

Received: 08-10-2025 | Accepted: 16-11-2025 | Published: 03-12-2025

MAKNA SIMBOLIK RITUAL SULUK SEBAGAI MEDIA TRANSFORMASI KESADARAN SPIRITUAL MASYARAKAT ISLAM

Iswadi¹, Helmi Abu Bakar²

^{1,2}Universitas Islam Al-Aziziyah Indonesia

Email Korespondensi: lamkawe82@gmail.com

ABSTRAK

Ritual suluk dalam tradisi tasawuf merupakan praktik spiritual yang sarat dengan simbol-simbol religius yang berfungsi sebagai media pembentukan dan transformasi kesadaran spiritual masyarakat Islam. Artikel ini bertujuan menganalisis makna simbolik dalam ritual suluk serta perannya dalam mentransformasikan kesadaran spiritual dan sosial jamaah. Penelitian ini menggunakan metodologi kepustakaan (library research) dengan pendekatan kualitatif-deskriptif, melalui kajian terhadap kitab-kitab tasawuf klasik dan literatur ilmiah yang relevan. Hasil kajian menunjukkan bahwa simbol-simbol utama dalam suluk, seperti mursyid, kelambu, dan tasbih, memiliki fungsi edukatif, psikospiritual, dan sosial. Mursyid berperan sebagai pembimbing spiritual dan regulator psikososial, kelambu merepresentasikan kesadaran kematian yang bersifat reflektif dan terapeutik, sedangkan tasbih menjadi simbol disiplin zikir yang berimplikasi pada kesehatan mental dan pembentukan akhlak sosial. Secara keseluruhan, ritual suluk membentuk sistem simbolik yang integratif dalam membangun kesadaran spiritual individual sekaligus kesadaran sosial masyarakat Islam.

Kata kunci: *Suluk, Simbol Religius, Kesadaran Spiritual, Tasawuf, Masyarakat Islam.*

ABSTRACT

Suluk rituals in the Sufi tradition constitute spiritual practices rich in religious symbols that function as a medium for shaping and transforming the spiritual consciousness of Muslim communities. This article aims to analyze the symbolic meanings embedded in suluk rituals and their role in transforming both spiritual and social consciousness among participants. This study employs a library research methodology with a qualitative-descriptive approach, examining classical Sufi texts and relevant scholarly literature. The findings indicate that the main symbols in suluk—such as the *mursyid*, the *kelambu* (veil), and the *tasbih* (prayer beads)—serve educational, psychospiritual, and social functions. The *mursyid* acts as a spiritual guide and psychosocial regulator, the *kelambu* represents an awareness of death that is reflective and therapeutic in nature, while the *tasbih* symbolizes disciplined remembrance (*dhikr*) with implications for mental health and moral character formation. Overall, suluk rituals form an integrative symbolic system that fosters individual spiritual awareness as well as collective social consciousness within Muslim society.

Keywords: *Suluk, Religious Symbols, Spiritual Consciousness, Sufism, Muslim Society.*

PENDAHULUAN

Ritual keagamaan dalam Islam tidak hanya berfungsi sebagai bentuk ketaatan normatif kepada Tuhan, tetapi juga sebagai medium transformasi

kesadaran spiritual dan sosial masyarakat. Dalam praktik keagamaan tradisional, khususnya dalam tradisi tasawuf, ritual dipenuhi oleh simbol-simbol religius yang berperan sebagai sarana komunikasi makna, nilai, dan orientasi hidup umat. Simbol-simbol tersebut tidak hadir secara kebetulan, melainkan dibangun dan diwariskan sebagai sistem makna yang mengarahkan pengalaman batin dan perilaku sosial para pelakunya (Hadi, 2012). Salah satu praktik spiritual yang kaya akan simbol adalah ritual suluk, yaitu latihan rohani dalam tradisi tasawuf yang bertujuan membersihkan jiwa, mengendalikan hawa nafsu, dan mendekatkan diri kepada Allah SWT. Suluk tidak hanya dipahami sebagai ibadah individual, tetapi juga sebagai proses pembinaan spiritual kolektif yang berlangsung dalam komunitas. Di dalamnya terdapat berbagai simbol—seperti mursyid, tasbih, dan kelambu—yang berfungsi sebagai media internalisasi nilai-nilai tauhid, kesadaran kematian, dan disiplin spiritual (al-Ghazali, 2005). D

Dalam kajian simbolik, simbol dipahami sebagai medium yang menghubungkan realitas lahiriah dengan makna batiniah. Simbol menjadi jembatan antara pengalaman empirik manusia dengan realitas transenden yang tidak sepenuhnya dapat dijelaskan melalui bahasa verbal (Liliweri, 2007). Karena keterbatasan bahasa dalam mengungkap pengalaman mistik, tradisi tasawuf mengembangkan simbol dan istilah khusus untuk menyampaikan makna-makna spiritual yang bersifat intuitif dan rahasia (al-Qusyairi, 2007). Keberadaan simbol dalam ritual suluk juga menunjukkan bahwa praktik mistik Islam memiliki dimensi edukatif dan transformatif. Melalui simbol, nilai-nilai spiritual tidak hanya dipahami secara kognitif, tetapi dihayati secara emosional dan diinternalisasikan dalam kehidupan sehari-hari. Proses ini memungkinkan terjadinya transformasi kesadaran spiritual yang berimplikasi pada perubahan sikap, perilaku, dan etika sosial jamaah (Schimmel, 2003). Ritual suluk dapat dipahami sebagai mekanisme pembinaan masyarakat berbasis spiritualitas. Transformasi kesadaran spiritual yang dihasilkan melalui simbol-simbol suluk berpotensi membentuk individu yang memiliki kontrol diri, ketenangan batin, dan orientasi hidup yang bermakna. Individu-individu tersebut pada gilirannya berkontribusi pada terciptanya masyarakat yang lebih etis, harmonis, dan berorientasi nilai (Kartanegara, 2002).

Sejumlah kajian sebelumnya tentang suluk cenderung menempatkan praktik ini dalam kerangka normatif-teologis atau historis tasawuf. Namun, kajian yang secara khusus menyoroti makna simbolik ritual suluk sebagai media transformasi kesadaran spiritual masyarakat Islam masih relatif terbatas. Padahal, simbol-simbol seperti mursyid sebagai figur pembimbing, tasbih sebagai alat disiplin zikir, dan kelambu sebagai simbol kesadaran kematian memiliki fungsi sosial-psikologis yang signifikan dalam pembentukan kepribadian dan kesadaran kolektif jamaah

(Abu Wafa', 2008). Selain itu, pendekatan psikologi kontemporer menunjukkan bahwa praktik spiritual yang berbasis repetisi, refleksi eksistensial, dan hubungan pembimbing–murid memiliki dampak positif terhadap kesehatan mental dan stabilitas emosi individu (Frankl, 1984; Yalom, 2008). Hal ini memperkuat argumen bahwa ritual suluk tidak hanya relevan secara teologis, tetapi juga secara psikologis dan sosial.

Berdasarkan uraian tersebut, artikel ini bertujuan untuk mengkaji makna simbolik ritual suluk dan menjelaskan bagaimana simbol-simbol yang terdapat di dalamnya berfungsi sebagai media transformasi kesadaran spiritual masyarakat Islam. Kajian ini menggunakan pendekatan penelitian pustaka dengan menelaah literatur tasawuf klasik, kajian simbolik, serta perspektif psikologi dan pengembangan masyarakat Islam. Dengan demikian, diharapkan artikel ini dapat memberikan kontribusi teoretis dalam memahami suluk sebagai praktik spiritual yang tidak hanya membentuk kesalehan individual, tetapi juga kesadaran sosial yang berkelanjutan.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kepustakaan (library research) dengan pendekatan kualitatif-deskriptif. Data diperoleh dari sumber primer berupa kitab-kitab tasawuf klasik yang membahas praktik suluk dan simbolisme spiritual, serta sumber sekunder berupa buku dan artikel ilmiah yang relevan. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi dengan menyeleksi, mengklasifikasikan, dan menginterpretasikan literatur sesuai fokus penelitian. Analisis data menggunakan analisis isi (content analysis) dan pendekatan interpretatif untuk mengungkap makna simbolik ritual suluk serta relevansinya dalam transformasi kesadaran spiritual masyarakat Islam. Kerangka analisis penelitian ini merujuk pada teori sistem simbol yang memandang kebudayaan sebagai sistem makna yang saling terintegrasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Mursyid sebagai Simbol Pembimbing Spiritual dan Regulasi Psikososial

Dalam tradisi suluk, mursyid menempati posisi yang sangat sentral sebagai simbol pembimbing spiritual dan jalan keselamatan menuju Allah SWT. Keberadaan mursyid tidak semata-mata bersifat struktural atau organisatoris dalam komunitas tarekat, melainkan mengandung makna simbolik yang mendalam sebagai representasi otoritas keilmuan, keteladanan akhlak, dan stabilitas batin bagi para salik. Dalam tasawuf, perjalanan spiritual dipahami sebagai proses panjang, kompleks, dan sarat risiko penyimpangan batin apabila tidak berada di bawah bimbingan seorang guru yang arif dan berkompeten (al-Ghazali, 2005).

Secara normatif, posisi pembimbing spiritual memiliki dasar yang kuat dalam ajaran Islam. Rasulullah SAW bersabda: *“Sesungguhnya para ulama adalah pewaris para nabi”* (HR. Abu Dawud). Hadis ini menegaskan bahwa ulama—dalam konteks tasawuf

direpresentasikan oleh mursyid—mewarisi fungsi kenabian tidak hanya dalam penyampaian ilmu lahiriah, tetapi juga dalam pembinaan ruhani, penyucian jiwa, dan pembentukan akhlak. Oleh karena itu, mursyid dipahami sebagai kelanjutan fungsi profetik dalam membimbing manusia menuju kesempurnaan ibadah dan kedekatan dengan Allah SWT (al-Qusyairi, 2007).

Dalam karya *Ihya' 'Ulūm al-Dīn*, al-Ghazali menekankan bahwa hati manusia merupakan pusat kesadaran spiritual sekaligus medan pertempuran antara cahaya ilahi dan dorongan hawa nafsu. Tanpa bimbingan mursyid, seorang salik rentan terjebak dalam ilusi spiritual, seperti merasa telah mencapai maqam tertentu, mengalami kepuasan diri berlebihan, atau mengklaim pengalaman mistik yang tidak teruji secara syariat (al-Ghazali, 2005). Oleh sebab itu, mursyid berfungsi sebagai filter spiritual yang mengoreksi pengalaman batin murid agar tetap selaras dengan prinsip syariat dan akidah Ahl al-Sunnah wa al-Jama'ah.

Al-Qusyairi menjelaskan bahwa para sufi generasi awal sangat berhati-hati dalam membiarkan murid menafsirkan sendiri pengalaman batinnya. Setiap pengalaman zikir, rasa, atau kasyf harus diserahkan kepada mursyid untuk ditimbang dan diluruskan agar tidak menimbulkan fitnah atau penyimpangan pemahaman (al-Qusyairi, 2007). Hal ini menunjukkan bahwa mursyid bukan hanya pembimbing ritual, tetapi penjaga keseimbangan antara dimensi batin dan norma keagamaan. Ibn 'Atha'illah al-Sakandari menegaskan bahwa keberhasilan suluk sangat ditentukan oleh kualitas hubungan murid dengan mursyid. Dalam *al-Hikam*, ia menyatakan bahwa orang yang berjalan tanpa guru ibarat pohon yang tumbuh liar tanpa pemeliharaan, yang mungkin tumbuh tetapi tidak berbuah dengan baik (Ibn 'Atha'illah, 2012). Ungkapan ini menegaskan makna simbolik mursyid sebagai pengarah, pemelihara, dan penyeimbang perjalanan spiritual salik.

Dari perspektif psikologi, hubungan antara mursyid dan murid dapat dianalisis sebagai relasi *significant other*, yaitu hubungan interpersonal yang memiliki pengaruh besar terhadap pembentukan kepribadian dan kestabilan psikologis individu. Albert Bandura dalam teori pembelajaran sosial menyatakan bahwa individu belajar nilai, sikap, dan perilaku melalui proses observasi dan imitasi terhadap figur yang dianggap otoritatif dan bermakna (Bandura, 1977). Dalam konteks suluk, mursyid berfungsi sebagai *role model* yang membentuk disiplin diri, kontrol emosi, dan orientasi hidup salik. Keberadaan figur mursyid juga berperan penting dalam mencegah disorientasi psikologis akibat praktik spiritual intensif. Pengalaman zikir yang mendalam, khalwat, dan latihan batin berpotensi menimbulkan ketegangan emosional atau konflik batin jika tidak diarahkan dengan tepat. Dalam psikologi klinis, kondisi semacam ini dikenal sebagai *spiritual emergency*, yaitu krisis psikologis yang muncul akibat pengalaman spiritual yang terlalu kuat tanpa pendampingan yang memadai (Grof & Grof, 1989).

Dalam konteks suluk, peran mursyid sangat penting untuk menstabilkan kondisi psikis murid agar pengalaman spiritual justru memperkuat kesehatan jiwa, bukan sebaliknya.

Pendekatan psikologi humanistik juga menegaskan pentingnya figur pembimbing dalam proses pertumbuhan kepribadian. Carl Rogers menyatakan bahwa perkembangan kepribadian yang sehat membutuhkan kehadiran figur yang memberikan penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*), empati, dan keaslian (*congruence*) (Rogers, 1961). Nilai-nilai ini sangat sejalan dengan karakter ideal mursyid dalam tradisi tasawuf, seperti kasih sayang, kesabaran, kerendahan hati, dan keteladanan moral. Selain itu, Abraham Maslow dalam teori aktualisasi diri menempatkan dimensi spiritual sebagai puncak perkembangan manusia. Namun, Maslow menekankan bahwa aktualisasi diri yang sehat harus berlangsung dalam kerangka nilai dan bimbingan yang jelas agar tidak jatuh pada egosentrisme atau delusi keagungan (Maslow, 1970). Dalam hal ini, mursyid berfungsi sebagai penyeimbang antara pencapaian spiritual dan kerendahan diri, sehingga perkembangan batin salik tetap sehat dan konstruktif.

Dalam perspektif kesehatan jiwa Islam, para ulama tasawuf klasik telah lama menekankan pentingnya pembimbing spiritual sebagai penjaga keseimbangan jiwa. Ibn Qayyim al-Jauziyyah menyatakan bahwa penyakit hati sering kali lebih berbahaya daripada penyakit fisik karena dapat merusak orientasi hidup manusia. Oleh karena itu, diperlukan pembimbing yang memahami seluk-beluk jiwa untuk menuntun manusia keluar dari penyakit batin seperti *riya'*, *ujub*, dan *takabur* (Ibn Qayyim, 2010). Secara sosial, mursyid juga berfungsi sebagai simbol pemersatu komunitas suluk. Ia menjadi rujukan moral dan spiritual yang menjaga harmoni internal jamaah serta mencegah konflik akibat perbedaan pengalaman batin antaranggota. Dalam perspektif Pengembangan Masyarakat Islam (PMI), fungsi ini sangat strategis karena komunitas yang sehat secara spiritual akan lebih mampu membangun solidaritas, etika sosial, dan kepedulian terhadap lingkungan sekitarnya (Kartanegara, 2002).

Dengan demikian, hasil kajian ini menunjukkan bahwa mursyid dalam ritual suluk bukan sekadar figur religius, tetapi simbol pembimbing spiritual yang memiliki fungsi regulasi psikososial. Ia menstabilkan emosi, mengarahkan energi spiritual, membentuk kepribadian yang seimbang, serta mencegah distorsi psikologis akibat pengalaman mistik yang tidak terkendali. Dalam konteks masyarakat Islam, peran mursyid berkontribusi signifikan dalam membentuk komunitas yang sehat secara spiritual, matang secara psikologis, dan berakhlak secara sosial.

b. Kelambu sebagai Simbol Kesadaran Kematian dan Terapi Psikospiritual

Dalam ritual suluk, kelambu menempati posisi simbolik yang sangat kuat karena berhubungan langsung dengan kesadaran eksistensial manusia tentang kematian, kefanaan hidup, dan orientasi akhirat. Berbeda dengan tasbeih yang berfungsi sebagai simbol pengaturan kesadaran batin secara gradual, kelambu menghadirkan

simbol yang bersifat konfrontatif terhadap realitas kematian. Di kalangan komunitas suluk, kelambu secara eksplisit dimaknai sebagai *kubur*, yakni ruang simbolik yang merepresentasikan fase transisi manusia dari kehidupan dunia menuju kehidupan abadi. Penggunaan ruang gelap sebagai tempat kelambu bukanlah tanpa makna. Dalam tasawuf, kegelapan sering kali dimaknai sebagai kondisi awal pencarian spiritual, di mana manusia berada dalam keterbatasan pengetahuan, kebingungan batin, dan dominasi hawa nafsu. Melalui pengalaman berada di dalam kelambu, salik dilatih untuk menghadapi kegelapan internal—seperti gelapnya hati, jiwa, pikiran, dan rasa—serta kegelapan eksternal berupa kerusakan moral dan krisis spiritual masyarakat (al-Ghazali, 2005).

Kesadaran kematian yang dibangun melalui simbol kelambu memiliki dasar yang kuat dalam ajaran Islam. Rasulullah SAW bersabda: “Perbanyaklah mengingat pemutus segala kenikmatan, yaitu kematian.” (HR. al-Tirmidzi). Hadis ini menunjukkan bahwa mengingat kematian bukanlah praktik pesimistis, melainkan sarana edukatif untuk membangun kesadaran moral dan spiritual. Dalam tasawuf, praktik *ẓikr al-mawt* dipandang sebagai metode efektif untuk memutus ketergantungan berlebihan terhadap dunia dan menata ulang orientasi hidup manusia (Ibn Qayyim, 2010). Al-Ghazali dalam *Iḥyā’ ‘Ulūm al-Dīn* menjelaskan bahwa seseorang yang jarang mengingat kematian cenderung larut dalam kenikmatan dunia dan mengabaikan tanggung jawab akhirat. Sebaliknya, orang yang sering menghadirkan kematian dalam kesadarannya akan lebih berhati-hati dalam ucapan, perbuatan, dan relasi sosialnya (al-Ghazali, 2005). Dalam konteks ini, kelambu berfungsi sebagai media pedagogi spiritual yang menanamkan kesadaran kematian secara simbolik namun mendalam.

Ibn ‘Atha’illah al-Sakandari menyatakan bahwa kematian bukanlah akhir, melainkan pintu menuju kehidupan yang lebih hakiki. Oleh karena itu, latihan spiritual yang menghadirkan kesadaran kematian akan mempercepat proses *tajrid* (pelepasan diri dari ketergantungan duniawi) dan memperkuat *tawakkal* kepada Allah (Ibn ‘Atha’illah, 2012). Kelambu dalam suluk menjadi sarana konkret untuk menghadirkan makna ini dalam pengalaman langsung salik. Dalam praktik komunitas suluk, masuk ke dalam kelambu dipahami sebagai “masuk kubur”, sedangkan keluar dari kelambu dimaknai sebagai “kembali ke dunia” dengan kesadaran baru. Makna simbolik ini mengajarkan bahwa hidup di dunia adalah kesempatan sementara yang harus dimanfaatkan untuk memperbaiki hubungan dengan Allah dan sesama manusia.

Simbol ini secara psikologis menciptakan *moral urgency*, yaitu dorongan kuat untuk segera bertaubat dan memperbaiki diri sebelum kematian yang pasti datang. Dari perspektif psikologi eksistensial, kesadaran kematian (*death awareness*) justru memiliki fungsi terapeutik yang signifikan. Viktor Frankl menyatakan bahwa manusia yang menyadari keterbatasan hidupnya akan terdorong untuk menemukan makna hidup yang autentik dan bertanggung jawab (Frankl, 1984). Kesadaran kematian membantu

individu keluar dari kehidupan yang dangkal menuju kehidupan yang bernilai dan bermakna. Irvin D. Yalom, seorang tokoh psikologi eksistensial, menegaskan bahwa kecemasan manusia pada dasarnya bersumber dari penyangkalan terhadap kematian. Ketika kematian dihadapi secara sadar dan reflektif, kecemasan eksistensial justru berkurang dan digantikan oleh penerimaan diri serta kejelasan nilai hidup (Yalom, 2008).

Dalam konteks suluk, kelambu berfungsi sebagai media *exposure spiritual* terhadap realitas kematian, sehingga salik tidak lagi menekan kesadaran akan kematian, melainkan mengintegrasikannya secara sehat dalam kehidupan batin. Dalam kajian kesehatan jiwa, refleksi eksistensial yang terstruktur—seperti yang terjadi dalam ritual suluk—terbukti mampu meningkatkan resiliensi psikologis dan mengurangi gangguan kecemasan kronis (Frankl, 1984; Yalom, 2008). Oleh karena itu, simbol kelambu tidak hanya berfungsi religius, tetapi juga memiliki dampak positif terhadap kesehatan mental jamaah suluk.

Selain dimensi individual, simbol kelambu juga memiliki implikasi sosial. Kesadaran kematian mendorong lahirnya sikap rendah hati, empati, dan kepedulian sosial. Seseorang yang menyadari kefanaan hidup cenderung lebih pemaaf, tidak arogan, dan lebih peduli terhadap penderitaan orang lain. Dalam perspektif Pengembangan Masyarakat Islam (PMI), kesadaran semacam ini merupakan fondasi penting bagi terciptanya masyarakat yang berakhlak, adil, dan berorientasi nilai (Kartanegara, 2002). Ibn Qayyim al-Jauziyyah menegaskan bahwa mengingat kematian akan mematikan kesombongan dan melahirkan kejujuran dalam beragama. Ia menyebut kematian sebagai “penasihat paling jujur” bagi manusia, karena tidak ada satu pun yang mampu menghindarinya (Ibn Qayyim, 2010). Dalam ritual suluk, kelambu berfungsi sebagai simbol penasihat tersebut, yang hadir secara nyata dalam pengalaman batin salik.

Hasil kajian ini menunjukkan bahwa kelambu dalam ritual suluk berfungsi sebagai simbol kesadaran kematian sekaligus media terapi psikospiritual. Kelambu menanamkan kesadaran eksistensial, memperkuat orientasi akhirat, menyehatkan jiwa, serta mendorong transformasi etika sosial jamaah. Dalam konteks masyarakat Islam, simbol kelambu berkontribusi pada pembentukan individu yang sadar nilai, rendah hati, dan bertanggung jawab secara spiritual maupun sosial.

c. Tasbih sebagai Simbol Disiplin Zikir dan Kesehatan Mental

Dalam ritual suluk, tasbih merupakan simbol yang paling dekat dengan aktivitas keseharian jamaah, namun sekaligus memiliki makna spiritual dan psikologis. Hadis ini menunjukkan bahwa zikir tidak dibatasi oleh ruang dan waktu tertentu, melainkan harus menjadi keadaan batin yang terus hidup dalam diri seorang Muslim. Dalam konteks suluk, tasbih berfungsi sebagai simbol pengingat yang konstan agar kesadaran ilahiah tetap terjaga, bahkan ketika salik berada di luar majelis zikir formal.

Al-Ghazali menegaskan bahwa zikir merupakan sarana utama untuk membersihkan hati dari penyakit batin seperti riya', hasad, dan cinta dunia yang berlebihan.

Dalam *Ihyā' 'Ulūm al-Dīn*, ia menjelaskan bahwa pengulangan zikir secara terus-menerus, meskipun pada awalnya terasa mekanis, akan menembus lapisan hati dan melahirkan kehadiran batin (*ḥudūr al-qalb*) jika dilakukan dengan istiqamah (al-Ghazali, 2005). Tasbih dalam hal ini menjadi simbol latihan kesabaran dan ketekunan spiritual yang membentuk kebiasaan batin salik. Ibn 'Atha'illah al-Sakandari juga menegaskan bahwa janganlah seseorang meninggalkan zikir hanya karena belum merasakan kehadiran hati, sebab meninggalkan zikir merupakan kelalaian yang lebih besar dibandingkan zikir tanpa kehadiran hati. Pernyataan ini menunjukkan bahwa disiplin zikir lebih diutamakan daripada tuntutan pengalaman spiritual instan (Ibn 'Atha'illah, 2012).

Tasbih dengan demikian menjadi simbol komitmen spiritual jangka panjang, bukan sekadar alat ritual sesaat. Dalam komunitas suluk, tasbih sering disebut sebagai *boh mensabah*, yang mengandung makna latihan menghitung dan mengukur diri. Perputaran biji tasbih di tangan salik tidak hanya merepresentasikan hitungan zikir, tetapi juga perjalanan hidup manusia yang terus bergerak menuju ajal. Setiap butir tasbih menjadi simbol kesempatan hidup yang harus diisi dengan kesadaran kepada Allah. Makna simbolik ini memperkuat dimensi reflektif zikir dalam kehidupan jamaah suluk. Tasbih juga memiliki makna simbolik sosial dalam komunitas tarekat. Pemberian tasbih oleh mursyid kepada seorang salik sering dimaknai sebagai simbol kepercayaan, pengakuan spiritual, dan izin untuk mengamalkan wirid tertentu. Dalam tradisi tasawuf, pemberian ini tidak bersifat administratif, tetapi sarat makna mistik dan pedagogis, karena menunjukkan kesiapan mental dan spiritual murid untuk memikul tanggung jawab amalan tertentu (Kartanegara, 2002).

Dari perspektif psikologi kesehatan jiwa, praktik zikir yang berulang dan terstruktur—sebagaimana difasilitasi oleh tasbih—memiliki dampak signifikan terhadap kestabilan mental. Herbert Benson menyatakan bahwa aktivitas repetitif yang disertai fokus perhatian dapat memicu *relaxation response*, yaitu kondisi fisiologis yang menurunkan stres, tekanan darah, dan ketegangan saraf (Benson, 2010). Fenomena ini menjelaskan secara ilmiah mengapa praktik zikir yang dilakukan secara konsisten mampu menenangkan jiwa. Dalam psikologi modern, praktik yang menyerupai zikir dikenal sebagai *mindfulness meditation*, yang digunakan secara luas dalam terapi gangguan kecemasan dan depresi. Jon Kabat-Zinn menjelaskan bahwa latihan kesadaran melalui pengulangan fokus perhatian mampu meningkatkan regulasi emosi dan ketahanan mental individu (Kabat-Zinn, 1994). Namun, berbeda dengan *mindfulness* yang bersifat netral atau sekuler, zikir dalam suluk memiliki orientasi teosentris yang memberikan makna spiritual yang lebih mendalam bagi pelakunya.

Zikir yang dibantu oleh tasbih juga berfungsi sebagai sarana pengendalian pikiran (*thought regulation*). Pikiran manusia cenderung melompat dari satu kekhawatiran ke kekhawatiran lain. Dengan fokus pada lafaz zikir dan pergerakan tasbih, salik dilatih untuk menenangkan pikiran, mengurangi *ruminat*ion, dan menghadirkan kesadaran saat ini. Dalam psikologi kognitif, pengendalian pikiran semacam ini terbukti efektif dalam menurunkan kecemasan dan meningkatkan kesejahteraan subjektif (Beck, 2011). Dalam tradisi tasawuf, stabilitas batin yang dihasilkan dari zikir berkesinambungan dipandang sebagai tanda kesehatan hati. Ibn Qayyim al-Jauziyyah menyatakan bahwa hati yang lalai dari zikir akan mudah dikuasai oleh bisikan negatif dan kegelisahan, sedangkan hati yang hidup dengan zikir akan memperoleh ketenangan dan kekuatan moral (Ibn Qayyim, 2010). Pandangan ini selaras dengan temuan psikologi modern yang menunjukkan bahwa spiritualitas yang terinternalisasi secara sehat berkontribusi pada kesehatan mental jangka panjang.

Selain aspek individual, tasbih juga berperan dalam pembentukan etika sosial jamaah suluk. Individu yang terbiasa berzikir cenderung memiliki kontrol emosi yang lebih baik, tidak mudah marah, dan lebih sabar dalam menghadapi konflik sosial. Dalam perspektif Pengembangan Masyarakat Islam (PMI), karakteristik ini sangat penting karena masyarakat yang sehat secara spiritual akan lebih mampu membangun hubungan sosial yang harmonis dan berkeadilan (Abu Wafa', 2008). bTasbih juga berfungsi sebagai simbol kontinuitas spiritual antara ruang ritual dan ruang sosial. Zikir tidak berhenti ketika suluk selesai, tetapi dibawa ke dalam kehidupan sehari-hari melalui kebiasaan memegang dan memutar tasbih. Hal ini menciptakan integrasi antara dimensi ibadah dan aktivitas sosial, sehingga kesalehan tidak berhenti pada ritual, tetapi terwujud dalam perilaku sosial yang etis.

Tentunya dengan demikian, hasil kajian ini menunjukkan bahwa tasbih dalam ritual suluk berfungsi sebagai simbol disiplin zikir yang memiliki implikasi langsung terhadap kesehatan mental dan pembentukan kepribadian salik. Tasbih menanamkan kebiasaan kesadaran ilahiah, menstabilkan emosi, mengendalikan pikiran, serta memperkuat etika sosial jamaah. Dalam konteks masyarakat Islam, tasbih berkontribusi pada lahirnya individu-individu yang tenang, sabar, dan matang secara spiritual maupun psikologis, yang pada akhirnya memperkuat kualitas kehidupan sosial masyarakat.

KESIMPULAN

Ritual suluk merupakan praktik spiritual dalam tradisi tasawuf yang sarat dengan simbol-simbol religius sebagai media transformasi kesadaran spiritual masyarakat Islam. Simbol-simbol dalam suluk tidak hanya berfungsi sebagai pelengkap ritual, tetapi menjadi sarana internalisasi nilai tauhid, pengendalian diri, dan orientasi

hidup ukhrawi secara berkelanjutan Simbol mursyid berperan sebagai pembimbing spiritual dan regulator psikososial yang memberikan arah, keteladanan, serta koreksi terhadap pengalaman batin salik agar tetap berada dalam koridor syariat dan akidah yang benar. Dalam perspektif psikologi, mursyid berfungsi sebagai figur signifikan yang menstabilkan emosi dan membentuk kepribadian jamaah. Simbol kelambu merepresentasikan kesadaran kematian yang bersifat edukatif dan terapeutik. Melalui pengalaman simbolik “masuk kubur”, jamaah suluk dilatih untuk merefleksikan kefanaan hidup, mendorong taubat, dan membangun orientasi hidup yang bermakna. Kesadaran kematian ini terbukti memperkuat ketahanan mental individu (Frankl, 1984; Yalom, 2008). Simbol tasbeih berfungsi sebagai sarana disiplin zikir yang menumbuhkan fokus batin, pengendalian pikiran, dan ketenangan emosional. Praktik zikir yang berkesinambungan berkontribusi pada kestabilan mental dan pembentukan akhlak sosial jamaah (Benson, Secara keseluruhan, simbol-simbol dalam ritual suluk membentuk sistem simbolik yang integratif dalam membangun kesadaran spiritual dan sosial masyarakat Islam. Oleh karena itu, ritual suluk relevan dikembangkan sebagai model pembinaan masyarakat berbasis spiritualitas yang menekankan kesalehan individual sekaligus kesadaran sosial yang etis dan berorientasi nilai.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Dawud. *Sunan Abī Dāwūd*. Beirut: Dār al-Fikr, t.t.
- Abu Wafa'. *Tasawuf Islam: Telaah Historis dan Perkembangannya*. Jakarta: Gaya Media Pranata, 2008.
- Bandura, Albert. *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1977.
- Beck, Aaron T. *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*. New York: Penguin Books, 2011.
- Benson, Herbert. *The Relaxation Response*. New York: HarperCollins, 2010.
- Frankl, Viktor E. *Man's Search for Meaning*. Boston: Beacon Press, 1984.
- Ghazali, Abu Hamid al-. *Ihya' 'Ulum al-Din*. Beirut: Dār al-Fikr, 2005.
- Hadi, Y. Sumandiyo. *Seni dalam Ritual*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012.
- Ibn 'Atha'illah al-Sakandari. *Al-Hikam*. Kairo: Dār al-Ma'ārif, 2012.
- Ibn Qayyim al-Jauziyyah. *Al-Fawā'id*. Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2010.
- Kabat-Zinn, Jon. *Wherever You Go, There You Are*. New York: Hyperion, 1994.
- Kartanegara, Mulyadi. *Menyelami Lubuk Tasawuf*. Jakarta: Erlangga, 2002.
- Liliweri, Alo. *Makna Budaya dalam Komunikasi Antarbudaya*. Yogyakarta: LKiS, 2007.
- Maslow, Abraham H. *Motivation and Personality*. New York: Harper & Row, 1970.
- Qusyairi, Abu al-Qasim al-. *Al-Risalah al-Qusyairiyyah*. Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 2007.
- Rogers, Carl R. *On Becoming a Person*. Boston: Houghton Mifflin, 1961.
- Schimmel, Annemarie. *Dimensi Mistik dalam Islam*. Bandung: Mizan, 2003.

Yalom, Irvin D. *Staring at the Sun: Overcoming the Terror of Death*. San Francisco: Jossey-Bass, 2008.