



## Asketisme dalam Pendidikan Tinggi: Upaya Mahasiswa Mengatasi Budaya Post-Truth Di Era 5.0

Doni Pratama<sup>\*</sup>, Choirul Muna<sup>2</sup>, Gokhan<sup>3</sup>

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Jl. Laksda Adisucipto, Papringan, Caturtunggal, Kec. Depok, Kab. Sleman, Prov. Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia

\*email: [21105010024@student.uin-suka.ac.id](mailto:21105010024@student.uin-suka.ac.id)

### ABSTRACT

*In the 5.0 era marked by the presence post-truth culture, Students thought tends to prioritize rational and empirical perceptions. So that it can have implications for reducing intuition that is purely God-given. However, the essence of humans cannot be separated from the center of existence or God. In this study, the author tries to uncover the facts that develop regarding the conception of Asceticism offered as a value for students to face post-truth Culture. In addition, the author formulates the conception of Asceticism as an alternative solution related to the existence of students who are on the bridge between the world of education and the world of work. The approach used in this study uses an exploratory type that is qualitative-descriptive. Looking at the current reality, it is necessary to have integration and interconnection between several contemporary academics thoughts with the reading of several Islamic thinkers. The results obtained indicate that modern asceticism requires the integration of educational pillars, Mental Building and Zero Mind Process. The implication of the three things that have been stated is that it can minimize actions that are less useful and can also maintain a balance between the relationship between students as humans and God, and realize the role of students as agents of change for the surrounding environment*

**Key word:** Asceticism, Students, Post-Truth, 5.0 era

### ABSTRAK

*Pada era 5.0 yang ditandai dengan hadirnya budaya post-truth, pemikiran mahasiswa cenderung mengutamakan persepsi rasional dan empiris. Sehingga dapat berimplikasi pada mereduksi intuisi yang murni pemberian Tuhan. Akan tetapi, hakikatnya manusia tidak bisa lepas dari pusat eksistensi atau Tuhan. penelitian ini berusaha mengungkap fakta-fakta yang berkembang terkait konsep Asketisme yang ditawarkan sebagai nilai bagi mahasiswa untuk menghadapi budaya post-truth. Selain itu, penulis berusaha memformulasikan konsepsi Asketisme sebagai alternatif solusi terkait eksistensi mahasiswa yang berada pada jembatan antara dunia Pendidikan dan dunia kerja. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan jenis eksploratif yang bersifat kualitatif-deskriptif. Melihat pada realitas saat ini, maka perlu adanya integrasi dan interkoneksi antara pemikiran beberapa akademisi kontemporer dengan pembacaan beberapa pemikir Islam. Hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa asketisme modern memerlukan integrasi pilar pendidikan, Mental Building, dan Zero Mind Process. Implikasi dari tiga hal yang telah tertuang adalah dapat meminimalisir tindakan yang kurang bermanfaat dan juga dapat menjaga keseimbangan antara hubungan mahasiswa sebagai manusia dengan Tuhan, serta mewujudkan peran mahasiswa sebagai agent of change terhadap lingkungan sekitar.*

**Kata Kunci:** Asketisme, Mahasiswa, Post-Truth, era 5.0

## PENDAHULUAN

Dewasa ini, di sekitar kita banyak yang sudah menggaungkan terkait perpindahan era dari 4.0 menuju 5.0. Era Society 5.0 sejatinya menjanjikan hadirnya tatanan kehidupan yang baru bagi masyarakat, segala perilaku masyarakat akan dibuat semudah mungkin dalam upaya memenuhi segala unsur kehidupan. (Fadli, 2021) Tetapi bentuk transformasi keduanya sama-sama masing meninggalkan sebuah persoalan terkait budaya—sebagian juga menyebut era—*post-truth*. Jika dilihat dalam perspektif umum, *post-truth* hadir bersamaan ketika zaman memiliki beragam kemajuan. (Razy & Zakaria, 2021) Majunya peradaban ini banyak sekali memberikan kemudahan bagi umat manusia. Namun, lahirnya era 5.0 tidak secara absolut membuat semua sisi yang ada pada era saat ini berdampak positif. Pastinya dalam beberapa sisi memiliki kecenderungan yang kurang baik. Salah satunya adalah muncul sebuah anomali yang kerap disebut *post-truth*.

Secara definitif, *post-truth* dapat diartikan sebagai sebuah kondisi dimana kebohongan tidak lagi disadari, bahkan lebih jauh dapat menyamar sebagai sebuah kebenaran. Kemudian terdapat sebuah temuan yang menyatakan bahwa selain kebenaran yang semakin mengandung absurditas, era 5.0 juga memiliki masalah terkait kecenderungan tingkat religiusitas yang semakin berkurang dengan meningkatnya kondisi ekonomi seseorang. (Salistia et al., 2021) Kiranya kedua permasalahan adalah masalah kompleks yang bisa dicegah, setidaknya dimulai ketika

seseorang mengenyam Pendidikan tinggi. Ketika seseorang berstatus mahasiswa, ia berdiri pada sebuah jembatan peralihan antara dunia Pendidikan dengan dunia kerja. Struktur baik yang dijalankan mahasiswa ketika mengenyam Pendidikan tinggi, tentu akan memungkinkan—setidaknya—mengurangi persoalan *post-truth* dan terkikisnya religiusitas ketika seseorang telah bekerja (meningkatnya kondisi ekonomi).

Sebuah survei menunjukkan bahwa negara Kenya yang memiliki PDB per kapita paling rendah dari 33 negara yang di survei, memiliki tingkat religiusitas yang tinggi dengan 95% responden meyakini kepercayaan terhadap tuhan berpengaruh pada moral. Sebaliknya, Negara Swedia yang merupakan salah satu negara dengan PDB tertinggi di dunia memperoleh persentase 9% responden yang meyakini kepercayaan tuhan berpengaruh pada moral. (Hakim, 2021) Selain itu, dampak negatif yang ditimbulkan dari adanya perkembangan fasilitas modern pada *post-truth* era menimbulkan perilaku yang konsumtif, membangkitkan ego sektoral yang cenderung *hedonism*, dan menuntun agar melupakan Tuhan. (Nurkhalis, 2014)

Dewasa ini, negara Indonesia yang masih berkembang memiliki tingkat religiusitas yang tinggi. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh *Pew Research Center* yang merujuk pada judul laporan "*The Global God Divide*" tahun 2020, Indonesia sebagai negara religius di dunia dengan persentase 96% responden yang menyatakan seseorang harus beriman untuk dapat bermoral, kemudian 98% responden

menganggap agama penting bagi hidup mereka. Bahkan Indonesia mengalahkan negara Islam di wilayah timur tengah. (Hakim, 2021)

Akan tetapi, tingginya tingkat religiusitas ini tidak sejalan dengan moralitas yang berkembang. Tentu belum hilang dari ingatan bagaimana peristiwa keji terjadi pada tahun 2021, seorang *ustadz* sekaligus pemilik pondok pesantren memperkosakan 12 santriwati hingga hamil, dimana sebagian dari mereka masih dibawah umur. (Okezone, 2021) Kemudian Indeks Persepsi Korupsi (IPK) Indonesia tahun 2020 menunjukkan persoalan korupsi semakin tinggi. Data tersebut menyebutkan bahwa, meskipun IPK Indonesia mengalami penurunan 3 poin dari tahun sebelumnya, namun peringkat Indonesia merosot menjadi 102 dari 180 negara yang dinilai dengan akumulasi skor 37. Persoalan sosial lainnya yang menimbulkan anomali terhadap tingkat religiusitas Indonesia adalah kriminalitas yang tinggi. (Reza, 2014)

Dari keterangan diatas, dapat disimpulkan bahwa religiusitas bagi sebagian orang hanya dianggap sebagai ritual ibadah tanpa adanya pemaknaan dan kehilangan fungsi spiritualnya. (Mannan, 2018) Akibatnya masyarakat Indonesia terjebak pada pola pemikiran yang cenderung mengutamakan persepsi rasional dan empiris sehingga lebih tergiur untuk mengejar hal-hal yang bersifat duniawi. (Maharani, 2017) Kecintaan yang berlebihan terhadap dunia semakin membuat manusia terperosok ke dalam keserakahan dan bisa memicu kejahatan. Oleh karena itu, diperlukan penanaman dan juga

pengimplementasian sifat Asketisme bagi Mahasiswa dalam jenjang Pendidikan tinggi yang dapat menjadi akumulasi *ethos* dan etik untuk mewujudkan kehidupan yang dominan dalam *social good* bukan pada *self good*.

Asketisme sebagai dasar *Islamic spiritual life* seperti keteraturan, kealpaan dosa besar dan kecil, kesabaran dan kesalehan, mencintai dan mengingat Tuhan di mana pun keberadaannya. (Nurkhalis, 2014) Asketisme dalam Islam menurut pandangan Ibnu Khaldun lebih dipersepsikan sebagai zuhud yaitu alienasi diri dari masyarakat dan mengasingkan jiwanya untuk lebih fokus melakukan ibadah mahdah (murni). Namun, dengan hadirnya era 5.0 yang memiliki anomali seperti budaya *post-truth*, perspektif ini harus bisa sedikit dimodifikasi dan menyesuaikan dengan zaman dengan catatan tidak merubah substansi atau hal-hal yang ada, melainkan cara untuk menanamkan sifat inilah yang harus dikemas dengan menarik dan kekinian.

Saat ini tidak sedikit pula penelitian yang mengkaji tentang asketisme, misalnya seperti asketisme dikatakan sebagai *exercice* (latihan) yaitu dalam bentuk disiplin menjaga diri untuk memperoleh kedamaian dan kebahagiaan (Shadiq, 2019). Selanjutnya asketisme ini juga bisa dijadikan sebagai psikoterapi bagi manusia. (Rahayu, 2019) Dikarenakan arus globalisasi yang cenderung merubah baik budaya, sosial, teknologi kultural, hukum, dan bahkan jangkauan politik dengan berkiblat di negara barat (*westernisasi*) yang terkadang bersebrangan dengan *local wisdom*. (Alfadhil et al., 2021) Sehingga sebagai solusi yakni

harus menanamkan sifat menghayati tiap melakukan peribadatan. (Mannan, 2018).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini berusaha mengungkap fakta-fakta yang berkembang terkait konsep Asketisme yang ditawarkan sebagai nilai bagi mahasiswa untuk menghadapi budaya *post-truth*. Selain itu, penulis berusaha memformulasikan konsepsi Asketisme sebagai alternatif solusi terkait eksistensi mahasiswa yang berada pada jembatan antara dunia Pendidikan dan dunia kerja. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan jenis eksploratif yang bersifat kualitatif-deskriptif dan bercorak *pure research*. (Creswell, 2020) Melihat pada realitas saat ini, maka perlu adanya integrasi dan interkoneksi antara pemikiran beberapa akademisi kontemporer dengan pembacaan beberapa pemikir Islam.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Asketisme dan Budaya Post-Truth

Dalam perspektif studi agama-agama dapat dijumpai fenomena keagamaan yang menganjurkan kepada umat beragama untuk penanaman nilai-nilai jiwa keagamaan dan kepercayaan kepada sesuatu yang Maha Gaib. Tujuannya yakni untuk melatih diri sekaligus mempraktekkan kerohanian dengan cara mengendalikan tubuh dan jiwa supaya seseorang mampu mencapai kemurnian dan kebijaksanaan secara rohaniyah. Seperti halnya mempraktikkan sifat asketik. Secara definitif asketisme

merupakan fenomena keagamaan yang berkembang pesat dalam tradisi keagamaan, baik dalam agama-agama wahyu maupun dalam agama-agama budaya, sehingga hampir semua agama memiliki praktek asketik dengan pola yang berbeda-beda. (Syaiful, 2015)

Menurut Dale Cannon, asketisme digolongkan sebagai cara beragama dan dengan pencarian mistik yang menekankan usaha yang disadari untuk mencari realitas mutlak dengan menggunakan disiplin ilmu meditatif. Praktek demikian dapat ditelusuri dari doktrin-doktrin setiap agama. Dalam tradisi Islam, bahasan asketisme dapat ditelusuri dari konsep “zuhud” yang lahir dari tradisi tasawuf. (Huda, 2016)

Konsep asketisme biasanya dipahami oleh para sufi salaf merupakan sikap seseorang yang tidak memprioritaskan hal-hal keduniawian dengan fokus pada peribadatan. (Santosa, 2015) Menurut pandangan Ibnu Khaldun, asketisme merupakan proses mengasingkan diri dari masyarakat dengan tujuan untuk bisa lebih fokus pada ibadah murni (ibadah *madhah*). (Herianti, 2018) Konsep tersebut secara teori merestorasi atau menolak hal-hal yang bersifat duniawi dengan alasan dapat merusak ibadah dan menjauhkan diri dari pusat eksistensi.

Berbeda dengan konsep dari ulama terkemuka yaitu H. Abdul Malik Karim Amrullah atau sering kita kenal dengan Buya Hamka, beliau mengungkapkan konsep tentang asketisme sebenarnya tidak serta merta memisahkan diri dari kehidupan duniawi melainkan sebagai bentuk

perlawanan terhadap ego sektoral, perilaku konsumtif dan *hedonism*. (Ilham, 2014) Hamka juga menegaskan asketisme merupakan perasaan yang berusaha untuk tidak mencintai kemewahan duniawi. Harta boleh dimiliki tetapi diperuntukkan pada hal-hal yang bermanfaat. Asketisme yang dimaksud Hamka lebih kepada sikap sederhana atau tengah-tengah dimana seseorang sudi menjadi miskin dan sudi menjadi kaya asalkan tidak menjadi sebab seseorang melupakan Tuhan.

Dalam teori *Calvinism*, orang-orang yang akan masuk surga adalah mereka yang kaya hidupnya di dunia. (Herianti, 2018) *Calvinism* meyakini bahwa untuk menjadi kaya diperlukan etos kerja yang tinggi. Apabila hal ini sudah direalisasikan, maka seseorang yang memiliki harta berlebih akan lebih mudah untuk berderma. Namun, untuk melakukan hal tersebut memerlukan dorongan spiritual dalam implementasinya. Sebenarnya teori *Calvinism* dan pandangan Hamka memiliki benang merah yang sama dimana seseorang harus berusaha menjalankan kehidupan sebaik mungkin dan tidak melupakan hubungan dengan pusat eksistensi yaitu Tuhan.

Asketisme merupakan proses dari kealpaan menuju keselamatan. Akan tetapi konsep asketisme tidak bisa sepenuhnya diterima oleh masyarakat. Pro kontra asketisme tidak lepas dari cara pandang masyarakat terhadap sufisme yang menjadi promotor konsep asketisme. (Muslihah, 2016) Sufisme dinilai lebih identik dengan orang gila, pengemis, atau orang jalanan. Sebagian masyarakat yang lain memandang sufisme sebagai pemabuk, kafir, syirik,

karena pandangan metafisikanya yang sulit dipahami secara nalar oleh masyarakat. Masyarakat hanya memandang sufisme secara fisikalnya saja.

Secara metafisika, rasionalitas seseorang dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu spiritualitas dan materialitas. (Yulianto, 2014) Spiritualitas berarti mengkaitkan hal apa saja yang terjadi di dunia dengan intuisi. Sedangkan materialitas berarti mengkaitkan hal-hal yang terjadi dengan material yang bisa dinalar dan diterima oleh panca indra. Maka dari itu, wajar saja jika masyarakat yang mengalami budaya *post-truth* memandang asketisme sebagai konsep metafisik yang sulit dipahami karena mereka secara sadar menempatkan rasionalitasnya pada materialitas. (Rudyansjah, 2012)

Menurut Hamka, masyarakat *post-truth* mengagungkan hasil pengembaraan intelektual sehingga tidak mudah bagi mereka untuk menerima system kepercayaan (metafisika). Namun, implikasinya Masyarakat yang hidup dalam *post-truth* memiliki kompleksitas permasalahan diantaranya disintegrasi ilmu pengetahuan, kepribadian yang terpecah, serta adanya penyalahgunaan ilmu pengetahuan dan teknologi. (Imron, 2018) Pengetahuan dunia yang dimiliki masyarakat *post-truth* dilihat secara kuantitatif terlihat mengagumkan, akan tetapi pengetahuan dunia yang dimiliki masyarakat *post-truth* ternyata secara kualitatif bersifat dangkal. Dikatakan dangkal karena masing-masing orang hanya memiliki satu spesialisasi pengetahuan. (Purnamasari, 2019)

Kepribadian yang terpecah dalam hal ini berarti masyarakat *post-truth* krisis

spiritualitas. (Ni'am, 2019) Masyarakat *post-truth* melepaskan diri dari keterikatannya dengan Tuhan (*themorpisme*), kemudian membangun tatanan yang semata-mata berpusat pada manusia (*antromorpisme*). (Sutoyo, 2015) Sebagai akibatnya, masyarakat *post-truth* menjalani kehidupan dengan penuh rasa gelisah dan menjadi kurang percaya diri.

Kemudian, ilmu pengetahuan dan teknologi mulai diarahkan kepada segala implikasi negatif. Ilmu pengetahuan dan teknologi yang awalnya digunakan untuk kebaikan dan kesejahteraan, kini telah disalahgunakan dan berbalik merugikan. Seperti contoh misalnya, kemampuan membuat senjata diarahkan untuk menjajah bangsa lain, kemampuan rekayasa genetika diarahkan kepada jual beli manusia, dan kemampuan lainnya yang merugikan. (Purnamasari, 2019) Tentu hal ini menjadikan sangat jauh dengan peran agama sebagai pengontrol setiap apa yang dilakukan seseorang.

### **B. Asketisme Sebagai Pondasi Intelektual Mahasiswa pada Post-Truth Era**

Pada masa *post truth* seperti sekarang ini, kecerdasan akademik sudah menjadi hal yang lumrah untuk dimiliki. Perkembangan di bidang teknologi yang begitu cepat menjadi buktinya. Di sisi lain, spiritualitas atau intuisi kurang diperhatikan dan malah ditinggalkan. Padahal, spiritualitas merupakan sebuah keniscayaan karena sebagai manusia sangat tidak mungkin bisa lepas dari itu, kesadaran adanya tuhan akan menuntun kepada kedamaian jiwa dan menjadi sebuah motivasi

agar hidup lebih bermakna. (Putra, 2013) Untuk itu, diperlukan pendekatan yang dapat menyadarkan masyarakat (utamanya mahasiswa) yang tenggelam dalam era *post-truth* untuk tidak melupakan sisi spiritualnya. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah dengan menjadikan asketisme sebagai keilmuan yang mempunyai pondasi intelektual.

Selain itu, kontrasnya keilmuan antara sains dan humaniora yang cepat dan dinamis, menjadi sekat pemisah yang susah dipetakan. aliran saintis meyakini bahwa suatu hal itu dapat dipercaya jika ada bukti konkritnya atau hasil, sedangkan aliran humaniora lebih meyakini pada nilai sosial atau moral yang dapat dirasakan bersama. Perbedaan pandangan tersebut dapat memicu konflik yang disebabkan oleh kegagalan dalam memahami.

Emotional Spiritual Quotient (ESQ) merupakan pendekatan yang diperlukan bagi mahasiswa dalam mengimbangi kecepatan ilmu pengetahuan dan meminimalisir konflik baik vertikal maupun horizontal. Dengan adanya keseimbangan Intelektual, Emosional, dan Spiritual, kehidupan yang sedang dan akan dijalani oleh mahasiswa dapat menjadi lebih harmonis dan berdampak pada kebermanfaat masyarakat di era 5.0. Implementasi ESQ telah digunakan oleh kaum Buddhisme. Mereka berpandangan bahwa "*change your mind, change your brain*" yang berarti kesempurnaan akal dapat diubah dengan mengubah pola pikir. Sama halnya dengan asketisme, jika mahasiswa yang kerap dijuluki *Agent of Change* menginginkan untuk

bisa mencapai pada titik tersebut harus melakukan beberapa tahapan supaya dapat terwujud. Adapun tahapan yang dapat dilakukan sebagai berikut.

**a) Pengendalian Prasangka (*Zero Mind Process*)**

Pada *post-truth era* banyak sekali mahasiswa yang mudah terbawa arus atau *trend* yang berkembang dengan tanpa mempertimbangkan dampak yang akan diperolehnya. Seringkali mahasiswa dikendalikan oleh hal-hal yang berada di luar dirinya. Dari situ kemudian kehidupan mahasiswa mudah terjebak pada prasangka negatif. Implikasinya, tidak sedikit saat ini mahasiswa yang tidak bisa tenang, damai, dan akan selalu dihantui oleh kecemasan sehingga dapat mengganggu kondisi kejiwaan.

Permasalahan yang terjadi di masyarakat pada *post-truth era* ialah mereka terjebak dalam pemikiran atau prasangka yang tunggal. Misalnya masyarakat materialis yang secara umum diketahui hanya memikirkan tentang kepentingan mencari materiil sebanyak mungkin, tanpa mau untuk menyeimbangkan kehidupan dunia dengan kehidupan akhirnya. Contoh ekstrem yang satunya ialah ketika kubu spiritualis yang juga seringkali memiliki prasangka bahwa dunia itu tidak penting dan yang harus diutamakan adalah akhirat.

*Zero Mind Process* merupakan pendekatan secara psikologi yang dapat digunakan untuk mewujudkan asketisme. *Zero Mind Process* dilakukan dengan menetralkan pemikiran atau prasangka sehingga tidak hanya condong pada satu sisi

seperti halnya masyarakat materialis atau masyarakat spiritual. (Tambak, 2014) Dengan demikian, sikap keterbukaan, kondusif, dan kooperatif dapat dicapai.

Secara mendasar asketisme dapat dicapai apabila mahasiswa dapat mengendalikan pola pikirnya (*zero mind process*) sehingga tidak menimbulkan prasangka-prasangka negatif. Seperti yang sudah disebutkan sebelumnya, pemikiran masyarakat yang menganggap bahwa religiusitas hanya sebagai ritual ibadah tanpa adanya pemaknaan dan kehilangan fungsi spiritualnya perlu diubah. (Mannan, 2018) Sama halnya dengan mahasiswa pada *post-truth era* dengan pola pemikiran yang cenderung mengutamakan persepsi rasional dan empiris sehingga lebih tergiur untuk mengejar hal-hal yang bersifat duniawi saja dan cenderung menafikan sisi spiritualitas. (Maharani, 2017) Prasangka yang harus dibangun adalah perlu adanya keseimbangan antara rasionalitas dan intuisi. Dengan demikian, pondasi dasar dalam membentuk sifat asketisme pada diri mahasiswa bisa terbentuk lalu lebih diperdalam lagi.

**b) Penekanan pada nilai moral (*Mental Building*)**

Seperti yang dijelaskan sebelumnya, permasalahan manusia pada era 5.0 terletak pada aspek moral karena terlalu fokus pada aspek intelektual. Untuk menumbuhkan kesadaran pada aspek moral maka diperlukan adanya kecerdasan emotional dan spiritual (ESQ). Dana Zohar menjelaskan karakteristik ESQ diantaranya pengenalan

pada motif yang paling dalam, adanya kecerdasan yang tinggi, responsif terhadap diri, mampu memanfaatkan dan mentransendenkan kesulitan, sanggup berdiri menentang atau berbeda dengan kerumunan, enggan mengganggu atau menyakiti, serta mengintegrasikan agama, kehidupan, dan kematian secara spiritual.

Salah satu sarana untuk dapat membangun mental masyarakat adalah melalui pendidikan. (Suwardana, 2018) Oleh karena itu, pendidikan tinggi yang ada sekarang harus bisa beradaptasi agar mahasiswa tidak meneruskan budaya *post-truth* yang masih menjalar. Konsep asketisme yang terkesan sulit dipahami harus bisa melebur dalam kurikulum Pendidikan tinggi. Dengan demikian, penanaman nilai asketisme bisa dilakukan dengan optimal. Karena asketisme perlu dilatih, Seperti yang dikatakan Shadiq, asketisme merupakan *excercise* (latihan) dalam bentuk disiplin menjaga diri untuk memperoleh kedamaian dan kebahagiaan.

Sebenarnya, konsep asketisme memiliki kesamaan dengan pilar pendidikan menurut Islam dan pilar pendidikan menurut UNESCO. Menurut Islam, pilar pendidikan meliputi pendidikan akhlak, pendidikan tauhid, dan pendidikan ibadah. Sedangkan pilar pendidikan menurut UNESCO yaitu *Learning to Know, Learning to Be, Learning to Do, Learning to Life Together*. Untuk menumbuhkan sikap asketisme pada diri mahasiswa, perlu adanya pembiasaan dan pembelajaran yang dilakukan. Gagasan yang dibangun pada penelitian ini adalah melalui aspek atau unsur PPKM (Pemikiran,

Perbuatan, Kebiasaan, Menumbuhkan karakter dan menghasilkan takdir).

### 1.) Pemikiran

Pada tahap yang pertama ini setelah *zero mind process* (prasangka) terbentuk, maka akan mendorong mahasiswa untuk bersifat adaptif ketika harus dihadapkan pada realitas yang terjadi. Penempatan sifat ini agar memudahkan dan mengingatkan pada seseorang bahwa tanggung jawab sebagai umat yang beragama adalah melakukan segala kegiatan sehari-hari agar senantiasa dikaitkan dengan sisi peribadatan.

*Zero mind process* (prasangka positif) ini bertujuan agar saling menyeimbangkan kedua sisi yang sangat penting. Artinya mendukung sepenuhnya agar mengejar kedua-duanya. Seperti sebuah adagium yang masyhur, dikatakan bahwa "carilah harta sebanyak-banyaknya seolah kita akan hidup lama sekali dan beribadahlah sekhushu'nya, seolah-olah besok kita akan mati". Dalam tahap ini intinya adalah penanaman pola pemikiran yang moderat dan antusias terhadap realitas.

### 2.) Perbuatan

Dalam tahap ini, ketika prasangka atau pemikiran terhadap realitas sudah terbentuk, maka akan menuntun kepada mahasiswa agar melakukan sebuah tindakan yang senantiasa bernilai moral dan ibadah. Mahasiswa diharapkan akan selalu terdorong pada sisi positif dan akan memberikan implikasi baik juga pada dirinya sendiri maupun pada lingkungan sekitar. Pada tahapan ini kaitannya dengan

asketisme adalah menyeimbangkan sisi vertikal dan horizontal yang senantiasa ditunjukkan dalam Tindakan-tindakan baik dan memberi nilai positif.

Manfaat dalam menjalankan perbuatan ini maka akan memperoleh banyak hal, dari sisi moral akan mendapatkan respon kebaikan, dari sisi spiritual akan bernilai ibadah dan dari sisi kejiwaan akan mendamaikan hati seseorang tersebut. Maka dengan penanaman tindakan ini akan menjadi semakin terdorong agar mahasiswa berlaku baik dan senantiasa tidak menegasikan kehidupan dengan sisi spiritual.

### **3.) Kebiasaan**

Perbuatan yang dilakukan secara terus menerus atau berulang-ulang akan menjadikan sebuah kebiasaan. Yang mana kebiasaan tersebut akan susah dihilangkan apabila seseorang sudah menyukai dan nyaman melakukannya. Asketisme hadir dalam tahapan ini sebagai pengingat bahwa setiap perbuatan yang dilakukan dapat menjadi kebiasaan dan apabila perbuatan itu adalah kebaikan maka akan menjadi kebiasaan baik dan bernilai ibadah. Maka pada tahap ini dapat memberi manfaat secara kontinyu yang mana akan semakin mendekatkan masyarakat pada sisi spiritual atau dalam kata lain asketisme pada tahap ini sudah dikatakan mulai terwujud.

### **4.) Menumbuhkan karakter dan mengupayakan takdir**

Ketika gagasan tersebut tertanam maka akan memunculkan sebuah perbuatan yang akan mengarah kepada sikap asketisme. Selanjutnya, ketika perbuatan sudah

dilakukan dan terdapat perasaan nyaman maka akan menjadi kebiasaan. Kebiasaan yang dilakukan berulang-ulang maka akan menjadi karakter yang kuat, baik itu hubungannya antar sesama manusia maupun hubungannya dengan pusat eksistensi.

Kebiasaan yang sudah diketahui oleh orang lain, maka akan menjadi sebuah karakter. Seseorang bisa dikatakan rajin apabila orang tersebut melakukan kebiasaan secara terus menerus dan senantiasa tepat waktu. Apabila kebiasaan baik yang dihasilkan dari pola pikir hingga menjadi karakter baik telah terwujud, maka akan menunjukkan bahwa asketisme atau sisi yang tidak meninggalkan unsur akhirat akan terlihat dari tindakan baik yang dapat bernilai ibadah.

Dari karakter inilah yang nantinya akan menentukan nasib atau takdir seseorang. Seseorang akan bernasib baik apabila senantiasa berbuat baik. Seseorang akan mendapatkan pekerjaan yang baik apabila orang tersebut mempersiapkannya dengan baik pula terkait hal yang menjadi penunjang. Dalam ranah peribadatan, seseorang akan bernasib baik (masuk surga), jika semasa hidupnya di dunia senantiasa melakukan amal kebajikan dan juga beribadah secara rutin dan menikmatinya. Dari ilustrasi di atas, integrasi asketisme dalam berbagai aspek kehidupan manusia—salah satunya Pendidikan tinggi—akan menjadikan mahasiswa mendapatkan kebaikan di dunia maupun akhirat. Permasalahan *post-truth* yang terjadi di era 5.0 ini akan terselesaikan bila mengintegrasikan dan mendukung penuh nilai-nilai asketisme dengan cara

mengaitkan segala tindakan mahasiswa yang mengikuti perkembangan zaman menjadi tindakan yang bernilai ibadah. Dari situ kemudian kehidupan mahasiswa dan sekitarnya di era 5.0 akan menjadi lebih baik.

Jika beberapa tahapan di atas dapat dilalui dan dimaknai dengan tepat, maka di era 5.0, budaya *post-truth* bukan menjadi sebuah hambatan untuk melakukan peribadatan dan mengejar dunia. Tantangan

## KESIMPULAN

Pesatnya kemajuan zaman pada era 5.0 ini telah mengantarkan manusia—lebih jauh, mahasiswa—kepada suatu kondisi yang serba mudah untuk mendapatkan akses apapun tetapi juga memiliki kompleksitas permasalahan dalam kehidupan spiritualnya akibat pengaruh budaya *post-truth*. Kondisi demikian menjadi sebab mahasiswa terjebak pada pola pemikiran yang sifatnya rasional dan empiris, bahkan cenderung menafikan nilai-nilai spiritual. Sehingga dikhawatirkan manusia akan dengan mudah meninggalkan Tuhan dan hanya terpaku pada kehidupan duniawi saja. Beberapa mahasiswa atau masyarakat awam, kerap terpapar kesadaran palsu produk *post-truth* dengan menganggap bahwa pusat eksistensi adalah manusia, sehingga tidak mudah bagi mereka untuk menerima sistem kepercayaan dan menganggap bahwa kehidupan materialistik lebih menjanjikan dibanding kehidupan spiritual. Padahal bila mau disadari, kehidupan spiritual akan sangat memiliki pengaruh untuk menghindarkan ilmu pengetahuan dari segala implikasi negatif.

di era 5.0 yang di dalamnya terdapat budaya *post-truth* memanglah sangat berat, namun tidak dipungkiri juga bahwa dengan sungguh-sungguh diusahakan maka akan dapat dilalui dengan baik.

Melihat kompleksitas permasalahan yang terjadi pada masyarakat era 5.0 membuat konsep asketisme sangat diperlukan sebagai alternatif solusi. Konsep asketisme modern ini bukan serta-merta hanya sebagai upaya mengajak mahasiswa untuk fokus pada kehidupan spiritual saja. Asketisme modern pada kehidupan *post-truth* ini lebih menekankan mahasiswa untuk bersikap sederhana dan sudi menjadi kaya ataupun miskin asal hal tersebut tidak menjadi sebab untuk melupakan Tuhan. Harapannya, masyarakat sekitar atau orang-orang yang berada di sekitar mahasiswa akan menjadi terpengaruh ke arah yang lebih baik. Adapun untuk dapat mewujudkan nilai-nilai asketisme pada era 5.0 yang ditandai dengan budaya *post-truth* adalah dengan cara zero mind process dan mental building. Mental building dalam asketisme dapat diwujudkan dengan cara PPKM (Pemikiran, Perbuatan, Kebiasaan, Menghasilkan karakter dan takdir).

## ACKNOWLEDGEMENT

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat kuasa dan izin-Nya penelitian ini dapat dilakukan dan

diselesaikan. Kami sebagai penulis, tentu tidak bisa bekerja dengan optimal tanpa dukungan pihak-pihak terkait. Disini Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada 1.) UKM EXACT UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, yang telah menjadi wadah pertemuan bagi mahasiswa seperti kami yang butuh bimbingan dalam bidang kepenulisan. 2.) Segenap dosen program studi Aqidah dan Filsafat Islam; dan program studi Pengembangan Masyarakat Islam,

yang dengan ikhlas memberikan ilmunya sehingga kami mampu menyelesaikan tulisan ini. 3.) Pihak lain yang terlibat dalam terselesainya penelitian ini.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Alfadhil, D. M., Anugrah, A., & Hasbar, M. H. A. (2021). Budaya Westernisasi Terhadap Masyarakat. *Jurnal Sosial Politika*, 2(2).
- Creswell, J. (2020). *Second Edition Qualitative Inquiry & Research Design Choosing Among Five Approaches*. In *Design: Choosing Among Five Approaches* (Vol. 3, Issue June).
- Fadli, M. R. (2021). Hubungan Filsafat Dengan Ilmu Pengetahuan dan Relevansinya di Era Revolusi Industri 4.0 (Society 5.0). *Jurnal Filsafat*, 31(1), 130–161. <https://doi.org/10.22146/jf.42521>
- Hakim, M. L. (2021). *Agama dan Perubahan Sosial*.
- Herianti. (2018). *Dekonstruksi Pemikiran Sufistik Jalaluddin Rakhmat (Studi atas Pemikiran Sufistik pada Era Transformasi Sosial)*.
- Huda, M. N. (2016). *Dale Cannon dan Gagasan Tentang Agama*. Citra Ilmu, xii.
- Ilham, M. (2014). *Konsep Zuhud Dalam Pemikiran Tasawuf Hamka*. 1–152.
- Imron, A. (2018). *Tasawuf dan Problem Psikologi Modern*. *Jurnal Pemikiran Keislaman*, 29(1), 23–35. <https://doi.org/10.33367/tribakti.v29i1.561>
- Maharani. (2017). *Urgensi Tasawuf Pada Masyarakat Modern Di Desa Talang Jembatan Kecamatan Abung Kunang Lampung Utara*. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Mannan, A. (2018). *Esensi Tasawuf Akhlaki Di Era Modernisasi*. *Aqidah-Ta : Jurnal Ilmu Aqidah*, 4(1). <https://doi.org/10.24252/aqidaht.a.v4i1.5172>
- Muslihah, T. (2016). *Zuhud Menurut fathullah Gulen*. In *Walisongo Institutional Repository* (Vol. 106, Issue 1).
- Ni'am, I. A. (2019). *Peran Pesantren pada Era Post Truth Bagi Remaja Generasi Z dalam Menanamkan Karakter Kejujuran*. *Prosiding Seminar Nasional 2019 "Selamat Datang Era Post Truth : Apa Dan Bagaimana ?,"* 100–111.
- Nurkhalis. (2014). *Postifikasi Asketisme dalam Islam dengan Pendekekatan Paradigma Klasik*

- dan Modern. *Substantia*, 16(2), 217–228.
- Okezzone, T. (2021). Ketika Ayah Korban Pencabulan Guru Pesantren Disodorkan Bayi, Dunia seperti Kiamat. Okezzone.Com.
- Purnamasari, E. (2019). Psikoterapi dan Tasawuf Dalam Mengatasi Krisis Manusia Modern. *El-Afkar: Jurnal Pemikiran Keislaman Dan Tafsir Hadis*, 8(2), 89–102.
- Putra, A. E. (2013). Tasawuf Sebagai Terapi Atas Problem Spiritual Masyarakat Modern. *Al-Adyan*, 8(1), 45–57.
- Rahayu, E. S. (2019). Bertasawuf di Era Modern : Tasawuf sebagai Psikoterapi. *Jurnal Emanasi, Jurnal Ilmu Keislaman Dan Sosial*, 2(2).
- Razy, M. R. O. A., & Zakaria, M. M. (2021). Truth dan Post Truth Dewasa Ini. *XV*, 19–35.
- Reza, I. (2014). “Dekonstruksi Kebenaran” Kritik Terhadap Pandangan Tokoh Dalam Perspektif Psikologi Agama. *Jurnal Ilmu Agama UIN Raden Fatah*, 15(1), 1–19.
- Rudyansjah, T. (2012). Antropologi agama: Wacana-Wacana Mutakhir dalam Kajian Religi dan Budaya. Penerbit Universitas Indonesia (UI-Press).
- Salistia, F., Junaedi, D., Arsyad, M. R., & Romli, M. (2021). Analisis Perilaku Keagamaan Masyarakat Bogor di Era Pandemi. *Dawatuna : Journal of Communication and Islamic Broadcasting*, 1, 16–35. <https://doi.org/10.47476/dawatuna.vii1.474>
- Santosa, N. E. T. I. (2015). Fenomena Pemikiran Islam.
- Shadiq, A. J. (2019). Sikap Asketis dalam Filsafat Stoisisme dan Tasawuf (Studi Komparatif Konsep Apatheia Dengan Zuhud). In Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Sutoyo. (2015). Tasawuf Hamka dan Rekonstruksi Spiritualitas Manusia Modern. *ISLAMICA : Jurnal Studi Keislaman*, 10(1), 10–17. <https://doi.org/10.1145/3132847.3132886>
- Suwardana, H. (2018). Revolusi Industri 4.0 Berbasis Revolusi Mental. *Jurnal Ilmiah Teknik Dan Manajemen Industri*, 1(1), 102.
- Syaiful, H. (2015). Asketisme Dalam Islam Perspektif Psikologi Agama. *Al-Adyan: Jurnal Studi Lintas Agama*, 10(2), 202–215.
- Tambak, S. (2014). Pendidikan Agama Islam: Konsep Metode Pembelajaran PAI.
- Yulianto, R. (2014). Tasawuf Transformatif sebagai Solusi Problematika Manusia Modern dalam Perspektif Pemikiran Tasawuf Muhammad Zuhri. *Teosofi: Jurnal Tasawuf Dan Pemikiran Islam*, 4(564), 1–73.