

Kondisi Altruisme Pengamal Tasawuf di Pondok Pesantren Darul Afkar

Sidiq Rahmadi

Universitas Muhammadiyah Surakarta, Sukoharjo, Indonesia

s300210018@student.ums.ac.id

Nanik Prihartanti

Universitas Muhammadiyah Surakarta, Sukoharjo, Indonesia

np215@ums.ac.id

Abstract

Individualistic tendencies can trigger selfish attitudes. Indonesia has a high generosity index score, but has experienced a decline in helping behavior. This research aims to describe the condition of altruism among Sufism activists and identify the factors that influence it. This is a qualitative phenomenological approach and data was collected through interviews and observations with six people of Sufism activists at the Darul Afkar Islamic Boarding School. The results show that the conditions of altruism that emerge among Sufism activists are based on understanding and belief in Islamic values, understanding and belief form attitudes that have an impact on altruistic behavior, and is able to give rise to various positive feelings. The altruism condition influenced by internal factor (gender, cognitive ability, empathy, and religious beliefs) and external factors (experience, interpersonal interactions, and environmental factors). This is a valuable finding in the realm of implementing Sufism in life.

Keywords: Altruism, Darul Afkar, Islamic Boarding School, Sufism

Abstrak

Kecenderungan individualistik dapat memicu timbulnya sikap mementingkan diri sendiri. Indonesia memiliki nilai indeks kedermawanan tinggi, namun mengalami penurunan dalam perilaku menolong. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mendeskripsikan kondisi altruisme para pengamal tasawuf dan mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhinya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologi untuk mengkaji kondisi altruistik para pengamal tasawuf di

Ponpes Darul Afkar. Sejumlah enam informan terlibat dalam penelitian ini. Data dikumpulkan melalui wawancara dan observasi. Hasil menunjukkan bahwa kondisi altruisme yang muncul pada pengamal tasawuf didasari pemahaman dan keyakinan terhadap nilai-nilai Islam, pemahaman dan keyakinan membentuk sikap yang berdampak pada perilaku altruis, dan mampu memunculkan berbagai perasaan positif. Kondisi altruisme para pengamal tasawuf dipengaruhi faktor internal (jenis kelamin, kemampuan kognitif, empati, dan keyakinan keagamaan) dan faktor eksternal (pengalaman, interaksi interpersonal, dan faktor lingkungan). Hal ini menjadi temuan berharga dalam ranah implementasi tasawuf dalam kehidupan.

Kata kunci: Altruisme, Darul Afkar, Pondok Pesantren, Tasawuf

Pendahuluan

Manusia modern mengalami kondisi untuk terlihat yang terbaik, pandangan tersebut memicu timbulnya perilaku mementingkan diri sendiri. Keinginan tersebut mengikis norma dan motivasi sebagai makhluk sosial (Farida, 2017). *World Giving Index* (WGI) yang diterbitkan oleh *Charities Aid Foundation* (CAF) (2021). Indonesia memiliki skor 69 persen, sebelumnya tahun 2018 memiliki skor 59 persen. WGI melaporkan data yang dikumpulkan Gallup, Indonesia menempati peringkat dua teratas dalam tiga kategori dari 140 negara di dunia. Tiga kategori diantaranya menjadi acuan ialah aktivitas menyumbang orang yang tidak kenal, menyumbang uang dan kegiatan sukarelawan. Data yang diungkap Angelia (2022) di kawasan Asia Indonesia menempati urutan ke empat dalam predikat negara dengan indeks kedamaian dengan skor 1,326.

Mayoritas penduduk Indonesia tersentuh nilai-nilai agama yang mengajarkan tentang kebaikan untuk mengajarkan tolong-menolong. Seiring perkembangan zaman perilaku menolong orang lain mengalami kemunduran hal ini terlihat dari Badan Amil Zakat Nasional (2018) menunjukkan persentase pertumbuhan jumlah zakat, infak, dan sedekah (ZIS). Tahun 2017 terlihat lebih rendah dibandingkan tahun 2016. Artinya, jika dilihat terdapat penurunan pertumbuhan perilaku prososial di Indonesia pada tahun 2017. Sikap menolong orang lain dapat dilihat dari menyedekahkan hartanya Gofur & Erawati (2020) menjelaskan motivasi menyedekahkan harta kepada orang lain dipengaruhi oleh faktor internal yaitu meyakini manfaat positif dari sedekah dan eksternal dari ajaran orang tua dan mengamalkan sebelum mengajarkan orang lain.

Dalam kajian Psikologi Barat, perilaku menolong orang lain dinamakan altruisme. Eisenberg (Eisenberg, 1986) menggambarkan altruisme sebagai perilaku sukarela menolong orang lain dengan tujuan menghasilkan keuntungan untuk orang yang ditolong. Altruisme ialah kemampuan seseorang untuk

merasakan derita orang yang sedang kesusahan (empati) dan membantu sekaligus mendahulukan kepentingan orang lain tanpa mengharapkan adanya keuntungan (Melina, Grashinta, & Vinaya, 2012). Individu yang altruis biasanya mempunyai perasaan, pemahaman dan peduli terhadap orang lain yang membutuhkan pertolongan, manusia yang mempunyai empati yang lebih tinggi, mempercayai perilaku baik mendapatkan imbalan dan perilaku buruk diberi hukuman, bertanggung jawab sosial, menolong orang membutuhkan, memiliki *locus of control* internal dengan berbuat yang terbaik pada saat membantu orang, berusaha untuk memaksimalkan hasil yang baik, meminimalkan yang buruk dan egosentrisme yang rendah (Kumala & Rahayu, 2019). Myers (2012) menjelaskan Individu altruistis memiliki kepedulian dan bersedia membantu walaupun tidak memberikan menguntungkan atau tidak ada harapan mendapatkan keuntungan. Eisenberg (Eisenberg, 1986) menjelaskan altruisme perilaku tulus memiliki tujuan memberi manfaat kepada orang lain. Baron dan Byrne (Baron & Byrne, 2015) altruisme merupakan bentuk penyesuaian perilaku khusus yang ditampilkan untuk kepentingan orang lain, biasanya merugikan diri sendiri dan termotivasi terutama meningkatkan kesejahteraan orang lain tidak mengharapkan penghargaan.

Sears dkk (1995) menjelaskan altruisme adalah perilaku tulus dilakukan seseorang atau sekumpulan orang untuk menolong orang lain, tanpa memikirkan imbalan kecuali perasaan melakukan kebaikan. Menurut Myers altruistik adalah hasrat individu membantu orang lain tidak memikirkan kepentingan sendiri. Indikator seseorang memiliki sikap altruis yaitu empati, menyakini keadilan dunia, tanggung jawab sosial, kontrol diri secara internal, dan ego yang rendah (2012). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa altruisme adalah kondisi yang mempengaruhi sikap dan perilaku manusia yang mengutamakan kepentingan orang lain dari pada kepentingan diri sendiri dengan tujuan untuk menyejahterakan orang lain.

Ilmuan muslim sebelumnya telah terlebih dulu mengkaji problem-problem sosial yang disebabkan karena kejiwaan manusia. Pembahasan tentang kejiwaan perspektif Islam dinamakan dengan ilmu tasawuf yang di dalamnya membahas salah satunya tentang pembersihan jiwa (*tazkiyah nafs*) (Wahyudi, 2018). Rumi menjelaskan tasawuf memiliki tujuan untuk meningkatkan cinta dan keimanan, moral dan pengetahuan rohani, ibadah dan memperbanyak amal untuk memperteguh jiwa (Halimah, 2017). Menurut al-Kurdi (2010) tasawuf adalah ilmu yang menerangkan keadaan-keadaan jiwa (*nafs*) dengan mengetahui *hal-ihwal*

kebaikan dan keburukan jiwa, membersihkannya dari (sifat-sifat) yang negatif dan mengisinya dengan sifat-sifat yang terpuji, dilakukan dengan suluk, jalan menuju Allah, dan menjauhi (larangan- larangan) Allah SWT menuju (perintah-perintah) Allah SWT. Imam Abu al-Hasan an-Nauri menjelaskan tasawuf adalah meninggalkan keinginan hawa nafsu (Kholilurrohman, 2020). Selanjutnya, menurut Sayyed Hossein Nasr, tasawuf bersumber dari al-Qur'an dan hadis Nabi yang mengandung dimensi batin dan esoterik Islami (Anshori, 2016).

Tasawuf adalah ilmu yang mempelajari jiwa manusia atau dimensi batin (esoterik) yang bertujuan membersihkan jiwa dari sifat buruk dengan cara melaksanakan perintah dan menjauhi larangan Allah SWT. Dalam tradisi tasawuf terdapat empat tingkatan ilmu yang bersifat hierarkis, yaitu syariat, tarekat, hakikat, dan makrifat. Tingkatan ini adalah konsep hasil ijtihad para ulama sufi guna memberikan jalan mudah bagi umat Islam dalam menekuni kehidupan esoterik. Dari konteks inilah, para pengamal tasawuf harus memahami peta konsepnya, yakni empat tingkatan ilmu. Perkembangan keilmuan dalam tradisi islam tasawuf dijadikan sebagai upaya penyembuhan dan pencegahan penyakit fisik dan mental, sehingga tasawuf lebih bermanfaat dalam mengatasi problematika manusia (Bakri & Saifuddin, 2019). Lebih lanjut pembahasan tersebut lebih kepada ruang lingkup orang muslim dengan berbagai ajaran maupun nilai yang ada dalam agama Islam (Waslah, 2017).

Dalam literatur Islam, perilaku menolong orang lain dinamakan dengan *itsar* dengan tujuan untuk mencapai ukhuwah (jalinan persaudaraan). Perilaku *Itsar* memiliki dasar yang kuat dalam Islam, tidak hanya memiliki prioritas psikologis dan sosial, tetapi juga memprioritaskan nilai spiritual (Hidayati, 2016). Makna beragama tercipta dipengaruhi unsur perasaan yang mengarah pada keyakinan yang terlihat dalam perilaku (amaliah) (Suriadi, 2011). Proses eksternalisasi adalah proses ekspresi diri yang diwujudkan melalui suatu aktivitas hidup baik secara fisik maupun mental (Nurcholis, 2015). Bertasawuf mengarahkan perilaku individu dalam harmoni dan kedamaian. Sehingga perilaku yang tampak adalah manifestasi rasa cinta (Muvid & Haykal, 2020).

Itsar merupakan perhatian mengutamakan kepentingan orang lain dari pada ego sendiri. Individu yang sudah mencapai puncak kebaikan bersedia membantu kesulitan yang dialami orang lain walaupun dirinya dalam kesulitan. *Itsar* merupakan bagian penting dalam tasawuf, karena persahabatan berhiaskan ridha Tuhan. sedangkan kesendirian memiliki kaitan dengan setan. Perspektif tasawuf kesalehan seseorang tercapai dengan memperbaiki hati dan melepaskan

kecintaannya pada dunia, akhlak tercela dan semua yang dapat memalingkan diri dari Allah SWT. Dampak dalam masyarakat adalah memiliki dedikasi penuh (*khidmat*) demi kebaikan. Perilaku *Itsar* ditandai dengan kerelaan bekerja sama, menolong dan berkorban untuk orang lain dengan tulus tanpa mengharapkan imbalan dari sesama, tetapi meniatkan dengan ikhlas hanya untuk Allah (Hidayati, 2016). *Itsar* dan altruisme memiliki kesamaan makna dalam konteks tertentu dalam menolong orang lain, meskipun begitu, altruisme memiliki orientasi dalam berperilaku, yaitu membawa dampak pada kebermanfaatan sesama manusia, berbeda dengan *itsar* selain memiliki orientasi saling memberi manfaat sesama manusia, juga sarana untuk pengabdian kepada Allah SWT.

Hidayati (Hidayati, 2016) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa altruisme dalam Islam dinamakan dengan *itsar* yaitu sikap dan perilaku yang dilakukan manusia bukan hanya bersimpati dan empati tetapi lebih mengarah berkorban dan memberikan nilai bagi orang lain, semua itu dilakukan hanya untuk Allah SWT. Penelitian yang dilakukan Diyai et al (Diyai, Bidjuni, & Onibala, 2019) mengungkapkan kecerdasan spiritual memiliki keterkaitan dengan altruisme. Tingginya kecerdasan spiritual semakin tinggi perilaku altruistic. Sedangkan menurut Pamungkas & Muslikah (Pamungkas & Muslikah, 2019) mengungkapkan bahwa altruisme memiliki keterkaitan dengan kecerdasan emosi dan empati. Individu yang memiliki altruisme yang tinggi maka kecerdasan emosi dan empatinya juga tinggi, sebaliknya altruisme yang rendah pula kecerdasan emosi dan empati yang dimiliki individu juga rendah.

Penelitian-penelitian tersebut mengungkap altruisme dalam perspektif Islam yang dikaitkan dengan berbagai variabel lainnya seperti kecerdasan spiritual, kecerdasan emosi dan empati. Sedangkan penelitian ini memiliki perbedaan sekaligus sebagai keunggulan dari penelitian-penelitian sebelumnya yaitu lebih berfokus pada mengungkap gambaran atau kondisi altruisme para pengamal tasawuf. Hal tersebut menjadi penting di kaji lebih mendalam atas dasar bahwa ajaran tasawuf melatih untuk mengenal diri sendiri yaitu mencapai kesadaran, berfikir positif dan menolong sesama manusia sebagai salah satu jalan untuk mendekatkan diri pada Allah SWT. Pemahaman tentang sikap menolong orang lain harus selalu dilakukan atas dasar kerelaan hati yang nantinya akan membawa rasa ikhlas. Sikap tolong menolong dapat dipengaruhi oleh ajaran normatif dalam agama sekaligus memiliki keterkaitan dengan spiritual individu. Tulisan ini memiliki dua tujuan utama, yaitu mengungkap gambaran altruisme dan

mengungkap berbagai faktor yang mendorong altruisme para pengamal tasawuf di pondok pesantren.

Informan yang terlibat dalam penelitian ini adalah enam santri Pondok Pesantren Darul Afkar. Kriteria informan yang terlibat meliputi berstatus sebagai santri menginap maupun tidak menginap, laki-laki maupun perempuan, dan aktif mengikuti kajian tasawuf secara rutin minimal satu tahun, serta bersedia menjadi informan.

Tabel 1. Karakteristik Subjek

No.	Informan	Jenis Kelamin	Lama Aktif di Pondok Pesantren	Usia	Pendidikan Terakhir	Pekerjaan	Menginap/Tidak Menginap
1.	T	Laki-laki	17 th	56 th	SD	Buruh	Tidak
2.	D	Laki-laki	1,5 th	24 th	SMA	Mahasiswa	Menginap
3.	N	Perempuan	2 th	24 th	SMA	Guru TK	Tidak
4.	A	Laki-laki	10 th	29 th	S2	Dosen	Menginap
5.	M	Perempuan	2 th	24 th	S1	Wiraswasta	Tidak
6.	L	Laki-laki	9 th	46 th	SMA	Pedagang	Tidak

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif berupa studi fenomenologi. Fenomenologi menjelaskan makna umum bagi beberapa individu dari pengalaman hidup tentang suatu konsep atau fenomena (Creswell, 2010). Penelitian ini mengkaji kondisi altruistik para pengamal tasawuf di Pondok Pesantren Darul Afkar Klaten. Guna mendapatkan data yang komprehensif, peneliti menggunakan metode wawancara dan observasi. Wawancara yang dilakukan bertujuan untuk menggali informasi terkait ajaran-ajaran tasawuf yang sudah diterima dalam proses belajar sekaligus menggali pengimplementasian nilai-nilai tasawuf dalam altruisme dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu juga menggali informasi tentang berbagai kegiatan yang dilaksanakan di Pondok Pesantren Darul Afkar Klaten. Selanjutnya, observasi dilakukan untuk memperoleh gambaran situasi kondisi terkait pelaksanaan kegiatan keagamaan di pondok pesantren. Selain itu observasi juga dilakukan saat keseharian informan penelitian ketika di rumahnya.

Peneliti akan berusaha mendapatkan data sebanyak-banyaknya. Berdasarkan tujuan yaitu berkaitan tentang altruisme para pengamal tasawuf. Setelah pengumpulan data, peneliti merangkum data yang didapat dari lapangan. Pada tahap *data reduction*, peneliti perlu memilih data penting, dan membuang yang tidak penting. Selain itu juga *data display* yaitu penyajian data, yaitu setelah dilakukan reduksi selanjutnya data yang diolah disajikan. Penyajian data dalam penelitian kualitatif dapat dibuat dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan

antar kategori, flowchart dan sejenisnya, namun yang sering digunakan dalam penelitian kualitatif adalah teks naratif. Pada tahap ini, peneliti berharap dapat menyajikan data yang berkaitan altruisme para pengamal tasawuf di Pondok Darul Afkar Klaten. Triangulasi sumber juga digunakan dalam penelitian, untuk memperoleh data dari sumber yang berbeda dengan menggunakan teknik yang sama (Sugiyono, 2019).

Dinamika Kondisi Altruisme Pengamal Tasawuf

Pondok Pesantren Darul Afkar yaitu pondok *post-tradisional* yang berfokus pada pemikiran Islam dan tasawuf. Pondok pesantren Darul Afkar Klaten memiliki kantor sekretariat di Desa Tegalrejo RT 01 RW 06 Kecamatan Ceper Kabupaten Klaten Jawa Tengah. Tujuan awal pendirian pondok ini untuk mewujudkan masyarakat yang memiliki pemahaman Islam yang baik dan komprehensif, berakhlak mulia dan untuk meningkatkan kemampuan intelektual umat dalam memahami ajaran Islam. Selain itu juga meningkatkan kualitas moral dan spiritual masyarakat, memberikan konseling terkait problematika sosial keagamaan, kesejahteraan sosial dan berusaha memberikan kontribusi dalam rangka menciptakan kehidupan beragama yang modern dan progresif.

Berdasarkan hasil wawancara dengan enam informan dapat disusun kondisi tentang perilaku altruistik pengamal tasawuf. Kondisi perilaku altruistik muncul karena pemahaman yang diyakini selama ini menjadi dasar perilaku yang terjadi pada keenam informan. Sebelum membantu orang lain mereka memiliki cara pandang yang dipengaruhi oleh proses berpikir, dari pemahaman dan keyakinan yang akan mendorong munculnya perilaku untuk membantu orang. Pemahaman yang dimiliki mendorong keenam subjek untuk membantu orang lain yang mengalami kesulitan.

Berbagai pernyataan informan memiliki persamaan makna yaitu perilaku altruisme dilakukan sebagai wujud tugas kemanusiaan, yaitu membantu dan merawat sesama dan seluruh ciptaan Allah SWT. Membantu orang lain dengan memahami bagaimana bertindak sebagai manusia suatu saat akan menerima pahala sesuai dengan apa yang dilakukan. Pemahaman ini memberikan dorongan untuk berinteraksi membantu sesama karena tindakan yang dilakukan adalah tindakan positif yang dapat mendekatkan diri kepada Allah SWT. Informan T menyatakan bahwa hidup harus merasakan keuntungan di dunia dan di akhirat, bermanfaat, dan memiliki keyakinan bahwa apabila diri sendiri menolong orang lain maka suatu saat akan ditolong oleh Allah. Informan D memahami mengenai

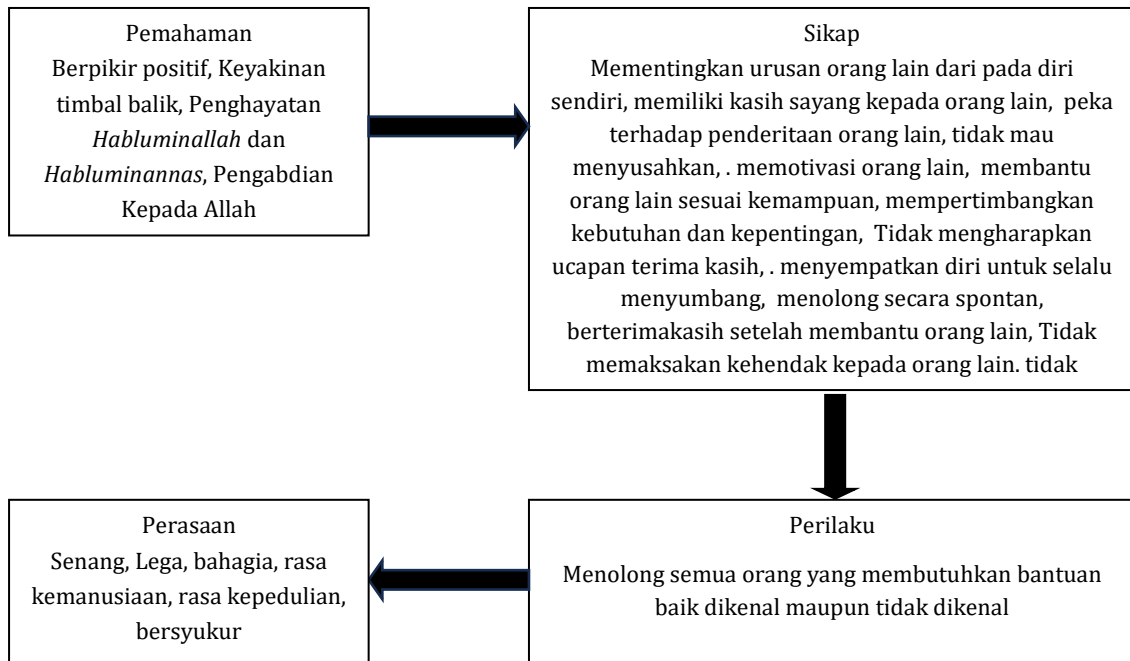
ajaran tasawuf adalah kebaikan yang dilakukan melalui jalan mendekati diri kepada Tuhan. Apabila mampu membantu orang yang kesusahan maka suatu saat juga akan di bantu ketika kesusahan. Informan N memiliki keyakinan bahwa menolong orang lain suatu saat akan ditolong Allah. Ia juga meyakini rezeki tidak bisa diperkirakan dan meyakini siapapun yang bersyukur maka akan diberi tambahan nikmat dari Allah. Informan A menyatakan bahwa hidup adalah sebagai wujud mengabdikan kepada Allah, mempunyai tugas kemanusiaan yaitu tolong menolong dan peduli sesama dan seluruh ciptaanNya. Demikian pula informan M memiliki keyakinan bahwa siapapun yang menolong suatu saat juga di tolong, mengamalkan ajaran tasawuf. Informan L meyakini adanya hukum alam yang sifatnya timbal balik dan kehidupan akan selalu berputar.

Pemahaman yang dimiliki para informan mempengaruhi sikap yang diambil seperti menolong berasal dari dorongan dalam diri sehingga spontan, mementingkan urusan orang lain dari pada diri sendiri, memiliki kasih sayang kepada orang lain, peka terhadap penderitaan orang lain, tidak mau menyusahkan, memotivasi orang lain yang sedang dibantu, membantu orang lain sesuai kemampuan, mempertimbangkan kebutuhan dan kepentingan, tidak mengharapkan ucapan terima kasih, menyempatkan diri untuk selalu menyumbang, menolong secara spontan, berterimakasih setelah membantu orang lain dan tidak memaksakan kehendak pada orang lain. Menurut informan T tolong-menolong merupakan urusan kemanusiaan, yaitu berkaitan dengan kepekaan terhadap penderitaan orang lain, rela berkorban, dan memberikan kasih sayang kepada orang lain. Menurut informan D perilaku menolong dilakukan sesuai kemampuan yang dimiliki, mempertimbangkan kebutuhan dan kepentingan. Informan N mewujudkan perilaku menolong dengan cara menyisihkan penghasilan yang dimiliki untuk membantu orang lain, menyempatkan untuk menyumbang, dan membantu orang yang meminta bantuan. Hal ini juga disampaikan oleh informan A yang bersedia memberi pertolongan dalam hal finansial maupun pemberian solusi untuk mengatasi permasalahan. Menurut informan M aktivitas menolong dapat dilakukan secara tidak terjadwal, menolong dengan spontan, mengucapkan permintaan maaf jika tidak bisa membantu, dan membantu sesuai kemampuannya. Sedangkan informan L mengungkapkan bahwa menolong berasal dorongan dari dalam diri dan tidak mengharap imbalan maupun ucapan terima kasih.

Perilaku keenam informan dalam membantu orang lain tidak pernah memilih baik orang yang dikenal maupun orang yang tidak dikenal, dan tidak pula dipengaruhi lama tidaknya berkenalan dengan orang lain tersebut. Perilaku altruisme dilakukan lebih dilatarbelakangi oleh perasaan bathin yang tiba-tiba muncul ketika ada orang yang membutuhkan pertolongan. Seluruh informan menyatakan bahwa memberikan bantuan perlu dilakukan kepada setiap orang yang membutuhkan bantuan karena situasi kondisi kesusahan. Lebih lanjut informan T, N, A, M, dan L menegaskan bahwa pemberian pertolongan dilakukan kepada orang lain yang dikenal maupun tidak dikenal. Informan M memberikan penguat bahwa ia tidak mengharapkan imbalan atas pertolongan yang ia berikan kepada orang lain.

Dalam membantu orang lain keenam informan merasakan perasaan positif yaitu rasa senang, lega, bersyukur, berharga, bahagia, rasa kemanusiaan rasa kepedulian dan rasa tidak mengharap pamrih. Berbagai perasaan tersebut muncul karena munculnya pemikiran pada saat membantu orang lain maka hal tersebut menunjukkan diri sendiri mampu memberikan manfaat positif bagi orang lain. Selain itu juga muncul pemikiran bahwa adalah sebuah dosa apabila tidak membantu orang lain yang sedang kesusahan. Keseluruhan informan menyampaikan perasaan senang pada saat mampu memberikan pertolongan kepada orang lain. Perasaan lega disampaikan oleh informan T dan informan L. Lebih lanjut informan merasakan bersyukur karena telah diberi kesempatan untuk menolong orang lain. Informan N mampu berempati dan merasa berdosa ketika melihat orang lain kesulitan namun tidak mampu menolong. Informan A menyatakan perasaan berharga karena dapat memberi manfaat kepada orang lain. Informan M memberikan penguatan bahwa muncul perasaan nyaman jika membantu atas kesadaran sendiri, merasakan bahagia karena bisa bermanfaat, rasa kepedulian ketika melihat orang kesusahan.

Gambar 1. Dinamika Kondisi Altruisme Pengamal Tasawuf



Berdasarkan hasil wawancara kepada enam informan di atas, dapat disusun dinamika kondisi altruisme para pengamal tasawuf tersebut. Dinamika kondisi altruisme muncul karena pemahaman. Pemahaman yang dimiliki dapat mempengaruhi sikap yang diambil seperti menolong berasal dari dorongan dalam diri secara spontan. Setelah itu muncul perilaku altruisme dan kemudian muncul perasaan positif setelah melakukan tindakan altruisme.

Kajian tasawuf sosial memiliki fokus kajian yang mengarah pada kehidupan dan nilai-nilai moral agar terus berbuat baik kepada sesama dan juga agama melarang prasangka buruk (Achlamy, 2015). *Husnudzan* mendidik manusia untuk berfikir positif agar memiliki nilai manfaat dan menyingkirkan sifat buruk dalam menjalani hidup (Damanik, 2020). Menurut Rusydi *husnudzan* dapat mengembangkan pola pikir optimis sehingga ketika menghadapi permasalahan tidak pantang menyerah (Siddik & Uyun, 2017). *Husnudzan* juga memiliki padanan kata dalam psikologi yaitu *positive thinking*. Yucel *positive thinking* mengandung makna positif bagi kesehatan mental, dipandang relevan dengan konsep *huznudzan* dalam tradisi Islam (Yucel, 2015). Perbedaan keduanya ialah bahwa *huznudzan* tidak dapat dilepaskan dari keyakinan individu terhadap eksistensi Allah SWT. Sedangkan berfikir positif terbatas pada ruang lingkup manusia.

Comte (Rahmat et al., 2021) membagi altruisme menjadi dua, yaitu perilaku menolong altruistik dan egois. Altruisme yaitu dorongan meningkatkan kesejahteraan orang lain, tidak disadari untuk kepentingan pribadi seseorang. Sedangkan egoisme memiliki tujuan untuk mencari keuntungan diri sendiri atau ia mendapat manfaat dari orang yang ditolongnya. Islam membahas istilah *al-itsar* suatu konsep perilaku sosial yang memberi perlakuan kepada orang lain seperti kepada dirinya sendiri (Munawir, 1984). Egoisme diungkapkan melalui perilaku kikir atau bakhil dalam aspek materiil, dan moril. Termasuk didalamnya adalah kerelaan berkorban waktu, tenaga dan psikis (Hidayati, 2016). Usaimin (2002) mengatakan *itsar* adalah meninggalkan ego dan kepentingan pribadi, berjuang untuk kesejahteraan orang lain. Meskipun jika secara pengertian terlihat sama, *itsar* dan *altruis* memiliki perbedaan konseptual.

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa keenam informan yang telah mempelajari tasawuf di Pondok Pesantren Darul Afkar mengimplementasikan tindakan menolong altruistik dikarenakan menolong didasari dorongan rasa dari dalam diri tanpa mengharap keuntungan yang akan diperolehnya ataupun mengambil manfaat. Sebagaimana yang diungkap oleh informan T yang menyatakan bahwa ia menolong semua orang baik yang dikenal maupun tidak dikenal sekaligus serius dalam menolong orang lain dikarenakan rela mengorbankan dirinya untuk orang lain, tidak ada rasa pamrih dalam menolong. Islam mempunyai konsep *Ta'awun* yang berarti tolong menolong, gotong royong, bantu membantu dengan sesama manusia sebagaimana yang tercantum dalam al-Qur'an surat al-Maidah ayat 2. Pada dasarnya menolong sesama manusia dalam hal kebaikan adalah suatu ajaran yang di perintahkan agama Islam. Perbuatan kebajikan yang dilakukan tentunya harus semata-mata dilakukan Ikhlas karena Allah SWT karena jika keikhlasan tidak menjadi landasan dalam melakukan sesuatu perbuatan tolong menolong akan dihindangi rasa pamrih. Indikasi seseorang dihindangi rasa pamrih ialah tidak mau berkorban guna memberi pertolongan kepada orang lain walaupun dengan sedikit (Rachman, 2019). Sedangkan Ikhlas menurut Ibn Athaillah, bahwa keanekaragaman amal bergantung pada situasi dan kondisi yang masuk ke dalam hati manusia. Ruhnya adalah ikhlas, dan kerangka amal adalah perbuatan yang nyata (Muttaqin, 2020).

Informan N merencanakan untuk membantu orang lain, menyisihkan penghasilan yang dimiliki untuk membantu orang lain, tidak mengharap imbalan dan membantu orang yang membutuhkan bantuan. Manusia yang mempunyai kemauan untuk melibatkan diri pada masyarakat menurut Hamka telah

melakukan penghayatan keagamaan esoteris yang mendalam yang berimplikasi hilangnya akhlak tercela dalam hal ini, sekaligus memunculkan akhlak mulia (Najib, 2018). *Itsar* adalah akhlak mulia, puncak tertinggi dari ukhuwah Islamiyah dan merupakan hal yang sangat dicintai oleh Allah SWT dan juga dicintai oleh setiap makhluk, di mana seseorang mengorbankan dirinya sendiri demi kepentingan orang lain tanpa mendapatkan imbalan apa pun (Ayu, Agti, & Dinda, 2022). Al-Farabi (1987) menjelaskan bahwa akhlak itu bertujuan untuk memperoleh kebahagiaan. Secara teoritis macam-macam akhlak tersebut berinduk kepada tiga perbuatan yang utama, yaitu hikmah (bijaksana), *syaja`ah* (perwira atau kesatria), dan *iffah* (menjaga diri dari perbuatan dosa dan maksiat) (Damanik, 2020). Tasawuf mengajarkan bahwa manusia harus memiliki akhlak yang baik untuk menuju pembersihan jiwa yang pangkalnya ialah kebahagiaan. Orang yang sehat mentalnya adalah yang mampu merasakan kebahagiaan dalam hidup karena orang-orang inilah yang dapat merasakan bahwa dirinya berguna, berharga, dan mampu menggunakan segala potensi sekaligus bakatnya semaksimal mungkin dengan cara membawa kebahagiaan dirinya dan orang lain (Ni'am, 2014).

Selanjutnya, menurut informan A menolong adalah fitrah manusia yang muncul tiba-tiba tanpa memikirkan kondisi dan bentuk pertolongan, mengucapkan terimakasih kepada yang di tolong karena sudah diberi kesempatan untuk menolong, tidak mengharap pamrih. Menurut informan M, tindakan menolong terjadi sewaktu-waktu atau tidak terjadwal, menolong dengan spontan, mengucapkan terimakasih kepada orang yang ditolong, tidak mengharap pamrih, meminta maaf ketika tidak bisa menolong dan membantu sesuai kemampuannya. Senada dengan hal tersebut informan L juga mewujudkan tindakan menolong tanpa perencanaan. Ia melakukannya dengan mempertimbangkan kondisi orang yang ditolong, tidak mengharap imbalan dan ucapan terimakasih, menolong sebagai sarana memanusiakan manusia. Ketiga informan tersebut menunjukkan tindakan menolong orang lain dengan spontan, tanpa perencanaan dan pertimbangan.

Arifin menunjukkan bahwa altruisme adalah pertolongan yang diberikan dengan perasaan murni, tulus dan tanpa pamrih serta tidak berbuat baik kepada si penolong, dan perilaku tersebut tanpa paksaan kepada kelompok atau individu yang membutuhkan (Arifin, 2015). Salah satu karakter kaum sufi adalah menghamba secara tulus hanya kepada Allah dan mengorbankan kepentingan pribadi untuk orang lain (Purwanto, Saepudin, Munaf, & Haq, 2020). Pengorbanan selalu identik dengan kesabaran, orang bersikap sabar adalah akan mengalami

kedamaian dan ketenangan ketika menerima cobaan, meskipun dengan adanya kesadaran akan beban penderitaan (An-Naisaburi, 2007). Abu 'Abdillah ibn Hafif memaknai tasawuf salah satunya adalah sabar dalam menerima ketentuan Allah, ridha terhadap apa yang diberikan, serta berpegang teguh pada kefakiran dan kesanggupan berkorban (Ni'am, 2014). Perbuatan menolong orang lain di dasarkan pada rasa tulus, ketulusan yang didedikasikan untuk membantu orang lain dibarengi dengan rasa kesabaran, karena menerima dengan sabar atas semua ketentuan yang diberikan Allah SWT membawa sebuah ketenangan dan kedamaian.

Penelitian ini menemukan bahwa perilaku menolong yang dilakukan para informan yang mendalami tasawuf di pondok pesantren Darul Afkar memiliki keyakinan yang kuat bahwa apa yang dilakukan dalam konteks kebaikan maupun keburukan suatu saat tanpa bisa dikalkulasi dan prediksi akan menerima sesuai apa yang diperbuat. Hal ini dapat dilihat dalam beberapa landasan nilai yang dipahami informan. Seperti yang disampaikan oleh informan T yang memandang hidup harus merasakan keuntungan di dunia dan di akhirat, meraih keuntungan di dunia dalam hal ini adalah dengan hidup bermanfaat, memiliki keyakinan bahwa hidup yang banyak mengeluh akan membuat kesusahan. Informan D juga menyatakan bahwa jika membantu orang yang kesusahan suatu saat juga akan di bantu ketika kesusahan. Informan N Memiliki keyakinan bahwa yang menolong orang lain suatu saat akan ditolong Allah. memiliki keyakinan bahwa menolong orang lain suatu saat akan ditolong oleh Allah. Informan M percaya jika menolong orang lain suatu saat ketika kesusahan juga akan di tolong. Informan L meyakini ada hukum alam yang sifatnya timbal balik.

Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa pandangan individu mengenai keadilan dan keyakinan pada kata adil mempengaruhi seseorang terlibat perilaku *altruistic* (Aiyuda, Nasution, Magdalena, & Syahrina, 2023; Kumar & Chakrabarti, 2021). Sedangkan pengamalan nilai moral seolah menjadi penguatan dasar bagi seseorang untuk semakin termotivasi melakukan altruisme (Kumar & Chakrabarti, 2021). Penelitian ini menemukan bahwa pemahaman tentang altruisme informan yang mendalami tasawuf di pondok pesantren Darul Afkar mengandung nilai-nilai moral Islam yang memiliki tujuan untuk Allah. Glasman (Aiyuda et al., 2023) perilaku menolong seseorang di dasari manfaat di kemudian hari dan perbandingan dengan pengorbanan yang dilakukan sekarang. Sedangkan menurut Myers karakteristik individu berperilaku altruistik akan percaya bahwa individu yang salah akan dihukum dan yang baik akan diberi penghargaan dalam jangka

yang panjang. Seorang altruis bertanggung jawab atas apapun yang dilakukan orang lain, sehingga bila seseorang membutuhkan pertolongan maka orang tersebut harus menolong (Myers, 2012).

Perbedaan orientasi terlihat dalam perspektif barat mengungkap bahwa menolong orang didasari oleh manfaat yang akan diterima dilain waktu. Para informan memiliki pandangan bahwa ketika berbuat baik akan dibalas dengan kebaikan tetapi dalam konteks ini ada perbedaan. Pembalasan yang dimaksud tokoh barat lebih menekankan pada manfaat yang akan diterima pada diri personal, tetapi yang disampaikan para informan selain keyakinan akan mendapat manfaat juga kebaikan yang dilakukan sebagai wujud pengabdian kepada Allah SWT.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa para informan memiliki kepedulian terhadap orang lain dengan membantu kesusahan yang dialami dan muncul perasaan positif. Sebagaimana yang di sampaikan oleh informan T merasakan senang, lega kemantapan hati. Informan D muncul empati jika melihat orang yang kesusahan sehingga terdorong untuk menolong orang lain dan merasakan senang. Informan N merasakan senang ketika membantu orang lain dan sekaligus merasakan dosa jika ada kesusahan tidak dibantu, selain itu memiliki empati. Informan A merasakan senang ketika bisa membantu orang lain dan berharga merasa bisa bermanfaat. Informan M merasa senang, merasa bahagia karena bermanfaat, muncul kepedulian ketika melihat orang kesusahan, merasakan bahagia ketika bisa bermanfaat untuk orang lain dan muncul empati, takut penilaian orang lain dan tidak mengharap pamrih. Informan L merasakan senang ketika menolong orang lain dan berempati terhadap yang ditolong dan merasakan lega saat bisa menolong.

Altruisme akan mudah terjadi jika terdapat tanggung jawab sosial dalam diri individu, atau dimana individu merasa memiliki tanggung jawab sosial. Altruisme cenderung mudah terjadi ketika individu yang melakukan mendapatkan kepuasan pribadi yang berasal dari kondisi internal individu bukan karena faktor eksternal. Selain itu, altruisme juga mudah terjadi ketika terdapat kesamaan karakteristik dengan individu lain yang di tolong (Myers, 2012). Baston (2010) mengatakan bahwa altruisme adalah respon yang menimbulkan perasaan positif, seperti empati. Arifin (2015) mengatakan bahwa individu yang memiliki motivasi altruistik dicirikan sebagai individu yang berempati, yaitu individu yang mampu memaknai dan menyadari situasi yang membutuhkan pertolongan, tanggung jawab sosial, inisiatif, dan rela berkorban.

Mencapai kebahagiaan juga tergantung kepada kebahagiaan masyarakat. Seseorang tidak mungkin memperoleh kebahagiaan jika ia berada di tengah-tengah masyarakat yang bobrok (*jahili*), tertekan oleh penguasa, bahkan ia juga meyakini bahwa tingkat tanggung jawab sosial menjadi salah satu pembeda mukmin sejati dengan mukmin yang rendah kualitas keimanannya (Arrasyid, 2020). Kebahagiaan sebagaimana yang disebutkan oleh Hamka, bahwa mencari bahagia bukanlah dari luar diri, tetapi dari dalam. Kebahagiaan yang datang dari luar kerap kali hampa atau palsu. Individu yang demikian kerap kali ragu, cemburu, putus harapan, sangat gembira jika dihujani rahmat, lupa bahwa hidup ini berputar-putar (Arrasyid, 2020).

Temuan dalam penelitian para informan merasakan perasaan bersyukur ketika menolong orang lain karena telah diberi kesempatan oleh Allah SWT untuk menolong orang lain dan juga bersyukur karena orang yang ditolong bersedia menerima pertolongan. Informan T bersyukur ketika bisa diberi kesempatan menolong orang lain. Informan N memiliki pemahaman bahwa Allah SWT mengatur semuanya, menolong tidak ada ruginya dan bersyukur bisa menolong orang lain, muncul perasaan berdosa ketika tidak membantu orang yang sedang kesusahan. Hal ini sesuai dengan yang dimaksud dengan *Asy-Syukr*, yaitu menggunakan segala kenikmatan yang dikaruniakan dalam jalan syariat dan menjaga kenikmatan-kenikmatan tersebut dari sesuatu yang diharamkan (Kholilurrohman, 2020). Para pengamal tasawuf memiliki pengertian bahwa menolong orang lain adalah perbuatan yang baik sekaligus diberi kesempatan oleh Allah SWT untuk membantu orang yang sedang kesusahan. Selain itu perbuatan *amar ma'ruf nahi munkar* dilakukan sebagai perwujudan rasa syukur atas nikmat ketakwaan dan kekuatan yang telah diberikan oleh Allah SWT (Zulfian & Saputra, 2021).

Temuan penelitian lainnya adalah pengamal tasawuf menolong orang lain karena wujud pengabdian kepada Allah wujud pengabdian itu diimplementasikan dengan menolong orang lain. Informan A hidup mengabdikan kepada Allah, mempunyai tugas kemanusiaan yaitu tolong menolong dan peduli sesama dan seluruh ciptaanNya. Informan D menyatakan bahwa hidup adalah sarana untuk mendekat diri kepada Allah, salah satu cara yang bisa diperbuat ialah berbuat baik kepada orang lain. Informan L mengungkapkan pemahaman bahwa hidup mengharap rida Allah SWT dengan melakukan kebaikan kepada sesama manusia. Akhlak atau perilaku yang baik dapat dijadikan sebagai mediator yang menghubungkan komunikasi antara *khaliq* (pencipta) dengan makhluk (yang

diciptakan) secara timbal balik, yang kemudian disebut sebagai *hablumminallah* (pola hubungan dengan Allah). Berdasarkan hal tersebut lahirlah pola hubungan antar sesama manusia yang disebut dengan *hablumminannas* (pola hubungan antar sesama makhluk) (Damanik, 2020). Para pengamal tasawuf menolong orang sebagai usaha untuk selalu menjaga hubungan dengan Allah SWT yang terwujud dengan menjalin hubungan dengan manusia.

Hasil penelitian juga mengungkapkan penghayatan akan hubungan dengan Allah SWT dan manusia. Penghayatan nilai tasawuf yang dipahami oleh informan T perbuatan menolong diibaratkan seperti rasa manis. Lebih lanjut ia memandang bahwa rasa manis ini adalah hakikat, sedangkan benda yang memiliki rasa manis adalah syariat, perbuatan manusia merasakan itu adalah tarekat. Menolong orang lain adalah kewajiban itu adalah syariat, pertolongan dengan cara tertentu itu tarekat dan perasaan yang dirasakan setelah menolong itu hakikat. Informan D menyatakan bahwa tasawuf mengajarkan kebaikan yang salah satunya membersihkan diri dan hati untuk memperbaiki akhlak agar dapat mendekatkan diri pada Allah SWT dan akhlak yang baik akan menuntun rasa empati. Informan A menjelaskan bahwa di dalam tasawuf dimulai dengan *tazkiyatun nafs* (pembersihan jiwa). Berkaitan dengan perilaku altruisme, pembersihan jiwa dilakukan dengan memahami *takhali* (membersihkan diri), *tahali* (memunculkan perilaku untuk menolong orang lain) dan *tajali* (yang dilakukan semua karena Allah SWT).

Myers mengungkapkan religiusitas salah satu hal yang dapat mempengaruhi altruisme. Religiusitas adalah keragaman yang mencakup berbagai sisi atau dimensi yang tidak hanya terjadi pada saat seseorang melakukan ritual (ibadah), tetapi juga pada saat melakukan aktivitas lain yang digerakkan oleh kekuatan supranatural (Myers, 2012). Keberagaman dalam bentuknya yang matang dapat berperan menjadi sumber motivasi dan dorongan pribadi yang sangat kuat dengan jelas memiliki konsistensi dalam moralitas pribadi (Hidayati, 2016). Dengan kata lain dalam diri seseorang yang matang dalam menjalankan agamanya, akan terdapat keseimbangan antara dimensi vertikal dan dimensi horizontal dalam kehidupannya. Kepentingan spiritual merupakan tujuan dari tasawuf, namun mengutamakan sosial sebagai aktualisasi (dampak atau efek) dari bentuk perjalanan spiritual yang ditempuh. Semakin dalam perjalanan spiritualnya, semakin peka dan peduli dengan makhluk atau kondisi sosial di sekitarnya.

Faktor Pendukung Munculnya Perilaku Altruisme

Hasil penelitian menunjukkan informan T tidak tega melihat orang yang sedang kesusahan sehingga muncul perilaku menolong orang lain dan akan menolong orang ketika mampu dikarenakan mempunyai keyakinan bahwa jika menolong orang lain akan ditolong Allah, serta bersyukur karena diberi kesempatan untuk menolong orang lain. Informan D menolong orang lain karena pengalaman masa lalu teringat pengalaman ketika mengalami kesusahan. Sedangkan informan N menolong orang lain karena mempunyai pemahaman bahwa hakikat hidup tolong menolong dan berdosa jika melihat orang kesusahan tidak menolong. Informan A menolong orang lain karena dorongan dalam diri ingin menolong dan sebuah kewajiban sebagai hamba Allah yang memiliki tugas kemanusiaan. Lebih lanjut, informan M rasa kepercayaan bahwa menolong orang lain suatu saat akan ditolong dan mempunyai keyakinan bahwa menolong orang adalah takdir yang diberikan Allah. Terakhir, informan L menolong orang lain karena suatu saat membutuhkan pertolongan, menolong karena dorongan keinginan dari dalam diri dan mencari rida Allah SWT.

Secara umum, terdapat beberapa faktor internal yang dapat mendorong munculnya altruisme, yaitu faktor jenis kelamin, kemampuan kognitif, kemampuan empati, dan keyakinan keagamaan. Pertama, faktor jenis kelamin, bahwa laki-laki dan perempuan memiliki kesempatan yang sama untuk melakukan tindakan menolong orang lain. Meskipun demikian terdapat beberapa variasi pengaruh jenis kelamin terhadap kecenderungan altruisme pada penelitian sebelumnya. Pada penelitian Xi, dkk, menyatakan bahwa perempuan memiliki kecenderungan berperilaku altruistik dibandingkan laki-laki. Hal ini dapat dipengaruhi karena perempuan memiliki tujuan hidup yang lebih tinggi maupun lebih kuat dibandingkan laki-laki. Lebih lanjut Xi menjelaskan bahwa hal tersebut dapat dipengaruhi pula oleh norma sosial setempat yang mempengaruhi tujuan hidup yang berbeda antara laki-laki dan perempuan (Xi, Lee, Carter, & Delgado, 2022). Berbeda dengan hal tersebut, Peng (Peng, 2022) menyatakan bahwa pada laki-laki ditemukan lebih altruistik dibandingkan perempuan. Senada dengan temuan tersebut, Jaafar et al (2022) menemukan bahwa pada individu laki-laki ditemukan memiliki altruisme yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu perempuan. Hal ini dapat disebabkan oleh laki-laki yang memiliki kecenderungan lebih tinggi dalam melibatkan diri pada aktivitas fisik (yang berbentuk altruisme) dibandingkan dengan perempuan.

Kedua, berkaitan dengan kemampuan kognitif, bahwa altruisme dapat terwujud dengan baik oleh para informan dengan didasarkan pada pemahaman dan daya pikir yang baik dan benar sesuai dengan berbagai nilai yang di anut oleh individu. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Westlake et al (Westlake, Coall, & Grueter, 2019) bahwa dalam upaya mendorong perilaku altruisme, kemampuan kognitif memiliki peranan penting. Individu yang memiliki daya olah pikir atau kognitif yang memadai akan memiliki kecenderungan pengendalian diri yang baik. Hal ini akan membawa pada perwujudan perilaku altruisme di lingkungan. Pendapat ini juga diperkuat oleh Yalpaze dan Yakar (Yalpaze & Yakar, 2020) yang mengungkapkan bahwa seseorang dengan tingkat fleksibilitas kognitif yang lebih tinggi akan memiliki altruisme yang tinggi pula. Fleksibilitas kognitif ini mengacu pada keberfungsian daya pikir individu dalam upaya pemecahan atau mengkomodasi permasalahan yang terjadi di kehidupannya.

Ketiga, berkaitan dengan kemampuan empati, bahwa para informan menunjukkan rasa empati dan kepedulian kepada orang lain sehingga menimbulkan dorongan internal untuk melakukan altruisme. Menurut Irani altruisme dapat bersumber dari empati yang dimiliki seseorang. Empati merupakan suatu respon emosional yang berfokus pada orang lain, yang di munculkan dan selaras dengan kesejahteraan orang lain. Empati yang tepat dan sehat dapat berkontribusi pada pengambilan keputusan untuk membantu orang lain dengan tanpa pamrih dan menurunkan resiko kelelahan mental pada saat membantu orang lain (Irani, 2018). Atabaeva (Atabaeva, 2019) juga menegaskan bahwa empati berperan sebagai motivator internal pada altruisme. Empati yang baik menunjukkan adanya kapasitas kecerdasan emosional yang memadai. Alavi menguatkan bahwa altruisme didorong oleh adanya kecenderungan empati dan sikap peduli. Individu dapat mengabaikan permasalahan pribadi untuk membantu orang lain dan mengambil sikap mengorbankan diri tanpa mengharapkan imbalan. Altruisme yang demikian merupakan suatu hal yang suci, kuat, dan berharga, terlepas dari permasalahan pribadi yang dimiliki. Individu altruisme akan mampu memberikan makna atas perilakunya sekaligus menjunjung tinggi nilai-nilai kemanusiaan. Sikap positif yang mengandung makna dan perhatian pada nilai kemanusiaan dapat mendorong munculnya keyakinan akan kemampuan diri (efikasi diri) untuk menolong orang di sekitarnya. Cahyandari menyatakan bahwa efikasi diri dapat dikuatkan melalui serangkaian upaya yang melibatkan keyakinan keagamaan individu yang berfungsi sebagai suatu coping religius (Cahyandari, 2023).

Keempat, berkaitan dengan keyakinan keagamaan, bahwa keyakinan yang dimiliki oleh informan dapat mengarahkan pada sikap yang positif dan mendorong terwujudnya perilaku menolong orang lain yang dilandasi oleh nilai-nilai keagamaan yang di anut. Suatu ikatan keyakinan keberagamaan merupakan dasar dari keterhubungan yang mendalam. Hal ini berfokus pada hubungan yang mendalam dengan entitas yang penting dalam kehidupan yang utama dan memberikan tujuan serta makna yang besar dalam berbagai aspek kehidupan (Ai, Hopp, Tice, & Koenig, 2013). Melalui pemahaman tersebut, dalam konteks perspektif individu beragama Islam, maka keyakinan keberagamaan umat islam merupakan dasar keterhubungan manusia dengan Allah SWT yang menjadi sumber kehidupan dan memberikan tujuan serta makna dibalik perbuatan yang dilakukan. Altruisme dapat menghadirkan berbagai emosi positif, seperti kelegaan, rasa senang, dan bersyukur dapat membantu orang lain. Hal ini mendukung pendapat Cahyandari bahwa Pada saat individu mampu bersyukur atas semua yang terjadi pada kehidupannya maka akan mengarahkan pada kualitas kehidupan yang lebih baik (Cahyandari, 2015) Keyakinan agama yang dimiliki seseorang dapat menjadi sumber motivasi untuk melakukan berbagai perilaku, memberikan dorongan untuk percaya bahwa dirinya mampu untuk melakukan berbagai hal, dan mendorong seseorang untuk resilien dalam menghadapi kehidupannya. Keyakinan agama ini menjadi sumber kekuatan yang berfungsi sebagai kontrol internal sehingga mampu menemukan makna dari apapun yang dilakukan. Keyakinan agama juga berfungsi sebagai tameng dan perlindungan terhadap risiko buruk permasalahan (resiliensi) dan memberikan kestabilan energi mental untuk peduli dengan sekelilingnya (Alavi et al., 2017; Cahyandari et al., 2023).

Selain berbagai faktor internal, terdapat pula faktor eksternal yang dapat mempengaruhi munculnya altruisme. Berdasarkan sasil yang diperoleh dari informan, menunjukkan bahwa informan D, A, N dan M adalah informan yang kesehariannya dekat dengan lingkungan dunia pendidikan. Mereka dalam menolong orang lain terkadang masih banyak melakukan pertimbangan seperti menolong orang sesuai kemampuan, masih mempertimbangkan kondisi finansial jika harus memerlukannya dan memikirkan solusi untuk mengatasi. Informan L seorang pedagang menolong karena dorongan diri yang kuat tanpa memikirkan risiko dan siap berkorban. Begitu juga informan T yang bekerja sebagai buruh bersedia menolong orang lain dengan tanpa pamrih. Respons pernyataan yang di ungkapkan oleh T, D dan A lebih dominan dalam muatan-muatan tasawuf dari pada informan lainnya. Hal ini dapat diterangkan pada hasil penghayatan yang mendalam akan hubungan Allah SWT dan manusia sebagai makhlukNya.

Secara umum, terdapat beberapa faktor eksternal yang dapat mendorong munculnya altruisme, yaitu faktor pengalaman kehidupan, interaksi interpersonal, dan faktor lingkungan. Pertama, berkaitan dengan pengalaman kehidupan, Altruisme dilakukan dengan memperhatikan batasan moral yang berlaku di kehidupannya. Batasan moral ini dapat berbeda antara individu karena dipengaruhi oleh adanya pengalaman yang pernah terjadi di dalam kehidupannya. Individu tersebut akan memiliki penilaian bagaimana orang lain memperlakukan dirinya dan hal tersebut menjadi pengalaman yang membentuk suatu batasan moral dan dapat mempengaruhi keputusan berperilaku altruism (Liu, 2024). Pengalaman kehidupan individu juga dapat berkaitan dengan pengalaman dalam kemampuan mengendalikan situasi yang dimilikinya pada saat berupaya membantu orang lain, yaitu dengan disertai adanya toleransi pada diri individu (Uranus, Soetikno, & Koesma, 2022)

Kedua, berkaitan dengan interaksi interpersonal, bahwa para informan mewujudkan altruisme kepada orang lain tidak mempertimbangkan kenal atau tidaknya dengan orang lain tersebut, atau tidak mempertimbangkan berapa lama berkenalan dengan lain tersebut. Berkaitan dengan konteks interaksi interpersonal, altruisme yang diwujudkan pada keluarga, teman, dan komunitas kemasyarakatan dapat memberikan manfaat yang besar bagi diri individu khususnya pada kesejahteraan eksistensial, melebihi pada individu yang hanya mewujudkan altruisme pada orang terdekat, tersayang, atau terbatas. Kesejahteraan eksistensial ini berfokus pada kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dan hidup di lingkungan sosial dan masyarakat. Altruisme memberikan adanya ikatan yang tidak dapat di patahkan dan dimiliki oleh seluruh umat manusia, yaitu suatu rasa ikatan kebersamaan yang memungkinkan individu untuk mengorbankan dirinya demi kepentingan orang lain. Ketika orang asing dianggap sebagai sesama manusia, maka individu akan mampu saling membantu bahkan dengan mengorbankan kepentingan pribadinya, karena adanya rasa ikatan kebersamaan dan keterhubungan kemanusiaan (Xi et al., 2017). Berkaitan dengan hubungan interpersonal bahwa seseorang dapat berperilaku altruistik dipengaruhi oleh faktor interaksi dengan orang lain di kehidupannya, baik itu dari keluarga maupun orang lain di sekitarnya. Hubungan interpersonal ini berkaitan dengan batasan moral yang diinternalisasikan dalam diri individu (Liu, 2024).

Ketiga, berkaitan dengan lingkungan, bahwa para informan merupakan individu yang aktif menimba ilmu dan mengamalkan tasawuf melalui sarana pendidikan keagamaan, yaitu pondok pesantren. Menurut Westlake et al

(Westlake et al., 2019) diketahui bahwa pendidikan yang dimiliki individu memiliki hubungan dengan perilaku yang di pandang positif dari segi sosial. Hubungan tersebut dapat dipengaruhi oleh adanya potensi kemampuan kognitif, pengendalian diri, dan kemampuan sosialisasi individu yang baik. Individu yang mendapatkan pendidikan, terbiasa untuk menerima dan mematuhi norma-norma dan mampu menginternalisasi berbagai norma tersebut ke dalam suatu budaya menolong orang lain. Dengan demikian individu tersebut telah mampu mencitakan lingkungan yang lebih altruistik di tempat mereka berada. Lebih lanjut, Peng (Peng, 2022) menunjukkan bahwa budaya seperti budaya geografis, budaya agama, budaya Barat dan Timur sama-sama mempengaruhi penyebaran dan perkembangan altruisme maupun egoisme di lingkungan bermasyarakat.

Simpulan

Kondisi altruisme yang muncul pada pengamal tasawuf tidak terlepas dari pemahaman mereka terhadap nilai-nilai Islam. Pemahaman yang diyakini memunculkan sikap yang menjadi alasan seseorang akan berperilaku altruisme. Munculnya sikap terlihat pada tindakan dalam membantu orang lain dengan tidak memandang hubungan kedekatan antar individu. Perilaku menolong orang lain dengan perilaku altruisme menimbulkan perasaan positif yang dirasakan para pengamal tasawuf. Kondisi perilaku altruisme pengamal tasawuf dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari faktor jenis kelamin, kemampuan kognitif, kemampuan empati, dan keyakinan keagamaan. Sedangkan faktor eksternal terdiri dari faktor pengalaman kehidupan, interaksi interpersonal, dan faktor lingkungan. Secara keseluruhan altruisme para pengamal tasawuf di pondok pesantren Darul Afkar dilakukan sebagai bentuk penghayatan *habluminallah* dan *habluminannas* dalam kehidupan sehari-hari.

Referensi

- Achlami, H. (2015). Tasawuf Sosial Dan Solusi Krisis Moral. *Ijtimaiyya*, 8(1), 90–102.
- Ai, A. L., Hopp, F., Tice, T. N., & Koenig, H. (2013). Existential relatedness in light of eudemonic well-being and religious coping among middle-aged and older cardiac patients. *Journal of Health Psychology*, 18(3), 368–382. <https://doi.org/10.1177/1359105311434754>
- Aiyuda, N., Nasution, I. N., Magdalena, A. I., & Syahrina, K. (2023). Alasan Kenapa Melakukan Internet Altruistik Behavior?, 4(1), 21–31.

- Al- Kurdi, N. A. (2010). *Tanwirul Qulub fi Mu'amalatil 'Allamil Guyub*. Lebanon: Dar Al-kotob Al-ilmiah.
- Al-Farabi, A. N. (1987). *Risalah Tanbih 'ala Sabil as-Sa'adah*. Universitas Yordania: Amman.
- Alavi, A., Zargham-Boroujeni¹, A., Yousefy, A., & Bahrami¹, M. (2017). Altruism, the values dimension of caring self-efficacy concept in Iranian pediatric nurses. *Journal of Education and Health Promotion*, 6(1), 1–5. <https://doi.org/10.4103/jehp.jehp>
- An-Naisaburi, A. Q. A. K. H. A.-Q. (2007). *Risalah Qusyairiyah: Sumber Kajian Ilmu Tasawuf*. Jakarta: Pustaka Mani.
- Angelia, D. (2022). Tingkat Kedamaian Negara Asia Tenggara 2022, Indonesia Peringkat Berapa? *GoodStats*.
- Anshori, A. (2016). *Dimensi-dimensi Tasawuf*. Lampung: CV. TeaMs Barokah.
- Arifin, B. S. (2015). *PSIKOLOGI SOSIAL*. Jawa Barat: CV Pustaka Setia.
- Arrasyid, A. (2020). Konsep Kebahagiaan Dalam Tasawuf Modern Hamka. *Refleksi: Jurnal Filsafat dan Pemikiran Islam*, 19(2), 205. <https://doi.org/10.14421/ref.2019.1902-05>
- Atabaeva, N. B. (2019). Psychological factors affecting the development of altruism in humans. *Central Asian Journal of Education*, 3(2), 98–119.
- Ayu, P., Agti, R., & Dinda. (2022). Altruisme Dalam Novel Itsar Cinta Karya Amanda Natasya (Kajian Psikologi Sosial David G. Myers). *Bapala Prodi Pendidikan Bahasa dan Sastra*, 9(3), 51–60.
- Bakri, S., & Saifuddin, A. (2019). *Sufi Healing : Integrasi Tasawuf dan Psikologi dalam Penyembuhan Psikis dan Fisik*. (R. Mirsawati, Ed.) (I). Depok: Raja Grafindo.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2015). *Psikologi Sosial Edisi 13 Jilid 2* (13 ed.). Jakarta: Erlangga.
- Batson, C. (2010). (2010). Empathy-induced altruistic motivation. In: Prosocial motives, emotions, and behavior: The better angels of our nature. *American Psychological Association*, 20, 15–34.
- Cahyandari, R. (2015). Efektivitas Pelatihan Kebersyukuran Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK). *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 7(1), 1–14. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol7.iss1.art1>
- Cahyandari, R. (2023). Penguatan Efikasi Diri Melalui Self Talk Sebagai Koping Religius. *Al-Hikmah: Jurnal Agama dan Ilmu Pengetahuan*, 20(1), 14–27. [https://doi.org/10.25299/al-hikmah:jaip.2023.vol20\(1\).11019](https://doi.org/10.25299/al-hikmah:jaip.2023.vol20(1).11019)

- Cahyandari, R., Ghina, A. M., & Agustiyani, A. (2023). Strengthening Resilience through Reflective Writing based on Surah Al-Fatihah. *Edukasi Islami Jurnal Pendidikan Islam*, 12(001), 171–190. Diambil dari <https://jurnal.staialhidayahbogor.ac.id/index.php/ei/article/view/5181>
- Creswell, J. W. (2010). Research design pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan mixed. *Yogyakarta: pustaka pelajar*.
- Damanik, N. (2020). *Konstruksi Kebahagiaan dalam Tasawuf Modern Hamka*. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
- Diyai, I., Bidjuni, H., & Onibala, F. (2019). Hubungan Kecerdasan Spiritual Dengan Perilaku Altruistik Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jurnal Keperawatan*, 7(1). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.24332>
- Eisenberg, N. (1986). *Altruistic Emotion, Cognition, and Behavior*. London: Psychology Press.
- Farida, H. (2017). Perilaku Prosocial Ditinjau Dari Androgyny Role Dalam Kegiatan Pramuka Pada Anak Sekolah Dasar. *SOSIOHUMANIORA: Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 3(2), 113–126. <https://doi.org/10.30738/sosio.v3i2.1610>
- Foundation, C. A. (2021). Caf World Giving Index 2021: A Global Pandemic Special Report. In *Www.Cafonline.Org* (hal. 1–42).
- Gofur, M. A., & Erawati, D. (2020). Faktor Pendorong Sedekah dan Upaya Maintaning Sedekah Pada Lembaga Sosial. *Dialogia*, 18(2), 377–394. <https://doi.org/10.21154/dialogia.v18i2.2040>
- Halimah, S. (2017). TASAWUF UNTUK MASYARAKAT MODERN. *Jurnal Al-Makrifat : Jurnal Kajian Islam*, 2(1), 85–98. <https://doi.org/https://doi.org/10.24042/ajsk.v19i2.3375>
- Hidayati, F. (2016). Konsep Altruisme dalam Perspektif Ajaran Agama Islam (Itsar). *Psikoislamika : Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 13(1), 59–63. <https://doi.org/10.18860/psi.v13i1.6410>
- Irani, A. S. (2018). *Positive Altruism: Helping that Benefits Both the Recipient and Giver*. *University of Pennsylvania Scholarly Commons*. University of Pennsylvania Scholarly Commons.
- Jaafar, J. R., Zakaria, N. H., & Kamarudin, N. H. (2022). Penerokaan Aspek Altruisme dan Latar belakang Terpilih dalam Kalangan Mahasiswa. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 7(3), e001365. <https://doi.org/10.47405/mjssh.v7i3.1365>
- Kholilurrohman. (2020). *Mengenal Tasawuf Rasulullah Representasi Ajaran Al-Qur'an Dan Sunnah*.
- Kumala, I. D., & Rahayu, S. (2019). Pengetahuan Tentang Donor Darah dan Perilaku

- Altruisme pada Mahasiswa Intan. *Jurnal Kesehatan Ceadum*, 1(1), 59–69.
- Kumar, A., & Chakrabarti, S. (2021). Belief in a Just World and Moral Personality as Mediating Roles Between Parenting Emotional Warmth and Internet Altruistic Behavior. *Journal of Nonprofit and Public Sector Marketing*, 12(1), 110588. <https://doi.org/https://doi.org/10.21512/tw.v22i2.7101>
- Liu, Y. (2024). The Influencing Factors of Altruism and Egoism. *Journal of Education, Humanities and Social Sciences*, 26, 567–571. <https://doi.org/10.54097/kxq67452>
- Melina, G. G., Grashinta, A., & Vinaya, V. (2012). Resiliensi dan altruisme pada relawan bencana alam. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 1(1), 17–24. <https://doi.org/10.24854/jpu1>
- Munawir, A. W. (1984). *Al Munawir Kamus Bahasa Arab-Indonesia*. Yogyakarta: Pondok Pesantren Al Munawir.
- Muttaqin, Z. (2020). Al-Hikam Mutiara Pemikiran Sufistik Ibnu Atha'illah as-Sakandari. *Ushuluna: Jurnal Ilmu Ushuluddin*, 2(1), 50–73. <https://doi.org/10.15408/ushuluna.v2i1.15173>
- Muvid, M. B., & Haykal, A. F. (2020). Tasawuf Humanistik dan Relevansinya terhadap Kehidupan Sosial Spiritual Masyarakat Post Modern Abad Global (Telaah Atas Pemikiran Tasawuf Said Aqil Siradj dan Muh. Amin Syukur). *Refleksi: Jurnal Kajian Agama dan Filsafat*, 19(1), 117–140. <https://doi.org/10.15408/ref.v19i1.14191>
- Myers, D. G. (2012). *Psikologi Sosial Social Psychology*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Najib, M. A. (2018). Epistemologi Tasawuf Modern Hamka. *Jurnal Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Sosial Keagamaan*, 18(2), 303–324.
- Nasional, B. A. Z. (2018). *Outlook Zakat Indonesia 2019*. Jakarta: Badan Amil Zakat.
- Ni'am, S. (2014). *Tasawuf Studies: Pengantar Belajar Tasawuf*. Yogyakarta: Ar-Ruz Media.
- Nurcholis, A. (2015). Tasawuf antara Kesalehan Individu dan Dimensi Sosial. *Teosofi: Jurnal Tasawuf dan Pemikiran Islam*, 1(2), 175. <https://doi.org/10.15642/teosofi.2011.1.2.175-195>
- Pamungkas, I. M., & Muslikah, M. (2019). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dan Empati Dengan Altruisme Pada Siswa Kelas Xi Mipa Sma N 3 Demak. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(2), 154. <https://doi.org/10.22373/je.v5i2.5093>
- Peng, M. (2022). The Sources and Influencing Factors of Egoism and Altruism. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.220504.399>
- Purwanto, Y., Saepudin, E., Munaf, D. R., & Haq, S. Z. (2020). Pancasila Dan Tasawuf

- Vis-A-Vis Korupsi: Pendidikan Karakter Dalam Melawan “Musuh Bersama” Di Era 4.0. *Jurnal Sosioteknologi*, 19(1), 56–71. <https://doi.org/10.5614/sostek.itbj.2020.19.1.5>
- Rachman, B. M. (2019). *Karya Lengkap Nurcholish Madjid Keislaman, Keindonesiaan, dan Kemodernan*. (B. M. Rachman, E. P. Taher, & M. W. Nafis, Ed.) (I). Jakarta: Nurcholish Madjid Society (NCMS).
- Rahmat, H. K., Pernanda, S., Casmini, C., Budiarto, A., Pratiwi, S., & Anwar, M. K. (2021). Urgensi Altruisme Dan Hardiness Pada Relawan Penanggulangan Bencana Alam: Sebuah Studi Kepustakaan. *Acta Islamica Counsenesia: Counselling Research and Applications*, 1(1), 45–58.
- Sears, D. O., Freedman, J. L., & L. Anne Peplau. (1995). *Psikologi sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Siddik, I. N., & Uyun, Q. (2017). Khusnudzon dan psychological wellbeing pada orang dengan HIV/AIDS. *Psikis-Jurnal Psikologi Islami*, 3(2), 86–93.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan*. (A. Nuryanto, Ed.) (III). Bandung: Alfabeta.
- Suriadi, A. (2011). Tasawuf dan Psikologi Agama : Sebuah Pertautan Dialektik. *Teologia*, 22(1).
- Uranus, H. C., Soetikno, N., & Koesma, R. E. (2022). The Role of Resilience towards Altruism: Be Strong for Yourself before Anyone Else. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 11(1), 207–226.
- Usaimin, M. bin S. A. (2002). *Syarah Riyadhus Shalihin*. Kairo: Darul haisaini.
- Wahyudi, M. A. (2018). PSIKOLOGI SUFI Tasawuf Sebagai Terapi.pdf. *Esoterik: Jurnal AKhlak dan Tasawuf*, 04(02), 387–397. <https://doi.org/10.21043/esoterik.v4i2.4047>
- Waslah. (2017). Peran Ajaran Tasawuf Sebagai Psikoterapi Mengatasi Konflik Batin. *Lentera: Kajian Keagamaan, Keilmuan dan Teknologi*, 3(1).
- Westlake, G., Coall, D., & Grueter, C. C. (2019). Educational attainment is associated with unconditional helping behaviour. *Evolutionary Human Sciences*, 1, e15. <https://doi.org/10.1017/ehs.2019.16>
- Xi, J., Lee, M., LeSuer, W., Barr, P., Newton, K., & Poloma, M. (2017). Altruism and Existential Well-Being. *Applied Research in Quality of Life*, 12(1), 67–88. <https://doi.org/10.1007/s11482-016-9453-z>
- Xi, J., Lee, M. T., Carter, J. R., & Delgado, D. (2022). Gender Differences in Purpose in Life: The Mediation Effect of Altruism. *Journal of Humanistic Psychology*, 62(3), 352–376. <https://doi.org/10.1177/0022167818777658>
- Yelpaze, İ., & Yakar, L. (2020). The Relationship between Altruism and Life

Satisfaction: Mediator Role of Cognitive Flexibility. *Cukurova University Faculty of Education Journal*, 49(1), 142–162.
<https://doi.org/10.14812/cufej.628825>

Yucel, S. (2015). Positive thinking and action in Islam: case studies from the sirah of prophet Muhammad. *Internasional Journal of Humanities and Social Science*, 5(1), 233–235.

Zulfian, & Saputra, H. (2021). MENGENAL KONSEP TAWAKAL IBNU 'ATHAILLAH AL-SAKANDARI. *Jurnal Pemikiran Islam*, 1(1), 74–88.