
Al-Qur'an dan Kecerdasan Emosional-Spiritual: Analisis Penafsiran Ayat-Ayat Tentang *Ihsan* Perspektif Konsep ESQ 165 Ary Ginanjar Agustian

Abdurrohimi^{1*}, Yanti Sam Amir²

^{1,2} Institut Agama Islam Persis Garut, Indonesia

* *Corresponding Author*: abdurrohimmindset@gmail.com

Abstrak:

Kata Kunci:
Ihsan,
Emotional Intelligence,
ESQ 165,
Ary Ginanjar Agustian.

Konsep kecerdasan manusia yang awalnya hanya terfokus pada aspek intelektual (IQ), kini berkembang dengan mengintegrasikan dimensi emosional (EQ) dan spiritual (SQ) sebagai penentu keberhasilan hidup yang lebih utuh. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji penafsiran ayat-ayat tentang *ihsan* dalam perspektif konsep ESQ 165 yang dikembangkan oleh Ary Ginanjar Agustian. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif melalui studi pustaka (*library research*), dengan metode analisis tafsir tematik (*maudhu'i*) dan pendekatan psikologi spiritual. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Ary Ginanjar menafsirkan ayat-ayat *ihsan* secara fungsional dan aplikatif melalui pendekatan motivasional yang berlandaskan pada struktur ESQ 165 (1-6-5), yaitu *ihsan*, rukun iman, dan rukun Islam. Penafsiran ini menekankan pentingnya proses pembersihan batin (*Zero Mind Process*) untuk mengakses potensi ilahiyah dalam diri manusia (*God Spot*), sehingga terbentuk pribadi yang seimbang secara emosi, spiritual, dan moral. Artikel ini merekomendasikan perlunya pengembangan pendekatan tafsir yang bersifat transformatif dan integratif, agar pesan-pesan Al-Qur'an semakin kontekstual dan berdampak pada penguatan karakter umat di era modern.

Abstract:

Keywords:
Ihsan,
Emotional Intelligence,
ESQ 165,
Ary Ginanjar Agustian.

The concept of human intelligence, which was initially focused solely on the intellectual aspect (IQ), has evolved to integrate emotional (EQ) and spiritual (SQ) dimensions as key determinants of a more holistic success in life. This article aims to examine the interpretation of Qur'anic verses on *ihsan* through the lens of the ESQ 165 concept developed by Ary Ginanjar Agustian. The research employs a qualitative approach using library research, with thematic interpretation (*tafsir maudhu'i*) and spiritual-psychological analysis as its primary methods. The findings reveal that Ary Ginanjar interprets *ihsan*-related verses in a functional and applicable manner through a motivational approach rooted in the ESQ 165 framework (1-6-5), representing *ihsan*, the six pillars of faith, and the five pillars of Islam. His interpretation emphasizes the importance of an inner purification process (*Zero Mind Process*) to access the divine potential within the human soul (*God Spot*), leading to the formation of emotionally, spiritually, and morally balanced individuals. This article recommends the development of a transformative and integrative approach to Qur'anic interpretation so that its messages become more contextual and impactful in shaping character in the modern era.

PENDAHULUAN

Al-Qur'an tidak hanya berfungsi sebagai pedoman teologis, tetapi juga mengandung prinsip-prinsip psikologis yang relevan dengan perkembangan manusia, termasuk kecerdasan emosional. Konsep-konsep, seperti *ihsan* (berbuat baik), sabar, syukur, dan empati yang tersebar dalam ayat-ayat Al-Qur'an menegaskan bahwa ajaran Islam secara implisit telah mengajarkan pengelolaan emosi jauh sebelum psikologi modern mengenalnya. Dalam konteks ini, Al-Qur'an dapat dipandang sebagai sumber inspirasi untuk membangun kerangka kecerdasan emosional yang berbasis nilai-nilai *ilahiyah*, sekaligus menjawab tantangan kehidupan kontemporer yang kompleks (Warsah, 2020). Dalam paradigma Ian G. Barbour, kajian relasi antara kitab suci dan sains atau ilmu pengetahuan seperti psikologi termasuk pendekatan integrasi (Abdurrohim, 2025).

Perkembangan studi kecerdasan emosional (EQ) dalam psikologi modern—seperti yang digagas Goleman (1995)—menunjukkan bahwa kesadaran emosional adalah kunci kesuksesan hidup. Namun, pendekatan Barat sering kali abai terhadap dimensi spiritual. Ary Ginanjar Agustian dalam ESQ 165 berupaya untuk mengintegrasikan kecerdasan emosional dengan kerangka tauhid melalui penafsiran kreatif terhadap Al-Qur'an dan Sunnah. Konsep *ihsan* misalnya, tidak hanya dimaknai sebagai kesalehan individual, tetapi juga sebagai fondasi kecerdasan emosional-spiritual yang terwujud dalam sikap pro-sosial, resiliensi, dan ketenangan batin (Goleman, 1996).

Sejumlah ahli telah mengkaji relasi antara Al-Qur'an dan kecerdasan emosional dari berbagai perspektif. Menurut Malik Badri dalam *The Dilemma of Muslim Psychologists* (1979), dia menyatakan bahwa Al-Qur'an menawarkan paradigma holistik tentang pengendalian emosi melalui konsep seperti *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa) yang mencakup kesadaran diri (*self-awareness*) dan regulasi emosi (*emotional regulation*). Danah Zohar dan Ian Marshall dalam *SQ: Spiritual Intelligence* (2000) juga menegaskan bahwa nilai-nilai spiritual dalam Al-Qur'an, seperti sabar dan syukur, sejalan dengan prinsip kecerdasan emosional tingkat tinggi. Sementara itu, Hasan Langgung (2021) berargumen bahwa ayat-ayat *ihsan* (seperti QS. An-Nahl: 90) mengajarkan empati dan kepekaan sosial—dua komponen kunci dalam teori EQ Goleman. Temuan para ahli ini memperkuat tesis bahwa Al-Qur'an tidak hanya relevan, tetapi juga melampaui pendekatan sekuler dalam memahami kecerdasan emosional.

Meskipun banyak kajian telah menjelaskan keterkaitan antara Al-Qur'an dan kecerdasan emosional, penelitian yang secara spesifik mengkaji penafsiran Ary Ginanjar Agustian terhadap ayat-ayat *ihsan* dalam kerangka ESQ 165 masih sangat terbatas. Sebagian besar literatur tentang ESQ cenderung fokus pada aspek manajerial atau motivasi, tanpa pendalaman analisis tafsir yang kritis terhadap ayat-ayat Al-Qur'an yang mendasarinya. Di sisi lain, studi-studi kecerdasan emosional dalam perspektif Islam sering kali hanya bersifat teoritis dan tidak menyentuh implementasi praktis seperti yang ditawarkan ESQ 165. Celah akademik inilah yang mendorong artikel ini untuk menjawab dua pertanyaan mendasar, yaitu: Bagaimana ESQ 165 Ary Ginanjar Agustian menafsirkan konsep *ihsan* dalam Al-Qur'an? dan Sejauh mana penafsiran tersebut dapat memperkaya konsep kecerdasan emosional kontemporer? Dengan demikian, artikel ini tidak hanya mengisi kekosongan literatur, tetapi juga menawarkan perspektif integratif antara tafsir Al-Qur'an, psikologi, dan pengembangan diri.

Sejumlah penelitian sebelumnya telah membahas keterkaitan antara konsep ESQ Ary Ginanjar Agustian dengan nilai-nilai Islam dalam Al-Qur'an, terutama yang berfokus pada makna takwa, kecerdasan emosional, dan pengembangan insan kamil. Misalnya, penelitian tentang *makna takwa dalam ESQ* (2022) menekankan relevansi gagasan Ary Ginanjar dengan ayat-ayat Al-Qur'an, namun cenderung bersifat deskriptif dan tidak mengkaji secara mendalam pendekatan penafsiran Ary terhadap ayat-ayat ihsan. Penelitian lain mengangkat tema kecerdasan emosional dalam perspektif Al-Qur'an, seperti yang tampak dalam studi Surah Luqman ayat 12–19 (2021), namun kajiannya tidak secara khusus menautkan kerangka EQ-SQ dengan sistem ESQ 165. Kemudian penelitian lainnya seperti tulisan Shafwan (2021), Ervan (2023) dan Abdurrohim (2025) pembahasannya lebih banyak membahas tentang pembentukan *insan kamil* dalam teori ESQ Ary Ginanjar. Maka, dapat disimpulkan bahwa penelitian terdahulu umumnya belum fokus pada analisis mendalam terhadap bagaimana Ary Ginanjar menafsirkan ayat-ayat tentang ihsan dalam kerangka ESQ 165 secara tematik dan hermeneutik integratif.

Penelitian ini hadir dengan pendekatan yang berbeda sekaligus menyajikan kebaruan (*novelty*) yang signifikan. Fokus utama penelitian ini adalah melakukan analisis interpretasi ayat-ayat tentang Ihsan menurut perspektif ESQ 165 Ary Ginanjar yang sangat berbeda, bukan hanya sebagai wacana motivasi spiritual, tetapi sebagai konstruksi tafsir yang memiliki sistem, simbol, dan metodologi tersendiri. Selama ini, penafsiran Ihsan dikunci dengan makna tekstual seperti tersurat dalam hadis Nabi Muhammad SAW. yakni *an ta'budallāh kaannaka tarāhu fa in lam takun tarāhu fainnahu yarāka*. Namun ternyata, interpretasi Ihsan dikonstruksi berbeda oleh Ary Ginanjar. Inilah daya tarik interpretasi Ary Ginanjar tentang konsep Ihsan. Penelitian ini tidak hanya mengungkap makna teoretik dari konsep ESQ, tetapi juga menelaah bagaimana ayat-ayat Qur'ani difungsikan sebagai sumber spiritual dan motivasional dalam proses transformasi kepribadian manusia. Dengan demikian, artikel ini memberikan kontribusi ilmiah dalam memperkaya khazanah tafsir kontemporer, khususnya dalam memetakan corak dan metodologi penafsiran tematik-psikologis yang lahir dari tokoh non-klasik namun memiliki pengaruh sosial yang besar, seperti Ary Ginanjar Agustian. Penelitian ini juga membuka ruang dialog dan integrasi antara studi tafsir dan ilmu psikologi-spiritual modern, sehingga dapat memperluas cakrawala metodologi tafsir di era kontemporer.

Artikel ini memiliki signifikansi akademik dan praktis yang tinggi, baik dalam lingkup studi Al-Qur'an maupun psikologi Islam. Secara akademik, penelitian ini memberikan kontribusi metodologis dengan mengintegrasikan pendekatan tafsir tematik (*maudhu'i*) dan analisis psikologis terhadap konsep ESQ 165, sehingga membuka perspektif baru dalam membaca ayat-ayat *ihsan* sebagai landasan kecerdasan emosional berbasis tauhid. Secara praktis, temuan artikel ini dapat menjadi rujukan bagi pengembangan modul pelatihan EQ spiritual di lembaga pendidikan, korporasi, atau komunitas muslim, khususnya yang mengadopsi model ESQ 165. Lebih jauh, di tengah maraknya isu degradasi moral dan krisis mental di era modern, artikel ini menawarkan solusi integratif dengan menggali nilai-nilai Al-Qur'an yang terbukti relevan untuk penguatan karakter dan kematangan emosional. Dengan demikian, kehadiran artikel ini tidak hanya mendorong diskusi akademis yang lebih mendalam, tetapi juga menjawab kebutuhan konkret masyarakat akan pendekatan psiko-spiritual yang autentik dan terukur.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (*library research*) yang bertujuan untuk menganalisis penafsiran ayat-ayat tentang *ihsan* dalam

perspektif konsep ESQ 165 Ary Ginanjar Agustian. Data utama yang dikaji meliputi ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan konsep *ihsan*, serta karya-karya Ary Ginanjar, khususnya *ESQ: Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual* dan *ESQ Power*. Analisis data dilakukan secara deskriptif-kritis dengan menggabungkan metode tafsir tematik (*maudhu'i*), metode *tadabbur* dan pendekatan psikologis-spiritual untuk mengungkap bagaimana ayat-ayat *ihsan* dipahami dan dikonstruksi ulang oleh Ary dalam konteks pembentukan kecerdasan emosional dan spiritual. Pendekatan ini memungkinkan peneliti mengkaji teks-teks keagamaan tidak hanya dari aspek teologis, tetapi juga dalam perspektif transformatif yang aplikatif terhadap pengembangan diri manusia modern. Proses analisis dilakukan dengan menelusuri korelasi tematik ayat-ayat *ihsan*, pemaknaan simbolik oleh Ary Ginanjar, dan relevansinya terhadap kerangka EQ-SQ kontemporer.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Biografi Singkat Ary Ginanjar Agustian

Ary Ginanjar Agustian dilahirkan di Bandung, Jawa Barat, pada tanggal 24 Maret 1965. Ia merupakan seorang akademisi, pengusaha, penulis buku mengenai *Emotional Spiritual Quotient* (ESQ), serta seorang motivator untuk ESQ dan ESQ Power. Seperti yang umum diketahui, Ary Ginanjar dikenal luas karena konsep yang ia ciptakan, yaitu *Emotional and Spiritual Quotient*, yang lebih dikenal dengan akronim ESQ. Konsep ini mengungkapkan adanya hubungan yang sangat erat antara dunia bisnis, profesionalisme, dan manajemen modern dengan inti ajaran Islam, yang mencakup rukun Iman, Islam, dan *Ihsan*. Saat ini, Ary menjabat sebagai presiden direktur di PT. Arga Wijaya Persada dan komisaris utama di PT Arsa Dwi Nirmala yang berlokasi di Jakarta. Selain itu, Ary Ginanjar juga memegang posisi sebagai eksekutif wakil presiden di JPC (Jakarta Professional Chapter) dalam Junior Chamber International, sebuah organisasi kepemimpinan internasional yang memiliki cabang di 124 negara (Mubarok, 2010, p. 26).

Ary Ginanjar adalah seorang praktisi bisnis yang aktif terlibat dalam dunia usaha yang kompetitif dan penuh tantangan, serta mempelajari secara otodidak berbagai teori tentang pengembangan sumber daya manusia. Sebelum sepenuhnya terjun ke dunia bisnis, ia mengajar di Politeknik Universitas Udayana, Bali, selama lima tahun. Pada tahun 2001, Ary menerbitkan buku terkenalnya, "*ESQ: Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual*," yang menggabungkan kecerdasan emosi (EQ) dan kecerdasan spiritual (SQ). Buku ini menjadi dasar bagi pelatihan motivasi ESQ 165 yang semakin populer, menjadikannya sosok motivator terkemuka di Indonesia. Kesuksesan bukunya yang mencapai best-seller dengan 47 kali cetak dan sekitar 1.010.000 eksemplar menunjukkan dampak signifikan dari pemikirannya dalam pengembangan diri (Mubarok, 2010, p. 27).

Ary Ginanjar memiliki latar belakang pendidikan yang kaya dan beragam. Ia memulai perjalanan akademisnya di Sekolah Tinggi Pariwisata Bandung, di mana ia mendalami manajemen pariwisata selama beberapa tahun. Setelah itu, ia melanjutkan studinya di TAFE College di Adelaide, Australia, untuk memperdalam pengetahuannya di bidang yang sama. Kembali ke Indonesia, Ary melanjutkan pendidikan di Universitas Udayana di Denpasar, di mana ia meraih gelar Sarjana Sains Terapan. Puncak dari perjalanan pendidikannya datang pada tahun 2007, ketika ia dianugerahi gelar Doktor Honoris Causa di bidang Pembangunan Karakter oleh Universitas Negeri Yogyakarta, sebuah pengakuan atas kontribusinya dalam pengembangan karakter dan kepemimpinan (Mubarok, 2010, p. 31).

Selain pendidikan formalnya, Ary Ginanjar juga dikenal sebagai penulis produktif. Karya-karyanya mencakup berbagai buku yang menginspirasi, seperti "ESQ Way 165," yang menjadi salah satu panduan utama dalam pelatihan motivasi. Ia juga menulis "The ESQ Power," yang membahas kekuatan kecerdasan emosional dan spiritual. Dalam bukunya "Mengapa ESQ," Ary menjelaskan pentingnya pendekatan ini dalam kehidupan sehari-hari. Versi bahasa Inggris dari konsepnya juga tersedia dalam "ESQ English Version." Selain itu, ia menulis "Bangkit Dengan Tujuh Budi Utama," yang mengajak pembaca untuk mengembangkan nilai-nilai positif, serta "Building the Best Indonesian Business Way," yang memberikan wawasan tentang praktik bisnis terbaik di Indonesia. Karya-karya lainnya, seperti "ESQ For Teens" dan "Vaksin Hati," menunjukkan komitmennya untuk menjangkau berbagai kalangan, termasuk generasi muda, dalam membangun karakter dan kecerdasan emosional (Mubarok, 2010, p. 31).

Teori Kecerdasan Intelektual (IQ), Kecerdasan Emosional (EQ), dan Kecerdasan Spiritual (SQ)

Dalam dunia psikologi dan pengembangan diri, pemahaman tentang kecerdasan manusia telah mengalami evolusi yang signifikan. Awalnya, kecerdasan intelektual (IQ) dianggap sebagai satu-satunya ukuran kecerdasan yang menentukan kesuksesan individu. Namun, seiring dengan kemajuan ilmu pengetahuan, muncul pemahaman baru yang menyoroti pentingnya kecerdasan emosional (EQ) dan kecerdasan spiritual (SQ). Kecerdasan emosional, yang diperkenalkan oleh Daniel Goleman, menekankan peran emosi dalam menghadapi tantangan hidup dan membangun hubungan yang harmonis, sementara kecerdasan spiritual, yang digagas oleh Danah Zohar dan Ian Marshall, mengaitkan kecerdasan dengan nilai dan makna hidup. Ketiga jenis kecerdasan ini—IQ, EQ, dan SQ—tidak hanya saling melengkapi, tetapi juga memberikan landasan yang kuat bagi individu untuk mencapai kesuksesan dan kebahagiaan yang lebih holistik. Dalam tulisan ini, kita akan menjelajahi lebih dalam tentang masing-masing kecerdasan ini, bagaimana mereka berinteraksi, dan dampaknya terhadap pengembangan diri manusia.

Sebelum membahas mengenai IQ, EQ dan SQ, perlu untuk dikemukakan terlebih dahulu mengenai definisi kecerdasan. Dalam ilmu kejiwaan atau psikologi, istilah kecerdasan disebut dengan intelegensi, yang memiliki arti mengorganisasikan, menghubungkan atau menyatukan satu dengan yang lainnya (Achiruddin, 2018, h. 85). Secara terminologi, para ahli memang tidak menemukan kata sepakat mengenai definisinya. Dalam pandangan Alfred Binet (2012, h. 154), intelegensi atau kecerdasan dianggap sebagai kemampuan untuk mengarahkan, mengubah dan mengkritisi pikiran dan tindakan diri sendiri. Sedangkan Edward Lee Thorndike memandang bahwa intelegensi adalah kemampuan dalam mengabstraksi untuk berkreatifitas, kemampuan mekanik yang lebih bersifat indra gerak dan kemampuan sosial yang digunakan dalam menghadapi dan menyesuaikan diri terhadap situasi yang baru dengan cara-cara yang tepat dan efektif (Warsah & Daheri, 2021, h. 95). Definisi dari dua ahli tersebut sebetulnya cukup mewakili karena mereka konsern di bidang psikologi. Keduanya sepakat bahwa intelegensi itu merupakan sebuah kemampuan yang digunakan untuk menjalani kehidupannya, baik itu yang bersifat inderawi maupun non-indrawi.

Intelligence Quotient (IQ) atau yang dikenal sebagai kecerdasan intelektual merupakan konsep awal dalam pengelompokan kecerdasan manusia yang mendapat perhatian luas sejak awal abad ke-20. Gagasan ini pertama kali dikenalkan oleh seorang psikolog asal Perancis, Alfred Binet, yang diminta oleh pemerintah Perancis untuk mengembangkan alat ukur guna mengidentifikasi anak-anak yang mengalami hambatan belajar di sekolah. Dari eksperimen dan

risetnya, lahirlah suatu sistem pengukuran kecerdasan yang dikenal sebagai skala Binet. Gagasan ini kemudian disempurnakan oleh Lewis Terman, seorang psikolog dari Universitas Stanford, yang menyusun dan mengadaptasi ulang skala Binet dalam konteks Amerika Serikat. Hasil pengembangan tersebut dikenal luas sebagai tes Stanford-Binet, yang hingga kini menjadi salah satu standar dalam pengukuran IQ secara global (Syarif, 2019, p. 42).

Secara umum, IQ mengacu pada kemampuan individu dalam aspek-aspek kognitif, seperti penalaran logis, berpikir abstrak, pemecahan masalah, dan pengambilan keputusan. Dalam konteks psikologi, IQ merepresentasikan kemampuan mental rasional yang mencakup pengolahan informasi, daya ingat, serta kecepatan dalam memahami dan merespons fenomena lingkungan. Seorang individu dengan IQ tinggi dianggap memiliki keunggulan dalam memahami konsep-konsep kompleks, menganalisis informasi secara sistematis, dan menghasilkan solusi yang logis terhadap suatu masalah. Inilah sebabnya mengapa IQ sering dikaitkan dengan kemampuan dalam bidang akademik, khususnya di ranah ilmu-ilmu eksakta seperti matematika, fisika, dan logika formal (Zohar & Marshall, 2007, p. 3).

Namun, perlu disadari bahwa IQ pada dasarnya hanya mencakup satu dimensi dari spektrum kecerdasan manusia yang sangat luas. Aspek yang diukur oleh tes IQ bersifat fenomenal dan faktual, karena menitikberatkan pada kemampuan mengenali pola, memahami simbol, serta merespons lingkungan luar dengan pendekatan analitis. Dengan kata lain, kecerdasan intelektual cenderung lebih menekankan aspek rasional dan objektif dari manusia, yang bekerja di luar dimensi afektif atau spiritual. Oleh karena itu, IQ sangat erat kaitannya dengan keberhasilan seseorang dalam dunia pendidikan formal, namun belum tentu menjamin keberhasilan dalam aspek sosial dan emosional kehidupan (Zohar & Marshall, 2007, p. 3).

Dalam praktiknya, standar IQ kerap dijadikan parameter utama untuk menilai kecerdasan seseorang. Banyak institusi pendidikan maupun dunia kerja menggunakan skor IQ sebagai tolok ukur seleksi, seolah-olah keberhasilan seseorang dalam hidup sepenuhnya ditentukan oleh tingginya nilai IQ. Seseorang yang memiliki IQ di atas rata-rata (misalnya di atas 120) sering kali dianggap lebih potensial untuk sukses dalam karier dan akademik. Sebaliknya, mereka yang memiliki skor IQ di bawah rata-rata kerap kali dianggap kurang cerdas dan diprediksi mengalami kesulitan dalam kehidupan profesional. Padahal, kehidupan manusia tidak hanya ditentukan oleh kecakapan intelektual semata (Zohar & Marshall, 2007, p. 3).

Pandangan ini lambat laun mulai dikritisi oleh banyak pakar psikologi dan pendidikan. Realitas menunjukkan bahwa banyak individu dengan IQ tinggi justru tidak mampu beradaptasi dengan baik dalam lingkungan sosialnya, atau bahkan gagal membangun relasi interpersonal yang sehat. Di sinilah muncul kesadaran bahwa kecerdasan intelektual bukanlah satu-satunya penentu keberhasilan hidup. Kecerdasan lain seperti kecerdasan emosional (EQ) dan kecerdasan spiritual (SQ) memiliki peran yang tak kalah pentingnya dalam membentuk manusia yang utuh—yang tidak hanya cerdas secara nalar, tetapi juga matang secara emosional dan berakar pada nilai-nilai moral dan spiritual.

Untuk waktu yang cukup lama, kecerdasan intelektual (IQ) telah diyakini sebagai satu-satunya tolok ukur keberhasilan seseorang dalam kehidupan akademik dan profesional. Pandangan ini mewarnai paradigma pendidikan dan seleksi sumber daya manusia selama bertahun-tahun. Namun, dengan semakin berkembangnya ilmu psikologi dan neurosains, anggapan tersebut mulai terbantahkan. Para ahli mulai menyadari bahwa keberhasilan hidup tidak semata ditentukan oleh kemampuan berpikir logis dan analitis, melainkan juga oleh

kemampuan seseorang dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosinya sendiri dan orang lain (Goleman, 1996b, p. 45).

Terobosan besar dalam memahami dimensi baru kecerdasan ini datang dari Daniel Goleman, seorang psikolog dan jurnalis ilmiah yang pada tahun 1995 memopulerkan konsep Emotional Quotient (EQ) atau kecerdasan emosional melalui bukunya yang berjudul *Emotional Intelligence*. Goleman menjelaskan bahwa kecerdasan emosional adalah fondasi utama yang memungkinkan IQ bekerja secara efektif dalam menghadapi tantangan kehidupan. Dalam situasi stres, krisis, atau ketegangan emosional—seperti kehilangan orang tercinta, kegagalan dalam mengejar cita-cita, konflik rumah tangga, atau tekanan sosial—peran IQ menjadi tidak relevan jika tidak disertai kecakapan dalam mengelola emosi. Dalam kata-katanya, "tanpa EQ, IQ kehilangan kekuatannya" (Goleman, 1996b, p. 45).

Kecerdasan emosional, menurut Goleman, mencakup serangkaian kemampuan penting, seperti: Self-awareness (kesadaran diri); Self-regulation (pengendalian diri); Motivasi diri; Empati terhadap orang lain; dan Keterampilan sosial seperti komunikasi, kerja sama, dan penyelesaian konflik. EQ bukanlah entitas tetap yang diwariskan secara genetik, melainkan kemampuan yang dapat dibentuk melalui pendidikan, latihan, dan pengalaman hidup. Artinya, siapa pun berpotensi untuk menjadi cerdas secara emosional, selama ada kemauan untuk belajar mengenali dirinya dan berlatih secara konsisten dalam mengelola respons-respons emosionalnya (Zohar & Marshall, 2007, p. 3).

Kecerdasan emosional berakar pada pikiran emosional, yang bekerja berdampingan dengan pikiran rasional. Pikiran rasional digerakkan oleh kemampuan intelektual (IQ), sementara pikiran emosional beroperasi dari pusat limbik otak—pusat pengatur emosi manusia. Dalam praktik kehidupan sehari-hari, kedua jenis pikiran ini saling berinteraksi secara dinamis. Pikiran rasional mengarahkan kita untuk berpikir jernih, sedangkan pikiran emosional memberi kedalaman rasa dan makna pada pengalaman itu. Oleh karena itu, antara IQ dan EQ tidak seharusnya dipertentangkan, tetapi dipandang sebagai dua sisi kecerdasan manusia yang saling melengkapi (Zohar & Marshall, 2007, p. 3).

Fakta menarik yang banyak diangkat dari hasil riset psikologi kontemporer adalah bahwa IQ hanya menyumbang sekitar 5–20% terhadap keberhasilan seseorang, sementara sisanya—sekitar 80%—ditentukan oleh faktor kepribadian dan kecerdasan emosional. Hal ini menjelaskan mengapa banyak individu dengan IQ tinggi justru kesulitan menjalin relasi sosial atau mengalami gangguan psikologis, sedangkan individu dengan IQ biasa-biasa saja tetapi memiliki EQ tinggi mampu meraih keberhasilan profesional dan kehidupan sosial yang seimbang (Agustian, 2001, p. 13).

Dalam konteks yang lebih luas, konsep EQ ini mulai diterapkan secara masif dalam bidang pendidikan karakter, pengembangan kepemimpinan, pelatihan sumber daya manusia, hingga manajemen organisasi. Dunia bisnis, khususnya, mulai menyadari bahwa kecerdasan emosional merupakan aset strategis dalam membentuk iklim kerja yang produktif dan harmonis. Perusahaan-perusahaan besar kini tidak hanya mencari karyawan yang cerdas secara akademik, tetapi juga mereka yang mampu bekerja sama, berempati, dan mengatasi tekanan emosional dengan bijak (Zohar & Marshall, 2007, p. 4).

Lebih lanjut, EQ juga menjadi jembatan menuju kecerdasan spiritual (SQ). Emosi, sebagai elemen batiniah, adalah pintu masuk menuju perenungan makna dan pencarian nilai hidup yang lebih tinggi. Ketika seseorang mampu mengelola amarah, rasa kecewa, dan luka batin secara sehat, ia membuka ruang untuk berdialog dengan dirinya yang terdalam—dan dari situlah muncul

kesadaran spiritual. Dengan kata lain, tanpa kestabilan emosional, pengalaman spiritual pun sulit untuk tumbuh secara otentik (Agustian, 2001, p. 13).

Oleh sebab itu, dalam konstruksi kecerdasan manusia yang utuh, EQ berada di antara IQ dan SQ. Ia menjembatani kecakapan berpikir dengan kepekaan spiritual. Tanpa EQ, seseorang bisa saja menjadi ahli dalam pengetahuan, tetapi gagal dalam relasi sosial dan kehidupan batin. Sebaliknya, dengan EQ yang kuat, manusia dapat mengarahkan potensi intelektualnya menuju kesadaran spiritual yang tinggi, sebagaimana tergambar dalam pendekatan integratif *ESQ 165* yang menggabungkan IQ, EQ, dan SQ dalam satu kesatuan yang harmonis dan bertauhid (Agustian, 2001, p. 14).

Konsep ESQ 165 Menurut Ary Ginanjar Agustian

Konsep *Emotional and Spiritual Quotient* (ESQ) 165 merupakan hasil kontemplasi mendalam Ary Ginanjar Agustian atas dinamika kehidupan modern yang serba materialistik dan seringkali menimbulkan kehampaan spiritual. Berangkat dari pengalaman pribadi—sebagai seorang akademisi, praktisi bisnis, hingga pelatih bela diri—Ary Ginanjar menemukan bahwa keberhasilan duniawi tidak serta-merta menjamin kebahagiaan batin. Di tengah krisis makna tersebut, ia menemukan titik balik: bahwa manusia memerlukan pendekatan yang menyatukan antara kecerdasan emosional (EQ) dan kecerdasan spiritual (SQ) dalam kerangka nilai-nilai Islam. Dari renungan ini, lahirlah buku monumental *ESQ: Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual* (2001), yang kemudian menjadi landasan utama dalam pengembangan model pelatihan ESQ 165 (Agustian, 2001, pp. 8–9).

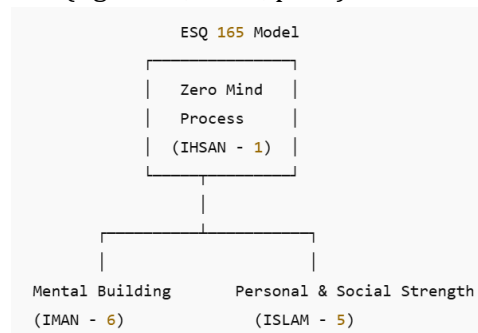
Konsep ESQ 165 merupakan integrasi antara dimensi psikologi Barat modern (terutama teori Daniel Goleman tentang EQ dan riset neurosains tentang SQ) dengan tiga pilar utama dalam ajaran Islam, yaitu Iman (6), Islam (5), dan Ihsan (1). Ketiga angka ini disimbolkan dalam nama "165": angka 1 melambangkan konsep Ihsan yang berfokus pada penjernihan emosi melalui pendekatan Zero Mind Process (ZMP), angka 6 melambangkan Rukun Iman yang diproses dalam bentuk Mental Building, dan angka 5 melambangkan Rukun Islam yang dijabarkan dalam konsep Personal and Social Strength. Dengan memadukan ketiga unsur ini, ESQ 165 tidak hanya berfungsi sebagai teori pengembangan diri, tetapi juga sebagai "spiritual software" yang membentuk manusia seutuhnya: cerdas secara intelektual, stabil secara emosional, dan kuat secara spiritual (Agustian, 2001, p. 12).

Secara praktis, ESQ 165 dimulai dari konsep Ihsan (1) yang diterjemahkan Ary Ginanjar dalam tahap Zero Mind Process. Pada tahap ini, individu diajak untuk melakukan pembersihan emosi negatif yang membelenggu suara hati (God Spot), seperti prasangka buruk, fanatisme, kepentingan pribadi, dan pengalaman masa lalu yang membatasi pertumbuhan diri. Selanjutnya, simbol 6 (Rukun Iman) diterjemahkan ke dalam enam prinsip pembentukan mental (Mental Building), di antaranya Star Principle (iman kepada Allah), Angel Principle (iman kepada malaikat), hingga Well Organized Principle (iman kepada takdir). Ary Ginanjar tidak sekadar menjelaskan ajaran keimanan secara normatif, tetapi menyusunnya menjadi kerangka motivasional yang merangsang pertumbuhan emosi dan spiritualitas secara simultan (Agustian, 2001, p. 12).

Selanjutnya, simbol 5 (Rukun Islam) dijabarkan sebagai kerangka pembentukan ketangguhan pribadi dan sosial. Tiga rukun pertama—syahadat, shalat, dan puasa—dikembangkan menjadi Personal Strength yang menanamkan misi hidup, karakter, dan pengendalian diri. Dua rukun berikutnya—zakat dan haji—dibentuk sebagai Social Strength yang

menumbuhkan semangat berbagi, sinergi, dan aksi kolektif. Penjabaran ini menunjukkan bahwa rukun Islam bukan sekadar ritual keagamaan, melainkan sumber energi spiritual dan emosional yang, jika dimaknai secara mendalam, mampu melahirkan manusia yang tangguh secara internal dan inklusif secara sosial (Agustian, 2001, p. 13).

Model ESQ 165 ini tidak hanya berhasil diterapkan dalam pelatihan individu dan organisasi, tetapi juga mendapat apresiasi dari komunitas akademik dan praktisi manajemen lintas negara. Ary Ginanjar menyebut model ini sebagai bentuk “Spiritual Engineering”, yaitu rekayasa karakter manusia melalui proses integratif antara IQ, EQ, dan SQ dalam satu sistem yang transendental. Dalam visualisasi ESQ 165, Ary mengilustrasikan bahwa manusia bukan hanya makhluk rasional dan emosional, tetapi juga makhluk spiritual yang terus mencari makna tertinggi dari keberadaannya. Dengan demikian, ESQ 165 bukan hanya pendekatan manajerial atau psikologis, melainkan sebuah metodologi kehidupan yang berbasis nilai ilahiyah dan bertujuan membentuk insan kamil dalam dunia modern (Agustian, 2001, p. 13).



Gambar 1.

(Visualiasai sederhana dari gagasan ESQ 165 Ary Ginanjar Agustian)

Interpretasi Ayat Tentang Ihsan Perspektif ESQ 165 Ary Ginanjar Agustian: Tinjauan Analisis Tafsir

Dalam konsep ESQ 165, Ary Ginanjar Agustian memberikan perhatian khusus terhadap makna Ihsan, menjadikannya sebagai pilar pertama (simbol angka 1) yang menjadi fondasi dalam membangun kecerdasan emosi dan spiritual. Berbeda dari tradisi keilmuan Islam klasik yang biasanya menempatkan Ihsan sebagai puncak dari ajaran setelah Islam dan Iman, Ary secara sadar menempatkan Ihsan di awal sebagai titik tolak perubahan, karena menurutnya Ihsan adalah energi penggerak terdalam yang muncul dari kesadaran hati (God Spot). Bagi Ary, Ihsan bukan semata ajaran ritual atau kesalehan spiritual, tetapi kekuatan internal yang memotivasi seseorang untuk bertindak dengan kualitas terbaik, baik dalam aspek ibadah maupun sosial (Agustian, 2003, p. ii).

Konsep Ihsan dalam ESQ 165 diinterpretasikan Ary melalui istilah Zero Mind Process—sebuah proses pembersihan dan penjernihan hati serta pikiran dari berbagai “belenggu” yang menghalangi manusia untuk mencapai suara hati yang murni. Proses ini mengacu pada konsep fitrah, yang menurut Ary terekam dalam “God Spot” atau pusat spiritual bawaan manusia. Ayat-ayat Al-Qur’an dijadikan sebagai landasan untuk membangun struktur konsep Ihsan ini, seperti QS. Al-Baqarah [2]: 74 yang berbicara tentang kerasnya hati, atau QS. Al-Syams [91]: 8–10 tentang pengilhaman jalan baik dan buruk, serta QS. Ar-Ra’d [13]: 11 yang menegaskan bahwa perubahan tidak akan terjadi kecuali jika dimulai dari dalam diri. Tafsir yang digunakan Ary bersifat asosiatif dan motivasional, bukan tekstual-gramatikal sebagaimana pendekatan tafsir klasik, karena lebih menekankan aspek aplikasi dalam pelatihan karakter (Agustian, 2001, pp. 42–45).

Secara lebih terperinci, Ary membangun sebuah sistem terminologi yang mengaitkan istilah-istilah khasnya dengan ayat-ayat Al-Qur'an. Misalnya, istilah Zero Mind Process dikaitkan dengan QS. Al-Baqarah [2]: 74; istilah Kebebasan Hati dengan QS. Al-Baqarah [2]: 256 dan QS. Ar-Ra'd [13]: 11; Bimbingan Suara Hati dengan QS. Al-Syams [91]: 8-10. Ia juga menjabarkan Tujuh Belenggu—yaitu prasangka negatif, prinsip hidup, pengalaman, kepentingan, sudut pandang, pembandingan, dan fanatisme—yang semuanya dikaitkan dengan sejumlah ayat yang relevan. Misalnya, QS. Al-Muthaffin [83]: 14 dijadikan rujukan untuk prinsip hidup yang menyimpang, atau QS. Al-Ankabut [29]: 41 yang mencerminkan pandangan sempit akibat keterikatan duniawi. Pendekatan ini dapat dikategorikan sebagai pendekatan Al-Qur'an dengan multi disiplin ilmu yang dalam hal ini adalah psikologi yang merupakan interpretasi (hermeneutika) motivasional, di mana ayat diposisikan sebagai simbol penguatan makna dalam rangka membangun struktur psikologis manusia (Agustian, 2003, p. xiix).

Yang menarik, dalam kerangka ESQ 165, Ary Ginanjar tidak hanya menafsirkan makna ayat secara individual, tetapi mengonstruksi ayat-ayat tersebut ke dalam struktur konseptual sistemik. Misalnya, tahap Zero Mind Process tidak hanya disandarkan pada satu ayat, tetapi dibangun atas dasar korelasi multi-ayat yang menggambarkan kerusakan batin, pengaruh pengalaman, hingga cara menghadapi dorongan negatif internal. Ini menunjukkan bahwa Ary memadukan interpretasi kontekstual-simbolik dengan pendekatan psikologi terapan—sesuatu yang jarang dijumpai dalam literatur tafsir tradisional. Pendekatannya bersifat afirmatif dan inspiratif, berorientasi pada pembentukan karakter dan transformasi diri, sesuai dengan pendekatan pelatihan ESQ yang menjadi media utama penyebaran konsep ini (Agustian, 2001, p. xviii).

Indikator Kecerdasan Emosional (EQ) di antaranya yaitu mengenali emosi diri (*Self Awareness*). Seseorang dengan kecerdasan emosi yang baik mampu mengetahui apa yang mereka rasakan pada saat perasaan itu terjadi serta mampu memantau perasaan dari waktu ke waktu dan mengenali dampaknya. Selanjutnya, orang yang memiliki kecerdasan emosi adalah mampu mengelola emosi (*Self Control*). Kemampuan ini berkaitan dengan menangani perasaan agar dapat terungkap dengan tepat dan seimbang. Orang yang cerdas emosi mampu mengelola emosi tidak mudah larut dalam kesedihan, kecemasan, atau kemarahan yang berlebihan. Dia berusaha untuk menghibur diri sendiri saat sedih, melepaskan kecemasan atau ketersinggungan, serta mampu bangkit kembali dengan cepat dari tekanan emosi atau keterpurukan. Ciri orang yang memiliki kecerdasan emosi lainnya yaitu mampu memotivasi diri sendiri (*Self Motivated*). Kecerdasan emosi ini mencakup kemampuan menggunakan hasrat atau emosi untuk mencapai tujuan. Ini melibatkan pengendalian dorongan hati (menunda kepuasan sesaat) demi mencapai kepuasan atau prestasi yang lebih besar di masa depan. Orang dengan ciri ini mampu bertahan menghadapi frustrasi dan tidak melebihi-lebihkan kesenangan sesaat. Indikator kecerdasan emosi selanjutnya ditunjukkan dengan kemampuan untuk merasakan apa yang dirasakan orang lain atau "membaca" emosi orang lain (empati). Empati dibangun di atas kesadaran diri; semakin terbuka seseorang pada emosinya sendiri, semakin terampil ia membaca perasaan orang lain. Seperti peka terhadap sinyal-sinyal sosial yang halus atau tersembunyi yang mengisyaratkan kebutuhan atau keinginan orang lain.

Sementara indikator Kecerdasan Spiritual (SQ) di antaranya memiliki tingkat kesadaran diri yang tinggi yaitu mengenal siapa dirinya dengan baik, serta memiliki kesadaran mendalam akan makna dan tujuan hidupnya. Selanjutnya, orang yang memiliki kecerdasan spiritual yaitu menjalani kehidupan yang diilhami oleh visi dan nilai. Dia menjalani hidup berdasarkan prinsip, visi, dan nilai-nilai luhur, bukan sekadar mengikuti arus atau kebutuhan sesaat. Orang yang cerdas

spiritual memiliki kemampuan menghadapi dan memanfaatkan masalah dan penderitaan. Dia mampu mengambil hikmah dari penderitaan yang dialami untuk membangun kekuatan diri dan mendekatkan diri pada nilai-nilai luhur atau Tuhan.

Kedua aspek indikator kecerdasan EQ dan SQ coba dipadukan dengan interpretasi ajaran Al-Qur'an oleh Ary Ginanjar dalam konsep Ihsan. Ari Ginanjar menggambarkan konsep Ihsan dengan istilah suara hati yang dirasakan oleh manusia secara universal berupa dorongan-dorongan positif untuk berbuat kebaikan konsep ini dihubungkan dengan 99 nama agung yang dimiliki oleh Allah yang disebut Asmaul Husna. Ketika Allah meniupkan ruh kepada manusia sebagaimana disebutkan dalam QS. as-Sajdah ayat 9, interpretasi ini dihubungkan dengan teori God Spot yang merupakan pusat kesadaran spiritual. Misalnya, suara hati akan mendorong untuk memberikan apa yang sedang kita makan ketika melihat seorang anak di hadapan kita yang melihat kita menyantap makanan. Suara hati memunculkan rasa kasih sayang yang mendorong kita memberikan makanan kepada anak tersebut. Kemudian juga, suara hati akan mendorong kita melarang seseorang untuk membuang puntung rokok sembarangan. Suara hati pula yang mendorong kita untuk menolong wanita tua yang akan menyeberang jalan tanpa berhitung dan berpikir panjang. Dalam teori kecerdasan emosi inilah bagian dari empati (Agustian, 2009, p. 44-45).

Dalam menginterpretasi konsep Ihsan yang ada kaitannya dengan kecerdasan emosi, Ary Ginanjar menitikberatkan kepada bagaimana seseorang memiliki kemampuan untuk merasa yang kembali di tujukan pada suara hati. Secara karakteristik. Ary Ginanjar merujuk kepada konsep kecerdasan emosi yang ditunjukkan misalnya dengan perasaan empati, disiplin diri, inisiatif dan lain sebagainya. Sebenarnya menurut Ary Ginanjar, potensi untuk membentuk karakteristik-karakteristik tersebut itu sudah ada dalam diri setiap manusia berupa anugerah yang disebut kesadaran diri.

Dorongan-dorongan universal tersebut itu merupakan gambaran bahwa di dalam diri manusia itu terdapat sumber kebaikan yang dalam konsep Ihsan Ary Ginanjar dikaitkan dengan apa yang disebut God Spot yang dalam ajaran Islam dikenal dengan konsep fitrah. Secara umum Ary Ginanjar mengkorelasikan kecerdasan spiritual dengan nilai yang merupakan inti dari tujuan hidup manusia dalam ajaran Al-Qur'an atau ajaran Islam yaitu nilai pengabdian kepada Allah atau yang disebut ibadah. Inilah korelasi Ihsan dengan kecerdasan spiritual versi Ary Ginanjar yang mengajarkan prinsip menjalani hidup pada visi nilai bukan semata-mata mengejar kesenangan dan kepuasan (Agustian, 2009, p. 13-14).

Pada akhirnya konsep Ihsan itu digabungkan secara interpretatif dari konsep kecerdasan emosi dan kecerdasan spiritual yang secara aplikatif itu dimulai dengan langkah yang disebut Zero Mind Process atau pembersihan pikiran dan hati sebagai cara mengenali diri sendiri dan pondasi awal untuk hidup bernilai (*meaningfull life*). Proses pembersihan jiwa dan pikiran ini dilakukan dari berbagai belenggu negatif seperti prasangka buruk, prinsip hidup, pengalaman, kepentingan, sudut pandang, pembandingan dan fanatisme. Ketujuh faktor tersebut apabila tidak dikelola dengan baik melalui konsep Ihsan, maka akan mendorong kepada dorongan-dorongan yang negatif yang akan mempengaruhi perilaku manusia yang berujung pada kegagalan hidup (Agustian, 2009, p. 37-38).

Dari sisi metodologi tafsir, interpretasi Ihsan ala ESQ 165 ini memang berbeda dari tafsir klasik seperti karya At-Thabari, maupun tafsir tematik seperti karya Sayyid Qutb. Ary Ginanjar tidak menyusun penafsiran dengan perangkat ilmu-ilmu alat klasik seperti asbāb al-nuzūl, i'rāb, atau qirā'āt dan lain-lain. Bila dimasukkan ke dalam wilayah tafsir maka konsep Ihsan dalam ESQ

165 akan memicu kritik dan perdebatan teoritis. Maka jalan keluarnya adalah paradigma interpretasi Al-Qur'an kontemporer yang menjembatani dan membuka ruang dialog dan integrasi antara Al-Qur'an dan multi disiplin keilmuan termasuk psikologi yang merupakan basis keilmuan ESQ 165 Ary Ginanjar. Ary Ginanjar menggabungkan interpretasi terhadap sejumlah ayat Al-Qur'an dengan psikologi populer, spiritualitas Islam, dan dinamika pelatihan motivasi. Meski pendekatannya bersifat non-akademik dalam arti tradisional, namun ESQ 165 berhasil menerjemahkan nilai-nilai Qur'ani—terutama konsep Ihsan—ke dalam bahasa modern yang komunikatif dan aplikatif. Ini pula yang membuat pendekatan Ary Ginanjar relevan di ruang-ruang praktis seperti dunia pendidikan, manajemen sumber daya manusia, hingga penguatan karakter generasi muda. Interpretasi Ihsan perspektif Ary Ginanjar dikategorikan sebagai hasil dari pendekatan "Tadabbur" terhadap ayat-ayat Al-Qur'an terkait konsep Ihsan dalam ESQ 165.

KESIMPULAN

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa konsep *ihsan* dalam Al-Qur'an bukan hanya bernilai spiritual dan teologis, tetapi juga memiliki potensi kuat sebagai fondasi pengembangan kecerdasan emosional dan spiritual (ESQ). Melalui pendekatan uniknya, Ary Ginanjar Agustian menempatkan *ihsan* sebagai pilar utama dalam sistem ESQ 165, yang dikonstruksi dari gabungan nilai-nilai keislaman (1-Ihsan, 6-Rukun Iman, dan 5-Rukun Islam) serta prinsip-prinsip psikologi modern. Penafsiran terhadap ayat-ayat *ihsan* dalam ESQ 165 dilakukan secara tematik dan motivasional, dengan orientasi pada transformasi karakter dan pengembangan kepribadian yang integral. Dalam kerangka tersebut, Al-Qur'an diposisikan sebagai sumber energi spiritual dan instrumen penguatan emosi melalui proses pembersihan batin (*Zero Mind Process*) dan aktualisasi nilai-nilai ilahiyah dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, penafsiran Ary Ginanjar terhadap ayat-ayat *ihsan* tidak hanya memperluas pemahaman Al-Qur'an kontemporer yang terbuka dengan multi disiplin keilmuan, tetapi juga memberikan kontribusi praktis dalam menjembatani antara nilai-nilai ajaran Al-Qur'an, psikologi modern, dan pengembangan diri secara transformatif. Secara pendekatan, interpretasi Ary Ginanjar tentang Ihsan bukan termasuk kategori tafsir melainkan pendekatan *tadabbur* terhadap ayat-ayat Al-Qur'an yang diinterpretasikan Ary Ginanjar dengan pendekatan disiplin ilmu psikologi. Kajian interpretasi ESQ 165 Ary Ginanjar khususnya mengenai konsep Ihsan tentu perlu analisis kritis dalam arti harus betul-betul dikaji dalam berbagai sudut pandang selain sudut pandang psikologi yang menjadi basis pendekatan Ary Ginanjar. Terutama, kajian disiplin ilmu Tafsir Al-Qur'an dan hadis karena objek kajian ESQ 165 yang terdiri dari tiga istilah yang merupakan pilar dalam ajaran Islam yaitu Iman Islam dan Ihsan. Dalam kajian hadis, konsep ihsan secara tekstual disebut dalam teks hadis yaitu *an ta'budallāh kaannaka tarāhu fa in lam takun tarāhu fainnahu yarāka*.

REFERENSI

- Abdurrohim, A., Rohmana, J. A., & Zulaiha, E. (2025). Spiritual Motivation in the Quran: Insights from ESQ 165 by Ary Ginanjar Agustian. *Hanifiya: Jurnal Studi Agama-Agama*, 8(1), 151–168.
- Achiruddin, A. (2018). *Pengantar Psikologi*. Penerbit Aksara Timur.
- Agustian, A. G. (2001). *Rahasia sukses membangun kecerdasan emosi dan spiritual, ESQ (Emotional Spiritual Quotient): Berdasarkan 6 rukun Iman dan 5 rukun Islam*. Arga.
- Agustian, A. G. (2003). *ESQ Power: Sebuah Inner Journey Melalui Al-Ihsan*. Arga.

- Daulay, H. P., Dahlan, Z., Siregar, A., & others. (2021). Manusia dalam Pendidikan Islam Menurut Hasan Langgulung. *Islamic Education*, 1(1), 11–20.
- Eka Sulistyawati. (2017). *Hubungan Kecerdasan Emosi Dan Kecerdasan Spiritual Dengan Akhlak Dalam Menjalin Ukhuwah Islamiah Pada Mahasiswa Di Unit Kegiatan Kerohanian Islam Universitas Negeri Surabaya*.
- Ervan, K. (2023). *Strategi Pengembangan Intelegnsi Emosi dan Spiritual Manusia Menuju Ihsan Kamil dalam Pandangan Ary Ginanjar Agustian*. IAIN Kediri.
- Goleman, D. (1996a). Emotional Intelligence. Why it can Matter More than IQ. *Learning*, 24(6), 49–50.
- Goleman, D. (1996b). *Emotional Intelligence*. Bantam Books.
- Jaeni Dahlan. (2019). *Spiritual Quotient (Sq) Menurut Danah Zohar & Ian Marshall Dan Ary Ginanjar Agustian Serta Implikasinya Terhadap Domain Afektif Dalam Pendidikan Islam*.
- Malik Badri. (1979). *The Dilemma of Muslim Psychologists*. MWH London.
- Mubarok, M. (2010). *Di Balik Kontroversi ESQ Ary Ginanjar Agustian*. Mumtaz Media.
- Ramadhanisa, H., Marisa, S. N., & Mairizal, T. (2022). Analisis Makna Takwa dan Implementasinya dalam Konsep Esq Ary Ginanjar dan Relevansinya dengan Al-Qur'an. *Basha'ir: Jurnal Studi Al-Qur'an Dan Tafsir*, 2(2), 83–96.
- Sarwono, S. W. (2012). *Pengantar Psikologi Umum*. Rajawali Press.
- Shafwan, M. H. (2021). Konsep Al-Qur'an tentang Kecerdasan Emosional dan Implikasinya dalam Pendidikan Islam (Studi Analisis Tematik Surat Luqman Ayat 12-19). *Jurnal Staika: Jurnal Penelitian Dan Pendidikan*, 4(2), 127–140.
- Syarif, F. (2019). Telaah Interdisipliner Konsep Kecerdasan Intelektual. *Fikrah Journal of Islamic Education*.
- Warsah, I. (2020). Dimensions of Soul in the Qur'an: An Islamic Psychological Perspective. *AKADEMIKA: Jurnal Pemikiran Islam*, 25(2), 295–314.
- Warsah, I., & Daheri, M. (2021). *Psikologi Suatu Pengantar*. Tunas Gemilang Press.
- Zohar, D. M. (1945). *The quantum society _ mind, physics, and a new social*. Williaw Morrow and Company Inc.
- Zohar, D., & Marshall, I. (2000). *SQ Kecerdasan Spiritual*. Mizan.
- Zohar, D., & Marshall, I. (2007). *SQ-Kecerdasan spiritual*. Mizan Pustaka.