

**FENOMENA NGAJI FILSAFAT DAN SPIRITUAL *WELL-BEING* (STUDI
FENOMENOLOGIS JAMAAH NGAJI FILSAFAT MASJID JENDRAL
SUDIRMAN YOGYAKARTA)**



Oleh:
Muhammad Rifqi
24200011073

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
TESIS

Diajukan Kepada Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Untuk
Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh
Gelar *Master Of Art* (MA)
Program Studi *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam

YOGYAKARTA
2026

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muhammad Rifqi
NIM : 24200011073
Jenjang : Magister
Prodi : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya ilmiah sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk berdasarkan sumber yang dikutip berdasarkan kode etik sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 19 April 2026
Saya yang menyatakan,



METERAI
TEMPEL
10000
B0182ANX352307523

Muhammad Rifqi, S.Pd.
NIM. 24200011073

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muhammad Rifqi
NIM : 24200011073
Jenjang : Magister
Prodi : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Yogyakarta, 24 April 2026
Saya yang menyatakan,



METERAI
TEMPEL
10000
4C42QANX410212393

Muhammad Rifqi, S.Pd.
NIM.24200011073

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.
Direktur Pascasarjana
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Assalammu'alaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul:

**FENOMENA NGAJI FILSAFAT DAN *SPIRITUAL WELL-BEING*
(STUDI FENOMENOLOGIS JAMAAH NGAJI FILSAFAT MASJID
JENDRAL SUDIRMAN YOGYAKARTA)**

Yang ditulis oleh:

Nama	: Muhammad Rifqi
NIM	: 24200011073
Jenjang	: Magister
Program Studi	: <i>Interdisciplinary Islamic Studies</i>
Konsentrasi	: Psikologi Pendidikan Islam

Saya berpendapat bahwa tesis ini sudah dapat diajukan kepada Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk diujikan dalam rangka Memperoleh Gelar *Master of Arts* (M.A).

Wassalammu'alaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh.

Yogyakarta, 29 April 2026
Pembimbing,


Dr. Maya Fitrta, S.Psi., M.A.
NIP.197704102005012002

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-572/Un.02/DPPs/PP.00.9/05/2026

Tugas Akhir dengan judul : Fenomena Ngaji Filsafat dan Spiritual Well-Being (Studi Fenomenologis Jamaah Ngaji Filsafat Masjid Jendral Sudirman Yogyakarta)

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : MUHAMMAD RIFQI, S.Pd
Nomor Induk Mahasiswa : 24200011073
Telah diujikan pada : Kamis, 21 Mei 2026
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Penguji I

Dr. Akmal Ihsan
SIGNED

Valid ID: 6a1e49d404786



Penguji II

Dr. Maya Fitria, S. Psi, M.A
SIGNED

Valid ID: 6a1b805ec1eb9



Penguji III

Mohammad Yunus, Lc., M.A., Ph.D
SIGNED

Valid ID: 6a1e2f3173f12



Yogyakarta, 21 Mei 2026
UIN Sunan Kalijaga
Direktur Pascasarjana

Prof. Dr. Moch. Nur Ichwan, S.Ag., M.A.
SIGNED

Valid ID: 6a1e5993879fc

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh modernisasi yang hari ini melahirkan krisis spiritualitas dimasyarakat khususnya anak muda. Hal tersebut memunculkan kebutuhan akan ruang pembelajaran yang mampu menjawab kebutuhan spiritual tersebut. Ditengah kebutuhan itu forum ngaji filsafat hadir dengan model kajian keagamaan non-konvensional yang mengkombinasikan antara kajian filsafat dan kajian Islam. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran fenomena ngaji filsafat di Masjid Jenderal Sudirman Yogyakarta serta menganalisis kontribusinya terhadap pembentukan spiritual *well-being* jamaah. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Data diperoleh melalui observasi, wawancara dan dokumentasi. Informan penelitian terdiri dari satu orang takmir Masjid Jenderal Sudirman, serta enam orang jamaah yang rutin mengikuti kegiatan ngaji filsafat serta dua orang yang pernah ikut kajian. Analisis data dilakukan menggunakan model Miles dan Huberman melalui tahapan reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan, ngaji filsafat merupakan fenomena baru dalam kajian keagamaan kontemporer yang mengintegrasikan antara kajian filsafat dan kajian Islam. Kegiatan ini tidak hanya berfungsi sebagai ruang pembelajaran tetapi juga sebagai ruang transformasi pengalaman. Ngaji filsafat juga memiliki kontribusi pada pembentukan spiritual *well-being* jamaah berdasarkan empat domain utama dalam teori spiritual *well-being* Fisher. Pada domain personal jamaah mengalami peningkatan kesadaran diri, kemampuan refleksi, pengelolaan emosi, serta penerimaan diri. Pada domain komunal, terbentuk relasi sosial yang inklusif, empatik dan suportif. Pada domain environmental tumbuh kesadaran ekologis. Pada domain transendental jamaah mengalami pendalaman makna ibadah, penerimaan takdir, dan rasa syukur yang mendalam. Penelitian ini menunjukkan bahwa ngaji filsafat dapat dilihat sebagai salah satu alternatif sarana untuk mengatasi krisis spiritual dalam bentuk praktik kajian keIslaman yang transformatif dan lebih modern. Ngaji filsafat tidak hanya berfungsi sebagai sarana transmisi pengetahuan, tetapi juga sebagai ruang untuk membentuk spiritual *well-being*.

Kata Kunci: Ngaji Filsafat, Spiritual Well-Being, Jamaah

MOTTO

“Setiap kehidupan memiliki tujuan spiritual, dan setiap orang memainkan peran dalam perkembangan spiritual orang lain.”

-Caroline Myss -



HALAMAN PERSEMBAHAN

Tesis ini kupersembahkan kepada Ibu ku Tercinta dan Terkasih Sundusiah yang selalu mendoakan dan menjadi penyemangat, kemudian kepada Bapak ku Tercinta Jamiludin yang selalu mendoakan dan mendukung dalam setiap langkah. Semoga selalu diberikan kesehatan, Iman dan Islam.

Tampi Asih Agung

Dan kupersembahkan juga untuk Almamater tercinta Program Studi *Interdisciplinary Islamic Studies* Konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat, inayah dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis dengan judul "Fenomena Ngaji Filsafat dan Spirirtual Well-Being (Studi Fenomenologis Jamaah Ngaji Filsafat Masjid Jendral Sudirman Yogyakarta)". Sholawat dan salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah membawa kita dari zaman jahiliyah menuju zaman Islamiyah, dan yang kita nantikan syafaatnya di hari kiamat nanti.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan tugas akhir ini tidak akan bisa terwujud tanpa adanya bantuan, arahan, dukungan dan bimbingan dari berbagai pihak, baik dalam bentuk materi maupun moril. Untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang terkait, terutama kepada:

1. Prof. Noorhaidi Hasan, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D., Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Prof. Dr. Moch. Nur Ichwan, S.Ag., M.A., Direktur Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Najib Kailani, S.Fil.I., M.A., Ph.D., Ketua Program Studi *Interdisciplinary Islamic Studies* Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Dan Dr. Subhi Nur Isnaini, M.A., selaku Sekretaris Program Studi *Interdisciplinary Islamic Studies* Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Dr. Maya Fitria, S.Psi., M.A., Psikolog., selaku dosen pembimbing tesis yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan bersedia membersamai penulis

untuk belajar, menulis, serta bertukar pikiran dalam proses penyusunan tesis ini hingga selesai.

5. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi *Interdisciplinary Islamic Studies* Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, yang penuh kesabaran dan dedikasi telah memberikan arahan, bimbingan, serta ilmu yang sangat berharga selama proses pembelajaran di kampus ini.
6. Segenap staff dan karyawan di Program Studi *Interdisciplinary Islamic Studies* Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan bantuan kepada peneliti dalam mengurus berbagai hal terkait perkuliahan.
7. Takmir Masjid Jendral Sudirman Yogyakarta, Mas Nur Wahid dan Mas Sofi yang telah memberikan izin dan membantu selama proses penelitian berlangsung, sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.
8. Para Jamaah kajian Ngaji Filsafat Masjid Jendral Sudirman Yogyakarta yang telah bersedia untuk diwawancarai sehingga terselesaikannya tesis ini.
9. Keluarga ku tercinta, Bapak, Ibu dan kakak-kakak ku Idamarlina dan Nurul Hidayah yang selalu mendoakan, mendukung dan menyemangati penulis dalam setiap proses perjuangan yang penulis jalani. Semoga penulis bisa selalu menjadi kebanggaan kalian semua.
10. Kakak ku yang ku banggakan, Tony Arjuna, S.Gz., M.Nut.Diet., AN., APD., Ph.D., beserta Istri yang telah memberikan dukungan penuh kepada penulis baik secara moril maupun materil sehingga terselesaikan nya

proses pendidikan yang penulis tempuh. Semoga selalu diberikan kesehatan dan kelancaran dalam setiap urusan.

11. Kakak, Senior, sekaligus Guru ku, Ahmad Arwani Haddady, S.Pd., M.Pd., yang telah mendidik dan selalu memotivasi penulis. Kemudian, Abangda Dr. Erwin Padli, M.Hum., dan Bang Sepma Pulthinka Nurhanip, S.Pd., M.A., yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam proses menyelesaikan pendidikan.
12. Sahabatku dirantau, Rendi Atmaja, Aji Immanuel Kant, Toni, Afif, Sasqia Desta Safitri, Heni, Rahma, Maodita, yang telah banyak membantu dan mensupport penulis dalam menyelesaikan pendidikan di kota yang Istimewa ini.
13. Pasukan SJ Yogyakarta yang tak bisa penulis sebutkan satu persatu, yang telah memberikan banyak ide dan gagasan dari diskusi-diskusinya, tanpa kalian kota ini kurang Istimewa. Aku bersaksi tiada SJ selain di Yogyakarta.
14. Teman-teman kelas B Psikologi Pendidikan Islam yang telah memberikan warna dalam setiap pertemuan di ruang kelas. Serta seluruh pihak yang tak bisa penulis sebutkan satu-persatu yang telah membantu dan mensupport penulis dalam menyelesaikan proses pendidikan.
15. Terakhir pada diri penulis sendiri Muhammad Rifqi, yang selalu kuat dan sabar dalam menjalani dan menyelesaikan proses pendidikan ini, dengan segala cobaan dan rintangan namun tidak menggoyahkan semangat dan

tekad untuk menyelesaikannya. Semoga keberkahan selalu mengiringi setiap perjalanan kedepan. Amin Ya Robbal Alamin.

Penulis menyadari tesis ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga saran dan kritik yang membangun senantiasa penulis harapkan. Semoga tesis ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan para pembaca. Penulis berharap semoga kebaikan-kebaikan yang telah diberikan oleh berbagai pihak diatas memperoleh balasan yang terbaik dari Allah SWT. Amin.

Yogyakarta, 29 April 2026

Saya yang menyatakan.


Muhammad Rifqi, S.Pd.

NIM.24200011073

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN.....	i
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR.....	iv
ABSTRAK	v
MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Dan Signifikansi Penelitian	7
D. Kajian Pustaka	8
E. Kajian Teori	11
1. Konsep <i>Spiritual Well-Being</i>	11
2. Komponen Utama <i>Spiritual Well-Being</i>	13
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Spiritual Well-Being</i>	15
F. Metode Penelitian	21
G. Sistematika Pembahasan.....	24
BAB II GAMBARAN UMUM LOKASI PENELITIAN.....	26
A. Profil dan Sejarah Masjid Jendral Sudirman Yogyakarta	26

B.	Kegiatan-Kegiatan Masjid Jendral Sudirman Yogyakarta	33
C.	Struktur Kepengurusan Masjid Jendral Sudirman	35
D.	Latar Belakang Lahirnya Kegiatan Ngaji Filsafat.....	37
BAB III GAMBARAN DINAMIKA PELAKSANAAN DAN PENGALAMAN		
JAMAAH NGAJI FILSAFAT.....		45
A.	Bentuk dan Pola Pelaksanaan Kegiatan Ngaji Filsafat	46
B.	Motivasi dan Pengalaman Jamaah Mengikuti Kegiatan Ngaji Filsafat	53
BAB IV NGAJI FILSAFAT DAN KONSTRUKSI SPIRITUAL WELL-BEING		
JAMAAH		82
A.	Peningkatan Kesadaran Diri (<i>Domain Personal</i>)	83
B.	Hubungan Sosial Jamaah (<i>Domain Komunal</i>)	90
C.	Kesadaran Terhadap Lingkungan (<i>Domain Environmental</i>).....	95
D.	Kesadaran Spiritual Dengan Tuhan (<i>Domain Transendental</i>)	98
BAB V PENUTUP.....		105
A.	Kesimpulan.....	105
B.	Saran.....	106
DAFTAR PUSTAKA.....		108

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Modernisasi yang menekankan rasionalitas dan materialisme sering mengabaikan sisi spiritualitas, sehingga keseimbangan antara kebutuhan duniawi dan ukhrawi hilang, kekeringan spiritual ini memicu masalah psikologis seperti stres, kecemasan, dan depresi, serta berkontribusi pada krisis sosial yang lebih luas.¹ Salamah menyebutkan, modernisasi telah mengikis nilai-nilai spiritual agama dan menggantikannya dengan nilai-nilai sekuler yang lebih menekankan rasionalitas dan kemajuan materi.²

Lebih jauh, pada era modern yang serba cepat dan penuh tekanan, masyarakat rentan mengalami tekanan psikologis maupun spiritual, berbagai tantangan seperti kebingungan identitas, tuntutan akademik, persoalan hubungan, serta ekspektasi sosial yang tinggi dapat membuat individu merasa terasing, tidak dipahami, dan kehilangan arah, dalam kondisi tertentu, perasaan tersebut bisa berkembang menjadi keputusan mendalam yang berpotensi memunculkan pikiran atau kecenderungan untuk menyakiti diri, termasuk bunuh diri.³

¹Indah Rise et al., "Konsep Diri, Kesejahteraan Spiritual, Dan Pengalaman Perceraian Orang Tua Pada Remaja: Tinjauan Psikologi Agama", *Journal of Psychology and Social Sciences*, Vol.3, no.1, (2025), 11.

² Salamah Eka Susanti, "Spiritual Education : Solusi Terhadap Dekadensi Karakter Dan Krisis Spiritualitas Di Era Global", *HUMANISTIKA: Jurnal Keislaman*, Vol.2, no.1, (2016), 8.

³ Ayudhia Diansita Diarang, 'Merangkul Jiwa Yang Terluka: Diagnostik Pastoral Konseling Dalam Menangani Kasus Bunuh Diri', *Jurnal Teologi Dan Psikospiritual*, Vol.1, no.1, (2025), 45.

Data dari Pusat Informasi Kriminal Nasional (Pusiknas) Polri menyebutkan bahwa, terdapat 971 kasus bunuh diri dari Januari hingga pertengahan Oktober 2023. Angka ini melampaui total kasus sepanjang 2022 yang berjumlah 900 kasus. Sebelumnya, pada 2020, kepolisian mencatat 671 kasus bunuh diri, peningkatan ini menunjukkan bahwa kondisi kesehatan mental masyarakat, khususnya kaum muda, berada pada situasi yang mengkhawatirkan dan memerlukan perhatian serta penanganan serius dari berbagai pihak.⁴ Kondisi yang demikian itu menurut Rogers menggambarkan individu dengan kesejahteraan spiritual yang rendah, sehingga rentan mengalami masalah kesehatan mental.⁵ Sementara Koenig mempertegas bahwa kesehatan spiritual individu dapat dilihat melalui adanya perasaan damai, pemenuhan makna dan tujuan hidup serta hubungan yang baik dengan sesuatu yang melampaui dirinya seperti Tuhan atau nilai-nilai spiritual yang diyakini.⁶

Manusia modern tidak hanya berkembang secara intelektual dan material, tetapi juga harus memiliki kesadaran spiritual yang memadai sebagai fondasi kesehatan mental, ketenangan batin, dan kejelasan makna hidup, pada titik inilah, spiritualitas menjadi unsur penting sebagai penyeimbang antara pencapaian material yang bersifat lahiriah dan

⁴ Neti Saekoko et al., "Peran Pendidikan Agama Kristen Dalam Mencegah Bunuh Diri Pada Generasi Muda", *Jurnal Pendidikan Dan Pemuridan Kristen Dan Katolik*, Vol. 2, no. 2, (2025), 1–2.

⁵ Melanie Rogers and others, 'Emotional Well-Being, Spiritual Well-Being and Resilience Of advanced Clinical Practitioners in the United Kingdom During COVID-19: An Exploratory Mixed Method Study', *Journal of Nursing Management*, Vol.30, No.4, (2022), 885.

⁶ Chusbana Ari Yahya, "Motivasi Mengaji Sebagai Upaya Meningkatkan Kesehatan Spiritual Lansia Binaan KUA Bungkal Ponorogo", *JUSMA: Jurnal Studi Islam Dan Masyarakat*, Vol.4, No.2 (2025), 123.

kebutuhan batin manusia.⁷ Ahmad Minan menjelaskan bahwa, kesejahteraan individu tersusun atas lima dimensi utama, yaitu mental, emosional, fisik, sosial, dan spiritual, kesejahteraan spiritual memberikan pengaruh positif terhadap keempat dimensi lainnya serta menjadi sumber energi yang mendukung keberlangsungan hidup individu.⁸

Menurut Fisher, kesejahteraan spiritual sendiri merupakan kondisi yang mencerminkan adanya emosi positif, pemikiran, dan tindakan yang terbangun dari hubungan yang harmonis dengan diri sendiri, sesama, lingkungan sekitar, serta entitas transenden seperti Tuhan. Keadaan ini pada akhirnya membantu individu menemukan jati diri, merasakan kepuasan, kebahagiaan, cinta, penghargaan, sikap positif, ketenangan batin, keharmonisan, dan arah hidup yang jelas.⁹

Berbagai pendekatan digunakan masyarakat untuk mengatasi krisis spiritual hari ini. Adli menyebutkan bahwa pendekatan psikologi Barat meskipun efektif dalam pengobatan klinis, sering kali gagal menjawab pertanyaan eksistensial tentang makna hidup dan hubungan manusia dengan yang transendental.¹⁰ Salah satu alternatif yang dipilih dan menjadi

⁷ I Putu Gelgel, "Membangun Kesadaran Spiritual Dalam Era Modern", *Jurnal Gerakan Semangat Buddhayana*, Vol.3, No.2 (2025), 110.

⁸ Ahmad Minan Zuhri dkk, "Urgensi Spiritual Well-Being (SWB) Pada Kelompok Lansia: Systematic Literature Review (SLR)", *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, Vol.8, No.3 (2025): 105.

⁹ Indah Rise et al., "Konsep Diri, Kesejahteraan Spiritual, Dan Pengalaman Perceraian Orang Tua Pada Remaja: Tinjauan Psikologi Agama", *Journal of Psychology and Social Sciences*, Vol.3, no.1, (2025): 22.

¹⁰ Adli Walikhshan et al., "Krisis Mentalitas Dan Solusi Spiritualitas Islam: Analisis Filsafat Jiwa Al-Raghib Al-Ashfahani", *Journal of Innovative and Creativity*, Vol.6, No.1, (2026), 7224.

fenomena baru hari ini ialah ketertarikan terhadap pendekatan filsafat.¹¹ Kajian-kajian filsafat menjadi salah satu alternatif baru masyarakat modern dalam mencari makna dan tujuan hidup.

Filsafat dan spiritualitas adalah dua hal yang tidak berjauhan, filsafat dipandang sebagai cara berpikir dan cara hidup, sedangkan spiritualitas berbicara tentang proses pencarian makna. Xiaojun menjelaskan bahwa spiritualitas dalam sejarah filsafat dipahami secara beragam, mulai dari usaha dalam pencarian yang transenden dalam pemikiran Plato dan Plotinus, ketenangan batin dalam stoikisme dan epikureanisme, pembentukan moralitas dalam filsafat Kant dan Lyotard, hingga relasi manusia dengan alam, berbagai pandangan tersebut menggambarkan bahwa filsafat tidak hanya berkaitan dengan aktivitas berpikir, akan tetapi juga berkaitan dengan proses pembentukan diri dan pencarian makna hidup, karena itu filsafat juga sering kali dipandang sebagai bentuk latihan spiritual.¹²

Lebih jauh tradisi pemikiran Islam klasik melalui tokoh-tokoh seperti Al-Kindi, Al-Farabi, Ibn Sina, dan Ibn Rusyd menunjukkan bahwa integrasi filsafat, ilmu pengetahuan, dan agama dapat menghasilkan pemikiran yang mendalam sekaligus relevan bagi kebutuhan manusia

¹¹ Suhandoko, 'Inilah Alasan Mengapa Semakin Banyak Orang Yang Tertarik Belajar Filsafat', *VIVA Digital Network* (Jakarta, 2024) dalam <<https://wisata.viva.co.id/loker/9866-inilah-alasan-mengapa-semakin-banyak-orang-yang-tertarik-belajar-filsafat?page=4>>. Diakses 6 Oktober 2025, Pukul 18.57 WITA.

¹² Xiaojun Ding and Feng Yu, "Philosophical Practice as Spiritual Exercises towards Truth, Wisdom, and Virtue", *Religions*, Vol.13, No.4, (2022), 7.

sepanjang zaman.¹³ Dalam hal ini Fahrudin Faiz menegaskan posisi filsafat digunakan sebagai alat untuk menjelaskan, menguraikan dan menganalisis ajaran-ajaran Agama dengan maksud untuk meneguhkan kebenarannya.¹⁴ Salah satu Masjid di kota Yogyakarta terdapat forum pengajian non konvensional yang memadukan kajian keIslaman dengan konsep-konsep filsafat, mulai dari filsafat Islam sampai ke filsafat Barat.¹⁵ Forum pengajian yang dimulai sejak tahun 2013 ini bernama ngaji filsafat, kajian ini biasanya berlangsung di Masjid Jendral Sudirman Yogyakarta, awal nya kegiatan ini hanya di ikuti oleh belasan orang saja, namun hari ini pesertanya sudah sampai ratusan,¹⁶ dan ngaji filsafat Masjid Jendral Sudirman sudah lekat dengan sosok pemateri yakni Fahrudin Faiz.¹⁷

Sebagaimana yang dijelaskan Agustina bahwa ngaji filsafat kini menjadi tren baru dalam kajian keagamaan di Indonesia. Fenomena ini muncul karena ngaji filsafat dengan pendekatan yang memadukan kajian Islam dan filsafat mampu memberikan jawaban atas berbagai masalah hidup sehari-hari dengan pendekatan yang sederhana dan mudah dimengerti.¹⁸

¹³ Safira Fauziyah Hasan and others, "Kajian Komparatif Ilmu Filsafat Dan Agama Serta Relevansinya Terhadap Filsafat Komunikasi Islam", *Jurnal Mudabbir (Journal Research and Education Studies)*, Vol.5, No.2, (2025), 3581.

¹⁴ Fahrudin Faiz, *Sebelum Filsafat* (Yogyakarta: MJS Press, 2023), 177.

¹⁵ Observasi, Kegiatan Ngaji Filsafat di Masjid Jendral Sudirman, 7 January 2026.

¹⁶ Ini menunjukan bahwa adanya peningkatan minat yang signifikan terhadap kegiatan ngaji filsafat dari tahun ketahun. Peningkatan minat terhadap kegiatan ngaji filsafat juga dapat dilihat dari perbandingan jamaah atau peserta yang hadir dalam kegiatan-kegiatan yang di adakan di masjid Jendral Sudirman, berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan, masjid Jendral Sudirman juga memiliki kegiatan kajian setiap Selasa malam dan Kamis malam, namun jamaah yang hadir tidak se banyak ketika kegiatan ngaji filsafat yang di adakan pada Rabu malam.

¹⁷ Dewi Ade Nugraha, "Masjid Sebagai Ruang Literasi", *Jurnal Studi Agama-Agama Dan Pemikiran Islam*, Vol.19, no.1 (2023), 17.

¹⁸ Agustina, 'Pengalaman Keagamaan Jamaah Ngaji Filsafat Masjid Jendral Sudirman Yogyakarta', (Tesis, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta, 2024), 1.

Pendekatan yang sederhana dan mudah dipahami membuat para jamaah terdorong untuk menumbuhkan rasa ingin tahu yang mendalam terhadap agama dan filsafat, seiring waktu, filsafat pun tidak hanya dipahami sebagai kajian teoritis, tetapi dihayati sebagai cara berpikir sekaligus juga individu bisa menemukan pencerahan atas pencarian makna, tujuan dan nilai moral.¹⁹

Sejalan dengan itu Kamarudin juga menegaskan bahwa ngaji filsafat menjadi ruang alternatif baru dalam kajian keagamaan kontemporer yang memadukan antara spiritualitas, rasionalitas, dan refleksi kritis dengan pendekatan yang sederhana dan kontekstual.²⁰ Lebih jauh, ngaji filsafat melalui pendekatan khasnya yang memadukan nilai-nilai spiritualitas Islam dan filsafat tidak memisahkan aspek teologis dan filosofis, melainkan berupaya menyatukan kedua dimensi tersebut dalam suatu kerangka pemikiran yang holistik, kajian tersebut menekankan bahwa pemahaman yang mendalam tentang nilai-nilai spiritual dan pemikiran filosofis dapat membantu individu mengatasi konflik batin, meningkatkan kualitas kehidupan spiritual, dan memperkuat hubungan dengan Allah SWT.²¹

Beberapa penelitian menunjukan bahwa ngaji filsafat tidak hanya hadir sebagai forum kajian intelektual, namun juga menjadi ruang refleksi untuk mencari makna hidup, memberikan ketenangan batin, serta

¹⁹ Selfi Okta Rahmadini et al., "Implikasi Filsafat Ilmu Dan Relevansinya Dalam Kehidupan Sehari-Hari", *Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Agama Islam*, Vol.3, no.2, (2025), 214.

²⁰ Kamaruddin Mustamin et al., "Recontextualizing Classical Philosophy In Islamic Public Sphere: Fahrudin Faiz's Ngaji Filsafat As a Postmodern Pedagogical Practice", Vol.21, No.2, (2025), 432.

²¹ Puja Dikusuma Mardiana et al., "Integrasi Pendekatan Spiritual-Filosofis Dalam Kajian Filsafat Fahrudin Faiz Sebagai Metode Dakwah Terapeutik", *Jurnal Al-Nahyan*, Vol.2, No.1, (2025), 21.

meningkatkan aspek spiritualitas. Oleh karena itu penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan guna memahami secara mendalam bagaimana pengalaman mengikuti ngaji filsafat berkontribusi terhadap pembentukan spiritual *well-being* jamaah.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana gambaran fenomena ngaji filsafat di Masjid Jendral Sudirman Yogyakarta?
2. Bagaimana kontribusi ngaji filsafat terhadap pembentukan spiritual *well-being* jamaah Masjid Jendral Sudirman?

C. Tujuan Dan Signifikansi Penelitian

Fokus penelitian ini ialah menggambarkan secara mendalam tentang fenomena ngaji filsafat di masjid Jendral Sudirman Yogyakarta, beberapa aspek yang coba di gambarkan dalam penelitian ini berkaitan dengan bentuk pelaksanaan, motivasi para jamaah mengikuti kajian, serta pengalaman jamaah selama mengikuti kajian. Selain itu penelitian ini juga bermaksud mengetahui dan menganalisis secara mendalam bagaimana fenomena ngaji filsafat memberikan kontribusi terhadap pembentukan spiritual *well-being* jamaah nya.

Penelitian ini juga diharapkan berkontribusi secara teoritis terhadap integrasi filsafat dan kajian Islam yang secara khusus berkaitan dengan pembentukan spiritual *well-being* yang berbasis pada psikologi postitif yang masih jarang dikaji, penelitian ini dapat mengisi celah tersebut dan menjadi tambahan dalam wacana akademik di dalam kajian-kajian tersebut.

Secara praktis penelitian ini juga diharapkan mampu menambah rujukan bagi lembaga pendidikan Islam secara umum dan lembaga pengelolaan masjid secara khusus dalam merancang kegiatan-kegiatan edukatif yang mampu menarik minat masyarakat yang nantinya berimplikasi positif terhadap kesejahteraan spiritual maupun psikologis masyarakat.

D. Kajian Pustaka

Bagian ini memuat uraian secara sistematis tentang hasil penelitian terdahulu (*prior research*) yang relevan dengan persoalan yang akan dikaji dalam tesis, diantara beberapa penelitian terdahulu yang relevan ialah:

Penelitian oleh Neli Rahmah menunjukkan bahwa kegiatan ngaji filsafat di Masjid Jendral Sudirman telah mampu mengubah paradigma masyarakat tentang filsafat, yang tadinya mengaggap filsafat menyesatkan berubah ke pemahaman bahwa filsafat dapat mendekatkan individu dengan Tuhan.²² Sedangkan penelitian dari Agustina menunjukkan bahwa santri memaknai ngaji filsafat sebagai pergeseran dari pemikiran tradisional menuju cara berpikir yang lebih hakiki dan inovatif. Pemaknaan tersebut berbeda-beda tergantung pada latar belakang pendidikan, pemahaman agama, dan minat intelektual masing-masing.²³ Adapun dari penelitian Achmad Arifin dkk menerangkan bahwa semakin sering penonton

²² Neli Rahmah, Fenomena Masjid Sebagai Ruang Berfilsafat (Studi Analisis Resepsi Ngaji Filsafat di Masjid Jendral Sudirman Yogyakarta), *Tesis* Fakultas Ushuluddin Dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2023.

²³ Agustina, "Pengalaman Keagamaan Jamaah Ngaji Filsafat Masjid Jendral Sudirman Yogyakarta" *Jurnal Pendidikan Transformatif (JPT)*, Vol.2, no.2, (2024): 147.

mengikuti tayangan ngaji filsafat, semakin tinggi tingkat kebijaksanaan yang mereka respons.²⁴

Penelitian dari Velida menunjukkan bahwa penyampaian konsep filsafat cinta Jalaluddin Rumi melalui konten “ngaji filsafat” di kanal youtube MJS channel mampu memperluas dan memperdalam wawasan para penontonnya.²⁵ Sedangkan penelitian Audhafareza Akbar menunjukan bahwa dari tiga video yang di analisis diketahui mengandung wacana dakwah tentang hakikat cinta yang sebenarnya.²⁶ Penelitian dari Bayu Jati juga menunjukan bahwa dakwah ngaji filsafat melalui instagram terbilang efektif untuk memotivasi hijrah ke arah lebih baik, seperti dapat meningkatkan pemahaman religiusitas, nilai-nilai kehidupan, berbenah diri, dan refleksi diri, meningkatkan khazanah wawasan pengetahuan, serta menciptakan gerakan perubahan.²⁷

Penelitian dari Machin juga menjelaskan bahwa ngaji filsafat memberikan dampak positif seperti menambah wawasan intelektual, dan wawasan keagamaan. Selain itu penelitian ini juga menjelaskan bagaimana relasi agama dan filsafat dalam ngaji filsafat terlihat dalam argumen

²⁴ Achmad Arifin et al., "Hubungan Menonton Tayangan Video Ngaji Filsafat Akun Youtube MJS Channel Dengan Respons Kebijaksanaan Viewers", *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*, Vol.21, no.2, (2022): 65.

²⁵ Velida Apria Ningrum, "Exploring Jalaluddin Rumi's Philosophy of Love through YouTube Content “Ngaji Filsafat” on MJS Channel", *Jurnal Pengetahuan Tentang Ilmu Dan Hikmah*, Vol.9, no.1, (2024): 21–38.

²⁶ M. Audhafareza Akbar, Analisis Wacana Dakwah Ngaji Filsafat Cinta Dr. Fahrudin Faiz Di Youtube MJS Chanel, *Tesis Fakultas Ushuluddin Dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta*. 2024.

²⁷ Bayujati Prakoso, "Instagram Message Acceptance Of Ngaji Filsafat Preaching Through", *Diakom: Jurnal Media Dan Komunikasi*, Vol.3, No.1, (2020), 9.

filosofis yang memperkuat dalil-dalil keagamaan.²⁸ Selanjutnya penelitian dari Tia Sari yang menjelaskan bahwa kehadiran sosok Fahrudin Faiz sangat penting dalam mempopulerkan ngaji filsafat, keberadaannya tidak hanya memberi sumbangsih intelektual tapi juga membentuk citra dan simbol.²⁹ Penelitian dari Sugeng Purwanto dkk juga menjelaskan bahwa Fahrudin Faiz berhasil menyampaikan pengajian filsafat dalam suasana perkuliahan. Strategi retorikan yang menggunakan kiasan, perumpamaan, ironi, alusio digunakan dengan sangat baik dalam penyampaian kajian.³⁰

Sedangkan penelitian dari Ambiro Puji menjelaskan bahwa ngaji filsafat tidak hanya berperan sebagai kajian keagamaan, tetapi juga ruang keilmuan yang terbuka terhadap perbedaan. Nilai-nilai pancasila tercermin melalui sikap saling menghargai, kepedulian sosial, dan penghormatan diinternalisasi jamaah dari kajian-kajian di forum ngaji filsafat.³¹

Berdasarkan keseluruhan penelitian terdahulu dapat dilihat bahwa kajian tentang ngaji filsafat telah berkembang pada aspek persepsi, pemaknaan, dan media. Namun masih terdapat keterbatasan penelitian yang meneliti pengalaman jamaah ngaji filsafat yang berkaitan secara langsung dengan spiritual well-being. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya

²⁸ Machin, "Relasi Filsafat Dan Agama Dalam Ngaji Filsafat Masjid Jendral Sudirman Yogyakarta" (Tesis: Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2024), 81.

²⁹ Tia Sari, "Komodifikasi Ngaji Filsafat Di Masjid Jendral Sudirman (MJS) Yogyakarta" (Tesis: Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta, 2024), 121.

³⁰ Sugeng Purwanto et al., "Serat Siti Jenar: Retorika Dr. Fahrudin Faiz Dalam Ngaji Filsafat", *Jurnal Studi Al Quran Dan Keislaman*, Vol.5, No.1, (2021), 92.

³¹ Ambiro Puji Asmaroini and Ardhana Januar Mahardhani, "The Role of Mosque for Internalizing Pancasila through Ngaji Filsafat in MJS Yogyakarta", *Al-Adabiya: Jurnal Kebudayaan Dan Keagamaan*, Vol.15, No.2, (2020), 283.

mengisi kekosongan tersebut melalui pendekatan fenomenologi yang menggali pengalaman batin jamaah secara mendalam.

E. Kerangka Teori

1. Konsep *Spiritual Well-Being*

Konsep *well-being* merupakan gagasan yang berasal dari psikologi positif. Kajian ini menekankan hal-hal yang bernilai dalam hidup seperti optimisme, kesejahteraan, kebijaksanaan, kesehatan serta kemampuan memanfaatkan potensi diri secara menyeluruh.³² Pada tahun 1960 pemerintah Amerika mengembangkan gerakan *social indicators* untuk melihat kualitas hidup melalui pencapaian materi dan kesehatan, meskipun indikator menunjukkan adanya peningkatan namun disatu sisi terjadi krisis sosial seperti alienasi, penyalahgunaan narkoba, dan konflik keluarga tetap meningkat. Hal ini kemudian yang menyebabkan Ellison mengembangkan *spiritual well-being scale*, karena ia menganggap kualitas hidup tidak cukup hanya melihat aspek materi dan fisik namun juga mencakup aspek spiritual.³³

Pada dekade 1980-an hingga 1990-an, kajian mengenai *spiritual well-being* mengalami perkembangan yang signifikan. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan spiritual memiliki hubungan positif dengan aspek kesehatan mental maupun fisik, termasuk

³² Irma Yuliani, "Konsep Psychological Well-Being Serta Implikasinya Dalam Bimbingan Dan Konseling", *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, Vol.2, No.2, (2018), 51.

³³ Raja Oloan Tumanggor, "Analisa Konseptual Model Spiritual Well-Being Menurut", *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, Vol.3, No.1, (2019), 44.

kebahagiaan, optimisme, ketangguhan. Sepanjang sejarah, spiritualitas dipandang sebagai elemen esensial yang melingkupi seluruh dimensi kehidupan manusia, baik secara individu maupun sosial.³⁴

Konsep spiritual *well-being* pertama kali diperkenalkan pada *White House Conference on Aging* tahun 1971. Selanjutnya, pada tahun 1975, *The National Interfaith Coalition on Aging* (NICA) mendefinisikan *spiritual well-being* sebagai bentuk afirmasi kehidupan yang tercermin melalui hubungan individu dengan dirinya sendiri (*personal*), dengan sesama (*communal*), dengan alam sekitar (*environmental*), serta dengan Tuhan (*transcendental*).³⁵ Sementara itu Ellison (1983) juga berpendapat bahwa, kualitas hidup dapat dipahami melalui tiga dimensi utama, yaitu kesejahteraan material, psikologis, dan spiritual.³⁶

Lebih jauh Ellison (1983) menjelaskan bahwa, spiritual *well-being* merupakan suatu proses dinamis yang menggambarkan hubungan harmonis antara individu dengan Sang Pencipta. Tingkat keharmonisannya sangat bergantung pada upaya pengembangan diri yang dilakukan secara sadar dan sengaja. Pengembangan ini biasanya berpijak pada kesalaran antara pengalaman hidup yang bermakna, tujuan hidup, serta nilai-nilai pribadi. Proses tersebut juga menjadi bentuk tantangan diri yang sering diwujudkan melalui meditasi atau perenungan,

³⁴ Raja Oloan Tumanggor, "Analisa Konseptual Model Spiritual Well-Being Menurut", *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, Vol.3, no.1, (2019): 43.

³⁵ John Fisher, "Selecting the Best Version of SHALOM to Assess Spiritual Well-Being", *Religions*, Vol.7, no.5, (2016): 6.

³⁶ Raja Oloan Tumanggor, "Analisa Konseptual Model Spiritual Well-Being Menurut", *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, Vol.3, no.1, (2019): 44.

sehingga menghasilkan perasaan bahagia yang dirasakan secara internal.³⁷

Konsep spiritual *well-being* kemudian dikembangkan lagi oleh Fisher (1993) dengan memadukan konsep yang dikemukakan oleh NICA dan Ellison, Fisher mendefinisikan, spiritual *well-being* sebagai suatu kondisi yang mencerminkan perasaan, tindakan, dan pemikiran positif terkait hubungan individu dengan diri sendiri, sesama, lingkungan, serta aspek transendental (Tuhan). Keadaan ini pada akhirnya memberikan seseorang rasa identitas, kepuasan, kebahagiaan, cinta, penghargaan, sikap positif, kedamaian batin, keharmonisan, dan arah hidup yang jelas.³⁸

2. Komponen Utama *Spiritual Well-Being*

Adapun komponen utama dalam spiritual *well-being* atau kesejahteraan spiritual yang dijelaskan oleh Ellison mencakup dua dimensi yakni *Religious Well-Being* (RWB) dan *Existential Well-Being* (EWB). *Religious Well-Being* berkaitan dengan kualitas hubungan individu dengan kekuatan tertinggi, yaitu Tuhan, yang merepresentasikan dimensi vertikal dari kesejahteraan spiritual. Sebaliknya, *Existential Well-Being* mencerminkan aspek psikososial yang berhubungan dengan bagaimana individu menetapkan tujuan hidup, memaknai kehidupannya

³⁷ Craig W. Ellison, "Spiritual Well-Being: Conceptualization and Measurement", *Journal of Psychology and Theology*, Vol.11, no.4 (1983): 227.

³⁸ Raja Oloan Tumanggor, "Analisa Konseptual Model Spiritual Well-Being Menurut", *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, Vol.3, no.1, (2019): 46.

serta berelasi dengan orang lain, sehingga dianggap sebagai dimensi horizontal dari kesejahteraan spiritual. Kedua dimensi ini secara inheren melekat dalam diri manusia.³⁹

Sedangkan menurut Fisher melalui *grounded theory* komponen utama dalam spiritual *well-being* atau kesejahteraan spiritual terdiri dari empat domain diantaranya sebagai berikut:⁴⁰

a. Domain Personal

Domain personal mencakup interaksi individu dengan dirinya sendiri dalam memaknai arti, tujuan, dan nilai-nilai kehidupan. Kesadaran diri berperan sebagai kekuatan pendorong atau aspek transenden dalam jiwa manusia yang mendorong pencarian identitas serta pembentukan harga diri.

b. Domain Komunal

Domain komunal berkaitan dengan kualitas dan kedalaman interaksi antara individu dengan orang lain, mencakup aspek moral, budaya, dan agama. Domain ini diekspresikan melalui cinta, pengampunan, kepercayaan, harapan, dan keyakinan terhadap nilai-nilai kemanusiaan.

c. Domain *Enviromental*

Domain *Environmental* tidak hanya mencakup perawatan dan pemeliharaan aspek fisik maupun biologis, tetapi juga mencakup rasa

³⁹ Ellison, 'Spiritual Well-Being: Conceptualization and Measurement'.

⁴⁰ John Fisher, "Selecting the Best Version of SHALOM to Assess Spiritual Well-Being", *Religions*, Vol.7, no.5, (2016): 21-22.

kekaguman, pengalaman keajaiban serta kesadaran akan kesatuan dengan lingkungan sekitar.

d. Domain *Transcendental*

Domain *Transcendental* mencakup hubungan individu dengan sesuatu yang berada di luar tingkat manusia, seperti kekuatan kosmis, realitas *transcendental*, atau Tuhan. Domain ini melibatkan keyakinan, penghormatan, dan penyembahan terhadap sumber misteri alam semesta.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Spiritual Well-Being*

Spiritual well-being merupakan kondisi yang mencerminkan keseimbangan antara perasaan, tindakan, dan pemikiran positif terkait hubungan individu dengan diri sendiri, sesama, lingkungan, serta aspek *transcendental* (Tuhan). *Spiritual well-being* memiliki faktor-faktor yang mempengaruhi, beberapa faktor yang mempengaruhi *spiritual well-being* diantaranya:⁴¹

a. Lingkungan Terdekat

Keberadaan orang-orang terdekat menjadi faktor yang dapat mempengaruhi *spiritual well-being* seseorang, Ayah, Ibu, nenek, teman, dan keluarga dapat menjadi faktor utama yang membangun konsep-konsep dalam domain personal dan komunal

⁴¹ Tathik Ambarkati, "Spiritual Well-Being Para Narapidana Perempuan Muslim Dalam Pembinaan Keagamaan Di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II B Yogyakarta" (Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2018), 14.

b. Pemimpin Keagamaan

Pemimpin keagamaan dapat berpengaruh dalam menanamkan nilai-nilai spiritualitas yang lebih baik dan spesifik mengarah pada domain transendental serta kekuatan alam semesta

c. Guru/Pendidik

Guru dapat menjadi faktor yang berpengaruh mengajarkan pengetahuan secara umum dan mengontrol tindakan yang berpengaruh secara spesifik terhadap keempat domain *spiritual well-being* (personal, komunal, environmental, transcendent)

d. Pengalaman Hidup

Pengalaman hidup merupakan fase yang pernah dilewati oleh seorang individu, proses tersebut memberikan kesadaran-kesadaran baru kepada individu guna membentuk kedewasaan mental dan pikiran

Faktor-faktor yang mempengaruhi spiritual well-being menurut Rahmat dkk, menjelaskan beberapa faktor yang mempengaruhi spiritual well-being diantaranya:⁴²

a. Kesehatan Mental

Kesehatan mental merupakan kondisi psikologis individu yang tercermin dari kemampuannya menyesuaikan diri dan mengatasi permasalahan baik yang bersumber dari dalam diri maupun dari lingkungan sekitar, serta ditunjukkan melalui cara berpikir,

⁴² Hayatul Khairul Rahmat et al., "The Influenced Factors Of Spiritual Well-Being: A Systematic Review", *Sociocouns: Journal of Islamic Guidance and Counseling*, Vol.2, No.1 (2022): 50–51.

merasakan, dan berperilaku secara tepat dalam menghadapi berbagai tantangan dan stres kehidupan.⁴³

b. *Spiritual Coping*

Spiritual coping merupakan bentuk upaya individu yang melibatkan berbagai praktik dan ritual keagamaan atau spiritual yang berlandaskan pada hubungan dengan Tuhan, realitas transenden, serta nilai-nilai tertinggi. Strategi ini dimanfaatkan untuk membantu individu mengelola, menghadapi, dan mengatasi kondisi yang menimbulkan stres, penyakit, maupun penderitaan.⁴⁴

c. *Hope*

Hope merupakan dorongan internal yang memberikan semangat bagi individu dalam menjalankan pekerjaannya. Cavus & Gokcen dalam Lukito menjelaskan bahwa *hope* dapat dipahami sebagai energi yang terarah pada pencapaian tujuan serta kemampuan individu dalam menentukan cara atau strategi untuk mencapai tujuan tersebut. Selain itu *hope* memiliki hubungan positif dengan kepuasan hidup, kepuasan kerja, kinerja, serta motivasi individu dalam menghadapi dan mengatasi tantangan.⁴⁵

d. *Mindfulness*

⁴³ Faisal Anwar and Putry Julia, "Analisis Strategi Pembinaan Kesehatan Mental Oleh Guru Pengasuh Sekolah Bersama Di Aceh Besar Pada Masa Pandemi", *Jurnal Bimbingan Konseling*, Vol.7, No.1, (2021): 67.

⁴⁴ Nurlia Ikaningtyas and Talosig T Anunciacion, "Koping Spiritual Pada Penyintas Stroke", *Jurnal Kesehatan*, Vol.13, No.1, (2025): 53.

⁴⁵ Charles Pramudana Lukito, "Hubungan Hope, Self-Efficacy, Resilience, Dan Optimism Dengan Entrepreneurial Intention Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Kristen Petra", *Jurnal Agora*, Vol.6, No.2 (2018): 7715.

Mindfulness merupakan suatu kemampuan atau keterampilan yang memungkinkan individu untuk tetap terfokus serta menyadari setiap pengalaman yang sedang dialami. Konsep mindfulness berakar dari ajaran Buddha yang menekankan pada pemeliharaan perhatian dan kesadaran hingga mencapai keadaan *vipassana*, yaitu kondisi pikiran yang alami dan sederhana. Dengan demikian, individu mampu menerima berbagai pengalaman negatif yang pernah dialami dengan sikap terbuka dan ikhlas, tanpa menyalahkan diri sendiri maupun pihak lain.⁴⁶

e. *Perceived Social Support*

Perceived social support merupakan penilaian individu terhadap ketersediaan dukungan sosial ketika dibutuhkan, di mana individu meyakini bahwa lingkungan sosialnya akan memberikan bantuan pada saat diperlukan. Dukungan sosial yang dipersepsikan ini memiliki pengaruh yang lebih besar bagi penerimanya karena berkaitan dengan perasaan bahwa dukungan tersebut benar-benar telah diberikan serta dirasakan cukup dan sesuai dengan kebutuhan individu.⁴⁷

Kesejahteraan spiritual merupakan aspek fundamental dalam kehidupan manusia yang menggambarkan keseimbangan relasi individu

⁴⁶ Murniati, "Penerapan Mindfulness Untuk Menjaga Kesehatan Mental", *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol.1, No.2, (2020): 64.

⁴⁷ Maria Theresia A. F. Lim and Sandi Kartasasmita, "Dukungan Internal Atau Eksternal: Self-Compassion Dan Perceived Social Support Sebagai Prediktor Stres", *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, Vol.2, No.2, (2018): 554.

dengan dirinya sendiri, sesama manusia, alam sekitar, serta Tuhan. John W. Fisher merumuskan konsep kesejahteraan spiritual ke dalam empat ranah hubungan yang saling berkaitan, dan model ini telah banyak digunakan dalam kajian psikologi serta pendidikan modern. Sementara itu menurut Warlan, Imam Al-Ghazali menegaskan bahwa kesejahteraan spiritual sejati hanya dapat diraih melalui proses penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*) dan upaya mendekatkan diri kepada Allah sebagai tujuan tertinggi kehidupan manusia.⁴⁸ Dalam perspektif Al-Ghazali, kesejahteraan spiritual bertumpu pada empat konsep utama yang mengantarkan manusia pada kebahagiaan sejati, yaitu:⁴⁹

a. Pengenalan Terhadap Allah (*Ma'rifatullah*)

Menurut Al-Ghazali (1058-1111), kebahagiaan sejati tidak terletak pada kenikmatan yang bersifat sementara, melainkan pada ketenteraman yang kekal yang lahir dari kesadaran akan kehadiran Allah. Ma'rifatullah, yaitu pengenalan yang mendalam terhadap Allah, menjadi kunci untuk membebaskan diri dari keterikatan duniawi, menumbuhkan kedamaian batin melalui dzikir dan tawakkal, meraih bentuk cinta tertinggi kepada Allah (*mahabbah ila Allah*), serta menemukan makna hidup yang hakiki⁵⁰

⁴⁸ Warlan Sukandar, "An Analysis Of Fisher's Theory Of Spiritual Well-Being From Al-Ghazali's Perspective", *Empowerment Counseling Journal*, Vol.1, No.1, (2025): 2.

⁴⁹ Ibid., 5-8.

⁵⁰ Al Ghazali, *Kîmiya'al-Sa'adah: Kimia Ruhani Untuk Kebahagiaan Abadi*, terj. Dedi Slamet Riyadi (Jakarta: Penerbit Zaman, 2018): 9.

b. Pengenalan Terhadap Diri (*Ma'rifat al-Nas*)

Pengetahuan diri menurut Al-Ghazali (1058-1111) merupakan proses memahami hakikat manusia yang sesungguhnya, yang tidak terletak pada aspek fisik, melainkan pada jiwa. Ia menjelaskan bahwa kepribadian manusia terdiri atas empat unsur utama, yaitu *ruh*, *qalb*, *aql*, dan *nafs*. *ruh* dipahami sebagai substansi halus yang memungkinkan manusia memahami dan menggerakkan diri, sedangkan *qalb* merupakan pusat spiritual dan esensi sejati manusia. *Aql* merujuk pada kemampuan intelektual untuk memahami hakikat segala sesuatu, sementara *nafs* mewakili dorongan amarah dan keinginan. Semua unsur jiwa manusia *qalb* (hati), *aql* (akal), dan *nafs* (nafsu) diciptakan oleh Allah SWT untuk tujuan dan manfaat tertentu.⁵¹

c. Pengenalan Terhadap Kehidupan Dunia (*Ma'rifat al-Dunya*)

Menurut Al-Ghazali (1058–1111), kebahagiaan juga dapat diraih melalui pemahaman yang tepat terhadap dunia. Kebahagiaan sejati dalam menyikapi kehidupan dunia muncul ketika seseorang memiliki pandangan yang benar tentang hakikat dunia, berhubungan dengannya secara arif berdasarkan prinsip-prinsip Syariah, serta mampu menjaga keseimbangan antara aspek kehidupan material dan spiritual.⁵²

⁵¹ Ibid., 35.

⁵² Ibid., 48.

d. Pengenalan Terhadap Kehidupan Akhirat (Ma'rifat al-Akhirah)

Elemen keempat dari kesejahteraan spiritual menurut al-Ghazali (1058–1111) adalah pemahaman mengenai kehidupan setelah kematian. Dalam pandangan Al-Ghazali, kematian tidak menandai akhir eksistensi, melainkan merupakan gerbang menuju realitas kehidupan yang hakiki (*haqiqat al-hayah*), kembalinya manusia kepada Tuhan (*ma'ad*), serta hari pertanggungjawaban (*yawm al-hisab*). Kesadaran akan hal ini dapat mereduksi ketakutan terhadap kematian dan menumbuhkan ketenangan eskatologis.⁵³

F. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis yang dilakukan pada latar alamiah, berfokus pada pengalaman subjektif mengenai pembentukan *spiritual well-being* jamaah selama mengikuti kegiatan ngaji filsafat di Masjid Jendral Sudirman Yogyakarta. Pendekatan fenomenologis dianggap relevan dalam penelitian ini karena memungkinkan peneliti dalam memahami pengalaman, proses perubahan dan pemaknaan mendalam jamaah ngaji filsafat. Hal ini diperkuat oleh pendapat Littlejohn dalam Abdul Nasir bahwa aspek terpenting dalam kajian fenomenologi ialah, bagaimana seseorang mempersepsi suatu fenomena, reaksi atau respon terhadap pengalaman tersebut, serta arti penting fenomena tersebut bagi subjek.⁵⁴ Adapun sumber

⁵³ Ibid., 58-60.

⁵⁴ Abdul Nasir et al., "Pendekatan Fenomenologi Dalam Penelitian Kualitatif", *Journal Of Social Science Research*, Vol.3, no.5 (2023). 4.

data yang akan dijadikan informan dalam penelitian ini adalah pengurus Masjid Jendral Sudirman serta jamaah yang rutin mengikuti kajian di Masjid Jendral Sudirman Yogyakarta.

Tahap pengumpulan data dalam penelitian ini terlebih dahulu peneliti melakukan observasi ke Masjid Jendral Sudirman Yogyakarta, untuk mengikuti dan mengamati setiap kegiatan yang di adakan oleh pengurus Masjid Jendral Sudirman terutama kegiatan ngaji filsafat dengan maksud untuk memperoleh pemahaman awal mengenai situasi, konteks kegiatan ngaji filsafat, serta karakteristik jamaah yang hadir. Peneliti juga mencatat setiap peristiwa yang ditemukan dilokasi.

Setelah melakukan orientasi kancanah, peneliti kemudian coba melakukan pemetaan terhadap jamaah yang akan dijadikan informan, pemilihan informan dilakukan dengan teknik purposive sampling, kriteria informan yang dipilih yakni pengurus Masjid Jendral Sudirman, serta jamaah yang rutin mengikuti kegiatan ngaji filsafat minimal selama satu tahun dan informan yang pernah aktif. Selain itu informan yang dipilih juga berfokus pada mahasiswa atau anak muda. Berikut latar belakang dan profil para informan:

NO	NAMA	USIA	PROFESI
1	Fijar Pratama	22	Mahasiswa
2	Farida	27	Mahasiswa
3	Muhammad Akbar	24	Mahasiswa
4	Rendi Atmaja	22	Mahasiswa

5	Ahmad Faridi	27	Mahasiswa
6	Sofi Abdul Qodir	22	Mahasiswa
7	Muhammad Fadhil	27	Mahasiswa
8	Ajeng Nurul Hidayah	26	Mahasiswa
9	Nur Wahid	38	Bekerja

Tahap selanjutnya yang akan peneliti lakukan ialah wawancara, setelah menentukan informan peneliti akan melakukan wawancara mendalam guna menggali gambaran pengalaman, proses perubahan serta, dampak yang dirasakan terkait dengan pembentukan spiritual well-being pada informan yang telah dipilih. Teknik pengumpulan data dengan wawancara yang digunakan ialah wawancara semi-terstruktur. Wawancara semi-terstruktur dilakukan dengan daftar pertanyaan sebagai pedoman, namun peneliti dapat menyesuaikannya sesuai respons informan. Pendekatan ini memberikan fleksibilitas sehingga data yang diperoleh lebih mendalam dan komprehensif.⁵⁵

Prosedur analisis data yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada model yang dikemukakan oleh Miles dan Huberman. Menurut mereka, analisis data dalam penelitian kualitatif dimulai dengan proses pengumpulan data, kemudian dilanjutkan dengan reduksi data, yaitu kegiatan memilih, memfokuskan, serta menyederhanakan data agar analisis menjadi lebih

⁵⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif (Untuk Penelitian Yang Bersifat: Eksploratif, Enterpretif, Interaktif, Dan Konstruktif)* (Alfabeta, 2021).

tajam dan terarah. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk uraian naratif, dan pada tahap akhir dilakukan penarikan kesimpulan serta verifikasi.⁵⁶

G. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan dalam penelitian tesis bertujuan untuk memberikan gambaran yang utuh, menyeluruh, dan sistematis mengenai penelitian yang dilakukan. Dengan struktur yang jelas, pembahasan dalam tesis akan lebih mudah dibaca dan dipahami. Oleh karena itu, tesis ini akan disusun dengan sistematika sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan

Bagian ini mencakup latar belakang penelitian, perumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, serta kajian pustaka yang menjadi dasar dalam penelitian ini. Selain itu, bagian ini juga menguraikan teori utama yang digunakan dalam kajian serta menjelaskan metodologi penelitian yang diterapkan selama proses penelitian berlangsung.

BAB II Deskripsi kontekstual dan sosial wilayah penelitian

Pada bab ini akan dipaparkan gambaran umum Masjid Jendral Sudirman yang meliputi: Sejarah berdirinya, struktur kepengurusan Masjid serta akan dijelaskan juga kegiatan-kegiatan di Masjid Jendral Sudirman yang mencakup kegiatan spiritual, intelektual dan sosial

BAB III Paparan data dan Analisis gambaran fenomena ngaji filsafat, dinamika pelaksanaan dan pengalaman jamaah

⁵⁶ Djam'an Satori dan Aan Komariah, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2017), 70.

Pada bab ini akan dijelaskan paparan data temuan serta analisis yang berkaitan dengan latar belakang lahirnya kegiatan ngaji filsafat, tujuan pelaksanaan, bentuk pelaksanaan, tema-tema kajian, motivasi awal jamaah mengikuti kajian, pengalaman emosional dan spiritual jamaah, proses perubahan kesadaran dan cara berfikir jamaah ngaji filsafat Masjid Jendral Sudirman Yogyakarta

BAB IV Paparan data dan analisis dampak fenomena ngaji filsafat terhadap spiritual well-being jamaah

Pada bab ini akan dipaparkan data temuan serta analisis yang berkaitan dengan dampak fenomena ngaji filsafat terhadap spiritual well-being jamaah yang mencakup, domain personal, domain komunal, domain environmental dan domain spiritual

BAB V Penutup

Pada bab ini memuat kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan dan saran dari peneliti untuk Masjid Jendral Sudirman, Panitia pelaksana kegiatan ngaji filsafat dan jamaah ngaji filsafat.

SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan pada penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa ngaji filsafat dapat dilihat sebagai sebuah fenomena baru dalam kajian keagamaan kontemporer. Dalam proses pelaksanaannya mengkombinasikan antara kajian filsafat dan kajian Islam dalam satu ruang pembelajaran yang terbuka dan kontekstual. Keikutsertaan jamaah dalam kegiatan ngaji filsafat tersebut melahirkan perubahan yang bersifat kompleks. Jamaah tidak hanya mendapat ilmu pengetahuan baru, tetapi juga mengalami proses refleksi, terbentuknya kesadaran diri, pemaknaan hidup, perubahan dalam cara berpikir, terbuka terhadap perbedaan, memiliki kepekaan, serta mengalami perubahan dalam beribadah. Motivasi para jamaah ikut dalam forum ini awalnya datang dari rasa ingin tahu yang kemudian berubah menjadi komitmen berkelanjutan, karena adanya pengalaman mendalam dan bermakna yang dirasakan oleh jamaah. Namun meskipun begitu, terdapat juga jamaah yang tidak merasakan perubahan yang lebih mendalam secara signifikan.

Dalam kaitannya dengan spiritual *well-being*, ngaji filsafat berkontribusi terhadap pembentukan empat domain dalam spiritual well-being menurut Fisher. Pertama pada domain personal, ngaji filsafat membantu jamaah meningkatkan kesadaran diri, mengelola emosi, serta menemukan makna dan tujuan hidup. Kedua, pada domain komunal, kegiatan ngaji filsafat mendorong terbentuknya relasi sosial yang lebih

empatik, inklusif, toleran dan suportif. Ketiga, pada domain environmental, kegiatan ngaji filsafat menumbuhkan kesadaran ekologis, serta penghargaan terhadap alam dan kehidupan. Keempat, domain transendental, kegiatan ngaji filsafat memperdalam hubungan jamaah dengan Tuhan melalui pemahaman ibadah yang lebih mendalam dan peningkatan kesadaran spiritual.

B. Saran

Adapun saran yang dapat diberikan yaitu:

1. Bagi Pengelola dan Penyelenggara Ngaji Filsafat

Pengelola diharapkan terus mempertahankan karakter ngaji filsafat sebagai ruang belajar yang inklusif, terbuka, dan reflektif. Keunikan forum ini terletak pada kemampuannya mengkombinasikan kajian ke-Islaman dengan pemikiran filosofis secara terbuka dan kontekstual, oleh karena itu penting untuk menjaga suasana dan model pembelajaran yang demikian.

2. Bagi Forum Kajian Islam dan Masjid

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa model pembelajaran yang menggabungkan kajian Islam dan filsafat yang kontekstual memiliki dapat menjawab kebutuhan spiritual dan eksistensial masyarakat kontemporer. Oleh karena itu, lembaga pendidikan Islam, forum-forum kajian, dan Masjid dapat mengadopsi atau mengadaptasi model serupa dalam program pembinaan keagamaannya.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini masih memiliki banyak sekali kekurangan dan keterbatasan terutama pada fokus, lokasi dan pendekatan, oleh karena itu penelitian selanjutnya diharapkan untuk, pertama, mengkaji fenomena serupa di komunitas atau lembaga lain untuk memperoleh perspektif yang lebih banyak, kedua, mengkaji dinamika transformasi spiritual dalam jangka panjang untuk memahami keberlanjutan dampak yang ditimbulkan.



DAFTAR PUSTAKA

Buku

- Amsal, Bakhtiar, *Filsafat Ilmu* (Rajawali Pres, 2014)
- Chaplin, P James, *Kamus Lengkap Psikologi* (Raja Grafindo Perrada, 2005)
- Charles Stark, Rodney, and Y. Glock, *American Piety: The Nature of Religious Commitment* (University of California Press, 1974)
- Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional : Mengapa EI Lebih Penting Dari Pada IQ* (Gramedia Pustaka, 2023)
- Frankl, Viktor E., *Man's Search For Meaning* (Mizan Digital Publishing, 2017)
- Faiz, Fahrudin, *Filosof Juga Manusia* (MJS Press, 2020)
- Ghazali, Al, *Kîmiya'al-Sa'adah: Kimia Ruhani Untuk Kebahagiaan Abadi*, ed. by Dedi Slamet Riyadi (Penerbit Zaman, 2018)
- Kompri, *Motivasi Pembelajaran Perspektif Guru Dan Siswa* (Remaja Rosdakarya, 2016)
- Salim, Agus, *Perubahan Sosial: Sketsa Teori Dan Refleksi Metodologi Kasus Indonesia* (Tiara Wacana, 2002)
- Satori, Djam'an, and Aan Komariah, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Alfabeta, 2017)
- Supraja, Muhammad, and Nuruddin Al Akbar, *Alfred Schutz: Pengarusutamaan Fenomenologi Dalam Tradisi Ilmu Sosial* (UGM Press, 2021)
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif(Untuk Penelitian Yang Bersifat: Eksploratif, Enterpretif, Interaktif, Dan Konstruktif)* (Alfabeta, 2021)
- Tarumingkeng, Rudy C, *Teori Motivasi Self-Determination Theory (SDT) Deci Dan Ryan* (RUDYCT e-Press, 2025)

Artikel Jurnal

- Agustina, 'Pengalaman Keagamaan Jamaah Ngaji Filsafat Masjid Jendral Sudirman Yogyakarta' (Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2024)
- Ambarkati, Tathik, 'Spiritual Well-Being Para Narapidana Perempuan Muslim Dalam Pembinaan Keagamaan Di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II B Yogyakarta' (Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2018)

- Amsal, Bakhtiar, *Filsafat Ilmu* (Rajawali Pres, 2014)
- Anoraga, Bhirawa, Najib Kailani, and Aflahal Misbah, 'Cultivating Reflective Islam', *DigitalMuslimReview*, 3.2 (2026), p. 104
- Anwar, Faisal, and Putry Julia, 'Analisis Strategi Pembinaan Kesehatan Mental Oleh Guru Pengasuh Sekolah Bersama Di Aceh Besar Pada Masa Pandemi', *Jurnal Bimbingan Konseling*, 7.1 (2021), p. 67
- Arafat, Yasser, *Wawancara Youtube 'Kilas Balik 10 Tahun Ngaji Filsafat'* (Demangan Baru, 2026)
<<https://www.youtube.com/watch?v=JPIX4dFdrDc&t=440s>>
- Arifin, Achmad Abdul, and Muhammad Nur Kholish Abdurrazaq, 'Hubungan Menonton Tayangan Video Ngaji Filsafat Akun Youtube MJS Channel Dengan Respons Kebijakan Viewers', *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*, 21.2 (2022), p. 65, doi:10.18592/alhadharah.v21i2.7513
- Arifin, Miftahul, and others, 'Inovasi Peran Habl Minal-'Alamdalam Meningkatkan Pendidikan Religius Di Perkumpulan Tani Pemuda Darul Mukmin Sukorejo Pasuruan', *Jurnal Penelitian Ilmiah INTAJ*, 8.2 (2024), p. 124
- 'Arsip Masjid Jendral Sudirman'
<https://mjscolombo.com/unduh#google_vignette>
- Arvani, Moh, and others, 'Spirituality and the Dimension of Transcendence in Mental Health Spiritualitas Dan Dimensi Transendensi Dalam Kesehatan Mental', *Empatheia: Jurnal Psikolog*, 2.2 (2025), p. 44
- Asmaroini, Ambiro Puji, and Ardhana Januar Mahardhani, 'The Role of Mosque for Internalizing Pancasila through Ngaji Filsafat in MJS Yogyakarta', *Al-Adabiya: Jurnal Kebudayaan Dan Keagamaan*, 15.02 (2020), p. 283, doi:10.37680/adabiya.v15i02.510
- Atmaja, Rendi, 'Wawancara' (Demangan, 2026)
- Aula, Najwa Ghinayatul, 'Paradigma Pendidikan Islam Berkelanjutan : Menyatukan Nilai Spiritual Dan Kesadaran Ekologis', *Jurnal Harmoni Nusa Dan Bangsa*, 3.1 (2025), p. 5
- Azah, Nur, and others, 'Penguatan Pembelajaran Al-Qur ' an Melalui Metode Talaqqi Di Pondok Pesantren Terpadu Al-Chodidjah', *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2.1 (2024), p. 4
- Bakitia, Fatin, and others, 'Menerima Takdir : Integrasi Konsep Qadha-Qadar Dan Defense Mechanim Dalam Kesehatan Psikologis Muslim', *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, 3.2 (2026), p. 704
- Budiasningrum, Retno Setya, Jajang Setiawan, and Ali Satri Efendi, 'Pentingnya Pemilihan Metode Pembelajaran Dalam Meningkatkan Minat Belajar Peserta Didik', *EDUCATIONAL: Jurnal Inovasi Pendidikan & Pengajaran*, 5.2

(2025), p. 297

Chaplin, P James, *Kamus Lengkap Psikologi* (Raja Grafindo Perrada, 2005)

Charles Stark, Rodney, and Y. Glock, *American Piety: The Nature of Religious Commitment* (University of California Press, 1974)

Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional : Mengapa EI Lebih Penting Dari Pada IQ* (Gramedia Pustaka, 2023)

Diarang, Ayudhia Diansita, 'Merangkul Jiwa Yang Terluka: Diagnostik Pastoral Konseling Dalam Menangani Kasus Bunuh Diri', *Jurnal Teologi Dan Psikospiritual*, 1.1 (2025), p. 45

Dikusuma Mardiana, Puja, and others, 'Integrasi Pendekatan Spiritual-Filosofis Dalam Kajian Filsafat Fahrudin Faiz Sebagai Metode Dakwah Terapeutik', *Jurnal Al-Nahyan*, 2.1 (2025), p. 22

Ding, Xiaojun, and Feng Yu, 'Philosophical Practice as Spiritual Exercises towards Truth, Wisdom, and Virtue', *Religions*, 13.4 (2022), p. 7

Effendy, Moh Hafid, 'Nilai Ekologis Dalam Peribahasa Madura: Kajian Hermeneutik', *Ghâncaran: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 2024, p. 391, doi:10.19105/ghancaran.vi.17278

Ellison, Craig W., 'Spiritual Well-Being: Conceptualization and Measurement', *Journal of Psychology and Theology*, 11.4 (1983), pp. 330–40

Faiz, Fahrudin, *Filosof Juga Manusia* (MJS Press, 2020)

——, *Sebelum Filsafat* (MJS Press, 2023)

Farida, 'Wawancara' (Papringan, 2026)

Faridi, 'Wawancara' (Sleman, 2026)

Fijar, 'Wawancara' (Demangan, 2026)

Fisher, John, 'Development and Application of a Spiritual Well-Being Questionnaire Called SHALOM', *Religions*, 1.1 (2010), pp. 105–21, doi:10.3390/rel1010105

——, 'Selecting the Best Version of SHALOM to Assess Spiritual Well-Being', *Religions*, 7.5 (2016), pp. 1–12, doi:10.3390/rel7050045

——, 'The Four Domains Model: Connecting Spirituality, Health and Well-Being', *Religions*, 2 (2011), p. 23, doi:10.3390/rel2010017

Fourianalistyawati, Endang, 'Kesejahteraan Spiritual Dan Mindfulness Pada Majelis Sahabat Shalawat', *PSIKIS-Jurnal Psikologi Islami*, 3.2 (2017), p. 80

Frankl, Viktor E., *Man's Search For Meaning* (Mizan Digital Publishing, 2017)

Gelgel, I Putu, 'Membangun Kesadaran Spiritual Dalam Era Modern', *Jurnal*

- Gerakan Semangat Buddhayana*, 3.2 (2025), p. 110
- Ghazali, Al, *Kîmiya'al-Sa'adah: Kimia Ruhani Untuk Kebahagiaan Abadi*, ed. by Dedi Slamet Riyadi (Penerbit Zaman, 2018)
- Hariroh, Syarifah, 'Takdir Dalam Genggaman: Memahami Dan Menerima Ketentuan Ilahi', *Al-Mustla: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman Dan Kemasyarakatan*, 7.1 (2025), p. 282, doi:10.46870/jstain.v7i1.15041
- Hasan, Safira Fauziyah, and others, 'Kajian Komparatif Ilmu Filsafat Dan Agama Serta Relevansinya Terhadap Filsafat Komunikasi Islam', *Jurnal Mudabbir (Journal Research and Education Studies)*, 5.2 (2025), p. 3581
- Hotimah, Husnul, Mei Wulida, and Dina Indriana, 'Perbandingan Efektivitas Metode Pembelajaran Luring Dan Daring Terhadap Pemahaman Siswa', *Jurnal Multidisiplin Ilmu Akademik*, 2.1 (2025), p. 447
- Ikaningtyas, Nurlia, and Talosig T Anunciacion, 'Koping Spiritual Pada Penyintas Stroke', *Jurnal Kesehatan*, 13.1 (2025), p. 53
- Iman, Mujhirul, and others, 'Penerapan Riset Aksi Partisipatif Dalam Meningkatkan Kualitas Pembelajaran Di SD Negeri 060915 Kecamatan Medan Sunggal', *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Sosial, Politik Dan Humaniora*, 4.3 (2025), p. 437
- Indah Rise, Yulius Yusak Ranimpi, and Mariska Lauterboom, 'Konsep Diri, Kesejahteraan Spiritual, Dan Pengalaman Perceraian Orang Tua Pada Remaja: Tinjauan Psikologi Agama', *Journal of Psychology and Social Sciences*, 3.1 (2025), pp. 12–27, doi:10.61994/jpss.v3i1.899
- Irwansyah, Muhammad, 'Wawancara' (Sambi Legi, 2026)
- Iskandar, Halim, 'Understanding Al-Ghazali's Idea of Bliss in the Book of Kimiya'AsSa'adah in Its Importance to Modern Humans', *International Journal of Contemporary Sciences (IJCS)*, 1.5 (2024), pp. 173–82
- Karimah, Ummah, and others, 'Tingkat Kesejahteraan Spiritual Anak Binaan LPKA I Tangerang', *IQRO: Journal of Islamic Education*, 7.2 (2024), p. 367
- Kompri, *Motivasi Pembelajaran Perspektif Guru Dan Siswa* (Remaja Rosdakarya, 2016)
- Kumparan News, 'Fahrudin Faiz: Filsafat Melatih Berpikir Benar, Itu Perintah Agama', 2019 <<https://kumparan.com/kumparannews/fahrudin-faiz-filsafat-melatih-berpikir-benar-itu-perintah-agama-1rEFbx5wNJC/3>>
- Lim, Maria Theresia A. F., and Sandi Kartasasmita, 'Dukungan Internal Atau Eksternal: Self-Compassion Dan Perceived Social Support Sebagai Prediktor Stres', *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 2.2 (2018), p. 554
- Loi, Natsha M., and Di Helen Ng, 'The Relationship between Gratitude, Wellbeing, Spirituality, and Experiencing Meaningful Work', *Journal Psych*, 3.2 (2021),

p. 88

- Lukito, Charles Pramudana, 'Hubungan Hope, Self-Efficacy, Resilience, Dan Optimism Dengan Entrepreneurial Intention Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Kristen Petra', *Jurnal Agora*, 6.2 (2018), p. 7715
- Lutfiah, Siti, and others, 'Mengelola Pikiran Negatif Dengan Teknik Self-Talk , Teknik Reframing Dan Thought Stopping', *Mandub: Jurnal Politik, Sosial, Hukum Dan Humaniora*, 2.3 (2025), p. 232
- Luthfi, Ahmad Muhctar, and Muhammad Rizky Shorfana, 'Peran Sosial Masjid Menara Kudus Sebagai Pusat Keagamaan Dan Budaya Lokal Di Kudus', *Jurnal Inspirasi Pendidikan (AL FIHRIS)*, 3.3 (2025), p. 72
- Machin, 'Relasi Filsafat Dan Agama Dalam Ngaji Filsafat Masjid Jendral Sudirman Yogyakarta' (Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2024)
- Muhammad Akbar, 'Wawancara' (Demangan, 2026)
- Murniati, 'Penerapan Mindfulness Untuk Menjaga Kesehatan Mental', *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 1.2 (2020), p. 64, doi:10.21093/tj.v1i2.4199
- Mustakfibillah, Muhammad, and Kana Safrina Rouzi, 'Rahasia Kesehatan Mental Dalam Islam: Ketika Syukur Menjadi Pilar Kesejahteraan Psikologis', *Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 2.01 (2026), p. 108
- Mustamin, Kamaruddin, and Muhammad Alwi, 'Recontextualizing Classical Philosophy In Islamic Public Sphere: Fahrudin Faiz's Ngaji Filsafat As a Postmodern Pedagogical Practice', 21.2 (2025), p. 432
- Muttaqin, Ahmad, Ustadi Hamsah, and Robby Habiba Abror, 'Muhammadiyah, Sufism, and the Quest for Authentic Islamic Spirituality', *Indonesian Journal of Islam and Muslim Societies*, 13.1 (2023), p. 218
- Nasir, Abdul, and others, 'Pendekatan Fenomenologi Dalam Penelitian Kualitatif', *Journal Of Social Science Research*, 3.5 (2023), p. 4
- Ningrum, Velida Apria, and Nabila Fajriyanti Muhyin, 'Exploring Jalaluddin Rumi's Philosophy of Love through YouTube Content "Ngaji Filsafat" on MJS Channel', *Putih: Jurnal PengetahuantentangIlmu Dan Hikmah*, 9.1 (2024), pp. 21–38
- Nugraha, Dewi Ade, 'Masjid Sebagai Ruang Literasi', *Jurnal Studi Agama-Agama Dan Pemikiran Islam*, 19.1 (2023), p. 17
- 'Observasi' (Demangan Baru, 2026)
- Özdemir, Aysel A, and others, 'The Relationship Between Spiritual Well-Being, Life Satisfaction and Hope in Elderly Individuals in Turkey', *Journal of Religion and Health*, 62.5 (2023), p. 3122
- Padli, Erwin, 'Pesantren Dan Perubahan Sosial (Studi Pesantren Darul Qur'an

- Bengkel, Lombok Tahun 1916-1968)' (UIN Sunan Kalijaga, 2017)
- Pangestu, Kunthiayu Puji, and Moh. Sholeh, 'Gambaran Spiritual Well-Being Pada Anak Broken Home Dengan Riwayat Penyakit Tuberkulosis (TBC)', *Proceedings of PsychoNutrition Student Summit*, 2.1 (2025), p. 268
- Prakoso, Bayujati, 'Instagram Message Acceptance Of Ngaji Filsafat Preaching Through', *Diakom: Jurnal Media Dan Komunikasi*, 3.1 (2020), p. 9, doi:10.17933/diakom.v3i1.71
- Purwanto, Sugeng, Teguh Kasprabowo, and Liliek Soepriatmadji, 'Serat Siti Jenar: Retorika Dr. Fahrudin Faiz Dalam Ngaji Filsafat', *Jurnal Studi Al Quran Dan Keislaman*, 5.1 (2021), p. 92
- Qodir, Sofi Abdul, 'Wawancara' (Demangan Baru)
- Radjendra, Ryan, and others, *Internalisasi Filosofis Kisah Terpuji Nabi Muhammad SAW Dalam Menumbuhkan Akhlak Mulia* (Lampung, 2024)
- Rahmat, Hayatul Khairul, and others, 'The Influenced Factors Of Spiritual Well-Being: A Systematic Review', *Sociocouns: Journal of Islamic Guidance and Counseling*, 2.1 (2022), pp. 50–51, doi:10.35719/sjigc.v2i1.23
- Rizal, Derry Ahmad, and others, 'Masjid Dan Literasi Keagamaan : Studi Analisis Sosiologis Gerakan Literasi Di Masjid Jendral Sudirman Yogyakarta Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta , Indonesia', *Empirisma: Jurnal Pemikiran Dan Kebudayaan Islam*, 33.1 (2024), p. 146, doi:10.51192/annuqud.v2i1.413
- Rogers, Melanie, and others, 'Emotional Well-Being, Spiritual Well-Being and Resilience Ofadvanced Clinical Practitioners in the United Kingdom DuringCOVID-19: An Exploratory Mixed Method Study', *Journal of Nursing Management*, 30.4 (2022), p. 885
- Rong, Huan, and others, 'Spirituality as a Mediator Between Social Support and Benefit Finding Among Advanced Cancer Patients', *Cancer Nursing*, 46.4 (2023), p. 236
- Saekoko, Neti, and Hendrik A.E Lao, 'Peran Pendidikan Agama Kristen Dalam Mencegah Bunuh Diri Pada Generasi Muda', *Jurnal Pendidikan Dan Pemuridan Kristen Dan Katolik*, 2.2 (2025), pp. 1–2
- Sahak, Siti Nabihah Md, and others, 'Spirituality and Nature Connectedness as Mediators Between Exposure to Nature and Psychological Well-Being of School Students', *Environment and Social Psychology*, 9.5 (2024), p. 15
- Salim, Agus, *Perubahan Sosial: Sketsa Teori Dan Refleksi Metodologi Kasus Indonesia* (Tiara Wacana, 2002)
- Sari, Tia, 'Komodifikasi Ngaji Filsafat Di Masjid Jendral Sudirman (MJS) Yogyakarta' (Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2024)

- Satori, Djam'an, and Aan Komariah, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Alfabeta, 2017)
- Sekarputri, Ayunda Larasati, and Wahdi Sayuti, 'Hakikat Ibadah Dalam Islam: Antara Ritual Dan Spiritual (The Essence Of Worship In Islam: Between Ritual And Spirituality)', *Indonesian Journal of Islamic Studies (IJIS)*, 2.1 (2026), p. 292
- Selfi Okta Rahmadini, Salwa Apriliza, and Fadhila Isfa, 'Implikasi Filsafat Ilmu Dan Relevansinya Dalam Kehidupan Sehari-Hari', *Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Agama Islam*, 3.2 (2025), pp. 216–25, doi:10.61132/jmpai.v3i2.991
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif(Untuk Penelitian Yang Bersifat: Eksploratif, Enterpretif, Interaktif, Dan Konstruktif)* (Alfabeta, 2021)
- Suhandoko, 'Inilah Alasan Mengapa Semakin Banyak Orang Yang Tertarik Belajar Filsafat', *VIVA Digital Network* (Jakarta, 2024) <<https://wisata.viva.co.id/loker/9866-inilah-alasan-mengapa-semakin-banyak-orang-yang-tertarik-belajar-filsafat?page=4>>
- Suhartini, Atin, 'Saya Dan Ngaji Filsafat', *Buletin MJS*, 2021 <<https://mjscolombo.com/saya-dan-ngaji-filsafat.html>>
- Sukandar, Warlan, 'An Analysis Of Fisher's Theory Of Spiritual Well-Being From Al-Ghazali's Perspective', *Empowerment Counseling Journal*, 1.1 (2025), p. 2
- Sulthon, Ahmad, 'Falsafah Nusantara Sebagai Jalan Ketiga Antara Falsafah Barat Dan Falsafah Timur', *Esensia*, 17.1 (2016), p. 18
- Supraja, Muhammad, and Nuruddin Al Akbar, *Alfred Schutz: Pengarusutamaan Fenomenologi Dalam Tradisi Ilmu Sosial* (UGM Press, 2021)
- Supriyani, Ani, and Hastangka, 'Kesejahteraan Mental Berbasis Kearifan Lokal Pada Prinsip Feng Shui', *Jurnal Impresi Indonesia (JII)*, 5.4 (2026), p. 3016
- Susanti, Salamah Eka, 'Spiritual Education : Solusi Terhadap Dekadensi Karakter Dan Krisis Spiritualitas Di Era Global', *HUMANISTIKA: Jurnal Keislaman*, 2.1 (2016), pp. 89–132
- Syahgita¹, Najwa Kamellia, and Syamsul Aripin, 'Pemanfaatan Media Sosial Sebagai Sarana Dakwah Dan Pendidikan Islam Bagi Generasi Z Dalam Perspektif Etika Dakwah Digital', *Ta ' Lif: Jurnal Pendidikan Dan Agama Islam*, 1.3 (2025), p. 270
- Tarumingkeng, Rudy C, *Teori Motivasi Self-Determination Theory (SDT) Deci Dan Ryan* (RUDYCT e-Press, 2025)
- Tulus, Angelina, I Made Darmayasa, and Ni Ketut Putri Ariani, 'Hubungan Spiritual Well-Being Dengan Gejala Menopause', *HEALTHY : Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 3.4 (2024), pp. 279–87,

doi:10.51878/healthy.v3i4.4358

Tumanggor, Raja Oloan, 'Analisa Konseptual Model Spiritual Well-Being Menurut', *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 3.1 (2019), pp. 43–53

Wahid, Abdi Winarni, 'Refleksi Diri Dengan Gibbs Reflective Cycle' (Kalla Institute, 2024) <<https://kallainstitute.ac.id/refleksi-diri-dengan-gibbs-reflective-cycle/>>

Wahid, Abdul, and others, *Masjid Di Era Milenial: Arah Baru Literasi Keagamaan* (Center for the Study of Religion and Culture (CSRC), 2019)

Wahid, Nur, 'Ngaji Filsafat Di Masjid (2): Fase Sejarah Masjid Jendral Sudirman Yogyakarta', in *Alif.ID*, 2020 <<https://alif.id/liputan/ngaji-filsafat-di-masjid-2-fase-sejarah-masjid-jendral-sudirman-yogyakarta>>

——, *Wawancara* (Demangan Baru, 2026)

Walikhsan, Adli, and Muhamad Tamanul Iman, 'Krisis Mentalitas Dan Solusi Spiritualitas Islam: Analisis Filsafat Jiwa Al-Raghib Al-Ashfahani', *Journal of Innovative and Creativity*, 6.1 (2026), p. 7224

Yahya, Chusbana Ari, 'Motivasi Mengaji Sebagai Upaya Meningkatkan Kesehatan Spiritual Lansia Binaan KUA Bungkal Ponorogo', *JUSMA: Jurnal Studi Islam Dan Masyarakat*, 4.2 (2025), p. 123

Yakup, Ricki, 'Konsep Syukur Dalam Al-Quran Dan Hadis Perspektif Psikologi Islam', *Jurnal Studia Insania*, 11.1 (2023), p. 35, doi:10.18592/jsi.v11i1.8650

Yuliani, Irma, 'Konsep Psychological Well-Being Serta Implikasinya Dalam Bimbingan Dan Konseling', *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 2.2 (2018), p. 51

Zuhri, Ahmad Minan, Mulawarman Mulawarman, and Petra Kristi Mulyani, 'Urgensi Spiritual Well-Being (SWB) Pada Kelompok Lansia: Systematic Literature Review (SLR)', *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8.3 (2025), pp. 104–19, doi:10.26539/teraputik.833577

Tesis

Agustina, 'Pengalaman Keagamaan Jamaah Ngaji Filsafat Masjid Jendral Sudirman Yogyakarta' (Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2024)

Ambarkati, Tathik, 'Spiritual Well-Being Para Narapidana Perempuan Muslim Dalam Pembinaan Keagamaan Di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II B Yogyakarta' (Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2018)

Padli, Erwin, 'Pesantren Dan Perubahan Sosial (Studi Pesantren Darul Qur'an Bengkel, Lombok Tahun 1916-1968)' (UIN Sunan Kalijaga, 2017)

Website

- Wahid, Nur, 'Ngaji Filsafat Di Masjid (2): Fase Sejarah Masjid Jendral Sudirman Yogyakarta', in *Alif.ID*, 2020 <https://alif.id/liputan/ngaji-filsafat-di-masjid-2-fase-sejarah-masjid-jendral-sudirman-yogyakarta>
- Wahid, Abdi Winarni, 'Refleksi Diri Dengan Gibbs Reflective Cycle' (Kalla Institute, 2024) <https://kallainstitute.ac.id/refleksi-diri-dengan-gibbs-reflective-cycle/>
- Suhandoko, 'Inilah Alasan Mengapa Semakin Banyak Orang Yang Tertarik Belajar Filsafat', *VIVA Digital Network* (Jakarta, 2024) <https://wisata.viva.co.id/loker/9866-inilah-alasan-mengapa-semakin-banyak-orang-yang-tertarik-belajar-filsafat?page=4>
- Suhartini, Atin, 'Saya Dan Ngaji Filsafat', *Buletin MJS*, 2021 <https://mjscolombo.com/saya-dan-ngaji-filsafat.html>
- Jurniati, Ana, 'Booming Anak Muda Menggemari Belajar Filsafat', *Majalah Tempo* (Jakarta, 2024) <https://www.tempo.co/newsletter/booming-anak-muda-menggemari-belajar-filsafat--709534>
- Kumparan News, 'Fahrudin Faiz: Filsafat Melatih Berpikir Benar, Itu Perintah Agama', 2019 <https://kumparan.com/kumparannews/fahrudin-faiz-filsafat-melatih-berpikir-benar-itu-perintah-agama-1rEFbx5wNJC/3>
- 'Arsip Masjid Jendral Sudirman' https://mjscolombo.com/unduh#google_vignette

Wawancara

- Atmaja, Rendi, 'Wawancara' (Demangan, 2026)
- Farida, 'Wawancara' (Papringan, 2026)
- Faridi, 'Wawancara' (Sleman, 2026)
- Fijar, 'Wawancara' (Demangan, 2026)
- Muhammad Akbar, 'Wawancara' (Demangan, 2026)
- Wahid, Nur, *Wawancara* (Demangan Baru, 2026)
- Qodir, Sofi Abdul, 'Wawancara' (Demangan Baru, 2026)
- Ahmad Fadhil, 'Wawancara' (Sambi Legi, 2026)

Ajeng Nurul Hidayah, Wawancara, (Seturan, 2026)

