



## PERAN PENGENDALIAN DIRI PERSPEKTIF FILSAFAT STOICISME TERHADAP TOLERANSI PADA MAHASISWA UIN RADEN FATAH PALEMBANG

Muhammad Diennur<sup>1</sup>, Alfi Julizun Azwar<sup>2</sup>, Jamhari<sup>3</sup>

- 1 Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang ; mdnr1410@gmail.com
- 2 Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang ; alfiulizunazwar\_uin@radenfatah.ac.id
- 3 Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang; jamhari\_uin@radenfatah.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.19109/el-fikr.v6i2.32064>

Submission: 19-11-2025	Accepted: 28-12-2025	Published: 30-12-2025
Cite this article:	M. Diennur, Alfi Julizun Azwar, and Jamhari Jamhari. "PERAN PENGENDALIAN DIRI PERSPEKTIF FILSAFAT STOICISME TERHADAP TOLERANSI PADA MAHASISWA UIN RADEN FATAH PALEMBANG" at Islam UIN Raden Fatah Palembang". <i>EL-FIKR: Jurnal Aqidah dan Filsafat Islam</i> 6, no. 2 (n.d.). Accessed December 28, 2025. <a href="https://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/elfikr/article/view/32064">https://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/elfikr/article/view/32064</a> .	

### Abstract:

*This study discusses the role of self-control from the perspective of Stoicism Philosophy on tolerance in students of the Islamic Aqidah and Philosophy study program at UIN Raden Fatah Palembang, especially students of 2021. The purpose of this study is to determine the urgency of self-control in realizing tolerance, the role of self-control and self-control efforts in realizing tolerance and forms of tolerance in self-control in students of the Islamic Aqidah and Philosophy study program at UIN Raden Fatah Palembang. This type of research is field research with researchers directly going into the field supported by primary and secondary data sources. The analysis technique used is the results of interviews that are described and then concluded. The conclusion of this study is the urgency of self-control in realizing tolerance by understanding the nature of existence as a social being. In addition, the role of self-control is very vital because it is used to minimize unwanted things. Efforts to control oneself to realize tolerance always reflect on oneself and are ready to mingle in every situation. The form of tolerance from self-control of students of the Islamic Aqidah and Philosophy study program at UIN Raden Fatah Palembang is being able to accept and be open. This is analyzed through the theory of Stoicism Philosophy which teaches Living in Harmony with Nature, Dichotomy of Control, and Being Able to Control Perception and Interpretation.*

**Keywords:** Stoicism Philosophy, Self-Control, Tolerance



## 1. PENDAHULUAN

Allah menciptakan manusia dibekali dengan potensi-potensi yang dimiliki salah satunya interaksi. Sebagai makhluk sosial, interaksi merupakan pengaruh manusia pada lingkungan, teman bergaul, dan keluarga. Sikap yang mempengaruhi ini akan membentuk pengendalian diri pada manusia. Menurut Zulfah, pengendalian diri merupakan kemampuan yang harus dimiliki manusia, pengendalian diri akan membawa manusia yang berperilaku (baik/buruk) yang terbentuk akibat pengaruh situasi sosial disekitarnya.<sup>1</sup>

Averill dalam Cut Puja Kasma, pengendalian diri merupakan kapasitas untuk mengubah perilaku, kapasitas untuk mengendalikan hal-hal yang diinginkan atau sebaliknya, dan kapasitas untuk mengembangkan kapasitas diri untuk mengikuti keyakinannya.<sup>2</sup> Dapat dipahami bahwa pengendalian diri merupakan kemampuan individu seseorang untuk menentukan arah jalan hidup untuk mencapai suatu kebahagiaan. Dalam pemahaman Filsafat Stoicisme menurut Henry Manampiring, manusia harus hidup diiringi kebaikan/kebajikan, serta mampu mengendalikan emosi yang tidak menyenangkan.<sup>3</sup> Filsafat Stoicisme sendiri memandang pengendalian diri lebih condong kepada emosi-emosi pada manusia.

Emosi tak pernah luput dari manusia karena manusia sendiri menjalani keseharian melibatkan emosinya. Begitu juga dengan mahasiswa, yang merupakan kelompok usia pemikiran yang ideal, yang menerima ide. dari luar baik itu positif maupun negatif asalkan dapat diterima dengan logis.<sup>4</sup> Sebagai mahasiswa yang berafiliasi dengan bidang pemikiran, sudah semestinya mampu mempengaruhi dirinya dengan pemikiran tersebut untuk menimbulkan batasan-batasan pada dirinya.

Dalam penelitian ini, permasalahan yang ada pada mahasiswa tersebut ialah tidak mampu mengontrol dirinya. Seperti yang peneliti amati, pada saat sesi diskusi dikelas mahasiswa yang berafiliasi pada bidang pemikiran tersebut tidak mampu untuk mengendalikan dirinya karena tidak ingin dirinya merasa dipermalukan dengan pertanyaan-pertanyaan yang diberikan oleh mahasiswa lainnya. Hal ini mencerminkan tidak ada rasa menghargai (toleransi) pada dirinya. Seyogyanya, mahasiswa tersebut harus siap untuk menerima apapun yang diberikan baik pertanyaan dan lainnya dari mahasiswa lainnya.

Toleransi berasal dari bahasa Inggris *tolerance* yang memiliki arti memikul atau

<sup>1</sup> Zulfah, "Karakter: Pengendalian Diri," *IQRA : Jurnal Pendidikan Agama Islam* 1, no. 1 (2021): 28–33.

<sup>2</sup> Abrar M. Dawud Faza Cut Puja Kasma, Hasyimsyah Nauton, "Pengendalian Diri Menurut Filsafat Stoicisme (Analisis Terhadap Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring)," *TSAQOFAH : Jurnal Penelitian Guru Indonesia* 3, no. 5 (2023): 1002–1010.

<sup>3</sup> Cut Puja Kasma, Hasyimsyah Nauton, "Pengendalian Diri Menurut Filsafat Stoicisme (Analisis Terhadap Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring)."

<sup>4</sup> Heni Indriyani Yulian Rama Pri Handiki, "Pengaruh Pemahaman Filsafat Terhadap Tingkat Pemahaman Religius Mahasiswa Aqidah Dan Filsafat Islam Di Fakultas Ushuluddin Dan Pemikiran Islam UIN Raden Fatah Palembang," *Jurnal Ilmu Agama* 20, no. 2 (2019): 262–273.

menahan.<sup>5</sup> Sedangkan secara bahasa toleransi merupakan sikap sabar dalam menanggung beban perasaan terhadap perbedaan seperti pendapat, keyakinan, serta praktik peribadatan.<sup>6</sup> Dapat disimpulkan bahwa toleransi merupakan sebuah sikap menerima segala situasi dan tidak saling tersinggung antara satu dengan lainnya ditengah perbedaan yang ada.

Dengan keterkaitan antara pengendalian diri dan toleransi dapat menjadi teori bahwa pengendalian diri memiliki peranan dalam mewujudkan toleransi. Pengendalian diri menjadi batasan bagi manusia dan batasan tersebut merupakan toleransi. Namun dalam praktiknya banyak mahasiswa yang menganggap mereka telah mengendalikan diri mereka tetapi tidak memperdulikan toleransi terkait hasil dari pengendalian diri mereka. Hal ini yang menjadi dasar bagi peneliti untuk mengangkat masalah pada mahasiswa prodi Aqidah dan Filsafat Islam UIN Raden Fatah Palembang. Karena sebagai mahasiswa yang bergelut dalam dunia pemikiran seharusnya mampu untuk mengendalikan hal tersebut, namun nyatanya hal tersebut menjadi wacana yang belum pernah terselesaikan. Maka dari itu, lewat penelitian ini peneliti berharap mampu untuk menjawab problematika tersebut.

Penelitian ini menggunakan penelitian lapangan(*field research*) yaitu peneliti langsung terjun ke lapangan dengan mengobservasi mahasiswa yang akan dijadikan sampel penelitian. Dengan data primer yang diperoleh langsung dari mahasiswa prodi Aqidah dan Filsafat Islam terkait pengendalian diri, Filsafat Stoicisme, dan toleransi serta data sekunder yang dihasilkan melalui buku, skripsi, jurnal, artikel, bahkan situs-situs terkait pengendalian diri, Filsafat Stoicisme, dan toleransi. Teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi. Kemudian teknik analisa data menggunakan deskriptif kualitatif dengan memverifikasi hasil dari observasi dan wawancara yang kemudian di analisa untuk mendapatkan kesimpulan terkait data yang dibutuhkan.

## **2. PEMBAHASAN**

### **2.1. Urgensi Pengendalian Diri Mahasiswa Aqidah dan Filsafat Islam Terhadap Terbentuknya Toleransi**

Bagi mahasiswa prodi Aqidah dan Filsafat Islam UIN Raden Fatah Palembang, mereka memahami bahwa pengendalian diri merujuk pada Filsafat Stoicisme. Filsafat Stoicisme merupakan aliran filsafat tentang metode pengendalian diri dengan tidak dapat mengontrol faktor eksternal dan fokus terhadap faktor internal untuk mencapai titik kebahagiaan.<sup>7</sup> Sementara itu, ada juga yang mengartikan bahwa Filsafat Stoicisme adalah batasan diri untuk kenyamanan hidup dan memiliki pengaruh dari lingkungan untuk mencapai kebahagiaan dirinya.<sup>8</sup> Dari pemahaman mahasiswa diatas adalah bahwa pengendalian diri sama halnya dengan Filsafat Stoicisme.

---

<sup>5</sup> Baidi Bukhori, *Toleransi Beragama: Peran Fundamentalisme Agama Dan Kontrol Diri*, ed. Hamidulloh Ibda, 1st ed. (Semarang: CV. Pilar Nusantara, 2022).

<sup>6</sup> Baiq Rofiqoh Amaliyah Prosmala Hadi Saputra, "Tolerance Education In Indonesia: A Literature Review," *Dialog* 43, no. 1 (2020): 75–88.

<sup>7</sup> Lusiana Dewi, *Wawancara*, 2024.

<sup>8</sup> Oktariana, *Wawancara*, 2024.

Namun, dalam sebuah tantangan di keseharian, ada contoh kasus yang peneliti observasi salah satunya tidak bisa mengontrol diri ketika teman sekelasnya memiliki perbedaan dari dirinya seperti warna kulit dan lainnya. Hal tersebut tidak mencerminkan rasa pengendalian diri karena ia tidak bisa mengontrol dirinya untuk tidak ikut campur dengan perbedaan temannya tersebut.

Jika dipahami bahwa pengendalian diri sangat penting dalam keseharian. Pasalnya pengendalian diri menimbulkan pribadi yang harmonis dan selaras dengan lingkungannya. Pengendalian diri ditempatkan paling awal dalam kehidupan sehari-hari. Karena dalam Filsafat Stoicisme individu tidak bisa mengendalikan diri maka bisa jadi individu tersebut akan terjerumus ke dalam hal-hal yang berada diluar kendali dan bisa berdampak buruk.<sup>9</sup> Dalam Filsafat Stoicisme itu sendiri pemahaman ini bermaksud dikotomi kendali.

Urgensi pengendalian diri membuat individu menjadi pribadi yang baik, tidak tergesa-gesa. Dengan pengendalian diri juga bisa lebih fokus terhadap hidup yang dijalani masa kini (proses).<sup>10</sup> Dengan begitu setiap individu harus bisa untuk memahami segala sesuatu dalam hidup untuk dapat mengendalikan dirinya sendiri.

## **2.2. Peran Pengendalian Diri Mahasiswa Prodi Aqidah dan Filsafat Islam**

Pada dasarnya, manusia memiliki insting untuk membatasi diri mereka. Filsafat Stoicisme merupakan aliran filsafat yang mengajarkan nilai-nilai pengendalian diri. Secara teori dan pemikiran Filsafat Stoicisme dapat untuk mengendalikan diri dengan tidak memberikan ekspektasi yang tinggi terhadap seseorang maupun lingkungan sekitar, karena Filsafat Stoicisme mengajarkan untuk tidak memirkan apa yang diluar kendali.<sup>11</sup> Dari pemahaman Adral pengendalian diri mengajak untuk tetap harus berpikir secara realistis. Bagi adral, peran pengendalian diri ialah tetap berada pada batasan yang batasan tersebut tidak berasal darinya.

Adapun peran dari pengendalian diri itu sendiri ialah bersyukur. Pengendalian diri yang paling utama yaitu mengendalikan hawa nafsu pada diri sendiri. Apabila mamou mengendalikan diri maka dapat memahami esensi keberadaan dan melihat nikmat yang dimiliki dan tidak membandingkan dengan orang lain. Dengan begitu tidak ada kebencian atau iri dalam keadaan apapun baik dari diri sendiri ataupun orang lain dengan kata lain mensyukuri apa yang dimiliki hari ini.<sup>12</sup>

Filsafat Stoicisme sendiri mengandung nilai-nilai pengendalian diri dengan cara membahagiakan diri sama juga dengan membersihkan hati dengan kata lain pengendalian yang dimaksud adalah tidak mudah sakit hati, iri, dendam, dan merusak kebahagiaan orang lain. Filsafat Stoicisme juga berkaitan dengan perkataan Rasulullah Saw bahwa dengan hati yang baik, maka baik pula seluruh anggota badannya. Bisa disimpulkan bahwa hal tersebut bisa untuk meningkatkan nilai-nilai pengendalian diri.<sup>13</sup>

Dari pernyataan kedua mahasiswa tersebut bahwa peran pengendalian diri yang

---

<sup>9</sup> Iqbal, *Wawancara*, 2024.

<sup>10</sup> Adral, *Wawancara*, 2024.

<sup>11</sup> Adral, *Wawancara*.

<sup>12</sup> Fikar, *Wawancara*, 2024.

<sup>13</sup> Dewi, *Wawancara*.

meraka pahami adalah dengan menjalankan kehidupan dengan batasan-batasan yang telah ditetapkan oleh pemahaman religisuitas. Dengan kata lain bahwa pengendalian diri merupakan suatu batasan atau perbuatan yang selaras dengan anjuran dari Allah SWT.

Wolfe dan Higgins dalam Risalatul Huda dkk menyebutkan bahwa *self-control* atau pengendalian diri merupakan kecondongan seseorang untuk memperhitungkan akibat atas tindakannya.<sup>14</sup> Peran pengendalian diri akan beriringan dengan akal karena dalam kehidupan sehari-hari pengendalian diri sangat penting. Dengan menggunakan akal saat bertindak, diperlukan pengendalian diri terhadap tindakan tersebut.<sup>15</sup> Dengan akal, maka peran pengendalian diri akan dapat mengontrol tindakan antara yang baik dan buruk.

Konektivitas antara pengendalian diri dan religiusitas dipahami dengan *sunnatullah* sementara itu dalam Filsafat Stoicisme dikenal dengan **Hidup Selaras Dengan Alam**. Dengan memiliki peran yang penting, pengendalian diri menjadi jalan untuk hidup berdasarkan kepada ketetapan Tuhan dan ini merupakan yang terbaik dalam hidup. Filsafat Stoicisme mengajarkan untuk menjadi manusia yang bijaksana dalam kehidupan yang sudah ditetapkan walaupun terkadang terlihat buruk, tetapi hanya Tuhan yang mengetahui ketetapan tersebut. Seperti halnya ketika mengalami kegagalan, kehilangan, kesulitan, maka harus disikapi dengan yang baik, pasrah (tawakal) dan ridho terhadap keputusan Tuhan tersebut.<sup>16</sup>

Jika melihat konteks sosial dewasa ini, banyak bertebaran di media massa bahwa pengendalian diri tak lagi digunakan karena menganggap dirinya atau kelompoknya yang paling benar. Dengan adanya pemahaman religius yang kuat serta pemahaman Filsafat Stoicisme dengan nilai-nilai pengendalian diri, maka hal tersebut memiliki peran yang sabfa penting dalam kehidupan. Begitu juga dengan pernyataan dua mahasiswa di atas, bahwa pernyataan tersebut merupakan adaptasi dari pemahaman Flsafat Stoicisme **Hidup Selaras Dengan Alam**.

Selain itu, peran pengendalian diri juga sangat signifikan pada saat ingin mengambil sebuah keputusan. Naufal menuturkan, dalam mengambil keputusan pengendalian diri memiliki peran yang sangat penting. Seperti contoh dalam keseharian mengambil keputusan antara belajar atau bermain game. Pengendalian diri yang digunakan untuk mengambil keputusan dan hal ini juga dapat menjadi faktor kesuksesan seseorang.<sup>17</sup> Sukses yang dimaksud ialah mampu mengatur dirinya sendiri tanpa ada paksaan dari berbagai faktor manapun. Jika ditelaah, maka pernyataan ini merupakan buah pikir dari teori **Dikotomi Kendali**. Apabila diperhaikan dengan seksama bahwa untuk mendorong diri untuk sukses perlunya batasan-batasan diri yang ada di dalam kendali maupun diluar kendali.

Dalam perbedaan, pengendalian diri juga memiliki peran yang sangat penting dikarenakan hidup pada sosio-multikultural. Perbedaan merupakan hal yang absolut yang tidak bisa berubah, bahkan kembar identik sendiri pun memiliki perbedaan baik dari segi

<sup>14</sup> Budi Wahono Muhammad Risalul Huda, Abd. Kodir Djaelani, "Peran Pembentukan Etika Dan Pengendalian Diri Terhadap Pembangunan Sumber Daya Manusia (Studi Pada SMP Negeri 3 Karangploso Kab. Malang)," *Jurnal Riset Manajemen* (n.d.): 76–90.

<sup>15</sup> Eko, *Wawancara*, 2024.

<sup>16</sup> Dewi, *Wawancara*.

<sup>17</sup> Naufal, *Wawancara*, 2024.

mentalitas, intelektual dan sebagainya, hal ini menjadikan pengendalian diri sangat penting bagi perbedaan. Tanpa pengendalian diri yang baik, maka hidup akan kacau (lebih mudah terbawa emosi). Pengendalian diri juga memiliki peranan yang sangat penting apabila dalam berpendapat. Akan tetapi dalam praktiknya pengendalian diri jangan sampai terbawa dan terjerumus pada sikap apatis.<sup>18</sup>

Sementara itu, sebagai negara yang memiliki beragam budaya, agama, dan adat. Jika tidak bisa mengendalikan diri mungkin bisa saja saling menyalahkan kebudayaan atau sesuatu yang berbeda atau bahkan bisa menimbulkan perpecahan dan permusuhan.<sup>19</sup> Pemahaman kedua mahasiswa ini dipahami dalam teori Filsafat Stoicisme sebagai **Mengendalikan Interpretasi dan Persepsi**. Sebenarnya apa yang terjadi merupakan sebuah yang netral, namun karena interpretasi dan makna yang diberikan manusia menghasilkan pandangan positif atau “negatif”.<sup>20</sup>

Dengan demikian bahwa pengendalian diri bukan hanya sekedar pemahaman, melainkan sebuah praktik dengan batasan-batasan yang tak terlihat untuk tidak saling mencelakai satu dengan yang lainnya. Pengendalian diri dan Filsafat Stoicisme mengajarkan batasan diri untuk kenyamanan hidup dan memiliki pengaruh dari lingkungan untuk mencapai kebahagiaan dirinya.<sup>21</sup> Teori pengendalian diri sebenarnya menjadikan kebahagiaan bagi individu, namun, jika berhasil dalam pelaksanaannya maka pengendalian diri menjadi sebuah pelindung bagi sekelompok orang yang memahaminya.

Jadi, peran pengendalian diri bagi mahasiswa prodi Aqidah dan Filsafat Islam UIN Raden Fatah Palembang ialah sebagai benteng atau pelindung untuk memfilterisasi sesuatu sebelum bertindak atau berbicara. Sinkronisasi antara akal sebagai promotor untuk aksi menjadi faktor untuk sebuah kelayakan dalam menjalani hidup. Disamping itu, pengendalian diri mahasiswa yang aktif dalam kegiatan kampus berbeda dengan mahasiswa yang tidak aktif.

Dengan demikian menunjukkan bahwa peran pengendalian diri juga dapat dilihat dengan cara penyesuaian mereka dengan lingkungan tanpa harus menimbulkan suatu masalah. Maka muncullah sebuah rasa saling menghargai satu dengan yang lainnya atau dapat memunculkan sikap toleransi. Terlepas dari teori, praktik pengendalian diri dapat membawa hidup menuju keharmonisan dengan tidak mudah terpancing terhadap situasi apapun. Sehingga dari peran tersebut memberikan upaya-upaya untuk mewujudkan toleransi melalui pengendalian diri.

### **2.3. Upaya-upaya Pengendalian Diri Mahasiswa Aqidah dan Filsafat Islam Terhadap Terbentuknya Toleransi**

Berbicara toleransi, toleransi yang dipahami masyarakat umum yaitu narasi dalam sebuah perbedaan, namun jika ditelaah lebih lanjut toleransi yang seperti itu sangat mudah

---

<sup>18</sup> Zelvan, *Wawancara*, 2024.

<sup>19</sup> Fikar, *Wawancara*.

<sup>20</sup> Henry Manampiring, *Filosofi Teras: Filsafat Yunani-Romawi Kuno Untuk Mental Tangguh Masa Kini*, ed. Patricia Wulandari (Jakarta: PT. Kompas Media Nusantara, 2019).

<sup>21</sup> Iqbal, *Wawancara*.



dimanipulasi atau toleransi ini dikategorikan sebagai toleransi kaum pemula.<sup>22</sup> Toleransi merupakan pembukaan ruang bagi individu untuk belajar banyak hal apapun baik itu religiusitas atau budaya lain dengan cara mendengarkan secara terbuka tetapi tidak harus meyakini apa yang dipelajari tersebut.<sup>23</sup> Jadi, toleransi merupakan sikap penerimaan dalam suatu perbedaan dengan bertujuan untuk mencari tahu serta tidak meyakini sesuatu yang berbeda melainkan menghormati perbedaan tersebut.

Jika dikaitkan antara pengendalian diri dan toleransi maka muncul sebuah pertanyaan, apakah bisa pengendalian diri memunculkan sikap toleransi? Pengendalian diri bisa untuk mewujudkan toleransi walaupun terkadang terlihat sulit, namun dengan cara melebihkan fokus terhadap diri sendiri dan tidak merugikan orang lain maka ini dapat dikatakan sikap toleransi.<sup>24</sup>

Berbanding terbalik dengan salah satu mahasiswa, Naufal menyebutkan bahwa, seperti dikelas tidak dipungkiri hal-hal bentrok saat berdebat tidak saling menyalahkan antar sesama. Hal tersebut menjadi faktor utama untuk mewujudkan toleransi.<sup>25</sup> Dengan begitu, pengendalian diri sudah seharusnya bisa membawa seseorang untuk saling menghormati atau bahkan dengan hal-hal yang saling menyalahkan dapat menjadi dorongan untuk bersikap toleransi. Dengan begitu pengendalian diri akan menghasilkan beberapa upaya-upaya dalam mewujudkan toleransi serta akan menghasilkan bentuk-bentuk toleransi yang dihasilkan oleh pengendalian diri.

### 2.3.1. Upaya Pengendalian Diri dalam Mewujudkan Toleransi

Kemunculan sikap toleransi tak lepas dari pandangan hidup masyarakat terkait dengan segala perbedaan. Hal tersebut menjadi pemicu golongan-golongan atau kelompok yang menganggap bahwa perbedaan adalah sesuatu hal yang harus diberi ruang. Seperti dalam toleransi beragama, masih adanya hambatan yang terjadi karena dikotomi padanan kata “kami” dan “mereka”, “mayoritas” dan “minoritas” dalam umat lintas agama yang hal ini dapat menciptakan rasa kecurigaan, kebencian, dan diskriminasi.<sup>26</sup>

Pernyataan diatas dapat dipahami bahwa pada dasarnya individu atau kelompok dalam suatu ruang yang berbeda harus bisa mengendalikan emosi agar tidak terjadi hal-hal yang buruk. Dalam agama Islam Allah menyebutkan orang-orang yang mampu mengendalikan emosinya maka ia termasuk orang-orang yang sabar. Sebagaimana firman Allah yang berbunyi:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالتَّمْرِ ۖ وَبَشِيرِ الصَّابِرِينَ ۝

Artinya: “Dan Kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan,

<sup>22</sup> Yeni Huriani Rifki Rosyad, M. F. Zaky Mubarak, M. Taufiq Rahman, *Toleransi Beragama Dan Harmonisasi Sosial*, ed. M. Taufiq Rahman (Bandung: LEKKAS, 2021).

<sup>23</sup> Agus Ahmad Safei, *Soisologi Toleransi: Kontestasi, Akomodasi, Harmoni*, ed. Priyo Wicaksono (Yogyakarta: Deepublish, 2020).

<sup>24</sup> Oktariana, *Wawancara*.

<sup>25</sup> Naufal, *Wawancara*.

<sup>26</sup> Safei, *Soisologi Toleransi: Kontestasi, Akomodasi, Harmoni*.

*kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kepada orang-orang yang sabar,”* (QS. Al-Baqarah : 155)

Berbicara tentang emosi dan toleransi, menurut Zelvan pengendalian emosi ia dapatkan pada saat mempelajari Filsafat Stoicisme. Ajaran Filsafat Stoicisme terkhusus pengendalian diri, secara praktik akan membawa dengan sikap yang lebih terkontrol emosional dan perbedaan pendapat seperti jika sedang diskusi tidak memberikan batasan dan selalu memberi ruang kepada yang lain agar bisa paham dengan diskusi tersebut. Bahkan dalam keseharian bisa mengontrol apapun seperti dalam hal mengambil keputusan.<sup>27</sup> Pernyataan ini termasuk ke dalam teori **Hidup Selaras dengan Alam** karena Zelvan melibatkan akalanya untuk mengendalikan emodinya karena selalu ingin memberikan ruang kepada teman yang lainnya agar apa yang dibahas dalam diskusi dapat dipahami oleh seluruh teman-temannya.

Selain pengendalian diri, perlu juga kontrol sosial untuk mengharmonisasikan perbedaan menjadi perpaduan yang selaras dengan kehidupan bermasyarakat. Dengan hidup pada negara yang multikultural, seperti dalam praktik keagamaan Yogi berpendapat untuk selalu menghormati apa yang orang lain lakukan. Hal tersebut juga tidak akan diganggu karena bukan merupakan dibawah kendali dirinya. Karena apabila diri sendiri mampu mengendalikan perasaan, tingkah laku atau bahkan pemikiran, belum tentu juga bisa diimplementasikan kepada orang lain.<sup>28</sup>

Upaya yang disebutkan diatas mengajarkan untuk saling menghormati dan tidak mengganggu peribadatan atau keyakinan orang lain. Dalam Filsafat Stoicisme hal tersebut masuk ke dalam teori **Dikotomi Kendali** yaitu aspek yang bisa dikendalikan dan tidak bisa dikendalikan oleh diri sendiri. Penting dalam memahami bahwa “kendali” ialah bukan tentang kemampuan untuk “memperoleh”, melainkan juga untuk “mempertahankan”.<sup>29</sup>

Selain itu, upaya pengendalian diri untuk mewujudkan toleransi ialah siap untuk berbaur atau berinteraksi dengan orang-orang yang berada diluar kelompok pertemanan atau lingkungan sekitar, jangan mudah terpancing terhadap hal-hal yang negatif, seperti emosi dan lainnya.<sup>30</sup> Menurut Ershad pengendalian diri harus mampu memberikan warna dalam upaya mewujudkan toleransi. Maksudnya ialah yang diluar lingkungan sekitar merupakan lingkungan yang keadaan sosialnya berubah sesuai dengan perkembangan modernisasi. Hal ini disebut dengan dinamika sosial yang meruokan perubahan seluruh lapisan masyarakat pada segala aspek yang terus berkembang dari waktu ke waktu.<sup>31</sup> Maka dari itu, pengendalian diri harus memberikan peranan yang mencolok dalam upaya mewujudkan toleransi.

Dari pernyataan diatas, dapat dipahami bahwa upaya yang dilakukan bagaimana cara individu dalam memahami sesuatu yang berbeda dan tidak terpancing dengan apapun. Teori Filsafat Stoicisme yang tepat ialah **Mengendalikan Interpretasi dan Persepsi**. Dengan

---

<sup>27</sup> Zelvan, Wawancara.

<sup>28</sup> Yogi, Wawancara, 2024.

<sup>29</sup> Manampiring, *Filosofi Teras: Filsafat Yunani-Romawi Kuno Untuk Mental Tangguh Masa Kini*.

<sup>30</sup> Ershad, Wawancara, 2024.

<sup>31</sup> Fajri Sodik, “Pendidikan Toleransi Dan Relevansinya Dengan Dinamika Sosial Masyarakat Indonesia,” *Tsamratul Fikri* 14, no. 1 (2020): 1–14.



pemahaman tersebut, dinamika sosial dan perbedaan tak hanya menjadi hal yang aneh melainkan sebagai suatu persatuan dan kekuatan.

Pernyataan-pernyataan diatas menjadi upaya-upaya untuk mewujudkan toleransi yang dilatarbelakangi oleh pembelajaran pada pendidikan dan religiusitas yang baik. Karena apabila dipadukan antara pendidikan dengan religiusitas akan menjadikan individu yang dapat mengendalikan diri dan mewujudkan keharmonisasian dalam kehidupan.

### **2.3.2. Bentuk-Bentuk Toleransi dalam Pengendalian Diri**

Dalam praktiknya, toleransi jalan untuk keserasian antar keberagaman yang ada di masyarakat. Dengan pengendalian diri dapat mendorong untuk menjadi seorang yang toleran dengan bersikap adil dan baik kepada orang lain serta mempraktikkan empati dan pengertian, bisa juga memperbaiki hubungan sosial dengan lingkungan yang lebih harmonis.<sup>32</sup>

Dalam pengertian yang luas, toleransi diartikan sebagai sikap seseorang yang sesuai dalam aturan yang berlaku, dan orang tersebut tetap berusaha menghormati dan menghargai setiap tindakan dan perilaku yang dilakukan orang lain.<sup>33</sup> Oktariana menuturkan bahwa menurutnya, toleransi dalam pengendalian diri ialah tidak ikut campur dalam urusan orang lain, tidak memaksa orang lain untuk terbuka, karena tanpa disadari terkadang mungkin melakukan hal tersebut yang pada dasarnya sama-sama untuk menjaga batasan.<sup>34</sup>

Dalam pemahaman pengendalian diri dalam mewujudkan toleransi bagi mahasiswa prodi Aqidah dan Filsafat Islam UIN Raden Fatah Palembang, terlihat adanya bentuk-bentuk toleransi yang terbentuk melalui pengendalian diri. Adapun beberapa bentuk toleransi yang dihasilkan oleh pengendalian diri sebagai berikut.

#### **a. Menerima dan Terbuka**

Menerima dan terbuka disini ialah dengan artian mampu menerima segala perbedaan serta terbuka dalam mempelajari keyakinan yang berbea tanpa harus meyakininya. Bentuk toleransi itu seperti kontemplasi dan selalu muhasabah dengan diskusi terbuka dan membagi batasan terhadap poin-poin diskusi dengan menerima pendapat yang berbeda, agar tidak mudah puas dengan titik temu yang dihasilkan oleh diskusi tersebut dan selalu membuka peluang untuk orang lain.<sup>35</sup>

Selain itu, hal tersebut dibangun atas kesadaran masing-masing individu atau kelompok yang mampu berpikir sejalan untuk terwujudnya rasa memberi ruang kepada yang berbeda untuk dapat hidup dengan keyakina yang mereka yakini.<sup>36</sup> Filsafat Stoicisme dengan teori **Hidup Selaras dengan Alam** yang menjadi rujukan pada pernyataan

---

<sup>32</sup> Eko, *Wawancara*.

<sup>33</sup> Okta Tri Reski Fennyta Melasari, Mira Destasari, Febiola Sriwulan, Rycko Verliansyah, Lara Santi, Rohan Si Ariko, "Bentuk Toleransi Antar Umat Beragama Dalam Menjaga Identitas Nasional Dan Bhineka Tunggal Ika," *IJOCE: Indonesia Journal of Civic Education* 2, no. 1 (2021): 8–12.

<sup>34</sup> Oktariana, *Wawancara*.

<sup>35</sup> Iqbal, *Wawancara*.

<sup>36</sup> Rifki Rosyad, M. F. Zaky Mubarak, M. Taufiq Rahman, *Toleransi Beragama Dan Harmonisasi Sosial*.

mahasiswa diatas tentang bagaimana akal menjadi benteng pengendalian dalam menghadapi sebuah perbedaan.

Menurut mahasiswa yang bernama Lusiana Dewi, menurutnya ada 3 tips untuk bisa menerima dan terbuka dalam sebuah perbedaan. Pertama, tidak mengganggu kepercayaan orang lain seperti firman Allah dalam surah Al-Kafirun ayat 6. Kedua, tidak mencela agama orang lain seperti dalam surah Al-An'am ayat 108. Ketiga, bersosialisasi atau tolong menolong dalam berbuat kebaikan, karena manusia merupakan makhluk sosial dan saling membutuhkan.<sup>37</sup> Pernyataan ini merupakan sebuah pemaknaan dalam sebuah peristiwa atau dalam Filsafat Stoicisme termasuk dalam teori **Mengendalikan Interpretasi dan Persepsi**. Ia menjadikan Al-Qur'an sebagai pemaknaan hikmah yang terjadi disetiap permasalahan.

b. Mampu Mengendalikan Emosi

Dewasa ini banyak terjadi kasus bahwa yang tidak sejalan dengan suatu kaum, golongan, bahkan individu yang berbeda adalah sebuah kesalahan, dan kebenaran itu berasal dari kaum, golongan, atau dirinya sendiri. Hal ini dipicu oleh kurangnya pengetahuan tentang kebersamaan dalam kehidupan yang beragam. Selain itu, perlunya memahami terlebih dahulu serta memaklumi bahwa setiap tindakan atau apa yang ada disekitar memiliki alasan dan diluar itu semua merupakan bukan atas kendali diri sendiri, maka dari itu mencoba untuk memahami dan memaklumi.<sup>38</sup>

Adral memaknai bahwa tidak terlalu membawa emosinya terhadap tindakan atau perbuatan yang ada disekitarnya melainkan ia memaknai dengan hal yang maklum serta memahami lingkungan sekitarnya. Karena ia tahu mana yang berada didalam kendali dirinya dan mana yang tidak berada dalam kendali dirinya. Hal tersebut juga merupakan sebuah praktik yang merujuk pada teori **Dikotomi Kendali** dalam Filsafat Stoicisme.

Sementara itu, dengan mampu mengendalikan emosi Ershad mengatakan bahwa dirinya tidak mungkin bertindak semaunya dan juga harus memikirkan orang lain. Hal ini sangat penting karena mengendalikan emosi ketika siap terjun langsung pada hal yang berbeda.<sup>39</sup> Dalam Filsafat Stoicisme pernyataan ini termasuk kedalam teori **Hidup Selaras dengan Alam** tentang bagaimana Ershad menggunakan akalnya untuk mengendalikan emosinya.

Jadi, bentuk toleransi yang dihasilkan dari pengendalian diri dalam Filsafat Stoicisme ialah bagaimana cara untuk bisa menerima dan terbuka serta mampu mengendalikan emosi. Hasil ini merupakan analisa dari pemahaman mahasiswa prodi Aqidah dan Filsafat Islam UIN Raden Fatah Palembang terhadap pengendalian diri perspektif Filsafat Stoicisme dan toleransi.

### 3. KESIMPULAN

Urgensi dari pengendalian diri mahasiswa prodi Aqidah dan Filsafat Islam UIN Raden

<sup>37</sup> Dewi, *Wawancara*.

<sup>38</sup> Adral, *Wawancara*.

<sup>39</sup> Ershad, *Wawancara*.

Fatah Palembang dalam mewujudkan toleransi ialah memfokuskan diri dengan tidak mudah terkontaminasi dengan hal-hal yang bersifat negatif. Dengan pemahaman Filsafat Stoicisme membawa mahasiswa prodi Aqidah dan Filsafat Islam UIN Raden Fatah Palembang menjadi pribadi yang tenang dan tidak tergesa-gesa.

Pengendalian diri memiliki peran yang sangat vital dalam kehidupan. Dengan pengendalian diri mahasiswa prodi Aqidah dan Filsafat Islam dapat memahami situasi dan kondisinya disaat mereka berada pada lingkungan yang berbeda. Upaya yang dilakukan untuk mewujudkan toleransi dalam pengendalian diri ialah selalu muhasabah diri dan siap berbaur pada lingkungan yang berbeda. Bentuk toleransi yang dihasilkan ialah menerima dan terbuka serta mampu mengendalikan emosi. Dengan begitu mahasiswa prodi Aqidah dan Filsafat Islam mengetahui hakikat kehidupan bahwa suatu yang berbeda memiliki keunggulannya masing-masing.

## REFERENSI

Adral. *Wawancara*, 2024.

Bukhori, Baidi. *Toleransi Beragama: Peran Fundamentallisme Agama Dan Kontrol Diri*.

Edited by Hamidulloh Ibda. 1st ed. Semarang: CV. Pilar Nusantara, 2022.

Cut Puja Kasma, Hasyimsyah Naution, Abrar M. Dawud Faza. "Pengendalian Diri Menurut Filsafat Stoikisme (Analisis Terhadap Buku Filosofi Teras Karya Henry Manampiring)." *TSAQOFAH : Jurnal Penelitian Guru Indonesia* 3, no. 5 (2023): 1002–1010.

Dewi, Lusiana. *Wawancara*, 2024.

Eko. *Wawancara*, 2024.

Ershad. *Wawancara*, 2024.

Fennyta Melasari, Mira Destasari, Febiola Sriwulan, Rycko Verliansyah, Lara Santi, Rohan Si Ariko, Okta Tri Reski. "Bentuk Toleransi Antar Umat Beragama Dalam Menjaga Identitas Nasional Dan Bhineka Tunggal Ika." *IJOCE: Indonesia Journal of Civic Education* 2, no. 1 (2021): 8–12.

Fikar. *Wawancara*, 2024.

Iqbal. *Wawancara*, 2024.

Manampiring, Henry. *Filosofi Teras: Filsafat Yunani-Romawi Kuno Untuk Mental Tangguh Masa Kini*. Edited by Patricia Wulandari. Jakarta: PT. Kompas Media Nusantara, 2019.

Muhammad Risalul Huda, Abd. Kodir Djaelani, Budi Wahono. "Peran Pembentukan Etika Dan Pengendalian Diri Terhadap Pembangunan Sumber Daya Manusia (Studi Pada SMP Negeri 3 Karangploso Kab. Malang)." *Jurnal Riset Manajemen* (n.d.): 76–90.

Naufal. *Wawancara*, 2024.

Oktariana. *Wawancara*, 2024.

Prosmala Hadi Saputra, Baiq Rofiqoh Amaliasyah. "Tolerance Education In Indonesia: A Literature Review." *Dialog* 43, no. 1 (2020): 75–88.

Rifki Rosyad, M. F. Zaky Mubarak, M. Taufiq Rahman, Yeni Huriani. *Toleransi Beragama Dan Harmonisasi Sosial*. Edited by M. Taufiq Rahman. Bandung: LEKKAS, 2021.

Safei, Agus Ahmad. *Soisologi Toleransi: Kontestasi, Akomodasi, Harmoni*. Edited by Priyo Wicaksono. Yogyakarta: Deepublish, 2020.

Sodik, Fajri. "Pendidikan Toleransi Dan Relevansinya Dengan Dinamika Sosial Masyarakat

- Indonesia." *Tsamratul Fikri* 14, no. 1 (2020): 1–14.
- Yogi. *Wawancara*, 2024.
- Yulian Rama Pri Handiki, Heni Indriyani. "Pengaruh Pemahaman Filsafat Terhadap Tingkat Pemahaman Religius Mahasiswa Aqidah Dan Filsafat Islam Di Fakultas Ushuluddin Dan Pemikiran Islam UIN Raden Fatah Palembang." *Jurnal Ilmu Agama* 20, no. 2 (2019): 262–273.
- Zelvan. *Wawancara*, 2024.
- Zulfah. "Karakter: Pengendalian Diri." *IQRA : Jurnal Pendidikan Agama Islam* 1, no. 1 (2021): 28–33.