

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi

1. Profil Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi

Prodi tasawuf dan psikoterapi fakultas Ushuluddin IAIN Kudus, merupakan salah satu program studi pada fakultas Ushuluddin IAIN Kudus. Program studi ini awalnya bernama prodi akhlak dan tasawuf sejak tahun 2014, selanjutnya pada tanggal 12 juni 2017 merubah komlenkaturnya menjadi program studi tasawuf dan psikoterapi.

2. Visi dan Misi Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi

a. Visi Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi

Menjadi program studi yang unggul di bidang ilmu tasawuf dan psikoterapi berbasis ilmu islam terapan pada level ASEAN Tahun 2023.

b. Misi Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi

- 1) Melaksanakan pendidikan dan pengajaran ilmu tasawuf dan psikoterapi berbasis ilmu islam terapan.
- 2) Melakukan penelitian dan pengembangan keilmuan di bidang ilmu tasawuf dan psikoterapi berbasis ilmu islam terapan.
- 3) Melakukan pengabdian kepada masyarakat di bidang ilmu tasawuf dan psikoterapi ilmu islam terapan.

3. Sarana dan Prasana Serta Lingkungan Belajar Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi yang Mendukung

Prasarana yang dipergunakan program studi tasawuf dan psikoterapi berupa ruang-ruang kerja enam dosen prodi tasawuf dan psikoterapi seluas 36 meter². untuk mewujudkan proses pembelajaran yang nyaman disiapkan enam ruang kelas yang refrentatif di lengkapi dengan media pembelajaran yang baik. Masing-masing kelas seluas 40 meter². Selain itu untuk pelaksanaan ujian skripsi mahasiswa disiapkan ruang sidang munaqosah yang memadai, ruang perpustakaan yang dilengkapi

referensi dalam bidang tasawuf dan psikoterapi baik berupa buku, maupun jurnal.

Untuk menunjang kompetensi mahasiswa tasawuf dan psikoterapi didukung dengan pengadaan laboratorium cyber sufi dan laboratorium psikosufycenter selain itu dalam mengoptimalkan pelayanan mahasiswa terhadap ilmu teknologi dan bahasa asing difasilitasi dengan laboratorium komputer dan laboratorium bahasa.

B. Deskripsi Data Penelitian

1. Deskripsi Konsep Zuhud Mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi IAIN Kudus

Untuk mengetahui konsep zuhud mahasiswa program studi tasawuf dan psikoterapi IAIN Kudus, maka peneliti melakukan pengumpulan data dengan cara wawancara terhadap mahasiswa program studi tasawuf dan psikoterapi IAIN Kudus. Selain itu peneliti juga melakukan dokumentasi terhadap mahasiswa yang bernama ini AM, CA, M, UK, FR, E, VAL, MK, MR, T. Berdasarkan kegiatan pengumpulan data di atas maka peneliti mendapatkan data penelitian dari hasil wawancara dari berbagai narasumber menjelaskan bahwa konsep zuhud adalah sebagai berikut :

a. Meninggalkan dan mengalihkan dunia

Zuhud pada hakekatnya adalah hidup sederhana dimana ketakwaan seseorang kepada Allah SWT tidak dipengaruhi oleh harta, jabatan, ataupun kemewahan. Dia memiliki mentalitas dalam hidupnya yang menyatakan dia akan menyerahkan segala sesuatu untuk kebahagiaan akhirat.

Sebagaimana diungkapkan oleh narasumber CA narasumber yang bernama CA berusia 22 tahun, CA berasal dari Pati, sehingga CA memilih kuliah sambil belajar di pondok, ketika di wawancara mengenai konsep zuhud CA mengatakan bahwa :

‘Meninggalkan segala sesuatu yang bersifat duniawi lalu menggantinya dengan sebuah perilaku mulia dengan harapan mendapatkan

kebahagiaan di kehidupan berikutnya akhirat.”¹

Orang yang berzuhud akan menganggap kehidupan di dunia hanyalah sementara dan segala kemewah-mewahan yang di sugukan Allah sungguh luar biasa, sehingga akan membuat manusia terlena sehingga zuhud merupakan salah satu jalan yang bagus untuk dilaksanakan. Cara mengenali orang yang zuhud menurut CA adalah memiliki kontrol diri yang baik, selalu dekat dengan Allah, sosialnya baik.

Hal serupa juga disampaikan oleh narasumber yang bernama MK, MK berusia 24 tahun yang berasal dari Demak, MK merupakan mahasiswa yang laju (pulang pergi) jika ada kuliah, maka MK akan berangkat dari rumah jika kuliah selesai maka MK akan balik kerumahnya lagi. ketika di wawancara mengenai konsep zuhud MK mengatakan bahwa :

“Sebuah langkah meninggalkan hal-hal yang tidak perlu dilakukan lebih memanfaatkan hal yang lebih penting untuk diri sendiri maupun orang lain.”²

Selain itu MK juga menganggap bahwa dunia adalah perantara untuk akhirat sehingga saat ini MK menerapkan zuhud dengan mendahulukan yang utama atau melakukan sesuatu yang lebih penting dahulu. Selain itu cara mengenali orang yang zuhud adalah dengan melihat dari apa yang mereka gunakan, dari gengsi dan cara bertutur kata.

Hal serupa juga disampaikan narasumber E, narasumber yang bernama E berusia 22 tahun yang berasal dari Pati, E merupakan mahasiswa kos. ketika di wawancara mengenai konsep zuhud E mengatakan bahwa :

¹ CA, Wawancara oleh penulis, transkrip, 17 Februari 2023

² MK, Wawancara oleh penulis, transkrip, 2 Maret 2023

‘Meninggalkan sesuatu yang bersifat duniawi tetapi bukan berarti meninggalkan kehidupan dunia’³

Menurut E meninggalkan sesuatu yang bersifat duniawi akan mendekatkan diri kepada Allah. Cara mengenali orang yang berzuhud menurut E adalah dengan melihat sikap dan perilakunya yang tidak menunjukkan bahwa dia gila harta. Seperti bersikap, rendah hati, tidak sombong, sederhana, suka bersedekah.

Hal serupa juga disampaikan oleh narasumber yang bernama T, T berusia 25 tahun berasal dari Kudus, saat ini T merupakan mahasiswa yang laju (pulang pergi) jika ada perkuliahan maka T akan berangkat dari rumah jika perkuliahan selesai maka T akan balik kerumahnya. ketika di wawancara mengenai konsep zuhud T mengatakan bahwa :

‘Meninggalkan sesuatu yang bersifat duniawi atau kemewahan dan berfokus pada akhirat, tidak juga harus meninggalkan hal yang berbau dunia seutuhnya’⁴

Tetapi menurut T meninggalkan disini tidak harus juga meninggalkan hal yang berbau dunia seutuhnya. Berzuhud akan Melatih diri agar terhindar dari kemelekatan terhadap sesuatu yang bersifat dunia. Karena bersikap zuhud tidak berarti lantas membenci harta dan menjalani laku hidup berkekurangan, melainkan tidak terlena terhadap kehidupan dunia. Dan selalu bergantung hanya kepada Allah. Cara mengenali orang yang berzuhud menurut T yaitu tidak terpengaruh oleh keberadaan dan ketiadaan harta, kemudian tidak terpengaruh oleh pujian dan hinaan manusia, terhibur atau senang hanya dengan Allah SWT. Karena orang yang mencintai Allah akan sibuk

³ E, Wawancara oleh penulis, transkrip, 24 Februari 2023

⁴ T, Wawancara oleh penulis, transkrip, 3 Maret 2023

dan bimbang dengan-Nya, bukan dengan yang lain.

Narasumber selanjutnya yaitu bernama UK, UK merupakan mahasiswa yang kos dengan usia 22 tahun, UK berasal dari Pati. ketika di wawancara bahwa konsep zuhud UK mengatakan bahwa :

“Tidak menganggap dunia adalah segala-galanya dan mengharap kebaikan akhirat, iya yang dimaksud meninggalkan disini adalah bukan melepaskan diri dari kebutuhan dunia tetapi melepaskan diri dari sesuatu yang menganggap harta dunia adalah segala-galanya dan melupakan akhirat.”⁵

Menurut UK menerapkan zuhud tidak harus meninggalkan kebutuhan dunia seutuhnya melainkan melepaskan diri dari sesuatu yang menganggap harta dunia adalah segala-galanya dan melupakan akhirat. Karena zuhud Untuk mencari ketenangan, pertahanan diri, dan motivasi baik untuk menjalankan hidup. Selain itu UK juga mengatakan cara mengenali orang yang zuhud dengan melihat perilaku sehari-harinya, jika hidup sederhana dan lebih mementingkan akhirat berarti dia berzuhud.

Berdasarkan hasil wawancara di atas, narasumber CA, MK, E, T, UK menjelaskan bahwa konsep zuhud adalah sebuah langkah meninggalkan sesuatu yang bersifat dunia seperti kemewahan dunia, meninggalkan hal-hal yang tidak perlu dilakukan kemudian menggantinya dengan perilaku yang mulia dan memanfaatkan hal-hal yang lebih penting untuk diri sendiri ataupun orang lain.

- b. Menyeimbangkan antara urusan dunia dan akhirat
Menyeimbangkan urusan dunia dan akhirat bagi mahasiswa adalah tidak meninggalkan dunia walaupun mementingkan akhirat, dunia

⁵ UK, Wawancara oleh penulis, transkrip, 21 Februari 2023

merupakan perantara atau sebagai jembatan untuk akhirat. Narasumber yang bernama VAL yang berasal dari Demak, VAL saat ini berusia 22 tahun, narasumber VAL merupakan mahasiswa yang laju (pulang pergi) jika ada kuliah maka VAL akan berangkat dari rumah jika kuliah selesai maka VAL akan balik ke rumahnya lagi. ketika di wawancara mengenai konsep zuhud narasumber VAL mengatakan bahwa :

‘Menyeimbangkan antara urusan dunia dan akhirat, Tidak mbaa., karena yang saya pahami kalau zuhud itu mementingkan urusan akhirat namun tidak meninggalkan urusan dunia’.⁶

Saat menerapkan zuhud bagi narasumber VAL tidak meninggalkan kehidupan dunia karena baginya berzuhud itu mementingkan kehidupan akhirat tetapi tidak harus meninggalkan dunia karena dunia dan akhirat harus seimbang. Dengan berzuhud membuat VAL lebih tenang dan merasa bahwa Allah dekat dengannya. Cara mengenali orang yang berzuhud menurut VAL seperti orang yang ramah, dan orang yang mau saling membantu.

Hal serupa juga disampaikan narasumber yang bernama FR yang berusia 23 tahun, FR merupakan mahasiswa kos yang asli dari Grobogan. ketika di wawancara bahwa konsep zuhud menurutnya adalah

‘Upaya mendekatkan diri kepada Allah dengan lebih mementingkan akhirat namun juga tidak meninggalkan kepentingan dunia., Tidak, karena dunia merupakan jembatan untuk mencapai akhirat’.⁷

⁶ VAL, Wawancara oleh penulis, transkrip, 27 Februari 2023

⁷ FR, Wawancara oleh penulis, 23 Februari 2023

Bagi narasumber FR saat melakukan zuhud maka dunia itu sebagai jembatan untuk mencapai akhirat, sehingga tidak meninggalkan kehidupan dunia ketika kita berzuhud. Sedangkan alasan FR berzuhud karena ingin dekat dengan Allah. Cara mengenali orang yang zuhud menurut FR seperti orang yang Tenang, saling mengasihi, ikhtiar untuk mencapai akhirat, dan mempunyai empati yang tinggi.

Hal serupa juga disampaikan oleh narasumber AM yang berusia 25 tahun berasal dari Jepara, AM adalah seorang mahasiswa Pondok, narasumber sudah tinggal di Pondok dari semester awal kuliah hingga saat ini semester delapan masih tetap di pondok, Ketika di wawancara mengenai konsep zuhud AM mengatakan bahwa :

“Zuhud menurut saya itu tidak haus akan kehidupan duniawi dan menzahirkan dunia untuk tujuan hidup di akhirat dengan aman hanya karena Allah, Tidak perlu meninggalkan kehidupan duniawi, dalam hidup di era modern, hidup kita harus seimbang, dalam kehidupan spiritual diimbangi dengan kehidupan material”⁸.

Bagi AM saat menerapkan zuhud juga tidak perlu meninggalkan kehidupan duniawi, baginya hidup di era sekarang ini kehidupan harus seimbang, sehingga dalam kehidupan spiritual juga harus diimbangi dengan kehidupan material. Alasan AM berzuhud Karena adanya kewajiban kita yang harus diurus ketika di dunia, atau di urus kelak di akhirat yang hanya bisa diselesaikan dengan pertaruhan pahala dan dosa. Kemudian cara mengenali orang yang zuhud menurut AM adalah Bila kita memandang yang lebih tua, seperti amalan mereka lebih banyak dan beliau lebih mengenali Islam dari pada kita, orangnya rendah

⁸ AM, Wawancara oleh penulis, 17 Februari 2023

hati, tidak sombong, sama tidak memamerkan hartanya.

Berdasarkan hasil wawancara di atas, narasumber VAL, FR, AM menjelaskan bahwa konsep zuhud adalah dengan menyeimbangkan urusan dunia dan akhirat, melakukan zuhud bukan berarti meninggalkan kehidupan dunia, karena dunia merupakan sebagai perantara atau sebagai jembatan untuk mencapai akhirat, sehingga cara yang dilakukan narasumber yaitu dengan menyeimbangi urusan dunia dan akhirat.

c. Mementingkan kehidupan akhirat dari pada dunia.

Mementingkan kehidupan akhirat dari pada dunia disini maksudnya adalah lebih mengutamakan kepentingan yang lebih penting seperti kepentingan akhirat, sehingga kepentingan utama yang akan dilakukan terlebih dahulu. Sesuai dengan pernyataan narasumber yang bernama M, narasumber M berusia 22 tahun berasal dari Jambi Sumatra, narasumber M merupakan mahasiswa yang tinggal di kos sehingga M merupakan kategori narasumber yang kuliah sambil ngekos. ketika di wawancara mengenai konsep zuhud M mengatakan bahwa :

“Lebih mementingkan akhirat dibanding dunia yang fana, menurut saya tidak, karena zaman sekarang sudah begitu berkembang , jadi kalau meninggalkan kehidupan dunia itu akan sedikit kesulitan dalam segala hal. Yang harus kita lakukan yaitu imbang, imbang antara kehidupan dunia dan akhirat.”⁹

Alasan M menerapkan zuhud ingin mendekati diri kepada Allah, sedangkan cara untuk mengetahui orang yang berzuhud menurut M adalah Ketika sudah menjalankan kewajiban bagi syariatnya dan meninggalkan larangan-larangannya. Misalnya tidak sombong walaupun

⁹ M, Wawancara oleh penulis, transkrip, 20 Februari 2023

punya harta banyak, terus hartanya untuk bersedekah, suka membantu orang susah.

Hal serupa juga disampaikan oleh narasumber yang bernama MR, MR berusia 24 tahun, MR sendiri berasal dari Jepara, dan MR merupakan mahasiswa yang laju (pulang pergi) jika ada kuliah maka MR akan berangkat ke kampus dari rumah jika perkuliahan selesai maka MR akan balik lagi kerumahnya. ketika di wawancara konsep zuhud menurutnya adalah lebih mementingkan kehidupan akhirat dari pada kehidupan duniawi yang bersifat fana.

“Lebih mementingkan kehidupan akhirat dari pada kehidupan duniawi yang bersifat fana, Bukan meninggalkan tetapi lebih lebih mementingkan kepentingan akhirat karena kehidupan akhirat tidak bisa jalan tanpa adanya dunia. Karena dunia adalah sebagai perantara untuk menempuh kehidupan akhirat”¹⁰.

Bagi MR mementingkan kehidupan akhirat bukan berarti meninggalkan kehidupan dunia, karena bagi MR kehidupan akhirat tidak akan berjalan jika tidak adanya dunia. Alasan MR zuhud Karena ingin mendapatkan ridhonya sang kholik. Sedangkan cara mengenali orang yang zuhud menurut MR adalah orang yang hidupnya penuh dengan kesederhanaan walaupun orang itu orang mampu semisal kisahnya ulama yang kita kenal yaitu gus baha’ yang dalam hidupnya selalu sederhana.

Berdasarkan hasil wawancara di atas dengan narasumber M dan MR, konsep zuhud menurutnya adalah mementingkan kehidupan akhirat dari pada kehidupan dunia, lebih mengutamakan yang penting dahulu, tetapi bukan berarti meninggalkan dunia, karena tanpa adanya dunia kehidupan akhirat tidak akan bisa berjalan.

¹⁰ MR, Wawancara oleh penulis, transkrip, 28 Februari 2023

Dapat disimpulkan konsep zuhud menurut mahasiswa tasawuf dan psikoterapi IAIN Kudus adalah meninggalkan dan mengalihkan dunia, menyeimbangkan antara urusan dunia dan akhirat, dan mementingkan kehidupan akhirat dari pada dunia.

2. Deskripsi Pola Perilaku Zuhud Mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi IAIN Kudus di Era Digital

Setelah peneliti melakukan observasi dan wawancara kepada beberapa narasumber, terdapat beberapa perilaku zuhud mahasiswa program studi tasawuf dan psikoterapi IAIN Kudus yang berbeda-beda.

Sehingga pola perilaku zuhud mahasiswa tasawuf dan psikoterapi berbeda-beda. Hal tersebut dapat dibuktikan dari pernyataan dari narasumber yang diwawancara yang memiliki kaitan dengan perilaku zuhud yang dilakukan mahasiswa program studi tasawuf dan psikoterapi itu sendiri.

a. Hidup sederhana

Pada dasarnya zuhud adalah hidup sederhana dimana kemewahan, kekayaan serta jabatan yang dimiliki tidak akan mengurangi apalagi memalingkan pengabdian diri kepada Allah SWT. Narasumber yang berperilaku sederhana adalah E, E merupakan mahasiswa yang ngekos. Ciri perilaku zuhud menurut narasumber yang bernama E seperti berpakaian sederhana apa adanya, berperilaku tidak sombong, berakhlak baik. Perilaku zuhud yang narasumber lakukan ialah dengan memakai pakaian yang sederhana tidak perlu yang mewah-mewah ketika pergi ke kampus. Sesuai dengan di bawah ini :

“Memakai pakaian yang sederhana tidak perlu mewah-mewah ketika pergi ke kampus. Berpakaian sederhana apa adanya, berperilaku tidak sombong, berakhlak baik dan sebagainya.”¹¹

¹¹ E, Wawancara oleh penulis, transkrip, 24 Februari 2023

Manfaat yang E rasakan ketika melakukan perilaku zuhud adalah dapat mengendalikan hawa nafsu duniawinya, apalagi Era digital menurut E adalah zaman yang sudah modern dengan kemajuan teknologi sehingga E menerapkan zuhud di era digital dengan tidak membeli sesuatu yang tidak penting di media sosial.

Narasumber selanjutnya yang berperilaku zuhud bernama MR yang merupakan mahasiswa laju (pulang-pergi). Ciri zuhud menurut MR adalah orang yang hidup dalam kesederhanaan, selalu hati-hati dalam masalah mencari rizki, dan tidak suka menumpuk-numpuk harta. Sedangkan perilaku zuhud yang narasumber lakukan seperti bersedekah, dan hidup dalam kesederhanaan.

‘‘Mensyukuri kenikmatan yang diberikan Allah kepada kita, bersedekah, hidup dalam kesederhanaan, selalu hati-hati dalam masalah mencari rizki, tidak suka menumpuk-numpuk harta.’’¹²

Manfaat yang MR rasakan ketika melakukan perilaku zuhud adalah hati MR selalu tenang tentram dan damai. Apalagi di era digital menurut MR ini kehidupan yang sudah mengalami perkembangan. Sehingga perilaku zuhud yang narasumber MR lakukan di era digital ialah dengan memanfaatkan digital sebagai sarana untuk menambah ilmu dan dekat dengan ilmu.

Narasumber selanjutnya bernama T, T merupakan mahasiswa yang laju (pulang-pergi). Ciri perilaku zuhud menurutnya adalah tampilannya biasa kemudian dengan tampilan biasa pastinya kehidupannya sederhana dan tidak neko-neko. Sedangkan perilaku zuhud yang narasumber lakukan seperti menghindari perilaku secara berlebihan dan bermegah-megahan karena narasumber T ini selalu mengedepankan kepentingan akhirat. sehingga

¹² MR, Wawancara oleh penulis, transkrip, 28 Februari 2023

narasumber T tersebut selalu berhati-hati dalam memperoleh atau mencari nafkah.

“Hidup sederhana, menghindari hidup foya-foya dan bermegah-megah, senantiasa mengedepankan kepentingan akhirat, sangat berhati-hati dalam memperoleh atau mencari nafkah. Tampilannya biasa saja, hidupnya sederhana tidak neko-neko.”¹³

Manfaat yang T rasakan ketika melakukan perilaku zuhud adalah perasaan T lebih tenang dan nyaman karena narasumber T tidak menggantungkan kebahagiaannya selain pada Allah, apalagi di era digital menurut T ini era dimana suatu masa yang sudah mengalami perkembangan dalam segala aspek kehidupan dari yang analog menjadi serba digital dengan menggunakan teknologi, sehingga perilaku zuhud yang narasumber lakukan di era digital ialah dengan tetap mengikuti perkembangan namun tetap memfilter dan membatasi agar tidak mempunyai rasa yang bergantung.

b. Tidak berperilaku hedonisme (berlebihan)

Narasumber yang pertama bernama M, merupakan mahasiswa program studi tasawuf dan psikoterapi yang ngekos, menurut M ciri-ciri perilaku zuhud adalah Hidup sederhana, jika hidup sederhana maka pastinya akan berperilaku tidak berlebihan atau tidak foya-foya. Sedangkan perilaku zuhud yang M lakukan adalah mengurangi membeli sesuatu yang kurang dibutuhkan.

“Bersyukur atas setiap nikmat yang diberikan Allah SWT, mengurangi membeli sesuatu yang kurang dibutuhkan. Hidup sederhana, tidak berfoya-foya.”¹⁴

¹³ T, Wawancara oleh penulis, transkrip, 3 Maret 2023

¹⁴ M, Wawancara oleh penulis, transkrip, 20 Februari 2023

Dengan perilaku zuhud yang M lakukan bahwasannya M ingin menjadi pribadi yang tenang, senantiasa menebar kebaikan, kemudian khusuk dalam beribadah, memiliki motivasi yang baik menjalani hidup, dan yang selanjutnya merasa menjadi lebih sabar dalam menjalani kehidupan ini. Di Era digital seperti ini menurut M sudah mengalami kondisi perkembangan kemajuan dalam ranah kehidupan ke arah yang serba digital maka narasumber M merasa bahwa dia harus pintar memilah dalam segala hal yang ada di media sosial, karena perkembangan teknologi yang pesat ini telah merubah kebiasaan serta perilaku mahasiswa.

Narasumber selanjutnya MK, Narasumber MK merupakan mahasiswa yang laju (pulang-pergi). Ciri perilaku zuhud menurut MK adalah orang yang sederhana, melakukan hal yang tidak perlu, menghindari perkara yang belum jelas hukumnya. Sedangkan perilaku zuhud yang narasumber lakukan adalah dengan meninggalkan perbuatan yang kurang penting, kemudian narasumber selalu mengutamakan kepentingan orang lain dari pada kepentingannya, dan pastinya berperilaku baik dalam kehidupan sosial dan menghindari sesuatu atau perkara yang belum jelas hukumnya.

‘Meninggalkan perbuatan yang kurang penting adalah bentuk zuhud, kemudian lebih mengutamakan kepentingan orang lain dari pada kepentingan pribadi, dan pastinya berperilaku yang baik dalam kehidupan sosial, menghindari perkara yang belum jelas hukumnya.’¹⁵

Manfaat yang MK rasakan ketika melakukan perilaku zuhud seperti lebih memahami kehidupan akhirat, apalagi di era digital menurut MK ini semua yang berhubungan dengan digital, sehingga perilaku zuhud yang narasumber MK lakukan di era digital

¹⁵ MK, Wawancara oleh penulis, transkrip, 28 Februari 2023

adalah dengan meninggalkan hal-hal yang kurang bermanfaat di media sosial.

Selain narasumber M dan MK, hal serupa juga disampaikan oleh narasumber bernama VAL, VAL mengatakan bahwa :

“Yang saya lakukan mungkin, bersikap ramah dengan orang sekitar, karena saya juga senang saat bersosialisasi dengan orang baru dan sekarang saya sedang mencoba untuk lebih menahan diri agar tidak membeli barang atau sesuatu yang tidak terlalu saya butuhkan.”¹⁶

Hal serupa juga di samapaikan narasumber yang bernama UK, UK mengatakan bahwa :

“Penerapannya dengan bersyukur dengan setiap nikmat yang Allah berikan, jika memiliki uang bisa menyisihkan untuk bersedekah, dan tidak berfoya-foya dan selalu menganggap dunia hanya sementara sehingga harus semangat melakukan yang terbaik tidak boleh bermalas-malasan tetapi juga harus bersungguh-sungguh untuk akhirat tidak boleh meninggalkan kewajiban dan harus selalu siap apapun yang terjadi.”¹⁷

Hal serupa juga disampaikan oleh narasumber bernama T, T mengatakan bahwa :

“Hidup sederhana, menghindari hidup foya-foya dan bermegah-megah, senantiasa mengedepankan kepentingan akhirat, sangat berhati-hati dalam memperoleh atau mencari nafkah.”¹⁸

¹⁶ VAL, Wawancara oleh penulis, transkrip, 27 Februari 2023

¹⁷ UK, Wawancara oleh penulis, transkrip, 21 Februari 2023

¹⁸ T, Wawancara oleh penulis, transkrip, 3 Maret 2023

c. Menyibukkan diri dengan beribadah

Narasumber yang pertama CA merupakan narasumber yang sedang kuliah sekaligus di pondok pesantren, menurut CA bahwa ciri-ciri perilaku zuhud adalah hidupnya sederhana pastinya tidak mengumpulkan banyak harta, menghindari hidup foya-foya, kemudian tidak rakus dan selalu mendahulukan akhirat dari pada dunia. Perilaku zuhud yang CA lakukan ialah dengan bersyukur atas nikmat Allah, jika memiliki rezeki yang melimpah dia tidak lupa menyisihkan untuk fakir miskin, dan pastinya selalu menghindari perilaku yang berlebihan atau foya-foya, tidak lupa juga dengan menyibukkan diri dengan beribadah biasanya dia melakukan puasa senin kamis, dan perilaku zuhud lainnya ialah dengan berzikir ketika selesai shalat.

“Yang pertama saya selalu bersyukur atas sedikit banyak yang sudah di berikan Allah. Jika mempunyai banyak rezeki tidak lupa mensisihkannya untuk fakir miskin, tidak menumpuk-numpuk harta dan selalu menghindari perilaku berfoya-foya, menyibukkan diri dengan beribadah biasanya saya puasa senin kamis, tidak lupa berzikir ketika setelah shalat mba.”¹⁹

Bagi CA manfaat yang CA rasakan ketika melakukan perilaku zuhud adalah menjadikan perilaku CA lebih tenang, kemudian tidak melakukan sesuatu atas dasar nafsu, lebih ke negosiasi dengan Allah dan pastinya CA selalu menerapkan hal mana yang baik atau mana yang buruk untuk CA. Apalagi pada era digital ini perubahan pesat dilakukan pemerintah untuk memenuhi masyarakat terutama pada teknologi digital, sehingga CA mengimbangnya dengan cara berzikir, tidak selalu dengan main gadget, dan pastinya selalu berusaha berperilaku yang baik.

¹⁹ CA, Wawancara oleh penulis, transkrip, 17 Februari 2023

Narasumber selanjutnya yang menyibukkan diri dengan beribadah AM merupakan narasumber yang sedang kuliah sekaligus di pondok pesantren, menurut AM bahwa ciri-ciri perilaku zuhud adalah orang yang berakhlakul karimah yang baik, kemudian hidup sederhana, dan menolong orang. Selain itu AM juga menerapkan perilaku zuhud dalam kehidupannya ialah dengan cara bersyukur atas nikmat Allah yang diberikan kepadanya, selain dengan bersyukur AM juga melakukan zikir, bersedekah, tidak menimbun harta, sholat lima waktu, ikut melakukan kegiatan-kegiatan pondok seperti mengaji, kemudian hidup dengan sederhana terutama tidak membeli barang atau sesuatu yang harganya mahal.

‘Bersyukur atas nikmat Allah dan ketika kita kehilangan sebuah barang, maka kita lebih mengharapkan pahala disisi Allah dari pada mengharapkan kembali barang tersebut, berzikir, bersedekah, tidak menimbun harta, sholat lima waktu, ikut melakukan kegiatan-kegiatan pondok seperti mengaji.’²⁰

Bagi AM manfaat dengan melakukan perilaku zuhud supaya dalam lindungan Allah SWT, dan untuk membersihkan diri dari hal-hal yang tidak terpuji, apalagi di era digital seperti ini manusia mulai mengembangkan atau menggunakan teknologi yang canggih dan dapat lebih bergantung kepada teknologi dan sudah praktis dalam berbagai hal dan banyak pemikiran yang sudah mulai maju. Sehingga kehidupan dunia sebagai sarana atau jalan untuk menuju kehidupan selanjutnya yaitu akhirat dengan kecanggihan handpone di zaman sekarang. Karena apa yang kita tanam di dunia, itulah yang menjadi buah yang kita petik di akhirat kelak.

²⁰ AM, Wawancara oleh penulis, transkrip, 17 Februari 2023

d. Bersedekah

Narasumber yang pertama bernama FR, narasumber FR merupakan mahasiswa yang ngekos. Ciri perilaku zuhud menurut FR adalah dengan melakukan kehidupan yang sederhana, tidak rakus, rendah hati, tenang, tidak mudah iri, dengki, dendam. Sedangkan perilaku zuhud narasumber ialah dengan bersedekah dan menolong, kemudian menghindari perkara yang haram dan pastinya tidak melakukan sesuatu secara berlebihan walaupun sesuatu tersebut tidak dilarang.

‘’Bermanfaat bagi sesama seperti, bersedekah dan menolong kemudian menghindari perkara yang haram dan tidak melakukan sesuatu yang secara berlebihan walaupun sesuatu tersebut tidak dilarang.’’²¹

Manfaat FR rasakan ketika melakukan perilaku zuhud adalah hati FR merasa tenang, tidak terbawa pengaruh hidonisme, dan tidak memiliki rasa iri dan dengki, apalagi di Era digital serba gempuran internet yang digunakan sebagai alat komunikasi belahan dunia. Sedangkan perilaku zuhud FR di era digital adalah dengan tidak memposting sesuatu yang menyinggung orang lain, tidak pamer kehidupan di media sosial, dimana narasumber ingin menjadi pengguna media sosial secara bijak dan menghindari berkomentar jahat kepada orang lain.

Narasumber selanjutnya bernama bernama UK, narasumber ini merupakan mahasiswa yang ngekos juga. Menurut UK ciri-ciri perilaku zuhud adalah hidup dengan sederhana tidak foya-foya kemudian mementingkan akhirat dari pada dunia. Sedangkan perilaku yang narasumber lakukan ialah dengan bersyukur pastinya kemudian jika mempunyai uang disisihkan untuk bersedekah dan pastinya tidak foya-foya.

²¹ FR, Wawancara oleh penulis, transkrip, 23 Februari 2023

“Penerapannya dengan bersyukur dengan setiap nikmat yang Allah berikan, jika memiliki uang bisa menyisihkan untuk bersedekah, dan tidak berfoya-foya dan selalu menganggap dunia hanya sementara sehingga harus semangat melakukan yang terbaik tidak boleh bermalas-malasan tetapi juga harus bersungguh-sungguh untuk akhirat tidak boleh meninggalkan kewajiban dan harus selalu siap apapun yang terjadi.”²²

Manfaat yang UK rasakan ketika UK melakukan perilaku zuhud adalah menjauhkan diri UK dari sikap rakus, apalagi di Era digital ini era kemajuan yang semuanya berbasis teknologi yang serba digital. Maka perilaku zuhud yang narasumber lakukan di era digital ialah dengan bersyukur atas nikmat apapun yang diberikan Allah kepada narasumber, menyisihkan uang untuk bersedekah, kemudian hidup sederhana dan tidak berlebih-lebihan, tidak berperilaku foya-foya, pastinya selalu mendekati dan memperbaiki diri agar tidak lebih baik dari sebelumnya.

Narasumber selanjutnya bernama MR, Narasumber selanjutnya yang berperilaku zuhud bernama MR yang merupakan mahasiswa laju (pulang-pergi). Ciri zuhud menurut MR adalah orang yang hidup dalam kesederhanaan, selalu hati-hati dalam masalah mencari rizki, dan tidak suka menumpuk-numpuk harta. Sedangkan perilaku zuhud narasumber adalah dengan bersedekah, hidup dalam kesederhanaan.

“Mensyukuri kenikmatan yang diberikan Allah kepada kita, bersedekah, hidup dalam kesederhanaan. selalu hati-hati dalam masalah mencari rizki, tidak suka menumpuk-numpuk harta.”²³

²² UK, Wawancara oleh penulis, transkrip, 21 Februari 2023

²³ MR, Wawancara oleh penulis, transkrip, 2 Maret 2023

Manfaat yang MR rasakan ketika melakukan perilaku zuhud adalah hati MR selalu tenang tentram dan damai. Apalagi di era digital ini kehidupan yang sudah mengalami perkembangan. Sehingga perilaku zuhud yang narasumber lakukan di era digital ialah dengan memanfaatkan digital sebagai sarana untuk menambah ilmu dekat dengan ilmu.

e. Berakhlak baik dalam bersosialisasi

Narasumber bernama VAL, yang merupakan mahasiswa laju (pulang-pergi), ciri perilaku zuhud menurut VAL adalah orang yang ramah, saling tolong menolong, rajin beribadah, rajin beramal, dan hidup sederhana. Sedangkan perilaku zuhud yang ia lakukan adalah dengan bersikap ramah terutama pada orang sekitar, karena narasumber VAL sangat senang bersosialisasi dengan orang baru. Untuk saat ini VAL berusaha untuk tidak membeli barang-barang apalagi barang yang tidak dibutuhkan hal tersebut cara narasumber untuk berzuhud.

“Yang saya lakukan mungkin, bersikap ramah dengan orang sekitar, karena saya juga senang saat bersosialisasi dengan orang baru dan sekarang saya sedang mencoba untuk lebih menahan diri agar tidak membeli barang atau sesuatu yang tidak terlalu saya butuhkan.”²⁴

Manfaat yang VAL rasakan ketika melakukan perilaku zuhud ialah membuat hati VAL menjadi lebih tenang, apalagi era digital yang segala hal yang serba canggih dimana apapun bisa diakses dengan mudah melalui smartphone, dan semakin memudahkan kita untuk bersilaturahmi dan bersosialisasi dengan saudara yang jaraknya jauh. Sehingga perilaku zuhud yang narasumber VAL lakukan ialah dengan lebih sering mendengarkan tausiyah-tausiyah dari ustad Hanan Attaqi, Adi hidayat dan Habib Ja'far Husein. Selain itu narasumber VAL juga melihat konten-konten yang

²⁴ VAL, Wawancara oleh penulis, transkrip, 27 Februari 2023

ada di media sosial untuk motivasi agar menjadi orang yang lebih giat berbagi.

f. Tidak pamer di media sosial

Narasumber yang bernama FR merupakan mahasiswa yang ngekos. Ciri perilaku zuhud menurut FR adalah dengan melakukan kehidupan yang sederhana, tidak rakus, rendah hati, tenang, tidak mudah iri, dengki, dendam. Sedangkan perilaku zuhud FR di kemudahan era digital ini narasumber FR Tidak memposting sesuatu yang menyinggung orang lain, tidak pamer kehidupan di medsos, pokoknya menjadi pengguna media sosial yang bijak seperti menghindari berkomentar jahat kepada orang lain. Selain itu FR juga bersedekah dan menolong, kemudian menghindari perkara yang haram dan pastinya tidak melakukan sesuatu secara berlebihan walaupun sesuatu tersebut tidak dilarang.

“Tidak memposting sesuatu yang menyinggung orang lain, tidak pamer kehidupan di medsos, pokoknya menjadi pengguna media sosial yang bijak seperti menghindari berkomentar jahat kepada orang lain.”²⁵

Manfaat yang FR rasakan ketika melakukan perilaku zuhud adalah hati FR merasa tenang, tidak terbawa pengaruh hidonisme, dan tidak memiliki rasa iri dan dengki, apalagi di Era digital serba gempuran internet yang digunakan sebagai alat komunikasi belahan dunia. karena perilaku zuhud FR di era digital adalah dengan tidak memposting sesuatu yang menyinggung orang lain, tidak pamer kehidupan di media sosial, dimana narasumber ingin menjadi pengguna media sosial secara bijak dan menghindari berkomentar jahat kepada orang lain.

²⁵ FR, Wawancara oleh penulis, transkrip, 23 Februari 2023

g. Berperilaku baik dalam berinteraksi di media sosial

Narasumber bernama VAL, yang merupakan mahasiswa laju (pulang-pergi), ciri perilaku zuhud menurut VAL adalah orang yang ramah, saling tolong menolong, rajin beribadah, rajin beramal, dan hidup sederhana. Sedangkan perilaku zuhud yang VAL lakukan di kemudahan era digital ini ialah ketika di media sosial lebih ke mendengarkan tausiyah-tausiyah karena VAL sering buka aplikasi tiktok sehingga di aplikasi tiktok tersebut banyak sekali tausiyah-tausiyah yang sangat menarik bagi VAL, sedangkan tausiyah yang VAL dengarkan itu tausiyah dari ustad Hanan Attaqi, Adi hidayat dan Habib Ja'far Husein. Selain itu banyak sekali konten-konten berbagi juga. Selain itu perilaku zuhud VAL dengan bersikap ramah terutama pada orang sekitar, karena narasumber VAL sangat senang bersosialisasi dengan orang baru. Untuk saat ini VAL berusaha untuk tidak membeli barang-barang apalagi barang yang tidak dibutuhkan hal tersebut cara narasumber untuk berzuhud.

“Lebih ke sering mendengarkan tausiyah-tausiyah saya mbak, karena kan saya sering buka aplikasi tiktok nah disana itu banyak sekali tausiyah-tausiyah yang sangat menarik bagi anak muda seperti saya, nah tausiyah yang biasa saya dengarkan itu tausiyah dari ustad Hanan Attaqi, Adi hidayat dan Habib Ja'far Husein. Selain itu banyak sekali konten-konten berbagi juga. Terlepas dari niat mereka apa, tapi hal tersebut cukup memotivasi saya untuk lebih giat berbagi.”²⁶

Manfaat yang VAL rasakan ketika melakukan perilaku zuhud ialah membuat hati VAL menjadi lebih tenang, apalagi era digital yang segala hal yang serba canggih dimana apapun bisa diakses dengan mudah melalui smartphone, dan semakin memudahkan kita untuk bersilaturahmi dan

²⁶ VAL, Wawancara oleh penulis, transkrip, 27 Februari 2023

bersosialisasi dengan saudara yang jaraknya jauh. Sehingga perilaku zuhud yang narasumber VAL lakukan ialah dengan lebih sering mendengarkan tausiyah-tausiyah dari ustad Hanan Attaqi, Adi hidayat dan Habib Ja'far Husein. Selain itu narasumber VAL juga melihat konten-konten yang ada di media sosial untuk motivasi agar menjadi orang yang lebih giat berbagi.

Selain itu narasumber yang bernama FR merupakan mahasiswa yang ngekos. Ciri perilaku zuhud menurut FR adalah dengan melakukan kehidupan yang sederhana, tidak rakus, rendah hati, tenang, tidak mudah iri, dengki, dendam. Sedangkan perilaku zuhud FR di era digital ini adalah FR Tidak memposting sesuatu yang menyinggung orang lain, tidak pamer kehidupan di medsos, pokonya menjadi pengguna media sosial yang bijak seperti menghindari berkomentar jahat kepada orang lain. Kemudian perilaku zuhud lainnya dengan bersedekah dan menolong, kemudian menghindari perkara yang haram dan pastinya tidak melakukan sesuatu secara berlebihan walaupun sesuatu tersebut tidak dilarang, sesuai dengan pernyataan narasumber di bawah ini:

“Tidak memposting sesuatu yang menyinggung orang lain, tidak pamer kehidupan di medsos, pokonya menjadi pengguna media sosial yang bijak seperti menghindari berkomentar jahat kepada orang lain.”²⁷

Manfaat yang FR rasakan ketika melakukan perilaku zuhud adalah hati FR merasa tenang, tidak terbawa pengaruh hidonisme, dan tidak memiliki rasa iri dan dengki, apalagi di Era digital serba gempuran internet yang digunakan sebagai alat komunikasi belahan dunia. karena perilaku zuhud FR di era digital adalah dengan tidak memposting sesuatu yang menyinggung orang lain, tidak pamer kehidupan di media sosial, dimana narasumber ingin menjadi

²⁷ FR, Wawancara oleh penulis, transkrip, 23 Februari 2023

pengguna media sosial secara bijak dan menghindari berkomentar jahat kepada orang lain.

C. Analisis Data Penelitian

1. Analisis Konsep Zuhud Mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi IAIN Kudus

Dalam pandangan mahasiswa tasawuf dan psikoterapi konsep zuhud dimaknai sebagai sesuatu yang meninggalkan dan mengalihkan dunia, menyeimbangkan antara urusan dunia dan akhirat, kemudian konsep zuhud dimaknai dengan lebih mementingkan kehidupan akhirat dari pada dunia.

a. Meninggalkan dan mengalihkan dunia

Meninggalkan sesuatu yang diyakini lebih baik seperti kemewahan dunia, harta, pangkat dan kedudukan yang hanya bersifat sementara. Kemudian mahasiswa mengalihkannya dengan perilaku yang baik agar mengharapkan kebahagiaan di akhirat. Selain itu bagi mahasiswa meninggalkan hal-hal yang tidak perlu dilakukan dan lebih baik memanfaatkan hal yang lebih penting untuk diri sendiri maupun orang lain. Sesuai dengan pandangan zuhud menurut Ibnu Taimiyah bahwa zuhud merupakan upaya untuk meninggalkan segala sesuatu yang tidak bermanfaat untuk akhirat dan memiliki keyakinan bahwa segala kebaikan ada disisi Allah.²⁸

Zuhud bukan berarti meninggalkan dunia seutuhnya melainkan lebih fokus kepada akhirat dan meninggalkan sesuatu yang bersifat duniawi. Selain itu pemahaman mahasiswa untuk meninggalkan dan mengalihkan dengan perilaku yang baik saat di dunia dan mengharapkan kebaikan di akhirat. Menurut penelitian Hamali dalam bahasa inggris zuhud dikenal dengan kata asketis atau asketisme yang diartikan

²⁸ A Farhan, "Zuhud, Sebuah laku Tasawuf untuk Tazkiyah Peradaban Akutansi," *Akutansi : Jurnal Akutansi Integratif* 6 (2), (2020): 87-96.

sebagai sikap meninggalkan segala sesuatu yang berhubungan dengan dunia.²⁹

Menjauhkan diri dari sifat dunia adalah dengan tidak memamerka harta kekayaannya, dan selalu bersedekah kepada orang yang membutuhkan sehingga tidak menumpuk hartanya, selalu dekat dengan Allah, selalu mementingkan akhirat, selalu ikhtiar untuk mencapai akhirat, kemudian tidak terpengaruh oleh pujian dan hinaan manusia, hanya fokus dan mencintai Allah. Sehingga menjauhkan diri dari dunia kemudian mengalihkannya dengan sesuatu yang baik selaras dengan Ibnu Qayyim al-Jauziyah, hakikat zuhud adalah mengalihkan keinginan dari sesuatu kepada sesuatu yang lebih baik darinya. Maka seperti itulah zuhud, yang mengharuskan meninggalkan segala yang dizuhudkan secara keseluruhan, yaitu dunia dan segala isinya, serta sebab-sebabnya. Kemudian keluar rasa benci dari hati kepada dunia, kemudian di susul dengan cinta ketaatan kepada Allah. Sehingga tidak ada kegiatan yang dilakukan kecuali taat kepada Allah.³⁰

b. Menyeimbangkan antara urusan dunia dan akhirat.

Mahasiswa tasawuf dan psikoterapi mempercayai apa yang ada di tangan Allah sehingga akan menjadi seseorang yang lebih tenang, senantiasa menebar kebaikan, menjadi orang yang sabar dan lebih khusyuk dalam melakukan beribadah seperti ketika kehilangan barang atau sesuatu mahasiswa menganggap biasa dan lebih mengharap pahala akhirat dibanding barang tersebut kembali. Menyeimbangkan urusan dunia dan akhirat bagi mahasiswa tidak meninggalkan kehidupan dunia seutuhnya walaupun yang utama adalah akhirat, dunia merupakan perantara atau sebagai jembatan untuk akhirat. Tanpa adanya dunia maka akhirat tidak akan dapat berjalan. Menurut Rasulullah saw dan para

²⁹ S Hamali, “Asketisme dalam Islam Perfektif Psikologi Agama,” *Al-Adyan: Jurnal Studi Lintas Agama* 10 no. 2 (2015): 202-215.

³⁰ Al-ghazali, “*Thya Ullumuddin jilid VII*” (Kairo: Maktabah Misr, 1998), 206-209.

sahabat, tidak berpaling dari hal-hal dunia secara penuh, tetapi bersikap moderat atau jalan tengah dalam menghadapi sesuatu. Sehingga sikap zuhud mendorong seseorang untuk mendahulukan urusan akhirat tetapi bukan berarti bermalas-malasan di dunia dan hanya fokus pada akhirat saja, tetapi justru menyeimbangkan kehidupan dunia dan akhirat. Sebagaimana diisyaratkan dalam firman Allah SWT dalam surat al-Qashas /28 : 77

“Dan carilah apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan kebahagiaanmu dari (kenikmatan) duniawi dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik, kepadamu, dan janganlah kamu berbuat kerusakan di (muka) bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan.”³¹

Jika menyimpan dan meninggalkan harta yang menyebabkan melupakan Allah dan memperoleh kekayaan dengan cara yang haram, maka hal ini tidak diperbolehkan. Hidup penuh dengan penderitaan, kesusahan, kesengsaraan, kegagalan, dan kekecewaan yang tidak bisa menghentikan manusia untuk berusaha, maka manusia harus terus berjuang dan bekerja keras agar hidup tidak bisa menyerah begitu saja.³²

Dalam bukunya Zainul Bahri, Abu al-Wafa al-Taftazani berpandangan bahwa zuhud bukanlah keterputusan dari kehidupan duniawi; sebaliknya, hikmah pemahamanlah yang memberi seseorang pandangan unik tentang kehidupan duniawi, di mana mereka terus bekerja dan berusaha, tetapi kehidupan duniawi tidak mengendalikan kecenderungan hati

³¹ Departemen Agama, Alquran Qs al-Qashas /28:77.

³² Chittic C, William, *Jalan Cinta Sang Sufi; Perjalanan Spiritual Jalaluddin Rumi*, terj: M, Sadat Ismail (Cet II; Jogyakarta: Qolam, 2000), 136-137.

mereka dan tidak menyebabkan mereka mengingkari Allah.³³

c. Mementingkan kehidupan akhirat dari pada dunia

Mahasiswa tasawuf dan psikoterapi menganggap mementingkan kehidupan akhirat bukan berarti meninggalkan kehidupan dunia seutuhnya, Dalam tasawuf, zuhud adalah salah satu stasiun, atau *maqam*, yang dibutuhkan untuk mencapai tingkat tasawuf; namun, zuhud adalah moralitas Islam. Ini bukan untuk menghindari kehidupan duniawi; melainkan untuk membekali diri dengan nilai-nilai spiritual guna menghadapi persoalan-persoalan materialistis dalam kehidupan. Selain itu, harus berusaha untuk mencapai keseimbangan mental sehingga dapat menghadapinya dengan kebijaksanaan di kemudian hari. Bagaimanapun, hidup hanyalah alat, bukan tujuan.³⁴

Meninggalkan kehidupan dunia untuk akhirat disini karena mahasiswa lebih menganggap kehidupan dunia bersifat fana'. Selain itu bagi mahasiswa tasawuf dan psikoterapi jika meninggalkan kehidupan dunia maka akan mendapat atau mengharap kebahagiaan di akhirat. Hal tersebut selaras dengan konsep zuhud Junaid al-Bagdadi, Hasan al-Bisri, Ahmad bin Hambal, dan Al-Ghazali yang lebih mementingkan akhirat dibandingkan dunia, kemudian lebih memfokuskan diri kepada Allah semata dibandingkan kehidupan sosial.³⁵

Adapun kesimpulan Konsep zuhud yang difahami mahasiswa program studi tasawuf dan psikoterapi adalah meninggalkan segala sesuatu yang bersifat duniawi dan mengalihkan dunia dengan perilaku yang baik untuk mengharpkan kebaikan akhirat, meninggalkan dunia disini adalah bukan

³³ Z Bahri, *Menebus Tirai Kesendirian-Nya; Mengurangi Maqomat dan Akhwal dalam Tradisi Sufi*, (Jakarta: Prenada, 2005): 176

³⁴ Ahma Zaini Mahmud, *Konsep Zuhud Dalam Pengelolaan Ekonomi Islam Menurut Pandangan Imam Al-Ghazali Dalam Kitab Ihya Ullumuddin*, Tesis Prodi Magister Ekonomi Syariah IAIN Palangkaraya, 2020.

³⁵ Rif'I Bachrun dan Mud'is Hasan, *Filsafat Tasawuf* (Bandung: Cv Pustaka Setia, 2010), 308.

melepaskan diri dari kebutuhan dunia tetapi melepaskan diri dari sesuatu yang menganggap harta dunia adalah segalanya, kemudian menyeimbangkan antara urusan dunia dan akhirat, karena dunia merupakan sebuah perantara untuk mencapai akhirat karena akhirat tidak bisa jalan tanpa adanya dunia. Kemudian yang terakhir adalah lebih mementingkan kehidupan akhirat dari pada kehidupan dunia, mementingkan bukan berarti melupakan hal-hal yang berbau dunia tetapi lebih mengutamakan hal yang lebih penting untuk akhirat.

2. Analisis Pola Perilaku Zuhud Mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi IAIN Kudus Di Era Digital

Pendekatan yang dilakukan pada penelitian ini ialah menggunakan pendekatan kualitatif. Hasil yang dipaparkan dengan menggunakan metode observasi, wawancara, dan mengumpulkan data-data dokumentasi dari pihak terkait adalah dari mahasiswa program studi tasawuf dan psikoterapi IAIN Kudus itu sendiri, peneliti berhasil memperoleh analisis pola perilaku zuhud mahasiswa program studi tasawuf dan psikoterapi IAIN Kudus di Era Digital.

a. Hidup sederhana

Orang yang cenderung hidup dengan sederhana walaupun memiliki banyak harta, bahkan hidupnya tidak memperlihatkan kemewahan, dia akan hidup dengan apa adanya tidak berlebihan dalam menggunakan harta dan pastinya tidak riya.³⁶ Nabi Muhammad SAW dan keluarganya adalah contoh seorang zuhud. Banyak penggambaran yang mengatakan bahwa Nabi Muhammad SAW dalam kehidupan sehari-harinya sederhana, dalam rangkaian pengalaman dapat dipahami bahwa Rasulullah SAW tinggal bersama istrinya di sebuah gubuk kecil yang sangat sederhana, beratap jerami, kemudian

³⁶ Nur Alifah, "Konsep dan implementasi zuhud," *Jurnal Progresiva* 5 no. 1 (2011): 117.

kamarnya dipisah oleh batang pohon plana yang tersangkut lumpur.³⁷

Perilaku sederhana tersebut sesuai dengan mahasiswa ketika mahasiswa pergi ke kampus tidak menggunakan pakaian yang berlebihan, dan hanya menggunakan pakaian yang sederhana, dari cara mengonsumsi makanan, serta kebutuhan yang lainnya. Selain itu mahasiswa tasawuf dan psikoterapi juga tidak membeli barang atau sesuatu yang tidak mereka butuhkan di media sosial, sehingga dengan kemudahan era digital ini mahasiswa tasawuf dan psikoterapi tetap dengan hidup yang sederhana dengan tidak membeli barang atau sesuatu di media sosial. Bahkan mahasiswa tasawuf dan psikoterapi menghindari gaya hidup hedonisme atau hidup foya-foya, dengan kemudahan teknologi dan informasi di era digital ini mahasiswa memanfaatkannya hanya untuk menambah ilmu, melihat ceramah-ceramah yang ada di media sosial, bahkan mahasiswa menghindari membeli sesuatu di media sosial dan berusaha untuk tidak terjerumus ke dalam hedonisme dan pastinya menghindari perilaku yang rakus. Hal tersebut sesuai dengan perilaku nabi yang hidup sederhana dalam kesehariannya seperti memperbaiki sandal, memerah susu kambing, menjahit baju, menambatkan unta sendiri.³⁸

b. Tidak berperilaku hedonisme

Orang yang berperilaku tidak berlebihan dengan segala hal yang dimilikinya, seperti saat ini dengan kemudahan teknologi di era digital tidak menjadikan mahasiswa hidup berlebihan atau hidup bermewah-mewahan. Tetapi mahasiswa mampu membawa dirinya ke

³⁷ Fazlul Rahman Anshari, *Konsepsi Masyarakat Islam Modern*, (Bandung: Risalah, 1993), 11.

³⁸ Atiyah al-Abrasyi, *Azamat al-Rasul Shallallahu 'Alaihi Wasallam*, (tk: Dar al-Qalam, 1966), 119.

arah yang lebih baik dengan tidak memanfaatkan kemudahan teknologi untuk membeli sesuatu yang tidak dibutuhkan. Bahkan mahasiswa menghindari perbuatan rakus sehingga mahasiswa tetap hidup sederhana dalam kesehariannya dan tidak rakus, karena mahasiswa tasawuf dan psikoterapi tidak menumpuk hartanya, melainkan mahasiswa tasawuf dan psikoterapi menyalurkan uangnya untuk bersedekah kepada fakir miskin, dan orang yang membutuhkan. Selain itu mahasiswa tasawuf dan psikoterapi mengurangi perilaku hedonisme dengan tidak membeli sesuatu atau barang yang tidak diperlukan atau tidak dibutuhkan. Sehingga mahasiswa dapat menjaga jarak terhadap dunia seperti tidak bertindak tamak dan serakah apalagi memperbanyak harta dengan tujuan memperkaya dirinya sendiri.³⁹

Gaya hidup hedonisme adalah pandangan hidup yang mengharapkan kesenangan dan kepuasan materi sebagai tujuan utama, misalnya bersenang-senang, pesta pora, karena mereka menganggap hidup hanya satu kali.⁴⁰ Dengan mensyukuri atas nikmat yang sudah diberikan Allah ketika kehilangan sebuah barang maka mahasiswa lebih mengharapkan pahala disisi Allah dari pada mengharapkan barang tersebut kembali karena bagi mahasiswa bahwa mahasiswa tasawuf dan psikoterapi sedikit atau banyak yang Allah berikan wajib harus bersyukur dan menjadikan kehidupan mahasiswa lebih tenang damai dan menjauhkan dari sifat dan perilaku yang hedonisme. Karena

³⁹ Muhyidin Tahir, "Tamak Dalam Perspektif Hadis," *Jurnal Al-Hikmah* XIV, no. 1 (2013): 16.

⁴⁰ Hawani, "Gaya Hidup Mahasiswa yang Tinggal di Rumah Kos Studi di Perumahan Bukit Sitrah Sanrego", Skripsi, (Makassar: Fakultas Ushuluddin Filsafat dan Politik UIN Alauddin, 2011), 2.

menurut Al-Ghazali buah dari zuhud adalah merasa cukup dengan pemberian Allah SWT.⁴¹

c. Menyibukkan diri dengan beribadah

Perilaku mahasiswa yang tidak foya-foya bahkan menganggap dunia hanya sementara sehingga harus bersemangat melakukan hal yang terbaik entah dalam mencari rizki di dunia dengan tanpa rasa malas, selain itu mahasiswa menjalani hidup dengan sederhana, terutama di zaman yang serba digital seperti ini, mahasiswa tidak mau lalai bahkan terlena dengan semua kenikmatan yang Allah berikan ini, dengan kemudahan teknologi informasi yang begitu mudah dan cepat tidak menjadikan mahasiswa tasawuf dan psikoterapi lupa dengan tanggung jawabnya untuk akhirat. Sehingga mahasiswa selalu menerapkan bahwa dunia dan akhirat adalah hal yang harus diimbangi dengan beribadah supaya tidak terlalu terikat dengan dunia seperti sholat, puasa dan berzikir. Hal tersebut sesuai dengan pandangan Al-Ghazali bahwa sikap mengurangi keterikatan seseorang pada dunia dan kemudian menghindarinya sama sekali; Sikap zuhud terhadap dunia adalah menggunakan dunia sebagai sarana untuk mencapai derajat yang istimewa di sisi Allah SWT.⁴²

d. Bersedekah

Ditengah-tengah budaya yang hedonisme karena kemudah era digital mahasiswa tasawuf dan psikoterapi menginvestasikan hartanya di jalan Allah dengan bersedekah, dengan bersedekah dapat menghindari perilaku atau gaya hidup foya-foya, hura-hura, boros dan mubazir dengan perilaku yang dilakukan mahasiswa tersebut membatasi

⁴¹ Al-Ghazali, *Ihya 'Ulumuddin, Jilid IV* (Semarang; Toha Putra, 2003), 342.

⁴² Al-Ghazali, *Ihya 'Ulumuddin 9: Zuhud, Cinta dan Kematian*, (Jakarta: Republika, 2018)

ambisi-ambisi duniawi dengan tidak membelanjakan apa yang tidak di butuhkan di media sosial, mensyukuri semua anugerah yang sudah diberikan oleh Allah, dan menghindari yang diharamkan oleh Allah. Perspektif zuhud Al-Ghazali bukanlah untuk melarang apa yang halal atau menyia-nyiakan kekayaan, namun lebih percaya pada apa yang ada dalam genggamannya Allah daripada apa yang ada dalam genggamannya Anda.⁴³

e. Berakhlak baik dalam bersosialisasi

Dengan kemudahan yang ditawarkan di era digital ini memudahkan mahasiswa untuk mencari informasi bahkan mencari teman, saudara atau kerabat dengan cepat. Disamping itu mahasiswa selalu bersosialisasi di lingkungan kampus bahkan di media sosial dengan handphone yang digunakannya, mahasiswa bersikap baik terhadap semua orang dengan saling menyapa memberikan senyuman dalam media sosial ataupun secara langsung, dan berkomunikasi yang baik kepada sesama teman dan membantu teman yang sedang kesusahan, dengan kemudahan teknologi tersebut membuat mahasiswa dengan mudah melihat aktivitas teman yang lainnya, tetapi mahasiswa yang satu dengan yang lainnya tidak pernah merasa iri atas apa yang dilakukan atau apa yang dimiliki oleh mahasiswa yang lain. Berakhlak baik dalam bersosialisasi merupakan salah satu perilaku seseorang yang zuhud, dimana seorang dapat bersosialisasi dengan baik dan baik kepada manusia atau makhluk hidup lainnya.⁴⁴

⁴³ Al-Ghazali, Ihya 'Ulumuddin, *Jilid IV* (Semarang; Toha Putra, 2003), 342.

⁴⁴ Nur Alifah, "Konsep dan Implementasi Zuhud," *Jurnal Progresiva* 5, no.1 (2011): 115.

f. Tidak pamer di media sosial

Media sosial sering kali digunakan oleh mahasiswa sebagai fasilitator atau tempat untuk membagikan informasi berupa aktivitas-aktivitas sosialnya. Melalui media sosial, individu memiliki kendali penuh dalam menampilkan informasi yang akan diunggah sehingga dapat mengelola kesan orang lain terhadapnya agar sesuai dengan apa yang diharapkan. Maka dengan hal tersebut perilaku yang dilakukan mahasiswa tasawuf dan psikoterapi di media sosial adalah dengan tidak memposting sesuatu yang menyinggung orang lain, kemudian mahasiswa juga tidak pamer kehidupan di media sosial, mahasiswa tasawuf dan psikoterapi selalu berusaha menjadi pengguna media sosial yang bijak seperti menghindari berkomentar jahat kepada orang lain. karena mahasiswa hanya ingin memanfaatkan media sosial untuk kepentingan yang bermanfaat. Disisi lain tidak jarang seseorang menampilkan informasi di media sosial hanya memamerkan kekayaan dan kemewahann supaya mendapat penilaian dari orang yang melihatnya.⁴⁵

g. Berperilaku baik dalam berinteraksi di media sosial

Saat ini media sosial telah menjadi gaya hidup. Semua orang, tidak pandang usia, terhubung dan berkomunikasi menggunakan media sosial (medsos) dalam berbagai platform. Pengguna dengan sangat leluasa mendapatkan dan berbagi informasi ke seluruh dunia dalam waktu yang sangat singkat. Sayangnya, tidak sedikit terjadi penyalahgunaan medsos atau perilaku pengguna medsos yang tidak memperhatikan kaidah-kaidah etika ataupun kesopanan. bila kita merujuk pada kolom

⁴⁵ Ety Nurhayat, "Flexing: Perilaku Pamer Kekayaan di Media Sosial dan Kaitannya dengan *Self-Esteem*," *Jurnal Flourishing* 2, no. 5 (2022): 368.

komentar tentu akan kita jumpai banyak sekali komentar-komentar yang tidak mengindahkan lagi norma-norma kesopanan yang ada di masyarakat Indonesia. Dimana etika dalam beraktivitas di media sosial, hendaknya selalu menggunakan bahasa yang baik dan benar sehingga tidak menimbulkan resiko kesalahan pemahaman yang tinggi. Alangkah baiknya apabila sedang melakukan komunikasi pada jaringan internet menggunakan bahasa yang sopan dan layak serta menghindari penggunaan kata baik. Dimana mahasiswa tasawuf dan psikoterapi tidak berkomentar negatif atau menghindari komentar julid di akun media sosial orang lain dimana mahasiswa tasawuf dan psikoterapi lebih mendengarkan tausiyah-tausiyah yang ada di media sosial seperti tausiyah dari ustad Hanan Attaqi, Adi hidayat dan Habib Ja'far Husein, maka dengan itu etika dalam berinteraksi di media sosial sangat penting dilakukan.⁴⁶

Maka perilaku mahasiswa yang di pondok lebih menyibukkan diri dengan beribadah seperti sholat, puasa dan dzikir, dan tidak lupa juga dengan bersedekah sedangkan perilaku mahasiswa yang tinggal di kos dengan hidup sederhana dan tidak berperilaku hedonisme atau foya-foya dan bersedekah, mahasiswa yang tinggal dikos menggunakan pakaian sederhana ketika pergi ke kampus. Kemudian mahasiswa yang tinggal di rumah berperilaku baik dalam bersoialisasi selain itu juga menghindari perilaku yang hedonisme, tidak pamer kekayaan di media sosial dan berperilaku baik dalam berinteraksi di media sosial.

⁴⁶ Rulli Nasrullah, *Media Sosial : Perspektif Komunikasi, Budaya, dan Sioteknologi*, (Bandung : Remaja Rosdakarya, 2017), hal. 11

Dapat disimpulkan bahwa pola perilaku zuhud di era digital mahasiswa tasawuf dan psikoterapi berawal dari perilaku kehidupan sehari-hari dimana tidak berlebihan dalam hal membeli sesuatu ataupun barang apapun dengan harta yang dimiliki mahasiswa lebih menjalani hidup sederhana seperti dari pakaian yang digunakan, kemudian tidak berperilaku hedonisme, tidak rakus terhadap sesuatu atau harta yang dimilikinya, dengan perilaku menyeimbangkan urusan dunia dan akhirat mahasiswa menyibukkan diri dengan beribadah seperti sholat, puasa, zikir tidak lupa mahasiswa mersedekahkan harta yang dimiliki supaya terhindar dari perilaku hedonisme, foya-foya bahkan mubazir dengan perilaku tersebut menjadikan perilaku yang baik bagi mahasiswa dalam lingkungan atau dalam bersosialisasi, tidak pamer kekayaan di media sosial dan berperilaku baik dalam berinteraksi di media sosial.

