

**KONSEP *LAW OF ATTRACTION* DALAM AL-QUR'AN
DAN RELEVANSINYA DENGAN *GOAL ACHIEVEMENT***



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag)**

Oleh

**NURAINI PANGESTI
NIM. 2017501034**

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
JURUSAN STUDI AL-QUR'AN DAN SEJARAH
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI
PURWOKERTO
2024**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Nama : Nuraini Pangesti
NIM : 2017501034
Jenjang : S1
Fakultas : Ushuluddin Adab dan Humaniora (FUAH)
Jurusan : Ilmu Al-Qur'an dan Sejarah
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Menyatakan bahwa Naskah Skripsi berjudul **"Konsep Law of Attraction Dalam Al-Qur'an dan Relevansinya dengan Goal Achievement"** ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, bukan buatan orang lain, bukan saduranm juga bukan terjemahan. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi ini, diberi tanda citasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya ini tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar akademik yang telah saya peroleh.

Purwokerto, 3 Oktober 2024
Saya yang menyatakan,



Nuraini Pangesti
NIM.2017501034



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN HUMANIORA
Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553 Website: www.uinsaizu.ac.id

PENGESAHAN

Skripsi Berjudul

**Konsep *Law of Attraction* Dalam Al-Qur'an
dan Relevansinya dengan *Goal Achievement***

Yang disusun oleh Nuraini Pangesti (2017501034) Program Studi Ilmu Al-Quran dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora, UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto telah diujikan pada tanggal 17 Oktober 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Penguji I

Dr. Munawir, S.Th.L., M.S.I
NIP.197805152009011012

Penguji II

Hj. Laili Liddini, Lc., M.Hum
NIP. 198604122019032014

Ketua Sidang/Pembimbing

Prof. Dr. Hj. Naqiyah, M.Ag
NIP. 196309221990022001

Purwokerto, 23 Oktober 2024

Dekan



Dr. Hartono, M.Si
NIP. 197205012005011004



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN HUMANIORA
Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553

REKOMENDASI MUNAQOSYAH

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Yang bertanda tangan di bawah ini, Dosen Pembimbing Skripsi dari mahasiswa :

Nama : Nuraini Pangesti
NIM : 2017501034
Jurusan/Prodi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Angkatan Tahun : 2020
Judul Proposal Skripsi : Konsep Law of Attraction Dalam Al-Qur'an dan Relevansinya
Dengan Goal Achievement.

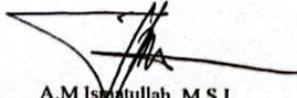
Menerangkan bahwa skripsi mahasiswa tersebut telah siap untuk di munaqosyah kan setelah yang bersangkutan memenuhi persyaratan akademik yang telah ditetapkan.

Demikian Rekomendasi ini dibuat untuk menjadikan maklum dan mendapatkan penyelesaian sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alikum Wr. Wb.

Dibuat di : Purwokerto
Pada Tanggal : 3 Oktober 2024

Mengetahui,
Koordinator Program Studi IAT


A.M Ismatullah, M.S.I.
NIP. 198706152009121004

Dosen Pembimbing


Prof. Dr. Hj. Naqiyah, M. Ag.
NIP.196309221990022001

MOTTO

Apa yang engkau pikirkan seperti itulah engkau akan menjadi

Apa yang engkau rasakan itulah yang akan engkau tarik

Apa yang kau bayangkan itulah yang akan engkau ciptakan

~The Secret Rhonda Byrne~

Berpikir positif dan berprasangka positif merupakan kunci kebahagiaan dan keberhasilan, sebab “Allah selalu bersama prasangka hambanya”

~Nuraini Pangesti~



PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur penulis persembahkan karya ini kepada kedua orang tua penulis Bapak Narwan dan Ibu Esti yang senantiasa memberikan doa dan dukungan untuk anak putrinya. Tanpa doa dan dukungan dari bapak dan ibu, penulis tidak akan sampai pada titik ini. Terimakasih juga untuk kakak tercinta penulis Rahayu Setiawan yang senantiasa memberikan support dan masukan-masukan membangun kepada penulis. Semoga senantiasa diberikan kelancaran dan kemudahan disetiap langkahnya.



KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

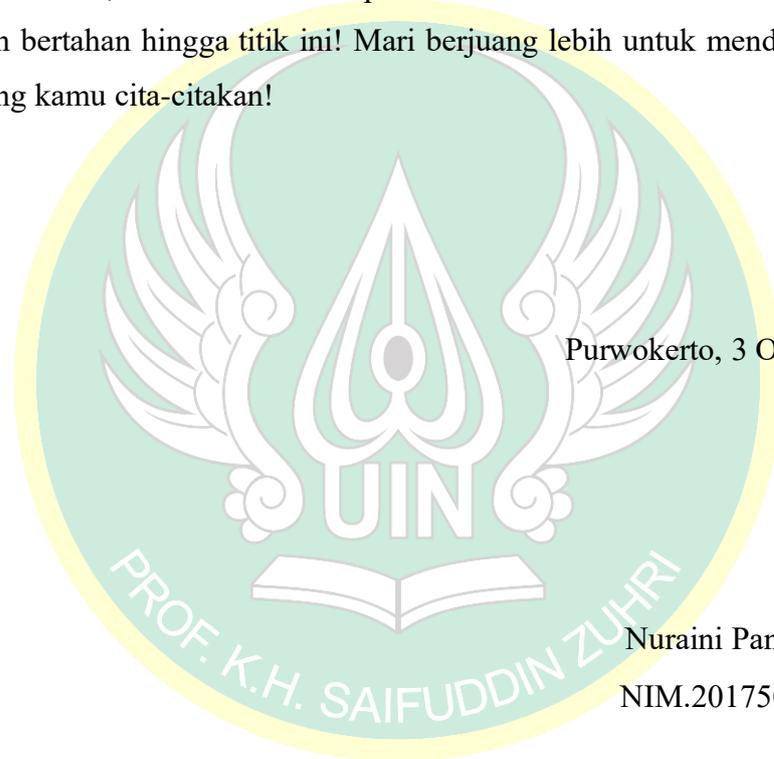
Puji syukur kami haturkan kepada Tuhan semesta alam, Dzat yang maha Sempurna, Allah SWT., yang senantiasa mengalirkan Rohman-RohimNya kepada kami yang tengah berada dalam fase bertholabul ‘ilmi. Akhirnya skripsi yang berjudul **“LAW OF ATTRACTION DALAM AL-QUR’AN DAN RELEVANSINYA DENGAN GOALS ACHIEVMENT”** ini alhamdulillah dapat terselesaikan. *Allahumma Sholi ‘Ala Sayyidina Muhammad Shalallahu ‘Alaihi Wassalam*, doa tulusku untukmu wahai Rasulullah SAW, para keluarga, sahabat, tabi’in, serta pengikut terbaikmu. Kita semua berharap dengan bershalawat kelak menjadi syafaat di hari kemudian.

Penelitian ini tidak berarti apa-apa tanpa bantuan dari beberapa pihak. Oleh karena itu, dengan selesainya skripsi ini rasa trimakasih yang tulus dan rasa hormat yang dalam, kami sampaikan kepada:

1. Bapak. Prof. Dr. H. Ridwan, M.Ag., Selaku Rektor UIN Prof K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto, semoga penulis dapat memperoleh dan memperdalam ilmu serta mengikuti langkah keilmuan beliau. Aaamiiin.
2. Dr. Hartono, M.Si., Selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora, UIN Prof K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto. Sekaligus sebagai dosen penguji seminar proposal.
3. Prof. Dr. Kholid Mawardi, S.Ag.,M.Hum., selaku Wakil Dekan I Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora Uin Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto.
4. Dr. Farichatul Maftuchah, M.Ag., selaku Wakil Dekan II Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora Uin Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto.
5. Dr. Elya Munfarida, M.Ag., selaku Wakil Dekan III Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto.

6. Farah Nuril Izza, Lc., M.A.,Ph.D., selaku Ketua Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Sejarah Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto.
7. A.M. Ismatullah, M.S.I., selaku Koordinator Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora Uin Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto.
8. Prof. Dr. Hj. Naqiyah, M.Ag., Selaku dosen pembimbing skripsi yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, kritikan serta saran terbaik sampai skripsi ini berhasil terselesaikan. Penulis sangat berterima kasih atas kesabaran dan kesempatan yang telah beliau berikan kepada penulis. Semoga beliau senantiasa diberikan kelancaran disetiap langkahnya. Aamiin.
9. Dr. H.M. Safwan Mabur, AH MA., selaku dosen pembimbing akademik yang telah banyak memberikan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Seluruh staff administrasi Fakultas Ushuluddin Adab Humaniora yang telah memberikan pelayanan terbaiknya.
11. Kepada kedua orang tua penulis, Bapak Narwan dan Ibu Esti Sudiasuti yang senantiasa memberikan motivasi dan dukungan baik yang bersifat moril maupun materil
12. Kepada kakak terbaik, Rahayu setiawan yang senantiasa memberikan motivasi dan saran hingga penulis sampai pada tahap ini.
13. Kepada keluarga terdekat penulis, Nenek ratimah, Bude Winarni, dan Pakde Anto. Tak lupa pula sepupu tercinta Mba Nashwa dan Mas Gibran yang senantiasa mendukung dan menghibur penulis.
14. Kepada teman baik dan teman seperjuangan penulis dalam menyelesaikan skripsi, mba saadah terimakasih telah membersamai dan menciptakan moment indah pada masa-masa terakhir perkuliahan.
15. Kepada teman baik penulis, Nurfitriyani Syalihah terimakasih sudah banyak mensupport dan mengukir cerita bersama saat kuliah sampai penulis menyelesaikan skripsi ini

16. Kepada rekan-rekan seperjuangan, mahasiswa/I Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Angkatan 2020, khususnya IAT A. Sukses selalu untuk kalian semua.
17. Kepada teman-teman seperjuangan dari Pondok Pesantren Sabillil Muttaqien Angkatan 2019, khususnya Dina Riantika, Septia Cahyani, Dwiati Solihati, Agustina Rahmawati, Anton Hidayat dan Muhammad Azhar Pahlevi. Sukses selalu untuk kalian semua.
18. Kepada diri sendiri, yang sudah kuat berdiri dan berjuang hingga saat ini. Semoga apa yang sudah diperoleh selama menuntut ilmu dapat bermanfaat, baik di dunia maupun di akhirat. Kamu hebat sudah berjuang dan bertahan hingga titik ini! Mari berjuang lebih untuk mendapatkan apa yang kamu cita-citakan!



Purwokerto, 3 Oktober 2024

Nuraini Pangesti

NIM.2017501034

PEDOMAN TRANSLITERASI

Transliterasi untuk penulisan kata Arab-Latin yang digunakan oleh peneliti dalam penyusunan skripsi ini mengacu pada Surat Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia yang tertanggal 22 Januari 1988 dengan Nomor 0543 b/U/1987.

A. Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba'	B	Be
ت	Ta'	T	Te
ث	Ša	Š	ES (dengan titik atas)
ج	Jim	J	Je
ح	H	H	Ḥ (dengan titik bawah)
خ	Kha'	Kh	Ka dan Ha
د	Dal	D	De
ذ	Žal	Ž	Ẓ̌ (dengan titik atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Za	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan Ye
ص	Sad	ş	ş̣ (dengan titik bawah)
ض	Dad	ḍ	ḍ̣ (dengan titik bawah)
ط	Ṭa'	ṭ	ṭ̣ (dengan titik bawah)
ظ	Ẓa'	ẓ	ẓ̣ (dengan titik bawah)
ع	'ain	‘	Koma terbalik diatas
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi

ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	'El
م	Mim	M	'Em
ن	Nun	N	'En
و	Wawu	W	W
ه	H	H	Ha
ء	Hamzah	'	Apastrof
ي	Ya	Y	Ye

B. Konsonan Rangkap karena Syaddah ditulis rangkap

متعددة	Ditulis	<i>muta'addidah</i>
عدة	Ditulis	<i>'iddah</i>

C. Ta' Marbūṭah di akhir kata Bila dimatikan tulis h

حكمة	Ditulis	<i>ḥikmah</i>
جزية	Ditulis	<i>jizyah</i>

(Ketentuan ini tidak diperlakukan pada kata-kata arab yang sudah terserap kedalam bahasa Indonesia, seperti zakat, salat dan sebagainya, kecuali bila dikehendaki lafal aslinya)

1. Bila diikuti dengan kata sandang "al" serta bacaan kedua itu terpisah, maka ditulis dengan h.

كرامة الاولياء	Ditulis	<i>Karāmah al-auliyā'</i>
----------------	---------	---------------------------

2. Bila ta' marbūṭah hidup atau dengan harakat, fathah atau kasrah atau d'ammah ditulis dengan t

زكاة الفطر	Ditulis	<i>Zakāt al-ḥiṭr</i>
------------	---------	----------------------

D. Vokal Pendek

-----	Fathah	Ditulis	a
-----	Kasrah	Ditulis	i

-----	Ḍammah	Ditulis	u
-------	--------	---------	---

E. Vokal Panjang

1.	Fathāh + alif جا هلية	ditulis ditulis	ā jāhiliyah
2.	Fathāh + ya' mati تنسي	ditulis ditulis	ā tansā
3.	Kasrah + ya' mati كر يم	ditulis ditulis	ī karīm
4.	D}ammah + wāwumati فروض	ditulis ditulis	ū furūd'

F. Vokal Rangkap

1.	Fathāh + ya' mati بينكم	ditulis ditulis	ai bainaku
2.	Fathāh + wawu mati قول	ditulis ditulis	au qaul

G. Vokal Pendek yang berurutan dalam satu kata dipisahkan dengan apostrof.

انتم	Ditulis	a'antum
اعدت	Ditulis	u'iddat
لئن شكرتم	Ditulis	la'in syakartum

H. Kata Sandang Alif + Lam

1. Bila diikuti oleh huruf Qamariyyah

القران	Ditulis	al-Qur'ān
القياس	Ditulis	al-Qiyās

2. Bila diikuti huruf *Syamsiyah*, ditulis dengan huruf *Syamsiyah* yang mengikutinya. Serta menghilangkan huruf *L(el)*-nya. Contoh:

السماء	Ditulis	<i>as-Samā'</i>
الشمس	Ditulis	<i>asy-Syams</i>

I. Penulisan kata-kata dalam rangkaian kalimat

Ditulis menurut bunyi atau pengucapannya.

ذويا الفوض	Ditulis	<i>zawī al-furūd'</i>
اهل السنه	Ditulis	<i>ahl as-Sunnah</i>



ABSTRAK

KONSEP *LAW OF ATTRACTION* DALAM AL-QUR'AN DAN RELEVANSINYA DENGAN *GOAL ACHIEVEMENT*

Nuraini Pangesti

NIM. 2017501034

Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Jurusan Studi Al-Qur'an dan Sejarah

Fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora

Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto

Jl. A. Yani 40-A (+62-281)-635624 Purwokerto 53137

Email: nurainipangestu563@gmail.com

Skripsi ini dilatarbelakangi oleh ketertarikan penulis terhadap konsep *law of attraction* yang hangat diperbincangkan di media sosial. *Law of attraction* ini diklaim dapat mewujudkan keinginan dan keberhasilan hidup manusia dan seolah-olah meniadakan peran Tuhan di dalamnya sehingga tidak sejalan dengan ajaran Al-Qur'an dan Hadis. Oleh karena itu, dalam skripsi ini dirumuskan masalah sebagai berikut: '*Bagaimana konsep law of attraction dalam Al-Qur'an. Selanjutnya, bagaimana relevansinya dengan goal achievement*'.

Kedua masalah tersebut menjadi fokus penelitian ini. Jenis penelitian ini merupakan studi kepustakaan (*library research*), dengan metode deskriptif kualitatif dan pendekatan tafsir maudhu'i. Selanjutnya, dianalisis dengan menggunakan teori Zimmerman, regulasi diri.

Hasil penelitian ini adalah sebagai berikut: Konsep *law of attraction* dalam Al-Qur'an tercermin dalam beberapa aspek spiritualitas, yaitu doa, usaha, berfikir positif, melakukan amal saleh, sikap sabar, dan syukur. Aspek-aspek tersebut merupakan bentuk upaya untuk mencapai tujuan dan menunjukkan adanya peran Tuhan di dalamnya. Melalui analisis teori regulasi diri Zimmerman ditemukan adanya relevansi antara *law of attraction* dalam Al-Qur'an dan *goal achievement*. Pertama, usaha dan keyakinan atas ketetapan Allah merupakan upaya tercapainya suatu tujuan hal ini relevan dengan aspek metakognitif. Kedua, motivasi intrinsik dan ekstrinsik dalam Al-Qur'an merupakan bentuk dorongan individu untuk melaksanakan tindakan tertentu dengan tujuan mendapatkan apa yang individu inginkan, hal ini relevan dengan aspek motivasi. Ketiga, amal saleh merupakan bentuk aktivitas yang didasari adanya tujuan tertentu dalam rangka mendatangkan kebaikan dan manfaat bagi diri individu, hal ini relevan dengan aspek perilaku.

Kata kunci: *Law of attraction, Goal Achievement, Regulasi Diri, Al-Qur'an.*

ABSTRACT

LAW OF ATTRACTION CONCEPT IN AL-QURAN AND THE RELEVANCE WITH THE GOAL ACHIEVEMENT

Nuraini Pangesti

NIM.2017501034

Al-Quran and Hadith Study Programe

Study of Al-Quran and History Major

Faculty of Ushuluddin Adab and Humaniora

State Islamic University Professor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto

Jl. A. Yani 40-A (+62-281)-635624 Purwokerto 53137

Email: nurainipangestu563@gmail.com

This research is based on the interest of the writer towards the concept of Law of attraction which is a hot topic in social media. The law of attraction is claimed to be able to grant the people wishes and make life successful without role of God so that it is not in line with what Al-Quran and hadith teach. Thus, in this research, the research problem is formulated into: ‘How is the concept of Law of attraction described in Al-Quran. Then, how is the relevance with the goal achievement?’”

Those research problems become the main focus of the research. The type of the research is library research, with qualitative descriptive method and maudhu’i interpretation approach. Furthermore, it is analyzed using Zimmerman theory, self regulation.

The result of the research as follows: The concept of law of attraction in Al-quran is reflected in some of spirituality aspects such as prayer, efforts, positive thinking, do the good deed, being patient, and being grateful. Those aspects are the realization as the efforts to achieve the goals and reflects the role of God in the process. By using the self regulation theory from Zimmerman, it is found that there is relevance between the law of attraction in Al-Quran with goal achievement. First, efforts and belief toward Allah’s decision is an effort to achieve certain goals. It is relevant with metacognitive aspect. Second, intrinsic and extrinsic motivation in Al-Quran is a realization of individual encouragement to do certain acts with the goal to get what they want. It is relevant with motivation aspect. Third, pious deed is an acitivity that is based on certain goals in term of getting goodness and merit for the individual. It is relevant with behavior aspect.

Keyword: Law of attraction, Goal achievement, Self regulation, Al-Quran.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYTAAN KEASLIAN	ii
PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
PEDOMAN TRANSLITERASI	x
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xv
DAFTAR ISI	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian	9
E. Tinjauan Pustaka	10
F. Kerangka Teori.....	15
G. Metode Penelitian.....	24
H. Teknik Pengumpulan Data.....	25
I. Teknik Analisis Data.....	26
J. Sistematika Pembahasan.....	28
BAB II <i>LAW OF ATTRACTION</i> (HUKUM TARIK MENARIK) DALAM AL-QUR'AN	29
A. Pengertian <i>Law of Attraction</i>	29
B. Sejarah <i>Law of Attraction</i>	32
C. Proses Terjadinya <i>Law of Attraction</i>	36
D. Prinsip – Prinsip Universal Dalam <i>Law of Attraction</i>	43

1. The Principle of Consciousness (Prinsip Kesadaran)	44
2. <i>The Principle of Magnetism</i> (Prinsip Magnetisme).....	44
3. <i>The Principle of Pure Desire</i> (Prinsip Keinginan Murni)	45
4. <i>The Principle of Paradoxical Intent</i> (Prinsip Niat Paradox)	45
5. <i>The Principle of Harmony</i> (Prinsip Harmoni).....	45
6. <i>The Principle of Right Action</i> (Prinsip Tindakan yang Benar) ...	46
7. <i>The Principle of Expanding Influence</i> (Prinsip Memperluas Pengaruh)	46
E. Konsep <i>Law of Attraction</i> Dalam Al-Qur'an.....	47
1. Substansi <i>Law of Attraction</i>	48
2. Balasan Kepada Setiap Individu	49
3. Perempuan baik untuk laki laki yang baik.....	58
4. Kebaikan dibalas kebaikan.....	61
5. Tanggung jawab bagi diri sendiri	65
6. Usaha dan balasan.....	69
7. Balasan Baik dan Buruk.....	76
F. <i>Law of Attraction</i> dan Energi Al-Qur'an.....	80
1. Energi Doa	82
2. Energi Syukur.....	94
3. Energi Sabar	107
BAB III RELEVANSI <i>LAW OF ATTRACTION</i> DALAM AL-QUR'AN DENGAN <i>GOAL ACHIEVEMENT</i>.....	122
A. Goal Achievement (Pencapaian Tujuan).....	123
B. Relevansi aspek metakognitif dengan prasangka dan rahmat Allah	127
C. Relevansi aspek motivasi dengan konsep motivasi dalam Al-Qur'an	131
D. Relevansi aspek perilaku dengan amal dan balasan dalam Al-Qur'an	138

BAB IV PENUTUP.....	142
A. Kesimpulan.....	142
B. Rekomendasi.....	143
DAFTAR PUSTAKA	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	



BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Teori *law of attraction* (LoA) populer di kalangan masyarakat sejak munculnya film *The secret* karya Rhonda Byrne. Film tersebut mengungkapkan sebuah rahasia besar mengenai *law of attraction*, dalam pandangan ilmu filsafat modern hukum tarik menarik (*law of attraction*) merupakan suatu keyakinan yang dipusatkan pada pikiran, baik positif maupun negatif, keyakinan ini didasarkan pada gagasan bahwa pikiran dapat menciptakan kesehatan, kesejahteraan dan keberhasilan melalui proses “penyerapan energi yang serupa” (Pichan & Motia, 2019, pp. 51–53).

Belakangan ini *law of attraction* menjadi perbincangan hangat di kalangan masyarakat Indonesia bahkan seluruh masyarakat dunia. Perbincangan tersebut disebabkan oleh pengaruh besar *trainer* dan *content creator* yang senantiasa menyebarluaskan teori *law of attraction* di media sosial, contohnya adalah Tresnany Moonlight seorang *content creator* sekaligus coach dalam bidang *law of attraction*, spiritual dan *self development* dan telah memiliki sertifikasi skala internasional dalam bidang *law of attraction*, *mindset*, dan *manifestation*. *Law of attraction* sendiri merupakan salah satu hukum alam yang secara tidak sadar banyak diabaikan oleh manusia, hal ini didasarkan pada gagasan bahwa kemiripan menarik kemiripan (*like attract like*), namun pada kenyataannya hukum tersebut seringkali tidak disadari oleh manusia, sebab *law of attraction* diklaim dapat mempengaruhi

berbagai aspek kehidupan seperti kesehatan, akal, hingga kekayaan. (Anasta, 2023).

Pengaruh *law of attraction* terhadap kehidupan ditentukan oleh pikiran dan keyakinan masing-masing individu. Pikiran positif akan menarik hal yang positif begitupun sebaliknya pikiran negatif akan menarik hal yang negatif. Prinsip seperti ini tentu menimbulkan kontroversi di masyarakat, apakah *law of attraction* benar-benar terjadi? atau hanya sekedar manipulasi para motivator. Sejauh ini para peneliti belum menemukan bukti ilmiah pada hukum tarik menarik, karena itulah *law of attraction* diklaim sebagai ilmu *pseudosains* (Safanja, 2022), meskipun belum terbukti secara ilmiah *law of attraction* tetap populer dan berkembang di masyarakat, secara filosofi *law of attraction* mengklaim bahwa pikiran merupakan penentu sebuah realitas artinya apa yang dilihat dan dirasakan seseorang saat itu merupakan hasil manifestasi dari sebuah pikiran. (Zarawaki, 2022)

Pikiran merupakan elemen terpenting dalam konsep *law of attraction*, Jack Canfield seorang penulis terkenal di New York menjelaskan bahwasannya hukum tarik menarik didefinisikan dengan istilah sederhana sebagai berikut : “Pikiran yang terdiri dari energi dapat menimbulkan dampak yang besar terhadap perubahan hidup manusia” apapun yang berlangsung dalam benak, apapun yang difokuskan dalam pikiran, itulah yang akan ditarik kembali ke dalam diri manusia.(Castrillon, 2019) Pikiran menarik hal-hal yang serupa di frekuensi yang sama, apa yang dipikirkan itulah yang akan terwujud, maka tidak heran jika banyak di antara pengusaha sukses yang

hidupnya semakin sukses, karena pada prinsipnya orang sukses selalu meyakini bahwa hidupnya akan sukses sehingga akan menarik energi positif dan kemudian mendorong kekuatan diri untuk bekerja keras dalam mencapai cita-cita dan tujuan hidup. Prinsip ini merupakan bentuk implementasi pola pikir *growth mindset* yang artinya pikiran akan berkembang sesuai dengan usaha dan kerja keras.

Sebagai komponen utama dalam konsep *law of attraction*, pikiran tidak mungkin berdiri secara mandiri, sebab hukum ketertarikan bukanlah sihir yang dapat merubah sesuatu secara instan. Oleh karena itu, ketika konsep ini dipraktikkan dalam kehidupan, pikiran positif harus dimbangi dengan usaha, kesabaran, pelatihan dan praktik visualisasi. Meskipun prinsipnya sederhana hanya memadukan dua unsur utama yakni pikiran dan tindakan disertai dengan ikhtiar dan kesabaran, namun sayangnya masih banyak orang yang gagal dalam mempraktikkan konsep *law of attraction*. Hal ini terjadi karena kesalahpahaman dalam memahami sistem kerja *law of attraction* itulah mengapa orang kaya semakin kaya dan orang miskin semakin miskin. (Castrillon, 2019). Orang yang memiliki kesalahpahaman terhadap konsep *law of attraction*, akan beranggapan bahwa apa yang dibayangkan itulah yang akan terjadi di kemudian hari tanpa memperhatikan aspek-aspek pendukung *law of attraction*, seperti usaha dan kerja keras. Hukum ketertarikan berkaitan dengan hukum sebab akibat, seperti dalam sebuah pepatah yang berbunyi “Apa yang kita tanam itu pula yang akan kita tuai” maka apa yang diusahakan itulah yang akan kembali kepada diri kita masing-masing.

Orang yang paham dengan sistem kerja *law of attraction*, cenderung akan mudah menahan emosi dan memiliki keyakinan diri untuk selalu berfikir positif terhadap segala hal yang ia hadapi. *Law of attraction* merupakan *sunnatullah* artinya ia tidak memutuskan mana yang baik dan mana yang buruk, ia sekedar menampung sinyal dari buah pikiran seseorang dan memantulkannya kembali sesuai dengan frekuensinya. Ibarat sebuah magnet yang akan menarik benda jika benda tersebut memiliki energi yang serupa. Contohnya ketika seseorang sedang memikirkan kerja di tempat yang nyaman, sebenarnya ia sedang memanggil hal tersebut agar hadir dalam hidupnya. Hal ini merupakan bentuk manifestasi rahmat Allah yang diberikan kepada seluruh makhluknya, apapun itu agamanya, apapun itu tabiatnya. Allah selalu memerintahkan hambanya untuk berbuat kebaikan, begitupun sebaliknya Allah melarang umatnya berbuat kerusakan, artinya dalam setiap nafas kehidupan manusia selalu diarahkan untuk menebarkan cahaya kebaikan serta menciptakan getaran kebajikan agar terpancar ke alam semesta. (Khairi, 2016, pp. 45–46)

Hukum *law of attraction* akan bekerja dan terealisasi dalam kehidupan nyata jika seseorang memiliki kesungguhan, keyakinan dan konsisten dalam menjalankan tujuannya. Konsep tersebut relevan dengan ajaran yang dibawakan oleh Nabi Muhammad yang termaktub dalam Al-Qur'an dan Hadis Nabi. Sayangnya manusia yang hidup di zaman modern tidak peduli dengan bukti nyata kebesaran Tuhan yang direalisasikan melalui kehidupan para sahabat yang seharusnya dapat dijadikan ibrah dalam kehidupan

bermasyarakat, pelajaran-pelajaran berharga yang seharusnya menjadi contoh di masyarakat kini tergeser hanya karena ego masyarakat modern yang tidak memiliki kepedulian terhadap kedahsyatan Al-Qur'an. Allah menurunkan Al-Qur'an sebagai petunjuk bagi keberlangsungan hidup manusia agar dapat memperoleh kesuksesan dan kemakmuran dengan tetap berharap kepada penciptanya. Generasi saat ini cenderung mengesampingkan Al-Qur'an, bahkan mereka mengklaim bahwa nikmat yang mereka rasakan merupakan bentuk kerja kerasnya sendiri, dengan berkata ini usahaku, ini hasil visualisasi dari sebuah pikiran (*law of attraction*), hasil pantulan vibrasi positif yang kembali kepada diriku, padahal semua hal yang terjadi adalah kehendak dan izin Allah SWT. (Ibad, 2020a, pp. 2-4)

Hukum tarik menarik seharusnya menjadi perantara manusia untuk bersyukur terhadap Penciptanya, bukan mengesampingkan peran Tuhan dengan dalih magnet yang dipantulkan ke alam lah yang merespon semua permintaan manusia, hal ini selaras dengan prinsip *law of attraction* "Pikiran merupakan pencipta kehidupan di masa depan dan vibrasi yang dihasilkan dalam diri adalah penentu hidup di masa depan". Oleh karena itu perlu pemahaman yang serius ketika mempelajari dan mengaplikasikan konsep *law of attraction*.

Jika dilihat melalui kacamata ilmu sosial *law of attraction* tampak bertentangan dengan Al-Qur'an dan Hadis, sebab adanya pernyataan yang menyatakan bahwa "pikiran adalah penentu realitas". Di lain sisi pendapat tersebut justru terpatahkan setelah ditemukannya hadis dan ayat Al-Qur'an

yang berbicara mengenai prasangka Allah yang bergantung pada prasangka hambanya, maka dari itu *law of attraction* justru selaras dengan keduanya, hal ini tercermin dalam hadis qudsi sebagai berikut (Al-Asqalany, 2004) :

عن أبي هريرة رضي الله عنه قال : "قال النبي صلى الله عليه وسلم " انا عند ظن عبدي بي ، وانا معه اذا ذكرني ، فإن ذكرني في نفسه ذكرته في نفسي وإن ذكرني في ملاء ذكرته في ملاء خير منهم، وان تقرب الي شبرا تقربت اليه ذراعا وان تقرب الي ذراعا تقربت اليه باعاً، وإن اتاني يمشي أتيته هرولة. (رواه البخاري)

“Dari Abu Hurariroh r.a berkata, Nabi Muhammad SAW bersabda: Allah SAW berfirman, “Aku tergantung prasangka hambaku terhadapku. Aku bersamanya jika dia mengingat-Ku. Kalau dia mengingatkmu pada dirinya, maka Aku mengingatnya pada diri-Ku. Kalau dia mengingat-Ku di keramaian, maka Aku akan mengingatnya di keramaian yang lebih baik dari mereka. Kalau dia mendekat sejengkal, maka aku akan mendekat kepadanya sehasta. Kalau dia mendekat kepada diri-Ku sehasta, maka Aku akan mendekatinya sedepa. Kalau dia mendatangi-Ku dengan berjalan, maka Aku akan mendatangnya dengan berlari”. (HR Bukhori, no 7405 dan muslim, no 2675)

Melalui Hadis di atas dapat disimpulkan bahwasannya nasib ataupun hal-hal yang berkaitan dengan kehidupan manusia seperti kekayaan, kesehatan, kesuksesan dan kedamaian akan terjadi tergantung pada cara berpikir dan berperilaku. Seseorang akan hidup damai dan bahagia jika ia selalu berpikir tenang dan bahagia, begitupun sebaliknya jika seseorang hidup dengan penuh kegelisahan dan kecemasan, sudah barang tentu yang dipikirkan adalah kesusahan dan kegelisahan.

Berdasarkan hadis di atas dapat diketahui bahwa *law of attraction* tidak bertolak belakang dengan ajaran Islam. Hadis di atas justru memberikan petunjuk bahwasannya prinsip *law of attraction* selaras dengan tuntunan Nabi

Muhammad SAW. Penjelasan mengenai cara berpikir dalam hadis di atas relevan dengan prinsip yang diterapkan dalam konsep *law of attraction* yaitu *like attracts like* (energi yang serupa akan saling menarik).

Menurut Charles Haanel, dengan memahami kebahagiaan, kesuksesan, dan kesejahteraan, di setiap kondisi sebagai hasil pikiran yang divisualisasikan ke dalam semesta baik dilakukan secara sadar maupun tidak sadar merupakan bentuk kepedulian manusia terhadap pentingnya pengetahuan mengenai hukum yang mengatur pemikiran (*law of attraction*). Hukum ketertarikan mengarahkan pikiran secara sadar, sistematis dan konstruktif, ketika manusia mengaplikasikannya dalam kehidupan. Dalam hal ini konsep hukum ketertarikan berarti menempatkan pikiran dan perilaku yang setara dengan pikiran alam semesta, hukum ketertarikan akan tunduk terhadap pemikiran yang difokuskan oleh manusia, baik itu pikiran positif maupun pikiran negatif. (Albina, 2018, p. 16)

Law of attraction sebagai ilmu pseudosains menuai banyak kritikan, baik dari golongan akademisi maupun masyarakat itu sendiri, sebab konsep yang dipraktikkan dalam *law of attraction* dianggap mengesampingkan peran Tuhan dan mengedepankan peran pikiran, tidak realistis, dan tidak sesuai dengan sumber ajaran Islam. Konsep ini seringkali disebut dengan *mind over body* dimana pikiran akan menguasai aktivitas diri. Ada juga yang berpendapat bahwa *law of attraction* merupakan sebuah doktrin yang mengandung ramalan prediksi klasik dengan menginternalisasikan peran nabi, untuk tujuan mempertahankan dominasi Barat. (Hashimoto, 2018, pp. 1–2)

Dari berbagai latar belakang yang telah penulis jabarkan di atas maka penulis tertarik untuk meneliti konsep *law of attraction* dalam Al-Qur'an menggunakan metode maudhui dan teori Regulasi diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ayat-ayat Al-Qur'an yang menjelaskan mengenai konsep *law of attraction* serta mengetahui relevansi *law of attraction* dengan *goal achievement*. Pencapaian tujuan merupakan aktivitas yang memungkinkan seseorang untuk memenuhi tujuan dan mencapai keberhasilan yang diinginkan. Untuk mencapai tujuan tersebut seseorang hendaknya berusaha, berfikir positif dan melakukan aktivitas-aktivitas yang mengarah pada hal positif, seperti halnya *law of attraction* yang pada prinsipnya mengajarkan afirmasi positif, *positive thinking* dan hal-hal yang serupa, sebagai upaya untuk mendukung tercapainya suatu tujuan (*achievement goal*). Penelitian ini mengasumsikan bahwa dengan ditemukannya ayat – ayat Al-Qur'an yang relevan dengan konsep *law of attraction*, hukum ini tidak lagi dipandang negatif oleh kalangan masyarakat, serta dapat memberikan wawasan bahwasannya *law of attraction* dalam Al-Qur'an memiliki relevansi dengan *goal achievement*. Atas latar belakang tersebut penelitian ini akan di realisasikan dalam bentuk skripsi yang berjudul “Konsep *Law of Attraction* Dalam Al-Qur'an dan Relevansinya dengan *Goal Achievement*”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan di atas, maka penulis merumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Bagaimana konsep *law of attraction* dalam Al-Qur'an?

2. Bagaimana relevansi konsep *law of attraction* dalam Al-Qur'an dengan *goal achievement*?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Menjelaskan konsep *law of attraction* dalam Al-Qur'an
2. Mendeskripsikan relevansi *law of attraction* dalam Al-Qur'an dengan *goal achievement*?

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang didapat dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini penulis berharap dapat memberi sumbangan pengetahuan serta khazanah keilmuan dalam bidang ilmu Al-Qur'an dan tafsir khususnya dalam ranah kajian tafsir tematik mengenai pembahasan tentang konsep *law of attraction* dalam Al-Qur'an beserta uraian mengenai relevansi *law of attraction* dalam Al-Qur'an dengan *goal achievement*. Serta dapat memberikan manfaat bagi peneliti selanjutnya yang mengkaji dengan tema serupa.

2. Manfaat Praktis

Manfaat yang diharapkan bagi masyarakat yaitu agar pembaca dapat memahami konsep *law of attraction* sesuai dengan kandungan Al-Qur'an serta relevansinya dengan *goal achievement*. Dengan memahami

konsep *law of attraction* dalam Al-Qur'an beserta relevansinya dengan *goal achievement* pembaca diharapkan dapat memahami dan menerapkan konsep *law of attraction* sesuai dengan isi kandungan Al-Qur'an. Dengan pemahaman yang baik mengenai konsep *law of attraction*, masyarakat diharapkan terhindar dari kesalahpahaman mengenai konsep *law attraction* yang dianggap menyimpang dari ajaran Islam, selain itu pembaca diharapkan dapat menerapkan point-point *law of attraction* yang terdapat dalam Al-Qur'an sebagai tujuan suatu pencapaian, baik dalam konteks duniawi maupun ukhrowi.

E. Tinjauan Pustaka

Kajian pustaka atau studi literature adalah ringkasan tertulis baik artikel, buku-buku dan dokumen lainnya yang memberikan gambaran mengenai uraian informasi yang telah dikaji yang relevan dengan judul penelitian. (Sugiyono, 2020) Adapun peneliti melakukan penelaahan terhadap karya terdahulu bertujuan untuk membuktikan perbedaan penelitian yang akan dikaji dengan penelitian yang telah ada, sehingga tidak terjadi persamaan penelitian, berikut beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan tema yang diangkat oleh peneliti:

Skripsi Ummu Kalsum yang berjudul “Teori *Law of Attraction* (Hukum Tarik Menarik) Dalam Perspektif Al-Qur'an”. Yang ditulis oleh mahasiswa prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Palopo tahun 2015. Secara umum skripsi ini membahas tentang ayat-ayat Al-Qur'an mengenai *Law of Attraction*, yaitu berada pada 3 tempat dalam Al-

Qur'an: Q.S Al-Zalzalah (7-8), Q.S An-Nahl (97) dan Q.S Al-An'am (160). Dalam penelitian ini dijelaskan bahwa *law of attraction* dalam Al-Qur'an yaitu *sunnatullah* yang terjadi pada manusia dan tidak memandang baik atau buruknya, namun sesuai apa yang dipikirkan oleh masing-masing individu, kebaikan akan menarik kebaikan begitupun sebaliknya, maka ketika seseorang berfikir positif itulah yang akan kembali kepada dirinya. (Kalsum, 2015)

Tesis Khoirul Ibad yang berjudul "*Law of Attraction*" (Suatu Kajian Psikologi dengan Pendekatan Tafsir Tematik)". Yang ditulis oleh mahasiswa Pascasarjana Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Institut Ilmu Al-Qur'an Jakarta tahun 2020. Tesis ini membahas tentang ayat-ayat psikologi *law of attraction* yang terdapat dalam Al-Qur'an, yaitu berada dalam 9 tempat dalam Al-Qur'an: Q.S Az-Zumar (46), Q.S Al-Isra (85), Q.S Al-Baqarah (186), Q.S Al-Ghofir (60), Q.S Al-Anbiya (69), Q.S Al-Anfal (53), Q.S Ar-Rad (11), Q.S Al-Baqarah (249), dan Q.S Al-Anfal (65). Terdapat 3 istilah dalam Al-Qur'an yang mengarah pada *Law of Attraction* yaitu syukur, doa dan *dzan*. Selain itu penulis juga menjelaskan bahwa *Law of Attraction* bukanlah suatu hal yang bersifat mistis melainkan murni energi alam yang memfokuskan pada pikiran, lalu semesta akan merealisasikan apa yang manusia inginkan. (Ibad, 2020b)

Artikel Khoirul Ibad yang berjudul "'Sumber *Law of Attraction* (Analisis Al-Qur'an dan Neurosains)" *Journal of Islamic and Education Studies*. Jurnal ini membahas tentang cara pandang Al-Qur'an terhadap sumber kekuatan *law of attraction*, hasil yang didapat oleh peneliti adalah Al-Qur'an memandang sumber kekuatan LoA yaitu hati (*al-qolb*), karena hati dianggap

sebagai jiwa yang berfikir (*nafs an-nathiqah*), sedangkan jika dilihat secara *neurosains* kekuatan LoA terjadi pada bagian otak karena di dalam otak manusia terdapat *sirkuit of God* yang di kenal dengan *neurospiritual* yang berfungsi sebagai sistem kerja *law of attraction*. (Ibad, 2023)

Artikel Muhammad Nurdin yang berjudul “The Law of Attraction dan Doa Dalam Islam” Journal Dialogia, Studi Islam dan Sosial. Jurnal ini membahas tentang *Law of Attraction* dan konsep doa dalam Islam, penulis menjelaskan bahwa doa merupakan suatu usaha untuk memohon intervensi Allah untuk mewujudkan keinginan dan berbagai harapannya, oleh karena itu berdoa berarti menarik atau upaya untuk menggandakan suatu potensi, dengan bersandingnya doa dengan *law of attraction* maka dalil naqli tidak akan bisa dipisahkan dengan dalil aqli, dengan maksud untuk memperkuat keyakinan akan keterkabulan doa dari Allah SWT. Tidak hanya itu *law of attraction* dapat dijadikan pembelajaran bahwa manusia yang bertanggung jawab atas kehidupannya, karena yang menciptakan pikiran dan keyakinan adalah manusia itu sendiri. (Muhammad, 2023)

Skripsi Gusmawati yang berjudul “Konsep *Law of Attraction* Dalam Al-Qur’an (Analisis Pemikiran Rusdin S.Rauf Dalam *Buku Quranic Law of Attraction*)”, ditulis oleh mahasiswa Program Studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir Institut Agama Islam Negeri Kendari 2024. Adapun hasil penelitiannya yaitu, *law of attraction* menurut Rusdin S. Rauf adalah sunnatullah yang patuh terhadap hukum Allah dan ayat -ayat yang menjelaskan *law of attraction* tercantum dalam Q.S Al-Zalzalah : 7-8 , Q.S Al-Mulk : 15 dan Al-Qashash :

77. Pemikiran Rusdin tentang *law of attraction* dalam Al-Qur'an telah memenuhi aspek penulisan tafsir, hal ini dilihat dari sistematika penyajian yang bersifat tematik, penyajian tafsirnya ditulis secara global, gaya bahasa penulisannya populer, bentuk tafsirnya non ilmiah dan termasuk dalam kategori mufassir individual. (Gusmawati, 2024)

Skripsi Sulistianingsih yang berjudul “Hubungan Law of Attraction (LoA) Dan Religiositas Penganut Tarekat Shiddiqiyah Di Kabupaten Bojonegoro”, ditulis oleh mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Subaya 2022. Adapun hasil penelitiannya yaitu, terdapat lima dimensi religiositas, diantaranya keyakinan praktek agama, pengalaman, pengetahuan, dan konsekuensi. Adapun dimensi religiositas merupakan dimensi tertinggi di dalam pengamalan para penganut tarekat shiddiqiyah. Kemudian penulis mengemukakan adanya hubungan antara *law of attraction* dengan religiositas pada penganut tarekat shiddiqiyah di Kabupaten Bojonegoro. Religiositas para penganut tarekat shiddiqiyah ternyata dapat mempengaruhi pola pikir dan perasaan mereka. (Sulistianingsih, 2022)

Artikel Albert yang berjudul “The Law of Attraction: Positive Thinking and Level of Gratitude toward Happiness” CMU Journal of Science. Artikel ini membahas tentang berfikir dan tingkat syukur dan pengaruhnya terhadap kebahagiaan. Penelitian ini diuji cobakan pada 2 kelompok masyarakat yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Ke 2 kelompok tersebut diberikan pelatihan tentang praktik *law of attraction* selama 29 hari, dari hasil

uji coba pelatihan tersebut peneliti mendapatkan kesimpulan bahwa kelompok eksperimen menerapkan *law of attraction* secara konsisten dan dapat memanifestasikan tingkat rasa syukur selama 29 hari sehingga menciptakan suatu kebahagiaan. Adapun kelompok kontrol tidak konsisten dalam menerapkan *law of attraction* dan kebahagiaan selama kurun waktu 29 hari. Maka dapat diambil kesimpulan bahwa orang yang memiliki pemikiran positive dan dan rasa syukur yang konsisten maka ia akan hidup lebih bahagia. *Law of attraction* melalui bentuk visualisasi dan rasa syukur sangat penting diimplementasikan dalam kehidupan seseorang guna untuk membangun suatu kebahagiaan.(Albina, 2018)

Artikel Hary Theozard Fikri, dkk yang berjudul “Pengaruh Konseptual Achievement Emotion dan Lingkungan Belajar Peserta Didik terhadap Achievement Goal” Edukatif Jurnal Ilmu Pendidikan. Artikel ini membahas tentang pengaruh pemahaman *achievement emotion* dan lingkungan belajar terhadap *achievement goal* pada siswa SMK PGRI Padang. Penelitian ini diujikan kepada 136 siswa kelas XI dengan hasil, pengetahuan tentang *achievement emotion* dan lingkungan belajar berpengaruh pada *achievement goal* dengan presentasi sebesar 13,4% dan 86,6% berdasarkan faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. (Fikri et al., 2021)

Artikel Putri Saraswati yang berjudul “Kemampuan Self Regulated Learning Ditinjau dari Achievement Goal dan Kepribadian pada Pelajar Usia Remaja” Indigenous Jurnal Ilmiah Psikologi. Artikel ini membahas tentang kepribadian dan *acachievement goal (mastery dan performance orientation)*

pada pelajar usia remaja dan pengaruhnya terhadap *self regulated learning*. Penelitian ini diujikan kepada 388 siswa SMA laki-laki dan perempuan, hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya pengaruh antara *achievement goal* dengan *self regulated learning*. (Saraswati, 2019)

Berdasarkan telaah yang telah dilakukan oleh penulis, terdapat perbedaan dengan beberapa hasil penelitian terdahulu antara lain fokus penelitian dan teori yang digunakan, adapun perbedaan yang spesifik antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dikaji oleh peneliti yaitu terletak pada ayat – ayat yang menjadi pokok pembahasan, serta relevansinya dengan *goal achievement*. Oleh karena itu penulis dapat menyimpulkan bahwa penelitian yang akan penulis lakukan berbeda dengan penelitian terdahulu.

F. Kerangka Teori

1. Pengertian Regulasi Diri

Cooper dan Schiler mendefinisikan teori dengan “seperangkat konsep, definisi dan hubungan yang disusun secara sistematis sehingga dapat digunakan untuk menjelaskan suatu fenomena”(Sugiyono, 2014). Adapun teori yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah teori psikologi regulasi diri yang dicetuskan oleh Zimmerman.

Teori regulasi diri bermula dari statement Bandura bahwasannya kepribadian diri manusia ada dan terbentuk karena pikiran, tingkah laku dan lingkungan, karena menurut Bandura manusia adalah produk pembelajaran. Begitupula dengan Zimmerman dan Schunk mereka memperkenalkan konsep regulasi diri namun dalam bidang pembelajaran menurutnya *self*

regulasi pada siswa meliputi siswa yang aktif dalam proses pembelajaran baik dari segi pengalaman, tingkah laku maupun motivasi dirinya. (Nugraha & Suyadi, 2019, p. 180)

Self (diri) merupakan segala sudut pandang, perasaan, sikap, dan psikologi yang dirasakan oleh seseorang mengenai dirinya sebagai individu yang bertingkah laku sesuai dengan kehendaknya. Ruang lingkup diri tidak hanya sebatas fisik, namun juga psikis. Oleh karena itu, regulasi diri berkaitan dengan kemampuan individu untuk dapat mengaktualisasikan dirinya melalui berbagai cara dengan maksud untuk mencapai tujuan tertentu, Bandura mengatakan bahwa *self regulation* merupakan kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk mengontrol cara belajarnya sendiri melalui tahapan berikut: 1.) observasi diri, 2.) menilai diri sendiri dan 3.) memberi reaksi bagi dirinya sendiri. Sedangkan menurut Schunk *self regulation* adalah kemampuan individu untuk mengatur (mengendalikan) dirinya sendiri, *self regulation* berkaitan dengan fikiran, perilaku dan perasaan. Ketiga aspek tersebut memiliki peran penting sebagai upaya untuk merealisasikan sebuah tujuan. Seseorang melakukan *self regulation* dengan cara memperhatikan, mempertimbangkan, memberi *reward* atau sanksi terhadap dirinya sendiri. Dari beberapa definisi *self regulation* di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa *self regulation* adalah kapasitas seseorang untuk mengatur dan mengarahkan dirinya untuk mencapai tujuan tertentu melalui caranya tersendiri yang telah disusun dengan terstruktur dengan melibatkan unsur intrinsik dan unsur ekstrinsik, unsur intrinsik seperti kognitif, fisik,

emosional, dan motivasi sedangkan unsur ekstrinsik yang meliputi aspek sosial.(Nugraha & Suyadi, 2019, pp. 181–182)

2. Bentuk Bentuk Regulasi Diri

Merujuk pada teori determinasi, Brown dan Ryan mendeskripsikan bahwa regulasi diri terdiri dari beberapa bentuk di antaranya:

- a. *Amotivation regulation*, merupakan kondisi yang dirasakan oleh seseorang ketika ia tidak memiliki ketertarikan untuk melakukan suatu aktivitas, umumnya hal seperti ini menyebabkan ketidaksinkronan antara tindakan dan hasil yang diharapkan, sehingga menyebabkan hilangnya arah tujuan dan semangat untuk bertindak.
- b. *External regulation*, merupakan keadaan dimana perilaku diatur karena adanya faktor eksternal seperti *reward* (hadiah) dan batasan-batasan individu untuk melakukan suatu tindakan yang dilatarbelakangi oleh keterlibatan orang lain. Tindakan tersebut biasanya terjadi karena pengaruh orang lain bukan atas dasar kemauan individu.
- c. *Introjected regulation*, merupakan keadaan dimana individu memotivasi dirinya dengan cara menjadikan motivasi ekstrinsik sebagai panduan menciptakan semangat dalam beraktivitas, seperti proses tekanan internal meliputi rasa cemas dan adanya rasa bersalah.
- d. *Identified regulation*, merupakan keadaan dimana seseorang berperilaku sesuai keinginan dirinya bukan untuk kepuasan ataupun kesenangan, tetapi untuk mencapai suatu tujuan. Dalam hal ini seseorang memiliki arah dan tujuan ke depan.

- e. *Intrinsically motivated behavior*; keadaan dimana seseorang memiliki motivasi secara natural tanpa terafiliasi dengan faktor eksternal, sebab dalam kondisi ini individu merasa bahwa setiap aktivitas memiliki nilai yang sangat berharga. Sehingga dengan adanya motivasi tersebut individu lebih mudah memiliki rasa kompeten, mandiri dan *related* (Rotama, 2020, p. 12)

3. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Regulasi Diri

Terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi regulasi diri yaitu faktor eksternal dan faktor internal.

a. Faktor eksternal

Berdasarkan faktor eksternal terdapat dua cara untuk mempengaruhi regulasi diri. Pertama, faktor eksternal melalui evaluasi tingkah laku, pada konteks ini lingkungan memiliki peran besar dalam rangka menciptakan interaksi dengan pengaruh pribadi sehingga membentuk standar evaluasi diri. Kedua, faktor eksternal melalui bentuk penguatan, pada dasarnya individu membutuhkan imbalan dari pihak eksternal, sebab dalam realitanya imbalan yang datang dari diri sendiri diklaim tidak selalu memberikan kepuasan. Maka dari itulah perlu adanya imbalan dari pihak eksternal agar menguatkan individu dan membentuk kepuasan diri.

b. Faktor Internal

Menurut Bandura terdapat tiga bentuk pengaruh internal yang dapat mempengaruhi regulasi diri, berikut paparannya:

- 1) Observasi diri, dapat dilakukan melalui beberapa faktor diantaranya faktor kualitas penampilan, faktor kuantitas penampilan, faktor otentitas perilaku diri dan lain sebagainya. Individu harus mampu menjalankan aturan yang telah dibuatnya, meskipun pada realitanya seseorang akan memilih satu aspek tingkah laku dan meninggalkan tingkah laku yang lainnya. Oleh karena itu observasi diri seseorang merujuk pada minat dan konsep dirinya.
- 2) Proses penilaian atau menghakimi perilaku merupakan proses melihat koherensi antara tingkah laku dan standar pribadi, mengkorelasikan antara tingkah laku dan standar aturan pribadi, mengkorelasikan tingkah laku dan standar norma /perilaku orang lain.
- 3) Reaksi diri afektif, dalam hal ini seseorang melakukan evaluasi diri berdasarkan aspek positif dan negatif yang kemudian dirinya memberikan *reward* atau hukuman kepada dirinya. Namun tindakan seperti ini tidak selalu memunculkan reaksi afektif, karena fungsi kognitif membuat proporsi yang mempengaruhi evaluasi negatif dan positif menjadi kehilangan makna secara individu. (Nugraha & Suyadi, 2019, pp. 183–184).

4. Tahapan – Tahapan Pembentukan Regulasi Diri

Terdapat beberapa proses yang harus dilalui seseorang agar dapat mencapai tujuan yang diharapkan (Manab, 2016, p. 8), berikut tahapannya :

- a. *Receiving*, yaitu tahapan awal individu ketika menerima sebuah informasi, informasi yang didapatkan sebaiknya bersifat relevan dan

baik. Dengan diterimanya sebuah informasi diharapkan individu dapat mengaitkan informasi yang didapat dengan informasi yang telah didapat sebelumnya. Contohnya ketika seseorang sedang melakukan pelatihan desain dan dalam pelatihan tersebut ia mendapatkan tantangan, hal tersebut dapat dinilai seseorang tersebut dapat menyelesaikan tantangan dengan baik atau sebaliknya dan ini akan berdampak pada regulasi diri seseorang pada tahap penerimaan informasi.

- b. *Evaluating*, yaitu tahap pengolahan informasi. Jika pada tahap ini terdapat masalah yang didapat maka individu dapat mengkomparasikan masalah yang bersifat eksternal dan dengan pendapat diri sendiri (individu) yang telah diketahui sebelumnya, pengolahan informasi merupakan tahapan penting dalam regulasi diri karena pada tahap ini individu akan mengakumulasikan hasil informasi dengan melihat perbedaan dari faktor eksternal yang akan menjadi kontribusi besar pada proses tindakan yang akan dicapai oleh individu.
- c. *Searching*, yaitu tahapan pencarian problem solving. Pada tahapan sebelumnya jika individu mendapatkan masalah, maka seseorang tersebut akan mengkomparasikan masalah yang bersumber dari lingkungan dengan pendapat pribadinya, dalam hal ini individu tentu akan mencari solusi untuk menyelesaikan permasalahannya.
- d. *Formulating*, yaitu tahapan penentuan tujuan atau rencana yang menjadi target individu, dalam penentuan ini perlu mempertimbangkan

berbagai macam aspek seperti, tempat, waktu, dan media sebagai pendukung tercapainya sebuah tujuan secara efektif dan efisien. Penetapan rencana merupakan aspek penting dalam tahapan regulasi diri, terdapat dua macam jenis penetapan tujuan yaitu tujuan jangka panjang dan tujuan jangka pendek yang berfungsi untuk mengontrol kemajuan dari sebuah tujuan yang telah ditetapkan oleh individu.

- e. *Implementing*, yaitu tahap penerapan rencana yang telah disusun sebelumnya, langkah yang dilakukan hendaknya tepat dan sesuai dengan tujuan. Pada umumnya tujuan yang terlalu tinggi tidak menjamin suksesnya pencapaian yang maksimal dikarenakan banyak faktor yang dapat menghambat proses tersebut, maka dalam tahap ini, individu hendaknya memiliki kesadaran bahwa kegagalan regulasi diri dalam tahap ini merupakan hal yang biasa terjadi.
- f. *Assesing*, yaitu tahap akhir yang berfungsi untuk mengukur seberapa maksimal konsep dan langkah yang telah ditempuh pada proses sebelumnya dalam mencapai target yang diinginkan. Penilaian tentang seberapa maksimal langkah yang dilakukan akan berpengaruh pada tindakan selanjutnya, *assessing* merupakan suatu proses intropeksi diri individu dan evaluasi diri tentang seberapa maksimal kontribusi usaha yang telah dilakukan. (Manab, 2016, p. 8)

5. Aspek – Aspek Regulasi Diri

Regulasi diri atau kontrol diri merupakan salah satu penggerak utama personalitas manusia, menurut Bandura terdapat tiga kebutuhan

internal dalam proses pembentukan regulasi diri, berikut paparannya:
(Boeree, 2013, p. 242) :

- a. Pengamatan diri. Suatu proses pengawasan terhadap diri sendiri dengan cara melihat setiap aktivitas diri, individu harus bisa mengontrol diri sendiri walaupun tidak bisa dilakukan secara maksimal.
- b. Penilaian. Suatu proses individu untuk mencapai tujuan dengan cara membandingkan apa yang telah dilakukan dengan standar ukuran yang telah ditentukan, contoh menciptakan standar ukuran pada diri sendiri yaitu “saya harus menyelesaikan skripsi dalam waktu tiga bulan”.
- c. Respon diri. Sikap dimana manusia bereaksi secara positif dan negatif terhadap perilaku sesuai dengan ukuran standar personal dirinya sendiri. Jika individu berhasil mendapatkan kesesuaian antara perilaku dan standar ukurannya maka ia dapat memberikan imbalan respon pada dirinya sendiri. Akan tetapi sebaliknya ketika perilaku dan standar ukurannya tidak sesuai maka individu tersebut dapat memberikan ganjaran dengan respon diri. Respon diri terdiri dari berbagai macam bentuk seperti halnya bekerja dengan maksimal hingga lupa waktu sampai pada bentuk yang bersifat implisit seperti perasaan bangga dan malu.(Boeree, 2013, p. 242)

Teori regulasi diri yang dicetuskan oleh Bandura pada dasarnya berasal dari teori sosial kognitif yang melibatkan kemampuan kognitif manusia, interaksi, perilaku dan kemampuan

mengontrol diri. Atas dasar tersebut Zimmerman melakukan pengembangan teori yang kemudian menghasilkan 3 aspek di bawah, dan ketiga aspek tersebutlah yang akan digunakan untuk mengkaji relevansi *law of attraction* dalam Al-Qur'an dengan *goal achievement*.

a. Metakognitif

Metakognitif yaitu sebuah kesadaran individu dalam proses kognisinya masing-masing. Metakognitif merupakan sebuah cara untuk menghidupkan kembali minat dan rasa keingintahuan melalui proses pemahaman dan kesadaran diri. Dalam metakognisi terdapat pengetahuan untuk mengatur sebuah kondisi strategi yang sesuai untuk meningkatkan kinerja kognitifnya. Metakognitif dapat juga di definisikan dengan sebuah kesadaran yang akan memberikan pengaruh pada pengetahuan dan pengalaman dalam kognisi sehingga mendorong seseorang untuk dapat mengukur, merencanakan, mengorganisasikan diri serta mengontrol diri dalam mencapai sebuah tujuan.

b. Motivasi

Motivasi yaitu segala sesuatu yang dapat menggerakkan individu dalam menggapai suatu tujuan, dalam istilah lain motivasi merupakan bentuk desakan yang muncul dalam diri seseorang baik yang dirasakan secara sadar maupun tidak sadar dan terealisasi dalam bentuk tindakan dengan tujuan dan misi tertentu. Motivasi berperan untuk membangkitkan semangat dan memberikan arah pada seseorang

untuk melakukan perubahan pada dirinya untuk mencapai sebuah tujuan yang diinginkannya. Individu yang memiliki semangat dan motivasi yang tinggi tentu akan memiliki kepercayaan yang tinggi juga dalam mencapai sebuah keinginannya. Dalam hal ini motivasi menjadi energi penggerak perilaku sekaligus menjadi penentu perilaku. Menurut Zimmerman motivasi memberikan manfaat pada individu dalam tiga hal yaitu: motivasi intrinsik, otonomi, dan kepercayaan diri terhadap kemampuan melakukan sesuatu.

c. Perilaku

Zimmerman dan Schunk mengatakan bahwa perilaku merupakan suatu cara untuk mengontrol diri, menyaring dan memanfaatkan lingkungan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung. Perilaku dapat juga didefinisikan dengan sikap yang terdapat dalam diri individu dan berfungsi untuk menanggapi dan memberikan reaksi setiap aktivitas yang di alami oleh dirinya sendiri dengan menunjukkan sikap yang antusias dan konsekuen. (Rizki, 2021, pp. 139–140).

G. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini berjenis kualitatif deskriptif, dengan metode *library research* (berbasis pustaka), dengan rujukan data primer dan sekunder yang didapatkan dari berbagai literature yang telah dikaji dengan tema serupa.

2. Sumber Data

Berikut sumber data yang di gunakan oleh peneliti:

a. Data primer

Data utama yang harus didapat oleh peneliti adalah data primer, data primer merupakan data yang berasal dari sumber utama atau sumber asli, dalam hal ini peneliti mengumpulkan jawaban dari masalah yang sedang di teliti baik melalui wawancara, angket, maaupun dokumen.(Sugiyono, 2017, p. 137) Selain itu peneliti memperoleh data primer dengan tujuan mendapatkan sumber utama yang di perlukan dalam penelitian, adapun data primer yang terdapat dalam penelitian ini berasal dari ayat – ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan tema yang dikaji oleh peneliti.

b. Data sekunder

Data pendukung atau data sekunder merupakan data yang berperan sebagai pendukung data primer yang di peroleh dengan cara membaca, memahami, dan mempelajari melalui sebuah media baik media online maupun media cetak (Sugiyono, 2017, p. 137). Dalam penelitian ini data sekunder berasal dari tafsir Al-Qur'an, artikel jurnal, buku, serta beberapa website yang berkaitan dengan subjek dan objek penelitian.

H. Teknik Pengumpulan Data

Menurut Syamsu teknik pengumpulan data yaitu “Upaya peneliti untuk memperoleh informasi tentang masalah yang diteliti” (Samsu, 2017, p. 96).

Teknik pengumpulan data merupakan hal utama yang harus diperhatikan oleh peneliti, sebab untuk menghasilkan data yang dibutuhkan, peneliti harus melalui beberapa metode pengumpulan data. Adapun teknik pengumpulan data yang dipakai oleh peneliti untuk mengumpulkan data adalah metode dokumen, peneliti mengumpulkan data-data yang berkaitan dengan tema yang telah di tetapkan, baik dalam bentuk buku, catatan dan lain sebagainya. Melalui metode inilah akan diperoleh berbagai data yang sesuai dengan konsep yang akan dibahas. Adapun langkah-langkahnya antara lain: menentukan tema, mencari ayat-ayat yang relevan dengan tema yang akan di bahas, menelusuri penafsiran para mufassir, kemudian dikontekstualisasikan dengan tema yang sedang dibahas, teknik ini merupakan upaya untuk menelaah terhadap berbagai referensi yang saling berkaitan dengan problematika penelitian.

I. Teknik Analisis Data

Menurut Sugiyono analisis data diartikan sebagai “Proses pengumpulan data yang disusun secara sistematis yang berasal dari wawancara, catatan lapangan, maupun dokumentasi dengan mengorganisasikan informasi tersebut ke dalam klasifikasi, menjabarkannya dalam satuan-satuan, merangkainya menjadi sebuah pola dan menarik kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh peneliti maupun pembaca”(Sugiyono, 2020, p. 131). Adapun metode analisis data yang digunakan oleh peneliti adalah: 1). Metode deskriptif, yaitu metode yang berfungsi untuk mencari fakta dengan interpretasi yang tepat. Dalam penelitian ini peneliti akan mendeskripsikan materi tentang *law of attraction*

dalam Al-Qur'an dan relevansinya dengan *goal achievement*, pertama peneliti akan mendeskripsikan materi tentang *law of attraction*, setelah itu dianalisis dan diambil kesimpulan. 2.) Metode tafsir maudhu'I, yaitu metode tafsir yang berusaha untuk menemukan jawaban dari Al-Qur'an melalui pengumpulan ayat-ayat Al-Qur'an yang memiliki pembahasan yang sama. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode maudhu'I konseptual, sebuah kajian dengan meneliti konsep-konsep tertentu yang tidak disebutkan secara tersurat dalam Al-Qur'an, namun secara makna gagasan dari suatu konsep terdapat dalam Al-Qur'an (Mustaqim, 2014). Seperti *self love* dalam Al-Qur'an, dalam Al-Qur'an tidak disebutkan kata *self love* namun makna mengenai self love disebutkan dalam Al-Qur'an seperti, ketenangan diri dengan dengan cara mengingat Allah SWT, evaluasi diri, menjaga & melindungi diri serta interopeksi diri. Berikut langkah-langkah yang digunakan peneliti untuk menganalisis data:

- a. Mendeskripsikan dan menyimpulkan konsep *law of attraction*.
- b. Mencari ayat-ayat yang berkaitan dengan tema, dikumpulkan menjadi satu dan kemudian dianalisis secara mendalam.
- c. Menjelaskan konsep *law of attraction* perspektif para mufassir.
- d. Mengkontekstualisasikan ayat dengan konsep *law of attraction*.
- e. Menganalisis relevansi *law of attraction* dengan *goal achievement*

J. Sistematika Pembahasan

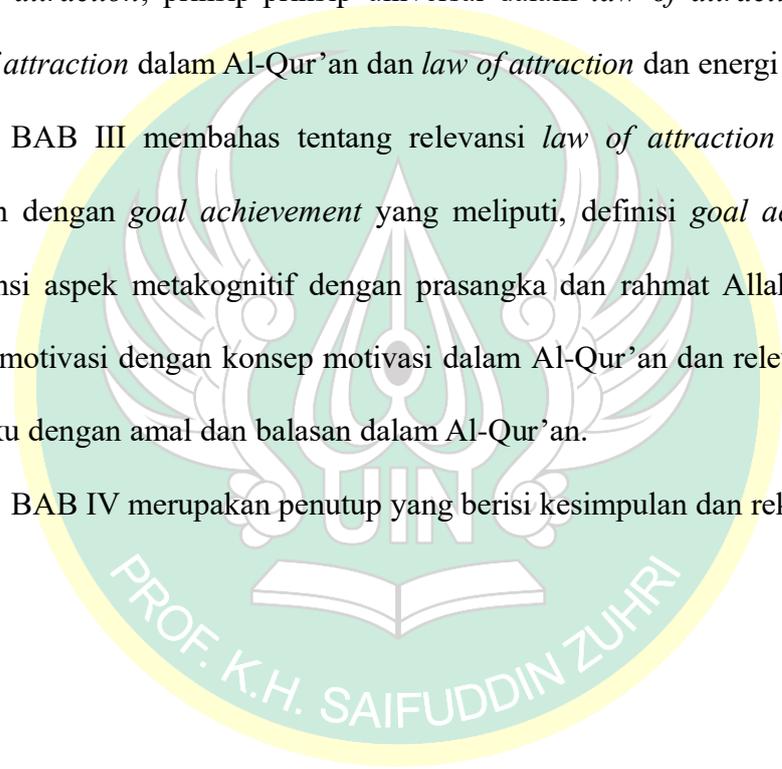
Skripsi ini di susun menjadi 4 bab, dengan sistematika sebagai berikut:

BAB 1 berisi pendahuluan yang meliputi, latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, kerangka teori, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

BAB II membahas tentang pengertian, sejarah dan proses terjadinya *law of attraction*, prinsip-prinsip universal dalam *law of attraction*, konsep *law of attraction* dalam Al-Qur'an dan *law of attraction* dan energi Al-Qur'an.

BAB III membahas tentang relevansi *law of attraction* dalam Al-Qur'an dengan *goal achievement* yang meliputi, definisi *goal achievement*, relevansi aspek metakognitif dengan prasangka dan rahmat Allah, relevansi aspek motivasi dengan konsep motivasi dalam Al-Qur'an dan relevansi aspek perilaku dengan amal dan balasan dalam Al-Qur'an.

BAB IV merupakan penutup yang berisi kesimpulan dan rekomendasi.



BAB II

LAW OF ATTRACTION (HUKUM TARIK MENARIK)

DALAM AL-QUR'AN

A. Pengertian *Law of Attraction*

Secara bahasa *law of attraction* berarti *law* (hukum) (John, Hassan Shadily, 2005, p. 350) dan *attraction* adalah daya (tarik menarik). Hukum ketertarikan adalah hukum mengenai pikiran manusia dan semesta yang dapat menarik apa yang difokuskan yang kemudian terealisasi menjadi sebuah kenyataan (John, Hassan Shadily, 2005, p. 45). Dalam istilah lain *Law of attraction* (hukum ketertarikan) yaitu sebuah energi yang dapat menarik hal serupa ke dalam kehidupan manusia, energi ini akan menarik segala hal yang dipusatkan dan dipikirkan manusia baik itu dalam bentuk positif maupun negatif. *Law of attraction* merupakan hukum alam dan tidak bersifat impersonal atau tidak memandang sesuatu dari sisi negatif maupun sisi positif. Hukum ini hanya memantulkan kembali energi yang telah difokuskan dan dipikirkan oleh manusia, ketika manusia fokus pada suatu hal berarti ia sedang menarik hal tersebut untuk datang kepada dirinya. Menurut Michael J. Loiser Definisi *law of attraction* adalah “segala sesuatu yang difokuskan seseorang baik berupa perhatian maupun energi, baik positif maupun negatif akan kembali kepada kehidupannya sesuai apa yang ia pikirkan”. (Michael J. Loiser, 2007b, p. 7)

Dalam hukum ketertarikan terdapat aspek penting yang dapat menggambarkan proses ketertarikan yaitu “getaran”. Pada umumnya kata

getaran lebih sering dipakai untuk menggambarkan suasana hati atau perasaan, misalnya ketika seseorang merasakan getaran positif saat bersama seorang idolanya, atau ketika seseorang merasa tidak nyaman saat berada di lingkungan yang dikelilingi dengan orang-orang toxic. Begitupun dalam *konsep law of attraction* Diksi “getaran” diartikan dengan suasana hati atau perasaan yang sedang dialami seseorang. Dalam dunia getaran terdapat dua jenis getaran, yaitu positif (+) dan negatif (-), sadar maupun tidak sadar manusia selalu mengirimkan getaran positif maupun negatif ke alam semesta. Contohnya ketika seseorang berfikir “tidak bisa” maka hal yang akan terjadi dan kembali pada dirinya adalah kegagalan karena ia berfikir negatif dan alam mengembalikan getaran tersebut sesuai apa yang ia pikirkan. Di sinilah *hukum law of attraction* berperan dengan cara merespon getaran yang terpancar dari diri seseorang. (Michael J. Losier, 2007b, pp. 13–14)

Konsep *law of attraction* ini searah dengan salah satu teori yang terdapat dalam ilmu fisika. Semua materi yang tercipta di dunia ini berasal dari atom dan setiap atom terdapat nukleus yang diiringi oleh elektron yang selalu berputar sesuai garis orbitnya. Masing-masing elektron akan berputar sesuai tingkat energi tertentu yang menjaga kestabilannya. Melalui proses penambahan energi dapat memicu elektron untuk mencapai orbit yang “paling tinggi”, hal ini dapat berlaku sebaliknya, jika atom-atom berada di posisi yang sama maka akan terjadi proses tarik-menarik pada arah yang sama, selain itu akan menciptakan gaya dorong yang serupa dengan magnet yang sedang menarik logam ataupun besi. Melalui hal inilah dapat disimpulkan bahwa ilmu

pengetahuan dapat membuktikan bahwa hukum dalam ilmu fisika dapat diukur dan dilihat secara konkret melalui fenomena alam, hingga akhirnya ditemukan hukum serupa yang dapat diimplementasikan dalam disiplin ilmu tertentu. Melalui realita tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa *law of attraction* bukanlah ilmu sihir atau mantra yang bersifat modern, melainkan ilmu yang dapat dibuktikan karena setiap atom yang terdapat di dunia rohani maupun jasmani seseorang selalu menanggapi dan sesuai dengan perintah dari hukum alam meskipun manusia seringkali tidak menyadari hal tersebut. (Sulistianingsih, 2022, pp. 26–28)

Secara tidak sadar dalam setiap waktu alam semesta akan merespon perasaan, pikiran, dan aktivitas seseorang secara natural. Alam semesta ini tidak memberikan pilihan, hal ini dapat dipahami bahwa semesta bekerja secara natural dalam segala sesuatu. Pada dasarnya semesta bertugas sebagai cermin yang dapat memantulkan kembali setiap energi yang difokuskan kepadanya. Setiap energi dan pikiran yang diterima oleh alam semesta akan dipantulkan kembali dalam berbagai bentuk, baik berupa benda maupun pengalaman-pengalaman yang sama sesuai apa yang dipikirkan dan difokuskan. Seperti itulah gambaran cara kerja *law of attraction* dalam kehidupan. Gambaran tersebut merupakan contoh yang ideal dari cara kerja semesta yang secara istimewa telah dipersiapkan sebagai sebuah hukum semesta yang bersifat paten. *Law of attraction* merupakan definisi ilmiah dari suatu kejadian seperti nasib, kesungguhan, keyakinan, kekuatan doa, Ikhlas dan Syukur. (Jack Canfield, 2008, p. 4)

Terdapat komponen utama dalam *law of attraction*, di antaranya adalah pikiran. Kata pikiran diambil dari bahasa Arab yakni *fakara* yang mengandung makna perantara yang memiliki kapasitas untuk menyampaikan kepada ilmu. (Ar-Rhagib Al-Ishfahani, 2012, p. 496) Setiap manusia yang berfikir akan menghasilkan getaran dan getaran tersebut akan ditarik oleh alam semesta sesuai dengan getaran pikirannya. Pikiran positif akan menarik hal yang positif dan pikiran negative akan menarik hal negative begitupun seterusnya. Menurut Dr Joe seorang metafisikawan “pikiran akan menghasilkan sinyal yang bersifat magnetis yang menarik kesejajaran kembali ke arah pemiliknya, pikiran utama adalah magnet, dan hal ini dihukumi kemiripan menarik kemiripan”.

Pikiran merupakan kekuatan yang dapat membawa perubahan diri seorang manusia untuk mengantarkan tujuannya dan mewujudkan hal yang luar biasa, kekuatan tersebut berporos pada pikiran alam bawah sadar atau bagian yang paling dahsyat yang ada dalam diri manusia. Melalui hal tersebut dapat dilihat bahwa kekuatan pikiran memiliki ruang lingkup yang sangat luas, seperti perilaku manusia dan lain sebagainya. (Ibad, 2020a, pp. 8–9).

B. Sejarah Law of Attraction

Dalam buku *The Law of Attraction* karya Michael J. Losier dijelaskan bahwa konsep hukum tarik menarik mulai eksis pada awal tahun 1900-an. Michael mengatakan bahwa pada tahun 1906 William Walter mulai mengenalkan kepada dunia mengenai Getaran Pikiran dan Hukum Ketertarikan Alam Dunia Pikiran, disusul oleh Ernest Holmes pada tahun

1949 ia mengenalkan *law of attraction* melalui bukunya yang berjudul “*Dasar Ilmu Pikiran Manusia*” dan yang terakhir Raymond Holliwel memperkenalkan bukunya yang berjudul “*Bekerja dengan Hukum*” pada tahun 1949. Setelah itu mulai awal dasawarsa 1990-an berbagai wacana dan sumber mengenai *The Law of Attraction* mengalami perkembangan yang sangat pesat melalui karya yang di tulis oleh Jeery dan Esther hick. (Michael J. Losier, 2007b, p. 5)

Dalam buku *The Secret* karya Rhonda Byrne hukum *law of attraction* ditemukan dalam ukiran batu pada tahun 3000 SM, namun pada abad ke-5 SM para tokoh dunia mulai memperkenalkan kembali hukum ini melalui profesi mereka masing-masing, di antaranya para penyair seperti William Shakespare, Robert Browning, dan William Bake menyebarkan hukum ini melalui karya mereka dalam bentuk puisi, para Musisi seperti Ludwig Van Beethoven menyampaikan melalui musik, para seniman seperti Leonardo da Vinci menyampaikan melalui lukisannya, dan para pemikir terkenal seperti Socrates, Plato, Pythagoras, Sir Isaac Newtoon, Johan Wolfgang von Goethe dan Victor Hugo menyampaikannya melalui karya berupa tulisan dan ajaran yang mereka bawa. Tidak hanya peran tokoh, agama pun berperan membawa dan menyampaikan hukum *law of attraction*, seperti agama Islam, Hindu, Buddha, Kristen, Yahudi serta peradaban kuno seperti Babilonia dan Mesir Kuno menyampaikannya melalui tulisan, ajaran dan kisah-kisah. (Rhonda Byrne, 2022, pp. 5–6)

Dalam Sejarah lain istilah *law of attraction* pertama kali eksis di media cetak pada tahun 1877, tepatnya dalam buku yang ditulis oleh Helena Blavatsky seorang mistikus asal Rusia, isi bukunya membahas tentang kekuatan tarik-menarik yang terdapat di dalam jiwa manusia, meskipun dalam bukunya tidak ditemukan fakta-fakta mengenai *law of attraction*, namun Helena tetap meletakkan teori dasar pada hukum ketertarikan meskipun tidak secara komprehensif. Kemudian pada tahun 1907 muncul seorang penulis yang bernama William Walker Atkinson dan memperkenalkan hukum tarik menarik secara komprehensif di zaman modern, ia menerbitkan bukunya yang berjudul “*Getaran Berfikir atau Hukum Ketertarikan di Dunia Pikiran*”. Buku tersebut membahas mengenai cara berfikir baru untuk membangun pikiran positif pada diri manusia, melalui karyanya tersebut Walker berhasil mengenalkan prinsip-prinsip utama dalam *law of attraction* seperti energi, getaran dan manifestasi. Seiring dengan berjalannya waktu semakin banyak penulis dan tokoh terkenal yang tertarik dengan gagasan *law of attraction* sehingga tumbuhlah literatur-literatur lain yang mengkaji *law of attraction*, salah satunya karya yang berjudul “*The Science The Getting Rich*” karya Wallace Delois pada tahun 1910 buku tersebut juga membahas mengenai hukum ketertarikan, namun karya tersebut lebih fokus menjelaskan mengenai fungsi berfikir kreatif dalam proses manifestasi dan peran universal energi sebagai subjek pembentuk segala sesuatu. Pada tahun 1928 gagasan *law of attraction* semakin menyebar dan menumbuhkan ide-ide baru, pada tahun ini Napoleon Hill berhasil menerbitkan bukunya yang berjudul “*The Law of*

Succes in 16 Lessons” pada tahun 1937 Napoleon berhasil menerbitkan buku yang berjudul “*Think and Grow Rich*” dan berhasil menjadi buku yang *best seller* di dunia. Pada tahun 1986 Jerry dan Ester berhasil menghasilkan karya yang tidak kalah fenomenal mengenai sumber informasi subjek hukum ketertarikan yaitu jiwa (roh).(Peter Paxton, n.d.)

Meskipun karya Jerry terbilang sukses, namun karya tersebut menuai banyak keraguan besar, alasannya karena karya tersebut lebih dominan membahas mengenai jiwa (roh), setelah karya tersebut belum berhasil menembus kepercayaan dunia muncul lah sebuah film yang berjudul “*The Secret*” yang menceritakan mengenai fenomena *law of attraction*, film ini muncul pada tahun 2006 dan berhasil menggemparkan puluhan juta manusia di seluruh dunia, film ini menjadi booming karena penonton menganggap bahwa film ini mudah dipahami dan menampilkan pesan hukum ketertarikan yang sangat jelas, berikut pesan-pesan yang terdapat dalam film “*The Secret*” karya Rhonda Byrne: 1.) Segala sesuatu tercipta karena pikiran, 2.) Kepercayaan diri akan mempengaruhi sebuah keberhasilan, 3.) Sikap dan pikiran yang positif merupakan hal utama untuk mewujudkan tujuan. (Peter Paxton, n.d.)

Melalui sejarah tersebut dapat diketahui bahwa konsep hukum ketertarikan (*law of attraction*) bukanlah ilmu baru, melainkan telah ada dan di praktikkan oleh orang-orang terdahulu bahkan orang-orang yang mempraktikkan hukum ini cenderung sukses dan hebat. Bahkan sejak abad ke

14 Islam telah mengajarkan konsep hukum ini secara terbuka agar semua umat manusia yang melaksanakannya mendapat rahmat dari Allah SWT.

C. Proses Terjadinya *Law of Attraction*

Law of attraction (hukum ketertarikan) merupakan sebuah rahasia besar dalam kehidupan, dalam istilah lain Rhonda Byrne menyebut hukum tarik menarik dengan sebutan *The secret* bahkan sebutan tersebut ia pakai untuk menamai judul buku dan film yang ia buat, hukum ini diklaim memiliki pengaruh besar bagi kehidupan manusia, *law of attraction* memiliki prinsip kemiripan menarik kemiripan, ketika manusia memikirkan suatu hal maka pikiran tersebut akan dikirim ke alam semesta dan secara magnetis semesta akan menarik hal yang serupa, yang kemudian alam semesta akan mengembalikan hal tersebut sesuai dengan sumbernya. Namun hal ini diragukan oleh Joe Vitale seorang fisikawan yang konsentrasi ilmunya dalam bidang hukum tarik menarik, Ia mempercayai hukum gravitasi bumi sebagai hukum alam namun Joe meragukan bahwa *law of attraction* benar-benar hukum alam, eksistensi hukum gravitasi dapat dibuktikan secara langsung melalui fenomena jatuhnya sebuah benda dari ketinggian. Hukum gravitasi selalu menunjukkan cara kerjanya dengan menarik benda untuk selalu bergerak jatuh ke bawah, sedangkan hukum ketertarikan tidak selalu dapat dibuktikan secara ilmiah karena *law of attraction* dianggap sebagai ilmu pseudosains atau ilmu yang semu. (Sulistianingsih, 2022, pp. 28–29)

Meskipun hukum tarik menarik dianggap sebagai ilmu pseudosains, bukan berarti hukum ini tidak menjadi perhatian masyarakat dunia, justru

sebaliknya hukum ini menjadi subjek kajian yang diminati oleh para peneliti di seluruh penjuru dunia, masyarakat dan para peneliti menganggap bahwa hukum ini memiliki point yang menarik dan relevan dengan aktivitas manusia, salah satu point penting dalam konsep hukum ini adalah “segala sesuatu yang datang dalam kehidupan manusia adalah hasil dari tarikan yang diinginkan dan dipikirkan oleh manusia” segala sesuatu yang terjadi dalam kehidupan manusia adalah hasil dari pemikiran yang tersimpan dalam dirinya, apapun yang berada dalam benak manusia, secara otomatis hal tersebut akan ditarik kembali ke dalam dirinya.(Muhammad, 2023, p. 232)

Terjadinya *law of attraction* seringkali dianggap sebagai sebuah hal yang bersifat insidental, padahal jika dipahami lebih dalam hal ini terjadi bukan sekedar kebetulan, melainkan terjadi karena adanya proses tarik menarik. *Law of attraction* sangat mengutamakan kekuatan pikiran, berdasarkan hukum ini pikiran diumpamakan menjadi sebuah magnet yang sangat kuat yang dapat menarik segala sesuatu yang ada di sekitarnya. Oleh karenanya segala sesuatu yang dipikirkan dan difokuskan akan ditarik kembali kepada dirinya baik dilakukan secara sadar maupun tidak sadar. Manusia dapat melihat pola pikirnya dengan mudah hanya dengan berkaca melalui kehidupan dan keberhasilannya, keberhasilannya tersebut mencerminkan usaha dan bentuk pikiran yang ia fokuskan. Apabila manusia tidak mengevaluasi bagaimana pola pikirnya maka ia tidak akan paham bahwa manusia akan beroperasi secara impulsif, keyakinan dan pola pikir merupakan aspek utama yang menjadi perhatian bagi *law of attraction*, aspek tersebut

dapat mengantarkan manusia untuk menjalankan kehidupannya, manusia pada dasarnya merupakan pencipta pola pikir, tetapi pada saat yang sama pola pikir berfungsi sebagai pencipta diri manusia karena “kamu adalah apa yang kamu pikirkan”.(James Arthur Ray, 2008, pp. 56–57)

Dalam konsep *law of attraction* yang dicetuskan oleh Rhonda Byrne aspek antroposentris merupakan aspek utama dalam fokus kajian hukum ketertarikan, Byrne menyatakan bahwa manusia adalah pencipta sehingga dapat menciptakan dan menarik segala hal yang diinginkan menggunakan kekuatan pikiran dan perasaan yang dimiliki oleh manusia. Karena fokus Byrne pada aspek antroposentris maka menurutnya manusia merupakan magnet terkuat yang ada di alam semesta dan memiliki daya magnet terkuat di dunia. Melalui hal tersebut berbagai gagasan yang terdapat dalam hukum ini diklaim sebagai bagian dari *new age movement* (NAM) atau aliran yang meyakini bahwa manusia merupakan pusat kendala terjadinya segala sesuatu. Singkatnya fenomena tersebut dapat digambarkan melalui ungkapan populer “kamu adalah apa yang kamu pikirkan”(Muhammad, 2023, p. 232)

Hukum tarik menarik dapat diartikan sebagai hukum penciptaan, para ahli fisika quantum mengatakan bahwa seluruh alam semesta tercipta karena pikiran, manusia menciptakan hidupnya melalui pikiran dan hukum tarik-menarik, hukum ini tidak hanya bekerja ketika manusia memahaminya, melainkan ia akan tetap bekerja ketika manusia tidak menyadarinya, karena *law of attraction* akan selalu bekerja, terlepas apakah seseorang mempercayainya, mehamaminya atau tidak. (Rhonda Byrne, 2022, p. 18)

Mekanisme kerja *law of attraction* berdasarkan buku *the secret* karya Rhonda Byrne terdiri dari tiga langkah yaitu : meminta, percaya dan menerima (Ikhlas). (Rhonda Byrne, 2022, pp. 55–65)

1. Langkah pertama yang harus di lakukan adalah meminta (*ask*). Dengan menentukan keinginan diri secara jelas dan penuh keyakinan, menggunakan kalimat positif, menetapkan bentuk keinginannya di masa sekarang bukan di masa mendatang atau di masa lampau, serta memiliki keyakinan bahwa semesta dapat menarik apa yang diminta. Segala sesuatu yang menjadi fokus utama dalam pikiran manusia akan ditarik kembali oleh alam semesta dan kemudian diubah menjadi sebuah realita. Jika seseorang tidak mengetahui dengan jelas apa yang sebenarnya diinginkan, maka hukum ketertarikan tidak dapat mendatangkan kembali apa yang sebenarnya diminta orang tersebut. *Law of attraction* hanya akan bekerja sesuai dengan frekuensinya, jika yang manusia kirimkan adalah frekuensi yang tidak jelas maka yang akan kembali adalah hal yang serupa. Oleh karena itu pikirkan dengan baik sesuai dengan kata hati dan keyakinan diri, kemudian meminta karena meminta adalah langkah pertama dalam proses penciptaan.

Menurut Rhonda Byrne meminta tidak harus dilakukan secara berulang cukup dilakukan sekali, namun dilakukan dengan penuh keyakinan. Bryne menganalogikan “meminta” ini dengan proses pemesanan melalui sebuah katalog, seseorang tidak akan meragukan pesanan yang sudah diterima oleh penjual sehingga ia harus berulang kali mememesannya kembali, begitu pula dalam proses penciptaan, hal pertama

yang harus dilakukan adalah memperjelas keinginan, dan yang kedua adalah memintanya dengan penuh keyakinan.

2. Setelah percaya (*believe*) dan memiliki kejelasan terkait apa yang diinginkan, manusia diharapkan mampu mewujudkan rasa percaya bahwa dirinya sudah memiliki apa yang diinginkan, dalam istilah lain proses ini dikenal dengan *Act As If* (manusia berperilaku seakan-akan sedang atau sudah terjadi). Ketika seseorang yakin dan percaya bahwa ia bisa meraih apa yang ia inginkan, maka semesta akan mendatangkan hal tersebut ke dalam dirinya, karena semesta adalah cermin dan hukum tarik-menarik memantulkan kembali pikiran dominan seseorang untuk kembali kepada dirinya. Anggaplah sesuatu yang sedang diinginkan sudah menjadi milik sendiri, hindari keinginan untuk mengeluh dan jauhkan rasa kekhawatiran, karena setiap hal yang bersifat negatif akan menggugurkan hal - hal yang bersifat positif.
3. Langkah terakhir yaitu menerima (*receive*), menerima dalam proses *law of attraction* berarti merasa baik dan merasa senang terhadap segala hal yang terjadi kepada dirinya, ketika seseorang merasa baik dan bahagia berarti ia sedang menempatkan dirinya pada frekuensi yang positive.

Menerima atau merelakan merupakan perasaan seseorang untuk menjauhkan dirinya dari perasaan ragu, karena jika manusia dihadapkan dengan perasaan ragu, maka secara otomatis ia telah memantulkan energi negatif pada alam semesta. Energi negatif inilah yang kemudian menjadi penyebab gagalnya proses perealisasi keinginan. Untuk dapat

menempatkan diri pada frekuensi positif, dapat dilakukan dengan cara menanamkan keyakinan dalam diri, kemudian realisasikan keyakinan tersebut seakan-akan sedang kita alami. Contohnya: “Saat ini saya sedang merasakan hal-hal baik dalam hidup saya”, “saat ini saya merasakan hal-hal yang membahagiakan hidup saya” dan kata-kata positif yang serupa. Kemudian rasakan kata-kata tersebut seakan-akan sedang dialami oleh diri sendiri. Selain meyakini dan menerima dengan hati, manusia perlu memiliki kehati-hatian ketika mengalih bahasakan keinginannya menjadi sebuah realitas, karena semesta tidak mengenali kata “tidak” yang artinya ketika seseorang salah mengalih bahasakan justru akan menjadi boomerang bagi dirinya. Contohnya “saya tidak ingin kehilangan pekerjaan saya” menurut alam semesta kalimat tersebut sama halnya dengan “saya ingin kehilangan pekerjaan”. Oleh karena itu berhati – hatilah dengan segala hal yang bersifat negatif, baik secara perkataan maupun perbuatan. Manusia dapat menggunakan *law of attraction* untuk mewujudkan apapun yang diinginkan, dengan syarat tetap memperhatikan kejelasan apa yang sebenarnya diinginkan dan mempertahankan sifat positif dalam dirinya.

Selaras dengan pendapat Rhonda Byrne dalam bukunya *The Secret*, Michael J. Losier mengemukakan tiga tahapan penting agar *law of attraction* dapat bekerja secara maksimal. (Michael J. Losier, 2007a, p. 30)

1. Kenali keinginan diri anda, pada realitanya tidak semua orang mengetahui apa yang mereka inginkan, justru mayoritas orang mengetahui apa yang mereka tidak inginkan. Peristiwa seperti ini dapat dilihat melalui

kelaziman manusia menggunakan kata “tidak”. Tidak ingin menderita, tidak ingin gemuk, tidak ingin hidup susah, dll.

Law of attraction bekerja dalam alam bawah sadar (*Subconscious mind*) yang artinya menolak berbagai macam ungkapan negatif, LOA selalu merespon berbagai kalimat dengan mengesampingkan kata-kata negatif seperti “tidak”, “jangan”, dan kata-kata negatif sejenis. Ricard Macdonald berasumsi bahwa kata “tidak” bernuansa negatif, sedangkan kata “ya” bernuansa positif, berwibawa, menenangkan, dan menegaskan. Oleh karenanya untuk mendapatkan hasil yang sesuai dengan yang diharapkan maka dibutuhkan ungkapan-ungkapan yang bernuansa positif. Contohnya “Saya selalu merasakan kebahagiaan sepanjang hari”

Sebelum sampai pada proses tersebut, perlu adanya perhatian terhadap konsep “kontras”. Konsep kontras merupakan pemusatan perhatian terhadap hal yang tidak disukai dan membuat suasana hati tidak nyaman. Pada realitanya ketika pikiran kita sering diisi dengan hal-hal yang tidak kita sukai, maka semakin kuat pikiran dan getaran negatif yang akan terpancar ke alam semesta, dan getaran negatif tersebut akan menjelma menjadi realitas negatif yang akan terjadi dalam kehidupan kita. Maka dengan adanya pemahaman mengenai konsep “kontras” diharapkan setiap manusia dapat mengatur emosi dan suasana hatinya ke dalam frekuensi getaran positif sesuai dengan apa yang mereka harapkan. dan menghindari emosi dan suasa hati yang mengarah pada frekuensi getaran negatif. (Michael J. Losier, 2007b, p. 30)

2. Pusatkan perhatian pada keinginan diri., kurang sempurna jika hanya dengan mengetahui keinginan diri, perhatian yang bersifat positif dan keyakinan diri yang kuat juga merupakan faktor penting dalam proses kerja *law of attraction*. *Law of attraction* mampu mempercepat ketepatan tercapainya keinginan sesuai dengan keyakinan diri dan sikap positif yang tertanam dalam diri manusia. Hukum tarik-menarik hanya akan bekerja sesuai dengan perasaan manusia baik dari pikiran maupun ucapannya. Oleh karenanya perlu adanya keseimbangan antara pikiran, ucapan dan perasaan, contohnya ketika seseorang sangat yakin dengan harapan dan ucapannya namun perasaannya bertolak belakang dan merasa mustahil, maka perasaan mustahil lah yang akan di proses oleh *law of attraction* untuk di kirim ke semesta. (Michael J. Losier, 2007c, p. 30)
3. Lepaskan keinginan agar menjadi kenyataan. Pada tahap ini manusia harus menghilangkan perasaan ragu akan ketercapaian harapan dan membuang jauh getaran negatif yang terdapat dalam diri, karena setiap yang terjadi di semesta tentu melalui sebuah proses, maka bantulah alam semesta untuk memproses apa yang diri kita harapkan melalui kuatnya keyakinan dan pikiran menuju suatu keniscayaan. Tahap ketiga inilah sebagai tahap penentu dalam proses penciptaan.(Michael J. Losier, 2007a, p. 30).

D. Prinsip – Prinsip Universal Dalam *Law of Attraction*

Prinsip universal merupakan aspek penting dari sebuah realitas subjektif untuk menciptakan kesinambungan dalam hukum tarik -menarik,

terdapat 7 prinsip universal dalam hukum ketertarikan (White Dove, 2011, pp. 7–9), berikut paparannya:

1. The Principle of Consciousness (Prinsip Kesadaran)

Prinsip ini menyatakan bahwa manusia dapat memilih antara alam sadar dan alam bawah sadar, meskipun pada realitanya alam bawah sadar lebih mendominasi segala aktivitas yang dilakukan oleh manusia, tetapi manusia juga bisa menyadari bahwa ia sedang berada di alam sadar. Contohnya ketika kita merasa sadar bahwa dirinya sedang memakan burger dengan lima kali kunyahan. Unikny manusia tetap bisa memilih untuk memiliki kesadaran yang penuh bahwa ia sedang menjalani hidup dan berada di masa ini, oleh karenanya manusia dapat mengontrol dirinya untuk tetap berada di alam sadar, melalui kesadaran yang lebih fokus diharapkan memberikan dampak yang positif bagi kehidupan manusia. (White Dove, 2011, p. 7)

2. *The Principle of Magnetism* (Prinsip Magnetisme)

Prinsip magnetisme merupakan prinsip utama terkait kesetaraan hasil pemikiran manusia, *law of attraction* hanya dapat menarik energi yang serupa (*like attracts like*), jika yang dipantulkan adalah emosi dan pikiran positif maka yang akan kembali kepada dirinya adalah hal-hal yang bersifat positif, begitupun sebaliknya, karena apapun yang difokuskan dengan intensitas emosi dan keyakinan akan menjadi bagian dari realitas manusia. Prinsip ini di dasarkan pada ide bahwa alam semesta terdiri dari energi yang saling berkesinambungan. (White Dove, 2011, p. 7)

3. *The Principle of Pure Desire* (Prinsip Keinginan Murni)

Prinsip keinginan murni merupakan prinsip yang menyatakan bahwa segala hal baik yang terjadi kepada manusia tergantung pada niat dan ambisi yang tertanam dalam diri manusia. Niat dan ambisi yang disertai dengan rasa ikhlas akan memberikan hasil sesuai yang diharapkan. Supaya niat tersebut sampai dalam tingkatan ikhlas, manusia harus menjauhkan diri dari pikiran yang bersifat negatif seperti, ketakutan, keraguan, dan keputusasaan. Manusia harus memiliki motif yang jelas untuk dapat menerima respon positif alam semesta, hindari keraguan pikiran karena hal tersebut dapat menggagalkan proses tertariknya energi positif ke dalam alam semesta. (White Dove, 2011, p. 8)

4. *The Principle of Paradoxical Intent* (Prinsip Niat Paradox)

Prinsip niat paradox merupakan prinsip yang menentukan bahwa perkembangan situasi adalah bentuk dari pemikiran manusia. Ketika seseorang bertindak dalam keadaan putus asa, tentu akan tercipta paradox yang akan menghasilkan dampak negatif pada energi yang diinginkan, di samping itu ketika manusia terjerumus dalam keputusasaan maka getaran negatif akan terpancar sehingga menimbulkan dampak negatif pada lingkungan sekitar, baik pada alam maupun masyarakat sekitar. (White Dove, 2011, p. 8)

5. *The Principle of Harmony* (Prinsip Harmoni)

Prinsip harmoni merupakan prinsip yang terkait dengan kemampuan manusia untuk memperoleh kebaikan yang telah direncanakan

sebelumnya. Ketika manusia memilih hidup berdampingan dengan alam semesta dan siap untuk tidak memancarkan energi negatif, maka secara tidak langsung ia sedang mempersiapkan dirinya untuk mendapatkan feedback positif dari apa yang telah ia lakukan. Hal ini hanya akan terjadi ketika manusia sadar dalam proses pengambilan keputusan tersebut, khususnya ketika ia berusaha menyalurkan dirinya dengan alam semesta maupun orang-orang di sekitarnya, prinsip harmoni merupakan salah satu prinsip universal yang membutuhkan perhatian mutlak terhadap pemikiran positif. (White Dove, 2011, p. 8)

6. *The Principle of Right Action* (Prinsip Tindakan yang Benar)

Prinsip *Right Action* merupakan prinsip pemberian apresiasi terhadap seseorang yang senantiasa melakukan hal yang benar (hal positif) dalam kehidupannya, prinsip ini juga mengajarkan bahwa untuk mendapatkan gelar kehormatan, manusia harus mengembangkan kualitas hidupnya di lingkungan masyarakat maupun alam semesta. Begitupun sebaliknya ketika manusia melakukan sesuatu yang bertolak belakang dengan hukum alam, maka dirinya harus siap menghadapi konsekuensinya. Berdasarkan prinsip tersebut, dapat disimpulkan bahwa merancang pilihan hidup yang baik (positif) merupakan kekuatan utama dalam menentukan kehidupan di masa depan. (White Dove, 2011, p. 9)

7. *The Principle of Expanding Influence* (Prinsip Memperluas Pengaruh)

Prinsip *Expanding Influence* merupakan prinsip mengenai kekuatan energi yang ada dalam diri manusia. Energi merupakan salah satu hal yang

terus berkembang di dunia. Contohnya ketika ada seseorang yang sukses dalam suatu bidang dan menjadi roll model bagi masyarakat, secara tidak langsung orang tersebut telah memancarkan energi positifnya kepada orang lain, sehingga orang lain termotivasi dan ingin sukses seperti dirinya. Oleh karena itu dengan manusia menjalani hidupnya dengan pemikiran positif dan berkualitas, berarti ia meningkatkan kebahagiaan dan memancarkan sifat positif terhadap orang-orang di sekitar, sehingga kekuatan pengaruh positif akan meluas hingga berdampak pada semua orang dan berbagai hal yang terdapat di lingkungan sekitar. (White Dove, 2011, p. 9).

E. Konsep *Law of Attraction* Dalam Al-Qur'an

Secara tersurat istilah *law of attraction* tidak tercantum dalam Al-Qur'an, namun jika dipahami secara tersirat terdapat ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan *law of attraction*. Di antaranya surat Al-Zalzalah ayat 7-8 yang artinya "Barangsiapa yang mengerjakan kebaikan seberat dzarrahpun, niscaya dia akan melihat balasannya, dan barang siapa yang mengerjakan kejahatan sebesar dzarrahpun, niscaya dia akan melihat balasannya pula". Ayat tersebut merepresentasikan konsep *law of attraction* yaitu adanya dua hal yang saling tarik menarik, kebaikan menarik kebaikan dan keburukan menarik keburukan.

Merujuk pada penelitian terdahulu, ayat Al-Qur'an yang memiliki keterkaitan dengan *law of attraction* terbagi menjadi beberapa aspek pembahasan. Di antaranya *law of attraction* dan dimensi Tuhan, *law of*

attraction dan implementasinya, seperti kekuatan LoA mengubah panas menjadi dingin, kekuatan LoA mengubah masa depan, LoA dalam perbandingan manusia, serta *law of attraction* dalam kisah-kisah Nabi terdahulu.

Untuk menghindari luasnya penafsiran dan kesamaan dengan penelitian terdahulu, penulis berusaha mengerucutkan ayat-ayat Al-Qur'an tentang *law of attraction*, dengan menentukan dua pokok pembahasan, yaitu 1.) konsep *law of attraction* secara substansial, dan 2.) konsep *law of attraction* dalam 3 pilar kehidupan (doa, sabar, syukur), atau dalam istilah lain tiga aspek tersebut disebut dengan energi Al-Qur'an.

1. Substansi Law of Attraction

Law of attraction merupakan hukum alam (*natural law*) yang direpresentasikan melalui sebuah pikiran. Substansi dari *law of attraction* adalah: a.) Setiap pikiran yang positif akan mendatangkan kehidupan yang positif, b.) Pikiran yang negatif akan mendatangkan pikiran yang negatif c.) Apa yang kamu pikirkan itulah yang kamu dapatkan d.) Pikiranmu akan menentukan hidupmu. Jadi *law of attraction* adalah “segala sesuatu yang difokuskan dan dipikirkan dengan segenap perhatian, energi dan penuh konsentrasi baik hal yang positif maupun negatif, dan akan datang kembali ke dalam kehidupan kita”. (MJS Channel, 2021) Senantiasa melakukan hal – hal yang positif merupakan bentuk upaya mendatangkan kebaikan dalam hidup, sebagaimana dijelaskan dalam Al-Qur'an mengenai prinsip keadilan, kebaikan akan di balas kebaikan dan keburukan akan di balas

keburukan. Berikut ayat-ayat Al-Qur'an yang memuat substansi *law of attraction*:

2. Balasan Kepada Setiap Individu

Q.S Al – Jatsiyah (45): 15

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا فَلِنَفْسِهِ ۖ وَمَنْ أَسَاءَ فَعَلَيْهَا ثُمَّ إِلَىٰ رَبِّكُمْ تُرْجَعُونَ

“Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, maka itu adalah untuk dirinya sendiri, dan barangsiapa yang mengerjakan kejahatan, maka itu akan menimpa dirinya sendiri, kemudian kepada Tuhanmulah kamu dikembalikan”.

Amal perbuatan merupakan penentu balasan amal manusia, Allah akan memberikan ganjaran berupa kebahagiaan di akhirat (kenikmatan surga) bagi hambanya yang berperilaku baik semasa hidupnya. Sedangkan Ia akan memberikan hukuman bagi hambanya yang berperilaku buruk, dengan siksa yang amat pedih. Oleh karena itu ketika seorang hamba menaati segala perintah, dan menjauhi segala larangan dengan penuh keikhlasan dan kesadaran, maka kebaikan dan hal positif akan kembali kepada dirinya. Konsep balasan dalam ayat ini selaras dengan prinsip *law of attraction* yaitu hukum sebab akibat, kejahatan atau keburukan akan menarik hal negatif, sedangkan kebaikan akan menarik sikap positif.

Sebagaimana tafsiran ayat yang lalu mengenai keniscayaan kiamat dan nubuwat, ayat di atas didapati sebagai kecamanan para pembangkang yang angkuh terhadap kebenaran ayat Al-Qur'an. Oleh karena itu, ayat ini turun sebagai peringatan kaum kafir yang telah

melakukan perbuatan keji terhadap ayat-ayat Allah, Nabi dan kaum muslimin. Allah mengancam mereka dengan membuat perhitungan melalui prinsip keadilan. Setiap amal perbuatan memiliki ganjaran dan pembalasan tanpa memandang seseorang dengan yang lain selain karena usahanya, prinsip tersebut adalah:

“Siapa saja yang didapati berperilaku baik (beramal saleh) sekecil apapun itu, maka dirinya berhak mendapatkan balasan kebaikan. Dan siapa saja yang didapati berperilaku buruk, maka dirinya berhak mendapatkan balasan yang setimpal”. Allah merupakan sebaik-baiknya tempat berserah, oleh karenanya lakukanlah amal kebaikan agar mendapatkan kembali balasan baik sesuai dengan apa yang telah diperbuat. (M. Quraish, 2006a, p. 43)

Menurut pendapat Sayyid Qutb, konteks ayat ini berkaitan dengan orang yang beriman dituntun untuk menjadi pemaaf, toleran, dan memiliki hati yang luas (lapang dada). Karena orang yang beriman dan terbiasa berinteraksi dengan kebaikan akan memperoleh balasan berupa anugerah yang terpancar melalui energi kasih sayang, kekuatan, kekayaan spiritual sebagai sumber keimanan dan ketenangan batin. Ayat ini memberikan motivasi besar bagi kaum muslimin untuk selalu berbuat kebaikan, berprasangka positif, dan mengingat akan adanya prinsip keadilan sebagai dasar dari ancaman dan balasan bagi setiap amal perbuatan, karena Allah akan membalas sesuai apa yang hambanya perbuat.

Beberapa ulama mengemukakan adanya sebuah kisah tentang kaum musyrikin Mekkah yang melakukan penghinaan terhadap kaum muslimin. Atas hal tersebut Allah melarang hambanya untuk melakukan

pembalasan, tidak membalas bukan berarti lemah dan tidak memiliki kekuatan, melainkan untuk menanamkan dan memperlihatkan akhlak islam yang mulia di lingkungan masyarakat Mekkah. Allah selalu mengajarkan hambanya untuk berbuat kebaikan dan menjauhi keburukan, karena setiap sikap yang buruk dapat menjerumuskan diri seseorang dalam amarah dan kebinasaan. Dan pada akhirnya akan membawa dirinya pada kejahatan dan balasan yang pedih. (M.Quraish, 2006a, pp. 43–44)

Berkaitan dengan sifat positif kaum muslimin, Buya Hamka mengemukakan bahwa kaum muslimin merupakan kaum yang senantiasa bersikap tenang dan sabar hatinya, sehingga tidak mudah terpancing amarah ketika menghadapi ujian berupa sikap *arogant* kaum musyirikin. Dengan menghadapi ujian secara tenang dan sabar akan mencegah terjadinya pertengkaran antar umat. Sebagaimana pernyataan Hamka berikut ini:

“Ketika pertengkaran telah dikuasai oleh nafsu amarah, maka akan menyebabkan kericuhan yang tidak diinginkan”

Maksud dari pernyataan tersebut adalah setiap perbuatan yang mengandung unsur negatif seperti halnya amarah, akan menarik kembali amarah tersebut dalam unsur kehidupan, maka tentu yang akan kembali kepada diri sendiri adalah peristiwa yang berunsur negatif. Oleh karenanya Allah memerintahkan hambanya untuk senantiasa berbuat amal shalih, memperteguh iman, memperkuat ukhuwwah dan menahan hati dari segala kemungkaran. Sebab hanya Allah yang dapat

mengatur kehidupan manusia, begitupun dengan perbuatan manusia Allah yang akan membalasnya. Hal ini berdasarkan prinsip keadilan dalam Al-Qur'an dan hukum *cause and effect* dalam *law of attraction*:

“Siapa saja yang berperilaku baik dan beramal saleh, maka ia berhak mendapatkan balasan kebaikan untuk hadir kepada dirinya. Dan siapa saja yang mengusahakan amal buruk, maka dirinya berhak ditimpa kesulitan, dan kepada Tuhanmulah kamu akan dikembalikan”. (Hamka, 2015a, p. 6611)

Prinsip keadilan tentang balasan amal perbuatan juga dijelaskan dalam Q.S An-Nahl (16) 97, yang berbunyi:

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً
وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ

“Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan Kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan”.

Ayat ini menguraikan tentang prinsip yang bersifat fundamental, terkait pemenuhan janji dan konsekuensi. Prinsip ini didasarkan pada prinsip keadilan, yaitu tidak adanya diskriminasi terhadap seseorang terkecuali disebabkan oleh pengorbanan yang telah dilakukan. Setiap mu'min yang menjalankan amal kebaikan dan dihatinya didapati dasar-dasar keimanan, baik laki-laki maupun perempuan. Maka ketika di dunia ia akan diberikan kehidupan yang layak, dan ketika di akhirat ia akan diberikan ganjaran yang lebih baik dan berlipat ganda, sesuai amal yang telah manusia perbuat.

Law of attraction merupakan sunnatullah, oleh karenanya hukum ini memuat prinsip yang relevan dengan apa yang diajarkan dalam Al-Qur'an. Terdapat tiga hal yang harus dikuasai dalam memahami konsep *law of attraction*, pertama mengenali Tuhan, kedua mengenali diri dan yang ketiga mengenali definisi *law of attraction*. (Akeyodia, 2020)

Pada tahap mengenali *law of attraction* seseorang diharapkan memiliki pra pemahaman mengenai konsep ketertarikan, baik itu hal yang ditarik maupun hal yang akan menarik. Dalam konteks surat An-Nahl ayat 97 ini, letak hal yang ditarik terdapat dalam kalimat "kehidupan yang baik" dan hal yang akan menarik terdapat pada diksi "amal saleh" atau perbuatan yang dapat mendatangkan hal-hal baik dalam kehidupan. Melalui analisis tersebut ayat ini memiliki relevansi dengan prinsip *law of attraction* yakni hal yang positif akan menarik hal yang positif begitupun sebaliknya hal yang negatif akan menarik hal yang negatif.

Selain adanya prinsip ketertarikan, ayat di atas juga menunjukkan adanya kata yang mengindikasikan hal positif yaitu kata *shalih/salih*. Quraish Shihab memahami kata *shalih* dengan arti baik, serasi, bermanfaat dan tidak rusak. Menurutnya, manusia dianggap beramal saleh jika ia mampu menjaga nilai-nilai yang terkandung dalam tindakan, dengan tetap mempertahankan fungsi dan manfaat sebagaimana mestinya. Amal saleh dapat diimplementasikan sebagai

sebuah tindakan yang dilakukan untuk memulihkan atau meningkatkan nilai, fungsi dan manfaat dari sesuatu yang telah hilang atau menurun. Ini melibatkan upaya aktif untuk memperbaiki kondisi tersebut sehingga hal yang telah hilang dapat kembali bermanfaat dan berfungsi seperti semula. Hal yang lebih baik dari itu adalah seseorang yang dapat melakukan sesuatu yang telah memiliki nilai kebermanfaatan, kemudian ia melakukan kegiatan yang dapat mewujudkan nilai tambah terhadap sesuatu tersebut. Sehingga dapat mewujudkan kualitas yang lebih tinggi dari sebelumnya. (M.Quraish, 2006b, pp. 342–343)

Setiap ulama memiliki pendapat tersendiri ketika memakna kata “amal saleh”. Muhammad Abduh memaknai kata amal saleh dengan “Perbuatan yang memiliki unsur kebermanfaatan baik bagi si pengamal, orang lain maupun sekelompok manusia”. Sedangkan Az-Zamakhsyari seorang mufassir beraliran rasional mengemukakan bahwa amal saleh merupakan “Perbuatan yang tidak menyalahi dalil akal, Al-Qur’an dan Sunnah Nabi”. Al-Qur’an memang tidak menjelaskan secara spesifik mengenai definisi amal shaleh, tetapi makna amal saleh dapat dipahami melalui berbagai contoh mengenai *al-fasad* (kerusakan) sebagai lawan kata dari kesalehan. Maka hal ini secara tidak langsung dapat memberikan gambaran terkait makna dan definisi amal saleh. (M.Quraish, 2006b, p. 342)

Di samping itu, terdapat syarat utama dalam penilaian amal saleh, syarat ini dijelaskan dalam kata *wa huwa mu'min* (sedang dia

adalah mukmin). Maksudnya adalah setiap amal saleh harus dibarengi dengan iman, karena amal tanpa iman akan memberikan hasil yang bersifat sementara, ibarat setetes racun yang dimasukkan dalam gelas yang terisi air penuh, namun tidak mengubah kadar dan warna cairan air yang ada di dalamnya, akan tetapi memiliki pengaruh yang sangat berbahaya. Kekufuran yang melekat dalam hati orang kafir atau dalam hati orang yang berpuara-pura menjadi muslim sekalipun, tentu akan mendatangkan dampak buruk bagi citra dirinya maupun seseorang yang berada di sekelilingnya. Itulah mengapa Al-Qur'an selalu menegaskan mengenai pentingnya iman dalam amal, karena tanpa iman segala amal yang telah diperbuat akan menjadi hal yang sia-sia. (M.Quraish, 2006b, p. 342)

Iman merupakan pondasi utama yang harus ditanamkan dalam diri seorang muslim dan direalisasikan melalui karakter serta sikap hidupnya, sebagaimana firman Allah dalam Q.S Al-Furqan (63-70) yang artinya: "Mereka yang berjalan di bumi dengan rendah hati, selalu mengucapkan kebaikan meskipun ia dihina/dicemooh, senantiasa memperbanyak shalat di malam hari, memberikan infaq, mengerjakan kebajikan, dan selalu berdoa meminta ampunan, rezeki dan lain-lain". Pada dasarnya setiap kebaikan yang dipaparkan dalam Al-Qur'an tentu memiliki maslahat bagi umat manusia, begitupun dengan seseorang yang beriman akan mendapatkan balasan berupa kebahagiaan dan

kesuksesan hidup. Sebab iman merupakan langkah awal untuk memasuki gerbang kehidupan.(S.Rauf, 2023, p. 31)

Tidak terdapat perbedaan dalam hal keadilan, seluruh umat manusia akan diperlakukan setara baik laki-laki maupun perempuan, kata *man*/siapa yang terdapat dalam awal ayat ini mengacu pada jenis kelamin perempuan dan laki-laki. Secara sengaja ayat ini menyebutkan dengan tegas ketika membahas keadilan atau prinsip kesetaraan, prinsip ini ditujukan untuk memotivasi umat manusia agar senantiasa berbuat amal salih dan mengingat akan konsekuensi setiap amal perbuatan. Karena setiap amal perbuatan memiliki konsekuensi tersendiri sekalipun perbuatan amal saleh, dalam hal inilah iman menjadi kunci utama dalam melakukan perbuatan.

Setiap perbuatan yang manusia lakukan sumbernya adalah pikiran, jika yang dipikirkan adalah hal yang positif maka yang akan terwujud dalam perbuatan adalah hal-hal yang memiliki unsur positif seperti berbuat baik, tidak iri dengan orang lain dan lain sebagainya. Begitupun sebaliknya jika yang dipikirkan adalah hal-hal yang berunsur negatif, maka yang akan terwujud dalam perbuatan adalah sikap yang memiliki unsur negatif seperti perasaan insecure, iri terhadap pencapaian orang lain, *suudzon*, dan tidak memiliki *self control*. Itulah mengapa agama islam selalu mengajarkan umatnya untuk senantiasa berhuznudzon bukan bersuudzon, karena dengan *huznuzon* berarti sedang mengisi pikiran dengan hal yang positif dan akan mewarnai

kehidupan sesuai dengan isi pikiran yang di pancarkan ke alam semesta.
(MJS Channel, 2021)

Melalui ayat di atas dapat diketahui betapa Allah sangat sayang terhadap hambanya sehingga Allah senantiasa mengingatkan hambanya untuk selalu berfikir positif, berlomba lomba dalam kebaikan (*fastabiqul khairat*), menjauhi kerusakan (*fasad*) dan memancarkan kebaikan kepada orang-orang di sekitar. Bahkan dalam situasi direndahkan pun Allah masih memerintahkan hambanya untuk bersikap positif seperti yang telah dijelaskan dalam kisah yang terdapat dalam Q.S Al-Jatsiyah (15). Dalam kisah tersebut Allah melarang umat muslim untuk membalaskan dendam kepada kaum musyrikin yang telah berbuat semena-mena terhadap kaum muslim. Dalam situasi ini Allah justru menyuruh hambanya untuk bersabar dan menahan amarah yang terpendam dalam hati kaum muslimin. Itu artinya Allah mengajarkan hambanya untuk melawan kejahatan dengan cara yang lebih baik, karena Allah tau amarah hanya akan mengundang keburukan dan malapetaka dalam kehidupan di dunia bahkan di akhirat. Dalam setiap denyut kehidupan, manusia selalu di tuntut untuk memancarkan cahaya kebaikan dan merembetkan getaran kebajikan ke alam semesta.
(S.Rauf, 2023, pp. 13–14)

Melalui pemaparan di atas, penulis menyimpulkan bahwa untuk mendatangkan kebaikan dalam hidup, seseorang harus melakukan tindakan yang positif dengan dilandasi dengan keimanan, sebab dengan

keimanan dalam diri berarti ia memiliki keyakinan yang kuat bahwa Allah memiliki kehendak terhadap segala sesuatu.

Ayat di atas memberikan pelajaran kepada manusia, bahwa masing-masing makhluk Allah akan mendapatkan konsekuensi sesuai dengan tindakan yang telah dilakukannya semasa hidup di dunia, maka hal tersebut secara jelas menunjukkan adanya keselarasan dengan konsep *law of attraction* yaitu pikiran dan tindakan akan menarik realitas yang sesuai ke dalam hidupnya. Oleh karenanya kesamaan logis antara apa yang dipaparkan dalam Al-Qur'an dengan konsep LoA terdapat dalam konsep sebab akibat tindakan seseorang. Namun di samping itu *law of attraction* dalam Al-Qur'an lebih menekankan adanya peran Tuhan di dalamnya, hal ini terletak pada tafsiran bahwa Allah akan membalas sesuai apa yang hambanya perbuat. Itu artinya Allah terlibat dalam pembalasan dan perealisasi tindakan yang telah manusia lakukan. Maka dari itu tugas manusia adalah melakukan tindakan yang baik dan mencari ridha Allah, sebab hal tersebut akan kembali kepada kehidupan individu.

3. Perempuan baik untuk laki laki yang baik

Q.S An-Nur (24): 26

الْحَيِّثُ لِلْحَيِّثِينَ وَالْحَيِّثُونَ لِلْحَيِّثَاتِ وَالطَّيِّبَاتُ لِلطَّيِّبِينَ وَالطَّيِّبُونَ
لِلطَّيِّبَاتِ أُولَئِكَ مُبَرَّءُونَ مِمَّا يَقُولُونَ لَهُمْ مَغْفِرَةٌ وَرِزْقٌ كَرِيمٌ

“Perempuan-perempuan yang keji untuk laki-laki yang keji dan laki-laki yang keji untuk perempuan-perempuan yang keji

(pula), sedangkan perempuan-perempuan yang baik untuk laki-laki yang baik dan laki-laki yang baik untuk perempuan-perempuan yang baik (pula). Mereka (yang baik) itu bersih dari apa yang dituduhkan orang. Bagi mereka ampunan dan rezeki yang mulia”.

Ayat di atas menjelaskan bahwa perempuan yang buruk jiwa dan akhlaknya maka untuk laki-laki yang buruk akhlak dan jiwanya pula, dan laki-laki yang buruk jiwa dan perilakunya maka untuk perempuan yang buruk jiwa dan perilakunya pula. Dan begitupula sebaliknya perempuan yang baik adalah untuk laki-laki yang baik dan laki-laki yang baik adalah untuk perempuan yang baik pula. (M.Quraish, 2006c, p. 315)

Ayat ini juga mengandung hakikat ilmiah terkait hubungan kedekatan antara dua insan, khususnya pria dan wanita atau suami dan istri. Jalinan hubungan antar keduanya harus bermula dari adanya kesamaan antara kedua belah pihak, tanpa adanya kesamaan tersebut suatu hubungan tidak bisa dikatakan langgeng. (M.Quraish, 2006c, pp. 315–316)

Pengulangan kata الْحَيِّثُ dan الْحَيِّثُونَ bertujuan untuk memantapkan keterangan dan menunjukkan adanya keadilan antara laki-laki dan perempuan. Jika laki-laki yang buruk akhlaknya maka akan berlaku untuk perempuan yang memiliki akhlak yang sama dan jika perempuan yang buruk akhlaknya maka berlaku bagi laki-laki yang buruk akhlaknya begitupun sebaliknya. Dalam pembahasan ini Al-

Biqa'i menambahkan bahwa penyebutan الْحَيْثُتْ terlebih dahulu karena konteks pembicaraan adalah wanita dalam arti isu yang disebarluaskan adalah Aisyah ra. (M.Quraish, 2006c, p. 317)

Melalui penafsiran di atas dapat disimpulkan bahwa laki-laki yang baik itu untuk perempuan yang baik dan laki-laki yang buruk untuk perempuan yang buruk pula, artinya ketika seseorang berusaha memperbaiki dirinya dan menjadi versi yang terbaik maka ia akan mendapatkan seseorang yang setara sesuai dengan value dirinya. Hal ini tentu selaras dengan konsep *law of attraction*, yaitu kebaikan akan menarik kebaikan dan keburukan akan menarik keburukan.

Melalui pemaparan di atas, penulis menyimpulkan bahwa ayat ini mengandung pesan terkait hubungan sebab akibat dalam perilaku manusia. Orang yang menjaga akhlak dan perilakunya akan mendapatkan pasangan yang menjaga akhlak dan perilakunya pula, artinya orang yang memiliki perilaku yang buruk akan menarik orang-orang yang memiliki kualitas serupa. Hal ini sejalan dengan LoA yang menyatakan bahwa energi yang dikeluarkan dari tubuh seseorang akan menarik energi yang serupa dari alam semesta. Dan dalam ayat ini, orang yang memiliki akhlak dan perilaku yang baik akan dipertemukan dengan seseorang yang memiliki kualitas yang sama, namun hal tersebut tidak sepenuhnya otomatis, karena dalam Islam pasangan merupakan bagian dari takdir yang telah Allah tetapkan.

Hal tersebut tentu mengindikasikan bahwa Allah memiliki peran dalam menentukan kebaikan yang akan kita terima, dan untuk merealisasikan takdir yang baik tentu seseorang harus berusaha, berikhtiar dan berperilaku sesuai dengan keinginan dirinya.

4. Kebaikan dibalas kebaikan

Q.S Ar-Rahman (55): 60

هَلْ جَزَاءُ الْإِحْسَنِ إِلَّا الْإِحْسَانُ

“Tidak ada balasan kebaikan kecuali kebaikan (pula)”.

Ayat tersebut memaparkan konsep terkait balasan amal, perbuatan baik (amal saleh) akan dibalas dengan kenikmatan yang baik (anugerah yang besar). Menurut para ulama, ketika ada dua kata yang sama diulang dalam satu kalimat, sedang kata tersebut berbentuk *definite* maka kedua kata tersebut memiliki makna yang sama. Namun, ketika ada dua kata yang sama, sedang kata tersebut berbentuk *indefinite noun*, maka kedua kata tersebut memiliki makna yang berbeda. Berbeda halnya dengan ayat di atas, karena tidak termasuk ke dalam rumus tersebut. Maka kedua kata *ihsan* di sini memiliki makna yang berbeda, yang pertama bermakna amal saleh (perbuatan baik), sedangkan kata *ihsan* kedua bermakna anugerah yang baik berupa kenikmatan surga. (M.Quraish, 2006d, p. 532)

Dengan sangat jelas ayat ini memuat prinsip hukum ketertarikan “tidak ada balasan kebaikan kecuali kebaikan (pula)”, kalimat tersebut

memuat hubungan sebab akibat: *kebaikan dibalas kebaikan*, perbuatan yang baik dibalas dengan kenikmatan yang baik.

Sebagaimana ayat yang lalu menjelaskan tentang kenikmatan yang akan diraih oleh penghuni surga, pada akhir pemaparan tersebut dijelaskan mengenai sebab terjadinya anugerah. Anugerah (kenikmatan) merupakan bentuk apresiasi Allah kepada hambanya yang telah berbuat amal saleh, karena setiap usaha dan perilaku baik manusia akan dibalas oleh Allah SWT, baik di dunia maupun di akhirat kelak. Gambaran mengenai kenikmatan surga dijelaskan dalam ayat sebelumnya sebagai motivasi manusia untuk senantiasa melakukan amal saleh, betapa nikmatnya keindahan surga yang telah digambarkan dalam Al-Qur'an. Tidak ada usaha yang tidak sebanding dengan hasil, untuk mendapatkan kenikmatan/ganjaran dari Allah memang harus melalui jalan yang terjal, namun jika dibandingkan dengan ganjarannya maka usaha dan amal yang dilakukan nampak tidak berharga, karena setiap kenikmatan yang diberikan Allah merupakan hal yang luar biasa dan tidak ternilai harganya. Sedangkan Wahbah Al-Zuhaili menafsirkan ayat ini dengan tafsiran sebagai berikut:

“Balasan bagi orang yang beramal shaleh, ketika di dunia tidak lain adalah kebaikan untuknya di akhirat. Dan surga yang telah dijelaskan diperuntukkan bagi orang yang beriman dan beramal saleh”, sebagaimana firman Allah dalam ayat lain:

﴿لِّلَّذِينَ أَحْسَنُوا الْحُسْنَىٰ وَزِيَادَةٌ ۖ وَلَا يَرْهَقُ وُجُوهَهُمْ قَتَرٌ وَلَا ذِلَّةٌ ۚ أُولَٰئِكَ

أَصْحَابُ الْجَنَّةِ ۖ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ

“Bagi orang-orang yang berbuat baik, ada pahala yang terbaik (surga) dan tambahannya. Dan muka mereka tidak ditutupi debu hitam dan tidak (pula) kehinaan. Mereka itulah penghuni surga, mereka kekal di dalamnya”.

Dalam riwayat Al-Baghawi, Ibnu Abi Hatim, dan Murdawaih dijelaskan bahwa, pada saat itu Rasulullah SAW sedang membaca ayat 60, seraya bertanya kepada sahabat mengenai pengetahuan mereka akan perkataan Tuhannya. Kemudian sahabat menjawab “Allah beserta Rasulnya yang lebih tau”, kemudian Rasulullah kembali menjawab bahwasannya Allah telah berfirman “Tidak ada balasan surga kecuali mereka yang merasakan nikmatnya ketauhidan”. (Az-Zuhaili, 2014, p. 257)

Setiap nikmat yang manusia rasakan merupakan bentuk rahmat dan karunia Tuhan, yang tidak bisa disetarakan dengan amal manusia, apapun itu jenisnya. Allah menegaskan hal ini melalui ayat berikutnya, yaitu tentang pentingnya pengakuan atas kenikmatan yang diberikan oleh Allah sebagai karunia-Nya yang murni.

Wahbah Al-Zuhaili juga menyebutkan bahwa Q.S Ar-Rahman (60) ini mengandung tiga buah pemaknaan: pertama, di akhirat kelak seseorang tidak dikenai beban kewajiban apapun, berlaku bagi orang-orang awam maupun orang-orang pilihan. Kedua, di akhirat kelak seseorang bebas melakukan apapun tergantung bagaimana ia mengontrol dan mengendalikan diri. Hal ini selaras dengan penjelasan dalam Q.S Yasin (57) yang artinya “Setiap manusia yang berada di surga akan mendapatkan buah-buahan dan apapun yang mereka

inginkan”. Ketiga, tidak ada gambaran yang dapat menggambarkan betapa besarnya kebaikan yang telah dijanjikan oleh Tuhan. Kebesaran Allah bersifat unlimited tidak bisa digambarkan dan tidak bisa dideskripsikan. Apa yang Allah berikan kepada hambanya pasti melebihi ekspektasi dan harapan hambanya. (Az-Zuhaili, 2014, p. 259)

Secara khusus, ayat ini berbicara mengenai amal dan balasan, yaitu balasan berupa ganjaran kepada mereka yang senantiasa berbuat kebaikan (amal saleh). Ganjaran yang akan didapat bagi mereka yang berbuat kebaikan, adalah sebuah kenikmatan surga yang manusia belum pernah bayangkan sebelumnya. Gambaran mengenai kenikmatan tersebut mengajarkan manusia agar senantiasa berbuat amal saleh (kebaikan) dan menjauhi keburukan. Besarnya kenikmatan yang Allah berikan kepada hambanya merupakan bentuk kabar gembira, untuk memberikan semangat umat manusia agar senantiasa berlomba-lomba dalam kebaikan (*fastabiqul khairat*). Kehidupan di akhirat saja Allah jamin apalagi kehidupan di dunia, begitu mulianya orang-orang yang senantiasa berbuat kebaikan di dunia sehingga ganjarannya begitu besar di akhirat kelak.

Melalui pemaparan di atas, penulis menyimpulkan bahwa ayat ini memuat prinsip dasar terkait hukum ketertarikan, yaitu kebaikan akan dibalas dengan kebaikan, sedangkan dalam Al-Qur'an kebaikan harus disertai dengan niat dan ketulusan, agar apa yang telah seseorang lakukan akan dibalas dengan kebaikan yang serupa, baik ketika di dunia

maupun di akhirat. Balasan baik ketika di dunia dapat berupa keberkahan, kemudahan dan kebahagiaan, sedangkan balasan ketika di akhirat berupa pahala dan surga.

Melalui konsep balasan tersebut, ayat ini menunjukkan adanya keselarasan dengan konsep hukum ketertarikan, yaitu tindakan yang baik akan mendatangkan balasan yang baik pula. Adapun perbedaannya dengan LoA secara umum adalah adanya peran Tuhan dalam memberikan balasan kepada hambanya sebagai bentuk keadilan dan kasih sayang terhadap seluruh makhluknya. Balasan tersebut pada dasarnya datang dari Allah SWT bukan dari pikiran dan tindakan yang murni dilakukan oleh manusia tanpa adanya peran Tuhan di dalamnya.

Perbedaan selanjutnya yaitu, isyarat kebaikan yang dijelaskan dalam Al-Qur'an tidak hanya fokus pada hal yang terjadi di dunia, tetapi juga di akhirat. LoA secara umum tidak berbicara tentang kehidupan di akhirat, sementara Al-Qur'an menjelaskan bahwa balasan yang baik seringkali diberikan di akhirat nanti, berupa pahala dan surga.

5. Tanggungan bagi diri sendiri

Qur'an Surah Al-Isra (17): 7

إِنْ أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ لِأَنْفُسِكُمْ وَإِنْ أَسَأْتُمْ فَلَهَا فَإِذَا جَاءَ وَعْدُ الْآخِرَةِ

لِيَسْؤُوا وَوُجُوهَكُمْ وَلِيَدْخُلُوا الْمَسْجِدَ كَمَا دَخَلُوهُ أَوَّلَ مَرَّةٍ وَلِيُتَبِّرُوا مَا

عَلَوْا تَنْبِيْرًا

“Jika kamu berbuat baik (berarti) kamu berbuat baik bagi dirimu sendiri dan jika kamu berbuat jahat, maka (kejahatan) itu

bagi dirimu sendiri, dan apabila datang saat hukuman bagi (kejahatan) yang kedua, (Kami datangkan orang-orang lain) untuk menyuramkan muka-muka kamu dan mereka masuk ke dalam mesjid, sebagaimana musuh-musuhmu memasukinya pada kali pertama dan untuk membinasakan sehabis-habisnya apa saja yang mereka kuasai”.

Sebelum ayat ini tepatnya pada ayat 4-6, dijelaskan terkait keputusan Allah tentang kehancuran yang akan diterima oleh orang yang durhaka, dan kejayaan yang akan diperoleh oleh orang yang taat dan patuh. Atas hal tersebut, Allah memberikan penegasan bahwa, ketika hambanya berbuat kebaikan lagi taat terhadap perintah Allah dan Rasulnya, maka ia sedang memberikan kebaikan kepada dirinya. Namun sebaliknya jika hamba tersebut melakukan kejahatan, maka ia sedang menarik kejahatan untuk hadir kepada dirinya. Dan ketika ia melakukan kejahatan yang kedua kalinya, maka Tuhan akan mendatangkan balasan berupa siksaan dan hinaan sampai wajah mereka terlihat suram, akibat dari kejahatan yang telah mereka lakukan. (M.Quraish, 2006e, p. 415)

Ketika orang-orang tersebut kembali berbuat kejahatan dan membangkang terhadap tuntunan Allah, niscaya Allah akan menyiksanya kembali baik ketika ia hidup di dunia maupun di akhirat kelak. Sebagaimana Firman Allah yang menyatakan bahwa hampan tempat duduk bagi orang-orang yang mengingkari perintah Allah adalah neraka sebagai penjara bagi mereka. Firman Allah *إِنْ أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ لِأَنْفُسِكُمْ* “*jika kamu berbuat baik, kamu berbuat baik bagi diri kamu* وَإِنْ أَسَأْتُمْ فَلَهَا

sendiri dan jika kamu berbuat jahat maka bagi diri kamu". Ayat ini dapat dipahami sebagai berikut:

“Jika seseorang berbuat baik maka manfaatnya akan kembali kepada dirinya, dan jika seseorang berbuat jahat maka akibat kejahatan itu akan menimpa dirinya”.

Pemakaian kata *lianfusikum* dan *lahā* pada penggalan ayat di atas berfungsi sebagai penekanan, bahwa setiap amal manusia baik ataupun buruk akan kembali kepada dirinya, tidak ada pembebanan kepada orang lain. Meskipun pada realitanya, terdapat amal baik yang dampaknya dapat dirasakan oleh orang lain, begitu pula dengan amal buruk. Dalam realita kehidupan, manfaat amal dari masing-masing individu tidak bisa ditularkan kepada orang lain, kecuali atas izin Allah untuk memberikan rahmat maupun musibah. Tidak ada manfaat dari amal perbuatan kecuali karena usaha dan tindakannya. Maka dari itu dapat diketahui secara gamblang, bahwa setiap perbuatan yang manusia lakukan, akan memberikan manfaat kepada dirinya sendiri. Sikap dan perbuatan yang baik akan mendatangkan kebahagiaan dan keberhasilan, sedangkan sikap dan perbuatan yang buruk akan mendatangkan kesengsaraan. Seperti dalam firman Allah Q.S al-Zalzalah: 7-8 (M.Quraish, 2006b, p. 416)

فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ ۖ وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ

“Siapa yang mengerjakan walau sebesar dzarrah kebaikan maka dia akan melihatnya, dan siapa yang berbuat walau sebesar dzarrah kejahatan maka ia pun akan melihatnya”

Dalam pembahasan ini, Sayyidina Ali Ibn Abi Thalib berkata bahwa ia tidak berbuat baik maupun berbuat jahat kepada orang lain.

Kendati demikian Q.S Al-Zalzalah (7-8) ini menjelaskan konsep balasan terkait dengan amal perbuatan manusia. Setiap manusia akan mendapatkan balasan sesuai dengan apa yang telah ia lakukan, tidak memandang baik dan buruknya. Allah akan tetap memberikan balasan bagi setiap amal perbuatan manusia, meskipun amalnya hanya sekecil biji dzarrah. (M.Quraish, 2006b, p. 416)

Melalui pemaparan di atas, penulis menyimpulkan bahwa setiap tindakan yang dilakukan, baik atau buruk akan berpengaruh pada diri sendiri, dengan kata lain tindakan positif akan membawa dampak positif dan tindakan negatif akan membawa dampak negatif. Seseorang yang konsisten dan fokus pada kebaikan dan berusaha melakukan kebaikan, maka ia akan mengalami keadaan positif dalam kehidupannya. Hal tersebut tentu selaras dengan *law of attraction* “hal yang positif akan menarik hal yang positif”

Berdasarkan ayat di atas, tindakan dan usaha yang baik atau buruk akan mempengaruhi keadaan kita, namun tetap dalam kendali Allah SWT. Sebab hanya Allah yang berhak membalas dan menentukan balasan terhadap apa yang telah manusia usahakan, hal ini menunjukkan adanya keseimbangan antara usaha pribadi dan peran Tuhan dalam memberikan balasan terhadap hambanya.

6. Usaha dan balasan

Q.S Al-Baqarah (1): 286

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا
تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إَصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى
الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ وَاعْفُ عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا
وَأَرْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (Mereka berdoa): "Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami tersalah. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebankan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. Beri maaflah kami; ampunilah kami; dan rahmatilah kami. Engkaulah Penolong kami, maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir”.

Surat Al-Baqarah ayat 286 ini, merupakan lanjutan dari ayat sebelumnya mengenai gambaran orang beriman serta Kemahabesaran Allah dalam memberikan pintu ampunan, bagi mereka yang sedikit amalnya ketika di dunia. Allah tidak membebani seseorang kecuali karena kemampuannya, setiap perintah yang diturunkan Allah kepada hambanya merupakan bentuk tanggung jawab masing-masing individu. Tidak ada perintah yang berat jika tertanam keimanan dalam diri. Contohnya dalam amalan shalat, ketika ia tidak sanggup berdiri maka di perbolehkan duduk, tidak sanggup duduk atau dalam keadaan sakit maka diperbolehkan berbaring, begitupun seterusnya. Tetapi

seberapapun ringannya perintah Allah, jika tidak terdapat keimanan dalam hati maka semuanya akan terasa berat dan sulit untuk dilakukan. (M.Quraish, 2006f, p. 580)

Kemudian Firman Allah yang artinya: “Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya”. Maksud dari sepenggal ayat berikut adalah, setiap individu berhak mendapatkan balasan pahala atas apa yang telah ia upayakan, dan setiap individu berhak mendapatkan hukuman yang setimpal atas apa yang telah ia upayakan pula. Usaha yang baik dipadankan dengan kata *mākasabat*, sedangkan usaha yang menimbulkan dosa dipadankan dengan kata *māktasabat*, sedangkan dalam bahasa Indonesia kedua kata tersebut memiliki makna yang sama, yaitu upaya yang sifatnya baik dan upaya yang sifatnya buruk. Berbeda halnya dengan bahasa Arab yang menunjukkan adanya perbedaan makna pada kedua kata tersebut, *kasabat* berarti usaha yang ditempuh melalui jalur kemudahan, sedangkan *iktasabat* berarti suatu usaha yang ditempuh melalui jalur kesulitan. (M.Quraish, 2006f, p. 580)

Melalui ayat di atas dapat ditarik sebuah kesimpulan, bahwa ujian dan tanggung jawab yang manusia pikul dalam kehidupan merupakan bentuk representasi kemampuan diri seseorang. Sebab Allah tidak mungkin memberikan tanggung jawab yang berat kepada hambanya jika ia tidak mampu menjalankannya. Setiap perintah yang

Allah berikhan merupakan bentuk rasa cinta kasih Allah untuk kebaikan diri hambanya, dan setiap larangan yang Allah buat tidak lain karena dapat membahayakan diri hambanya pula. Di dalam jiwa manusia terdapat dua perasan yang berbeda yaitu perasaan baik dan perasaan buruk. Perasaan baik berpengaruh pada kemudahan dalam memikul tanggung jawab yang Allah berikan. Adapun perasaan buruk akan mempengaruhi jiwa agar merasa berat dan sulit mengerjakan setiap amal kebaikan.

Orang yang senantiasa menuruti hawa nafsunya tentu akan mengalami pertentangan dengan hati sanubarinya, serta lebih memilih membutakan akal budi. Oleh sebab itu setiap perbuatan/usaha yang mengandung unsur kejahatan disebut dengan *iktasabat*, kekecewaan, tekanan mental dan perasaan tidak nyaman. Dalam fitrahnya sebagai makhluk Tuhan, setiap manusia memiliki dasar citra yang baik dan kejahatan merupakan hal yang berasal dari luar kendali manusia. Kendatipun manusia terjerumus dalam lubang kejahatan, maka siksa pertama yang akan diterima adalah siksaan batin. Sedangkan jika ia berusaha dan berbuat kebaikan, maka ganjaran pertama yang ia terima adalah kepuasan batin, sebab ia telah menjalankan perintah Tuhan sesuai dengan fitrahnya.

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا yang artinya “Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”. Ada yang menafsirkan sesuai dengan kesanggupan dan ada pula yang

menafsirkan di bawah kadar kemampuan. لَهَا مَا كَسَبَتْ “Ia mendapatkan pahala dari kebaikan yang diusahakannya” yaitu ganjaran untuk seluruh perbuatan baiknya. وَعَلَيْهَا مَا أَكْتَسَبَتْ “Dan mendapat siksa dari kejahatan yang di kerjakannya” yaitu siksa berupa adzab untuk seluruh perbuatan buruknya. (M.Quraish, 2006f)

Firman Allah SWT لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا “Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”. Pembebanan (taklif) merupakan sesuatu yang dapat memberatkan seseorang. Terbebani berarti menanggung atau menahan beban menurut Al-Qurthubi makna ini disampaikan oleh Al-Jauhari. (Al-Qurthubi, 2012, p. 959)

Adapun kata وُسْعَهَا berarti kesungguhan, kemampuan dan kesanggupan. Sejak turunnya ayat pertama, Allah telah memberi kabar kepada hambanya bahwa ia tidak pernah membenani hambanya dengan suatu ibadah, baik yang dilakukan secara dzohir maupun yang dilakukan secara batin. Terkecuali hamba tersebut masih sanggup melaksanakannya. (Al-Qurthubi, 2012, p. 959)

Firman Allah SWT: لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا أَكْتَسَبَتْ “Ia mendapat pahala dari kebaikan yang ia upayakan dan mendapat siksa dari kejahatan yang ia lakukan”. Adapun menurut As-Sudi, sesuatu yang akan didapat dan diperoleh disini adalah pahala dan dosa, dan yang dilakukan adalah kebaikan dan keburukan. Tafsiran ini disetujui oleh

mayoritas ulama, sebagaimana yang telah disampaikan oleh Ibnu Athiyah. (Al-Qurthubi, 2012, p. 962)

Penafsiran yang dilakukan oleh As-Sudi sejalan dengan ayat lain yang artinya “Dan seorang yang berdosa tidak dapat memikul dosa orang lain.” (Q.S al-Isra (17): 15), “Dan tidaklah seorang membuat dosa melainkan kemudaratannya kembali kepada dirinya”. (Q.S al-An’am (6): 164)

لَهَا merupakan kata yang mengindikasikan unsur kebaikan (dan merujuk pada arti kepemilikan). Sebab ganjaran dan pahala merupakan hal yang menyebabkan diri seseorang merasa senang saat menerima. Kebaikan tersebut pada umumnya melekat pada bentuk kepemilikan. Sedangkan kata وَعَلَيْهَا merupakan kata yang mengindikasikan arti keburukan (yang mengibaratkan pembebanan), karena hukuman dan dosa merupakan penyebab ketidaksenangan seseorang saat ia menerimanya. (Al-Qurthubi, 2012, p. 963)

Menurut Ibnu Athiyah, kebaikan merupakan suatu hal yang dapat dilakukan seseorang tanpa adanya rasa pembebanan. Orang yang berbuat kebaikan tentu akan tulus saat menjalankan perintah Tuhannya, karena di dalam dirinya terdapat penggerak dan naluri yang bersifat alamiah untuk berlaku ikhlas dalam setiap langkah yang ia perbuat. Sementara keburukan merupakan suatu hal yang dilakukan seseorang dengan adanya indikasi pembebanan, karena setiap perilaku yang

dilakukan tentu melampaui batasan yang telah ditetapkan oleh syariat.
(Al-Qurthubi, 2012, p. 963)

Substansi *law of attraction* pada ayat ini terletak pada penggalan ayat yang berbunyi: لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا ^{كَسَبَتْ} “Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang ia usahakan dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang ia kerjakan”. Setiap usaha baik akan diberikan ganjaran berupa pahala, dan setiap perbuatan buruk akan diberikan balasan berupa siksaan, sama halnya dengan prinsip *law of attraction* kebaikan akan dibalas kebaikan dan keburukan akan dibalas dengan keburukan.

Penggalan ayat di atas berbicara mengenai pembebanan (*at-Taklif*), seseorang yang mengerjakan suatu perbuatan yang termasuk ke dalam kategori *taklif*, maka ia akan mendapatkan balasan sesuai apa yang ia lakukan. Jika yang dilakukan adalah perbuatan yang baik, maka pahala adalah ganjaran baginya, dan jika yang dilakukan adalah perbuatan yang buruk, maka hukuman adalah balasan bagi perbuatannya.

Ayat ini menjelaskan bahwa perbuatan yang berorientasi pada keburukan diungkapkan melalui kata *iktisab*, pengungkapan tersebut dimaksudkan sebagai penegasan bahwa perbuatan buruk membutuhkan banyak kesulitan, pengorbanan, perencanaan, dan bersifat kontra dengan alam maupun adat kebiasaan yang berlaku. Adapun perbuatan

yang berorientasi pada kebaikan, pada dasarnya akan berjalan sesuai dengan fitrahnya, ia tidak membutuhkan terlalu banyak energi. Sebab kebaikan merupakan suatu hal yang tertanam dalam jiwa dan menjadi tabiat alami manusia. Jiwa akan merasa tenang bak tiada beban dan tidak membutuhkan kehati-hatian maupun kekhawatiran dalam pelaksanaannya. Orang yang mengerjakan kebaikan cenderung bersemangat karena jiwanya terhindar dari kotoran dan senantiasa menyadari bahwa ia adalah makhluk yang tidak berdaya ketika berada dihadapan Tuhannya. (Az-Zuhaili, 2013, p. 167)

Selaras dengan konsep di atas, ayat ini juga mengindikasikan adanya ibrah yang dapat direalisasikan dalam setiap langkah kehidupan, yaitu ibrah mengenai prinsip “tanggung jawab”. Sebagaimana yang telah dipaparkan dalam berbagai penafsiran di atas, setiap individu akan mendapatkan pahala dari kebaikan yang ia upayakan, dan mendapat siksa atas keburukan yang ia upayakan pula. Hal semacam ini tercantum dalam Al-Qur’an yang artinya “Dan seseorang tidak akan memikul beban dosa orang lain”. (al-An’am: 164). Maksudnya adalah setiap orang akan menanggung dosanya sendiri “Dan tidaklah seorang membuat dosa melainkan kemudaratannya kembali kepada dirinya sendiri.” (al-An’am: 164). Maka dari itu setiap individu bertanggung jawab atas kehidupannya sendiri tanpa adanya campur tangan orang lain. (Az-Zuhaili, 2013, p. 170)

Melalui pemaparan di atas, penulis menyimpulkan bahwa ayat ini memberikan pesan penting terkait tanggung jawab, usaha dan keterlibatan Tuhan dalam kehidupan manusia. *Law of attraction* mengajarkan arti tanggung jawab atas apa yang akan ditarik ke dalam hidup melalui pikiran dan tindakan, hal ini sejalan dengan penggalan ayat yang menyatakan bahwa seseorang akan mendapatkan pahala dari kebaikan yang dilakukan dan siksa dari kejahatan yang dikerjakan.

Meskipun pada asalnya Allah memberikan kebebasan terkait tindakan yang akan individu lakukan, akan tetapi Allah tetap mengingatkan bahwa setiap individu bertanggung jawab atas tindakan yang dilakukannya. Dan Allah lah yang akan menentukan hasilnya berdasarkan usaha dan kemampuan individu, itu artinya setiap usaha dan tindakan yang dilakukan oleh individu melibatkan peran Tuhan di dalamnya, sebab segala sesuatu yang akan kembali dalam diri berada dalam kendali Allah SWT.

7. Balasan Baik dan Buruk

Q.S An-Najm (31)

وَلِلَّهِ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ لِيَجْزِيَ الَّذِينَ أَسْأَوْا بِمَا عَمِلُوا وَيَجْزِيَ الَّذِينَ

أَحْسَنُوا بِالْحُسْنَى

“Milik Allahlah apa yang ada di langit dan apa yang ada di bumi. (Dengan demikian,) Dia akan memberi balasan kepada orang-orang yang berbuat jahat sesuai dengan apa yang telah mereka kerjakan dan Dia akan memberi balasan kepada orang-orang yang berbuat baik dengan pahala yang lebih baik (surga)”.

Allah merupakan satu-satunya pemilik langit dan bumi beserta isinya, segala sifat kesempurnaan melekat pada dzat dan sifat-Nya, sehingga ia berhak membenahi dan mewujudkan segala sesuatu yang ada di alam semesta. Termasuk kehendaknya dalam mengatur manusia untuk mengimani agama-Nya, namun itu semua tidak Ia kehendaki sebab Ia memberi kesempatan memilih, supaya dapat memberikan balasan yang serupa. Selaras dengan pernyataan tersebut Quraish Shihab menjelaskan melalui tafsirnya bahwa balasan bagi manusia yang berbuat kejahatan bergantung pada usaha dan perlakuannya, sedangkan balasan bagi orang yang berbuat baik adalah anugerah berupa surga yang kenikmatannya tidak bisa dilukiskan melalui kata-kata”.(M.Quraish, 2017a, p. 196)

Firmannya yang berbunyi “ **وَلِلَّهِ مَا فِي السَّمٰوٰتِ وَمَا فِي الْاَرْضِ** ” bermakna pengetahuan Allah mengenai manusia yang sesat dan manusia yang berada di jalan yang benar. Berdasarkan makna tersebut dapat disimpulkan bahwa Allah senantiasa mengetahui segala sesuatu yang manusia lakukan baik perbuatan yang bersifat baik maupun bersifat buruk.(M.Quraish, 2017a, p. 196)

Disamping penafsiran yang telah dipaparkan, ada pula ulama yang berpendapat bahwa ayat yang artinya “supaya ia memberi balasan dst” berkesinambungan dengan perintah Allah kepada Rasulnya agar ia beranjak dari orang-orang yang enggan menerima kebenaran, sebab

Allah yang akan membalasnya langsung hal ini juga di tegaskan kembali dalam Q.S Al-Jatsiyah (45). (M.Quraish, 2017a, pp. 195–196)

Mengacu pada penafsiran yang telah dipaparkan, maka dapat disimpulkan bahwa ayat ini berkaitan dengan *teori law of attraction*, sebab ayat ini memuat prinsip “*like attract like*” artinya kecenderungan untuk menarik hal-hal serupa. Prinsip tersebut termuat dalam penggalan ayat yang artinya “Dia akan memberi balasan kepada orang yang berbuat jahat sesuai dengan apa yang telah mereka kerjakan dan Dia akan memberi balasan kepada orang-orang yang berbuat baik dengan pahala yang lebih baik”. Perbuatan jahat atau negatif akan dibalas dengan hal negatif begitupun sebaliknya, hal positif akan mendatangkan hal positif dan hal negatif akan mendatangkan hal negatif. Dalam ranah keagamaan hukum tarik menarik ini berkaitan dengan konsep balasan (di dunia maupun akhirat) dan ganjaran (berupa pahala). Maka dari itu konsep tersebut, terlihat jelas memiliki kesesuaian dengan *teori law attraction*, dan memiliki orientasi yang sama yakni tujuan kebaikan. Secara lebih spesifik *law of attraction* secara umum berorientasi pada tujuan keduniawian sedangkan *law of attraction* yang ada dalam Al-Qur’an berorientasi pada keduanya baik duniawi maupun ukhrowi.

Ayat ini juga menjelaskan bagaimana Allah memberikan kebebasan memilih untuk berbuat amal baik maupun buruk, namun Ia tetap menegaskan bagaimana konsekuensi yang akan didapat ketika manusia justru memilih jalan yang menyimpang. Dengan kesempatan

tersebut sudah seharusnya manusia menyadari betapa pentingnya sikap positif dihadapan Allah SWT, bahkan Allah akan memberikan jaminan pahala dan surga bagi orang yang senantiasa berbuat baik atau bersikap positif.

Pada dasarnya manusia merupakan pencipta realitas sebagaimana penggalan ayat berikut: “Allah memberikan kebebasan memilih bagi hambanya”, realitas akan tercipta dari sebuah pikiran dan pikiran inilah yang nantinya akan menjadi penentu masa depan, itulah mengapa hal baik dan positif menjadi pilar utama dalam menentukan suatu tujuan. Jadi ketika seseorang ingin menciptakan masa depan yang baik, maka mulailah dari pikiran dan sikap yang positif (Jack Canfield, 2008, p. 10).

Melalui pemaparan di atas, dapat penulis simpulkan bahwa ayat ini memberikan pesan tentang keadilan Tuhan dan hubungan antara tindakan manusia dengan hasil yang diterima. Dalam *law of attraction* diyakini bahwa pikiran dan perbuatan manusia dapat menarik hasil yang diinginkan tanpa memperhatikan adanya peran Tuhan di dalamnya. Sedangkan dalam ayat ini ditegaskan bahwa segala sesuatu yang ada di bumi merupakan milik Allah dan ada dalam kendali-Nya, hal ini mengisyaratkan bahwa hasil akhir yang akan manusia terima berada dalam kuasa Allah, meskipun pada fitrahnya manusia memiliki potensi untuk menarik hal-hal yang positif.

Ayat ini juga menyatakan bahwa Allah memberi balasan kepada setiap individu sesuai dengan perbuatannya, baik itu baik atau jahat. Ini sejalan dengan prinsip LoA yang menekankan bahwa apa yang difokuskan dan diniatkan dalam kehidupan akan kembali kepada diri sendiri. Maka dari itu, pada konteks ini keyakinan yang kuat dan perilaku yang baik merupakan kunci utama untuk menarik hasil yang diinginkan, sebab Allah telah memberikan penegasan bahwa IA kan memberikan balasan yang setimpal sesuai dengan perbuatan yang dilakukan.

F. *Law of Attraction* dan Energi Al-Qur'an

Energi merupakan kemampuan untuk melakukan suatu usaha, energi tidak dapat diciptakan atau dimusnahkan. Energi hanya dapat berubah dari satu bentuk ke dalam bentuk lain, artinya energi bersifat kekal. (Hadi, 2022, p. 66) Begitupula dengan Al-Qur'an, memiliki energi yang tidak dapat dimusnahkan dan hanya dapat berubah dari satu bentuk ke dalam bentuk lain. Energi Al-Qur'an memiliki daya tarik yang sangat dahsyat, karena ia bersumber dari Tuhan pencipta alam semesta. (S.Rauf, 2023, p. 41) Energi Al-Qur'an merupakan sebuah kemampuan yang sumbernya dari Al-Qur'an dan berkaitan dengan aspek spiritual, ilmiah, fisik dan praktis (dapat di manfaatkan dalam kehidupan). Energi Al-Qur'an dapat diperoleh dan dirasakan ketika manusia membaca, memahami maupun mengamalkannya. Pada dasarnya Al-Qur'an merupakan petunjuk dan obat bagi setiap penyakit, baik fisik maupun batin dan energi berupa pengobatan tersebut akan keluar

ketika manusia mau membaca dan mengamalkannya. (Walangitan, 2013, pp. 420–424)

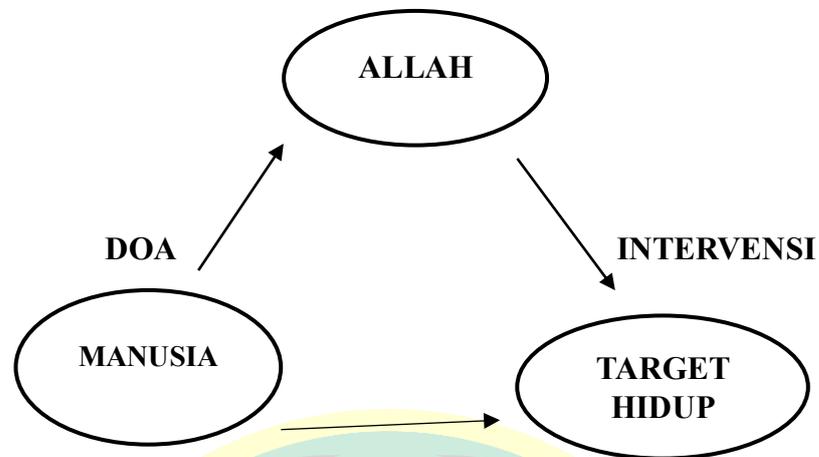
Ditinjau dari segi penerapannya, Al-Qur'an banyak sekali menguraikan tentang energi, di antaranya 1.) energi dalam konteks ilmiah seperti, matahari, angin dan nuklir. 2.) Energi dalam konteks penyembuhan seperti, ayat-ayat Al-Qur'an yang dapat digunakan sebagai perlindungan dan penyembuhan. 3.) Energi spiritual seperti, doa, syukur, ikhlas, sabar dan tawakkal. Agar pembahasan energi Al-Qur'an tidak semakin meluas, maka peneliti mengerucutkan pembahasan tentang energi Al-Qur'an dalam konteks spiritual yaitu doa, sabar dan syukur. Sebab ketiga komponen tersebut berkaitan dengan mekanisme kerja *law of attraction* yaitu, meminta, percaya dan menerima. (Rhonda Byrne, 2022, pp. 55–56)

Doa merupakan alat untuk menarik keinginan dan harapan, dengan berdoa berarti ia sedang menunjukkan usaha dan kesungguhan dalam mencapai tujuannya, (Shihab, 2006, p. 183) dalam mekanisme *kerja law of attraction* hal ini selaras dengan proses “meminta”. Adapun sabar merupakan sikap yang mencerminkan ketahanan dalam menghadapi sebuah ujian, kesabaran juga dihubungkan dengan keyakinan dan kepercayaan atas sesuatu yang akan datang dalam kehidupan sebab sabar merupakan bagian dari iman, (Munir, 2019, p. 124) dalam mekanisme kerja *law of attraction* hal ini selaras dengan proses “percaya”. Dan syukur merupakan sikap yang dapat menarik energi positif dalam diri seseorang, dengan bersyukur Allah akan menambahkan nikmat kepada hambanya, dengan demikian sikap syukur mengajarkan

manusia untuk menerima segala nikmat yang Tuhan berikan, dan percaya bahwa dengan semakin seseorang bersyukur semakin banyak pula nikmat yang akan didapat. (Mahfud, 2014, p. 392) Dalam mekanisme kerja *law of attraction* hal ini selaras dengan proses “menerima”. Maka dari itu penulis akan memaparkan doa, sabar dan syukur secara lebih rinci, dengan paparan sebagai berikut:

1. Energi Doa

Kata Doa berasal dari bahasa Arab (دعا- يدعو- دعوة) yang secara bahasa berarti seruan, panggilan, ajakan dan permintaan. Sedangkan secara istilah doa adalah proses permohonan dari yang lebih rendah kepada kedudukan yang lebih tinggi, dengan penuh kelembutan hati dan penuh pengharapan. (Basofi, 2017, p. 3) Dan menurut Quraish Shihab doa merupakan permohonan seorang hamba kepada Tuhannya untuk memperoleh anugerah berupa penjagaan dan pertolongan, melalui lubuk hati yang paling dalam disertai dengan ketundukan dan kesungguhan. (Shihab, 2006, p. 179) Dalam buku yang berjudul “*Sukses Besar dengan Intervensi Allah*” Syafii Antonio menggambarkan keterhubungan manusia dan intervensi Allah (dari berdoa) dan pengaruhnya dalam mencapai tujuan hidup manusia melalui skema sebagai berikut:



Allah merupakan satu-satunya kunci yang dapat mempengaruhi keterkabulan doa manusia, dan mengatur segala aspek yang berkaitan dengan kehidupan manusia. Oleh karenanya ketika manusia sedang meminta kepada Allah (berdoa), berarti ia sedang memohon intervensi Allah untuk mengabulkan keinginan yang sedang ia usahakan. Oleh karena itu berdoa berarti *attract* (menarik) sebagai upaya pelipatgandaan potensi. (Antonio, 2008, p. 13)

Allah berfirman bahwasannya ia akan mengabulkan setiap permohonan doa yang dipanjatkan oleh hambanya, Firman ini terdapat dalam Q.S al-Baqarah (1): 186 sebagai berikut:

وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ ۖ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ ۖ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي

وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ

“Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka (jawablah), bahwasanya Aku adalah dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia memohon kepada-Ku, maka hendaklah mereka itu memenuhi (segala

perintah-Ku) dan hendaklah mereka beriman kepada-Ku, agar mereka selalu berada dalam kebenaran.”

Untuk memperkuat keyakinan dan keterkabulan doa, dalil naqli harus dihubungkan dengan dalil aqli. Oleh karena itu perlu adanya pemahaman mendalam mengenai *law of attraction*, dengan adanya keterhubungan antara dalil naqli (doa) dan dalil aqli (pemahaman mengenai *law of attraction*) akan memudahkan beberapa proses keterkabulan doa mulai dari proses alam, pengaruh gelombang pikiran dan perasaan dalam keterkabulan doa.

Hukum ketertarikan memberikan pelajaran kepada manusia agar senantiasa bersikap baik dan bertanggung jawab terhadap setiap perbuatan yang dilakukan semasa hidup di dunia. Sebab seseorang akan memperoleh sesuai apa yang ia pikirkan, usahakan dan rasakan. (Rhonda Byrne, 2022, pp. 39–40) Maka sangat tidak etis ketika nasib buruk dilampiaskan kepada orang lain bahkan kepada Tuhannya sendiri. Itulah mengapa muncul pembahasan mengenai *khusnudzon*, karena Allah senantiasa memerintahkan hambanya untuk berfikir positif dan berprasangka baik kepada siapa pun dan dalam kondisi apapun.

Berdoa, berkeyakinan, dan berusaha merupakan bentuk ikhtiar manusia untuk memperoleh apa yang ia inginkan. Ketiga hal tersebut cukup menjadi sebab Allah untuk mengabulkan setiap hajat yang telah diminta oleh hambanya. Selain itu, melalui *law of attraction* manusia diajarkan agar senantiasa mempercayakan dirinya atas kemahakuasaan Allah, karena pada hakikatnya setiap usaha dan doa manusia yang dapat

mengijabah hanyalah Allah SWT. Adapun salah satu sebab kegagalan doa adalah sikap keragu-raguan atas kemahakuasaan Allah dalam mengabulkan segala permohonan. (Muhammad, 2023, p. 238)

Asbabnuzul ayat ini berkaitan dengan kisah seorang Arab badui yang datang kepada Rasulullah untuk mengajukan pertanyaan terkait keberadaan Tuhan, Arab badui tersebut gelisah akan keberadaan Tuhannya yang sebenarnya berada didekatnya atau justru jauh dari sisinya. Setelah mendengar pertanyaan tersebut Rasulullah terdiam dan tidak menjawab dengan kata apapun. Kemudian turunlah ayat yang artinya “Dan jika hambamu bertanya kepadamu tentang Aku, maka jawablah bahwasannya Aku itu dekat”. (As-suyuthi, 2015, p. 47)

Melalui riwayat Ibnu Asakir, Rasulullah menyampaikan sabdanya bahwa ia memerintahkan umat manusia untuk selalu memanjatkan doa (permohonannya). Hal ini dilatabelakangi karena adanya ayat yang diturunkan kepada Rasulullah, yaitu ayat yang artinya “Memohonlah ampun kepada-Ku maka Aku akan kabulkan permintaan kalian”. Mendengar sabda Rasul tersebut, kemudian sahabat mengajukan pertanyaan “Apakah Tuhan kita mendengar permohonan atau bagaimana?”, menanggapi pertanyaan tersebut, maka Allah menurunkan ayat yang artinya “Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka jawablah, bahwasannya Aku itu dekat. (As-suyuthi, 2015, p. 47)

Hamka menafsirkan ayat 186 ini dalam tafsir al-Azhar bahwasannya doa adalah otaknya ibadah. Allah dengan segala

kemurahannya memberikan kabar gembira kepada hambanya bahwasannya ia akan memberikan sambutan kepada hambanya yang berdoa, sebagaimana mana sabdanya sebagai berikut:

“Dan jika hamba-hambaKu bertanya kepadaku tentang Aku, maka jawablah sesungguhnya Aku itu dekat.” (Ujung ayat 186).

Arti ayat di atas mencerminkan kedekatan Allah dengan hambanya, oleh karenanya memohonlah dengan tulus dan ikhlas, sesungguhnya Allah itu maha dekat, sebab ia berada di sisi manusia. Dan janganlah berseru dengan keras saat memanggil namanya, sebab Allah sangat dekat dengan manusia bahkan lebih dekat dari urat lehernya. Mengapa harus menggunakan suara yang keras padahal ia tidak pekak (kurang baik dalam pendengaran). Bahkan sebegitu dekatnya Tuhan hingga setiap doa yang dilangitkan tidak memerlukan perantara, sebagaimana sabdanya dalam surah al-Mu'min: 60, yang artinya “Serulah Aku, supaya Aku berkenankan seruanmu itu”.

Allah telah memberikan penegasan terkait kedekatan dengan hambanya, Ia akan menyetujui permohonan seorang hamba ketika hamba tersebut memohon kepadanya. Secara substansial, pernyataan tersebut mengandung sebuah perintah bagi para hamba Allah, supaya ketika hambanya meminta permohonan, tidak melibatkan campur tangan pihak ketiga (perantara). Hal ini ditegaskan kembali “Kepadaku saja agar permohonan diterima”, kemudian datang lagi ayat lain yang berfungsi memperjelas ketegasan Allah terkait ayat sebelumnya “Maka hendaklah

mereka menyambut seruanku dan hendaklah mereka yakin kepadaKu, agar mereka memperoleh kepandaian. (Hamka, 2003a, p. 428)

Terdapat banyak makna yang terkandung dalam ayat ini, di antaranya: 1.) Tuhan itu dekat, 2.) Allah akan memperhatikan setiap doa yang dilangitkan oleh hambanya, tidak ada satupun permohonan yang sirna bagaikan debu yang hilang tertiuip angin, karena Allah senantiasa mendengarkan dan memperdulikan setiap doa yang telah dilangitkan. 3.) Agar doa yang dilangitkan senantiasa diijabah oleh Allah, hendaknya memuji keagungan Allah SWT terlebih dahulu, barulah menyambut setiap bimbingan dan petunjuk yang diberikan Allah SWT. 4.) Keimanan dan kepercayaan terhadap Allah SWT merupakan sebuah kewajiban. 5.) Dengan patuh dan percaya terhadap perintah Tuhan, dapat memberikan pengaruh terhadap kecerdasan manusia. Ketika manusia sedang menempuh perjalanan, maka ia akan diberikan petunjuk jalan agar tidak tersesat di jalan yang salah. (Hamka, 2003a, p. 429)

Beriman, Taat dan patuh terhadap perintah Tuhan merupakan bentuk usaha manusia untuk mendekatkan diri pada Allah SWT. Ketika sudah dekat, Tuhan akan menepati janjinya dengan memberikan petunjuk dan menuntun hambanya agar senantiasa menjadi pribadi yang arif dan bijaksana. (Hamka, 2003a, p. 429)

Ketika seseorang hamba sedang memanjatkan doa, hendaknya memperhatikan adab dan tata cara dalam berdoa. Di antaranya meminta dengan cara yang halus, tidak tergesa-gesa dan tidak terkesan mendesak,

hal ini selaras dengan sabda Nabi yang diriwayatkan dari Abu Hurairah yang artinya: “Permohonan kamu akan di kabulkan oleh Tuhan, selama kamu tidak mendesak-desak. Dia berkata: Aku telah mendoa, tetapi doaku tidak di perkenankan.” (Hamka, 2003a, p. 431)

Cara tersebut selaras dengan proses penciptaan dalam *law of attraction* (proses untuk mencapai suatu hal yang diharapkan oleh manusia). Dalam hukum ketertarikan hal ini termasuk ke dalam proses meminta, dijelaskan oleh Rhonda Byrne melalui bukunya yang berjudul *The Secret* bahwa ketika manusia meminta hendaknya tidak terkesan memaksa dan tidak dilakukan secara berulang-ulang. (Rhonda Byrne, 2022) Karena sejatinya Allah itu maha dekat dan maha mendengar, walaupun seseorang memanjatkan doanya tidak dilakukan secara berulang-ulang namun penuh keyakinan maka itu lebih baik dibandingkan dengan doa yang dipanjatkan dengan cara memaksa dan berulang-ulang. Sebab jika kita telah yakin dan paham akan keinginan yang telah kita panjatkan maka hal ini cukup menjadi sebab keterkabulan doa. Bukan berarti terdapat larangan untuk tidak memanjatkan doa secara berulang, akan tetapi berdoa dengan jelas dan penuh keyakinan merupakan suatu hal yang lebih baik. (Hamka, 2003a, p. 431)

Adapun terkabul atau tidaknya suatu permintaan (doa) merupakan ranah Tuhan, sebab cepat atau lambat keterkabulan doa merupakan rahasia Allah SWT. Terkabul atau tidaknya doa bukanlah tolak ukur kasih sayang Tuhan terhadap hambanya, justru semakin lama doa tersebut dikabulkan

semakin sayang pula Tuhan terhadap hambanya. Tuhan sangat amat sayang kepadanya sehingga Tuhan ingin lebih lama mendengar seruannya, begitupun sebaliknya semakin cepat doa tersebut dikabulkan, justru mencerminkan bahwa Tuhan telah bosan dengan seruannya. Sebagaimana perintahnya yang disampaikan kepada malaikat : “Berikan apa yang ia minta dengan cepat, karena yang ia harapkan bukan Aku, melainkan pemberianku.”(Hamka, 2003a, p. 431)

Kata *'ibādī* merupakan jamak dari kata *'abd* yang berarti hamba-hambaku. Al-Qur'an biasa menggunakan kata *ibad* untuk menggambarkan ketaatan hamba Allah akan perintah Tuhannya. Meskipun hamba tersebut memiliki banyak dosa, tetapi ia sadar akan perbuatannya dan berusaha mencari ampunan dan rahmat dari Tuhannya. Berbeda halnya dengan kata *'abīd* jamak dari kata *'abd*, bentuk jamak dalam kata ini merepresentasikan hamba Allah yang telah larut dalam perbuatan dosa. Maka dari itu penentuan kata *'ibād* dan penisbatannya kepada Allah, memuat suatu pesan bahwa seseorang yang memohon ampun kepada Allah, merupakan orang yang taat dan sadar akan kesalahannya. (M.Quraish, 2006f, p. 407)

Kata “jawablah” pada dasarnya tidak tercantum dalam ayat di atas, penambahan kata tersebut hanya sebagai jalan untuk mempermudah pemahaman terkait makna ayat. Menurut para ulama, ketiadaan kata “jawablah” dalam ayat ini bertujuan untuk mengisyaratkan adanya kebolehan berdoa bagi mereka yang merasa dirinya penuh dengan dosa. Selain sebagai kebolehan berdoa, ayat ini juga memberikan isyarat bahwa

Allah sangat dekat dengan hambanya, begitupula dengan hambanya yang sangat dekat dengan Tuhannya, sebab pengetahuan akan wujud Allah melekat pada fitrah manusia. (M.Quraish, 2006f, p. 408)

Firman Allah yang artinya “Hendaklah mereka memenuhi (seluruh perintah) Ku”, merupakan bentuk tuntutan Allah kepada hambanya yang berdoa agar memenuhi segala perintahnya. Hal ini selaras dengan sabda Nabi mengenai keadaan seseorang yang menengadah ke langit sambil berseru “Tuhanku-Tuhanku! (perkenankan doaku)” tetapi makanan yang dimakannya haram, pakaian yang dikenakannya haram, “maka bagaimana mungkin dikabulkan doanya?”. (M.Quraish, 2006f, p. 409)

Ayat di atas mengandung sebuah perintah agar manusia senantiasa mempercayai Tuhannya. Percaya kepada Tuhan berarti mengakui keesaannya dan meyakini bahwa Tuhan akan memberikan jalan terbaik kepada dirinya. Tidak ada doa yang disia-siakan oleh Tuhan, adapun jika suatu doa tidak kunjung dikabulkan, itu disebabkan Tuhan lebih tau yang dibutuhkan oleh hambanya. Jika di dunia tidak kunjung dikabulkan, maka akan dikabulkan di akhirat kelak. Oleh karena itu, yakinlah akan ketetapan dan rencana yang Tuhan berikan, sebagai mana sabda Nabi “Berdoalah kepada Allah dengan penuh keyakinan, maka Allah akan memperkenankan doa tersebut”. Setiap hal yang telah Allah rencanakan tidak mungkin keluar dari koridor kebenaran, sebab manusia senantiasa dituntun untuk memilih jalan yang lurus baik dalam persoalan dunia maupun persoalan akhirat.. (M.Quraish, 2006f, pp. 407–409)

Doa merupakan mediator perealisasiian tujuan antara manusia dengan Tuhannya. Dokter ahli bedah asal Prancis dr. Alexis Carrel peraih nobel dalam bidang kedokteran, memiliki karya yang berjudul pray (Doa), dalam bukunya tersebut ia menuliskan pengalamannya dalam mengobati pasien, menurutnya sebagian besar orang yang sembuh dari sakit diobati dengan cara berdoa. Carrel berpendapat bahwa gejala keagamaan yang paling agung dalam ranah manusia adalah doa, karena pada saat itulah jiwa manusia melangit menuju Tuhannya”.(M.Quraish, 2006f, p. 409)

Setiap kehidupan tentu didapati dua fase yang berbeda, ada fase senang dan susah, suka dan tidak suka, penderitaan, keberhasilan dan lain sebagainya. Banyak penderitaan yang dapat dicegah melalui usaha, kerja keras dan ketabahan. Jika keinginan yang diminta tidak kunjung dikabulkan, maka ingatlah dengan berdoa dapat membentuk sikap optimis, percaya diri dan penuh harapan. Sehingga hal ini dapat memberikan dampak yang baik dalam kehidupan si pendoa.

Orang yang beriman akan memiliki kesadaran terhadap segala hal yang tampak di dunia sebagai kendali dan kekuasaan Tuhan. Tuhan akan memberikan banyak peluang bagi mereka yang tepat dalam bersikap, kendati akan terlihat begitu mustahil. Justru jalan yang terlihat mustahil inilah yang akan menunjukkan manusia menuju cita-citanya, hal ini sebagai bentuk kesungguhan manusia sebagai hamba yang senantiasa taat dan berdoa kepada Tuhannya. (M.Quraish, 2006f, p. 409)

Menurut Philosopher dalam Khoirul Ibad (Ibad, 2023), dijelaskan bahwa pada dasarnya doa merupakan energi yang sangat besar, energi tersebut akan mempengaruhi alam mikrokosmos dan makrokosmos, alam mikrokosmos merupakan alam terkecil yang tidak bisa dilihat oleh mata. Contohnya partikel, atom, quanta dan lain-lain, sedangkan alam makrokosmos merupakan alam semesta yang luasnya tidak terhingga. Kedua alam tersebut akan saling terhubung dan tunduk pada satu hukum yaitu sunnatullah (hukum Allah). (Ibad, 2023, p. 27)

Dalam kondisi inilah *law of attraction* akan bekerja berdasarkan kesesuaian energi yang dipancarkan oleh manusia, sebab menurut Bob Proctor hukum tarik-menarik akan selalu bekerja terlepas seseorang itu memercayainya atau tidak. (Rhonda Byrne, 2022, p. 18) Itulah mengapa ketika seseorang berdoa hatinya akan merasa tenang, sebab terdapat keyakinan dalam diri dan energi negatif akan hilang dari dirinya. Sesuai prinsip universal hukum ketertarikan yaitu hukum ruang kosong, energi positif akan hadir dalam hati manusia dan akan menarik rasa ketenangan dalam diri manusia. Energi tersebut menciptakan otak dalam keadaan alfa, membuat koneksi langsung dengan alam semesta sesuai hukum tarik menarik dan akan menarik hal yang bersifat positif. Secara otomatis berdoa merupakan proses menarik hal-hal positif ke dalam diri manusia, sehingga semestinya pertolongan Allah akan datang kepada orang yang senantiasa berdoa dan bertawakkal.

Proses penciptaan energi, menjadi salah satu alasan adanya anjuran untuk melaksanakan qiyamul lail dan berdoa di malam hari, sebab doa yang dilangitkan pada malam hari memiliki tingkat energi yang lebih besar. Sehingga hukum tarik menarik akan bekerja lebih cepat dalam mendatangkan keterkabulan doa. Para ahli menemukan fakta bahwa pada malam hari, khususnya ketika waktu bangun tidur energi langit dan bumi berada pada frekuensi yang sama, yaitu pada kisaran gelombang alfa-teta. Penjelasan tersebut dipaparkan oleh Idris dan Nopiah dalam Ahmad Lothfy. (Lotfy,Ahmad Fairuzdah, Rafanie et al., 2026, p. 115) Hal inilah yang menyebabkan seolah-olah terjadi “koneksi” energi. Sebagaimana firman Allah yang artinya: “Sesungguhnya bangun diwaktu malam adalah lebih tepat untuk khusyuk dan bacaan di waktu itu lebih berkesan”. (Q.S al-Muzammil (73) :6)

Merujuk pada ayat di atas, berdoa di waktu malam (tahajud) merupakan sebaik-baik waktu untuk meminta karena lebih khusyuk dan berkesan. Selaras dengan ilmu sains, berdoa di waktu malam merupakan waktu yang tepat karena selaras dengan gelombang alfa (frekuensi 8-13Hz). Artinya pada frekuensi tersebut gelombang pikiran berada dalam keadaan tenang serta dapat meningkatkan *reticular cortex* (RC). RC ini berfungsi sebagai pencipta kesadaran hingga meningkatkan kemampuan seseorang dalam menciptakan realitas. Ketika manusia berada di gelombang alfa maka otaknya akan lebih fokus, dibanding ketika ia sedang dalam gelombang beta. Maka dari itu, melaksanakan shalat dan

memanjatkan doa dalam keadaan gelombang alfa sangat dianjurkan. (Lotfy,Ahmad Fairuzdah, Rafanie et al., 2026, p. 115)

Berdoa dan beribadah di waktu tersebut dapat menciptakan kenyamanan dan ketenangan, sebab dalam konteks ini doa dan ibadah merupakan media meditasi bagi para pengamalnya. Pada situasi ini otak akan mengeluarkan hormon serotonin dan endorphin yang menciptakan rasa nyaman, tenang dan bahagia pada diri manusia. Hal ini dijelaskan oleh Mustofa dalam Ahmad Lotfhy (Lotfy,Ahmad Fairuzdah, Rafanie et al., 2026, p. 115). Dengan terciptanya rasa nyaman dan bahagia secara otomatis ia memancarkan energi positif pada alam semesta, maka secara tidak langsung ia sedang menarik doanya untuk kembali kepada dirinya.

2. Energi Syukur

Syukur merupakan kosa kata bahasa Indonesia yang berasal dari bahasa Arab yaitu *syukr* (bentuk *masdar*), dan asal katanya adalah *syakara-yasykuru* yang berarti berterimakasih. Sedangkan dalam kamus Al-Qur'an kata *ays-syukru* memiliki arti menggambarkan, mengingat dan menampakan nikmat. Terdapat pendapat lain yang mengutarakan bahwa kata *as-syukru* merupakan perubahan dari kata *al-kasyru* yang artinya adalah menyingkap. Lawan katanya adalah *al-kufru* yang artinya lalai dan menutupi nikmat. Dikatakan *dābbatun syakūr* yaitu unta yang menampakkan adipositasnya agar dianggap oleh pemiliknya. Selain itu, ada juga yang mengemukakan bahwa kata tersebut berasal dari perkataan *ainun syakra*, yakni mata air yang melimpah. Jika disandarkan pada

pendapat ini, maka kata *as-syukru* bermakna banyak (berkesinambungan) menuturkan seseorang yang memberi nikmat. Syukur sendiri terbagi menjadi tiga macam: 1.) Syukur dengan hati, yaitu dengan memperhatikan nikmat yang telah Allah berikan. 2.) Syukur dengan lisan, yaitu dengan memberikan sanjungan kepada orang yang telah memberikan nikmat. 3.) Syukur dengan anggota tubuh, yaitu dengan memberikan feedback yang telah didapat sesuai dengan kemampuan yang memenuhi dasar kelayakan. (Al-Ashfahani, 2017, pp. 396–397). Maka secara etimologi dapat disimpulkan bahwa, syukur memiliki arti merespons dan menyetarakan nikmat dengan pujian dan pengakuan. Sedangkan secara syara berarti memanfaatkan nikmat Allah pada hal-hal yang menjadi tujuan diciptakannya nikmat itu oleh Allah (Maya, 2023, p. 52)

Kata syukur seringkali diulang dalam Al-Qur'an, seolah-olah sifat kesyukuran ini mendapatkan ruang dan perhatian khusus di hadapan Allah SWT. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya ayat yang mengindikasikan perintah bersyukur sebagai wujud rasa terimakasih atas nikmat yang telah Allah berikan. Kata *syukr* dengan berbagai turunannya tertulis dalam Al-Qur'an sebanyak 75 kali. Pada dasarnya, kata syukur tidak hanya ditujukan untuk memperlihatkan motif perlakuan manusia dalam mensyukuri nikmat Tuhan. Juga dimaksudkan untuk memperlihatkan sikap Tuhan dalam memperlakukan hambanya. Maka syukur itu ditujukan bagi manusia dan bagi Allah, bentuk syukur ini terbagi menjadi dua yaitu syukur yang menggunakan isim fail yaitu *syākir* (yang bersyukur) dan

syukur yang menggunakan *sighat mubalaghah* yaitu *syakūr* (yang bersyukur). Syukur dalam bentuk *sighat mubalaghah* tidak hanya disandarkan pada manusia tetapi juga pada Allah SWT. (Madany, 2015, pp. 7–8)

Terdapat 4 ayat yang menuturkan Allah sebagai *Syakūr* dan terdapat 2 ayat yang menuturkan Allah sebagai *Syākīr*. Oleh karenanya pengertian syukur manusia dan syukur Allah tentu berbeda, seperti menurut pendapat Syaikh Muhammad Abduh bahwa penyebutan Allah sebagai pihak yang bersyukur (*asy-syākīr*) tidak bisa dimaknai secara esensial, melainkan harus didefinisikan dalam bentuk majas. Syukur manusia secara syara yaitu memanfaatkan karunia Allah untuk melakukan aktivitas sesuai dengan tujuan diciptakannya karunia tersebut. Definisi tersebut tidak mungkin disandarkan pada Allah SWT, sebab tidak mungkin ada hamba Allah yang dapat menghadirkan nikmat atau jasa sehingga cukup untuk Ia syukuri. Oleh karenanya makna Allah bersyukur adalah wewenang Allah dalam menghadirkan ganjaran kepada orang-orang yang telah berbuat kebaikan dan Ia tidak akan mengabaikan balasan bagi orang-orang senantiasa beramal saleh. Murid Muhammad Abduh yakni Rasyid Ridha menambahkan penjelasan bahwasannya Allah telah berjanji kepada orang yang senantiasa bersyukur atas nikmatnya akan ditambah kenikmatannya. Penambahan nikmat inilah yang kemudian Allah sebut dengan syukur. (Madany, 2015, pp. 7–8)

Pada realitanya, perealisasiian sikap syukur tidak mudah dipraktikkan dalam kehidupan. Sebab makna syukur sangatlah komprehensif meliputi sikap hati (kalbu yang beriman), lisan dengan pujian dan apresiasi, serta perbuatan melalui anggota tubuh dengan malakukan amal saleh. Syukur memberikan pelajaran kepada manusia untuk senantiasa menerima setiap nikmat hidup yang Allah berikan. Setiap nikmat yang Allah berikan kepada hambanya meskipun sedikit akan memberikan motivasi kepada hambanya agar ia mampu mensyukuri pemberiannya. Terlebih Allah memberikan nikmat yang berlimpah kepada hambanya, maka sikap kesyukuran akan berlipat ganda. Praktikkan syukur tersebut dengan lisan, tanamkan dalam hati, kemudian bagikan bentuk kesyukuran tersebut kepada orang lain. Jadi, syukur itu bentuk menghargai segala nikmat yang Allah berikan baik dengan hati, lisan maupun perbuatan. Meskipun nikmat yang didapat hanya sekecil biji dzarrah. (Madany, 2015, pp. 8–9)

Allah memerintahkan hambanya agar senantiasa bersyukur, sebab Allah mengetahui yang terbaik bagi hambanya, sungguh istimewa manfaat dan kedahsyatan syukur bagi orang yang mampu melaksanakannya, banyak fenomena yang mengungkapkan bahwa syukur dapat mendatangkan efek positif bagi keberlangsungan hidup seseorang. Contohnya seseorang yang terbiasa menulis kata kata positif pada buku diary atau di media sosial, akan lebih bahagia hidupnya dibandingkan

dengan seseorang yang hidupnya dipenuhi dengan kegaulauan, keluh kesah dan hal-hal negatif lainnya.

Perintah syukur ini banyak disebut dalam Al-Qur'an, di antaranya dalam Q.S Ibrahim: 7 dan Q.S al-Baqarah: 152.

Q.S Ibrahim: 7

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

“Dan (ingatlah juga), tatkala Tuhanmu memaklumkan; “Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka sesungguhnya azab-Ku sangat pedih”.

Secara garis besar ayat ini menjelaskan tentang makna syukur, pada awal penafsirannya Quraish shihab menjelaskan bahwa Nabi Muhammad SAW kian dahulu diberi Amanah, untuk menilik perkataan Nabi Musa yang telah diutarakan kepada para pengikutnya, agar pesan tersebut dapat diutarakan kembali kepada umat Rasulullah. Inti dari pesan Nabi Musa terhadap kaumnya adalah perintah untuk mengingat nikmat yang telah dianugerahkan Tuhan kepada hambanya. Pesan tersebut merujuk pada janji Allah terkait penambahan nikmat bagi orang-orang yang senantiasa bersyukur. Oleh karena itu berharaplah secara maksimal dengan cara bersyukur, dan janganlah bersikap kufur (memungkirkan nikmat yang telah dianugerahkan Allah). Sebab sikap kufur hanya akan mengantarkan manusia kepada siksa Tuhan, seperti siksa dihilangkannya nikmat hidup, dijatuhkan petaka dan ditimpakan rasa sedih. (M.Quraish, 2006e, pp. 21–22)

Terkait pernyataan di atas, sebagian ulama berpendapat bahwa makna dalam ayat ini tidak berkaitan dengan nasihat yang dibawakan Nabi Musa kepada kaumnya, melainkan anugerah Tuhan yang disampaikan kepada hambanya sebagai pedoman hidup manusia. Melalui nasihat syukur tersebut didapati beberapa simpulan diantaranya, syukur dapat mendorong sikap optimisme dalam diri dan mendorong sikap giat beramal dalam rangka menciptakan kenikmatan yang lebih luas. (M.Quraish, 2006e, p. 22)

Ayat tersebut secara jelas dan gamblang menguraikan tentang konsep balasan yang akan diterima oleh orang yang bersyukur dan orang yang kufur. Seseorang yang mensyukuri nikmat Allah maka akan dilipatgandakan kenikmatannya, sedangkan seseorang yang mengkufuri nikmat Allah akan dijatuhi hukuman yang amat pedih. Maka pada intinya ayat ini memuat peringatan mengenai ancaman atas perbuatan yang telah manusia lakukan semasa hidupnya. Allah tidak hanya menghukum hambanya diakhirat kelak, ia bahkan bisa menguji hambanya dengan siksa dunia, seperti datangnya nikmat yang tiada henti, sehingga manusia mengkufuri nikmat yang telah Allah berikan. Allah menguji hambanya tidak lain karena keengganan-Nya ketika melihat hambanya melakukan kedurhakaan. Sebagaimana firman Allah yang artinya “Dan orang-orang yang telah mendustakan ayat-ayat kami, nanti kami akan menarik mereka secara berangsur-angsur (pada arah kebinasaan), dengan cara yang tidak mereka

ketahui. Dan aku memberikan kekuatan kepada mereka, sesungguhnya rencanaKu sangat teguh”. (Q.S al-A’raf (7) :182-183) (M.Quraish, 2006e, p. 22)

Pada hakikatnya, syukur merupakan sikap yang menunjukkan sebuah nikmat sesuai dengan tempat dan tujuan nikmat tersebut diciptakan, dengan cara memberikan sanjungan yang baik kepada pemberinya. Hal tersebut menyimpan sebuah makna bahwa setiap nikmat yang Allah berikan memuat perenungan terkait tujuan diturunkannya sebuah nikmat dan anugerah, serta bagaimana implementasi pemanfaatan nikmat yang telah Allah berikan. Seperti halnya laut, Allah menciptakan dan menundukkan laut supaya manusia dapat memanfaatkan sumber daya alam yang ada di dalamnya, sebagaimana terjemah ayat berikut: “Agar kamu dapat memakan daging (ikan) yang segar dan agar kamu mengeluarkan darinya perhiasan (mutiara) yang kamu pakai dan agar kamu membuat bahtera-bahtera sehingga dapat melihat bahtera berlayar padanya dan supaya kamu mencari karunia-Nya”. (Q.S an-Nahl (16) : 14) (M.Quraish, 2006e, pp. 22–23)

Berdasarkan penafsiran di atas, dapat dipahami bahwa ketika manusia mampu mengamalkan sikap syukur, berarti ia mampu berusaha keras dan bersungguh-sungguh dalam meraih apa yang diinginkan. Dan prinsip yang paling fundamental adalah semakin seseorang tersebut bersungguh-sungguh serta akrab dengan

lingkungannya, maka semakin banyak pula nikmat yang akan ia dapat, sebab syukur merupakan salah satu pemicu bertambahnya nikmat dan anugerah yang Allah berikan. (M.Quraish, 2006e, p. 23)

Pada dasarnya, di dalam alam semesta terkandung sumber daya alam yang melimpah, sumber daya tersebut tidak lain merupakan bentuk anugerah dan nikmat Tuhan yang dilimpahkan kepada hambanya. Nikmat tersebut tentu wajib disyukuri (digali) dan diungkapkan. Sebab jika seseorang mengukuri nikmat tersebut, maka Allah akan mendatangkan kekurangan melalui berbagai macam cobaan, seperti kemiskinan, rasa lapar, penyakit, rasa cemas, dan rasa takut. (M.Quraish, 2006b, p. 23)

Dalam tafsir al-Azhar dijelaskan, bahwa ayat ini berkaitan dengan kisah bani israil yang terbebas dari kekejaman Fir'aun. Kebebasan dalam konteks ini mengandung makna yang lebih spesifik, yakni perkara besar yang wajib disyukuri oleh umat manusia. Dengan berusaha menanamkan sikap syukur dalam setiap keadaan akan memudahkan manusia dalam menghadapi kesulitan. Contohnya ketika bani israil terbebas dari tindasan Fir'aun hendaknya mereka saling menguatkan, hindari sikap mengeluh atas kehidupan yang serba kekurangan dan tetap semangat mengejar tujuan, bersyukur atas segala hal yang telah ada, maka Tuhan akan menambah nikmatnya. Sikap mengeluh hanya akan menjauhkan diri dari nikmat Tuhan, dan hal ini dinamai dengan kufur, kufur berarti menutup, melupakan

nikmat dan enggan berterima kasih. Kufur akan mengantarkan manusia ke dalam siksa yang amat pedih, seperti halnya jiwa yang gelisah karena ditimpa penyakit selalu merasa tidak puas. (Hamka, 2015b, p. 3791)

Lahirnya sikap kufur merupakan bentuk siksaan diri, bagi seseorang yang enggan mensyukuri nikmat Tuhan. Seseorang yang sering merasa tidak puas, enggan berterimakasih, dan merasa serba kekurangan cenderung akan ditimpakan kehidupan yang suram. Sebagaimana pesan Nabi Musa terhadap kaumnya, dalam pesannya tersebut Ia menyampaikan bahwa seseorang yang selalu merasa tidak puas tidak akan mempengaruhi keagungan Tuhan. Sebab rencana Tuhan tidak akan bisa diubah kecuali atas kehendaknya. Dan rahmat Tuhan akan selalu mengalir bahkan dapat dirasakan oleh mereka yang senantiasa mensyukuri pemberiannya. Bagi mereka yang senantiasa berusaha dan menerima pemberian Tuhan, tidak peduli seberapa banyak nikmat yang ia dapat, maka ia akan diberikan rasa kenikmatan jiwa berupa ketenangan hati dan rasa kegembiraan. (Hamka, 2015b, p. 3792)

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa syukur merupakan energi Al-Qur'an yang memiliki pengaruh besar terhadap keberlangsungan hidup manusia, dan memiliki keistimewaan tersendiri di hadapan Allah SWT. Bagaimana tidak perintah bersyukur berulang kali disebut dalam Al-Qur'an, tidak mungkin disebut secara

berulang bahkan ditegaskan berulang kali oleh Allah SWT jika syukur ini tidak memiliki manfaat yang besar bagi para pengamalnya. Salah satu manfaat bersyukur yaitu, dapat mendatangkan kenikmatan, baik kenikmatan dunia maupun kenikmatan di akhirat kelak, sebagaimana firman Allah yang artinya: "Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti kami akan menambah (nikmat) kepadamu".

Sebagaimana dalam konsep *law of attraction* kebaikan akan menarik kebaikan, sedangkan dalam konteks ayat ini, sikap syukur lah yang dapat menarik kenikmatan, yang menarik adalah syukur dan yang ditarik adalah kenikmatan. Dalam sebuah penelitian dijelaskan bahwa sikap bersyukur dapat memancarkan energi positif berupa kebahagiaan dan kenikmatan kepada orang yang sedang tertimpa kesusahan, orang yang senantiasa bersyukur memiliki hati yang luas sehingga ia mampu menerima ketentuan Allah dengan penuh keikhlasan tanpa ada prasangka buruk, selain itu bersyukur dapat menghilangkan penyakit egosentrisme yang selalu mewarnai dinamika kehidupan modern. Sedangkan, menurut pandangan psikologi positif orang yang selalu bersyukur memiliki jiwa empati yang tinggi terhadap orang lain serta memiliki sikap tanggung jawab yang besar. (Takdir, 2017, p. 191)

Sikap syukur ternyata tidak hanya mendatangkan kenikmatan tetapi menambah kenikmatan, namun sebaliknya jika ia kufur maka kesengsaran yang akan datang dalam kehidupannya. Allah senantiasa

mengingatkan hambanya agar bersyukur, karena Ia ingin hambanya hidup bahagia dan dihindarkan dari perasaan gelisah. Sebab bersyukur akan mendatangkan kebahagiaan, dan kufur akan mendatangkan kesengsaraan baik sengsara di dunia seperti tekanan batin maupun sengsara di akhirat berupa siksa yang amat pedih.

Implementasi sikap syukur dan kufur ini banyak ditemui dimasyarakat contohnya, seseorang yang sering menuliskan afirmasi positif pada buku catatan atau di media sosial cenderung memiliki kehidupan yang lebih baik dibandingkan dengan orang yang sering mengeluh dan tidak bersyukur. Sebab, dengan bersikap positif dan bersyukur berarti ia telah memancarkan energi positif terhadap alam dan orang-orang yang ada di sekitarnya. Ungkapan positif timbul dari perasaan dan pikiran yang kemudian mempengaruhi tindakan, tindakan inilah yang kemudian menjelma menjadi sikap syukur maupun kufur. (Mahfud, 2014, p. 390)

Q.S al-Baqarah: 152

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ

“Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya Aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku.”

Secara garis besar ayat ini membahas mengenai perintah berdzikir dan bersyukur atas nikmat yang telah Allah berikan, ayat ini turun berkaitan dengan ayat-ayat sebelumnya, tepatnya pada ayat 148 – 152. Pada ayat 148-151 dijelaskan mengenai perintah pemindahan

arah kiblat menghadap ke ka'bah dan penegasan tersebut terjadi karena perintahnya. Kemudian pada ayat 152 memperingatkan umatnya agar bersyukur kepada Allah yang telah memberikan pertolongan kepada kaum muslimin untuk mengikuti apa yang diperintahkan agar berkiblat ke ka'bah. (Az-Zuhaili, 2013, pp. 292–294)

Gambaran konsep syukur dalam tafsir Al-Misbah dapat dipahami melalui penafsiran berikut:

“Atas dasar limpahan dan karunia Tuhan, maka ingatlah kepada-Nya melalui lisan, pikiran, hati serta anggota badan. Lisan berfungsi untuk memuji kebesarannya, pikiran dan hati berfungsi untuk memperhatikan tanda-tanda keagungan-Nya. Siapa saja yang melaksanakan ketiga fungsi di atas, maka Tuhan akan mengingatkannya sehingga Ia akan selalu ada saat hambanya dalam keadaan susah maupun senang. Dan bagi mereka yang bersyukur dengan hati, lisan dan perbuatan, maka ia akan diberikan nikmat yang melimpah dan janganlah ingkar terhadap nikmat Tuhan sebab kamu akan ditimpa siksa yang amat pedih”. (M.Quraish, 2006d, p. 362)

Melalui penafsiran di atas dapat ditarik kesimpulan, bahwasannya Allah memerintahkan hambanya untuk selalu mengingatkannya melebihi ingatannya dalam mengingat nikmat yang ia berikan. Disamping itu Allah juga menyerukan hambanya untuk bersyukur atas nikmat yang telah Ia berikan, sebab dengan bersyukur akan mendatangkan kebahagiaan dan nikmat yang berlimpah.

Sedangkan dalam penafsiran Ibnu Katsir dijelaskan bahwa Allah akan mengingat hambanya yang selalu berdzikir (mengingatkannya), di samping itu Allah akan memberikan tambahan

rezeki kepada hambanya yang senantiasa bersyukur. Begitupun sebaliknya Allah akan memberikan adzab terhadap hambanya yang kufur atas nikmatnya. Zaid bin Aslam mengatakan, bahwa Nabi Musa pernah bertanya, “Ya Tuhanku, bagaimana aku bersyukur kepada Mu? Tuhan berfirman kepada nya, “Ingatlah Aku dan Jangan kamu lupakan Aku”. Maka apabila kamu ingat kepada-Ku, berarti kamu telah bersyukur kepadaKu. Apabila kamu lupa kepadaKu, berarti kamu ingkar kepadaKu. Hal ini juga di tegaskan oleh Hasan Al-Basri bahwa Allah akan selalu mengingat hambanya yang selalu mengagungkannya. (Ibnu Katsir, 2004) Sebagaimana Hadist Shahih sebagai berikut:

يقول الله عز وجل: أنا عند ظن عبدي بي، وأنا معه حين يذكرني، إن ذكرني في نفسه، ذكرته في نفسي، وإن ذكرني في ملأ، ذكرته في ملأ خير منهم، وإن تقرب مني شهراً، تقربت إليه ذراعاً، وإن تقرب إلي ذراعاً، تقربت منه باعاً، وإن أتاني يمشي أتيته هرولة. \رواه أبو داود في رواية: بهذا الإسناد، ولم يذكر: وإن تقرب إلي ذراعاً، تقربت منه باعاً.

“Allah Ta’ala berfirman: “Aku sesuai dengan apa yang disangkakan/dipikirkan hambaku kepadaku. Dan aku bersamanya ketika ia mengingatku, jika ia mengingatku dalam dirinya, Aku akan mengingatnya dalam diriku. Dan jika ia mengingatku dalam sebuah kelompok, Aku akan mengingatnya dalam kelompok yang mereka itu lebih baik dari kelompoknya. Dan jika ia mendekat kepadaKu sejengkal, aku akan mendekat kepadanya sehasta. Dan jika ia mendekat kepadaku sehasta, Aku akan mendekat kepadanya sedepa. Dan jika ia mendatangiiku dengan berjalan, Aku akan mendatanginya dengan berlari”. (H.R Muslim No 2675)

Penggalan ayat 152 yang artinya “Dan bersyukurlah kepada-Ku dan janganlah kamu mengufuri Aku” mengandung perintah bersyukur atas nikmat yang telah Allah berikan. Atas perintah tersebut

Allah menjanjikan tambahan kebaikan bagi orang yang mau melaksanakannya. Berdasarkan penafsiran di atas dapat penulis pahami bahwa setiap orang yang bersyukur dan berdzikir kepada Allah akan diingat dan ditambah kenikmatannya oleh Allah SWT. Setiap perbuatan baik akan dibalas dengan kebaikan, begitupula sikap bersyukur tentu akan mendatangkan kebaikan dan kebahagiaan.

Oleh karena itu, bersyukurlah dalam menjalani hidup meskipun terkadang terasa melelahkan dan penuh ujian, pada realitanya banyak sekali nikmat Allah yang telah manusia rasakan mulai dari nikmat sehat, nikmat harta, anugerah, hidayah dan lain sebagainya. Itu semua merupakan nikmat Allah yang selalu mengalir dalam kehidupan manusia, betapa dahsyatnya Al-Qur'an menyuntikkan kata syukur dalam kehidupan. Al-Qur'an memberikan panduan agar manusia senantiasa bersyukur dan tidak ingkar terhadap perintah Allah, semakin banyak bersyukur semakin banyak kenikmatan yang didapat, itulah janji Allah bagi orang-orang yang senantiasa bersyukur terhadap nikmat-Nya.

3. Energi Sabar

Kata sabar berasal dari bahasa Arab *صبر - يصبر-صبرا* yang artinya bersabar, tabah hati, dan berani atas sesuatu. (Yunus, 2010, p. 211) Sedangkan dalam bahasa Indonesia sabar berarti, kuat menghadapi cobaan, tenang, tabah, dan tidak tergesa-gesa. Secara istilah sabar adalah sikap mental dan jiwa manusia yang sudah teruji dalam menghadapi

berbagai bentuk cobaan, sikap ini lahir dari dorongan agama, dan keteguhan hati dalam menerima berbagai cobaan yang menimpa, mampu menahan diri dari segala hal yang menimbulkan hawa nafsu, memiliki mental yang kuat, teguh dan tidak mudah putus asa, senantiasa menjalankan perintah Allah dan terus berjuang untuk mendapatkan Ridhanya untuk kebahagiaan di dunia maupun di akhirat kelak. (Syofrianisda, 2017, pp. 206–207)

Ibnu al-Qayyim al-Jauziyyah berpendapat bahwa, sabar ialah sikap mental seseorang yang mampu menahan jiwa untuk tidak mudah mengeluh, menahan lisan agar tidak merintih dan menahan diri untuk tidak menampar pipi, merobek pakaian dan lain sebagainya. (Ainur Rofiq, 2019, p. 312)

Dapat disimpulkan bahwa sabar ialah sikap menahan diri dari perbuatan yang dilarang oleh Allah SWT, dan bertahan dalam mengerjakan perintah Allah. Sabar bukanlah sikap pasrah seperti yang dipahami oleh sebagian orang, sebab sikap pasrah tidak akan mendorong kualitas diri berbeda halnya dengan sikap sabar yang dapat mendorong kualitas diri dengan cara menerima dan berusaha secara maksimal. Seseorang yang memaknai sabar dengan sikap pasrah hanya akan mengantarkan dirinya pada ketidakpuasan hidup, begitupun sebaliknya seseorang yang memaknai sabar dengan sikap menahan diri dari sikap menyerah cenderung giat dalam bekerja dan tidak malas, dan hal ini bisa menjadi wasilah bagi dirinya dalam menempuh kebahagiaan hidup. Orang yang bersabar akan mendapat nikmat

yang besar dan Allah akan menyuntikkan energi sabar yang lebih besar dari apa yang telah ia usahakan sebagaimana hadis nabi berikut ini:

وعن أبي سعيد بن مالك بن سنان الخدرى رضى الله عنهما أن ناسا من الأنصار سألوا رسول الله صلى الله عليه وسلم فأعطاهم ثم سألوه فأعطاهم حتى نفذ ما عنده فقال لهم حين أنفق كل شيء بيده ما يكن من خير فلن أدخره عنكم ومن يستعفف يعفه الله ومن يستغن يغنه الله ومن يتصبر يصبره الله وما أعطى أحد عطاء خيرا وأوسع من الصبر متفق عليه

“Abu Sa’id, Sa’d bin Sinan Al-Khudri RA berkata bahwa beberapa orang Anshar meminta sesuatu kepada Rasulullah SAW. Rasulullah memberinya, hingga apa yang ada padanya habis. Lalu, beliau bersabda kepada mereka ketika beliau menginfakkan semua yang ada di tangannya. “Aku tidak akan menyimpan harta yang ada padaku. Barangsiapa yang menjaga dirinya dengan tidak memintaminta, maka Allah akan menjaganya. Siapa pun dari kalian yang merasa cukup, maka Allah akan mencukupinya. Barangsiapa yang berlatih untuk bersabar, niscaya Allah memberikan kesabaran kepadanya. Dan, tidak ada nikmat yang lebih baik dan lebih luas, yang diberikan kepada seseorang, selain kesabaran”. (H.R Bukhori Muslim No 6470)

Kata sabar dalam Al-Qur’an diungkapkan dalam berbagai macam situasi dan kondisi, namun semuanya terangkum dalam satu tujuan yakni kesuksesan dan kebahagiaan. Beberapa situasi dan kondisi sabar yang tercantum dalam Al-Qur’an: 1.) Sabar dalam menghadapi ketaatan dan meninggalkan larangan Allah, 2.) Sabar terhadap perlakuan yang tidak baik dari orang lain, dan 3.) Sabar dalam menghadapi cobaan. (Syofrianisda, 2017, pp. 140–141) Adapun dalam pembahasan kali ini

penulis akan memaparkan ayat-ayat sabar yang berkaitan dengan *law of attraction* sebagai berikut:

Q.S al-Baqarah: 153

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

“Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar”.

Menurut Quraish Shihab dalam tafsirnya *Al-Misbah*, ayat ini berisi ajakan bagi orang-orang yang beriman untuk melaksanakan shalat menghadap kiblat, dan berperilaku sabar dalam menghadapi ujian dan cobaan. Sebab sikap sabar menjadi penolong manusia dalam menghadapi kesulitan. Kata *ash-shabr* dalam ayat ini memiliki banyak makna antara lain: sabar dalam menghadapi ejekan dan rayuan, sabar dalam melaksanakan perintah dan menjauhi larangan, sabar dalam menghadapi kesulitan, dan sabar dalam berjuang menegakkan kebenaran dan keadilan. (M.Quraish, 2006f, p. 363)

Penutup ayat yang berbunyi “Sesungguhnya Allah bersama orang-orang yang sabar” memiliki makna tersirat, jika seseorang ingin memperjuangkan kebenaran dan mengatasi kesedihan serta kesulitannya, tentu ia harus melibatkan Allah dalam setiap langkahnya. Ia harus bersama Allah dalam kesulitannya dan perjuangannya. Ketika itu Allah yang maha mengetahui, Maha kuasa pasti membantu hambanya, karena sesungguhnya Allah bersama orang-orang yang sabar. Tanpa campur tangan Allah kesulitan tidak

akan teratasi bahkan bisa jadi kesulitan akan diperbesar oleh setan dan nafsu amarah sendiri. (M.Quraish, 2006f, p. 363)

Buya Hamka menjelaskan bahwa keinginan yang tinggi dalam menegakkan kalimat Allah, memancarkan tonggak tauhid, dan menghapuskan penghambaan diri kepada yang selain Allah merupakan implementasi sikap sabar. Untuk sampai pada tujuan tersebut, tentu akan dihadapkan dengan berbagai rintangan, semakin mulia hal yang dituju, semakin sulit halangan dan rintangannya. Maka dari itu diperlukan semangat yang tinggi, hati yang kokoh, serta pengorbaan yang tak kenal lelah. Semulia apapun sebuah tujuan, jika tidak diiringi dengan kekuatan dan ketahanan hati, maka maksud yang dituju tidak akan tercapai. Sebagaimana Nabi terdahulu yang memiliki kekuatan hati dalam menghadapi berbagai cobaan dan kesulitan, sedang jalan untuk menempuh cobaan tersebut adalah kesabaran. Maka dari itu, bagi seseorang yang telah menyatakan iman kepada Allah dan Rasulnya wajib menanamkan sikap sabar, baik sabar dalam menghadapi penderitaan maupun sabar dalam menunggu hasil yang dicita-citakan. (Hamka, 2015c, p. 348)

Dalam Al-Qur'an kalimat sabar terulang sebanyak seratus satu kali. Hanya dengan sabar orang dapat mencapai apa yang ia cita-citakan, hanya dengan sabar orang mencapai derajat iman dalam perjuangan. Hanya dengan sabar menyampaikan nasihat kepada orang

yang lalai, dan hanya dengan sabar kebenaran dapat ditegakkan. (Hamka, 2015c, p. 348)

Sabar itu ibarat benteng yang terpendam dalam diri manusia, dengan kesabaran manusia akan terhindar dari kegelisahan dan sikap mudah mengeluh. Jika sikap sabar tidak tertanam dalam diri manusia maka benteng pertahanan dalam diri pun ikut hancur dan mengakibatkan munculnya rasa gelisah dalam diri. Kegelisahan akan membuat seseorang merasa frustrasi bahkan ketika ia menerima sekecil apapun kesulitan. Oleh karena itu belajarliah bersikap sabar sesulit apapun itu, karena hanya dengan sabar ketenangan dapat bersemayam dalam diri manusia. (Hamka, 2015c, p. 350)

Apabila sikap sabar telah direalisasikan, dan dipadukan dengan sikap istiqomah serta penuh keyakinan, maka secara bertahap jiwa manusia akan terlepas dari belenggu kesulitan sebab Tuhan telah berkuasa dalam hati manusia. Pada saat tersebut seseorang baru akan menyadari bahwa dirinya terjerumus dalam kesulitan, tidak lain terjadi karena keburukan yang masuk dalam jiwa manusia terutama syaitan yang menginginkan manusia terjerumus ke dalam kelompoknya. Disinilah terasa ujung ayat: “Sesungguhnya Allah adalah beserta orang-orang yang sabar”. (Ujung ayat 153) (Hamka, 2015c, p. 349)

Pada ujung penafsirannya, Buya Hamka menjelaskan bahwa orang yang ditimpa suatu cobaan/musibah yang membuat jiwanya menjadi gelisah kemudian berpegang teguh pada ayat ini,

membentengi diri dengan sabar dan shalat, maka kehidupannya akan dikelilingi dengan cahaya harapan. Karena sabar merupakan kunci keberhasilan hidup manusia. (Hamka, 2015c, pp. 348–349)

Q.S Al-Imran: 200

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا أَصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

“Hai orang-orang yang beriman, bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu dan tetaplah bersiap siaga (di perbatasan negerimu) dan bertakwalah kepada Allah, supaya kamu beruntung.”

Kata shabr berasal dari akar kata yang terdiri dari huruf-huruf, yakni huruf *ṣad*, *ba*, dan *ra*. Maknanya berkisar pada tiga hal. Pertama bermakna “menahan”, kedua bermakna “ketinggian sesuatu”, dan ketiga bermakna “sejenis batu”. Dari kata “menahan” terbentuklah makna konsisten/bertahan, dalam arti bertahan untuk menjaga sikap dan pandangannya. Oleh karena itu seseorang yang mampu menahan amarah dinamai bersabar, yang ditahan dipenjara sampai mati dinamai *maṣhbūrah*. Sedangkan pada kedua, lahir kata *shabr* yang artinya puncak sesuatu, dan dari makna ketiga lahirlah kata *aṣh-ṣhubrah* yang artinya batu yang kokoh lagi kasar atau potongan besi. Ketiga makna di atas memiliki keterkaitan terkhusus jika pelakunya adalah manusia. Orang yang sabar akan menahan diri, adapun untuk melakukan hal tersebut diperlukan adanya kekuatan jiwa dan mental baja pada diri seseorang, agar ia dapat mencapai keinginan yang diharapkannya. (M.Quraish, 2006g, p. 322)

Ketiga susunan huruf di atas dalam berbagai bentuknya terulang dalam Al-Qur'an lebih dari seratus kali. Disamping itu perlu di catat bahwa semua kata-kata yang menggunakan susunan huruf tersebut digunakan Al-Qur'an dalam konteks uraian tentang manusia, seperti halnya perintah bersabar, memuji kesabaran dan orang-orang sabar, sifat sabar beserta dampaknya, kecaman bagi orang yang enggan bersabar dan lain sebagainya. Menurut Imam Al-Ghazali lebih dari 70 kali Al-Qur'an menguraikan masalah sabar dalam Al-Qur'an. (M.Quraish, 2006g, p. 322)

Kemampuan sabar yang dimiliki manusia telah diakui oleh banyak pakar ilmu kejiwaan, seperti halnya Freud ia berpendapat bahwa manusia memiliki kemampuan mengusung sesuatu yang menurutnya terasa berat bahkan tidak disenanginya, namun ia dapat menikmati kenikmatan dibalik itu. Oleh karenanya ayat di atas selain memerintahkan bersabar, juga memerintahkan *shābirū* yakni bersabar menghadapi kesabaran orang lain. Dalam kehidupan seorang muslim, tentu ia akan mengalami perjuangan di jalan Allah menghadapi pihak lain yang juga berjuang sesuai nilai-nilainya, dan yang juga memiliki kesabaran. Dalam hal ini kesabaran dilawan dengan kesabaran, siapa yang lebih kuat kesabarannya dan lebih lama dapat bertahan dalam kesengsaraan, maka ia yang pantas memperoleh kemenangan dan kenikmatan. Sikap sabar yang dihadapkan dengan sikap sabar yang

lebih besar itulah yang gambarkan melalui kata *shābiri*. (M.Quraish, 2006g, pp. 322–323)

Jika penulis mencermati dari berbagai uraian ayat Al-Qur'an yang berbicara mengenai sabar, maka kedudukan tertinggi seseorang akan diperoleh karena kesabarannya. Sebagaimana firman Allah yang asrtnya “Kami jadikan diantara mereka, pemimpin-pemimpin yang memberi petunjuk dengan perintah Kami ketika kami bersabar”. (Q.S as-Sajadah (32): 24) dan firman Allah “Dan telah sempurnalah perkataan/putusan Tuhanmu yang baik terhadap bani Israil di sebabkan karena kesabaran mereka”. (Q.S al-A'raf (7): 137). Di sisi lain ditegaskan bahwa: “Sesungguhnya hanya orang yang bersabarlah yang dicukupkan pahala mereka tanpa batas”. (Az-zumar (39): 10) (M.Quraish, 2006g, p. 323)

Sabar bagi manusia terdiri dari berbagai bentuk perilaku, diantaranya adalah perintah sabar yang terkandung dalam kata “*wa rābithū*”: yaitu bersabar dalam rangka membela negara. Dan perintah sabar yang terkandung dalam ayat lain diantaranya: 1.) Sabar dalam menghadapi yang berbeda pendapat keimanan (Q.S al-A'raf (7): 87). 2.) Sabar dalam memelihara kesatuan dan persatuan (Q.S al-Anfal (8): 46) 3.) Sabar dalam mengerjakan ibadah seperti shalat dan berdoa (Q.S Thaha (20): 132) 4.) Sabar ketika menghadapi musibah. (Q.S al-baqarah (2): 155) (M.Quraish, 2006g, p. 323)

Pada kenyataannya, kata sabar seringkali diulang dalam Al-Qur'an, tidak lain karena memiliki tujuan tertentu, yakni sebagai penegasan bahwa sabar merupakan sarana utama dalam merealisasikan tujuan dan keinginan. Bahkan secara khusus, penyebutan kata sabar didahulukan daripada kata shalat, pernyataan tersebut tercantum dalam surah Al-Baqarah ayat 153. Penyebutan kata sabar diawal disebabkan karena shalat merupakan ibadah yang juga membutuhkan kesabaran, dan juga karena syarat utama tercapainya sesuatu yang dikehendaki, adalah kesabaran dan ketabahan dalam memperjuangkannya. Tanpa rasa sabar seseorang akan merasakan kegelisahan, itulah sebabnya salah satu yang diperintahkan untuk diwasiatkan adalah kesabaran. (M.Quraish, 2006g, p. 324)

Pada kenyataannya sikap sabar tentu akan sulit dipraktikkan, sebab akan ada kenikmatan yang besar bagi seseorang yang dapat mempraktikkannya. Sikap sabar dan taqwa akan menarik bantuan illahi untuk menghadapi segala bentuk tantangan. Sebagaimana firmanNya “Jika kamu bersabar dan bertaqwa niscaya tipu daya mereka sedikitpun tidak mendatangkan kemudharatan kepadmu Sesungguhnya Allah mengetahui segala apa yang mereka kerjakan” (Q.S Al-Imran (3): 120) dan “Siapa yang bertaqwa dan bersabar, maka sesungguhnya Allah tidak menyia-nyiakan ganjaran orang-orang yang berbuat baik” (Q.S Yusuf (12) :90) (M.Quraish, 2006g, p. 324)

Dapat disimpulkan, bahwa Allah memerintahkan sabar dalam rangka mempersiapkan manusia dalam menghadapi segala aspek kehidupan, baik dalam menghadapi hal yang membuatnya senang maupun yang membuat dirinya tidak senang. Hanya sekali Allah memberi manusia kebebasan untuk bersabar atau tidak bersabar, yaitu ketika orang-orang durhaka dipersilahkan masuk ke dalam neraka “Masuklah ke dalamnya (rasakanlah api panas apinya neraka) maka bersabarlah atau kamu tidak bersabar, itu sama saja bagimu”. (Q.S ath-Thur (52): 16). Ketika itu mereka pasti bersabar, mereka adalah “orang-orang yang membeli kesesatan dengan petunjuk dan siksa ampunan. Maka alangkah bersabarnya mereka menentang api neraka”. (M.Quraish, 2006g, p. 324)

Sebagai penutup surah Al-Imran, ayat ini menguraikan nasihat mengenai syarat utama tercapainya kebahagiaan bagi seluruh hamba Allah di muka bumi yaitu nasihat mengenai kesabaran.

Kemudian dalam tafsir Al-Azhar diuraikan dengan terang dan jelas bahwa menegakkan keimanan bukanlah perkara yang mudah sebab semakin sempurnanya keimanan, semakin banyak pula kesulitan yang akan dihadapi. Salah satu kesulitan dan tantangan yang sering manusia hadapi adalah hawa nafsunya sendiri, karena hawa nafsu merupakan musuh yang nyata lagi berbahaya.

Untuk membentengi hawa nafsu, seseorang harus memiliki pondasi yang kuat yaitu keimanan. Dengan iman, manusia dapat

berpegang teguh terhadap agama dan Tuhannya. Untuk memperkuat pondasi keimanan hendaknya berpegang teguh terhadap empat perkara sebagai berikut:

1. Sabar: tahan hati, teguh, sabar menahan hawa nafsu, sabar mengendalikan diri, baik waktu bertahan atau waktu menyerang, sabar dalam menghadapi cobaan, dan sabar dalam menjalankan perintah Allah.
2. Menangkis atau melawan sabar, yaitu sabar setingkat lebih tinggi atau memperkuat kesabaran, sebab pihak lawan akan menggunakan cara sabar untuk melawan dalam menghadapi musuhnya, maka tepislah kesabaran mereka dengan kesabaranmu, artinya kesabaranmu harus lebih kuat darinya, karena yang lebih lama bertahan dialah yang akan menang, seperti menahan nafas saat menyelam di dalam kolam. Barangsiapa yang lebih singkat nafasnya, dialah yang akan lebih dahulu keluar dari dalam air.
3. Hendaklah melakukan persiapan terus-menerus dan senantiasa bersiap siaga, perkuat penjagaan, kokohkan kewaspadaan, sehingga termasuk juga didalamnya mengawasi batas-batas negeri Darul Islam jangan sampai dimasuki oleh musuh dari Darul kafur
4. Hendaklah bertaqwa kepada Allah SWT, Inilah letak kunci dari ketiga pondasi keimanan di atas, karena barang siapa yang tidak melupakan Allah niscaya ia tidak akan lupa terhadap dirinya.

Dan keempat inilah syarat mutlak “supaya kamu mendapat kemenangan” (Hamka, 2015d, pp. 1047–1048)

Q.S al-Furqan: 75

أُولَٰئِكَ يُجْزَوْنَ الْغُرْفَةَ بِمَا صَبَرُوا وَيُلَقَّوْنَ فِيهَا تَحِيَّةً وَسَلَامًا

“Mereka itulah orang yang dibalasi dengan martabat yang tinggi (dalam surga) karena kesabaran mereka dan mereka disambut dengan penghormatan dan ucapan selamat di dalamnya,”

Diuraikan dalam tafsir Al-Azhar, bahwasannya orang-orang yang sabar akan mendapatkan ganjaran berupa tempat yang mulia seperti kamar yang indah permai, dan ruangan yang istimewa di dalam syurga. Kenapa harus kesabaran? karena setiap orang yang berjalan menegakkan kebenaran, membangun kekuatan diri dan melatih batin menjadi Ibadur Rahman, akan di mudahkan jalannya setiap kali ia melangkah, meskipun pada realitanya akan terasa sulit dan penuh dengan cobaan. Salah satu tanda orang yang beriman adalah hidupnya penuh dengan cobaan, pengorbanan bahkan aliran darah dan air mata, itulah mengapa Allah memberikan balasan yang Istimewa bagi orang-orang yang mampu bersikap sabar.

Kesabaran merupakan bentuk perjuangan dalam menegakkan kepribadian sebagai seorang muslim, sikap sabar akan memberikan dampak positif yakni dapat memberikan kebahagiaan jiwa, bahkan orang yang sabar akan mendapatkan ganjaran berupa surga *jannatun na'īm*, tempat tinggal yang tenteram, kediaman yang senang, tenang

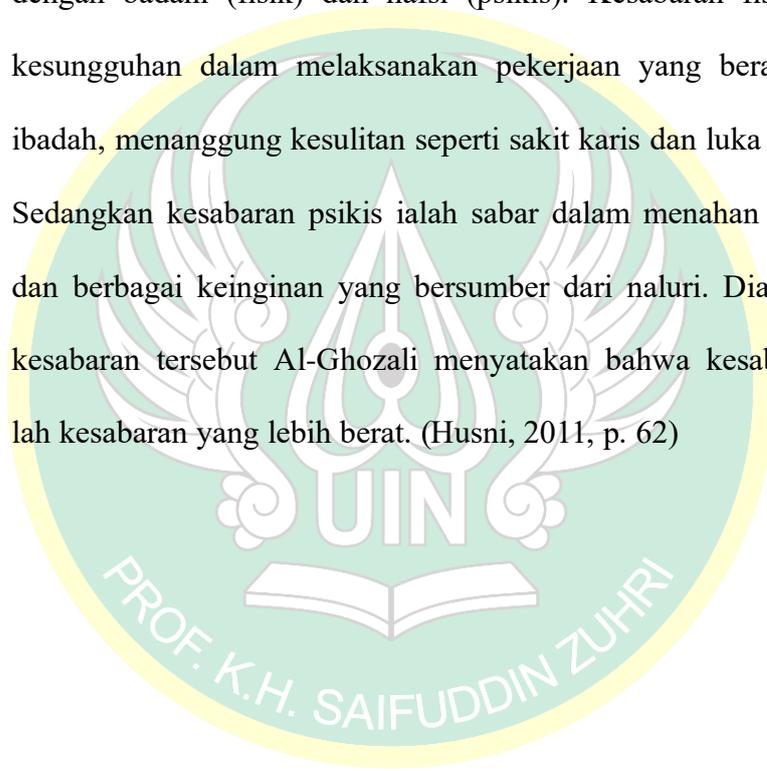
dan disambut oleh Malaikat-malaikat Tuhan dengan ucapan Tahiyat (selamat) dan salam bahagia. (Hamka, 2003b, p. 5067)

Sabar yang dimaksud dalam surah Al-Furqan ini adalah sabar dalam beramal, baik sebagai support dalam menjalankan amal kebaikan, maupun sebagai kualitas yang harus mewarnai amal tersebut. Adapun amal yang dimaksud adalah amal yang bersifat positif atau amal yang sifatnya menjauhkan diri dari hal-hal yang bersifat negatif, berikut contoh amal yang terdapat dalam Q.S Al-Furqan: melaksanakan shalat sunnah tahajud di malam hari, tidak kikir dan tidak berfoya-foya dalam membelanjakan harta, tidak menyembah selain Allah, tidak berzina, dan tidak bersikap tuli ketika diperingatkan ayat-ayat Tuhan. Oleh karena itulah orang-orang yang mampu bersabar dalam beramal akan diganjar oleh Allah berupa ganjaran yang Istimewa.

Sabar dalam beramal terbagai menjadi dua macam, yaitu amal yang bersifat lahir dan amal yang bersifat batin, keduanya membutuhkan kesabaran. Maka dapat disimpulkan bahwa kesabaran dipetakan menjadi dua bagian yakni kesabaran lahir dan batin. Kesabaran lahir meliputi: 1.) Kesabaran dalam menjalankan kewajiban di berbagai situasi dan kondisi, baik susah maupun senang, sehat sejahtera maupun disaat kesulitan. 2.) Sabar atas segala apa yang dilarang oleh Allah SWT, 3.) Sabar dalam menjalankan perintah dan

anjuran berupa amal kebaikan yang dapat mendekatkan diri seorang hamba kepada tujuan hidupnya yakni Allah SWT. (Husni, 2011, p. 62)

Kemudian kesabaran batin ialah kesabaran dalam menerima siapa pun yang membawa berita kebenaran berupa nasehat ataupun hal serupa yang hakikatnya berasal dari Rasulullah SAW. Dalam pendapat lain yakni pendapat iman Ghozali kesabaran diistilahkan dengan badani (fisik) dan nafsi (psikis). Kesabaran fisik meliputi kesungguhan dalam melaksanakan pekerjaan yang berat, layaknya ibadah, menanggung kesulitan seperti sakit karis dan luka yang serius. Sedangkan kesabaran psikis ialah sabar dalam menahan hawa nafsu dan berbagai keinginan yang bersumber dari naluri. Diantara kedua kesabaran tersebut Al-Ghozali menyatakan bahwa kesabaran psikis lah kesabaran yang lebih berat. (Husni, 2011, p. 62)



BAB III

RELEVANSI *LAW OF ATTRACTION* DALAM AL-QUR'AN DENGAN *GOAL ACHIEVEMENT*

Law of attraction merupakan hukum alam yang berkaitan dengan pikiran, perasaan dan tindakan. Hukum ini menyoroti hubungan pikiran dengan hasil dan tujuan, jika pikiran itu adalah positif maka hasil yang didapat akan bernuansa positif, begitupun sebaliknya jika pikiran itu adalah negatif maka hasil yang didapat akan bernuansa negatif. Esensi dari *law of attraction* adalah keinginan dalam mencapai tujuan, dalam hal ini *law of attraction* merupakan alat untuk menarik hal-hal yang diinginkan dengan memanfaatkan pikiran positif, sikap positif dan tindakan. Impian dan tujuan hidup tidak akan terealisasi begitu saja, tanpa usaha, kerja keras serta metode yang dapat mendukung tercapainya tujuan dan capaian diri.

Dalam konteks ini, metode yang efektif untuk mendukung *achievement goal* adalah konsep *law of attraction*, sebab konsep ini mengandung kekuatan positif yang meliputi emosional, mental, dan spiritual guna mendukung seseorang dalam mencapai keinginan dan meningkatkan kualitas diri. (Sawitri, 2023) Maka dari itu pada bagian ini, penulis akan menjelaskan tentang relevansi *law of attraction* dalam Al-Qur'an dengan *goal achievement*. Untuk memudahkan pembaca memahami relevansi *law of attraction* dengan *goal achievement*, maka penulis akan memaparkan penjelasan mengenai *goal achievement* berikut paparannya:

A. Goal Achievement (Pencapaian Tujuan)

Achievement goal atau pencapaian tujuan merupakan motivasi atau dorongan pribadi dalam mencapai tujuan yang telah ditentukan sebelumnya, baik tujuan yang bersifat pribadi maupun tujuan yang bersifat umum, seperti halnya pekerjaan, kehidupan dan lain sebagainya. Motif ini berkaitan dengan sikap, tindakan, emosi, harapan, dan pikiran, sebagaimana dalam konsep *law of attraction* yang mengedepankan pikiran dan sikap positif dalam mencapai suatu tujuan. (Fikri et al., 2021, p. 2189)

Menurut Pintrich dalam Saraswati (Saraswati, 2019, p. 76) *goal achievement* adalah tujuan individu dalam mencapai kesuksesan. Individu tersebut memiliki alasan yang jelas dan terstruktur saat melakukan suatu aktivitas, sehingga hal tersebut dapat mengarahkan perilakunya untuk mengelola pikiran, perasaan, dan tindakan untuk meraih tujuan yang telah direncanakan sebelumnya. Terdapat dua aspek dalam *goal achievement*, yaitu *mastery goal* (*mastery approach* dan *mastery avoidance*) dan *performance goal* (*performance approach* dan *performance avoidance*).

Menurut Mascet, Elliot dan Curry dalam Saraswati (Saraswati, 2019, p. 79) *mastery goal* merupakan sebuah usaha yang dilakukan dengan sungguh-sungguh yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan diri melalui penguasaan dan pengembangan aktivitas. Sedangkan *performa goal* adalah suatu usaha yang dilakukan dengan sungguh-sungguh agar kemampuan yang dimiliki individu dapat dipraktikkan dan didemonstrasikan kepada orang lain. Individu dengan *goal achievement* yang baik akan

memiliki pengelolaan diri yang baik, mulai dari pengelolaan pikiran, perasaan dan perilaku, dan hal tersebut yang akan memudahkan individu mencapai tujuannya.

Individu dengan *mastery goal* yang baik akan memiliki kemampuan yang baik dalam menghadapi berbagai ujian yang menimpa hidupnya, sebab individu tersebut memiliki standar hidup yang jelas dan terstruktur. Standar tersebut dapat membawa individu untuk berkembang menjadi lebih baik atau dalam istilah psikologi, individu ini memiliki *mastery approach*. Sementara itu, individu dengan *mastery avoidance* cenderung memiliki perilaku yang ingin selalu berada di zona nyaman serta menggunakan standar agar terlihat tidak memiliki masalah, sehingga untuk menampakkan hal ini, individu akan berusaha meregulasi pikiran, perasaan dan tindakannya. (Saraswati, 2019, p. 79)

Penapaian tujuan seringkali dikaitkan dengan kesuksesan, setiap individu tentu memiliki standar kesuksesan tersendiri. Begitupula dalam agama Islam, standar kesuksesan dalam Al-Qur'an berkaitan dengan aspek material dan spiritual. Artinya individu yang sukses adalah ia yang mampu menyeimbangkan antara kehidupan dunia dan akhiratnya atau dapat bermanfaat bagi orang lain sehingga mampu membawa dirinya meraih kesuksesan di akhirat kelak. Terkait dengan pencapaian tujuan, Al-Qur'an memberikan penjelasan melalui Q.S Al-Baqarah ayat 201:

وَمِنْهُمْ مَّنْ يَقُولُ رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ

“Di antara mereka ada juga yang berdoa, “Ya Tuhan kami, berilah kami kebaikan di dunia dan kebaikan di akhirat serta lindungilah kami dari azab neraka.”

Ayat ini menjelaskan tentang manusia yang akan memperoleh keberuntungan di dunia dan di akhirat, yaitu orang-orang yang ketika berdoa selalu meminta mendapatkan kebahagiaan di dunia dan di akhirat dan dijauhkan dari siksaan api neraka. Kebahagiaan di sini bukan kesenangan yang bersifat duniawi, tetapi yang sifatnya hasanah yaitu sifat baik yang dapat membawa individu mencapai kebahagiaan di akhirat.

Para ulama memiliki perbedaan pendapat terkait makna hasanah di dunia dan makna hasanah di akhirat. Jika dipahami secara global makna hasanah tidak hanya seputar iman yang kokoh, kesehatan, rezeki yang berlimpah, dan pasangan yang ideal, melainkan mencakup kebaikan yang dapat menyenangkan ketika di dunia dan dapat membawa kesenangan di akhirat. Anugerah Allah itu tidak terbatas, maka hasanah tidak bisa hanya diartikan dengan masuk surga dan mendapatkan ridha Allah SWT akan tetapi lebih luas dari makna tersebut.

Dari penafsiran di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa Al-Qur'an memberikan petunjuk kepada manusia bahwa kesuksesan atau tujuan yang baik adalah sesuatu yang memuat unsur keseimbangan antara aspek material dan spiritual. Artinya individu yang memiliki tujuan hidup yang baik di dunia seperti bermanfaat untuk orang lain, akan membawa dirinya untuk sampai pada kesuksesan dan tujuan yang abadi yaitu ketika di akhirat kelak.

Maka dari itu pencapaian tujuan perspektif Al-Qur'an berorientasi pada kebaikan hidup di dunia dan kebaikan hidup di akhirat.

Seorang muslim sejatinya memiliki tujuan yang jelas dan terarah dengan tetap memperhatikan tujuan hidup di akhirat. Hal ini bertujuan untuk mengantarkan dirinya mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Di antara contohnya ada seseorang yang ingin menghafalkan Al-Qur'an dengan tujuan mendapatkan ridha Allah SWT, maka dengan tujuan yang baik dan jelas tersebut secara otomatis ia akan mendapatkan tujuan hidupnya berupa kebahagiaan di dunia seperti ketenangan batin, dan ketentraman hidup serta kebahagiaan di akhirat seperti masuk ke dalam surga yang indah dan permai.

Dalam menggapai tujuan melalui *law of attraction*, seseorang harus menerapkan usaha dan sikap positif yang berfungsi untuk mengarahkan pada tujuan. Secara umum hal ini dapat dilakukan dengan membangun langkah-langkah yang mengarah pada tujuan, membangun sikap yang positif dan memperhatikan tujuan. Oleh karena itulah *law of attraction* memiliki keterkaitan dengan *achievement goal*, sebab keduanya fokus pada usaha dan sikap positif yang dapat merealisasikan suatu tujuan.

Dari pemaparan di atas dapat dipahami bahwa *law of attraction* memiliki relevansi dengan *goal achievement*. Untuk mendeskripsikan relevansi tersebut penulis menggunakan teori regulasi diri Zimmerman yang terdiri dari aspek metakognitif, motivasi, dan perilaku, berikut paparannya:

B. Relevansi aspek metakognitif dengan prasangka dan rahmat Allah

Aspek metakognitif merupakan kesadaran berfikir tentang apa yang diketahui dan apa yang tidak diketahui, serta kemampuan dalam menentukan aktivitas diri. Metakognitif berfungsi sebagai pengarah aktivitas dengan maksud tercapainya suatu tujuan. (Manab, 2016, p. 9) Dengan demikian seseorang memiliki kendali untuk menentukan tujuan hidupnya, sehingga ia dapat berusaha dan memiliki keyakinan penuh untuk mencapai tujuannya.

Hal ini relevan dengan prasangka dan rahmat Allah, karena dengan berprasangka dan yakin akan rahmat Allah seseorang akan memiliki keyakinan diri bahwa apa yang ia usahakan merupakan ketetapan Allah SWT, dan apa yang telah ditetapkan Allah pasti yang terbaik bagi dirinya. Dalam Al-Qur'an, aspek metakognitif ini tergambar dalam Q.S At-Taubah ayat 51 sebagai berikut:

قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ

“Katakanlah (Nabi Muhammad), “Tidak akan menimpa kami melainkan apa yang telah ditetapkan Allah bagi kami. Dialah Pelindung kami, dan hanya kepada Allah hendaknya orang-orang mukmin bertawakal”.

Pada dasarnya, seorang mu'min wajib menyadari bahwa segala sesuatu yang akan terjadi dalam kehidupan merupakan kehendak dan ketetapan Allah SWT. Tugas manusia adalah berusaha dan meyakini bahwa apa yang telah ditetapkan Allah kepada dirinya merupakan jalan terbaik. Jika usahanya itu berhasil maka ia harus mensyukurinya dan jika usahanya itu

gagal maka ia harus bersabar, karena hal tersebut di luar kendali dirinya melainkan ketetapan Allah SWT.

Allah SWT merupakan satu-satunya pelindung bagi manusia, dan Ia selalu dekat dengan hambanya sehingga dengan mudah dan cepat dapat mengubah ketetapan hambanya, baik dari keburukan menuju kebaikan maupun dari kebaikan menuju keburukan. Maka dari itu tugas manusia adalah berusaha secara maksimal dan berserah diri (bertawakkal) kepada Allah agar Ia senantiasa memberikan ketetapan yang baik bagi dirinya. (M.Quraish, 2017a, p. 127)

Bertawakkal berarti menyerahkan, membiarkan serta merasa cukup. Artinya manusia dituntut untuk melakukan sesuatu yang berada dalam kapasitasnya, bertawakkal bukan berarti penyerahan secara mutlak kepada Allah tetapi penyerahan tersebut harus didahului dengan usaha yang bersifat manusiawi. Sikap tawakkal mengharuskan seseorang memiliki keyakinan bahwa Allah SWT yang mewujudkan segala sesuatu yang terjadi di alam raya, sehingga ia dapat menjadikan kehendak dan tindakannya sejalan dengan kehendak dan ketentuan Allah SWT. Dalam konteks ini seseorang dituntut untuk berusaha dan pada saat yang sama pula ia dituntut untuk berserah diri kepada Allah SWT. Ia diberi tuntutan untuk melaksanakan kewajiban, kemudian menanti hasilnya sebagaimana kehendak dan ketetapan Allah. (M.Quraish, 2017b, p. 129)

Secara jelas dan gamblang, Al-Qur'an mengajarkan manusia bertawakkal agar ia memiliki kesadaran akan adanya realita bahwa usaha

merupakan pondasi utama dalam mencapai suatu harapan dan tujuan. Maka dari itu tawakkal secara jelas tidak menganjurkan seseorang untuk meninggalkan usaha atau meninggalkan hukum sebab akibat. Justru sebaliknya sikap tawakkal mengajarkan manusia untuk memperhatikan usaha dan hukum sebab akibat. (M.Quraish, 2017b, p. 129)

Melalui ayat dan penafsiran di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa segala sesuatu yang akan terjadi pada manusia merupakan ketetapan Allah. Dengan adanya ketetapan tersebut manusia dituntut untuk berusaha semaksimal mungkin agar apa yang diharapkan dapat terjadi pada dirinya. Maka dari itu manusia harus menjalaninya dengan penuh keyakinan, karena dengan keyakinan yang kuat dan berpasrah kepada Allah akan memudahkan dirinya menggapai keberhasilan. Aspek metakognitif pada ayat ini adalah usaha yang telah diketahui oleh diri manusia, seperti bersungguh-sungguh bertawakkal dan berkeyakinan kuat dan hal yang belum diketahui oleh manusia adalah ketetapan Allah SWT, karena apa yang telah dituliskan dan ditetapkan oleh Allah tidak ada yang bisa mengubahnya kecuali atas kehendak-Nya. Jadi, untuk mencapai suatu tujuan terdapat dua hal yang harus diperhatikan, yaitu hal yang diketahui manusia (ada dalam kendali manusia) seperti berusaha, berfikir positif, berkeyakinan dan bertawakkal. Dan hal yang tidak diketahui oleh manusia (diluar kendali manusia) yaitu ketetapan atau takdir Allah SWT.

Melalui pemaparan di atas, dapat penulis simpulkan bahwa pada dasarnya segala sesuatu yang terjadi pada manusia adalah ketetapan Allah,

melalui ketetapannya tersebut manusia disadarkan bahwa usaha dan sikap yang manusia lakukan untuk mencapai suatu tujuan, dalam perealisasiannya membutuhkan keterlibatan Tuhan di dalamnya. Jika dilihat secara hakikat, konsep *law of attraction* dan konsep takdir dalam ayat ini terkesan bertentangan, hal ini didasarkan bahwa manusia tidak dapat sepenuhnya menarik nasibnya hanya dengan usaha dan perilakunya sendiri, sebab Allah satu-satunya penentu akhir dari segala sesuatu.

Namun, hal tersebut bukan berarti tidak mengindikasikan adanya keselarasan antara *law of attraction* dan takdir Tuhan, sebab Tuhan selalu mengajarkan hambanya untuk berusaha, berdoa dan melakukan amal saleh, dan Ia akan memberikan sesuatu sesuai dengan usaha, perilaku dan prasangka hambanya, sebagaimana hadis qudsi yang artinya “Aku sesuai dengan prasangka hambanKu”

Selain usaha, perilaku dan prasangka, doa merupakan salah satu aspek yang dapat menguatkan relasi antara takdir dan *law of attraction*. Meskipun pada asalnya segala sesuatu yang manusia alami adalah ketetapan Tuhan tetapi ketetapan tersebut dapat diubah, ini dinamakan takdir mu’allaq atau takdir yang dapat diubah berdasarkan usaha dan doa manusia. Pada konteks inilah usaha dan doa dapat mempengaruhi hasil dan tujuan, dan Tuhan akan mengabulkan (menetapkan) hasilnya sesuai dengan apa yang telah dilakukan oleh hambanya. Hal ini selaras dengan hadis Nabi sebagai berikut:

لا يَرُدُّ الْقَدْرَ إِلَّا الدُّعَاءُ لَا يَزِيدُ فِي الْعُمْرِ إِلَّا الْبِرُّ وَإِنَّ الْعَبْدَ لِيُحْرَمَ الرِّزْقَ بِالذَّنْبِ يُصِيبُهُ

“Tidak ada yang dapat menolak takdir, kecuali doa. Tidak ada pula yang dapat menambah usia, kecuali kebajikan. Sesungguhnya seseorang itu benar-benar akan terhalang rezekinya karena dosa yang ia kerjakan” (H.R Tsauban. No 22413)

Hadis di atas menguatkan peran doa dalam merubah takdir, artinya meskipun Allah telah menentukan takdir seseorang, namun takdir tersebut bisa berubah dengan adanya doa. Contohnya: rezeki seseorang mungkin sudah ditetapkan oleh Allah, tetapi dengan berdoa berarti ia sedang menarik rezeki tersebut ke dalam dirinya bahkan bisa mendatangkan lebih banyak dari yang telah ditetapkan, itu artinya berdoa berarti menarik dan mendatangkan sesuatu yang telah ditakdirkan Allah SWT. Dengan pemahaman tersebut manusia diajarkan untuk berusaha dan berdoa dengan sungguh-sungguh dalam merealisasikan takdir, bukan hanya pasrah menerima jalan yang telah Allah tetapkan. Maka dari itu *law of attraction* pada konteks ini berfungsi sebagai bentuk ikhtiar dalam mencapai takdir dan tujuan, sebab hasil akhir merupakan ranah Allah SWT.

C. Relevansi aspek motivasi dengan konsep motivasi dalam Al-Qur'an

Motivasi merupakan bentuk dorongan yang berasal dari dalam diri manusia, yang berfungsi sebagai jalan dalam menempuh suatu tujuan. Motivasi berfungsi sebagai pembangkit semangat individu dalam rangka melakukan perubahan pada diri untuk mencapai sebuah tujuan (*goal achievement*). (Tarmizi, 2022, p. 70) Disamping itu motivasi secara umum diartikan sebagai suatu hal yang terdapat dalam diri manusia yang berfungsi sebagai pendorong, penggerak dan pengarah perilaku individu, dalam arti

motivasi yang terdapat dalam diri manusia dapat terwujud sebagai niat, harapan, keinginan dan tujuan yang ingin dicapai. (Cholid Nur, 2019, p. 187)

Motivasi dalam Al-Qur'an berorientasi pada motif ibadah yaitu berfungsi sebagai pendorong umat islam dalam berperilaku yang didasarkan pada niat lillahi ta'ala, karena niat adalah fondasi manusia untuk senantiasa beribadah kepada Allah SWT. (Tarmizi, 2022, p. 73)

Motivasi secara umum berorientasi pada reward yang pada umumnya dapat diukur dengan materi. Berbeda dengan motivasi dalam kacamata syariah islam, yang dilatarbelakangi adanya keyakinan atas kehidupan di akhirat, karena kehidupan manusia tidak berhenti di dunia saja melainkan ada kehidupan akhirat yang ditentukan melalui baik dan buruknya kehidupan di dunia. (Cholid Nur, 2019, p. 189)

Berdasarkan psikologi islam, motivasi manusia terbagi menjadi dua bagian. **Pertama**, motivasi yang berasal dari dalam diri manusia (motivasi intrinsik) seperti cinta kepada Allah, takut kepada Allah, mengharap ridha Allah dan malu kepada Allah. Motivasi pada bagian kedua ini dapat direalisasikan dengan melaksanakan berbagai amal kebaikan, seperti berakhlak mulia, shalat, puasa, zakat dan lain sebagainya. **Kedua**, motivasi yang berasal dari luar diri manusia (motivasi ekstrinsik) seperti adanya surga di akhirat, adanya taufik di dunia, dan perasaan ingin selamat dari api neraka dan musibah. Motivasi pada bagian ini dapat direalisasikan dengan melakukan banyak kebaikan dan mengurangi keburukan dan kejahatan. (Cholid Nur, 2019, p. 190)

Hal tersebut relevan dengan ayat-ayat Al-Qur'an yang berbicara tentang motivasi, baik yang bersifat ekstrinsik maupun intrinsik. Seperti motivasi untuk beribadah, melakukan amal shaleh, menjauhi keburukan dan melaksanakan hal-hal yang berkaitan untuk keberlangsungan hidup di dunia maupun di akhirat. Berikut paparan ayat yang berbicara tentang motivasi:

a. Motivasi intrinsik dalam Q.S Al-An'am ayat 162-163

قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ لَا شَرِيكَ لَهُ
وَبَدَّلِكَ أُمِرْتُ وَأَنَا أَوَّلُ الْمُسْلِمِينَ

“Katakanlah (Nabi Muhammad), “Sesungguhnya salatku, ibadahku, hidupku, dan matiku hanyalah untuk Allah, Tuhan semesta alam. Tidak ada sekutu bagi-Nya. Itulah yang diperintahkan kepadaku. Aku adalah orang yang pertama dalam kelompok orang muslim”.

Ayat ini menjelaskan keharusan manusia untuk mengabdikan dan patuh kepada Allah SWT, baik dalam bentuk ibadah atau aktivitas lainnya dengan ikhlas dan murni semata-mata hanya untuk Allah SWT. Shalat dan ibadah merupakan aktivitas yang berada dalam kendali manusia, sedangkan hidup dan mati merupakan dua hal yang berada dalam kendali Allah SWT. Manusia tidak memiliki pilihan dalam kedua hal tersebut, sedangkan menurut asy-Sya'rawi sebenarnya shalat dan ibadah pun di dalam kendali Allah SWT, karena Dia-lah yang menganugerahkan kepada manusia kekuatan dan kemampuan untuk melaksanakannya. Oleh karena itu sangat wajar jika shalat dan seluruh ibadah dijadikan semata-mata karena Allah SWT. (M.Quraish, 2017a, pp. 764–766)

Dengan ibadah yang ikhlas karena Allah, akan menumbuhkan motivasi tinggi sebagai pendorong dalam melaksanakan segala aktivitas,

baik ketika beribadah kepada Allah maupun ketika berusaha dalam mencapai tujuan yang diinginkan. Karena dengan berusaha, berikhtiar dan ikhlas seseorang akan lupa akan rasa lelah dan jenuh yang ia alami dan efek positifnya ia akan menjalankan aktivitasnya secara maksimal sehingga mempermudah tercapainya suatu tujuan. Agama islam memandang serius terkait niat dan motivasi, karena Allah akan menjadikan urusan duniawi menjadi urusan ukhrowi, begitupun sebaliknya niat yang tidak baik dan motivasi yang menyimpang tidak akan memiliki nilai dihadapan Allah SWT.

Motivasi dalam diri ini muncul ketika seseorang mengharapkan rahmat dari Tuhannya, cinta terhadap Tuhannya dan takut terhadap Tuhannya. Sebagaimana dalam ayat ini yang menjelaskan bahwa ibadah dan hidup yang dilakukan semata-mata hanya untuk Allah akan mendorong motivasi dalam diri untuk ikhlas berbuat dan beribadah kepada Allah dan bertujuan untuk mendapatkan rahmat dan anugerah dari Allah SWT.

b. Motivasi ekstrinsik dalam Q.S At-Taghabun ayat 9

يَوْمَ يَجْمَعُكُمْ لِيَوْمِ الْجَمْعِ ذَلِكَ يَوْمُ التَّعَابِينِ وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ وَيَعْمَلْ صَالِحًا
 يُكَفِّرْ عَنْهُ سَيِّئَاتِهِ وَيُدْخِلْهُ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا
 أَبَدًا ذَلِكَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ

“(Ingatlah) hari (ketika) Allah mengumpulkan kamu pada hari berhimpun (hari Kiamat). Itulah hari pengungkapan kesalahan. Siapa yang beriman kepada Allah dan mengerjakan kebajikan, niscaya Dia akan menghapus kesalahan-kesalahannya dan memasukkannya ke dalam surga yang mengalir di bawahnya sungai-sungai. Mereka kekal di dalamnya selama-lamanya. Itulah kemenangan yang agung”.

Ayat ini menjelaskan tentang adanya hari kebangkitan, sebagai bentuk pertanggungjawaban amal manusia semasa hidup di dunia. Pada hari itu akan ditampakkan kesalahan-kesalahan orang kafir dan kekurangan orang-orang yang beriman. Bagi orang yang memiliki keimanan yang kuat dan senantiasa mengerjakan amal saleh dan dapat mendatangkan manfaat bagi dirinya dan orang lain, maka pada hari tersebut Allah akan menutupi kesalahan-kesalahannya dan memberikan rahmat berupa anugerah untuk masuk ke dalam surganya. Di dalam surga tersebut terdapat pohon-pohon yang dibawahnya dialiri dengan sungai dan istana yang megah. Sedangkan bagi orang-orang yang kufur, mendustakan ayat-ayat Allah, mengingkari tuntunan syariat, dan tidak memiliki akhlak yang baik maka ia akan dijadikan sebagai penghuni neraka dan mereka kekal didalamnya. (M.Quraish, 2006a, p. 272)

Hari kebangkitan itu dinamakan *yaum at-taghabun*, artinya hari dimana sesuatu akan tampak berbeda dengan apa yang pernah terlintas di dalam benak manusia. Tidak ada yang bisa terbebas dari hari itu baik orang mu'min maupun orang kafir, orang mu'min yang tidak beramal lebih dari apa yang telah dilakukannya (padahal dia bisa meningkatkan amalnya) akan menyesal dan merugi, sedangkan orang kafir tidak memiliki amalan sama sekali tentu mereka akan merugi dan menyesal. Dengan begitu mereka akan menyesal dan merugi karena keduanya tidak bisa memberikan penilaian yang benar terhadap kehidupan ukhrawi dan baru mengetahui hakikatnya ketika itu. (M.Quraish, 2006a, p. 273)

Ayat di atas memiliki keterkaitan dengan aspek motivasi, yaitu adanya konsep reward dan hukuman bagi orang mu'min maupun orang kafir. Dengan adanya reward berupa surga yang indah, seseorang akan termotivasi untuk melakukan amal saleh dan menjauhi perbuatan yang mengandung unsur keburukan, artinya seseorang tersebut terpengaruh adanya dorongan dari luar (motivasi ekstrinsik) untuk mendapatkan reward atau hadiah yang telah dijanjikan. Motivasi ekstrinsik berupa reward merupakan motivasi yang bersifat positif, sebab seseorang akan melakukan amal perbuatannya dengan senang hati dan diliputi sikap yang positif. Sedangkan motivasi berupa hukuman, seperti halnya neraka merupakan motivasi yang bersifat negatif sebab, konsep motivasi ini bertujuan untuk memberikan peringatan dan ancaman kepada manusia, agar setiap manusia takut akan konsekuensi atas tindakan yang telah dilakukannya. Disamping itu, motivasi yang bersifat negatif juga dapat membentuk kesadaran diri manusia agar dapat menggunakan pikirannya secara optimal sehingga ia dapat melakukan aktivitas sesuai aturan yang telah ditentukan Tuhan.

Dengan demikian, kedua ayat di atas berkaitan dengan aspek motivasi, sebab kedua ayat tersebut mengandung dorongan semangat bagi manusia baik yang bersifat intrinsik seperti dalam Q.S Al-An'an ayat 162-163 maupun yang bersifat ekstrinsik dalam Q.S At-Taghabun ayat 9. Melalui motivasi tersebut manusia diharapkan dapat melakukan perbuatan-perbuatan yang baik dan bermanfaat dalam rangka mencapai

suatu tujuan hidupnya, baik untuk kehidupan di dunia maupun kehidupannya di akhirat.

Kedua motivasi dalam ayat di atas, berorientasi pada tujuan yang sama yaitu untuk mendapatkan rahmat dan ridha Allah SWT. Baik mendapatkan rahmat karena dorongan semangat yang muncul dalam diri maupun karena dorongan semangat karena ada reward yang akan diberikan. Maka dari itu *goal achievement* dalam konteks ini berkaitan dengan tujuan hidup diakhirat, meskipun demikian motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik dalam dua ayat di atas dapat dijadikan pelajaran bagi manusia untuk senantiasa melakukan hal yang baik dan positif jika ingin mencapai suatu tujuan. Sebab, setiap hal tentu memiliki konsekuensi dan balasan, hal ini selaras dengan *konsep law of attraction* niat dan perbuatan yang baik akan menarik hal yang baik begitupun sebaliknya. Itulah mengapa motivasi sangat penting dalam menentukan sebuah tujuan, karena orang yang memiliki motivasi yang baik dari dalam dirinya akan berpengaruh pada perilaku hidupnya. Dan perilaku tersebut lah yang akan menentukan keberhasilan hidupnya.

Berdasarkan paparan di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek motivasi memiliki relevansi dengan ayat-ayat motivasi dalam Al-Qur'an, yaitu dalam rangka mencapai *goal achievement* baik dalam urusan dunia maupun urusan akhirat.

D. Relevansi aspek perilaku dengan amal dan balasan dalam Al-Qur'an

Perilaku merupakan bentuk reaksi individu terhadap lingkungannya, perilaku dapat berbentuk tindakan maupun aktivitas yang biasa manusia lakukan seperti berbicara, bekerja, berjalan dan lain sebagainya. Pada dasarnya perilaku muncul disebabkan adanya motif tertentu, motif merupakan penggerak ataupun dorongan yang berasal dari dalam diri manusia sehingga seseorang mampu melakukan kegiatan tertentu baik itu perilaku positif maupun negatif. Adapun beberapa motif yang dapat mempengaruhi perilaku manusia adalah adanya pengharapan akan kesuksesan serta ketakutan akan kegagalan, oleh karena itulah perilaku dianggap sangat mempengaruhi keberhasilan dan kegagalan dan memiliki peran penting dalam merealisasikan suatu tujuan. (Syahputra & Ismail, 2021, pp. 66–67)

Dalam rangka meraih suatu tujuan (*goal achievement*), seseorang akan berperilaku sesuai dengan kondisi yang diperlukan. Misalnya ia memiliki cita-cita menjadi seorang guru, maka ia harus berperilaku sopan, rajin dan berhati mulia. Sebab perilaku tersebutlah yang akan mengantarkan dirinya mencapai impian maupun tujuan hidupnya. Begitupun ketika seseorang ingin hidup bahagia di akhirat, maka ia harus bersikap sesuai dengan akhlak Al-Qur'an dengan merealisasikan "amal shaleh" dalam kehidupan, sikap itulah yang nantinya akan mengantarkan manusia sampai pada tujuan hidupnya.

Amal saleh merupakan perbuatan atau aktivitas yang baik. Menurut Quraish Shihab amal saleh merupakan amal yang terpuji dan diterima oleh Allah SWT. (M.Quraish, 1997, p. 753) Sedangkan menurut Al-Ghazali dalam

Tasbih (Tasbih, 2016, p. 103) amal saleh merupakan upaya dengan kesungguhan yang dikorbankan untuk berkhidmat terhadap negara.

Kata '*amal*' merupakan kosa kata bahasa Arab yang artinya pekerjaan, kata tersebut memiliki persamaan arti dengan kata *al-fi'l*. Adapun perbedaannya terletak pada aktivitas yang khusus dan aktivitas yang tidak khusus, artinya kata '*amal*' biasa dipakai untuk mendeskripsikan suatu aktivitas yang dilakukan dengan tujuan tertentu. Sedangkan kata *al-fi'l* dipakai untuk mendeskripsikan suatu aktivitas, baik yang disengaja maupun tidak disengaja. (M.Quraish, 1997, p. 752) Sedangkan secara kontekstual "amal shaleh" merupakan perbuatan baik yang diperintahkan Allah kepada hambanya, perbuatan tersebut terdiri dari beberapa aspek seperti etika-moral, teologis dan ritual ibadah. (Tasbih, 2016, p. 110)

Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa aspek perilaku memiliki relevansi dengan "amal shaleh" dalam Al-Qur'an, sebab keduanya berkaitan dengan aktivitas manusia yang didasari adanya tujuan tertentu. Dalam Al-Qur'an aspek perilaku ini tergambar dalam Q.S Al-Jatsiyah ayat 15 sebagai berikut:

مَنْ عَمِلْ صَالِحًا فَلِنَفْسِهِ ۖ وَمَنْ أَسَاءَ فَعَلَيْهَا ثُمَّ إِلَىٰ رَبِّكُمْ تُرْجَعُونَ

"Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, maka itu adalah untuk dirinya sendiri, dan barangsiapa yang mengerjakan kejahatan, maka itu akan menimpa dirinya sendiri, kemudian kepada Tuhanmulah kamu dikembalikan".

Ayat di atas menjelaskan tentang balasan yang akan diperoleh bagi orang-orang yang berbuat kebaikan maupun kejahatan. Allah akan memberikan balasan kepada diri mereka yang berbuat amal shaleh dengan

ganjaran amal berupa keistimewaan di akhirat, begitupun dengan orang yang berbuat amal buruk Allah akan memberikan sanksi amal kepada diri mereka, berupa hukuman di akhirat. (M.Quraish, 2017c, p. 43)

Menurut pendapat Sayyid Qutb, ayat ini berkaitan dengan sikap orang mu'min terhadap orang-orang kafir. Melalui ayat ini, orang mu'min diberikan tuntutan agar menjadi pribadi yang pemaaf dan toleran, khususnya terhadap orang-orang yang telah mengejek Nabi Muhammad SAW. Toleransi secara bahasa mengandung arti pengampunan dan pemaafan serta mengandung pula makna keteguhan dan ketinggian. (M.Quraish, 2017c, p. 44)

Amal saleh dalam ayat di atas ditunjukkan melalui penjelasan terkait sikap pemaaf dan toleran. Artinya setiap perilaku yang mengandung unsur kemaslahatan akan mendatangkan kebaikan serta kebermanfaatannya, begitupun sebaliknya perilaku yang mengandung unsur kemudharatan akan mendatangkan kesengsaran. Setiap perilaku yang baik tercipta karena adanya dorongan diri berupa pengharapan dan tujuan. Maka dari itu ketika seseorang mengharapkan sebuah pencapaian yang besar, harus direalisasikan melalui perilaku positif, sebab melalui sikap (perilaku) tersebut sebuah pencapaian akan ditarik ke dalam kehidupannya. Hal ini tentu selaras dengan konsep *law of attraction* yaitu kebaikan akan menarik kebaikan, perilaku yang baik akan menarik hal-hal yang baik begitupun sebaliknya.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek perilaku memiliki relevansi dengan amal dan balasan dalam Al-Qur'an. Sebab, keduanya berkaitan dengan aktivitas manusia yang didasari adanya

motif tertentu, seperti pengharapan dan pencapaian. Sehingga motif tersebut dapat direalisasikan melalui perilaku dan amal perbuatan yang baik (amal saleh). Maka dapat diketahui bahwa aspek perilaku dan amal balasan dalam Al-Qur'an berorientasi pada maksud dan tujuan yang sama, yaitu untuk memperoleh kebahagiaan dan kesuksesan baik di dunia maupun di akhirat.



BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah penulis paparkan di atas, dengan tema pembahasan konsep *law of attraction* dalam Al-Qur'an dan relevansinya dengan *goal achievement*, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Konsep *law of attraction* dalam Al-Qur'an tercermin dalam beberapa aspek spiritualitas, yaitu doa, usaha, berfikir positif, melakukan amal saleh serta sikap sabar dan syukur. Semua aspek tersebut merupakan bentuk upaya untuk mencapai suatu tujuan dan menunjukkan adanya peran Tuhan dalam merealisasikan harapan dan tujuan hidup manusia. *Law of attraction* dalam perspektif Al-Qur'an, berdasarkan fungsinya dipandang sebagai bentuk ikhtiar perealisasiian tujuan, sebab hasil akhir merupakan kuasa Allah SWT.
2. Konsep *law of attraction* yang ada dalam Al-Qur'an memiliki relevansi dengan *goal achievement*, yaitu: a.) Usaha dan keyakinan diri atas ketetapan Allah merupakan bentuk upaya tercapainya suatu tujuan, hal ini relevan dengan aspek metakognitif. b.) Motivasi intrinsik dan ekstrinsik dalam Al-Qur'an merupakan bentuk dorongan individu untuk dapat melaksanakan tindakan tertentu dengan tujuan untuk mendapatkan apa yang individu inginkan, hal ini relevan dengan aspek motivasi. c.) Amal saleh merupakan bentuk aktivitas yang didasari adanya tujuan tertentu

dalam rangkian mendatangkan kebaikan dan manfaat bagi diri individu, hal ini relevan dengan aspek perilaku.

B. Rekomendasi

Kemudian peneliti juga ingin memberikan rekomendasi kepada peneliti selanjutnya yang berkaitan dengan *Law of Attraction* dalam Al-Qur'an dan Relevansinya dengan *Goals Achievement*:

1. Perlu adanya kajian secara lebih mendalam terhadap konsep *law of attraction* dalam Al-Qur'an dan relevansinya dengan goal achievement dengan menggunakan pendekatan ilmu lain untuk mendapatkan hasil yang lebih komprehensif.
2. Penelitian terkait *law of attraction* dalam Al-Qur'an dan teori regulasi diri akan lebih relevan jika dikaitkan dengan fenomena pengamalan *law of attraction* berbasis Al-Qur'an.

Hal terakhir yang ingin penulis sampaikan adalah tulisan ini merupakan sebuah karya yang tidak luput dari kesalahan, baik kata maupun tulisan. Oleh karena itu, peneliti mengharakan kritik dan saran untuk membangun karya ini. Peneliti mengharapkan tulisan ini dapat memberi manfaat bagi dunia akademik atau sebagai rujukan dan dapat memberi manfaat berupa pengetahuan terhadap masyarakat luas. Peneliti memohon maaf atas kesalahan, kekurangan dan keterbatasan dalam tulisan yang telah dihasilkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ainur Rofiq, A. (2019). *Konsep Sabar Ibnu Qayyim Al-Jauzzy dan Relevansinya dengan Kesehatan Mental*. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
- Akeyodia. (2020). *Kuasai Ini Dulu Sebelum Belajar Law of Attraction*. 4/08/2020. <https://akeyodia.com/kuasai-law-of-attraction/>
- Al-Ashfahani, A.-R. (2017). *Al-Mufradat fi Gharibil Qur'an* (R. Nurhadi (ed.)). Pustaka Khazanah Fawa'id.
- Al-Asqalany, A. B. A. H. (2004). *Fathu Al-Bari Bi Syarhi Shahih Al-Bukhari* (Juz 13).
- Al-Qurthubi. (2012). *Tafsir Al-Qurthubi* (Jilid 3). Pustaka Azzam.
- Albina, A. (2018). The Law of Attraction: Positive Thinking and Level of Gratitude towards Happiness. *Central Mindanao University Journal of Science*, 22(1). <https://doi.org/10.52751/bjyr8516>
- Anasta, P. C. (2023). *Mengenal Law of Attraction dan Fakta - Fakta Menariknya*. Gramedia.Com. <https://www.gramedia.com/blog/mengenal-law-of-attraction-dan-fakta-fakta-menariknya/>
- Antonio, S. (2008). *Sukses Besar Dengan Intervensi Allah*. Tazkiya Publishing.
- Ar-Rhagib Al-Ishfahani. (2012). *Al-mufradat fi gharibil qur'an*.
- As-suyuthi. (2015). *Asbabun Nuzul, Sebab-sebab Turunnya Ayat Al-Qur'an* (A. Fira (ed.)). Pustaka Al-Kautsar.
- Az-Zuhaili, W. (2013). *Tafsir Al-Munir*. (Jilid 2). Jakarta: Gema Insani.
- Az-Zuhaili, W. (2014). *Tafsir Al-Munir* (Cet 1. Jil). Gema Insani.
- Basofi, M. H. (2017). Hakikat Doa. *PUTIH: Jurnal Pengetahuan Tentang Ilmu Dan Hikmah*, 2(1), 1–22. <https://doi.org/10.51498/putih.v2i1.45>
- Boeree, G. (2013). *Personality Theoris* (A. Q. Saleh (ed.)). Ar-Ruzz Media.
- Castrillon, C. (2019). *How To Use The Law of Attraction To Manifest Your Dream Job*. 15/12/2019. <https://www.forbes.com/sites/carolinecastrillon/2019/12/15/how-to-use-the-law-of-attraction-to-manifest-your-dream-job/?sh=5f086e502978>
- Cholid Nur, R. F. (2019). Konsep Motivasi, Perilaku, Dan Pengalaman Puncak Spiritual Manusia Dalam Psikologi Islam. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*

Universitas Wahid Hasyim, 7(2), 184–198.

- Fikri, H. T., Hendrik, B., & Masril, M. (2021). Pengaruh Konseptual Achievement Emotion dan Lingkungan Belajar Peserta Didik Terhadap Achievement Goal. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(4), 2185–2191. <https://edukatif.org/index.php/edukatif/article/view/1155>
- Gusmawati. (2024). *Konsep Law of Attraction Dalam Al-Qur'an (Analisis Pemikiran Rusdin S. Rauf Dalam Buku Quranic Law of Attraction)*. Institut Agama Islam Negeri Kendari.
- Hadi, S. (2022). Penerapan Konsep Usaha dan Energi Dalam Perspektif Sains dan Al-Qur'an. *Jurnal Penelitian Fisika Dan Terapannya (JUPITER)*, 3(2), 61. <https://doi.org/10.31851/jupiter.v3i2.7570>
- Hamka. (2003a). *Tafsir Al-Azhar* (Edisi Lux). Pustaka Nasional PTE LTD.
- Hamka. (2003b). *Tafsir Al-Azhar* (Vol 7). Pustaka Nasional Pte Ltd.
- Hamka. (2015a). *Tafsir Al-Azhar* (Vol 9). Jakarta : Gema Insani.
- Hamka. (2015b). *Tafsir Al-Azhar* (Vol 5). Gema Insani.
- Hamka. (2015c). *Tafsir Al-Azhar* (Vol 1). Gema Insani.
- Hamka. (2015d). *Tafsir Al-Azhar Jilid 2*. Gema Insani.
- Hashimoto, S. D. (2018). Prophetic performatives: the New Age's pending efficacy through self-prophecy. *Culture and Religion*, 19(2), 217–234. <https://doi.org/10.1080/14755610.2018.1444652>
- Husni, A. (2011). *Relevansi konsep Imam Al-Gazâlî tentang sabar dalam kitab Ihya Ulumuddin dengan tujuan pendidikan Islam*. Institute Agama Islam Negeri Walisongo.
- Ibad, K. (2020a). "Law of Attraction" (Suatu Kajian Psikologi dengan Pendekatan Tafsir Tematik). *Tesis*, 1–177.
- Ibad, K. (2020b). *Law of Attraction (Suatu Kajian Psikologi dengan Pendekatan Tafsir Tematik)*. Institute Ilmu Al-Qur'an.
- Ibad, K. (2023). Sumber Law Of Attraction (Analisis Al-Qur ` an dan Neurosains). *LECTURES*, 2(1), 22–31.
- Ibnu Katsir. (2004). *Tafsir Ibnu Katsir* (Jilid 1). Bina Ilmu.
- Jack Canfield, D. . W. (2008). *Kunci Menuju Kebahagiaan Sejati*. PT Gramedia Pustaka Utama.

- James Arthur Ray. (2008). *The Science of Succes*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- John, Hassan Shadily, M. E. (2005). *Kamus Inggris Indonesia*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Kalsum, U. (2015). *Teori Law of Attraction (Hukum Tarik-Menarik) Dalam Perspektif Al-Qur'an*. 1–87.
- Khairi, Q. (2016). *Hubungan Yang Baik Antar Manusia Dalam Qs. 4913*. 06(1), 33–47.
- Lotfy, Ahmad Fairuzdah, Rafanie, A. H., Nor, M. A., & Zainuddin, N. S. (2026). Merangkai Kelebihan Solat Tahajud dalam Perspektif Sains. *KONAKA*.
- M. Quraish, S. (1997). *Tafsir Al-Qur'an Al-Karim: Tafsir Atas Surat-Surat Pendek Berdasarkan Urutan Turunnya Wahyu*. Pustaka Hidayah.
- M. Quraish, S. (2006a). *Tafsir Al-Misbah* (Vol 14). Lentera Hati.
- M. Quraish, S. (2006b). *Tafsir Al-Misbah* (Vol 7). Lentera Hati.
- M. Quraish, S. (2006c). *Tafsir Al-Misbah* (Vol 9). Lentera Hati.
- M. Quraish, S. (2006d). *Tafsir Al-Misbah* (Vol 13). Lentera Hati.
- M. Quraish, S. (2006e). *Tafsir Al-Misbah* (Vol 7). Lentera Hati.
- M. Quraish, S. (2006f). *Tafsir Al-Misbah* (Vol 1). Lentera Hati.
- M. Quraish, S. (2006g). *Tafsir Al-Misbah* (Vol 2). Lentera Hati.
- M. Quraish, S. (2017a). *Tafsir Al-Misbah* (Edisi 2017). Lentera Hati.
- M. Quraish, S. (2017b). *Tafsir Al-Misbah* (Vol 5). Lentera Hati.
- M. Quraish, S. (2017c). *Tafsir Al-Misbah* (Vol 13 ed.). Lentera Hati.
- Madany, A. M. (2015). Syukur Dalam Perspektif Al-Qur'an. *Az-Zarqa*, 7(No 1), 1–28.
- Mahfud, C. (2014). The Power of Syukur. *Episteme : Jurnal Pengembangan Ilmu Keislaman*, Vol 9(No 2), 377–400.
- Manab, A. (2016). Memahami regulasi diri: Sebuah tinjauan konseptual. *Psychology & Humanity*, 7–11.
- Maya, U. S. (2023). Syukur Dalam Perspektif Al-Qur'an: Kajian Tafsir Tematik. *Al-I'jaz : Jurnal Studi Al-Qur'an, Falsafah Dan Keislaman*, 5(1), 50–72. <https://doi.org/10.53563/ai.v5i1.83>

- Michael J. Losier. (2007a). *Law of Attraction : Mengungkap Rahasia Kehidupan* (Hari Wahyudi (ed.)). UFUK Publishing House.
- Michael J. Losier. (2007b). *Law of Attraction The Science of Attracting More of That You Want And Less of What You Don't*.
- Michael J. Losier. (2007c). *Law of Attraction The Science of Attracting More of What You Want and Less of What You Don't* (Wellness C). Wellness Central.
- MJS Channel. (2021). *Ngaji Filsafat 293 : Law of Attraction*. www.youtube.com. https://youtu.be/zn1Ib4JJPI0?si=Xo_Jk0j6clo1nuTM
- Muhammad, N. (2023). The Law of Attraction dan Doa Dalam Islam. *Dialogia Studi Islam Dan Sosial, Vol.10 No.*, 227–240.
- Munir, M. (2019). Konsep Sabar Menurut Al-Gozali dalam Kitab Ihya Ulum Al-Din. *Spiritualis*, 5(2), 113–133.
- Mustaqim, A. (2014). *Metode Penelitian Al-Qur'an dan Tafsir*. Idea Press.
- Nugraha, R., & Suyadi. (2019). Regulasi Diri Dalam Pembelajaran. In *Jurnal Tarbiyah al-awlad* (pp. 121–135). <https://www.ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/alawlad/article/view/1917>
- Peter Paxton. (n.d.). *Law of Attraction : History and Overview*. Medium, Mind Altar. <https://medium.com/mind-altar/law-of-attraction-history-a-80bc52daa925>
- Pichan, M., & Motia, M. (2019). *A critique of the attempts towards giving the law of attraction a religious view*. <https://doi.org/10.22108/coth.2019.113002.1196>
- Rhonda Byrne. (2022). *The Secret* (Cetakan ke). PT Gramedia Pustaka Utama.
- Rizki, A. (2021). Analisis Pengukuran Regulasi Diri. *Empati-Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(2), 137–144. <https://doi.org/10.26877/empati.v8i2.8957>
- Rotama, A. C. (2020). *Self Regulation Santri Penghafal Al-Qur'an (Studi Kaus Di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Al-Hasan Patihan Wetan Babadan Ponorogo)*. Institute Agama Islam Negeri Ponorogo.
- S.Rauf, R. (2023). *Quranic Law of Attraction Meraih Asa Degan Energi Kalam Ilahi* (Muaza Fihriya (ed.); Cetakan Ke). Pustaka Pranala.
- Safanja, H. (2022). *Apa Yang Kamu Pikirkan Bisa Jadi Kenyataan, Ini Maksud dari Law of Attraction*. 17/10/2022. https://www.liputan6.com/amp/5099341/apa-yang-kamu-pikirkan-bisa-jadi-kenyataan-ini-maksud-dari-law-of-attraction#amp_tf=Dari

%251%24s&aoh=16795452212419&referrer=https%3A%2Fwww.google.com

- Samsu. (2017). *Metode Penelitian (Teori dan Aplikasi Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Mixed Method, serta Research & Development)* (M. P. . Dr. Rusmini, S.Ag. (ed.); Issue 17). Pusat Studi Agama dan Kemasyarakatan (PUSAKA).
- Saraswati, P. (2019). Kemampuan self regulated learning ditinjau dari achievement goal dan kepribadian pada remaja di Kota Malang. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(2), 69–78. <https://doi.org/10.23917/indigenous.v4i2.7209>
- Sawitri, A. (2023). *Panduan Mencapai Goals Menggunakan Law of Attraction*. 3 Desember 2023. <https://anggisawitri5.medium.com/panduan-mencapai-goals-menggunakan-menggunakan-law-of-attraction-gb80c0297eea>
- Shihab, M. Q. (2006). *Wawasan Al-Qur'an Tentang Zikir dan Doa*. Lentera Hati.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (ke 1). Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta cv.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Sutopo (ed.); Cetakan ke). Alfabeta.
- Sulistianingsih. (2022). *Hubungan Law of Attraction (LoA) Dan Religiositas Penganut Tarekat Shiddiqiyah Di Kabupaten Bojonegoro*. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- Syahputra, A. E. A., & Ismail, Y. Z. (2021). Motif-Motif Perilaku Manusia Dalam Perspektif Al-Qur'an (Kajian atas Kasus Fisiologis dan Spiritual). *Al-Dhikra: Jurnal Studi Quran Dan Hadis*, 3(1), 85–100.
- Syofrianisda. (2017). Konsep Sabar Dalam Al-Qur'an Dan Implementasinya Dalam Mewujudkan Kesehatan Mental. *Hikmah : Jurnal Pendidikan Islam*, Vol 6(No 2), 137–155.
- Takdir, M. (2017). Kekuatan Terapi Syukur dalam Membentuk Pribadi yang Altruis Perspektif Psikologi Qur'ani dan Psikologi Positif. *Studia Insania*, Vol 5(No 2), 175–198.
- Tarmizi, A. (2022). Kontruksi Motivasi Dalam Pandangan Islam. *NIZHAM*, Vol 10(No 02), 66–75.
- Tasbih. (2016). Amal Shaleh Menurut Konsep Al-Qur'an. *Tafsere*, 4(2).

Walangitan, T. B. (2013). Konsep Energi Reiki dalam Perspektif Al-Qur'an. *Hermeunetika*, 7(2), 407–430.

White Dove. (2011). *The Law of Attraction*. Goo ebooks.

Yunus, M. (2010). *Kamus Arab Indonesia* (Turaihan (ed.)). PT Mahmud Yunus Wa Dzurriyah.

Zarawaki, N. M. (2022). *5 Keuntungan Menerapkan Law of Attraction, Perubahan yang Positif!* 18/11/2022.
<https://www.idntimes.com/life/inspiration/amp/nisa-meisa-zarawaki/keuntungan-law-of-attraction-c1c2?page=all#-2>



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

1. Nama lengkap : Nuraini Pangesti
2. NIM : 2017501034
3. Tempat/Tgl.Lahir : Purwokerto, 14 September 2002
4. Alamat Rumah : Kr. Salam Rt03/05, Kecamatan Pangandaran
Kabupaten Pangandaran, Jawa Barat
5. Nama Ayah : Narwan
6. Nama Ibu : Esti Sudiastuti

B. Riwayat Pendidikan

1. Pendidikan Formal
 - a. SD, tahun lulus : SD Negeri 2 Pananjung, 2014
 - b. MTs, tahun lulus : MTs Sabilil Muttaqien, 2017
 - c. MA, tahun lulus : MA Sabilil Muttaqien, 2020
 - d. S1, tahun masuk : 2020
2. Pendidikan Non-Formal
 - a. Madrasah Muallimin Al-Islamiyyah Sabilil Muttaqien
 - b. Pondok Pesantren Sabilil Muttaqien Pangandaran

C. Pengalaman Organisasi

1. Ketua Umum IWP Putri Pesantren Sabilil Muttaqien 2018-2019
2. Protokoler Paskibra Kabupaten Pangandaran 2018
3. Retorika Dakwah UKM PIQSI Uin Saizu Purwokerto 2021-2022
4. Digital Content Specialist LPM SAKA 2022-2023
5. Wakil Ketua Umum Sanggar Kepenulisan FUAH 2022-2023
6. Anggota UKM EASA Uin Saizu Purwokerto

D. Prestasi Non Akademik

1. Juara 2 LKTI Informatic Competition UAD (2022)
2. Kontestan terbaik dalam lomba Speech Contest HMJ IAT (2021)
3. Content edukasi terpilih U-report UNICEF Indonesia (2022)
4. Juara 2 Graphic Design Outstanding Ekonomi Syariah Event (2023)

5. Juara 1 Poster Rilis DKM FISIP UNPAD (2023)
6. Juara 1 Pidato Bahasa Arab KINMU kategori putri (2024)
7. Juara 2 Desain Grafis Islamic Economic Festival UIN SMH Banten (2024)
8. Juara 3 Design Poster Komnasforkom Unila (2024)
9. Juara 2 Desain Poster FESTAFORA Unila (2024)
10. Juara 1 Desain Poster National Islamic Festival IPB (2024)

Purwokerto,
Penulis,

