sebagai wujud keterikatan yang berkesinambungan dengan Allah.

Namun, realitas masyarakat modern menunjukkan bahwa kelima dimensi tersebut sering tidak berfungsi seimbang. Nafsu yang tak terkendali dapat menyeret jasmani pada perilaku hedonistik, menodai qalbu dengan penyakit hati, melemahkan ruh, dan mempengaruhi akal hingga sulit membedakan kebenaran dari kebatilan. Sebaliknya, kelemahan jasmani dapat menghambat pelaksanaan ibadah dan disiplin spiritual, yang pada gilirannya mengurangi kekuatan ruhani. Situasi ini menegaskan pentingnya kerangka konseptual dan praktis untuk menata ulang hubungan fungsional kelima dimensi batiniah tersebut. Tasawuf hadir sebagai solusi untuk memenuhi kebutuhan spiritual yang sering terlupakan⁶. Melalui praktik *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa), *dzikir* (mengingat Allah), *tafakkur* (perenungan), dan bimbingan seorang *mursyid* yang memiliki sanad ruhaniyah, tasawuf membina manusia agar dapat mengendalikan nafsu, membersihkan qalb, menguatkan ruh, menata akal, dan merawat jasmani. Proses ini tidak hanya bersifat teoritis,

¹ Rosy Febriani Daud and others, 'Dampak Perkembangan Teknologi Komunikasi Terhadap Bahasa Indonesia', *Jurnal Interaksi : Jurnal Ilmu Komunikasi*, 5.2 (2021), 252 <<https://doi.org/10.30596/interaksi.v5i2.7539>>.

² Muhammad Syauqi, 'Tasawuf Sebagai Terapi Menemukan Makna Spiritual Dalam Hidup Modern', *Ameena Journal*, 1.4 (2023), 360 <<https://doi.org/10.63732/aij.v1i4.40>>.

³ Ahmad Sholihin Sirojuddin and Ahmad Kowim Sabilillah, 'Menggali Krisis Psikospiritual Dan Akhlak Manusia Melalui Lensa Tasawuf', 01 (2025), 60.

⁴ Muhammad Ali Akbar, 'Konsep Insan Kamil (Studi Komparatif Pemikiran Abdul Karim Al-Jilli Dan Muhammad Iqbal)', *JOUSIP Journal Of Sufism and Psychotherapy*, 3.1 (2023), hal. 98.

⁵ Muhammad Lukman Firdaus, 'Insan Kamil Dalam Keteladanan Rasulullah Saw.: Sebuah Kajian Hadis Tematik', *Jurnal Penelitian Ilmu Ushuluddin*, 2.2 (2022), hal. 214 <<https://doi.org/10.15575/jpiu.v2i2.13525>>.

⁶ Aziz Lukman Hakim Mustaqim and others, 'Studi Islam Dengan Pendekatan Tasawuf Mistisem Islam', *Berajah Journal*, 4.9 (2024), 631.

tetapi aplikatif, sehingga mampu menjawab tantangan krisis makna, tekanan psikologis, dan alienasi spiritual di tengah kehidupan modern.

Dalam pandangan tasawuf, kelima unsur batiniah manusia saling terhubung dan memengaruhi, sehingga keseimbangannya menjadi kunci transformasi spiritual. Istilah *batiniah*—dari bahasa Arab *al-bāṭiniyyah*—merujuk pada dimensi non-fisik seperti ruh, qalbu, nafsu, dan akal. Walaupun jasmani secara terminologis termasuk dimensi lahiriah, penelitian ini menempatkannya dalam unsur batiniah karena perannya yang krusial menopang kualitas unsur lainnya. Jasmani yang sehat memungkinkan terlaksananya ibadah, disiplin spiritual, dan penghambaan kepada Allah secara sempurna ⁷.

Era modern yang diwarnai derasny arus informasi, tingginya tekanan hidup, serta pola hidup yang cenderung materialistis dan individualistis telah memunculkan kegelisahan batin, stres berkepanjangan, dan hilangnya orientasi hidup ⁸. Fenomena ini mencerminkan adanya krisis spiritual yang tidak dapat diatasi hanya melalui pendekatan rasional atau fisik semata. Dalam situasi seperti ini, kajian mengenai dimensi batiniah manusia menjadi semakin relevan. Tasawuf, dengan ajaran yang menekankan keseimbangan antara jasmani, ruh, qalbu, nafsu, dan akal, menawarkan kerangka pemahaman spiritual yang dapat membantu manusia modern menemukan kembali makna hidup, ketenteraman jiwa, serta kedekatan sejati dengan Allah.

Meskipun dimensi batiniah manusia telah banyak dikaji, penelitian yang ada umumnya masih normatif dan parsial, membahas unsur secara terpisah tanpa memetakan keterhubungan fungsionalnya. Sejumlah penelitian terdahulu, seperti Fadilah (2024) yang mengemukakan bahwa lima unsur—fitrah, akal, qalbu, ruh, dan nafsu—merupakan fondasi spiritual manusia ⁹. Sementara itu, Khairunisa (2025) yang menyoroti empat unsur utama, yaitu fitrah, akal, qalbu, dan nafsu, sebagai inti pembentukan kepribadian, menunjukkan pentingnya kajian ini ¹⁰. Namun, kajian-kajian tersebut belum mengintegrasikan kelima unsur—jasmani, ruh, qalbu, nafsu, dan akal—dalam satu kerangka konseptual utuh sekaligus mengaitkannya dengan solusi praktis bagi krisis spiritual modern. Celah inilah yang hendak diisi penelitian ini, yakni menyusun model integratif hubungan fungsional antarunsur tersebut menurut perspektif tasawuf, dengan pendekatan konseptual dan aplikatif melalui praktik sufistik seperti dzikir, tafakkur (perenungan), dan *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa).

⁷ Devi Rofidah Celine and Mohammad Kurjum, 'Pendidikan Jasmani Berbasis Hadis Dalam Pendidikan Islam: Relevansi Dan Implementasi', *TARBIYA ISLAMIA: Jurnal Pendidikan Dan Keislaman*, 14.2 (2024), 51–52.

⁸ Yacobus Ari Respati and Jennifer Jennifer, 'Seni Sebagai Media Penyaluran Emosi Bagi Remaja Yang Mengalami Burnout', *Focus*, 5.1 (2024), 80 <<https://doi.org/10.26593/focus.v5i1.8044>>.

⁹ Muti'ah Fadillah, 'Sumber Daya Manusia (Fitrah, Akal, Qalb, Dan Nafs) Dalam Filsafat Pendidikan Islam', *MA'ALIM: Jurnal Pendidikan Islam*, 5.1 (2024), 160–74 <<https://doi.org/10.21154/maalim.v5i1.8425>>.

¹⁰ Wismanto Wismanto Rica Khairunisa, M.Rizki Mayollie, Carenina Br.Siagian, Dzaky Fadhl Rahman, Fitria Mayasari, 'Manusia Dalam Islam: Antara Akal, Ruh Dan Nafsu', 2 (2025), 41–52 <<https://doi.org/https://doi.org/10.61132/karakter.v2i1.363>>.

Metode Penelitian

Penelitian ini berangkat dari refleksi penulis setelah mengikuti sebuah kajian tasawuf yang membahas keterkaitan lima dimensi batiniah manusia—jasmani, ruh, qalbu, nafsu, dan akal. Kajian tersebut menumbuhkan kesadaran akan pentingnya memahami kelima unsur batiniah secara terpadu dalam kerangka spiritualitas Islam, khususnya dalam ajaran tasawuf. Pengalaman ini menjadi landasan awal untuk melakukan pengkajian ilmiah yang lebih sistematis mengenai relasi dinamis antarunsur batiniah manusia.

Jenis penelitian ini adalah kualitatif deskriptif dengan metode studi pustaka (*library research*) dan menggunakan pendekatan *filosofis-sufistik*. Pendekatan ini dipilih karena kajian berfokus pada pembahasan mendalam tentang struktur batiniah manusia, eksistensi spiritual, dan proses transformasi menuju *insan kamil* dalam perspektif tasawuf.

Sumber data primer berasal dari literatur tasawuf kontemporer, terutama karya Syekh Muhammad Fathurahman, sedangkan data sekunder mencakup artikel jurnal ilmiah dan sumber-sumber relevan lainnya. Analisis data dilakukan melalui teknik analisis isi tematik (*thematic content analysis*) yang meliputi proses identifikasi, pengelompokan, dan interpretasi tema-tema pokok—seperti fungsi masing-masing dimensi, interelasi dinamis, dan relevansinya dengan problem spiritual manusia modern—untuk membangun konstruksi pemahaman yang utuh mengenai integrasi lima dimensi batiniah sebagai fondasi pembentukan *insan kamil*.

Hasil dan Pembahasan

Struktur Batiniah Manusia dalam Perspektif Tasawuf

Tasawuf memandang manusia sebagai makhluk yang tersusun atas dimensi lahiriah dan batiniah, yang keduanya tidak bisa dipisahkan dalam membentuk kesempurnaan hidup. Dalam dimensi batiniah, lima unsur utama—jasad, ruh, qalbu, nafsu, dan akal—mempunyai fungsi dan peran masing-masing yang saling terhubung dan memengaruhi satu sama lain.

Menurut Syekh Muhammad Fathurahman, manusia terdiri atas lima unsur utama: jasad yang berasal dari tanah dan akan kembali kepadanya; ruh yang merupakan tiupan ilahi; nafsu sebagai penggerak hasrat dan kecenderungan duniawi; akal sebagai alat berpikir dan penimbang; serta qalbu sebagai pusat kesadaran spiritual yang terbuka terhadap cahaya dan bimbingan Ilahi¹¹.

Kelima unsur ini tidak berjalan secara terpisah. Saat satu unsur melemah atau dominan secara berlebihan, keseimbangan batin terganggu. Misalnya, ketika nafs menguasai qalbu dan akal, manusia cenderung terjebak pada hawa nafsu dan melupakan nilai-nilai spiritual. Sebaliknya, jika ruh dan qalb mengarahkan akal dan menundukkan nafs, maka manusia lebih mampu hidup dengan tenang, bijak, dan dekat dengan Allah.

¹¹ Syekh M. Fathurahman, '5 Unsur Manusia Menurut Agama', *YouTube*, 2022 <<https://youtu.be/QOFzU5dK11Y>>.

Kondisi ketidakseimbangan batin inilah yang banyak ditemukan dalam masyarakat modern¹². Orientasi hidup yang materialistis, cepatnya arus informasi, serta melemahnya relasi spiritual telah melahirkan berbagai krisis batin: perasaan hampa, kecemasan yang berkepanjangan, dan hilangnya makna hidup¹³. Dalam kondisi seperti ini, pendekatan tasawuf menjadi alternatif penting yang menuntun manusia untuk kembali memahami dirinya secara utuh—tidak hanya sebagai makhluk fisik, tetapi juga makhluk ruhani yang memiliki tugas spiritual.

Keterpaduan antara jasmani, ruh, qalbu, nafsu dan akal menjadi landasan utama dalam berbagai praktik sufistik, seperti *dzikir*, *muhasabah*, dan *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa). Ajaran tasawuf tidak hanya menekankan pentingnya pemahaman teoretis terhadap unsur-unsur batiniah ini, tetapi juga menekankan pembentukan keharmonisan batiniah melalui disiplin spiritual yang terus-menerus.

Dinamika Interelasi Antar Unsur Batiniah

Dalam pandangan tasawuf, lima unsur batiniah manusia—jasmani, ruh, qalbu, nafsu, dan akal—tidak berdiri sendiri, melainkan membentuk suatu sistem yang saling terhubung dan memengaruhi secara timbal balik. Interaksi antar unsur ini tidak bersifat hierarkis atau linier, tetapi berlangsung dalam pola yang kompleks dan dinamis. Perubahan atau gangguan pada salah satu unsur akan menimbulkan dampak berantai pada unsur lainnya, baik secara positif maupun negatif.

Jasmani, sebagai aspek lahiriah manusia, memiliki peran penting dalam menopang seluruh aktivitas kehidupan, termasuk ibadah¹⁴. Kemampuan fisik yang optimal memberikan dukungan nyata bagi kedekatan spiritual, karena ibadah—seperti shalat, puasa, dan haji—memerlukan kekuatan dan ketahanan tubuh. Dalam keadaan ideal, jasmani berada di bawah kendali qalbu yang bersih dan akal yang bijak, sehingga menjadi sarana pengabdian kepada Allah. Namun, bila jasmani dikuasai nafsu yang belum disucikan, ia berubah menjadi instrumen pemuas syahwat duniawi, mengaburkan penalaran akal, dan menodai kejernihan qalbu. Contoh nyata tampak dalam gaya hidup hedonistik modern, seperti mengejar penampilan fisik dan kenyamanan berlebihan hingga mengabaikan ibadah.

Dalam konteks tasawuf, jasmani bukan hanya tubuh fisik, melainkan wahana yang mengekspresikan kehendak batin. Ia menjadi instrumen bagi ruh dan akal dalam melaksanakan tugas kemanusiaan dan penghambaan kepada Allah. Oleh karena itu, menjaga kesehatan jasmani termasuk bagian dari tanggung jawab spiritual yang tidak terpisahkan dari

¹² Muhammad Basyrul Muvid, *Tasawuf Kontemporer*, ed. Budiadi, Edisi Pertama (Jakarta: Amzah, 2020), 6.

¹³ Dwi Oktaviana and Brenton Clark, 'Kontribusi Gaya Hidup Sederhana Bagi Orang Muda Di Era Modernisasi', *Scientific African*, 114.June (4693), 16 <<https://doi.org/10.1016/j.sciaf.2019.e00146>>.

¹⁴ Ari Tri Fitrianto, 'Relevansi Pendidikan Jasmani Dengan Tujuan Pendidikan Islam Dalam Membentuk Individu Yang Seimbang Secara Fisik, Mental, Dan Spiritual', *AL GHAZALI: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 3.2 (2023), 153 <<https://doi.org/10.69900/ag.v3i2.194>>.

penyucian jiwa. Dalam keadaan seimbang, jasmani tunduk pada perintah ruh dan bimbingan akal yang dipandu qalbu yang bersih ¹⁵.

Nafs memiliki peran ganda, yakni sebagai energi pendorong dan sekaligus sumber potensi konflik batin ¹⁶. Nafsu yang belum melalui proses *tazkiyah* (penyucian) akan mendorong jasmani pada perilaku hedonistik, mempengaruhi akal untuk mencari pembenaran logis atas perbuatan keliru, dan menutupi qalbu dari cahaya ruhani ¹⁷. Ia akan cenderung menyeret jasmani pada perilaku hedonistik serta menodai qalbu dengan penyakit hati seperti takabbur, iri hati, dan *riya'*. Namun, tasawuf tidak memandang nafs sebagai musuh yang harus dimusnahkan, melainkan sebagai kekuatan internal yang perlu diarahkan menuju kebaikan ¹⁸. Misalnya, seseorang yang dikuasai nafsu *ammarah* bisa saja menggunakan kecerdasan akalnya untuk membenarkan praktik bisnis yang curang demi keuntungan materi. Dalam tasawuf, nafs bukan dimusnahkan, melainkan diarahkan menuju kebaikan melalui tahapan *takhalli* (mengosongkan diri dari sifat tercela), *tahalli* (menghiasi diri dengan akhlak mulia), dan *tajalli* (tersingkapnya cahaya Ilahi) ¹⁹.

Qalbu berfungsi sebagai pusat kesadaran batin, tempat bertemunya pengaruh ruh yang membawa cahaya dan nafs yang mendorong kecenderungan duniawi. Qalbu menjadi penentu arah kehidupan seseorang, sebab kondisi lahir dan batin sangat dipengaruhi oleh kebersihannya ²⁰. Dalam konteks modern, qalbu yang keruh sering terlihat pada individu yang kehilangan empati akibat paparan konten negatif di media sosial, sehingga penalaran akal menjadi kaku dan jasmani diarahkan pada tindakan impulsif. Oleh karena itu, *dzikir*, *muhasabah*, dan *tazkiyatun nafs* menjadi sarana penting menjaga kejernihan qalbu.

Ruh adalah inti spiritual manusia yang ditiupkan langsung oleh Allah dan menjadi sumber cahaya batin. Peranannya sangat fundamental dalam menghidupkan qalbu dan membimbing manusia menuju *ma'rifatullah*. Namun, potensi ruh sering kali terhambat oleh dominasi nafsu dan kekeruhan qalbu ²¹. Untuk mengaktifkannya, diperlukan intensifikasi hubungan dengan Allah melalui *dzikir* mendalam, *tafakkur*, dan bimbingan mursyid. Ruh

¹⁵ Hakiman Hakiman and Kholid Khamdan Mustofa, 'Pendidikan Jasmani Dalam Kitab At-Tahliyyah Wa At-Targhib Dan Implikasinya Dalam Pendidikan Islam', *Al-Fikri: Jurnal Studi Dan Penelitian Pendidikan Islam*, 5.2 (2022), 154 <<https://doi.org/10.30659/jspi.5.2.153-176>>.

¹⁶ Sahidi Mustafa Mustafa, 'Konsep Jiwa Dalam Al-Qur'an', *Tasfiyah*, 2.1 (2018), 55 <<https://doi.org/10.21111/tasfiyah.v2i1.2485>>.

¹⁷ Indra Nuryana and Nazar Aprilliyanti, 'Konsep Tazkiyyah An-Nafs Dalam Kitab Tafsir Sufi RUH Al-Bayan Dan Kontribusinya Terhadap Pengembangan Model Pembelajaran Pendidikan Agama Islam', *Hasanah-Budiman: Jurnal Pendidikan Agama Islam Dan Pendidikan Umum*, 1.2 (2024), 17.

¹⁸ Syekh Muhammad Fathurahman, *Tasawuf Berkarakter Simpatik (Simpel Praktis & Komprehensif)* 3, ed. by Dewan Ulum Shufiyyah Majelis Ketarekatan Idrisiyyah, pertama (Tasikmalaya, Jawa Barat: Penerbit Mawahib, 2022), 79.

¹⁹ Haidar Putra Daulay, Zaini Dahlan, and Chairul Azmi Lubis, 'TAKHALLI, TAHALLI Dan TAJALLI', *PANDAWA : Jurnal Pendidikan Dan Dakwah*, 3.3 (2021), 350–56 <<https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/pandawa>>.

²⁰ Rizal Fauzi, 'Al-Amrādh Al-Qalbiyyah Dan Terapinya Dalam Ilmu Tasawuf', *Hikamia: Jurnal Pemikiran Tasawuf Dan Peradaban Islam*, 2.2 (2022), 108 <<https://doi.org/https://doi.org/10.58572/hkm.v2i2.21>>.

²¹ Syekh M. Fathurahman, *Tasawuf Berkarakter Simpatik (Simpel Praktis & Komprehensif)* 3, ed. by Dewan Ulum Shufiyyah Majelis Ketarekatan Idrisiyyah, Pertama (Tasikmalaya, Jawa Barat: Penerbit Mawahib, 2021), 161.

Interelasi Fungsional Dimensi Batiniah Manusia Dalam Tasawuf (Kajian Mengenai Keterkaitan Jasmani, Ruh, Qalbu, Nafsu, Akal dalam Praktik Tasawuf) - Winda Kurnia, Rizal Fauzi, Salim Bella Pili

yang aktif akan menyinari qalbu, mengarahkan akal, dan menundukkan nafsu sehingga keseluruhan sistem batiniah kembali pada fitrahnya ²².

Akal dalam struktur batiniah manusia berfungsi sebagai penimbang dan penentu arah, dengan mengolah masukan dari qalbu dan ruh untuk menilai serta menentukan tindakan. Jika qalbu dalam keadaan jernih dan ruh menyala, akal mampu membedakan dengan tajam antara kebenaran dan kebatilan ²³. Namun, ketika akal tidak lagi dipandu oleh keduanya, ia mudah dimanfaatkan sebagai alat pembenar bagi dorongan hawa nafsu. Fenomena *fake news* atau manipulasi informasi di era digital menjadi contoh nyata ketika akal kehilangan panduan ruhani, sehingga mudah diarahkan untuk tujuan destruktif.

Maka dalam tasawuf, akal tidak hanya diasah melalui ilmu, tetapi juga perlu dibimbing oleh cahaya ruhani agar tidak kehilangan arah. Bila akal mampu memenangkan pertarungan batin melawan nafs, maka qalbu akan tetap dalam keadaan baik; namun jika yang menang adalah nafsu, maka qalbu akan rusak dan tertutup. Kondisi qalb inilah yang pada akhirnya menentukan kualitas perilaku seseorang di dunia nyata ²⁴.

Ketidakseimbangan salah satu unsur akan mengganggu seluruh sistem: jasmani yang lemah menghambat ibadah, nafsu yang liar menutup qalbu, ruh yang redup melemahkan akal, dan akal tanpa cahaya ruhani akan terseret membenarkan kesalahan. Sebaliknya, ketika ruh dominan dan qalbu terbuka, akal jernih, nafsu terkendali, dan jasmani tunduk pada perintah Ilahi. Inilah kondisi harmonis yang menjadi tujuan tasawuf.

Struktur batiniah manusia—yang mencakup jasmani, nafsu, qalbu, ruh, dan akal—bekerja sebagai sistem terpadu yang saling memengaruhi. Jasmani menjalankan kehendak batin, nafsu memberi dorongan, qalbu mengarahkan orientasi, ruh menyinari dan menghidupkan, sementara akal menimbang dan menuntun tindakan. Ketika ruh mendominasi dan qalbu terbuka, akal menjadi jernih, nafsu terkendali, dan jasmani tunduk pada perintah *Illahi*. Sebaliknya, jika nafs menguasai dan qalbu tertutup, akal menjadi bias, ruh melemah, dan jasmani cenderung liar—memicu krisis spiritual yang sulit dihindari.

Dalam masyarakat modern yang sarat materialisme dan hedonisme, ketidakseimbangan ini tampak dalam bentuk kekosongan makna, kegelisahan eksistensial, dan alienasi spiritual ²⁵. Tasawuf menawarkan penyembuhan komprehensif melalui pembinaan seimbang terhadap seluruh unsur batiniah: pembersihan nafsu, penguatan ruh, pencerahan qalbu, pembinaan akal, serta perawatan jasmani ²⁶ Praktik seperti dzikir,

²² Luqman Al Hakim, 'Dimensi Tarbiyyah Rūhiyyah Dalam Ilmu Tasawuf', *Hikamia*, 1.2 (2021), hal 63 <<https://doi.org/https://doi.org/10.58572/hkm.v1i2.5>>.

²³ Suswanto dan Firmansyah, 'Potensi Akal Manusia Dalam Al-Qur'an Dan Relevansinya Dengan Pendidikan Islam', *Attaqwa: Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, 17.2 (2021), 124–25.

²⁴ Nur Hardiansyah, 'Konsep Memahami Roh, Akal, Nafsu, Dan Hati', *Maliki Interdisciplinary Journal (MIJ) EISSN*, 1.2 (2023), 372 <<http://urj.uin-malang.ac.id/index.php/mij/index>>.

²⁵ M Rouful Hadi Syarifudin, *KRISIS SPIRITUAL PERSPEKTIF MURTADHA MUTHAHHARI* (Jakarta: Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri (UIN) Syarif Hidayatullah, 2021), 65.

²⁶ Rama Armedi, 'Relevansi Tasawuf Dalam Islam Di Era Modern', *Hikamia: Jurnal Pemikiran Tasawuf Dan Peradaban Islam*, 5.1 (2025), 65 <<https://doi.org/10.58572/hkm.v5i1.148>>.

tazkiyatun nafs, tafakkur, qiyam al-lail, dan uzlah bukan sekadar ritual, melainkan sarana penyelarasan dimensi batiniah agar manusia mencapai puncak kedekatan dengan Allah Swt. secara utuh dan harmonis.

Menuju Insan Kamil: Tujuan Integrasi Dimensi Batiniah dalam Tasawuf

Dalam tradisi tasawuf, puncak perjalanan spiritual manusia adalah tercapainya derajat *insan kamil*, yakni manusia paripurna yang merealisasikan potensi batiniahnya secara utuh dan seimbang²⁷. Predikat *insan kamil* bukan sekadar simbol kesalehan, tetapi gambaran ideal pribadi yang seluruh unsur batiniahnya—jasmani, ruh, qalbu, nafs, dan akal—berfungsi harmonis dalam bingkai penghambaan kepada Allah Swt.

Integrasi kelima unsur batiniah tidak hanya dimaksudkan untuk menghindari ketimpangan atau penyakit jiwa, tetapi juga untuk mempersiapkan manusia menjadi cerminan nilai-nilai Ilahi. Dalam diri *insan kamil*, jasmani menjadi sarana amal saleh; nafs tidak dimusnahkan, tetapi ditundukkan dan diarahkan; ruh aktif menyinari jalan hidup; akal teguh membimbing pilihan dengan hikmah; dan qalbu bersih sehingga mampu menangkap *waridat Ilahiyah*, yaitu ilham sebagai anugerah dan petunjuk dari Allah yang membawa pencerahan ruhani²⁸. Apabila manusia mampu menyelaraskan kelima unsur batiniah tersebut, ia akan mencapai derajat *insan kamil* yang menjadi tujuan tertinggi dalam perjalanan spiritual. Keseimbangan ini membuat manusia tidak hanya sehat secara spiritual, tetapi juga menghadirkan keberkahan dalam relasi sosial, etika, dan peradaban.

Tasawuf memandang pencapaian *insan kamil* bukan sebagai proses instan, melainkan hasil dari *mujahadah* (kesungguhan), *riyadhah* (latihan diri), dan *suluk* (perjalanan spiritual) yang panjang. Melalui praktik-praktik seperti dzikir, *tazkiyatun nafs, tafakkur* (perenungan), *muraqabah*, serta bimbingan seorang mursyid, seseorang diarahkan untuk menyelaraskan seluruh dimensi batiniahnya menuju keseimbangan hakiki.

Dengan demikian, *insan kamil* bukan sekadar visi abstrak dalam tasawuf, tetapi tujuan konkret perjalanan spiritual yang mengintegrasikan seluruh potensi manusia. Ia adalah pribadi yang tidak hanya mengenal Tuhannya secara teoritis, tetapi menjadikan seluruh kehidupannya sebagai cermin sifat-sifat Allah. Inilah bentuk tertinggi kesempurnaan spiritual menurut pandangan tasawuf.

Kesimpulan

Penelitian ini menemukan bahwa lima dimensi batiniah manusia—jasmani, ruh, qalbu, nafsu, dan akal—membentuk satu sistem yang saling memengaruhi dan tidak dapat dipisahkan. Setiap dimensi memiliki fungsi unik namun bekerja secara sinergis untuk

²⁷ Rina Ariani and Mahyudin Ritonga, 'Analisis Pembinaan Karakter: Membangun Transformasi Insan Kamil Menurut Pemikiran Imam Al-Ghazali', *Jurnal Inovatif Manajemen Pendidikan Islam*, 3.2 (2024), 177 <<https://doi.org/10.38073/jimpi.v3i2.1649>>.

²⁸ Syekh Akbar M. Fathurahman, *Tasawuf Berkarakter Simpatik (Simpel Praktis & Komprehensif)* 2, ed. by Dewan Ulum Shufiyyah Majelis Ketarekatan Idrisiyyah, Pertama, (Tasikmalaya, Jawa Barat: Penerbit Mawahib, 2020), 229.

Interelasi Fungsional Dimensi Batiniah Manusia Dalam Tasawuf (Kajian Mengenai Keterkaitan Jasmani, Ruh, Qalbu, Nafsu, Akal dalam Praktik Tasawuf) - Winda Kurnia, Rizal Fauzi, Salim Bella Pili

menciptakan keseimbangan spiritual. Ketidakseimbangan pada satu dimensi dapat mengganggu keseluruhan harmoni batin, sedangkan integrasi yang selaras mampu membimbing manusia menuju derajat *insan kamil*, yakni manusia paripurna dalam pandangan tasawuf.

Temuan ini memberikan kontribusi pada pengayaan kajian tasawuf integratif dengan memetakan keterkaitan fungsional antar dimensi batiniah. Kerangka yang dihasilkan berpotensi menjadi landasan bagi pengembangan teori yang menggabungkan psikologi spiritual dan nilai-nilai Islam, serta dapat diimplementasikan dalam pembinaan karakter, pendidikan ruhani, dan konseling spiritual.

Untuk penelitian selanjutnya, diperlukan kajian lapangan guna menguji penerapan model integrasi lima dimensi batiniah ini pada berbagai konteks, seperti lembaga pendidikan, pesantren, komunitas dakwah, atau kelompok pembinaan masyarakat. Penelitian berikutnya juga dapat mengeksplorasi strategi praktis pembinaan ruhani yang terstruktur melalui metode *tazkiyatun nafs*—meliputi tahap *takhalli*, *tahalli*, dan *tajalli*—dengan pendampingan pembimbing spiritual (*mursyid*), sehingga konsep ini dapat menghasilkan panduan praktis yang relevan dengan tantangan spiritual modern.

Daftar Pustaka

- Akbar, Muhammad Ali, 'Konsep Insan Kamil (Studi Komparatif Pemikiran Abdul Karim Al-Jilli Dan Muhammad Iqbal)', *JOUSIP Journal Of Sufism and Psychotherapy*, 3.1 (2023), hal. 98
- Ariani, Rina, and Mahyudin Ritonga, 'Analisis Pembinaan Karakter: Membangun Transformasi Insan Kamil Menurut Pemikiran Imam Al-Ghazali', *Jurnal Inovatif Manajemen Pendidikan Islam*, 3.2 (2024), 177 <<https://doi.org/10.38073/jimpi.v3i2.1649>>
- Armedi, Rama, 'Relevansi Tasawuf Dalam Islam Di Era Modern', *Hikamia: Jurnal Pemikiran Tasawuf Dan Peradaban Islam*, 5.1 (2025), 65 <<https://doi.org/10.58572/hkm.v5i1.148>>
- Aziz Lukman Hakim Mustaqim, Mas Enong Fatonah, Khamid Maulana, and Theguh Shaumantri, 'Studi Islam Dengan Pendekatan Tasawuf Mistisem Islam', *Berajah Journal*, 4.9 (2024), 631
- Celine, Devi Rofidah, and Mohammad Kurjum, 'Pendidikan Jasmani Berbasis Hadis Dalam Pendidikan Islam: Relevansi Dan Implementasi', *TARBIYA ISLAMIA: Jurnal Pendidikan Dan Keislaman*, 14.2 (2024), 51–52
- Daud, Rosy Febriani, Ilmu Komunikasi, Universitas Muhammadiyah Kotabumi, and Lampung Utara, 'Dampak Perkembangan Teknologi Komunikasi Terhadap Bahasa Indonesia', *Jurnal Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 5.2 (2021), 252 <<https://doi.org/10.30596/interaksi.v5i2.7539>>
- Daulay, Haidar Putra, Zaini Dahlan, and Chairul Azmi Lubis, 'TAKHALLI, TAHALLI Dan TAJALLI', *PANDAWA: Jurnal Pendidikan Dan Dakwah*, 3.3 (2021), 350–56

- <<https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/pandawa>>
- Fadillah, Muti'ah, 'Sumber Daya Manusia (Fitrah, Akal, Qalb, Dan Nafs) Dalam Filsafat Pendidikan Islam', *MA'ALIM: Jurnal Pendidikan Islam*, 5.1 (2024), 160–74
<<https://doi.org/10.21154/maalim.v5i1.8425>>
- Fathurahman, Syekh Akbar M., *Tasawuf Berkarakter Simpatik (Simpel Praktis & Komprehensif) 2*, ed. by Dewan Ulum Shufiyyah Majelis Ketarekatan Idrisiyyah, Pertama, (Tasikmalaya, Jawa Barat: Penerbit Mawahib, 2020), 229.
- Fathurahman, Syekh M., '5 Unsur Manusia Menurut Agama', *YouTube*, 2022
<<https://youtu.be/QOFzU5dK11Y>>
- Fathurahman, Syekh M., *Tasawuf Berkarakter Simpatik (Simpel Praktis & Komprehensif) 3*, ed. by Dewan Ulum Shufiyyah Majelis Ketarekatan Idrisiyyah, Pertama (Tasikmalaya, Jawa Barat: Penerbit Mawahib, 2021), 79.
- Fathurahman, Syekh Muhammad, *Tasawuf Berkarakter Simpatik (Simpel Praktis & Komprehensif) 3*, ed. by Dewan Ulum Shufiyyah Majelis Ketarekatan Idrisiyyah Shu, pertama (Tasikmalaya, Jawa Barat: Penerbit Mawahib, 2022), 161.
- Fauzi, Rizal, 'Al-Amrādh Al-Qalbiyyah Dan Terapinya Dalam Ilmu Tasawuf', *Hikamia: Jurnal Pemikiran Tasawuf Dan Peradaban Islam*, 2.2 (2022), 108
<<https://doi.org/https://doi.org/10.58572/hkm.v2i2.21>>
- Firdaus, Muhammad Lukman, 'Insan Kamil Dalam Keteladanan Rasulullah Saw.: Sebuah Kajian Hadis Tematik', *Jurnal Penelitian Ilmu Ushuluddin*, 2.2 (2022), hal. 214
<<https://doi.org/10.15575/jpiu.v2i2.13525>>
- Hakim, Luqman Al, 'Dimensi Tarbiyyah Rūhiyyah Dalam Ilmu Tasawuf', *Hikamia*, 1.2 (2021), hal 63 <<https://doi.org/https://doi.org/10.58572/hkm.v1i2.5>>
- Hakiman, Hakiman, and Kholid Khamdan Mustofa, 'Pendidikan Jasmani Dalam Kitab At-Tahliyyah Wa At-Targhib Dan Implikasinya Dalam Pendidikan Islam', *Al-Fikri: Jurnal Studi Dan Penelitian Pendidikan Islam*, 5.2 (2022), 154
<<https://doi.org/10.30659/jspi.5.2.153-176>>
- Hardiansyah, Nur, 'Konsep Memahami Roh, Akal, Nafsu, Dan Hati', *Maliki Interdisciplinary Journal (MIJ) EISSN*, 1.2 (2023), 372 <<http://urj.uin-malang.ac.id/index.php/mij/index>>
- Mustafa, Sahidi Mustafa, 'Konsep Jiwa Dalam Al-Qur'an', *Tasfiah*, 2.1 (2018), 55
<<https://doi.org/10.21111/tasfiah.v2i1.2485>>
- Nuryana, Indra, and Nazar Aprilliyanti, 'Konsep Tazkiyyah An-Nafs Dalam Kitab Tafsir Sufi RUH Al-Bayan Dan Kontribusinya Terhadap Pengembangan Model Pembelajaran Pendidikan Agama Islam', *Hasanah-Budiman: Jurnal Pendidikan Agama Islam Dan Pendidikan Umum*, 1.2 (2024), 17.
- Oktaviana, Dwi, and Brenton Clark, 'Kontribusi Gaya Hidup Sederhana Bagi Orang Muda Di Era Modernisasi', *Scientific African*, 114.June (4693), 16
<<https://doi.org/10.1016/j.sciaf.2019.e00146>>
- Respati, Yacobus Ari, and Jennifer Jennifer, 'Seni Sebagai Media Penyaluran Emosi Bagi Remaja Yang Mengalami Burnout', *Focus*, 5.1 (2024), 80
<<https://doi.org/10.26593/focus.v5i1.8044>>

Interelasi Fungsional Dimensi Batiniah Manusia Dalam Tasawuf (Kajian Mengenai Keterkaitan Jasmani, Ruh, Qalbu, Nafsu, Akal dalam Praktik Tasawuf) - Winda Kurnia, Rizal Fauzi, Salim Bella Pili

- Rica Khairunisa, M.Rizki Mayollie, Carenina Br.Siagian, Dzaky Fadhlu Rahman, Fitria Mayasari, Wismanto Wismanto, 'Manusia Dalam Islam : Antara Akal , Ruh Dan Nafsu', 2 (2025), 41–52 <<https://doi.org/https://doi.org/10.61132/karakter.v2i1.363>>
- Sirojuddin, Ahmad Sholihin, and Ahmad Kowim Sabilillah, 'Menggali Krisis Psikospiritual Dan Akhlak Manusia Melalui Lensa Tasawuf', 01 (2025), 60
- Suswanto dan Firmansyah, 'Potensi Akal Manusia Dalam Al-Qur'an Dan Relevansinya Dengan Pendidikan Islam', *Attaqwa: Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, 17.2 (2021), 124–25
- Syarifudin, M Rouful Hadi, *KRISIS SPIRITUAL PERSPEKTIF MURTADHA MUTHAHHARI* (Jakarta: Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri (UIN) Syarif Hidayatullah, 2021),65.
- Syauqi, Muhammad, 'Tasawuf Sebagai Terapi Menemukan Makna Spiritual Dalam Hidup Modern', *Ameena Journal*, 1.4 (2023), 360 <<https://doi.org/10.63732/aij.v1i4.40>>
- Tri Fitrianto, Ari, 'Relevansi Pendidikan Jasmani Dengan Tujuan Pendidikan Islam Dalam Membentuk Individu Yang Seimbang Secara Fisik, Mental, Dan Spiritual', *AL GHAZALI: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 3.2 (2023), 153 <<https://doi.org/10.69900/ag.v3i2.194>>