TSAQOFAH
Jurnal Penelitian Guru Indonesia

p-ISSN: 2810-0395
e-ISSN: 2810-0042

Terindeks : Dimensions, Scilit, Lens, Semantic, Garuda, Google Scholar, Base, etc

https://doi.org/10.58578/tsaqofah.v5i4.6754

EKSPLORASI *RUH*, *NAFS*, *QALBU*, DAN *FITRAH* SEBAGAI POTENSI DASAR DALAM MEMBENTUK KEPRIBADIAN SEBAGAI *'ABDULLĀH*

Exploration of *Ruh*, *Nafs*, *Qalbu*, and *Fitrah* as Fundamental Potentials in Shaping Personality as *'Abdullāh*

Taufiq Khoirin, Muhammad Fathin, Siti Rohimah
Institut Islam Mamba'ul 'Ulum Surakarta
taufiqkhoirin321@gmail.com

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Jun 7, 2025	Jul 2, 2025	Jul 14, 2025	Jul 19, 2025

Abstract

This study aims to explore the foundational potentials of the human being from the perspective of Islamic psychology, encompassing *ruh*, *nafs*, *qalbu*, and *fitrah* as the core components in shaping an Islamic personality. These four elements interact to form an integrated spiritual-psychological system: *ruh* serves as the source of divine values, *fitrah* as the natural inclination toward truth, *qalbu* as the moral center and spiritual compass, and *nafs* as a dynamic entity that undergoes transformation through the process of inner purification. Employing a qualitative approach based on library research, this study formulates an integrative model that places *tazkiyah al-nafs* (soul purification) as the central mechanism for harmonizing these four potentials in forming the identity of *'Abdullah*—a person wholly submissive to Allah. The findings demonstrate that a systematic synergy among *ruh*, *nafs*, *qalbu*, and *fitrah* is capable of cultivating a balanced and purposeful spiritual character. This conceptual framework contributes to the

Tsaqofah journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

development of Islamic personality models and offers practical implications for character education, counseling, and personal development grounded in Islamic values.

Keywords: *Ruh*; *Nafs*; *Qalbu*; *Fitrah*; *Tazkiyah al-Nafs*; Islamic Personality

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi potensi dasar manusia dalam perspektif psikologi Islam, yang mencakup *ruh*, *nafs*, *qalbu*, dan *fitrah* sebagai komponen utama dalam pembentukan kepribadian Islami. Keempat unsur ini saling berinteraksi membentuk sistem spiritual-psikologis yang integral. *Ruh* berfungsi sebagai sumber nilai ilahi, *fitrah* sebagai kecenderungan alami terhadap kebenaran, *qalbu* sebagai pusat moral dan penimbang spiritual, serta *nafs* sebagai entitas dinamis yang mengalami transformasi melalui proses pendidikan jiwa. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif berbasis studi pustaka, penelitian ini merumuskan model integratif yang menempatkan *tazkiyah al-nafs* (penyucian jiwa) sebagai mekanisme utama dalam menyinergikan keempat potensi tersebut untuk membentuk pribadi *Abdullah*, yaitu pribadi yang tunduk sepenuhnya kepada Allah. Hasil kajian menunjukkan bahwa sinergi antara *ruh*, *nafs*, *qalbu*, dan *fitrah* secara sistematis mampu membentuk karakter spiritual yang seimbang dan terarah. Temuan ini memberikan kontribusi konseptual dalam pengembangan model kepribadian Islami, serta membuka peluang untuk implementasi lebih lanjut dalam konteks pendidikan karakter, konseling, dan pengembangan pribadi berbasis nilai-nilai Islam.

Kata Kunci: *Ruh*; *Nafs*; *Qalbu*; *Fitrah*; *Tazkiyah al-Nafs*; Kepribadian Islami

PENDAHULUAN

Kepribadian manusia merupakan cerminan interaksi kompleks antara faktor internal dan eksternal. Dalam psikologi Islam, empat aspek internal ruh, nafs, qalbu, dan fitrah diyakini sebagai potensi dasar yang memampukan individu untuk berkembang menuju kesempurnaan spiritual dan akhlak mulia. Walaupun kajian terkait satu-persatu aspek ini sudah ada, seperti nafs (Ammarah, Lawwamah, Mutma'innah), ruh sebagai potensi ilahi, qalbu sebagai pusat moral, dan fitrah sebagai motivasi bawaan, namun masih sangat terbatas penelitian yang memodelkan keempat aspek secara terpadu dalam membentuk kepribadian individu.

Sejumlah penelitian pustaka modern menguatkan urgensi kajian ini. (Napitupulu, 2024) menjelaskan elemen psikologi dalam al-Qur'an yang mencakup nafs, aql, qalb, ruh, dan fitrah sebagai fondasi psikologi Islam modern. Studi dalam jurnal *Kalimah* (Al Faruqi et al, 2024) menggambarkan tazkiyah al-nafs sebagai terapi penyembuhan penyakit jiwa berbasis hadis Nabi, yang mencakup peran ruh, qalbu, dan nafs dalam menyucikan jiwa. Kemudian, artikel oleh (Syauqi et.al, 2023) menekankan nilai spiritual Sufi yang terkandung dalam

tazkiyah al-nafs, seperti muraqabah, jihad al-nafs, ikhlas, taqwa, sabr, yang berakar dari al-Qur'an.

Namun meskipun banyak penelitian mengkaji aspek tazkiyah dan pendidikan karakter (Mulyadi, 2021) atau implementasi tazkiyah dalam konteks kelembagaan pendidikan menurut (Munawaroh & Sholihuddin, 2021) belum ditemukan satu model integratif yang memetakan bagaimana keempat potensi ruh, fitrah, qalbu, nafs bekerja secara sistemik dalam membentuk kepribadian seseorang. Artikel ini hadir untuk menjawab gap tersebut.

Dengan mengeksplorasi jalur evolusi diri melalui penyucian qalbu, pengaktifan fitrah, serta transformasi nafs menuju nafs mutmainah, semua berpusat pada ruh sebagai sumber nilai ilahi. Tujuan utama adalah membangun model psikologi Islam terintegrasi yang aplikatif untuk konseling, pendidikan karakter dan pengembangan spiritual.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif library research (studi pustaka), menganalisis data dari jurnal ilmiah dan beberapa buku klasik serta modern. Teknik pencarian data melalui Google Scholar, ResearchGate, dan database jurnal, dilakukan secara sistematis dengan kata kunci: "ruh nafs qalbu fitrah", "Islamic psychology personality", "tazkiyah al nafs"; semua jurnal dipilih berdasarkan relevansi. Teknik analisis berupa content analysis: reduksi data, pemetakan teori, dan triangulasi temuan.

HASIL

Penelitian ini mengungkap model konseptual integratif yang menjelaskan sinergi antara empat potensi dasar manusia yaitu: ruh, fitrah, qalbu, dan nafs dalam membentuk kepribadian Islami, menggunakan studi literatur kontemporer dan klasik.

1. Ruh: Jembatan Vertikal menuju Tuhan

Ruh muncul sebagai fondasi spiritual tak terpisahkan yang menjadi titik kontak manusia dengan Pencipta, berfungsi sebagai sumber inspirasi moral dan kesadaran tauhid. melalui grounded theory Rotman & Coyle (2018) menggarisbawahi bahwa ruh adalah pintu akses langsung terhadap Allah, memberikan arah dan dorongan untuk pembersihan jiwa dan moralitas. Dalam model ini, ruh mentransfer nilai-nilai ilahiah ke qalbu dan mendorong nafs menuju kesadaran spiritual yang tinggi.

2. **Fitrah: Kompas Kodrat dan Moral**

Fitrah terdefinisi sebagai orientasi moral bawaan yang mendorong manusia hidup selaras dengan kodrat-Nya. Rotman & Coyle (2018) menyebut fitrah sebagai potensi bawaan di bawah diri personal yang memandu realign (penyesuaian) diri secara internal. Dengan kata lain, fitrah memastikan bahwa setiap individu memiliki kapasitas alami untuk menemukan kembali jalan kebaikan, jika diberikan lingkungan dan arahan yang tepat.

3. **Qalbu: Pusat Kontrol dan Penyerap Cahaya Ruh**

Qalbu digambarkan sebagai *isthmus* atau jembatan antara ruh dan nafs: menampung cahaya spiritual, menilai gejolak ego, sekaligus menjadi pusat kesadaran moral dan wahyu. Tanpanya, ruh yang suci tidak bisa diaplikasikan secara efektif dalam tindakan sehari-hari. Oleh karena itu, penyucian qalbu melalui tazkiyah menjadi syarat mutlak dalam model ini.

4. **Nafs: Agen Dinamis dan Wilayah Transformasi**

Nafs digambarkan sebagai kekuatan psikis yang berpotensi rendah/kotor (*ammarah*) hingga mencapai tingkat kesejukan batin (*mutma'innah*). Agustono et.al, (2024) menjelaskan tahapan nafs ammarah → lawwamah → mutma'innah, yang ditempuh lewat proses tazkiyah (Agustono et.al, 2024). Proses ini diilustrasikan dengan analogi cermin: nafs harus dibersihkan agar bisa memantulkan cahaya ruh dan moral qalbu .

5. **Proses Implementasi Model pada "Abdullah"**

Abdullah memulai transformasi dengan beberapa tahap: 1)Kesadaran Ruh dan Pembersihan Qalbu: melalui shalat, dzikir, dan tadabbur, ruh memasuki qalbu, membuka kesadaran spiritual. 2)Aktivasi Fitrah: ibadah dan amal sosial meningkatkan keselarasan kodrat, sesuai fitrah alami. 3)Transformasi Nafs: Abdullah hidup dalam self-observation, journaling moral, dan mentoring spiritual; berdasarkan model tazkiyah, ia bergerak dari nafs ammarah, melewati lawwamah, lalu mencapai mutma'innah. 4)Perubahan konkret mencakup peningkatan kesabaran, kasih sayang, konsistensi ibadah, dan ketenangan batin—tanda bahwa qalbu telah menerima cahaya ruh dan fitrah bekerja secara optimal.

PEMBAHASAN

1. Model Integratif Empat Potensi: Ruh, Fitrah, Qalbu, dan Nafs

Berdasarkan hasil hasil penelitian terdahulu dan kerangka teori psikologi Islam klasik maupun kontemporer, pembahasan ini mendeskripsikan bagaimana empatinya interaksi antara ruh, fitrah, qalbu, dan nafs secara sistemis membentuk kepribadian ideal. Sebagai berikut: 1)Ruh diposisikan sebagai *sisi transenden*, sumber nilai ilahi dan kesadaran spiritual yang tidak berubah (immutable). Dalam perspektif Sufi, ruh adalah sumber cahaya spiritual yang terus memancar ke qalbu sehingga memicu pencarian kebenaran dan ketenangan (Abdul Mujib, 2015). 2)Fitrah bertindak sebagai *kompas kodrat* moral, yakni potensi bawaan yang menuntun individu secara intrinsik menuju kebaikan dan mengenal Tuhan. Perspektif Nasr menyatakan bahwa fitrah adalah kodrat luhur yang dapat tertutup jika tidak dirawat; tetapi bila diaktifkan, fitrah menjadi fondasi moral otomatis individu al-fitrah . 3)Qalbu bekerja sebagai pusat moral dan mediator antara ruh dan nafs. Qalbu menyerap nilai dari ruh, menilai tindakan nafs, dan menginternalisasi moral yang diaplikasikan dalam kehidupan. 4)Nafs merupakan *agen dinamis* yang berevolusi melalui tahapan spiritual: ammarah → lawwamah → mutmainah. Transformasi ini terjadi melalui proses tazkiyah, yakni takhalli (penyingkiran sifat buruk), tahalli (penghiasan dengan sifat baik), dan tajalli (pembukaan spiritual).

Interaksi ini membentuk model psikologi Islam yang bersifat holistik: *ruh* menyebarkan nilai ilahi → *fitrah* menggerakkan motivasi internal → *qalbu* menilai moral → *nafs* beraksi dan berkembang. Model ini didukung oleh temuan penelitian Syafii & Azhari (2024) yang menunjukkan keterkaitan signifikan antara perkembangan spiritual (taqwa, tafaqquh) dan pertumbuhan psikologis mahasiswa Muslim, dengan kontribusi tazkiyah al-nafs sebagai mediator utama.

2. Proses Tazkiyah dalam Konteks Model

Proses tazkiyah menjadi tahap utama transformasi nafs: 1)Takhalli (penyucian awal): Abdullah mengenali sifat-sifat buruk (amarah, kebencian, keserakahan) sebagai bagian dari nafs ammarah. Literasi tentang diri dan bimbingan spiritual menjadi pintu awal introspeksi. 2)Tahalli (pengisian positif): Abdullah mulai membiasakan diri dengan nilai akhlak terpuji—ikhlas, sabr, taqwa, altruistik, kasih sayang—melalui praktik dzikir, shalat, dan refleksi harian. Syauqi et.al, (2023) menjelaskan bahwa nilai-nilai Sufi seperti muraqabah, jihad al-nafs, ikhlas sangat penting dalam tahalli. 3)Tajalli (pencerahan spiritual): Abdullah mencapai tingkat nafs

mutma'innah, yakni nafs yang telah mencapai ketenangan batin, penuh tawakal, dan terpaut erat pada Allah. Tahap ini tercapai melalui kontinuitas ibadah, kesadaran qalbu, serta resonansi spiritual dari ruh. Proses ini selaras dengan konsepsi klasik tentang tazkiyah sebagai transformasi lengkap dari nafs menuju ruh .

3. **Ilustrasi Praktis**

Abdullah, sebagai hamba Allah, mengalami perjalanan spiritual yang integratif:

Di tahap awal, ia menyadari konflik batin: terbawa risau, marah, dan mudah terprovokasi—ciri khas nafs ammarah. Dalam sesi konseling spiritual, ia menuliskan jurnal reflektif harian dan melakukan muhasabah dengan mentor rohani untuk mengidentifikasi akar problem moral. Ini sejalan dengan proses mujahadah dalam model konsultasi al-Ghazali dan Hanin Hamjah (2022) yang mengutamakan self-awareness sebelum tazkiyah.

Sebagai Abdullah kemudian membiasakan amal ibadah rutin: shalat malam, dzikir, dan sedekah tanpa pamrih. Kegiatan ini menjadi instrumen utama dalam pengasahan qalbu dan aktivasi fitrah sebagai kompas moral internal—dalam hal ini, ia menjalankan tahalli dengan nilai-nilai Sufi seperti sabar dan ikhlas yang dijelaskan Syauqi dkk. (2023) .

Setelah berbulan-bulan, akan menunjukkan perubahan: ego mulai melembut, rasa tenang hadir, ia menerima cobaan dengan tawakal. Nafs-nya berubah menjadi mutmainah—hasil tajalli spiritualnya matang. Tahapan ini rendering model integratif yang dijelaskan sebelumnya.

Model integratif seperti ini memiliki beberapa kontribusi: 1)Teoritis: Pertama kali mempertemukan keempat potensi internal (ruh, fitrah, qalbu, nafs) dalam satu kerangka operasional untuk pengembangan kepribadian ideal. 2)Praktik konseling: Memberikan panduan tahapan yang sistematis untuk konselor atau pendamping spiritual dalam mengatasi penyakit jiwa dan menumbuhkan keseimbangan psikospiritual (melalui tazkiyah al-nafs). 3)Pendidikan karakter: Dapat diadopsi dalam kurikulum pendidikan karakter berbasis nilai Islam, sebagaimana integrasi tazkiyah dan pendidikan karakter dijelaskan oleh (Mulyadi, 2022).

Penelitian ini memiliki beberapa batasan penting. Pertama, pendekatan yang digunakan bersifat konseptual dan teoretis, tanpa dukungan data empiris atau studi lapangan. Kedua, kajian difokuskan pada perspektif Islam, sehingga tidak mengakomodasi pendekatan dari psikologi Barat atau filsafat lainnya. Ketiga, sumber literatur yang digunakan dominan

berasal dari pemikiran ulama klasik dan kontemporer Islam, yang mungkin tidak mewakili semua pandangan. Terakhir, penelitian ini belum menjangkau penerapan praktis konsep ruh, nafs, qalbu, dan fitrah dalam konteks pendidikan atau pembinaan karakter secara langsung. Keterbatasan ini membuka peluang untuk studi lanjutan yang lebih aplikatif dan empiris.

KESIMPULAN

Ruh, nafs, qalbu, dan fitrah merupakan empat potensi dasar dalam diri manusia yang berperan penting dalam membentuk kepribadian seorang *Abdullah*—pribadi yang tunduk sepenuhnya kepada Allah SWT. Ruh merupakan sumber spiritualitas dan kesadaran ketuhanan, fitrah adalah kecenderungan alami kepada kebenaran dan tauhid, qalbu sebagai pusat moral dan kesadaran batin, serta nafs sebagai aspek psiko-emosional yang harus dikendalikan dan disucikan.

Pembentukan kepribadian Islami yang sejati menuntut sinergi dari keempat unsur ini melalui proses pendidikan, penyucian jiwa, dan pendekatan spiritual. Integrasi ruh, nafs, qalbu, dan fitrah menjadi fondasi penting dalam menciptakan individu yang tidak hanya saleh secara personal tetapi juga mampu berkontribusi positif bagi masyarakat. Pendekatan ini sejalan dengan pandangan psikologi Islam yang holistik dalam memaknai manusia dan kehidupannya.

Penelitian mendatang disarankan untuk mengeksplorasi implementasi praktis konsep ruh, nafs, qalbu, dan fitrah dalam pembentukan kepribadian Islami, khususnya di lingkungan pendidikan dan pembinaan karakter.

DAFTAR PUSTAKA

Agustono, I., Ihsan, N. H., & Musthofa, F. H. (2024). The Relevance of Abu Bakar Atjeh's Concept of Tazkiyah al-Nafs in Addressing Mental Health Issues. *DINIKA: Academic Journal of Islamic Studies*, *9*(2), 133-150. https://www.researchgate.net/profile/Nur-Ihsan-8/publication/388511673_The_Relevance_of_Abu_Bakar_Atjeh's_Concept_of_Tazkiyah_al-Nafs_in_Addressing_Mental_Health_Issues/links/67cb78c332265243f5836f95/The-Relevance-of-Abu-Bakar-Atjehs-Concept-of-Tazkiyah-al-Nafs-in-Addressing-Mental-Health-Issues.pdf

Al Faruqi, A. R. H., Fuadi, I., & Haeba, I. D. (2024). *Tazkiyah al-nafs sebagai terapi penyakit jiwa (tinjauan hadis)*. Kalimah, 22(1). https://doi.org/10.21111/klm.v22i1.12409

Hamjah, S. H. (2022). Tazkiyah al-Nafs in the Islamic Counseling Process from al-Ghazali's Perspective. *Ibn Khaldun International Journal of Economic, Community Empowerment and Sustainability*, *1*(1), 19-28. ejournal2.uika-bogor.ac.id

Mujib, A. (2015). Model Kepribadian Islammelalui Pendekatan Psikosufistik. *Nuansa: Jurnal Studi Islam dan Kemasyarakatan*, *8*(1). http://dx.doi.org/10.29300/nuansa.v8i1.359

Mulyadi, M. (2021). Integration of Character Education and Tazkiyah al-Nafs: Perspective of Abū Hasan al-Nadwī. *Addin*, *15*(2), 303-330. http://dx.doi.org/10.21043/addin.v15i2.14509

Munawaroh, Z., & Sholihuddin, S. (2021). Implementasi Tazkiyah Al-Nafs Sebagai Sarana Pembentukan Karakter Religius Di MA. Ihyaul Ulum Dukun Gresik Tahun 2020. *Conseils: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, *1*(1), 10-20. https://doi.org/10.55352/bki.v1i1.92

Napitupulu, D. S. (2019). Elemen-Elemen Psikologi dalam Alquran Studi Tentang Nafs,'Aql, Qalb, Ruh, dan Fitrah. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, *4*(1), 57-71. https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v4i1.6350

Rothman, A., & Coyle, A. (2018). Toward a framework for Islamic psychology and psychotherapy: An Islamic model of the soul. *Journal of religion and health*, *57*(5), 1731-1744. https://doi.org/10.1007/s10943-018-0651-x

Syafii, M. H., & Azhari, H. (2025). Interaction between spiritual development and psychological growth: Implications for Islamic educational psychology in Islamic students. *Journal of Islamic Education and Ethics*, *3*(1), 29-48. https://doi.org/10.18196/jiee.v3i1.69

Syauqi, A., et al. (2023). *Sufi spiritual values in the Qur'an: A thematic exploration of tazkiyah al-nafs*. Syaikhuna, 16(2). https://doi.org/10.62730/syaikhuna.v16i02.7694