Tauhid sebagai Pilar Kekuatan Mental dan Spiritual: Refleksi atas Kasus Bunuh Diri Mahasiswa di Era Globalisasi

Rabiatul Awalia*[1], Uli Maika Cita Raradyani Ridwan[2], Vira Prithy Fani[3], M. Amin[4]
Magister Manajemen, Universitas Muhammadiyah Makassar[1,2,3,4]
*e-mail: rabiatulawalia237@gmail.com

ABSTRAK

Tauhid merupakan fondasi utama dalam ajaran Islam yang menegaskan keesaan Allah SWT serta menjadi dasar pembentukan keimanan, akhlak, dan perilaku seorang Muslim. Dalam konteks pendidikan tinggi, khususnya pada mata kuliah Al-Islam dan Kemuhammadiyahan (AIK), pemahaman tauhid memiliki peran strategis dalam membentuk mahasiswa yang tidak hanya unggul secara intelektual, tetapi juga memiliki keteguhan spiritual dan moral. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji pengertian dan hakikat tauhid, peranan tauhid dalam kehidupan sehari-hari, dampak pengamalan nilai-nilai tauhid, tantangan implementasinya di era modern, serta upaya penguatan tauhid dalam kehidupan mahasiswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kepustakaan (library research). Data diperoleh melalui kajian terhadap Al-Qur'an, hadis, buku-buku tauhid dan pendidikan Islam, artikel jurnal ilmiah, serta berita media nasional yang relevan dengan fenomena sosial mahasiswa. Data yang terkumpul dianalisis secara deskriptif-kualitatif untuk menggambarkan keterkaitan antara nilai tauhid dan realitas kehidupan mahasiswa di era modern. Hasil kajian menunjukkan bahwa tauhid tidak hanya berfungsi sebagai konsep teologis, tetapi juga sebagai pandangan hidup yang mengarahkan sikap, pola pikir, dan tindakan mahasiswa dalam kehidupan pribadi, sosial, dan akademik. Pemahaman tauhid yang kuat terbukti mampu menumbuhkan ketenangan batin, sikap tawakal, tanggung jawab moral, serta etos kerja yang berlandaskan kejujuran dan integritas. Namun demikian, implementasi nilai tauhid menghadapi berbagai tantangan, seperti pengaruh materialisme, sekularisme, dan tekanan mental akibat perkembangan teknologi dan budaya modern. Fenomena kasus bunuh diri di kalangan mahasiswa menjadi indikator lemahnya ketahanan spiritual dan krisis makna hidup. Oleh karena itu, penguatan pendidikan tauhid secara sistematis, kontekstual, dan aplikatif menjadi kebutuhan mendesak dalam rangka membentuk mahasiswa yang beriman, tangguh secara mental, dan berakhlak mulia. Artikel ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dan praktis bagi pengembangan pendidikan Islam dan pembinaan karakter mahasiswa.

Kata kunci : kehidupan mahasiswa; kesehatan mental; pendidikan Islam; tauhid

ABSTRACT

Tawhid is the fundamental foundation in Islamic teachings that affirms the oneness of Allah SWT and serves as the basis for the formation of faith, morals, and behavior of a Muslim. In the context of higher education, particularly in the Al-Islam and Kemuhammadiyahan (AIK) course, the understanding of tawhid plays a strategic role in shaping students who are not only intellectually competent but also possess strong spiritual and moral integrity. This article aims to examine the definition and essence of tawhid, the role of tawhid in daily life, the impact of practicing tawhid values, the challenges of its implementation in the modern era, as well as efforts to strengthen tawhid in students' lives. This study employs a qualitative approach using a library research method. Data were obtained through an examination of the Qur'an, hadith, books on tawhid and Islamic education, scholarly journal articles, and national media reports relevant to social phenomena among students. The collected data were analyzed using a descriptive-qualitative approach to illustrate the relationship between tawhid values and the realities of student life in the modern era. The findings indicate that tawhid functions not only as a theological concept but also as a worldview that directs students' attitudes, mindsets, and actions in personal, social, and academic life. A strong understanding of tawhid has been shown to foster inner peace, an attitude of reliance on Allah (tawakkul), moral responsibility, and a work ethic grounded in honesty and integrity. Nevertheless, the implementation of tawhid values faces various challenges, such as the influence of materialism, secularism, and mental pressure resulting from technological advancements and modern culture. The phenomenon of student

suicide cases serves as an indicator of weakened spiritual resilience and a crisis of life meaning. Therefore, strengthening tawhid-based education in a systematic, contextual, and applicative manner is an urgent necessity to form students who are faithful, mentally resilient, and morally upright. This article is expected to contribute both theoretically and practically to the development of Islamic education and student character building.
Keywords : *student life; mental health; Islamic education; tawhid*

PENDAHULUAN

Tauhid merupakan dasar utama dalam ajaran Islam yang menegaskan keesaan Allah SWT dalam segala aspek kehidupan. Pemahaman terhadap tauhid bukan hanya terbatas pada aspek teologis, tetapi juga menjadi fondasi dalam membentuk kepribadian, pola pikir, serta perilaku seorang Muslim. Dalam konteks pendidikan tinggi, khususnya pada mata kuliah *Al-Islam dan Kemuhammadiyahan (AIK)*, pembahasan tentang tauhid memiliki peran penting untuk menanamkan nilai-nilai keislaman yang murni serta memperkuat keimanan mahasiswa terhadap Allah SWT.

Mata kuliah *Al-Islam dan Kemuhammadiyahan* bertujuan untuk membentuk mahasiswa agar memiliki pemahaman yang komprehensif tentang ajaran Islam sesuai dengan tuntunan Al-Qur'an dan Sunnah, sekaligus mengenal dan mengamalkan nilai-nilai perjuangan Muhammadiyah dalam kehidupan sehari-hari. Dalam hal ini, konsep tauhid menjadi inti dari seluruh pembahasan, karena tauhid merupakan sumber dari segala amal saleh dan dasar bagi terbentuknya masyarakat Islam yang berkemajuan.

Pemahaman tauhid dalam AIK juga mengajarkan pentingnya keseimbangan antara hubungan manusia dengan Allah (hablun minallah) dan hubungan manusia dengan sesama (hablun minannas). Melalui penguatan konsep tauhid, mahasiswa diharapkan tidak hanya memahami Islam sebagai sistem keyakinan, tetapi juga mengimplementasikannya dalam bidang akademik, sosial, dan profesional, sebagaimana tujuan utama pendidikan Islam dan semangat dakwah Muhammadiyah untuk mewujudkan masyarakat Islam yang sebenar-benarnya.

METODE

Penelitian ini menggunakan **pendekatan kualitatif** dengan **metode studi kepustakaan (library research)**. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian bertujuan memahami dan menganalisis fenomena tauhid dalam kehidupan mahasiswa secara holistik dan kontekstual tanpa pengukuran statistik, melainkan melalui kajian konsep dan literatur yang relevan. Dalam penelitian kualitatif, peneliti berperan sebagai instrumen utama dalam mengumpulkan, menginterpretasi, dan menyimpulkan data dari berbagai sumber tertulis seperti buku, jurnal, dan dokumen ilmiah yang telah dipublikasi sebelumnya, sehingga peneliti dapat menggambarkan fenomena secara deskriptif dan mendalam. Penelitian ini menggunakan analisis *descriptive qualitative*, yakni analisis yang menampilkan gambaran fenomena berdasarkan data literatur yang diolah dan dijelaskan secara naratif.

Studi kepustakaan adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui peninjauan kritis terhadap sumber-sumber tertulis yang relevan dengan topik penelitian, termasuk buku, artikel, jurnal ilmiah, laporan penelitian, dan dokumen lain yang telah terpublikasi. Teknik ini memungkinkan peneliti untuk memperoleh landasan teori yang kuat serta memahami perspektif sebelumnya terkait konsep tauhid dari kajian akademik. Dengan demikian, metode ini sesuai untuk penelitian yang bersifat konseptual dan teoretis yang berakar pada kajian literatur.

Data dalam penelitian ini dikumpulkan melalui dokumentasi dan kajian literatur secara sistematis, kemudian dianalisis dengan pendekatan deskriptif untuk mengidentifikasi, mengklasifikasikan, dan mensintesis informasi yang berkaitan dengan peran dan dampak tauhid dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa serta tantangan pengamalannya di era modern. Hasil analisis ini selanjutnya digunakan untuk menarik kesimpulan yang konseptual dan memberikan rekomendasi yang aplikatif berdasarkan bukti literatur.

HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Pengertian dan Hakikat Tauhid dalam Ajaran Islam

Tauhid berasal dari kata *wahhada–yuwahhidu–tawhīdan* yang berarti mengesakan atau menyatukan. Dalam konteks ajaran Islam, tauhid berarti meyakini dan mengesakan Allah SWT dalam zat, sifat, dan perbuatan-Nya. Tauhid merupakan inti dari ajaran Islam dan menjadi dasar bagi seluruh amal ibadah manusia. Allah SWT berfirman dalam QS. Al-Ikhlas (112):1-4, yang menegaskan bahwa Allah adalah Tuhan Yang Maha Esa, tidak beranak dan tidak diperanakkan, serta tidak ada sesuatu pun yang setara dengan-Nya. Berikut firman Allah dalam QS. Al-Ikhlas (112):1-4

قُلْ هُوَ اللّٰهُ اَحَدٌۚ ﴿١﴾ اَللّٰهُ الصَّمَدُۚ ﴿٢﴾ لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُوْلَدْۙ ﴿٣﴾
وَلَمْ يَكُنْ لَّهٗ كُفُوًا اَحَدٌ ﴿٤﴾

Artinya :

1. Katakanlah (Nabi Muhammad), “Dialah Allah Yang Maha Esa”.
2. Allah tempat meminta segala sesuatu.
3. Dia tidak beranak dan tidak pula diperanakkan
4. serta tidak ada sesuatu pun yang setara dengan-Nya.

Hakikat tauhid bukan hanya pengakuan lisan semata, tetapi juga keyakinan yang tertanam kuat dalam hati dan tercermin dalam perbuatan. Seorang Muslim yang bertauhid harus meniadakan segala bentuk kesyirikan, baik yang tampak maupun yang tersembunyi, serta menjadikan Allah sebagai satu-satunya tempat bergantung dan sumber kehidupan. Dengan demikian, tauhid merupakan pondasi utama bagi keimanan dan kehidupan umat Islam yang berorientasi pada ketaatan dan pengabdian kepada Allah SWT.

3.2 Peranan Tauhid dalam Kehidupan Sehari-Hari

Tauhid memiliki peranan yang sangat mendasar dalam kehidupan seorang Muslim. Ia bukan hanya menjadi keyakinan yang tersimpan di dalam hati, tetapi juga menjadi pedoman utama yang mengarahkan seluruh aspek kehidupan manusia. Dengan pemahaman tauhid yang benar, seseorang akan menyadari bahwa semua aktivitas hidupnya memiliki hubungan erat dengan Allah SWT. Tauhid mengajarkan bahwa setiap amal, ucapan, dan niat semestinya dilakukan semata-mata untuk mencari ridha Allah, bukan karena kepentingan duniawi semata.

Dalam kehidupan pribadi, tauhid menumbuhkan kesadaran spiritual yang tinggi. Seseorang yang memahami makna tauhid akan memiliki hati yang tenang karena meyakini bahwa segala sesuatu di dunia ini terjadi atas kehendak Allah SWT. Keyakinan ini melahirkan sifat *tawakal*, yaitu menyerahkan segala urusan kepada Allah setelah berikhtiar sebaik mungkin. Dengan demikian, seorang Muslim tidak mudah putus asa ketika menghadapi kesulitan dan tidak sombong ketika memperoleh kesuksesan. Tauhid juga menumbuhkan rasa syukur, sabar, dan ikhlas dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Dalam kehidupan sosial, tauhid berperan penting sebagai landasan dalam menjalin hubungan antar sesama manusia. Seseorang yang benar-benar bertauhid akan menampilkan akhlak yang baik, menjunjung tinggi keadilan, serta memperlakukan sesama dengan penuh kasih sayang. Ia memahami bahwa semua manusia adalah ciptaan Allah yang harus dihormati dan diperlakukan dengan adil. Nilai tauhid mendorong terciptanya kehidupan sosial yang harmonis, gotong royong, dan saling menghargai, karena seseorang menyadari bahwa segala perbuatan baik akan mendapat balasan dari Allah SWT.

Dalam bidang pekerjaan dan profesionalisme, tauhid juga memiliki peranan penting. Seorang Muslim yang bertauhid akan bekerja dengan jujur, disiplin, dan penuh tanggung jawab karena ia menyadari bahwa pekerjaannya adalah amanah dari Allah SWT. Konsep *ihsan* dalam Islam, yaitu berbuat sebaik-baiknya karena merasa diawasi oleh Allah, menjadi cerminan nyata dari tauhid dalam dunia kerja. Dengan demikian, nilai tauhid dapat mendorong terciptanya etos kerja yang tinggi, produktivitas yang baik, serta budaya kerja yang berlandaskan kejujuran dan integritas.

Selain itu, dalam kehidupan berbangsa dan bernegara, tauhid juga berperan dalam membentuk masyarakat yang adil, bermoral, dan berperadaban. Nilai tauhid mengajarkan untuk menolak segala bentuk kezaliman, korupsi, dan ketidakadilan, karena semua itu bertentangan dengan prinsip keesaan dan keadilan

Allah SWT. Dengan menjadikan tauhid sebagai dasar berpikir dan bertindak, umat Islam akan mampu menjadi agen perubahan yang membawa kemaslahatan bagi seluruh umat manusia.

Secara keseluruhan, peranan tauhid dalam kehidupan sehari-hari mencakup tiga hubungan utama, yaitu:

1. Hubungan dengan Allah (hablun minallah) memperkuat iman, meningkatkan ketakwaan, serta menjadikan ibadah sebagai pusat kehidupan.
2. Hubungan dengan sesama manusia (hablun minannas) mendorong sikap tolong-menolong, menghormati, dan menjaga keadilan sosial.
3. Hubungan dengan alam sekitar menumbuhkan kesadaran untuk menjaga kelestarian lingkungan sebagai bentuk amanah dari Allah.

Dengan demikian, tauhid bukan hanya menjadi konsep teologis, melainkan pandangan hidup (*way of life*) yang menuntun manusia untuk hidup seimbang, beretika, dan bermartabat sesuai dengan ajaran Islam. Semakin kuat pemahaman seseorang terhadap tauhid, semakin baik pula kualitas hidup dan perilakunya dalam menghadapi tantangan zaman yang terus berkembang.

3.3 Dampak Pemahaman dan Pengamalan Nilai-Nilai Tauhid terhadap Kehidupan Sehari-Hari

Pemahaman dan pengamalan nilai-nilai tauhid memiliki dampak positif yang besar terhadap kehidupan manusia. Pertama, tauhid memperkuat keimanan dan ketakwaan kepada Allah SWT, sehingga seseorang lebih berhati-hati dalam setiap tindakan. Kedua, tauhid menumbuhkan kesadaran spiritual bahwa segala sesuatu di dunia ini hanyalah titipan dan ujian, sehingga manusia tidak mudah terjerumus pada keserakahan dan kesombongan.

Selain itu, pengamalan tauhid juga berdampak pada hubungan sosial. Seseorang yang bertauhid akan memperlakukan sesama dengan adil, menghargai perbedaan, serta menjunjung tinggi nilai kemanusiaan. Dalam konteks masyarakat, nilai tauhid dapat menjadi landasan terciptanya kehidupan yang damai, harmonis, dan penuh keadilan. Dengan demikian, tauhid bukan hanya menjadi keyakinan pribadi, tetapi juga menjadi kekuatan sosial yang mampu membangun peradaban yang berkeadilan dan berkeadaban.

3.4 Tantangan dalam Mengimplementasikan Nilai Tauhid di Era Modern

Di era modern yang penuh dengan perkembangan teknologi, globalisasi, dan budaya konsumtif, implementasi nilai-nilai tauhid menghadapi berbagai tantangan. Salah satunya adalah pengaruh materialisme dan sekularisme yang menempatkan dunia sebagai tujuan utama hidup. Banyak orang, terutama generasi muda, yang terjebak dalam pola pikir pragmatis dan hedonis sehingga melupakan aspek spiritual dan nilai keagamaan.

Selain itu, media sosial dan kemajuan digital juga memberikan dampak besar terhadap cara berpikir dan berperilaku masyarakat. Informasi yang cepat dan tidak terbatas sering kali membuat seseorang mudah terpengaruh oleh budaya luar yang tidak sejalan dengan nilai tauhid. Tantangan lainnya adalah lemahnya pendidikan agama dan kurangnya keteladanan dalam keluarga maupun lingkungan sosial, yang menyebabkan nilai-nilai tauhid tidak tertanam secara kuat dalam diri individu.

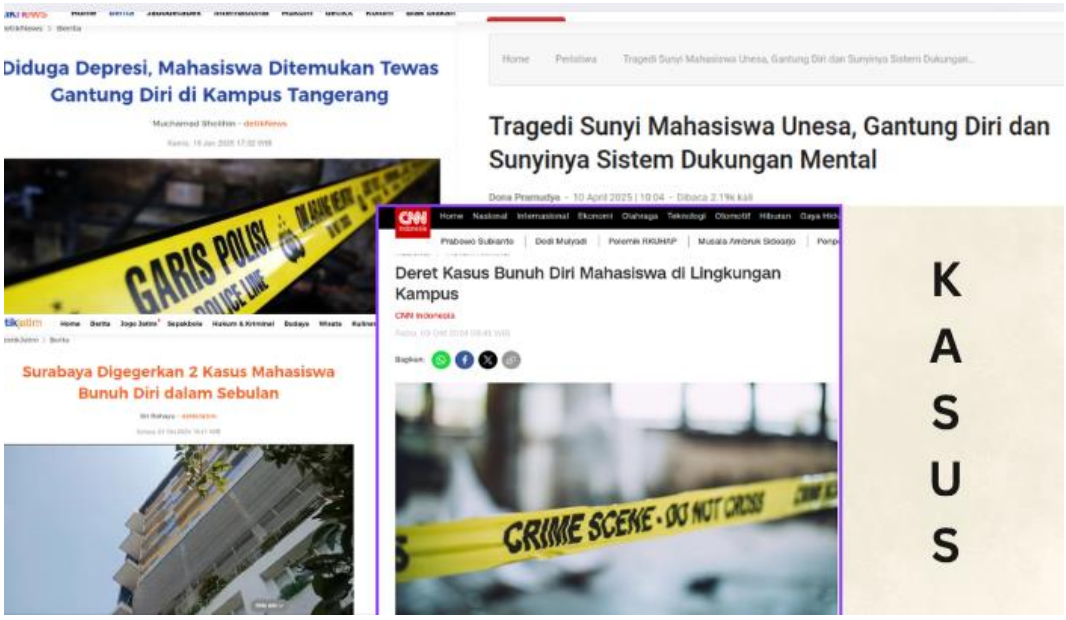
3.5 Solusi dan Upaya dalam Memperkuat Pemahaman serta Pengamalan Tauhid di Lingkungan Sehari-Hari

Untuk menghadapi tantangan tersebut, diperlukan berbagai solusi dan upaya strategis dalam memperkuat pemahaman serta pengamalan tauhid di lingkungan sehari-hari. Pertama, pendidikan agama harus diperkuat, baik di lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Pendidikan yang berlandaskan nilai-nilai tauhid harus mampu menanamkan pemahaman bahwa semua aspek kehidupan adalah bagian dari ibadah kepada Allah SWT.

Kedua, lembaga pendidikan dan organisasi keagamaan perlu mengembangkan metode pembelajaran yang kontekstual dan interaktif agar nilai tauhid dapat dipahami secara aplikatif. Ketiga, perlu adanya keteladanan dari orang tua, guru, dan tokoh masyarakat dalam menerapkan nilai-nilai tauhid dalam kehidupan nyata. Selain itu, penggunaan media digital juga dapat dimanfaatkan untuk dakwah dan edukasi positif yang memperkuat keimanan generasi muda.

Dengan berbagai upaya tersebut, diharapkan pemahaman dan pengamalan tauhid tidak hanya berhenti pada teori, tetapi benar-benar menjadi dasar hidup yang membimbing setiap Muslim dalam mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.

3.6 Contoh Kasus Terkait Tauhid dan Kehidupan Mahasiswa



Gambar 1. Gambar Contoh Kasus terkait Tauhid dan Kehidupan Mahasiswa

Dalam beberapa tahun terakhir, berbagai media nasional seperti *Detik.com*, *CNN Indonesia*, dan *Suara Indonesia* melaporkan sejumlah kasus bunuh diri di kalangan mahasiswa. Di antaranya, kasus mahasiswa di Tangerang yang diduga bunuh diri karena depresi akademik, kasus di Surabaya di mana dua mahasiswa ditemukan tewas dalam waktu berdekatan, serta kasus mahasiswa UNESA yang meninggal akibat tekanan mental dan minimnya dukungan psikologis. Fenomena ini menunjukkan bahwa banyak mahasiswa mengalami krisis makna hidup, kehilangan arah spiritual, dan kurang memiliki kekuatan batin dalam menghadapi tekanan hidup.

Dari perspektif tauhid, kejadian-kejadian tersebut mencerminkan lemahnya pemahaman terhadap makna keimanan dan ketauhidan. Tauhid seharusnya menjadi sumber ketenangan jiwa, pengendali emosi, dan penuntun manusia dalam menghadapi setiap ujian kehidupan dengan sabar dan tawakal. Ketika nilai-nilai tauhid tidak tertanam kuat, seseorang dapat merasa hampa, putus asa, dan akhirnya memilih jalan yang salah. Karena itu, penting bagi mahasiswa dan masyarakat untuk memperkuat pemahaman serta pengamalan nilai tauhid dalam kehidupan sehari-hari agar memiliki keteguhan iman dan mental yang tangguh menghadapi berbagai tekanan hidup.

KESIMPULAN

Dari pembahasan mengenai *Tauhid* dalam mata kuliah Al-Islamiyyah dan Kemuhammadiyahan, dapat disimpulkan bahwa tauhid merupakan inti ajaran Islam yang menegaskan keesaan Allah SWT dalam segala aspek kehidupan. Tauhid bukan hanya sekedar pengakuan lisan, tetapi juga harus tercermin dalam keyakinan, perbuatan, dan sikap sehari-hari. Pemahaman yang benar terhadap tauhid akan membentuk kepribadian yang kuat, tenang, serta memiliki arah hidup yang jelas karena seluruh aktivitasnya berorientasi pada pengabdian kepada Allah semata.

Peranan tauhid dalam kehidupan sehari-hari sangat penting, karena menjadi landasan moral, spiritual, dan sosial bagi umat Islam dalam bertindak. Dengan tauhid, seseorang akan memiliki keteguhan hati menghadapi cobaan, tidak mudah terpengaruh oleh godaan dunia, serta senantiasa berbuat baik berdasarkan nilai-nilai keimanan. Namun, di era modern saat ini, pengamalan tauhid sering kali menghadapi tantangan, seperti gaya hidup materialistik, lemahnya spiritualitas, hingga krisis moral akibat pengaruh teknologi dan lingkungan sosial.

Kasus bunuh diri mahasiswa yang terjadi, menjadi cerminan nyata bahwa lemahnya pemahaman spiritual dan ketidakseimbangan mental dapat mengantarkan seseorang pada keputusasaan. Dalam perspektif tauhid, hal ini menegaskan pentingnya memperkuat hubungan manusia dengan Allah SWT sebagai sumber kekuatan batin. Oleh karena itu, solusi yang harus dilakukan adalah memperdalam pendidikan tauhid sejak dini, memperkuat bimbingan rohani di lembaga pendidikan, serta menumbuhkan kesadaran akan pentingnya berserah diri dan bertawakal kepada Allah dalam menghadapi segala ujian hidup.

Dengan demikian, pengamalan tauhid yang benar tidak hanya membentuk pribadi muslim yang beriman dan berakhlak, tetapi juga menjadi benteng yang kokoh dalam menghadapi tantangan hidup di era modern yang semakin kompleks.

DAFTAR PUSTAKA

Abdurrahman. (2024). Metode penelitian kepustakaan dalam pendidikan Islam. *Adabuna: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran, 3*(2), 102–113. https://doi.org/10.38073/adabuna.v3i2.1563

Bisri, H., Amir, F. R., & Ulfah, S. W. (2021). Penumbuhan karakter berbasis tauhid melalui Teras Impian di Desa Tajur. *Educivilia: Jurnal Pengabdian pada Masyarakat, 2*(1), 1–18.

Fadli, M. R. (2021). Memahami desain metode penelitian kualitatif. *Humanika: Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum, 21*(1). https://doi.org/10.21831/hum.v21i1.38075

Furidha, B. W. (2024). Comprehension of the descriptive qualitative research method: A critical assessment of the literature. *Journal of Multidisciplinary Research, 2*(4). https://doi.org/10.56943/jmr.v2i4.443

Hasbi, M. (2015). Konsep tauhid sebagai solusi problematika pendidikan agama bagi siswa madrasah. *INSANIA: Jurnal Pemikiran Alternatif Kependidikan, 14*(2), 289–319.

Nabiila, S., & Kosasih, A. (2023). Hubungan antara kesehatan mental dan bunuh diri akibat depresi menurut pandangan Islam. *Journal of Islamic Education Studies, 2*(1).

Ramadhani, S. A., & Alawi, A. M. (2024). Kekuatan iman sebagai pelindung diri: Memahami larangan bunuh diri dalam perspektif Islam. *Journal of Islamic Education Studies, 2*(2).

Rohman, A., & Nurhayati, E. (2022). Spiritualitas Islam dan kesehatan mental mahasiswa: Perspektif pendidikan tauhid. *Al-Tarbawi Al-Haditsah: Jurnal Pendidikan Islam, 7*(1), 45–60.

Sri Wahyuni, S. W., Saputra, H. Y., & Jannah, M. (2025). Nilai-nilai pendidikan tauhid dalam Al-Qur'an dan implikasinya terhadap pembelajaran PAI. *Jurnal Abshar: Hukum Keluarga Islam, Pendidikan, Kajian Islam dan Humaniora, 6*, 22–28.

Zainuddin, M., & Suryadi, A. (2020). Internalization of tawhid values in Islamic education and its implications for character building. *Ta'dib: Journal of Islamic Education, 25*(2), 157–170.