



## **Dari Riyadah ke Etika Hidup: Internalisasi Manhaj Attahqiq dan Keberlanjutan Spiritualitas Alumni Pesantren**

**Badrul Munir<sup>1</sup>, Hanafiah<sup>2</sup> & Faiz Karim Fatkhullah<sup>3</sup>**

<sup>1</sup> Universitas Islam Nusantara, Bandung, Indonesia

Telp: +601345xxx, Fax: +6033xxxx

E-mail: elanjaelani@uinisd.ac.id

<sup>2</sup> Universitas Islam Nusantara, Bandung, Indonesia

Telp: 082117947595

E-mail: hanafiah@uninus.ac.id

<sup>3</sup> Universitas Islam Nusantara, Bandung, Indonesia

Telp: 085224027175

E-mail: faizkarim@uninus.ac.id

### **RIWAYAT ARTIKEL**

Received : 2026-01-17

Revised : 2026-01-24

Accepted : 2026-01-26

### **KEYWORDS**

Manhaj Attahqiq

Applied Sufism

Value Internalization

Spiritual Resilience

Islamic Boarding School

Alumni

### **KATA KUNCI**

Manhaj Attahqiq

Tasawuf Amali

Internalisasi Nilai

Spiritual Resilience

Pesantren

Alumni

### **ABSTRACT**

*This study addresses the challenge of sustaining religious character and spiritual resilience among pesantren alumni after returning to broader social environments. Many graduates experience a decline in religious consistency when institutional structures are no longer present. This research aims to explore how the Manhaj Attahqiq at Banuraja Islamic Boarding School is internalized and how it influences the sustainability of religious practices, moral development, and spiritual well-being of alumni. A descriptive qualitative approach was employed using in-depth interviews, open-ended questionnaires, and triangulation with significant others. Data were analyzed thematically to capture patterns of lived experiences and subjective meanings. The findings indicate that Manhaj Attahqiq does not merely cultivate ritual habits but internalizes spiritual discipline (riyadah) as a sustainable life ethic, reflected in consistent worship practices, emotional stability, self-regulation, and meaningful life orientation. Dhikr, spiritual routines, and ethical discipline function as primary sources of spiritual resilience in navigating life challenges. The study concludes that a manhaj-centered internalization model emphasizing inner awareness and ethical embodiment is more effective in sustaining spiritual continuity than purely normative-instructional approaches, offering significant implications for the development of pesantren-based spiritual education models.*

### **ABSTRAK**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh tantangan keberlanjutan pembentukan karakter dan spiritualitas alumni pesantren setelah kembali ke masyarakat. Banyak lulusan lembaga pendidikan keagamaan mengalami penurunan konsistensi ibadah dan ketahanan akhlak ketika tidak lagi berada dalam lingkungan yang terstruktur. Penelitian ini bertujuan mengkaji bagaimana Manhaj Attahqiq di Pondok Pesantren Banuraja diinternalisasikan dan berdampak pada keberlanjutan ibadah, pembentukan akhlak, serta kesejahteraan lahir dan batin alumni. Penelitian menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara mendalam, angket terbuka, dan triangulasi dengan orang-orang terdekat alumni. Analisis data dilakukan secara tematik untuk mengidentifikasi pola pengalaman dan makna subjektif alumni. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Manhaj Attahqiq tidak hanya membentuk kebiasaan ritual, tetapi menginternalisasikan riyadah sebagai etika hidup yang berkelanjutan, tercermin dalam konsistensi ibadah, stabilitas emosi, pengendalian diri, serta orientasi hidup yang lebih bermakna. Praktik dzikir, wirid, dan disiplin adab menjadi sumber utama ketahanan spiritual alumni dalam

menghadapi dinamika kehidupan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa internalisasi manhaj yang berorientasi pada pembentukan kesadaran batin lebih efektif dalam menjaga keberlanjutan spiritual dibandingkan pendekatan normatif-instruksional semata, sehingga memiliki implikasi penting bagi pengembangan model pendidikan pesantren berbasis tasawuf amali.

## 1. Pendahuluan

Keberlanjutan pembentukan karakter religius dan ketahanan spiritual lulusan lembaga pendidikan keagamaan merupakan tantangan serius dalam dunia pendidikan kontemporer. Banyak studi menunjukkan bahwa internalisasi nilai-nilai religius yang berhasil di lingkungan pendidikan formal sering kali melemah ketika individu kembali ke realitas sosial yang lebih kompleks, kompetitif, dan minim kontrol normatif. Dalam konteks pendidikan Islam, pesantren dikenal sebagai institusi yang tidak hanya mentransmisikan ilmu keagamaan, tetapi juga membentuk habitus spiritual, etika hidup, dan kedisiplinan moral santri melalui sistem pembiasaan, keteladanan, dan riyāḍah amaliyah (Madjid, 2002; Qomar, 2010; Wahid, 2018).

Namun demikian, keberhasilan pesantren tidak selalu terukur dari capaian akademik atau kepatuhan ritual semata, melainkan dari kemampuan alumninya menjaga kontinuitas ibadah, stabilitas akhlak, dan ketahanan batin setelah tidak lagi berada dalam sistem pengawasan pesantren. Beberapa penelitian tentang pendidikan spiritual menunjukkan bahwa banyak lulusan lembaga keagamaan mengalami disrupsi praksis spiritual akibat tekanan ekonomi, perubahan lingkungan sosial, serta lemahnya mekanisme internalisasi nilai (Anwar, 2018; Syamsuddin, 2020). Kondisi ini menuntut model pendidikan spiritual yang tidak hanya menekankan disiplin ritual, tetapi mampu membentuk kesadaran batin dan etika hidup yang berkelanjutan.

Dalam tradisi tasawuf klasik, proses pembentukan kesadaran batin dilakukan melalui riyāḍah, yaitu latihan spiritual yang menata relasi manusia dengan dirinya, dunia, dan Tuhan. Abū Ṭālib al-Makkī dalam *Qūt al-Qulūb* menegaskan bahwa jalan spiritual bertumpu pada pengendalian diri, penyucian niat, dan pendisiplinan batin yang melahirkan ma'rifat dan akhlak, bukan sekadar pengalaman ekstatis. Empat pilar riyāḍah diam, lapar, menyendiri, dan kesadaran malam dipahami sebagai instrumen transformasi batin yang menghasilkan kejernihan orientasi hidup. Dalam perkembangan kontemporer, tasawuf amali mengalami reorientasi dari praktik asketik individual menuju pendekatan pedagogis yang lebih kontekstual dan aplikatif dalam pendidikan pesantren.

Sejumlah penelitian mutakhir mengkaji integrasi tasawuf dalam pendidikan karakter, pembentukan spiritual well-being, serta penguatan moralitas sosial. Studi-studi tersebut menunjukkan bahwa pendekatan spiritual yang menekankan internalisasi nilai, refleksi diri, dan praktik kesadaran memiliki korelasi positif dengan stabilitas emosi, ketahanan psikologis, dan kualitas relasi sosial (Basri, 2019; Fadilah, 2022; Rahman, 2019). Di sisi lain, riset pesantren kontemporer juga menyoroti pentingnya model pendidikan yang tidak hanya normatif-instruksional, tetapi membangun kesadaran etis yang berakar pada pengalaman spiritual santri (Qomar, 2010; Wahid, 2018).

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian masih berfokus pada proses pendidikan di dalam pesantren dan belum secara memadai mengeksplorasi keberlanjutan internalisasi nilai setelah santri menjadi alumni. Kajian empiris tentang bagaimana manhaj spiritual dipraktikkan dalam kehidupan nyata pasca-pesantren, bagaimana ia bertransformasi menjadi etika hidup, serta bagaimana ia membentuk ketahanan spiritual dalam menghadapi dinamika sosial modern masih relatif terbatas. Di sinilah terdapat celah penelitian yang perlu diisi, terutama untuk memahami efektivitas pendidikan tasawuf dalam jangka panjang.

Manhaj *Attaḥqīq* merupakan salah satu pendekatan pembinaan ruhani yang menekankan kejujuran batin, disiplin adab, kesederhanaan hidup, serta kesinambungan amalan sebagai jalan menuju kematangan spiritual. Di Pondok Pesantren Banuraja, manhaj ini tidak diposisikan sebagai praktik asketik eksklusif, tetapi sebagai pola pendidikan yang terintegrasi dalam kehidupan sehari-hari santri. Proses internalisasi tidak hanya terjadi melalui pengajaran normatif, tetapi melalui pembiasaan hidup, keteladanan guru, dan pendampingan spiritual yang berkesinambungan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana Manhaj *Attaḥqīq* diinternalisasikan dan bagaimana dampaknya terhadap keberlanjutan ibadah, pembentukan akhlak, serta kesejahteraan lahir dan batin alumni pesantren. Secara khusus, penelitian ini berupaya menjawab pertanyaan: (1) bagaimana pola internalisasi Manhaj *Attaḥqīq* dalam kehidupan alumni; (2) bagaimana manhaj tersebut membentuk keberlanjutan praksis spiritual; dan (3)

bagaimana implikasinya terhadap ketahanan moral dan kesejahteraan batin alumni.

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan paradigma interpretatif. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan alumni, angket terbuka, serta triangulasi dengan orang-orang terdekat alumni untuk memperkuat validitas temuan. Analisis data dilakukan secara tematik untuk mengidentifikasi pola pengalaman, makna subjektif, dan dinamika internalisasi nilai spiritual dalam kehidupan nyata.

Secara teoretik, penelitian ini berkontribusi pada pengembangan kajian pendidikan tasawuf dengan menegaskan pergeseran riyāḍah dari praktik asketik menuju etika hidup berkelanjutan. Secara praktis, temuan penelitian diharapkan memberikan implikasi bagi pengembangan model pendidikan pesantren yang lebih efektif dalam membangun ketahanan spiritual alumni di tengah tantangan modernitas.

## 2. Tinjauan Literatur

### a. Pendidikan Spiritual dan Pembentukan Karakter dalam Konteks Pesantren

Pesantren secara historis dipahami sebagai institusi pendidikan Islam yang mengintegrasikan transmisi ilmu, pembentukan adab, dan pendalaman spiritualitas dalam satu ekosistem pendidikan. Studi klasik menempatkan pesantren sebagai ruang pembentukan habitus religius melalui disiplin ritual, keteladanan kiai, serta relasi intens antara guru dan santri (Madjid, 2013; Wahid, 2018). Dalam perspektif kontemporer, pesantren tidak lagi dipandang semata sebagai lembaga tradisional, tetapi sebagai arena produksi nilai-nilai moral, karakter sosial, dan ketahanan spiritual dalam menghadapi modernitas (Wahid, 2018).

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa keberhasilan pesantren terletak pada kemampuannya membangun pembiasaan religius yang konsisten, seperti shalat berjamaah, wirid kolektif, dan disiplin adab harian (Anwar, 2018; Syamsuddin, 2020). Pembiasaan ini menciptakan struktur kesadaran yang relatif stabil selama santri berada di lingkungan pesantren. Namun demikian, penelitian-penelitian tersebut umumnya berfokus pada fase pendidikan internal dan belum banyak mengeksplorasi bagaimana nilai-nilai tersebut bertahan atau bertransformasi setelah santri menjadi alumni dan menghadapi realitas sosial yang lebih kompleks.

Di sisi lain, literatur pendidikan karakter menekankan bahwa keberlanjutan nilai tidak cukup dibangun melalui regulasi eksternal, tetapi membutuhkan internalisasi kesadaran moral dan

refleksi diri yang mendalam. Pendekatan berbasis pengalaman, pembiasaan reflektif, dan integrasi nilai dalam praktik hidup dinilai lebih efektif dalam membentuk karakter jangka panjang dibandingkan pendekatan instruksional semata.

### b. Tasawuf Amali, Riyāḍah, dan Internalisasi Nilai Spiritual

Tasawuf amali menempatkan riyāḍah sebagai mekanisme utama pembentukan kesadaran batin dan akhlak. Dalam tradisi klasik, riyāḍah bukan sekadar latihan fisik atau asketisme, melainkan proses sistematis untuk menundukkan ego, memurnikan niat, dan menata orientasi hidup (Ghazali, 2013). Abū Ṭālib al-Makkī menegaskan bahwa tujuan utama riyāḍah adalah melahirkan ma'rifat yang membimbing perilaku dan relasi sosial, bukan pencapaian pengalaman spiritual yang spektakuler.

Dalam konteks pendidikan modern, sejumlah penelitian mengkaji transformasi tasawuf dari praktik individual menuju pendekatan pedagogis yang lebih aplikatif. (Fadilah, 2022) menunjukkan bahwa model riyāḍah ruhiyyah dalam pendidikan pesantren mampu meningkatkan disiplin diri dan stabilitas emosional santri. (Basri, 2019) mengungkap bahwa praktik dzikir secara konsisten berkontribusi pada regulasi emosi dan kesehatan psikologis. Penelitian lain menyoroti bahwa integrasi tasawuf dalam kurikulum pendidikan Islam memperkuat dimensi etika, empati sosial, dan kesadaran spiritual peserta didik.

Meskipun demikian, sebagian studi masih memandang riyāḍah dalam kerangka latihan individual yang intens dan kurang memperhatikan dimensi keberlanjutan sosialnya. Kritik juga muncul terhadap praktik tasawuf yang cenderung eskapistik dan terpisah dari realitas sosial, sehingga kurang relevan bagi kebutuhan pendidikan kontemporer. Hal ini menuntut reinterpretasi tasawuf sebagai etika hidup yang membumi dan berorientasi keberlanjutan.

### c. Spiritualitas, Ketahanan Psikologis, dan Kesejahteraan Batin

Dalam kajian psikologi religius dan pendidikan spiritual, spiritualitas dipahami sebagai sumber penting bagi ketahanan psikologis (spiritual resilience) dan kesejahteraan batin. Studi empiris menunjukkan bahwa praktik spiritual seperti doa, dzikir, dan refleksi religius berkorelasi dengan penurunan tingkat kecemasan, peningkatan stabilitas emosi, serta penguatan makna hidup (Basri, 2019; Rahman, 2019).

Literatur mutakhir juga menyoroti hubungan antara spiritualitas dan well-being sebagai proses dinamis yang dipengaruhi oleh konteks sosial, makna personal, dan kontinuitas praktik.

Spiritualitas tidak lagi dipahami sebagai pengalaman privat semata, tetapi sebagai orientasi hidup yang mempengaruhi pola pengambilan keputusan, relasi sosial, dan sikap menghadapi krisis.

Namun demikian, sebagian penelitian masih menempatkan spiritualitas dalam kerangka psikologis yang terpisah dari dimensi pedagogis dan tradisi keilmuan Islam. Integrasi antara tasawuf sebagai disiplin keilmuan klasik dan konsep kesejahteraan Ospiritual modern masih relatif terbatas, terutama dalam konteks pesantren dan alumni.

#### **d. Keberlanjutan Praktik Keagamaan Pasca Pendidikan**

Isu keberlanjutan praktik keagamaan pasca pendidikan formal menjadi perhatian penting dalam studi pendidikan. Beberapa riset menunjukkan bahwa individu cenderung mengalami penurunan intensitas praktik religius ketika tidak lagi berada dalam lingkungan institusional yang terstruktur. Faktor lingkungan kerja, tekanan ekonomi, perubahan jejaring sosial, serta minimnya dukungan komunitas menjadi variabel penting yang mempengaruhi kontinuitas nilai.

Dalam konteks pesantren, kajian tentang alumni masih lebih banyak menyoroti aspek sosial-ekonomi dan kontribusi dakwah, sementara dimensi keberlanjutan spiritual relatif kurang dieksplorasi secara empiris. Hal ini menciptakan celah riset mengenai bagaimana nilai-nilai spiritual yang ditanamkan selama masa pendidikan dapat bertahan, bertransformasi, atau bahkan mengalami erosi dalam kehidupan nyata.

#### **e. Sintesis Literatur dan Posisi Penelitian**

Berdasarkan telaah literatur di atas, dapat disimpulkan beberapa kecenderungan utama. Pertama, pesantren terbukti efektif dalam membentuk pembiasaan religius dan etika dasar santri selama masa pendidikan. Kedua, tasawuf amali dan riyāḍah memiliki potensi besar dalam membentuk kesadaran batin, pengendalian diri, dan stabilitas moral. Ketiga, spiritualitas berkontribusi signifikan terhadap kesejahteraan psikologis dan ketahanan menghadapi tekanan hidup. Namun, keempat, terdapat keterbatasan penelitian yang secara khusus mengkaji keberlanjutan internalisasi nilai spiritual pasca pendidikan pesantren.

Sebagian besar studi masih berhenti pada fase proses pendidikan internal atau mengkaji spiritualitas secara psikologis tanpa mengaitkannya dengan kerangka tasawuf dan praktik pendidikan pesantren secara konkret. Selain itu, kajian tentang bagaimana riyāḍah ditransformasikan menjadi etika

hidup yang berkelanjutan dalam konteks sosial modern masih relatif jarang.

Penelitian ini menempatkan dirinya pada irisan antara pendidikan pesantren, tasawuf amali, dan keberlanjutan spiritual alumni. Fokus utama penelitian bukan pada intensitas ritual atau pengalaman mistik, tetapi pada proses internalisasi nilai dan transformasinya menjadi pola hidup yang stabil. Dengan demikian, penelitian ini berkontribusi dalam memperkaya diskursus pendidikan spiritual dengan menghadirkan model internalisasi manhaj yang aplikatif, kontekstual, dan berorientasi keberlanjutan.

### **3. Metode**

#### **a. Desain dan Pendekatan Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan paradigma interpretatif. Pendekatan ini dipilih untuk memahami secara mendalam pengalaman subjektif alumni pesantren dalam menginternalisasikan Manhaj Attahqīq serta makna yang mereka konstruksikan terhadap praktik ibadah, pembentukan akhlak, dan kesejahteraan batin dalam kehidupan sehari-hari. Paradigma interpretatif memungkinkan peneliti menangkap realitas sosial sebagai konstruksi makna yang hidup dalam kesadaran subjek penelitian, bukan sebagai variabel terukur secara statistik.

Desain deskriptif kualitatif digunakan untuk menggambarkan pola, kecenderungan, dan dinamika internalisasi nilai secara naturalistik tanpa intervensi atau manipulasi variabel.

#### **b. Lokasi dan Konteks Penelitian**

Penelitian dilaksanakan di Pondok Pesantren Banuraja dan lingkungan sosial alumni yang telah kembali ke masyarakat. Pesantren ini menerapkan Manhaj Attahqīq sebagai pendekatan pembinaan ruhani yang menekankan disiplin adab, kejujuran batin, kesinambungan amalan, dan kesederhanaan hidup. Konteks sosial alumni yang beragam baik dalam dunia kerja, pendidikan lanjutan, maupun aktivitas sosial-keagamaan memberikan ruang yang kaya untuk mengamati bagaimana nilai-nilai pesantren bertransformasi dalam kehidupan nyata.

#### **c. Subjek Penelitian dan Teknik Pemilihan Informan**

Subjek penelitian adalah alumni Pondok Pesantren Banuraja angkatan 2020–2021 yang telah menjalani kehidupan bermasyarakat dalam rentang waktu tertentu setelah kelulusan. Informan dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan mempertimbangkan variasi latar belakang pekerjaan,

pengalaman sosial, serta keterlibatan keagamaan, agar diperoleh gambaran yang komprehensif mengenai pola internalisasi manhaj.

Sebagai bentuk penguatan validitas data, penelitian ini juga melibatkan informan pendukung berupa orang-orang terdekat alumni, seperti orang tua, pasangan, dan rekan kerja, untuk memperoleh perspektif eksternal terhadap perubahan perilaku dan sikap hidup alumni.

#### d. Teknik Pengumpulan Data

Data dikumpulkan melalui beberapa teknik berikut:

- 1) Wawancara Mendalam  
Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur untuk menggali pengalaman personal alumni terkait praktik ibadah, dinamika batin, pembentukan akhlak, serta tantangan yang dihadapi dalam menjaga kesinambungan amalan setelah kembali ke masyarakat.
- 2) Angket Terbuka  
Angket digunakan untuk menjangkau refleksi tertulis alumni mengenai pengalaman spiritual, persepsi terhadap Manhaj Attahqīq, serta perubahan sikap hidup yang mereka rasakan.
- 3) Triangulasi Sumber  
Wawancara dengan orang-orang terdekat alumni dilakukan untuk mengonfirmasi konsistensi perilaku, kejujuran informasi, dan dampak nyata manhaj dalam kehidupan sehari-hari.

#### e. Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan secara tematik dengan tahapan sebagai berikut:

- 1) transkripsi data wawancara dan pengorganisasian data tertulis;
- 2) pembacaan berulang untuk memperoleh pemahaman menyeluruh;
- 3) pengkodean awal untuk mengidentifikasi tema-tema penting;
- 4) kategorisasi tema berdasarkan kesamaan makna;
- 5) interpretasi temuan untuk membangun pola dan makna substantif.

Analisis dilakukan secara interaktif, yaitu berlangsung secara simultan dengan proses pengumpulan data, sehingga memungkinkan penajaman fokus dan pendalaman data.

#### f. Keabsahan Data

Keabsahan data dijaga melalui beberapa strategi, yaitu:

- 1) Triangulasi sumber, untuk memastikan konsistensi informasi antar informan;

- 2) Keterlibatan peneliti secara berkelanjutan, untuk memahami konteks secara mendalam;
- 3) Pengecekan ulang makna (member checking) secara informal, untuk menghindari kesalahan interpretasi;
- 4) Audit trail, berupa dokumentasi proses penelitian dan keputusan analisis.

#### g. Etika Penelitian

Penelitian ini menjunjung tinggi prinsip etika penelitian, antara lain: persetujuan informan (informed consent), kerahasiaan identitas, penggunaan data secara akademik, serta penghormatan terhadap nilai-nilai sosial dan religius komunitas pesantren.

## 4. Hasil

Hasil penelitian mengungkap tiga tema utama yang merepresentasikan pola internalisasi Manhaj Attahqīq dalam kehidupan alumni pesantren, yaitu: (1) keberlanjutan praksis ibadah sebagai kesadaran personal, (2) transformasi riyāḍah menjadi etika hidup dan pembentukan akhlak, serta (3) penguatan ketahanan batin dan orientasi makna hidup.

#### a. Keberlanjutan Praksis Ibadah sebagai Kesadaran Personal

Para alumni menunjukkan bahwa praktik ibadah tidak lagi dipahami semata sebagai kewajiban formal sebagaimana ketika berada dalam sistem disiplin pesantren, melainkan sebagai kebutuhan batin yang tumbuh dari kesadaran pribadi. Shalat tetap dijaga sebagai poros utama relasi spiritual dengan Allah, meskipun pelaksanaannya menyesuaikan dengan ritme kerja dan tanggung jawab sosial.

Dzikir, shalawat, dan wirid dasar Manhaj Attahqīq menjadi amalan yang paling konsisten dipertahankan. Praktik ini tidak hanya berfungsi sebagai ibadah verbal, tetapi sebagai mekanisme pengaturan emosi, penjernihan niat, dan penguatan orientasi spiritual dalam menghadapi tekanan hidup. Alumni menggambarkan bahwa ketika menghadapi kegelisahan, konflik pekerjaan, atau persoalan keluarga, dzikir menjadi ruang pemulihan batin yang menenangkan.

Tilawah Al-Qur'an tetap dilakukan dalam bentuk yang realistik dan kontekstual, sering kali diposisikan sebagai momen refleksi personal daripada target kuantitatif bacaan. Sebagian alumni juga menjaga keterhubungan dengan majelis ilmu atau komunitas keagamaan sebagai upaya mempertahankan iklim spiritual yang mendukung.

Secara umum, keberlanjutan ibadah pada alumni tidak ditandai oleh intensitas ritual yang tinggi, tetapi

oleh konsistensi orientasi batin dan keterikatan makna terhadap praktik ibadah itu sendiri.

### **b. Transformasi Riyāḍah menjadi Etika Hidup dan Pembentukan Akhlak**

Temuan penelitian menunjukkan bahwa nilai-nilai riyāḍah dalam Manhaj Attahqīq mengalami transformasi dari latihan spiritual formal menjadi etika hidup yang membentuk perilaku sehari-hari. Alumni tidak lagi mengekspresikan riyāḍah dalam bentuk asketisme fisik yang ketat, tetapi dalam pengendalian diri, kesederhanaan sikap, dan kedisiplinan moral.

Kesabaran muncul sebagai karakter yang menonjol, terutama dalam menghadapi konflik interpersonal dan tekanan kerja. Alumni cenderung menahan reaksi impulsif, memilih refleksi diri, dan mengedepankan penyelesaian masalah secara tenang. Kejujuran dan amanah juga menjadi nilai yang dijaga secara serius, khususnya dalam konteks pekerjaan dan relasi sosial.

Sikap tawadhu' dan kesadaran akan keterbatasan diri tercermin dalam cara alumni membangun relasi sosial yang tidak hierarkis dan tidak kompetitif secara berlebihan. Kepedulian sosial terwujud dalam keterlibatan mereka dalam kegiatan kemasyarakatan dan keagamaan, baik dalam bentuk bantuan praktis maupun partisipasi sosial.

Transformasi ini menunjukkan bahwa Manhaj Attahqīq tidak berhenti pada pembentukan perilaku ritual, tetapi membangun struktur etika yang mengatur cara berpikir, bersikap, dan mengambil keputusan dalam kehidupan nyata.

### **c. Ketahanan Batin dan Orientasi Makna Hidup**

Tema ketiga yang mengemuka adalah penguatan ketahanan batin (spiritual resilience) dan orientasi makna hidup. Alumni menggambarkan adanya peningkatan kemampuan menerima realitas hidup, mengelola kecemasan, dan menjaga stabilitas emosi dalam menghadapi ketidakpastian sosial dan ekonomi.

Ketenangan batin tidak dipahami sebagai ketiadaan masalah, melainkan sebagai kemampuan menjaga kejernihan sikap di tengah tekanan. Praktik dzikir dan refleksi spiritual berfungsi sebagai jangkar psikologis yang menjaga keseimbangan antara tuntutan dunia dan orientasi akhirat.

Orientasi hidup alumni menunjukkan pergeseran dari orientasi materialistik menuju orientasi kebermaknaan. Keberhasilan tidak lagi diukur semata dari capaian ekonomi atau status sosial, tetapi dari kualitas kejujuran, keberkahan hidup, dan konsistensi hubungan dengan Allah.

Temuan ini menegaskan bahwa internalisasi Manhaj Attahqīq berkontribusi pada pembentukan

kesejahteraan batin yang relatif stabil dan adaptif terhadap dinamika kehidupan modern.

## **5. Diskusi**

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa internalisasi Manhaj Attahqīq tidak berhenti pada pembentukan kebiasaan ritual selama masa pendidikan pesantren, tetapi bertransformasi menjadi etika hidup yang membentuk keberlanjutan praksis spiritual, stabilitas akhlak, dan ketahanan batin alumni. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa pendidikan spiritual yang efektif bukan semata-mata menghasilkan kepatuhan normatif, melainkan membangun struktur kesadaran batin yang mampu bertahan dalam dinamika sosial yang kompleks.

Sejalan dengan literatur pendidikan pesantren, pembiasaan ibadah dan adab terbukti membentuk habitus religius yang relatif stabil (Madjid, 2013; Qomar, 2010; Wahid, 2018). Namun, sebagian penelitian sebelumnya lebih menekankan keberhasilan pesantren dalam konteks internal lembaga, tanpa menelaah secara mendalam bagaimana nilai-nilai tersebut bertahan ketika santri telah menjadi alumni. Temuan penelitian ini melengkapi celah tersebut dengan menunjukkan bahwa keberlanjutan spiritual tidak hanya bergantung pada intensitas disiplin institusional, tetapi pada keberhasilan proses internalisasi nilai menjadi orientasi hidup personal.

Dalam perspektif tasawuf amali, riyāḍah dipahami sebagai proses transformasi batin yang melahirkan kejernihan orientasi dan akhlak, bukan sekadar latihan fisik atau asketisme (Ghazali, 2013). Temuan penelitian ini mengafirmasi kerangka tersebut dengan menunjukkan bahwa nilai-nilai riyāḍah dalam Manhaj Attahqīq hadir dalam bentuk pengendalian diri, kesederhanaan sikap, kedisiplinan moral, dan kesadaran reflektif dalam kehidupan alumni. Transformasi ini menandai pergeseran penting dari riyāḍah sebagai praktik individual menuju riyāḍah sebagai etika hidup yang berkelanjutan.

Sejumlah studi kontemporer menegaskan bahwa internalisasi spiritual yang berorientasi pada kesadaran diri dan refleksi memiliki dampak positif terhadap regulasi emosi, ketahanan psikologis, dan kualitas relasi sosial (Basri, 2019; Fadilah, 2022; Rahman, 2019). Temuan penelitian ini memperluas hasil tersebut dengan memberikan bukti empiris bahwa pendekatan manhaj berbasis tasawuf amali tidak hanya berdampak pada kesejahteraan psikologis, tetapi juga membentuk pola pengambilan

keputusan moral dan orientasi kebermaknaan hidup alumni pesantren.

Temuan tentang keberlanjutan ibadah sebagai kesadaran personal mengindikasikan bahwa internalisasi nilai lebih efektif dibandingkan kontrol normatif. Hal ini sejalan dengan pendekatan pendidikan karakter yang menekankan pentingnya otonomi moral, refleksi diri, dan pembelajaran bermakna sebagai fondasi karakter jangka panjang. Dalam konteks ini, Manhaj Attahqīq berfungsi sebagai kerangka pedagogis yang mengintegrasikan dimensi spiritual, etis, dan praksis secara simultan.

Aspek transformasi riyāḍah menjadi etika hidup juga memberikan kontribusi penting dalam merespons kritik terhadap tasawuf yang dianggap eskapistik dan terpisah dari realitas sosial. Temuan penelitian menunjukkan bahwa internalisasi manhaj justru memperkuat keterlibatan sosial, tanggung jawab moral, dan adaptasi realistis terhadap tuntutan kehidupan modern. Dengan demikian, tasawuf tidak diposisikan sebagai pelarian dari dunia, melainkan sebagai basis etika yang memanusiaikan relasi sosial dan menata orientasi hidup secara seimbang.

Penguatan ketahanan batin dan orientasi makna hidup yang ditemukan dalam penelitian ini juga relevan dengan kajian spiritual well-being yang menempatkan makna hidup, penerimaan diri, dan koneksi transendental sebagai determinan kesejahteraan jangka panjang. Namun, berbeda dengan pendekatan psikologis yang sering bersifat individualistik, penelitian ini menegaskan bahwa ketahanan batin dibentuk melalui tradisi pedagogis, relasi guru–murid, dan sistem nilai kolektif pesantren yang terinternalisasi secara gradual.

Dari sisi kontribusi teoretik, penelitian ini menawarkan model konseptual internalisasi manhaj yang memediasi transformasi riyāḍah menjadi etika hidup berkelanjutan. Model ini menempatkan pembiasaan spiritual, refleksi batin, dan disiplin adab sebagai mekanisme utama pembentukan ketahanan spiritual alumni. Kontribusi ini memperkaya kajian pendidikan tasawuf dengan perspektif empiris yang menautkan tradisi klasik dengan kebutuhan pendidikan kontemporer.

Secara praktis, temuan penelitian memberikan implikasi bagi pengembangan pendidikan pesantren agar tidak hanya berfokus pada kepatuhan ritual, tetapi juga pada pembentukan kesadaran reflektif, kemandirian spiritual, dan integrasi nilai dalam kehidupan nyata. Program pembinaan alumni, pendampingan ruhani pasca-lulus, serta penguatan budaya refleksi dapat menjadi strategi konkret dalam menjaga keberlanjutan manhaj.

Keterbatasan penelitian ini terletak pada ruang lingkup konteks yang bersifat lokal dan pendekatan kualitatif yang tidak dimaksudkan untuk generalisasi statistik. Namun, kedalaman data memberikan pemahaman kontekstual yang kaya mengenai dinamika internalisasi nilai spiritual dalam kehidupan alumni pesantren. Penelitian lanjutan dapat memperluas cakupan konteks, menggunakan pendekatan komparatif, atau mengombinasikan metode kualitatif dan kuantitatif untuk memperkuat validitas temuan.

## 6. Kesimpulan

Penelitian ini menegaskan bahwa internalisasi Manhaj Attahqīq tidak berhenti pada pembentukan kebiasaan ritual selama masa pendidikan pesantren, tetapi bertransformasi menjadi etika hidup yang membentuk keberlanjutan spiritual alumni dalam kehidupan nyata. Keberlanjutan ibadah muncul sebagai kesadaran personal yang stabil, pembentukan akhlak berlangsung sebagai ekspresi disiplin batin, dan ketahanan spiritual terwujud dalam kemampuan alumni menjaga keseimbangan emosional serta orientasi makna hidup di tengah dinamika sosial modern.

Kebaruan utama penelitian ini terletak pada pemaknaan riyāḍah bukan sebagai praktik asketik individual semata, melainkan sebagai mekanisme pedagogis yang menginternalisasi nilai-nilai spiritual menjadi struktur etika hidup yang berkelanjutan. Temuan ini memperluas diskursus pendidikan tasawuf dengan menghadirkan model internalisasi manhaj yang menjembatani tradisi tasawuf klasik dan kebutuhan pendidikan kontemporer, khususnya dalam konteks keberlanjutan pembentukan karakter pasca pendidikan formal.

Secara teoretik, penelitian ini berkontribusi pada pengembangan kajian pendidikan spiritual dengan menegaskan pentingnya dimensi reflektif, pembiasaan bermakna, dan disiplin adab sebagai fondasi pembentukan ketahanan spiritual jangka panjang. Secara praktis, temuan penelitian memberikan implikasi bagi pengembangan desain pendidikan pesantren agar lebih menekankan proses internalisasi nilai, pendampingan berkelanjutan, serta integrasi pengalaman spiritual ke dalam kehidupan sosial alumni.

Meskipun penelitian ini bersifat kontekstual dan tidak dimaksudkan untuk generalisasi statistik, temuan yang dihasilkan memberikan pemahaman empiris yang kaya mengenai dinamika transformasi riyāḍah menjadi etika hidup. Penelitian lanjutan

dapat memperluas cakupan konteks, mengembangkan pendekatan komparatif, atau mengintegrasikan metode campuran untuk memperkuat generalisasi konseptual dan relevansi kebijakan pendidikan.

## 7. Persembahan

Penelitian ini disusun sebagai bagian dari ikhtiar pengembangan pendidikan ruhani di lingkungan pesantren. Penulis menyampaikan terima kasih kepada seluruh pihak yang mendukung proses penelitian dan refleksi akademik ini.

## 8. Referensi

- Anwar, S. (2018). *Model pembinaan spiritual di pesantren: Studi R&D pada pembelajaran tasawuf amali*. Bandung: Humaniora Press.
- Basri, A. (2019). *Psikologi zikir: Teori dan aplikasi*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Fadilah, N. (2022). *Pengembangan model riyadhah ruhiyah dalam pendidikan pesantren*. Yogyakarta: LKiS.
- Ghazali, A. (2013). *Ihya' 'ulumiddin* (Vol. 4). Beirut: Dar al-Fikr.
- Madjid, N. (2002). *Manusia modern mendamba Allah: Renungan tasawuf positif*. Jakarta: IIMaN & Hikmah.
- Madjid, N. (2013). *Bilik-bilik pesantren: Sebuah potret perjalanan*. Jakarta: Paramadina.
- Makkī, A. Ṭ. M. I. A. (1932). *Qūt al-qulūb*. Cairo: Al-Maṭba'at al-Miṣriyya. Retrieved from <https://books.google.co.id/books?id=FCvuzwEA CAAJ>
- Qomar, M. (2010). *Pesantren: Dari transformasi metodologi menuju demokratisasi institusi*. Jakarta: Erlangga.
- Rahman, F. (2019). Zikir dan ketenangan psikologis: Studi komparatif pada jamaah majelis taklim. *Jurnal Psikologi Islam*, 6(1), 45–57.
- Syamsuddin, M. (2020). Pembinaan akhlak melalui tasawuf amali di pesantren: Studi kasus pesantren modern. *Jurnal Tarbiyah*, 7(1), 88–103.
- Wahid, A. (2018). *Tradisi dan manajemen pesantren di Indonesia*. Malang: UMM Press.



© 2026 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution Share Alike (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).