

Khidmatussifa: Journal of Islamic Studies Volume 3
Nomor 5 (2025) 41 - 62 E-ISSN 2829-7989
DOI: 10.56146/khidmatussifa.v4i2.379

**SoulNurture Hub: Inovasi Konsultasi Spiritual untuk Menjawab
Krisis Eksistensial Generasi Muda dengan Pendekatan
Perennialisme Seyyed Hossein Nasr**

Jusman¹ Andi Ulfa Wulandari²

Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar

Email: mjusman028@gmail.com¹ ulfawulandari@uin-alauddin.ac.id²

ABSTRAK

Krisis eksistensial pada dewasa muda, muncul sebagai pergolakan batin mendalam akibat kebingungan makna hidup, identitas, dan tujuan eksistensi di tengah tekanan modern yang menyebabkan keterputusan spiritual, sebagaimana diamati melalui observasi dan wawancara mendalam dengan beberapa mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Filsafat di Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar. Penelitian kualitatif ini menggunakan studi literatur komprehensif terhadap pemikiran filsafat perennial Seyyed Hossein Nasr, yang mendiagnosis krisis tersebut sebagai amnesia spiritual akibat dominasi rasio modern tanpa intelek ilahi, serta menawarkan solusi melalui pemulihan kesadaran sufisme dan kearifan tradisional Islam untuk mengembalikan harmoni manusia, alam dan Tuhan. Hasilnya merumuskan model praktis "*SoulNurture Hub*", pusat konsultasi spiritual berbasis Digital dan tatap muka yang dipandu dosen dan ulama, dengan kartu pertanyaan reflektif untuk menggali isu eksistensial diikuti mentoring, sehingga menjembatani teori filosofis dengan aplikasi nyata guna membantu generasi muda menemukan makna hidup secara holistik.

Kata kunci: krisis eksistensial, filsafat perennial, Seyyed Hossein Nasr, *SoulNurture Hub*, dewasa muda

ABSTRACT

Existential crisis in young adults emerges as profound inner turmoil due to confusion over life's meaning, identity, and existential purpose amid modern pressures that cause spiritual disconnection, as observed through in-depth observations and interviews with several students from the Faculty of Ushuluddin and Philosophy at Alauddin State Islamic University Makassar. This qualitative research employs a comprehensive literature study of Seyyed Hossein Nasr's perennial philosophy, which diagnoses the crisis as spiritual amnesia resulting from the dominance of modern rationalism without divine intellect, and offers solutions through reviving Sufi awareness and traditional Islamic wisdom to restore harmony between humans, nature, and God. The results formulate a

practical model called "SoulNurture Hub," a spiritual consultation center based on digital and face to face, guided by lecturers and scholars, featuring reflective question cards to explore existential issues followed by mentoring, thus bridging philosophical theory with real world application to help young generations find holistic life meaning.

Keywords: *existential crisis, perennial philosophy, Seyyed Hossein Nasr, SoulNurture Hub, young adults*

PENDAHULUAN

Di tengah dinamika sosial yang penuh tekanan, muncul sebuah problematika filosofis mendasar yang mempertanyakan hakikat eksistensi manusia dalam menghadapi dunia yang terus berubah. Fenomena ini tidak dapat dipandang semata sebagai persoalan psikologis. Problematika ini disebut sebagai krisis eksistensialisme, yang ditandai dengan munculnya kebingungan akan makna hidup, identitas diri, dan tujuan eksistensi yang sulit ditemukan.

Krisis eksistensial dapat dipahami sebagai kondisi di mana individu merasakan kekosongan makna dan kebingungan identitas yang mendalam, yang biasanya diiringi oleh perasaan kehilangan arah dan merasa asing dengan diri sendiri.¹ Fase dewasa muda merupakan periode krusial dalam pencarian jati diri, di mana tekanan untuk menemukan *passion*, karier, dan tempat dalam masyarakat menjadi sangat tinggi. Apabila tidak diatasi dengan pemahaman dan solusi yang tepat, kegelisahan eksistensial ini berpotensi berkembang menjadi masalah yang lebih serius, seperti kecemasan kronis, depres hingga keputusan akan kehidupan,

Berdasarkan hasil observasi terhadap beberapa orang mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Filsafat di Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar yang sedang berada pada fase krisis eksistensial, diperoleh fenomena di mana mereka sering mempertanyakan esensi mereka sendiri, sebagaimana pernyataan dari salah satu narasumber:

Saat ini saya bingung dengan hidup yang saya jalani, saya tidak tahu apa tujuanku ada di dunia ini? Apa makna keberadaanku? Benar tidak hidup

¹ Satria Aji Purwoko, "Memahami Krisis Eksistensi Diri, Penyebab, Dan Cara Mengatasinya," Hello Sehat, 2023, <https://hellosehat.com/mental/mental-lainnya/krisis-eksistensi/>.

yang flat seperti ini benar benar punya makna? Ataupun kalau hidup ini tidak flat apakah punya makna?²

Pertanyaan-pertanyaan seperti itu yang merujuk pada eksistensi manusia sebenarnya memiliki dua diskursus. Pertama, bisa membuat seseorang semakin bertumbuh dan menemukan makna hidupnya. Kedua, mampu membuat seseorang merasa kehilangan makna dan tujuan hidup, bahkan merasa buntu dan sumpek dengan kehidupan.³ Fenomena ini merupakan bukti terjadinya krisis eksistensial yang dialami oleh dewasa muda dan bagaimana kemungkinan yang dapat terjadi ditinjau dari dua diskursus.

Krisis eksistensialisme yang dialami oleh manusia modern menurut Seyyed Husain Nasr,⁴ salah seorang tokoh pemikir Islam diakibatkan oleh pemberontakan terhadap dimensi Ilahi dan spiritual dalam kehidupan manusia, yang berakar pada pandangan antropomorfis yakni berpusat hanya pada manusia yang meninggalkan keimanan kepada Tuhan. Akibatnya, muncul amnesia spiritual berupa hilangnya kesadaran akan hakekat diri sejati, serta terjadinya eksploitasi sumber daya. Pada fase transisi menuju dewasa, individu menghadapi tantangan psikologis dan eksistensial yang kompleks, banyak individu, khususnya mereka yang berada pada rentang usia 20 hingga 28 tahun atau kerap disebut dengan fase dewasa muda. pada fase ini seseorang menghadapi pergolakan batin mendalam yang dikenal sebagai krisis eksistensial.⁵

Dalam pandangan Seyyed Hossein Nasr, terutama filsafat perennialismenya menawarkan solusi melalui pemulihan kesadaran akan kebenaran abadi yang ada dalam semua tradisi spiritual sejati. Ia menekankan pentingnya mengintegrasikan dimensi Ilahi dan hikmah spiritual ke dalam

² Wawancara dengan A. Asiddiq pada tanggal 28 November 2025.

³ Ika Hilmiatus Salamah, "Fomo Dan Krisis Eksistensi : Membongkar Kecemasan Modern Melalui Lensa Eksistensialisme Dan Solusi Al-Qur'an," *Imtiyaz* 9 (2025): 355-66.

⁴ Seyyed Hossein Nasr et al., *Man And Nature: The Spiritual Crisis In Modern Man*, cetakan I (London: Unwin Paperbacks, 1988).

⁵ Dayinta Hutabarat, "Analisis Filsafat Eksistensialis Mengenai Quarter-Life Crisis" 10, no. 5 (2025): 1-11.

pengetahuan serta kehidupan manusia, agar harmoni antara manusia, alam dan Tuhan dapat terwujud kembali.⁶

Dengan demikian, melalui pendekatan perennialisme, krisis modern ini dapat diatasi dengan mengembalikan keseimbangan antara rasio dan intelek, serta menyadarkan manusia akan hubungan transenden yang mengikat dirinya dengan alam semesta.⁷ Pemikiran Seyyed Hossein Nasr tersebut sangat relevan jika dijadikan sebagai sebuah solusi terhadap problematika krisis eksistensialisme manusia modern.

Selain Hossein Nasr, tokoh seperti Muhammad Iqbal juga memiliki pandangan terhadap krisis eksistensialisme dalam filsafat “khudi-nya” yang memandang problem tersebut sebagai bentuk dari melemahnya *khudi* (Diri/Ego) dalam diri seseorang.⁸ Generasi muda yang kehilangan makna adalah mereka yang belum menemukan atau memberdayakan esensi dirinya. Dengan memperkuat *khudi* melalui cinta (*ishq*), kreativitas, dan *action*, seseorang akan menemukan makna hidupnya dalam proses menjadi "Manusia Sempurna" (Insan Kamil). Namun, pada tulisan ini hanya berfokus pada teori filsafat perennial Seyyed Hossein Nasr.⁹

Pemikiran filosofis yang mendalam ini tidak akan berarti jika hanya berhenti pada sebuah wacana. Oleh karena itu, tulisan ini tidak hanya berhenti pada telaah teoritis semata, tetapi juga mengusulkan sebuah solusi praktis berupa proyek "*SoulNurture Hub*". Proyek ini dirancang sebagai pusat atau pojok konsultasi spiritual yang mengaplikasikan ajaran filsuf Islam kontemporer ke dalam format konseling, mentoring, dan komunitas yang dapat diakses secara *hybrid*, baik *online* maupun *offline*.

Dengan demikian, pendekatan ini diharapkan dapat menjadi jembatan yang menghubungkan kedalaman filsafat dengan urgensi praktis dalam menjawab krisis eksistensial generasi muda.

⁶ Mahmud Arif, "Seyyed Hossein Nasr ' S Perennialis Perspektif For The Development Of" 33, no. 2 (2023): 357–76.

⁷ Fitri Siska Supriatna and Salman Husain, "Kontribusi Filsafat Perennial Seyyed Hossein Nasr Terhadap Sains Modern," *Prosiding Integrasi Interkoneksi Islam Dan Sains 2* (2020): 177–83.

⁸ Muhammad Iqbal, *The Secret of The Self*, Cet I (London: The Macmillan Company, 1920).

⁹ Fathin Fauhatun, "Islam Dan Filsafat Perennial: Respon Seyyed Hossein Nasr Terhadap Nestapa Manusia Modern," *Fuaduna* 04, no. 01 (2020).

Krisis eksistensial yang melanda dewasa muda di era kontemporer memunculkan pertanyaan mendasar yang menjadi rumusan masalah dari tulisan ini yakni, bagaimana hakikat krisis eksistensial tersebut dapat dipahami tidak hanya sebagai persoalan psikologis, melainkan juga sebagai problematika filosofis yang berakar pada keterputusan dari dimensi spiritual? Selanjutnya, seberapa relevan pemikiran filsafat perennialisme Seyyed Hossein Nasr dalam mendiagnosis akar persoalan dan menawarkan solusi terhadap krisis ini? Terakhir, bagaimana konsep-konsep filosofis tersebut dapat diimplementasikan ke dalam sebuah solusi praktis yang mampu menjembatani kesenjangan antara teori filsafat yang abstrak dengan kebutuhan konkret generasi muda, sebagaimana diwadahi dalam proyek "*SoulNurture Hub*"?

Penulisan ini bertujuan untuk membahas dan menganalisis krisis eksistensial dewasa muda melampaui pendekatan psikologis konvensional dengan menyorotinya sebagai sebuah dilema filosofis-spiritual yang khas di zaman modern. Selanjutnya, karya ini bermaksud mengkaji secara mendalam pemikiran Seyyed Hossein Nasr untuk menemukan kerangka filosofis yang mampu menjawab akar masalah krisis eksistensial tersebut. Yang tidak kalah penting, tujuan akhir dari penulisan ini adalah merumuskan sebuah model solusi praktis dan aplikatif berupa *Soul Nurture Hub* yang berfungsi sebagai wadah untuk mentransformasikan konsep-konsep filosofis yang mendalam dan menjadi langkah-langkah nyata dalam bentuk konseling, mentoring, maupun komunitas, sehingga dapat secara efektif membantu generasi muda menemukan kembali makna dan tujuan hidup mereka.

KAJIAN PUSTAKA & TEORI

Berdasarkan studi literatur yang dilakukan, penelitian sebelumnya telah memberikan landasan penting terkait filsafat Perennial. Nursalim & Khojir (2021)¹⁰ fokus pada implementasi teoretis perennialisme dalam komponen pendidikan Islam, sementara Sutikno (2017)¹¹ menitikberatkan pada kritik

¹⁰ Eko Nursalim et al., "Aliran Perennialisme Dan Implementasinya Dalam Pendidikan Islam" 4, no. 2 (2021): 673-84.

¹¹ Sutikno, "Pendidikan Islam dalam Krisis Manusia Modern (Perspektif Filsafat Perennial)" 2, no. 3 (2017): 67-84.

filosofis-ideologis terhadap modernitas. Sofirah dkk. (2023)¹² melengkapi dengan pemetaan posisi perennialisme di antara aliran filsafat pendidikan lainnya. Namun, ketiganya belum menyentuh aspek praktis-aplikatif secara spesifik.

Novelty penelitian ini terletak pada upayanya menjembatani filsafat perennial yang abstrak dengan solusi konkret untuk masalah aktual. Berbeda dengan penelitian terdahulu yang berhenti pada tataran konsep, karya tulis ini tidak hanya menggunakan perspektif Seyyed Hossein Nasr untuk menganalisis krisis eksistensial dewasa muda, tetapi juga merancang model solusi praktis berupa proyek *SoulNurture Hub* sebagai wadah konsultasi dan komunitas spiritual yang aplikatif dan dapat diakses dengan mudah. Dengan demikian, penelitian ini mengisi celah dengan mentransformasi teori filosofis menjadi langkah operasional yang langsung menjawab persoalan.

Krisis eksistensial merupakan fenomena psikologis sekaligus filosofis yang menggambarkan kondisi kegelisahan individu dalam mencari makna dan identitas diri di tengah kebebasan dan tanggung jawab hidup. Konsep ini berakar dari filsafat eksistensialisme yang menempatkan eksistensi manusia sebagai pusat perenungan, di mana manusia dihadapkan pada kebebasan untuk menentukan makna hidupnya di dunia yang tidak pasti.

Dalam konteks dewasa muda, krisis eksistensial ditandai dengan pergumulan atas pertanyaan-pertanyaan kehidupan fundamental seperti “Siapa aku? Dan untuk apa aku hidup?” yang menimbulkan kecemasan dan kebingungan identitas. Fenomena ini diperkuat oleh tekanan sosial dan ketidakpastian masa depan, sebagaimana yang muncul dalam istilah *quarter life crisis*.¹³

Pemikiran Seyyed Hossein Nasr sebagai tokoh filsafat perennialisme menawarkan perspektif multidimensional untuk memahami krisis eksistensial ini. Nasr menyoroti bahwa krisis modern berawal dari pemisahan manusia dari dimensi spiritual dan Ilahi akibat dominasi sains modern dan materialisme. Filsafat perennialisme mengajak manusia untuk kembali pada kearifan tradisional dan nilai-nilai spiritual yang abadi, khususnya melalui aspek esoterik Islam dan sufisme, yang berfungsi sebagai jalan pembebasan dari keterasingan eksistensial.

¹² Kasinyo Harto et al., “Diskursus Aliran Utama Filsafat Pendidikan ;” 2019, 18–30.

¹³ Santo, “Krisis Identitas Dan Perubahan Sosial Di Kalangan Generasi Milenial,” Pemerinthan Uma, 2024, <https://pemerintahan.uma.ac.id/2024/07/krisis-identitas-dan-perubahan-sosial-di-kalangan-generasi-milenial/> diakses pada 02 Desember 2025.

Kajian ini membangun pemahaman bahwa krisis eksistensial bukan sekadar problem psikologis, melainkan dilema filosofis spiritual yang memerlukan pendekatan holistik. Pemikiran Nasr menjadi fondasi teoritis yang relevan dalam merumuskan solusi praktis yang bisa menjembatani aspek teoritis dan kebutuhan nyata generasi muda saat ini.

METODOLOGI PENULISAN

Penulisan karya ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi literatur dan observasi deskriptif. Data primer diperoleh dari hasil observasi dan wawancara mendalam dengan beberapa mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Filsafat di Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar yang berada pada fase krisis eksistensial. Data ini dianalisis untuk memahami pengalaman subjektif mereka dalam menghadapi dilema eksistensial pada fase dewasa muda.

Selain itu, studi literatur dilakukan secara komprehensif terhadap karya pemikir Islam yakni Seyyed Hossein Nasr yang membahas krisis eksistensial dan solusi filosofis terkait, khususnya melalui filsafat perennialisme. Pendekatan konseptual ini berfungsi untuk merumuskan kerangka filosofis dalam menganalisis fenomena krisis eksistensial.

Selanjutnya, penulisan ini juga mengintegrasikan pendekatan praktis dengan merancang model solusi melalui proyek *SoulNurture Hub* sebagai mediator antara teori filosofis dan penerapan nyata. Proses pengumpulan dan analisis data dilakukan secara sistematis melalui catatan lapangan, literatur review serta dokumentasi untuk menghasilkan sintesis yang menggabungkan aspek psikologis, filosofis, dan praktis.

PEMBAHASAN

A. *Krisis Eksistensial*

Secara bahasa, kata krisis berakar dari bahasa Yunani yakni *krisis*, yang menggambarkan sebuah momen genting yang menjadi titik ujian. Dalam konteks kehidupan, krisis bisa kita pahami sebagai keadaan gawat yang datang tiba-tiba, memaksa kita untuk mengambil keputusan penting yang akan menentukan arah

kedepannya. Secara umum, krisis mencerminkan situasi tidak stabil dan berbahaya yang dapat memengaruhi individu atau kelompok secara luas.¹⁴

Eksistensial dapat di definisikan sebagai pengalaman seseorang tentang realitas kehidupan seperti pencarian makna hidup dan kebebasan. Eksistensial ini menjadi pembahasan di dalam salah satu paham filsafat yakni eksistensialisme. Eksistensialisme adalah sebuah paham dalam filsafat yang berpusat pada keberadaan atau eksistensi manusia itu sendiri. Secara harfiah, kata eksistensi berarti muncul, timbul, memiliki wujud eksternal, *sister* (*existere*, latin) menyebabkan berdiri.¹⁵ Aliran ini menekankan bahwa kita, sebagai manusia, adalah makhluk yang bebas dan bertanggung jawab untuk menciptakan makna hidup kita sendiri di tengah dunia yang seringkali terasa absurd dan tidak pasti.

Berdasarkan dua definisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa krisis eksistensialisme adalah sebuah pergulatan batin yang mendalam. Ini terjadi ketika seseorang tiba-tiba dihadapkan oleh pertanyaan-pertanyaan fundamental: Untuk apa aku hidup? Apa makna dari hidup yang aku jalani? Atau iapa sebenarnya diriku? Ini adalah krisis dalam arti yang sesungguhnya saat fondasi pemahaman diri seseorang goyah, menimbulkan kecemasan, kebingungan, dan hilang arah di tengah kebebasan dan tanggung jawab atas hidupnya sendiri.

Problem eksistensial secara universal dialami oleh setiap orang, namun mayoritas dialami oleh orang-orang yang berada pada fase transisi masa remaja menuju dewasa. Berdasarkan teori Rudolf Steiner (1861-1925 M) "*The 7 Year Cycles Of Life*"¹⁶ bahwa kehidupan manusia terbagi menjadi serangkaian siklus yang masing masing berlangsung selama tujuh tahun.

Fase 0-7 tahun adalah masa pembentukan kepercayaan dasar. Anak menerima dunia sepenuhnya dari orang tua tanpa mempertanyakannya. Identitasnya sederhana: "Aku adalah anak dari ibuku dan ayahku." Tidak terjadi krisis karena segala kebenaran dan makna telah disediakan oleh lingkungan terdekat.

Fase 7-14 tahun ditandai dengan penjelajahan aturan dan otoritas. Anak mulai membandingkan nilai dari keluarga dengan dunia luar seperti sekolah dan

¹⁴ Hutabarat, "Analisis Filsafat Eksistensialisme Mengenai Quarter-Life."

¹⁵ Dian Ekawati, "Eksistensialisme," 2015, 141-42.

¹⁶ Thomas Armstrong, *The Human Odyssey* (New York: Ixia Press, 2019).

teman. Pencarian *role model* mulai kuat, dan krisis kecil mungkin muncul sebagai bentuk pembangkangan terhadap aturan, namun masih dalam koridor yang terstruktur.¹⁷

Fase 14-21 tahun adalah masa pemberontakan dan pencarian identitas. Individu secara aktif mempertanyakan semua nilai yang diberikan. Pertanyaan "Siapa Aku?" menjadi pusat kehidupan. Krisis eksistensial di sini bersifat reaktif, didorong oleh keinginan untuk memisahkan diri dari definisi lama menuju jati diri yang mandiri.

Fase 21-28 tahun adalah puncak kritis karena terjadi tabrakan antara cita-cita masa muda dengan realitas keras kehidupan. Struktur hidup yang jelas (seperti sekolah dan kuliah) tiba-tiba hilang, digantikan oleh kebebasan yang menakutkan dan tekanan sosial untuk "sudah sukses". Individu merasa teralienasi, kesepian, dan terjebak dalam banyak pilihan. Pada fase inilah pertanyaan "Untuk Apa Semua Ini?" mengemuka dengan sangat kuat, memicu krisis spiritual dan makna yang mendalam.

Pada usia tersebut menjadi puncak munculnya krisis eksistensial apalagi sekarang kita kenal dengan *quarter life crisis*. Dalam konteks akademik krisis ini semakin nyata, berdasarkan hasil interview dengan beberapa mahasiswa di kota Makassar, mereka berada pada fase krisis eksistensial, mulai muncul pertanyaan-pertanyaan eksistensi seperti kehidupan seperti apa sebenarnya yang saya jalani sekarang? Bahkan mirisnya mereka menganggap perkuliahan hanya sebagai rutinitas yang harus dilalui untuk mendapatkan ijazah, bukan lagi sebagai proses pengembangan intelektual.

Fenomena tersebut merupakan dilema yang dihadapi di zaman modern.¹⁸ Krisis eksistensial memberikan dampak yang signifikan terhadap kualitas pengalaman akademik, serta perkembangan psikologi dan spiritual mereka. Oleh karena itu, penanganan krisis ini menjadi sangat urgen untuk dilakukan secara terstruktur dan komprehensif, baik secara teoritis maupun praktis dalam kehidupan sehari-hari.

¹⁷ Khairunnisa Nazwa Kamilla et al., "Teori Perkembangan Psikososial Erik Erikson," *Early Childhood Journal* 3, no. 2 (2022): 77–87, <https://doi.org/10.30872/ecj.v3i2.4835>.

¹⁸ Alexander Keno, "Antara Keberadaan Dan Pencitraan : Filsafat Eksistensialisme , Media Sosial , Dan Krisis Identitas Kaum Muda," *Prosiding Seri Filsafat Teologi* 35, no. 34 (2025): 142, <https://doi.org/10.35312/serifilsafat.v35i34.271>.

B. *Perspektif Filsafat Perennial Terhadap Krisis Eksistensial*

Kata Perennial berasal dari bahasa Latin yang terdiri dari dua kata yakni kata “Per” yang berarti melalui dan “Annus” yang berarti tahun. Perennial berarti sesuatu yang berlangsung dan bertahan sepanjang tahun atau untuk waktu yang sangat lama.¹⁹ Secara umum perennial menggambarkan sesuatu yang abadi, berumur panjang, berulang terus menerus atau bertahan lama seperti tanaman perennial yang hidup lebih dari dua tahun dan terus tumbuh setiap musim.

Filsafat perennial menurut Seyyed Hossein Nasr adalah kearifan tradisional dalam Islam yang bersifat universal dan abadi, yang muncul sebagai respon atas krisis eksistensial manusia modern. Pemikiran ini menekankan pada pembebasan manusia dari keterasingan eksistensial dan keterbelengguan budaya serta peradaban yang diciptakan manusia sendiri. Nasr melihat manusia modern hidup di pinggir lingkaran eksistensinya karena pengetahuan yang dimilikinya bersifat dangkal dan berubah-ubah, sehingga ia harus kembali ke pusat eksistensi dan kearifan tradisional yang dapat memberikan makna hidup sejati dan integritas kemanusiaan.²⁰

Filsafat perennial, yang dikembangkan juga oleh Frithjof Schuon dan sangat dikagumi oleh Nasr, menunjukkan bahwa inti semua agama dan tradisi mengandung pengetahuan universal dan abadi (*philosophia perennis*) yang mampu menyatukan manusia dan agama secara universal. Dalam hal ini, Islam dipahami tidak hanya secara eksoterik tetapi juga esoterik yang menyentuh aspek metafisis dan spiritual sebagai jalan pembebasan dan integrasi kembali manusia dengan sumber eksistensinya.²¹

Nasr menggunakan konsep sufisme atau aliran tradisional sebagai solusi atas masalah eksistensial manusia modern, yang juga menjadi inti dari filsafat perennial. Melalui pendekatan sufisme dan tradisi spiritual, manusia dapat dibebaskan dari perangkap budaya modern yang cenderung materialistik dan sekuler, sehingga mampu menemukan keseimbangan dan kedalaman makna

¹⁹ Khofifah Dwi Wulandari and Ahmad Fahresi, “Menggali Esensi Filsafat Perennialisme Dalam Konteks Pendidikan Islam” 1, no. 6 (2024): 424–36.

²⁰ Nasr et al., *Man And Nature: The Spiritual Crisis In Modern Man*.

²¹ Jaipuri Harahap, “Seyyed Hossein Nasr Tentang Filsafat Perennial Dan Human Spiritualitas,” *Aqlania* 08, no. 02 (2017): 173–96.

hidup.²² Dengan demikian, filsafat perennial memberikan pijakan untuk membangkitkan kembali spiritualitas dan kesadaran eksistensial melalui tradisi yang sakral dan universal ini.

Secara ringkas, filsafat perennial Nasr menjadi solusi dengan mengajak manusia modern kembali ke nilai-nilai tradisional yang mengandung keabadian pengetahuan dan kearifan spiritual, membebaskan dari keterasingan dan mengembalikan integritas eksistensial, terutama melalui pemahaman esoterik Islam dan sufisme sebagai panduan spiritual (kearifan tradisional). Fase krisis eksistensial merupakan keadaan di mana hati seseorang sedang tidak tenang. Oleh karena itu, penting untuk kembali mengingat dan memperbaiki hubungan dengan Tuhan. Sebagaimana firman Allah QS. Ar-Ra'd (13) : 28.

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Terjemahnya:

“Orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram.”²³

Ayat tersebut mengajak manusia kembali kepada pusat eksistensi yaitu Allah, agar hati menjadi tenang. Hati yang tenang merupakan lawan dari krisis karena krisis eksistensial ditandai dengan kecemasan, kebingungan dan hati yang tidak tenang.

Penjelasan ini mengacu pada pemikiran Schuon dan Nasr bahwa tradisi dan sufisme merupakan jalan metafisik dan spiritual sebagai solusi atas krisis eksistensi manusia modern yang terjebak dalam dunia yang dangkal dan berubah-ubah ini.

Fase krisis eksistensial sejatinya bukanlah kondisi yang harus dipandang semata-mata dengan perspektif negatif, melainkan sebuah proses penting dan sangat potensial dalam pertumbuhan individu. Pada masa ini, seseorang mulai

²² Wulandari and Fahresi, “Menggali Esensi Filsafat Perennialisme Dalam Konteks Pendidikan Islam.”

²³ <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/13?from=28&to=28> diakses pada 28 November 2025.

mempertanyakan makna, tujuan, dan jati dirinya secara mendalam, yang sejatinya membuka ruang refleksi dan transformasi.

Fase tersebut diibaratkan dengan tanaman yang ingin bertumbuh, individu yang mengalami krisis eksistensial seperti tanaman tersebut; jika ditempatkan di lingkungan yang mendukung dan penuh pemahaman, ia dapat berkembang secara optimal. Sebaliknya, jika dibiarkan dalam situasi yang salah atau tidak mendapatkan dukungan yang tepat, proses ini bisa menjadi hambatan yang merugikan keberlangsungan kehidupannya.



C. *SoulNurture Hub*

Filsafat perennial memberikan wawasan mendalam sebagai dasar teoritis dalam menghadapi krisis eksistensial, namun solusi yang bersifat teoritis seringkali sulit untuk diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, penulis juga memberikan sebuah solusi praktis berupa media pusat konsultasi spiritual yang diberi nama *SoulNurture Hub*.

SoulNurture Hub terdiri dari tiga kata, *Soul* diartikan sebagai jiwa atau roh, merujuk pada esensi immaterial manusia yang abadi, mencakup aspek spiritual, emosional, dan intelektual.²⁴ *Nurture* berarti pemeliharaan, perawatan, atau pengasuhan, menunjukkan proses memberi nutrisi, dukungan, dan pengembangan

²⁴ Teuku Wildan, "Konsep Nafs (Jiwa) Dalam Al-Qur'an," *Journal Iainlangsa* 2, no. 2 (2017): 247.

agar sesuatu berkembang optimal.²⁵ Dan *Hub* dapat diartikan sebagai pusat atau titik pertemuan. Istilah ini sering digunakan untuk menggambarkan suatu tempat, jaringan, atau komunitas yang menjadi pusat aktivitas, dukungan, dan pengembangan di bidang tertentu.

SoulNurture Hub secara istilah dapat diartikan sebagai pusat atau tempat yang bertujuan untuk memelihara dan mengembangkan jiwa atau aspek spiritual seseorang melalui dukungan dan interaksi yang berkelanjutan. *SoulNurture Hub* yang dimaksud adalah sebuah wadah yang menjadi pusat konsultasi, edukasi dan pelatihan spiritual yang bergerak di bidang teknologi digital.

Media ini merupakan upaya untuk meningkatkan kesadaran spiritual masyarakat modern yang dipandu oleh orang-orang yang memiliki kemampuan di bidang spiritulitas, seperti guru spiritual dan Muballig. Tujuannya untuk mempermudah orang-orang yang ingin konsultasi spiritual namun terbatas dalam mendapatkan informasi dan juga untuk mengatasi terbatasnya pusat konsultasi secara tatap muka.

Pusat Konsultasi Spiritual ini berbasis pada platform media sosial Instagram yang mudah diakses oleh khalayak luas, terutama generasi milenial yang familiar dengan teknologi. Di Instagram tersebut tersedia tautan langsung (link) yang menghubungkan pengguna ke WhatsApp untuk melakukan tahap awal konsultasi secara personal dan langsung.

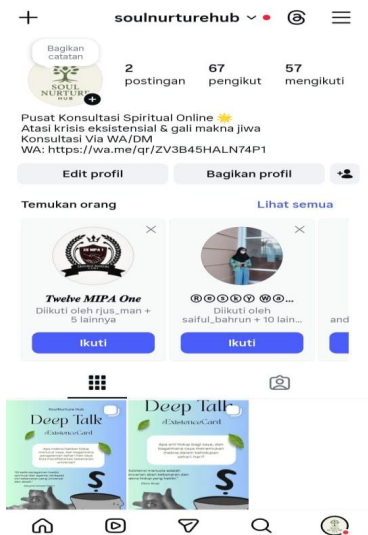
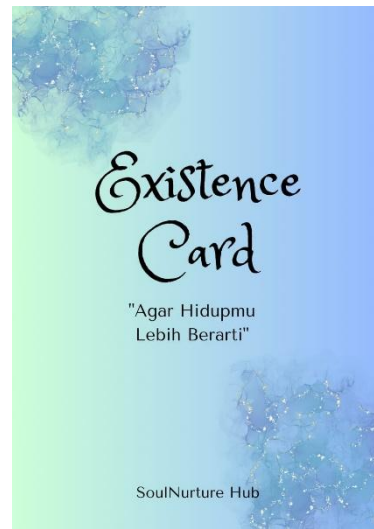
Pada tahap awal konsultasi, klien akan menerima sebuah kartu khusus yang berisi serangkaian pertanyaan mendalam. Pertanyaan ini dirancang untuk menggali persoalan krisis eksistensial yang dialami oleh klien secara rinci mengenal sisi emosional, filosofis, dan spiritual dari masalah tersebut. Dengan jawaban yang diperoleh, tim konsultasi dapat memahami kondisi eksistensial klien secara lebih menyeluruh. Berikut contoh media yang digunakan pada fase konsultasi awal yang diberi nama “Existence Card”.

²⁵ Fathonah, “Parafilia : Nature Atau Nurture ?,” *Al- A'raf* 9867 (2016): 12-13.

Tampak Depan



Tampak Belakang



(Media sosial)



(Logo)

Setelah analisis awal, klien akan diarahkan ke para ahli atau pendamping spiritual yang memiliki kemampuan dan pengalaman, seperti guru spiritual dan Muballig. Mereka akan memberikan bimbingan dan solusi spiritual yang sesuai dengan kebutuhan klien.

Solusi ini efektif karena bukan hanya terbatas pada masalah psikis sebagaimana dalam psikologi tetapi merupakan wadah yang menyentuh dimensi spiritual manusia. Dengan dukungan guru spiritual dan muballig yang memberikan bimbingan yang menyeluruh dan personal.

Keberadaan SoulNurture Hub sebagai pusat konsultasi spiritual berbasis digital juga menjadi jembatan penting bagi mereka yang selama ini terbatas akses konsultasi langsung dan ruang yang aman dalam menyampaikan masalah yang dialami, terutama dalam kondisi krisis eksistensial yang membutuhkan pendampingan intensif. Kemudahan akses melalui platform Instagram dan WhatsApp memungkinkan keterbukaan dan kenyamanan dalam proses konsultasi, sehingga diharapkan dapat menjangkau lebih banyak individu, khususnya generasi muda yang sangat familiar dengan teknologi digital.

Dengan demikian, SoulNurture Hub tidak hanya membantu menganalisis persoalan pribadi klien melalui pertanyaan mendalam, tetapi juga mengantarkan mereka pada pemahaman dan solusi yang membawa pada ketenangan jiwa, peningkatan kesadaran spiritual, serta pertumbuhan pribadi yang merasa lebih bermakna.

KESIMPULAN

Krisis eksistensial pada fase dewasa muda merupakan refleksi dari kegelisahan mendalam yang tidak hanya bersifat psikologis, tetapi juga merupakan dilema filosofis dan spiritual yang mengakar pada keterputusan hubungan manusia dengan dimensi ilahi. Pemikiran filsafat perennial Seyyed Hossein Nasr memberikan kerangka yang kuat dengan menegaskan pentingnya kembalinya manusia ke nilai-nilai tradisional dan spiritual yang abadi untuk mengatasi alienasi eksistensial di era modern. Melalui pendekatan sufisme dan esoterik Islam, krisis ini dapat dijawab dengan cara mengaktifkan kembali kesadaran spiritual serta memperbaiki hubungan manusia dengan Tuhan sebagai pusat eksistensi.

Selain menawarkan kajian filosofis, penyusunan model solusi praktis berupa SoulNurture Hub menjadi jawaban konkret yang menghubungkan teori filsafat perennial dengan kebutuhan aktual generasi muda. Platform ini dirancang sebagai pusat konsultasi dan pendampingan spiritual berbasis teknologi digital

yang memfasilitasi proses refleksi dan pengembangan jiwa secara holistik. Dengan demikian, SoulNurture Hub tidak hanya menjadi tempat pemberdayaan spiritual, tetapi juga medium untuk membantu dewasa muda menavigasi proses krisis eksistensial menuju pemaknaan hidup yang lebih mendalam dan seimbang.

Keseluruhan temuan dan model yang dirumuskan dalam tulisan ini menegaskan adanya kebutuhan mendesak untuk mengintegrasikan pendekatan filosofis-spiritual dengan langkah praktis agar krisis eksistensial pada dewasa muda dapat dikelola secara komprehensif, memberikan ruang bagi pertumbuhan jiwa dan pemaknaan yang utuh di era modern.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji Purwoko, Satria. "Memahami Krisis Eksistensi Diri, Penyebab, Dan Cara Mengatasinya." Hello Sehat, 2023. <https://hellosehat.com/mental/mental-lainnya/krisis-eksistensi/>.
- Arif, Mahmud. "SEYYED HOSSEIN NASR ' S PERENNIALISM PERSPECTIVE FOR THE DEVELOPMENT OF" *Jurnal Filsafat* 33, no. 2 (2023): 357-76. <https://doi.org/10.22146/jf.82439>.
- Armstrong, Thomas. *The Human Odyssey*. New York: IXIA PRESS, 2019.
- Ekawati, Dian. "Eksistensialisme," 2015, 141-42.
- Fathonah. "Parafilia : Nature Atau Nurture ?" *Al- A'raf* 9867 (2016): 12-13.
- Fauhatun, Fathin. "Islam Dan Filsafat Perennial: Respon Seyyed Hossein Nasr Terhadap Nestapa Manusia Modern." *Fuaduna* 04, no. 01 (2020).
- Harahap, Jaipuri. "Seyyed Hossein Nasr Tentang Filsafat Perennial Dan Human Spiritualitas." *Aqlania* 08, no. 02 (2017): 173-96.
- Harto, Kasinyo, Mardiah Astuti, Universitas Islam, Negeri Raden, and South Sumatra. "DISKURSUS ALIRAN UTAMA FILSAFAT PENDIDIKAN :," 2019, 18-30.
- Hilmiatus Salamah, Ika. "Fomo Dan Krisis Eksistensi: Membongkar Kecemasan Modern Melalui Lensa Eksistensialisme Dan Solusi Al-Qur'an." *Imtiyaz* 9 (2025): 355-66.
- Hutabarat, Dayinta. "Analisis Filsafat Eksistensialisme Mengenai Quarter-Life." *Triwikrama* 10, no. 5 (2025): 1-11.
- Ikkal, Muhammad. *The Secret of The Self*. Cet I. London: The Macmillan Company, 1920.
- Kamilla, Khairunnisa Nazwa, Alifia Nur, Elga Saputri, Dayang Astri Fitriani, and Sofie Aulia Az. "Teori Perkembangan Psikososial Erik Erikson." *Early Childhood Journal* 3, no. 2 (2022): 77-87. <https://doi.org/10.30872/ecj.v3i2.4835>.
- Keno, Alexander. "Antara Keberadaan Dan Pencitraan: Filsafat Eksistensialisme , Media Sosial , Dan Krisis Identitas Kaum Muda." *Prosiding Seri Filsafat Teologi* 35, no. 34 (2025): 142. <https://doi.org/10.35312/serifilsafat.v35i34.271>.

- Nasr, Seyyed Hossein, Iranian Academy, Islamic Studies, and Washington Dc. *Man And Nature: The Spiritual Crisis In Modern Man*. Cetakan I. London: Unwin Paperbacks, 1988.
- Nursalim, Eko, Mahasiswa Program, Doktor Pendidikan, Agama Islam, Universitas Islam, Negeri Sultan, Aji Muhammad, Universitas Islam, Negeri Sultan, and Aji Muhammad. "Aliran Perennialisme Dan Implementasinya Dalam Pendidikan Islam" 4, no. 2 (2021): 673-84.
- Santo. "Krisis Identitas Dan Perubahan Sosial Di Kalangan Generasi Milenial." *Pemerintahan UMA*, 2024. <https://pemerintahan.uma.ac.id/2024/07/krisis-identitas-dan-perubahan-sosial-di-kalangan-generasi-milenial/>.
- Supriatna, Fitri Siska, and Salman Husain. "Kontribusi Filsafat Perennial Seyyed Hossein Nasr Terhadap Sains Modern." *Prosiding Integrasi Interkoneksi Islam Dan Sains 2* (2020): 177-83.
- Sutikno. "PENDIDIKAN ISLAM DALAM KRISIS MANUSIA MODERN (Perspektif Filsafat Perennial)" 2, no. 3 (2017): 67-84.
- Wildan, Teuku. "Konsep Nafs (Jiwa) Dalam Al-Qur'an." *Journal lainlangsa 2*, no. 2 (2017): 247.
- Wulandari, Khofifah Dwi, and Ahmad Fahresi. "Menggali Esensi Filsafat Perennialisme Dalam Konteks Pendidikan Islam" 1, no. 6 (2024): 424-36.

LAMPIRAN

