

**LAW OF ATTRACTION DALAM AL-QUR'AN
DAN DAMPAKNYA TERHADAP KETENANGAN JIWA**

SKRIPSI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R
Oleh:
Lailatul Fitriyah
NIM : 212104010039

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN HUMANIORA
DESEMBER 2025

**LAW OF ATTRACTION DALAM AL-QUR'AN
DAN DAMPAKNYA TERHADAP KETENANGAN JIWA**

SKRIPSI

diajukan kepada Universitas Islam Negeri
Kiai Haji Achmad Siddiq Jember
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Agama (S.Ag)
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora
Program Studi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
JEMBER

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
JEMBER
Oleh:
Lailatul Fitriyah
NIM : 212104010039

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN HUMANIORA
DESEMBER 2025**

**LAW OF ATTRACTION DALAM AL-QUR'AN
DAN DAMPAKNYA TERHADAP KETENANGAN JIWA**

SKRIPSI

diajukan kepada Universitas Islam Negeri
Kiai Haji Achmad siddiq Jember
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Agama (S.Ag)
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora
Program Studi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir

Oleh:

Lailatul Fitriyah
NIM : 212104010039

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

Disetujui Pembimbing



Hj. Ibanah Suhrowardiyah Shiam Mubarokah, S.Th.I., M.A.
NIP. 198006232023212018

LAW OF ATTRACTION DALAM AL-QUR'AN DAN DAMPAKNYA TERHADAP KETENANGAN JIWA

SKRIPSI

telah diuji dan diterima untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag)

Fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora
Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Hari : Senin
Tanggal : 22 Desember 2025

Tim Penguji

Ketua

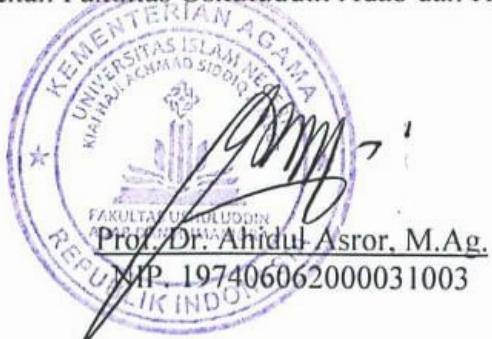
Prof. Dr. Kasman, M. Fil. I.
NIP. 197104261997031002

Sekretaris

Siti Qurrotul Aini, M. Hum.
NIP. 198604202019032003

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
Anggota
1. Prof. Dr. H. Aminullah, M. Ag. ()
2. Hj. Ibanah Suhrowardiyah Shiam Mubarokah, S.Th.I., M.A. ()

Menyetujui
Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora



Prof. Dr. Ahidul Asror, M.Ag.

NIP. 197406062000031003

MOTTO

وَأَنْ لَيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَىٰ

“Bahwa manusia hanya memperoleh apa yang telah diusahakannya”. (QS. al-Najm (53): 39).¹



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

¹ Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-qur'an dan terjemahannya*, (Jakarta: Lajnah Pentashihan al-Qur'an, 2019), 527.

PERSEMBAHAN

Skripsi ini peneliti persembahkan kepada beberapa pihak di anataranya:

1. Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, yang telah memberikan fasilitas di pendidikan baik secara formal maupun non-formal. Selain itu, penelitian ini di sajikan kepada pembaca yang ingin melakukan penelitian atau pengembangan tentang *Law of Attraction* dalam al-Qur'an dan dampaknya terhadap ketenangan jiwa baik itu secara umum maupun secara khusus.
2. Kedua orang tua peneliti, Moh. Amin Maghfur dan Zubaidah, yang telah membesarkan, mendidik dengan sangat baik dan menjadi *madrasatul aulad* pertamanya. Sosok yang selalu mendo'akan, memberikan fasilitas baik berupa finansial, pendidikan, dan properti serta sarana untuk mendukung pendidikan peneliti. Sehingga hal itulah yang membuat penelitian terus berusaha untuk mengangkat derajat kedua orang tua.
3. Kedua kakak peneliti, Muhammad Qomarudin dan Ma'rifatul Khoiroh, yang selalu memberi semangat, dukungan, dan bantuan finansial. Sehingga hal itulah yang membuat peneliti terus berusaha dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Teman-teman seperjuangan yang selalu memberikan motivasi dan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah, peneliti mengucapkan segala puji syukur dan terima kasih kepada Allah swt karena berkat taufik, hidayah, inayah, rahmat, dan karunia-nya, proses perencanaan, pelaksanaan, dan penyelesaian skripsi, yang merupakan syarat untuk menyelesaikan program sarjana, dapat diselesaikan dengan baik dan lancar. Selain itu, peneliti berterima kasih kepada Bapak dan Ibu, serta saudara-saudara, teman-teman seperjuangan, yang selalu mendorong dan menyemangati peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti menyadari skripsi ini tidak akan sempurna tanpa tuntunan dan arahan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, Bapak Prof. Dr. H. Hepni, S. Ag, M.M.,CPEM.
2. Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, Bapak Prof. Dr. Ahidul Asror, M.Ag,
3. Ketua Jurusan Studi Islam Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, Bapak Dr. Win Usuluddis, M. Hum.
4. Koordinator Program Studi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir UIN KHAS Jember, Bapak Abdullah Dardum, M. Th.I, selaku koordinator Program Studi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.
5. Dosen pembimbing Ibu Hj. Ibanah Suhrowardiyah Shiam Mubarokah, S.Th.I., M.A., yang telah sabar dalam memberikan saran, arahan, dan juga kritikan dalam proses penyusunan skripsi ini.

6. Seluruh Bapak dan Ibu dosen Program Ilmu al-Qur'an dan Tafsir yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan wawasan yang berharga selama masa perkuliahan.

Jember, 15 November 2025
Penulis

Lailatul Fitriyah
NIM. 212104010039

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

ABSTRAK

Lailatul Fitriyah, 2025. *Law of Attraktion dalam al-Qur'an dan Dampaknya Terhadap Ketenangan Jiwa.*

Penelitian ini dilatar belakangi oleh munculnya berbagai persoalan psikologis dan moral di masyarakat, seperti meningkatnya kecemasan, kegelisahan batin, dan mudahnya seseorang terpengaruh oleh pikiran-pikiran negatif yang kemudian memunculkan perilaku menyimpang. Di sisi lain, sekarang konsep *Law of Attraction* banyak dipahami dalam wacana motivasi modern, namun kajian yang mengaitkannya dengan perspektif al-Qur'an masih terbatas. Padahal, di dalam al-Qur'an mengandung prinsip-prinsip yang menjelaskan keterkaitan antara pikiran, iman, amal, dan balasan yang berkaitan langsung dengan ketenangan jiwa. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengkaji konsep *Law of Attraction* dalam al-Qur'an serta menjelaskan dampaknya terhadap ketenangan jiwa manusia.

Fokus pembahasan dalam penelitian ini adalah: 1) Bagaimana *law of attraction* dalam al-Qur'an? 2) Bagaimana dampak *law of attraction* terhadap ketenangan jiwa?

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kepustakaan (*library research*) dengan pendekatan kualitatif. Adapun metode analisis yang digunakan adalah metode tafsir tematik (*maudhu'i*), yaitu dengan menghimpun ayat-ayat al-Qur'an yang relevan dengan *Law of Attraction*, kemudian menelaahnya melalui kitab-kitab tafsir seperti *Tafsir al-Munir*, *Tafsir al-Misbah*, *Tafsir al-Qurthubi*, dan *Tafsir al-Thabari*. Tahapan analisis menggunakan analisis deskriptif, meliputi: mengidentifikasi ayat-ayat terkait, menafsirkan ayat menurut pendapat para mufassir, dan menyimpulkan hubungan ayat dengan konsep *Law of Attraction* serta pengaruhnya terhadap ketenangan jiwa.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konsep *Law of Attraction* dalam al-Qur'an tercermin melalui prinsip bahwa setiap pikiran, niat, dan amal manusia akan kembali kepada dirinya sendiri. Di dalam al-Qur'an dijelaskan bahwa pikiran positif yang disertai dengan keyakinan yang benar, dan amal saleh akan menghasilkan keadaan hidup yang harmonis sesuai dengan energi yang dipancarkan seseorang. Penerapan prinsip *Law of Attraction* dalam perspektif al-Qur'an memberikan pengaruh nyata terhadap ketenangan jiwa. Pikiran positif dan amal saleh dapat menciptakan kehidupan yang tenang, lapang, serta terbebas dari kegelisahan. Sebaliknya, pikiran negatif dan perbuatan buruk menyebabkan kegelisahan dan kecemasan sehingga menjadikan jiwa tidak tenang. Dengan demikian, *Law of Attraction* dalam al-Qur'an tidak hanya menjadi hukum psikologis, tetapi juga hukum spiritual yang menunjukkan bahwa ketenangan jiwa terwujud melalui keselarasan antara pikiran, iman, dan amal saleh.

Kata Kunci: *Law of Attraction*, ketenangan jiwa, amal saleh.

TRANSLITRASI ARAB-INDONESIA

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan pedoman translitrasi Arab-Indonesia yang sesuai dengan buku Pedoman Karya Tulis Ilmiah Universitas Islam Negeri Kiai Achmad Siddiq Jember tahun 2021, Sebagaimana berikut:

Tabel 2.1
Pedoman Translitrasi Model *Library of Congress*

| Awal | Tengah | Akhir | Sendiri | Latin/Indonesia |
|------|--------|-------|---------|-----------------|
| ا | ا | ا | ا | a/i/u |
| ب | ب | ب | ب | b |
| ت | ت | ت | ت | t |
| ث | ث | ث | ث | th |
| ج | ج | ج | ج | j |
| ح | ح | ح | ح | h |
| خ | خ | خ | خ | kh |
| د | د | د | د | d |
| ذ | ذ | ذ | ذ | dh |
| ر | ر | ر | ر | r |
| ز | ز | ز | ز | z |
| س | س | س | س | s |
| ش | ش | ش | ش | sh |
| ص | ص | ص | ص | ṣ |
| ض | ض | ض | ض | ḍ |
| ط | ط | ط | ط | ṭ |
| ظ | ظ | ظ | ظ | ẓ |
| ع | ع | ع | ع | ' (ayn) |
| غ | غ | غ | غ | gh |

| | | | | |
|---|---|----|----|---|
| ف | ف | ف | ف | f |
| ق | ق | ق | ق | q |
| ك | ك | ك | ك | k |
| ل | ل | ل | ل | l |
| م | م | م | م | m |
| ن | ن | ن | ن | n |
| ه | ه | ه، | ه، | h |
| و | و | و | و | w |
| ي | ي | ي | ي | y |



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

DAFTAR ISI

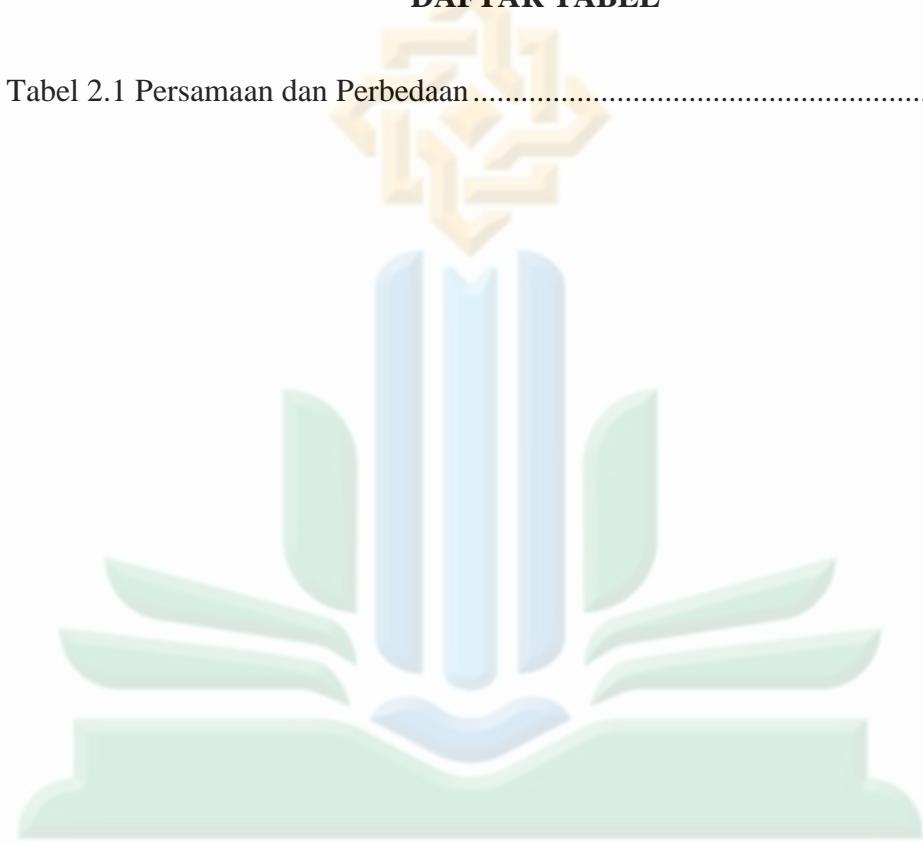
Hal.

| | |
|--|-------------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| PERSETUJUAN PEMBIMBИН | ii |
| PENGESAHAN TIM PENGUJI | iii |
| MOTTO | iv |
| PERSEMBAHAN..... | v |
| KATA PENGANTAR..... | vi |
| ABSTRAK | viii |
| TRANSLITRASI ARAB-INDONESIA | ix |
| DAFTAR ISI..... | xi |
| DAFTAR TABEL | xiii |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Fokus Penelitian | 6 |
| C. Tujuan Penelitian | 6 |
| D. Manfaat Penelitian | 6 |
| E. Definisi Istilah..... | 7 |
| F. Sistematika Pembahasan | 8 |
| BAB II KAJIAN PUSTAKA | 10 |
| A. Penelitian Terdahulu | 10 |
| B. Kajian Teori | 14 |

| | |
|---|-----------|
| BAB III METODOLOGI PENELITIAN | 23 |
| A. Jenis Penelitian..... | 23 |
| B. Sumber Data..... | 23 |
| C. Teknik Pengumpulan Data..... | 24 |
| D. Teknik Analisis Data..... | 24 |
| BAB IV PEMBAHASAN..... | 25 |
| A. <i>Law of Attraction</i> Dalam al-Qur'an | 25 |
| 1. Pengertian <i>Law of Attraction</i> | 25 |
| 2. Sejarah <i>Law of Attraction</i> | 28 |
| 3. Ayat-ayat al-Qur'an yang berkaitan dengan <i>Law of Attraction</i> | 30 |
| B. Dampak <i>Law of Attraction</i> Terhadap Ketenangan Jiwa | 51 |
| 1. Pengertian Ketenangan Jiwa | 51 |
| 2. Ketenangan Jiwa Dalam Perspektif Psikologis..... | 53 |
| 3. Hubungan <i>Law of Attraction</i> Dengan Ketenangan Jiwa | 55 |
| 4. Proses <i>Law of attraction</i> dan Pengaruhnya Terhadap Jiwa | 57 |
| 5. Dampak <i>Law of Atraction</i> terhadap Ketenangan Jiwa..... | 62 |
| BAB V PENUTUP | 67 |
| A. Kesimpulan | 67 |
| B. Saran..... | 68 |
| DAFTAR PUSTAKA | 69 |
| Pernyataan Keaslian Tulisan | 73 |
| Biodata Penulis | 74 |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 2.1 Persamaan dan Perbedaan | 12 |
|---|----|



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia merupakan makhluk ciptaan Allah yang paling sempurna, baik secara rohani maupun jasmani. Adapun kesempurnaan yang diberikan salah satunya adalah kemampuan berpikir. Manusia menggunakan akal pikiran sebagai alat ukur dalam memilih sesuatu yang dianggap cukup baik.¹ Dengan begitu manusia dapat menghadapi segala cobaan hidup, sehingga dapat meraih sebuah kebahagiaan dan keberhasilan hidup.² Namun, dalam proses tercapainya kebahagiaan hidup sering kali muncul adanya rasa cemas. Kecemasan dapat memicu munculnya pikiran-pikiran negatif,³ pikiran negatif dapat menarik perbuatan buruk dan perbuatan buruk merupakan sesuatu yang dilarang oleh agama dan harus ditinggalkan.⁴

Di zaman sekarang banyak manusia yang mudah dalam melakukan perbuatan negatif seperti tindakan korupsi, kekerasan, pencurian, saling fitnah dan bullying di media sosial, dan lainnya. Adapun faktor munculnya perbuatan buruk salah satunya disebabkan karena jauh dari agama. Karena

¹ Ibrahim Elfiky, *Terapi Berpikir Positif*, (Jakarta: Penerbitan Zaman, 2009), 3. <https://books.google.co.id/books?id=JRdoeZpjlf0C&lpg=PA68&ots=YbUEfezlKG&lr&hl=id&pg=PA68#v=onepage&q&f=false>

² Handayani Aulia, “Analisis *Law of Attraction* Pada Ayat al-Qur'an Tentang Perasangka Buruk Serta Implikasi Terhadap Kesehatan Mental”, (*Skripsi*, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2025), 1-2.

³ Faradiana, Zuraidah, Mubarok Ali Syahidin, “Hubungan Antara Pola Pikir Negatif dengan Kecemasan dalam Membina Hubungan Lawan Jenis Pada Dewasa Awal”, *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan* 13, no. 1 (2022): 74 <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jptt/article/download/14482/7640/55730>

⁴ Sudarmoko Imam, “Keburukan Dalam Perspektif al-Qur'an Telah Ragam, Dampak, dan Solusi Terhadap Keburukan”, *Jurnal Dialogia* 12, no. 1 (2014): 23 <https://jurnal.iainponorogo.ac.id/index.php/dialogia/article/download/300/255>

agama memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupan manusia yaitu sebagai sistem nilai yang mengandung norma-norma tertentu. Norma-norma ini secara umum menjadi pedoman dalam berperilaku dan bersikap agar sesuai dengan ajaran agama yang diyakini. Dalam kehidupan nyata, perbedaan antara orang yang menjalani hidup berdasarkan dengan ajaran agama dengan yang tidak beragama atau acuh terhadap agama sangat terlihat. Salah satunya dari wajah, wajah orang yang berpegang teguh pada keyakinan agama memancarkan ketenangan batin, dan cenderung bersikap tenang, tidak gelisah, serta tidak membuat orang lain merasa tersakiti atau dirugikan. Sebaliknya, orang yang hidupnya tanpa ada tuntunan agama cenderung mudah goyah, pikirannya dipenuhi dengan kegelisahan, dan lebih mementingkan diri sendiri atau kelompoknya. Perilaku dan sikapnya lebih banyak didorong oleh keinginan untuk memuaskan hawa nafsu dan kenikmatan dunia semata.⁵

Manusia seringkali tidak menyadari bahwa ketika berpikir positif atau negatif akan menghasilkan kehidupan yang positif atau negatif pula. Proses berpikir yang dilakukan manusia akan menarik respon yang akan mendatang. Keterkaitan antara proses berpikir dengan hasil berpikir disebut dengan *Law Of Attraction*.

Menurut Rusdin S. Rauf dalam bukunya yang berjudul *Quranic Law Of Attraction Meraih Asa Dengan Energi Kalam Ilahi* mengatakan bahwa *Law Of Attraction* merupakan hukum keterkaitan yang mendatangkan respon apa saja yang dipancarkan dengan menciptakan getaran (pikiran dan perasaan)

⁵ Suci Nilam, "Penting nya Agama Dalam Hidup", *Jurnal Counselia Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam* 3, no. 1 (2022): 48. <https://counselia.faiunwir.ac.id/index.php/cs/article/view/37>

yang lebih banyak, baik getaran positif atau negatif. Hukum itu hanya merespons getaran yang terjadi. Sederhananya, “saat kita memikirkan sesuatu,” hukum bersuara “kita sedang menarik sesuatu itu ke arah diri kita”.⁶

Secara filosofi *Law Of Attraction* menyatakan bahwa pikiran memiliki peran penting dalam menentukan sebuah realitas yang dialami manusia. Maksutnya, apa yang orang lihat dan rasakan pada saat itu merupakan hasil dari gambaran yang ada di pikirannya.⁷

Dalam kajian *Law Of Attraction* selain berfokus pada pikiran juga mengutamakan pada keyakinan seseorang terhadap pikirannya. Keyakinan inilah yang nantinya menjadi keberhasilan atau tidaknya seseorang dalam mencapai suatu keinginan. Jika dalam kehidupan seseorang tidak memiliki keyakinan dalam dirinya maka orang tersebut tidak akan bisa mendapatkan keinginannya karena selalu dihantui dengan perasaan khawatir dan ragu. Dalam hal inilah kemudian menjadikan seseorang tidak dapat maju atau mencapai tujuan karena selalu terjebak pada pikiran-pikiran negatif dan ketakutan yang ada dalam dirinya sendiri.⁸ Untuk menghilangkan rasa takut atau gelisah harus diimbangi dengan pendekatan diri kepada Allah swt dengan cara mengkaji al-Qur'an. Karena di dalam al-Qur'an terdapat penjelasan tentang bagaimana cara mengendalikan diri sendiri, terutama pikiran dan

⁶ Rusdin S. Rauf, *Quranic Law Of Attraction Meraih Asa Dengan Energi Kalam Ilahi*, (Jakarta: Insight First Indonesia, 2021); 6.

⁷ Pangesti Nuraini, “*Konsep Law Of Attraction Dalam al-Qur'an Dan Relevansinya Dengan Goal Achievement*”, (Skripsi, Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2024), 2.

⁸ Sulistianingsih, “*Hubungan Law Of Attraction (Loa) Dan Religiositas Penganut Tarekat Shiddiqiyah Di Kabupaten Bojonegoro*”, (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2023), 5-6.

perasaan, sehingga dapat mencapai kebahagiaan dan kesuksesan hidup yang sesuai dengan hukum keterkaitan.⁹

Dalam sudut pandang agama Islam *Law Of Attraction* tidak hanya menekankan pikiran manusia, tetapi juga pada usaha manusia dalam menyesuaikan antara kehendaknya dengan kehendak Allah swt, yang maha menentukan segala sesuatu. Dengan demikian, *Law Of Attraction* tidak hanya berfokus pada kekuatan mental seseorang, tetapi juga pada keselarasan antara usaha manusia dengan takdir yang telah di tentukan oleh Allah swt. Dalam ajaran Islam istilah *Law Of Attraction* juga tidak secara langsung di sebutkan, namun memiliki prinsip yang serupa dengan ayat-ayat yang ada di dalam al-Qur'an.¹⁰ Salah satunya terdapat dalam QS. an-Nahl (16): 97, yang berbunyi sebagai berikut:

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ اُنْثِي وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنْحِينَهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنْجُرِّبَهُمْ أَجْرًا هُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ

Artinya: "Siapa yang mengerjakan kebajikan, baik laki-laki maupun perempuan, sedangkan dia seorang mukmin, sungguh, kami pasti akan berikan kepadanya kehidupan yang baik dan kami akan beri balasan dengan pahala yang lebih baik dari pada apa yang selalu mereka kerjakan."¹¹

Al-Qur'an memiliki banyak energi yang dapat diberikan kepada manusia. Semua perkataan yang ada dalam al-Qur'an adalah kebenaran dan didalamnya juga mengandung banyak nasihat-nasihat baik, nilai-nilai yang berkaitan dengan pendidikan, sejarah, pengorbanan, kesuksesan, kebahagiaan, dan lainnya. Selain itu al-Qur'an juga bisa memberikan solusi untuk

⁹ Rauf, *Quranic Law Of Attraction*, 3-10.

¹⁰ Jamila Maryam, "Hukum Tarik Menarik Dalam Perspektif Al-Qur'an: Ketenangan Hati Sebagai Kunci Kesuksesan", *Jurnal (IPSSJ)* 2, no. 1 (2025): 2. <http://ipssj.com/index.php/ojs/article/view/94>.

¹¹ Kementerian Agama, *Al-qur'an dan terjemahannya*, 278.

mendapatkan ketenangan batin. Semua akan menjadi nyata ketika sudah terwujud dalam kehidupan sehari-hari dengan adanya bantuan do'a, syukur, dan sabar.¹²

Sejalan dengan hal tersebut, konsep *Law of Attraction* sudah banyak dikenal dan dibahas dalam ranah psikologi populer maupun motivasi. Kajian yang menggabungkan konsep ini secara mendalam dengan nilai-nilai al-Qur'an masih sangat terbatas. Selain itu, kajian yang secara khusus menyoroti dampak *Law of Attraction* dalam al-Qur'an dengan ketenangan jiwa manusia belum ditemukan. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting untuk mengisi kekosongan tersebut dengan menelaah ayat-ayat yang berkaitan, menganalisis makna serta pesan-pesan yang terkandung di dalamnya melalui pandangan para mufassir, serta menjelaskan bagaimana penerapan prinsip-prinsip tersebut dapat memberikan ketenangan jiwa dalam kehidupan manusia.

Terdapat beberapa ayat al-Qur'an yang berkaitan dengan tema ini. Diantaranya adalah QS. an-Nahl (16): 97, QS. al-Zalzalah (99): 7-8, QS. al-Isra' (17): 7, QS. Fushshilat (41): 46, QS. al-Anbiya' (98): 94, QS. Ghafir (40): 40, dan QS. An-Naml (27): 89 yang nantinya akan dibahas dalam penelitian ini, serta mengungkapkan makna dan pesan yang ada dalam ayat-ayat tersebut memlalui penafsiran para mufassir. Oleh karena itu penulis melakukan penelitian yang bejudul: *LAW OF ATTRACTION DALAM AL-QUR'AN DAN DAMPAKNYA TERHADAP KETENANGAN JIWA.*

¹² Agustin Dwi Putri, Nasrulloh, "Law Of Attraction Pada Energi Kalam Qur'an", *Jurnal Tarbiyah Bil Qur'an* 8 no.1 (2024): 26. <https://ejurnal.stita.ac.id/ind53ex.php/TBQ/article/view/186>.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan pemaparan yang ada dalam latar belakang di atas penulis memiliki fokus penelitian, agar penelitian ini tersusun secara sistematis, diantaranya:

1. Bagaimana *law of attraction* dalam al-Qur'an?
2. Bagaimana dampaknya *law of attraction* terhadap ketenangan jiwa ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan dari fokus penelitian di atas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk menjelaskan *Law of Attraction* dalam al-Qur'an.
2. Untuk mengetahui dampaknya *Law of Attraction* terhadap ketenangan jiwa.

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat khususnya dalam aspek teoritis maupun aspek praktis, antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah keilmuan baru yang searah dengan konsentrasi keilmuan peneliti serta dapat memperluas wawasan bagi penulis dan pembaca mengenai *Low Of Attraction* dalam al-Qur'an dan dampaknya terhadap ketenangan jiwa, dan semoga dapat dijadikan sebagai sumber rujukan bagi peneliti-peneliti selanjutnya yang berkategori kepustakaan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Dengan adanya penelitian ini penulis berharap dapat memahami lebih dalam tentang *Law Of Attraction* dalam al-Qur'an serta dampaknya terhadap ketenangan jiwa.

b. Bagi Lembaga

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang positif dan manfaat khususnya bagi fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora serta dapat dijadikan koleksi tambahan dalam kajian ilmiah khususnya dalam bidang tafsir.

c. Bagi Pembaca

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan panduan dan wawasan baru bagi pembaca tentang *Law of Attraction* dalam al-Qur'an serta dampaknya terhadap ketenangan jiwa.

E. Definisi Istilah

1. *Law Of Atraction*

Law Of Attraction adalah suatu konsep yang berlandaskan pada keyakinan bahwa pikiran dan perasaan seseorang memiliki kemampuan untuk menarik pengalaman dan peristiwa yang serupa ke dalam hidup seseorang.¹³ Kekuatan pikiran juga termasuk dari salah satu ajaran utama

¹³ Rani Desti Maya, Rizqulloh Lutfiyah, Widyaningrum Bajeng Nurul, nadiyah Salma, Prabowo Hendro, "Tranformasi Prasangka Dengan *Law Of Attraction*: Membangun Pikiran Positif Dilingkungan Kerja", *Jurnal Pengabdian Multidisiplin Dan Pemberdayaan Masyarakat* 1 no.1 (2024): 42. <https://journal.polbitrada.ac.id/index.php/abdikestarda/article/view/55> .

al-Qur'an.¹⁴ Jadi al-Qur'an dengan *Law of Attraction* memiliki hubungan yang erat. Karena keduanya mengajarkan bahwa apa yang dipikirkan, diyakini, dan dilakukan manusia akan kembali kepada dirinya.

2. Ketenangan Jiwa

Ketenangan jiwa memiliki dua suku kata, yaitu ketenangan dan jiwa. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia kata ketenangan berasal dari kata tenang yang diawali dengan kata “ke” dan di akhiri “an”, yang memiliki arti situasi atau keadaan yang tenang, tidak gelisah, yang merujuk pada keadaan batin. Sedangkan jiwa adalah suatu aspek non-fisik seperti roh, akal, sukma, dan lain lain yang bisa dikaitkan dengan tingkah laku seseorang.¹⁵ Jadi ketenangan jiwa adalah kondisi kedamaian hati, pikiran, perasaan, dan kesehatan mental yang ditandai dengan kemampuan dalam bekerja secara optimal, memiliki tujuan hidup yang jelas, serta hati yang tetap tenang dan tidak merasa gelisah saat menghadapi berbagai tantangan hidup.¹⁶

F. Sistematika Pembahasan

Berikut susunan penelitian ini yang dilakukan secara sistematik, sebagai berikut:

¹⁴ Ibad Khoirul, “Sumber *Law of Attraction* (Analisis Al-Qur'an dan Neurosains)”, *LECTURES: Jurnal of Islamic and Education Studies* 2 no. 1 (2023): 23 <https://lectures.pdfaii.org/index.php/i/article/view/20>.

¹⁵ Hana amalina Febriyani, “*Hakikat Ketenangan Jiwa Dalam Al-Qur'an Perspektif Adi Hidayat*,” (Salatiga, UIN SALATIGA, 2024),25-26.

¹⁶ Nurlaila Ema, Sari Nabila Kartika, “Konsep Ketenangan Jiwa Menurut Al-Qusyairi”, *Jurnal Penelitian dan Karya Ilmiah* 2, no. 4 (2024):283. <https://doi.org/10.59059/mutiara.v2i4.1495>.

BAB I: Menjelaskan tentang latar belakang masalah, fokus penelitian, tujuan penelitian, definisi istilah, dan sistematika pembahasan. Dengan tujuan agar memberikan gambaran umum pada penelitian ini.

BAB II: Menjelaskan tentang kajian kepustakaan, yang akan menguraikan penelitian-penelitian terdahulu serta mencari persamaan dan perbedaan dengan penelitian ini.

BAB III: Menjelaskan tentang metode penelitian yang digunakan oleh peneliti yang meliputi jenis penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.

BAB IV: Menjelaskan tentang pembahasan mengenai ulasan seputar jawaban atas pemecahan masalah berdasarkan dengan rumusan masalah yang telah dicantumkan dalam fokus penelitian.

BAB V: Menjelaskan tentang kesimpulan mengenai pembahasan yang telah diuraikan dalam bab empat serta saran-saran yang berkaitan dengan temuan, pembahasan dan simpulan akhir.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Penelitian Terdahulu

Ada beberapa penelitian yang mengkaji tentang *Law Of Attraction*.

Berikut beberapa penelitian terdahulu yang penulis temukan:

1. Skripsi yang ditulis oleh Aulia Handayani mahasiswa jurusan Ilmu al-Qur'an dan Tafsir dari Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau tahun 2024 yang berjudul "Analisis *Law Of Attraction* Pada Ayat al-Qur'an Tentang Prasangka Buruk Serta Implikasi Terhadap Kesehatan Mental". Skripsi Aulia memiliki kemiripan dengan penulis yakni sama-sama membahas tentang *Law Of Attraction*, namun skripsi Aulia lebih menfokuskan terhadap ayat-ayat al-Qur'an tentang perasangka buruk yang di implikasinya terhadap kesehatan mental. Sedangkan penulis meneliti tentang *Law Of Attraction* dalam al-Qur'an dan dampaknya terhadap ketenangan jiwa.¹⁸
2. Skripsi yang ditulis oleh Nuraini Pangesti mahasiswa Jurusan Ilmu al-Qur'an dan Tafsir dari Universitas Islam Negri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwodadi tahun 2023 dengan judul "Konsep *Law Of Attraction* Dalam al-Qur'an Dan Relevansinya Dengan Goal Achievement". Skripsi Nuraini memiliki kemiripan dengan penulis yaitu sama-sama membahas tentang *Law of attraction* dalam al-Qur'an, akan tetapi fokus yang dilakukan dalam skripsi Nuraini adalah merelevansikan

¹⁸ Aulia, "Analisis *Law of Attraction*", 79.

dengan Goal Achievement, dengan menggunakan teori regulasi diri Zimmerman. Sedangkan penulis meneliti tentang *Law Of Attraction* dalam al-Qur'an dan menfokuskan kepada dampaknya terhadap ketenangan jiwa.¹⁹

3. Skripsi yang ditulis oleh Amalina Febriyani Hana Jurusan Ilmu al-Qur'an Dan Tafsir di Universitas Islam Negeri (UIN) Salatiga tahun 2024 yang berjudul "Hakikat Ketenangan Jiwa Dalam al-Qur'an Perspektif Ustadz Adi Hidayat". Skripsi Amalina memiliki kesamaan dengan penulis yaitu sama-sama mengkaji tentang cara untuk mencapai ketenangan jiwa, namun dalam skripsi Amalina tidak mengaitkan dengan *Law of Attraction* dalam al-Qur'an. Sedangkan penulis meneliti tentang *Law Of Attraction* dalam al-Qur'an dan dampaknya terhadap ketenangan jiwa. Ayat-ayat yang dibahas adalah yang berkaitan dengan *Law Of Attraction*.²⁰
4. Skripsi yang ditulis oleh Sulistianingsih Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi pada tahun 2022, Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya yang berjudul "Hubungan *Law of Attraction* dan Religiositas Penganut Tarekat Shiddiqiyah Di Kabupaten Bojonegoro". Dalam skripsi Sulistianingsih fokus pembahasannya tentang *Law of Attraction* dengan religiositas penganut Tarekat Shiddiqiyah di kabupaten Bojonegoro. Skripsi Sulistianingsi menggunakan metode *Field Research* yaitu mengumpulkan data melalui wawancara kepada sumbernya langsung dan tidak membahas tentang bagaimana pandangan al-Qur'an

¹⁹ Nuraini, "Konsep *Law Of Attraction* Dalam al-Qur'an", 143.

²⁰ Febriyani, "Hakikat Ketenangan Jiwa". 111.

tentang *Law Of Attraction*. Sedangkan penulis lebih menekankan dan menfokuskan penelitian ini pada *Law Of Attraction* dalam al-Qur'an dan dampaknya terhadap ketenangan jiwa.²¹

5. Jurnal yang ditulis oleh Khoirul Ibad, Sekolah Tinggi Agama Islam al-Ittihad Cianjur tahun 2023 dengan judul “Sumber *Law Of Attraction* (Analisis al-Qur'an dan Neurosains)”. Tujuan dari jurnal ini yaitu untuk memperoleh pemahaman yang utuh mengenai teori *Law Of Attraction* berdasarkan al-Qur'an dan Neurosains. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa sumber kekuatan *Law Of Attraction* dalam sudut pandang al-Qur'an adalah hati sedangkan dalam sudut pandang Neurosains kekuatan tersebut berasal dari otak. Persamaan antara jurnal ini dengan penulis yaitu sama-sama membahas tentang *Law Of Attraction* dalam al-Qur'an. Sedangkan perbedaanya adalah jurnal ini mengkaji teori *Law Of Attraction* berdasarkan analisis al-Qur'an dan Neurosain, sedangkan penulis mengaitkan dengan dampak terhadap ketenangan jiwa.²²

Tabel 2.1
Persamaan dan Perbedaan

| No. | Identitas Penelitian | Persamaan | Perbedaan |
|-----|--|---|--|
| 1. | Aulia Handayani (Ilmu al-Qur'an dan Tafsir Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau tahun 2024), “Analisis <i>Law Of Attraction</i> Pada Ayat al-Qur'an Tentang Prasangka | Meneliti tentang <i>Law Of Attraction</i> dalam al-Qur'an | Skripsi Aulia Handayani fokus pada ayat-ayat tentang perasangka dan mengimplikasikan terhadap kesehatan mental sedangkan penulis menfokuskan pada ayat-ayat <i>Law Of Attraction</i> dan dampaknya terhadap ketenangan jiwa. |

²¹ Sulistianingsih, “Hubungan *Law Of Attraction*”, 112.

²² Khoirul, “Sumber *Law Of Attraction*”, 26.

| | | | |
|----|--|--|--|
| | Buruk Serta Implikasi Terhadap Kesehatan Mental” | | |
| 2. | Nuraini Pangesti (Jurusan Ilmu al-Qur'an dan Tafsir Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwodadi tahun 2023), “Konsep <i>Law Of Attraction</i> dalam al-Qur'an Dan Relevansinya dengan Goal Achievement.” | Meneliti tentang <i>Law Of Attraction</i> dalam al-Qur'an. | Skripsi Nuraini Pangesti fokus pada relevansi terhadap Goal Achievement sedangkan penulis menfokuskan pada dampaknya terhadap ketenangan jiwa. |
| 3. | Amalina Febriyani Hana Jurusan Ilmu al-Qur'an Dan Tafsir Universitas Islam Negeri (UIN) Salatiga tahun 2024, “Hakikat Ketenangan Jiwa dalam al-Qur'an Perspektif Ustadz Adi Hidayat.” | Meneliti tentang ketenangan jiwa | Jurnal amalina Febriyani Hana menfokuskan pada perspektif Ustadz Adi Hidayat sedangkan penulis mengaitkan dengan <i>Law Of Attraction</i> dalam al-Qur'an. |
| 4. | Sulistianingsih pada tahun 2022, Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya yang berjudul “Hubungan <i>Law Of Attraction</i> dan Religiositas Penganut Tarekat Shiddiqiyah Di Kabupaten Bojonegoro”. | Meneliti tentang <i>Law Of Attraction</i> | Skripsi Sulistianingsih berfokus pada hubungan <i>Law Of Attraction</i> dengan religiositas penganut Tarekat Shiddiqiyah di Kabupaten Bojonegoro. Sedangkan penulis membahas tentang <i>Law Of Attraction</i> dalam al-Qur'an dan menfokuskan pada dampaknya terhadap ketenangan jiwa. |
| 5. | Khoirul Ibad, Sekolah Tinggi Agama Islam al-Ittihad Cianjur tahun 2023, “Sumber <i>Law Of Attraction</i> (Analisis al-Qur'an dan Neurosains)”. | Mengkaji tentang <i>Law Of Attraction</i> dalam al-Qur'an | Jurnal Khoirul mengkaji tentang teori <i>Law Of Attraction</i> berdasarkan analisis al-Qur'an dan Neurosains, sedangkan penulis mengaitkan dengan dampaknya terhadap ketenangan jiwa. |

B. Kajian Teori

1. *Law Of Attraction*

Law of attraction atau hukum keterkaitan merupakan hukum yang sangat kuat di alam semesta. konsep ini berasal dari filosofis, dapat ditemukan dalam teks-teks keagamaan seperti dalam kitab-kitab Hindu, Buddha, Yahudi, kristen, dan Islam, serta terdapat di suatu peradaban seperti Mesir Kuno.²³ Secara bahasa Kata *Law Of Attraction* terdiri dari dua kata yaitu “*Law*” dan “*Attraction*” yang artinya hukum dan tarik menarik. Hukum merupakan sebuah aturan yang ditetapkan oleh penguasa atau pemerintah untuk mengikat dan mengatur kehidupan manusia. Sedangkan tarik menarik adalah sebuah kejadian dimana objek atau energi saling tarik menarik sesuai dengan keadaannya masing-masing.²⁴ Hukum ini berkaitan dengan pikiran manusia, segala sesuatu yang dipikirkan oleh manusia akan diserap oleh alam semesta menjadi kenyataan.

Salah satu yang mempopulerkan konsep *Law Of Attraction* adalah Rhonda Byrne dalam buku “*The Secret*”. Di dalam buku ini dijelaskan bahwa segala sesuatu yang dipikirkan manusia secara mendalam, disertai dengan loyalitas penuh, energi, dan konsentrasi, baik dalam hal positif atau negatif, maka akan tercipta dalam kehidupan individu.²⁵ Para ilmuan seperti Lisa Nicholas dan Bod Doyle juga meyakini bahwa *Law Of Attraction* akan menarik suatu keadaan yang sama dengan apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh manusia, baik itu buruk atau baik, karena

²³ Byrne, *The Secret Rahasia*, 4.

²⁴ Putri, Nasrulloh, “*Law Of Attraction* Pada Energi Kalam Qur'an”, 25.

²⁵ Aulia, “*Analisis Law of Attraction Pada Ayat Al-Qur'an*”, 13.

hukum ini hanya akan merespon pikiran manusia kemudian akan menariknya dalam kehidupan nyata.²⁶

Menurut Ebre Sentanu yang merupakan seorang penulis, menjelaskan bahwa dengan kekuatan hukum tarik menarik (sinonim dari hukum keterkaitan), anda menarik apapun yang paling sering dipikirkan, apakah anda menginginkannya atau tidak. Jadi, jika anda selalu memikirkan apa “yang anda suka”, hidup anda akan dipenuhi oleh hal itu. Sebaliknya, jika anda selalu memikirkan hal-hal “yang tidak anda suka” maka yang terjadi dalam hidup anda pun akan mencerminkan hal itu.²⁷

Cara kerja *Law Of Attraction* tidak terjadi secara kebetulan, manusia memiliki berbagai macam keinginan dalam hidupnya, namun tidak semua keinginan tersebut dapat tercapai sesuai dengan harapan.

Kegagalan yang terjadi bukan berarti *Law Of Attraction* itu tidak terjadi dan tidak berfungsi. Hukum tarik menarik ini menyatakan bahwa apa saja yang manusia pikirkan baik itu secara tidak langsung, maka manusia menarik sesuatu tersebut kedalam dirinya. Pikiran dapat dianalogikan sebagai magnet. Apapun yang ada dalam mindset manusia maka itulah yang akan ditarik, baik itu dalam kesadarannya maupun tidak. Selain itu, pikiran juga memiliki frekuensi ke alam semesta.²⁸ Setiap saat, alam semesta akan merespon pikiran, emosi, dan tindakan manusia secara otomatis. Karena alam semesta sifatnya tidak memiliki pilihan selain berfungsi sesuai dengan prinsip tersebut. Alam semesta diibaratkan

²⁶ Byrne, *The Secret Rahasia*, 15-19.

²⁷ Rauf, *Quranic Law Of Attraction Meraih Asa Dengan Energi Kalam Ilahi*, 7.

²⁸ Byrne, *The Secret Rahasia*, 8-12.

sebagai cermin yang dapat memantulkan setiap energi yang dipancarkan kepadanya. Setiap energi dan pikiran yang dikirim ke alam semesta akan senantiasa kembali dalam berbagai bentuk, baik objek, peristiwa, maupun pengalaman yang sama dengan pikiran dan energi tersebut. Begitulah cara kerja hukum keterkaitan dalam kehidupan. Secara tidak langsung hukum keterkaitan ini menjelaskan tentang fenomena kebetulan, nasib, dan kekuatan do'a secara ilmiah.²⁹ Dalam hal ini pikiran manusia bisa menjadi kebaikan atau keburukan bagi dirinya sendiri tergantung bagaimana dia memanfaatkan atau menggunakannya, karena pikiran manusia memiliki energi yang sangat kuat di alam semesta.

Cara kerja *Law Of Attraction* sederhananya terbagi menjadi tiga proses:

a. Meminta

Dalam proses meminta manusia harus tahu apa yang diinginkannya dan mulai meminta terhadap semesta untuk mewujudkan keinginannya³⁰. Meminta sama halnya dengan do'a. Do'a memiliki keterkaitan dengan *Law Of Attraction*, karena do'a merupakan sebuah permintaan, keinginan dan harapan yang disampaikan kepada Allah swt dalam bentuk keyakinan. Sedangkan *Law Of Attraction* adalah proses berpikir yang menarik sesuatu dalam kehidupan nyata. Perenungan terhadap konsep ini mengaruh pada

²⁹ Aulia, "Analisis Law of Attraction Pada Ayat al-Qur'an", 14.

³⁰ Firdaus Rubayyi, "Internalisasi Teori Quranic Law Of Attraction Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup secara Holistik: Studi Kasus Seorang Mahasiswa PAI", (Skripsi,Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang,2025):35.

kesadaran bahwa Allah swt senantiasa mengetahui setiap kehendak manusia dan memiliki kuasa untuk mewujudkannya. Melalui aktivitas do'a, secara tidak langsung terjadi penarikan dalam segala hal untuk menjadikan suatu kenyataan³¹.

b. Percaya

Proses selanjutnya manusia harus memiliki rasa percaya bahwa apa yang diinginkannya pasti akan terwujud, ketika manusia sudah meyakini atau percaya bahwa ia akan memiliki sesuatu yang diinginkan maka hukum alam semesta akan mewujudkannya³².

Terciptanya rasa yakin seringkali tidak dapat dijelaskan secara pasti. Akan tetapi, biasanya muncul dari proses yang terjadi didalam diri seseorang secara mendalam. Ketika keyakinan sudah tertanam dengan kuat secara otomatis akan tersimpan dalam alam bawah sadar. Aktivitas otak kanan yang berhubungan dengan imajinasi dan gambaran mental berperan penting dalam proses ini. Apabila seseorang terus menerus membayangkan sesuatu, maka bayangan tersebut akan masuk ke alam bawah sadar yang nantinya alam bawah sadar akan mewujudkan keyakinan tersebut menjadi sebuah kenyataan³³.

c. Merelakan

Proses yang terakhir, manusia tidak boleh ragu sama sekali terhadap pikiran atau hatinya dalam mendapatkan keinginannya, harus

³¹ Kulsum Ummu, “Teori Law of Attraction (Hukum Keterkaitan) dalam Perspektif al-Qur'an”, (Skripsi, Insitut agama Islam Negeri (IAIN) Palopo, 2015): 21.

³² Rubayyi, “Internalisasi Teori Quranic Law Of Attraction”, 36.

³³ Aulia, “Analisis Law of Attraction Pada Ayat Al-Qur'an”, 21-22.

merelakan dan menerima apa saja yang akan terjadi nantinya, apabila ada rasa keraguan di dalam dirinya maka getaran negatif akan menimbulkan kegagalan dalam proses mewujudkan keinginan tersebut, karena hal tersebut tidak sesuai antara pikiran dengan lisannya, sehingga alam lebih berpihak pada pikiran yang berfokus pada hal yang negatif, yang mana hukum ini hanya melakukan tarik menarik dengan pikiran bukan dengan lisan.³⁴

2. Metode Tafsir Tematik

Dapat kita ketahui bahwa kajian tafsir diciptakan untuk mencari dan memahami makna-makna yang terkandung dalam al-Qur'an. Dalam hal ini, para ulama tafsir menciptakan karya-karya yang disertai dengan metode yang digunakan. Salah satunya yaitu kajian tafsir tematik (*maudhu'i*). Metode ini pertama kali dirumuskan oleh Mahmud Shaltut, seorang tokoh terkemuka dalam disiplin tafsir yang menjabat sebagai guru besar di Universitas al-Azhar, Kairo pada tahun 1960.³⁵

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) kata tematik diartikan “berkaitan dengan tema”.³⁶ Sedangkan secara istilah adalah suatu metode yang berfokus pada satu tema tertentu yang kemudian ditelusuri pemahamannya di dalam al-Qur'an dengan cara memadukan semua ayat

³⁴ Rubayyi, “Internalisasi Teori Quranic Law Of Attraction”, 36.

³⁵ M. Quraish Shihab, *Membumikan Al-Qur'an: Fungsi dan peran wahyu dalam kehidupan Masyarakat*, (Jakarta: Mizan, 1992), 110.

³⁶ Kamus Besar Bahasa Indonesia, “Badan Pengembangan Bahasa dan Perbukuan, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia”, di akses pada 1 Mei 2025

yang berkaitan dengan tema, menganalisis, dan yang terakhir disimpulkan menurut semua pendapat yang membahas tentang tema tersebut.³⁷

Metode tafsir tematik dieskripsikan oleh beberapa tokoh salah satunya yaitu al-Farmawi dan Quraish Shihab. Dalam penelitian ini menggunakan teori dari Quraish Shihab. Berikut langkah-langkah penerapan metode tafsir tematik, menurut Quraish Shihab:

- a. Menentukan permasalahan yang akan dibahas.
- b. Mengidentifikasi dan mengumpulkan permasalahan yang dibahas dengan mengumpulkan ayat-ayat al-Qur'an yang berkaitan.
- c. Mengkaji setiap ayat yang berkaitan dengan tema tertentu dengan memperhatikan *asbabun nuzul*-nya.
- d. Menyusun urutan ayat-ayat al-Qur'an berdasarkan waktu turunnya, terutama yang berkaitan dengan hukum, atau mengikuti kronologi peristiwa jika berhubungan dengan kisah, sehingga alurnya dapat dipahami secara runtut awal hingga akhir.
- e. Memahami hubungan antar ayat dengan ayat dalam setiap surah.
- f. Menyusun pembahasan dalam struktur yang rapi, sistematis, dan menyeluruh.
- g. Menambahkan penjelasan ayat dengan hadis, sejarah para sahabat, dan lainnya yang sesuai apabila diperlukan, agar pembahasan menjadi lebih lengkap dan mudah dipahami.

³⁷ M. Quraish Shihab, *Kaidah Tafsir*, (Lentera Hati: Tangerang, 2013), 385.

h. Setelah memahami isi ayat-ayat secara menyeluruh, langkah selanjutnya adalah mengelompokkan ayat-ayat yang relevan, menyisihkan yang sudah terwakili, dan menyelaraskan yang tampak berbeda agar menghasilkan satu kesimpulan utuh tentang pandangan al-Qur'an terhadap tema yang dibahas.³⁸

3. Psikologi Positif

Psikologi positif muncul sebagai sudut pandang baru dalam perkembangan ilmu psikologi modern. Hadirnya psikologi positif dapat memberikan cara pandang baru terhadap ilmu psikologi yang lama, dengan berfokus pada kecenderungan terhadap masalah-masalah yang dialami oleh manusia, seperti halnya kecemasan, depresi, dan lain-lain. Dalam hal ini, manusia sangat memerlukan adanya perbaikan diri terhadap keadaannya melalui psikoterapi dan obat-obatan. Psikologi positif memusatkan perhatiannya terhadap kajian-kajian tentang optimisme, harapan, dan kekuatan pikiran positif manusia. Dari pendekatan ini dapat mengembalikan tujuan utama dari psikologi yaitu membawa manusia untuk mmencapai kehidupan yang lebih produktif, bermakna, dan menentukan serta menumbuhkan potensi dan bakat yang terpendam dalam diri manusia, bukan hanya berfokus pada penanganan gangguan kejiwaan manusia.³⁹

³⁸ Shihab, *Kaidah Tafsir*,389-390.

³⁹ Taufiq Jamal, "Titik Temu Psikologi Positif Martin Seligman dan Konsep Wahdat al-Syuhud pada *Kitab al-Durr al-Nafis* Karya Syekh Muhammad Nafis al-Banjari dalam Meraih Authentic Happiness", (Skripsi, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2023), 49.

Menurut Martin Seligman psikologi positif adalah kajian yang membahas tentang berbagai bentuk emosi positif, kekuatan karakter, dan institusi-institusi yang mampu menumbuhkan kualitas hidup manusia. Adapun tujuan utama dari psikologi positif adalah memperluas pemahaman mengenai pengalaman emosional dan mental manusia.⁴⁰ Psikologi positif hadir sebagai terobosan baru yang memberikan pengaruh besar dan luas dalam perkembangan disiplin psikologi. Dampaknya tidak hanya dirasakan dalam ranah psikologi saja, tetapi juga mengarah ke berbagai bidang kehidupan, seperti pendidikan, kepemimpinan, manajemen, ekonomi, dunia bisnis, politik, hingga dunia kemiliteran. Gerakan psikologi positif menunjukkan perkembangan yang begitu cepat dengan menawarkan harapan yang positif dan menggembirakan, dalam kurun waktu dua dekade dari awal munculnya sekitar tahun 1998 sampai sekarang. Pertumbuhan psikologi positif menjadi semakin kuat karena banyaknya penelitian dan penerapan praktik di berbagai konteks, sehingga menjadikannya sebagai salah satu gerakan psikologis yang berkembang sangat pesat.⁴¹

Psikologi positif pada dasarnya ingin menghadirkan pemahaman baru mengenai eksistensi manusia melalui sudut pandang yang lebih bermanfaat. Fokus psikologi positif menitik beratkan pada aspek-aspek kebahagiaan. Hal ini berbeda dengan psikologi positif yang dahulu, dimana fokusnya hanya kepada permasalahan sifat-sifat buruk manusia,

⁴⁰ Jamal, 49.

⁴¹ Imam Setiadi arif, *Psikologi Positif: Pendekatan Saintifik Menuju Kebahagiaan*, (Jakarta, Gramedia, 2016), 1.

sedangkan psikologi positif berlawanan dengan hal tersebut, dimana psikologi positif justru menjadikan potensi, kekuatan, dan karakter positif manusia sebagai pusat perhatian utama dalam pengembangan.⁴² Selain itu psikologi positif juga membantu untuk mencapai kehidupan yang lebih stabil, memuaskan, dan bermakna. Martin Seligman dan Csikszentmihalyi menjelaskan bahwa cabang keilmuan ini diharapkan mampu untuk mendorong munculnya manusia yang memiliki pemahaman ilmiah dan perkembangan secara efektif dalam menghadapi perkembangan global, baik pada tingkat individu, keluarga, maupun masyarakat secara luas. Kajian utama dalam psikologi positif meliputi aspek-aspek positif seperti *Well-Being* (kesejahteraan), *fully function* (Berfungsi penuh), dan kesehatan mental. Pendekatan ini memandang manusia sebagai makhluk yang memiliki potensi dan kekuatan positif, bukan sekedar subjek yang selalu diidentikkan dengan problem psikologis atau gangguan mental.⁴³

⁴² Jamal, *Titik Temu Psikologi Positif*, 51

⁴³ Muhammad Nuruddin, “Meraih meaningful Life: Perspektif Psikologi Positif dan Tasawuf Positif,” *Proceeding of Conference on Strengthening Islamic Studies in the Digital Era (FICOSIS)* 1,no. 1 (2021): 393. <https://share.google/7IscqyVaFpmxRdoOg>

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini memakai jenis penelitian kepustakaan (*Library Research*), yaitu mengumpulkan informasi atau data yang sesuai dengan masalah yang akan dibahas secara lengkap. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Adapun sumber-sumber yang digunakan berupa jurnal, buku, skripsi, artikel, Kitab-kitab, dan lainnya, serta menggunakan sebuah sumber yang berkaitan dengan tema.

B. Sumber Data

1. Data primer

Sumber data primer merupakan sumber rujukan utama yang digunakan dalam sebuah penelitian. Adapun sumber data primer yang digunakan dalam penelitian ini adalah al-Qur'an dengan fokus kepada ayat-ayat yang berkaitan dengan *Law Of Attraction* dan kitab-kitab tafsir. Antara lain Tafsir al-Munir, al-Misbah, al-Qurthubi, dan al-Thabari.

2. Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan sumber data pendukung dari data primer. Sumber data sekunder yang digunakan dalam penelitian ini adalah buku, jurnal, artikel, skripsi, dan yang lainnya yang membahas tentang *Law Of Attraction* dan ketenangan jiwa. Seperti pembahasan tentang terapi berpikir positif, hakikat ketenangan jiwa dalam al-Qur'an, dan lain-lainnya.

C. Teknik Pengumpulan Data

Tahap awal yang dilakukan dalam penelitian ini adalah pengumpulan data melalui berbagai sumber yang mengandung rujukan utama yaitu, *Law Of Attraction* dalam al-Qur'an, serta pendukung-pendukung yang relevan. Adapun teknik yang digunakan adalah studi kepustakaan dengan mengumpulkan buku-buku, skripsi, artikel, dan lainnya. Dalam hal ini akan diperoleh berbagai data yang sesuai dengan konsep yang akan dibahas. Adapun langkah-langkahnya antara lain: menentukan tema, mencari ayat-ayat yang berkaitan dengan tema yang akan di bahas, menelusuri penafsiran para mufassir, kemudian dikaitkan dengan tema yang sedang dibahas, teknik ini merupakan upaya untuk menelaah terhadap berbagai referensi yang saling berkaitan dengan problematika penelitian.

D. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini menggunakan metode analisis deskriptif, yaitu bertujuan untuk medeskripsikan data tanpa membuat generalisasi yang lebih luas. Dalam prakteknya penulis akan mengumpulkan ayat-ayat al-Qur'an yang berkaitan dengan *Law Of Attraction* dengan menggunakan metode tematik (*maudhu'i*), kemudian ayat tersebut ditafsirkan menurut pendapat para mufassir, dari analisis penafsiran tersebut dikaitkan dengan proses terwujudnya dampak terhadap ketenangan jiwa. Setelah data-data terkumpul dan di proses dengan baik, selanjutnya adalah menganalisis data tersebut untuk mendapatkan kesimpulan yang spesifik.

BAB IV

PEMBAHASAN

A. *Law Of Attraction* Dalam Al-Qur'an

1. Pengertian *Law Of Attraction*

Pengertian hukum dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) secara etimologi adalah suatu aturan atau adat yang secara resmi dianggap mengikat, yang diperkuat oleh pemerintah; yang berbentuk undang-undang, peraturan, dan sebagainya yang berfungsi untuk mengatur masyarakat dalam berinteraksi; sebagai patokan (kaidah yang telah ditentukan) yang berkaitan dengan peristiwa (alam dan sebagainya) tertentu; hasil dari keputusan atau (pertimbangan) yang di telah ditetapkan oleh hakim (dalam suatu pengadilan); vonis.⁴⁴ Sedangkan arti dari Tarik-Menarik adalah saling menghela; atau dapat diartikan dengan bertarik tarikan.⁴⁵ Adapun pengertian *Law Of Attraction* secara istilah adalah sebuah energi yang dapat menarik sesuatu yang serupa ke dalam kehidupan manusia. Energi ini bekerja sesua dengan apa yang dipikirkan dan difokuskan, baik positif atau negatif. Hukum tersebut bersifat alami dan tidak membedakan antara baik atau buruk, melainkan hanya mengembalikan energi yang dipusatkan manusia. Dengan kata lain, ketika seseorang memusatkan pikirannya pada suatu hal, ia sedang menarik hal itu untuk hadir dalam hidupnya.⁴⁶

⁴⁴ Kamus Besar Bahasa Indonesia Daring (*Online*), “Hak Cipta Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa (Pusat Bahasa) edisi III”, diakses pada 22 September 2025.

⁴⁵ Kamus Besar Bahasa Indonesia Daring (*Online*), diakses pada 22 September 2025.

⁴⁶ Nuraini, “Konsep *Law Of Attraction* Dalam al-Qur'an”, 29.

Sejak dahulu Banyak para ilmuan teori yang telah mengemukakan *Law Of Attraction*. Salah satunya yaitu Michael J. Losier, Losier mengungkapkan bahwa *Law Of Attraction* secara umum dapat menarik sesuatu kedalam kehidupan kita yang berkaitan dengan apapun itu, baik itu hal yang bersifat positif maupun negatif, sesuai dengan tingkat perhatian, energi, dan fokus yang diberikan kedalam hal tersebut.⁴⁷

Dalam *Law Of Attraction* terdapat aspek yang sangat penting, dimana hal tersebut dapat menggambarkan tentang proses keterkaitan yaitu “getaran”. Istilah ini sering dipahami sebagai gambaran dalam suasana hati, atau perasaan. Namun dalam konteks *Law Of Attraction*, “getaran” merujuk pada perasaan yang sedang dialami oleh seseorang, yang terbagi menjadi dua jenis getaran yaitu positif dan negatif, secara sadar maupun tidak sadar manusia selalu mengirimkan getaran negatif dan positif ke alam semesta. Selain itu, dalam aspek getaran diperlukan adanya komponen utama yaitu pikiran, pikiran merupakan kata yang berasal dari bahasa Arab yaitu *fakara* yang artinya perantara, dengan memiliki kapasitas untuk menyampaikan kepada ilmu. Jadi setiap manusia yang berpikir pasti akan menghasilkan getaran dan getaran tersebut akan direspon oleh alam semesta sesuai dengan getaran pikiran yang dipancarkan.⁴⁸

Seperti halnya, apabila seseorang memiliki perasaan bahagia maka orang tersebut akan cenderung berpikir positif. Namun apabila seseorang

⁴⁷ Wibowo Luqman Khakim, “*Law Of Attraction Dalam al-Qur'an (Studi Tafsir Tematik)*”, (Tesis, UIN Walisongo Semarang, 2023), 18.

⁴⁸ Nuraini, “Konsep *Law Of Attraction* Dalam al-Qur'an,” 30.

memiliki perasaan gelisah dan buruk, maka orang tersebut akan cenderung berpikir negatif. Dalam mengupayakan diri untuk selalu berpikir positif akan dapat mempengaruhi perasaan seseorang. Misalnya, ketika seseorang di beri suatu musibah, seperti kehilangan harta benda atau tertipu dalam bisnis yang sedang dikerjakan, dan ia mampu untuk selalu berpikir positif, maka perasaan kacau yang dialaminya akan berkurang. Jika pikiran positif tersebut selalu ada dan tertanam dalam pikirannya, maka besar kemungkinan orang tersebut akan menjadi pribadi yang lebih tenang, meskipun ujian berat yang datang. Namun apabila seseorang sering memiliki pikiran negatif, maka dalam kehidupannya akan dipenuhi dengan kecemasan, kesulitan, dan banyaknya hambatan sehingga menjauhkannya dari kebahagiaan.⁴⁹

Pikiran yang diambil untuk dipikirkan dan perasaan yang ditarik untuk di rasakan menjadi sangat penting karena hal tersebut akan menarik suatu peristiwa, dan keadaan yang sesuai dengan getarannya. Oleh sebab itu, kemampuan dalam memilih dan mempertahankan getaran (pikiran dan perasaan) harus sesuai dengan keinginannya.⁵⁰

Jadi, dapat dipahami bahwa *Law Of Attraction* merupakan hukum alami yang bekerja melalui getaran pikiran dan perasaan manusia, di mana setiap pikiran positif maupun negatif, akan memunculkan energi tertentu yang kemudian menarik ke dalam pengalaman hidup yang sejalan dengan energi tersebut. Getaran ini dibentuk oleh kondisi mental dan emosional,

⁴⁹ Firdaus Area Prabu, “*Tingkatan Masa Produktif Umur Anda dengan Berpikir Positif*,” (Yogyakarta: Flas Books, 2016), 84-86.

⁵⁰ Firdaus, 85.

sehingga kemampuan seseorang dalam memilih, mengendalikan, dan mempertahankan pikiran serta perasaan sangat menentukan kualitas hidup yang akan di alami. Ketika seseorang terbiasa mempertahankan pikiran positif, meskipun ia menghadapi ujian atau musibah yang besar, maka ia akan lebih mudah merasakan ketenangan dan kelancaran dalam hidupnya, sebaliknya, apabila yang didominasi pikiran negative, maka akan menimbulkan kecemasan, hambatan, dan kesulitan. Dengan demikian, realitas kehidupan seseorang sangat erat kaitannya dengan getaran pikiran dan perasaan yang dipancarkan ke alam semesta.

Law of Attraction (Hukum Keterkaitan) dapat memberikan dampak (sebab) dan respon (akibat) terhadap apapun yang di pancarkan melalui pikiran yang penuh dengan focus, tak peduli hal tersebut positif maupun negatif. Karena hukum tersebut hanya akan merespon getaran-getaran yang di datangkan.

2. Sejarah *Law of Attraction*.

Michael J. Losier dalam bukunya yang berjudul *The Law Of Attraction* menjelaskan bahwa *Law Of Attraction* mulai hadir pada awal tahun 1900-an. Michael juga mengatakan bahwa William Walter pertama kali mengenalkan tentang getaran pikiran dan hukum keterkaitan alam dunia pikiran pada tahun 1906, dilanjutkan oleh Ernest Holmes yang mengenalkan tentang ide- ide dasar ilmu tentang pikiran manusia pada tahun 1926, lalu dilanjutkan oleh Dr. Raymond Holliwell yang menjelaskan tentang bekerja dengan hukum pada tahun 1949. Setelah itu pada awal dasawarsa tahun 1990-an informasi tentang pemahaman *Law Of*

Attraction berkembang luas dan pesat melalui karya Jerry dan Esther Hick.⁵¹

Terdapat salah satu karya buku yang memberikan pengaruh besar terhadap cara berpikir seseorang dalam kehidupan modern ini yaitu buku karangga James Allen dengan judul *As a Man Thinketh* pada tahun (1864-1912), buku ini telah diterbitkan sekitar tahun 1902. Meskipun dalam buku tersebut tidak dijelaskan secara langsung tentang *Law Of Attraction* akan tetapi Allen sudah menjelaskan secara jelas dan terperinci tentang *Law of Attraction* didalamnya. Sehingga karya ini menjadi gagasan awal bagi buku-buku yang lain mengenai penjelasan tentang *Law Of Attraction*. Selanjutnya buku karya William Walker Atkinson yang hidup sekitar tahun (1862-1932) dengan judul buku *Thought Vibration or the Law of attraction in the Thought World*. Dalam buku ini kata *Law of Attraction* disebutkan secara langsung. Selanjutnya karya film dan buku yang berjudul *The Secret* juga telah mempopulerkan tentang *Law Of Attraction*. Dari perkembangan diatas dapat dipahami bahwa pembahasan tentang *Law Of Attraction* bukanlah gagasan baru bagi manusia, hal ini sudah digunakan oleh banyak tokoh-tokoh terdahulu dalam meraih kesuksesan hidup.⁵²

Dalam agama Islam, pandangan tentang *Law of Attraction* sudah diterapkan sejak 14 abad yang lalu dan di ajarkan secara terbuka agar

⁵¹ Michael J. Losier, *Law of Attraction: Mengungkap Rahasia Kehidupan*, (Jakarta Selatan: Ufuk Press, 2007), 1, [https://www.google.co.id/books/edition/Law_of_attraction/iNKL1j8y_YC?hl=id&gbpv=1&dq=Michael%20J.%20Losier%2C%20Law%20of%20Attraction%3A%20Mengungkap%20Rahasia%20Kehidupan\(Jakarta%3A%20UPUK%20PRESS%2C%202007\)%2C&pg=PR8&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Law_of_attraction/iNKL1j8y_YC?hl=id&gbpv=1&dq=Michael%20J.%20Losier%2C%20Law%20of%20Attraction%3A%20Mengungkap%20Rahasia%20Kehidupan(Jakarta%3A%20UPUK%20PRESS%2C%202007)%2C&pg=PR8&printsec=frontcover)

⁵² Khakim, “*Law of Attraction* Dalam al-Qur'an,” 22.

semua umat manusia yang melakukannya dapat mendapatkan rahmat dari Allah yang maha kuasa. Walaupun istilah *Law of Attraction* tidak tertulis secara langsung dalam al-Qur'an, namun esensi dan teori ini sudah di praktikkan oleh Nabi Muhammad, para sahabat, dan umat Islam yang lain pada zaman itu.⁵³

3. Ayat-ayat al-Qur'an yang berkaitan dengan *Law Of Attraction*

Dalam penelitian ini, terdapat tujuh ayat al-Qur'an yang menjadi objek kajian, yaitu: QS. an-Nahl (16): 97, QS. al-Zalzalah (99): 7-8, QS. al-Isra' (17): 7, QS. Fushshilat (41): 46, QS. al-Anbiya' (98): 94, QS. Ghafir (40): 40, dan QS. An-Naml (27): 89. Ayat-ayat tersebut memperlihatkan perbedaan bentuk balasan, baik yang di tampilkan secara langsung maupun tidak langsung. Meskipun demikian, Dari kesuluruhan ayat tersebut tetep mengandung konsep sebab-akibat yang selaras dengan *Law of Attraction*. Berikut ayat-ayat yang balasannya secara langsung dan tidak langsung:

a. Ayat-Ayat Yang Balasannya Secara Langsung

1) QS. al-Isra' (17): 7

لَنْ أَحْسِنْتُمْ أَخْسِنْتُمْ لَا تُنْسِكُمْ وَإِنْ أَسْأَنْتُمْ فَلَا إِنْسَنْتُمْ فَإِذَا جَاءَ وَعْدُ الْآخِرَةِ لِيَسْتُؤْ وُجُوهُكُمْ وَلِيَدْخُلُوا
الْمَسِّيْحَ كَمَا دَخَلُوكُمْ أَوْلَ مَرَّةً وَلَيَسْرُوا مَا عَلَوْا تَسْبِيرًا

Artinya :"Jika berbuat baik, (berarti) kamu telah berbuat baik untuk dirimu sendiri. Jika kamu berbuat jahat, (kerugian dari kejahatan) itu kembali kepada dirimu sendiri. Apabila datang saat (kerusakan) yang kedua, (Kami bangkitkan musuhmu) untuk menyuramkan wajahmu, untuk memasuki masjid (Baitulmaqdis) sebagaimana memasukinya ketika pertama

⁵³ Khakim, "Law of Attraction Dalam al-Qur'an," 23.

kali, dan untuk membinasakan apa saja yang mereka kuasai”⁵⁴.

Ayat ini merupakan keterangan Allah tentang bagaimana Allah mengembalikan suatu perbuatan manusia dengan hal yang sama, yaitu apabila seseorang melakukan kebaikan dan keburukan maka perbuatan tersebut akan kembali pada dirinya sesuai dengan apa yang dilakukannya. Menurut Wahbah al-Zuhaili perbutan baik yang dimaksut dalam ayat ini seperti, ketiaatan kepada Allah, menjalankan perintah dan menjahui larangan nya. Dari kebaikan tersebut dapat mendatangkan manfaat bagi orang tersebut dalam bentuk keberkahan dan terbukannya pintu-pintu kebaikan. Allah juga akan memberikan perlindungan dari orang-orang yang mau berbuat jahat kepadanya sewaktu di dunia dan akan mendapatkan pahala kelak di akhirat.⁵⁵

Dan adapun perbuatan buruk yang dimaksut adalah sesuatu yang diharamkan oleh Allah seperti kemaksiatan. Dari perbuatan maksiat tersebut dapat merugikan diri mereka sendiri. Karena dapat mendatangkan berbagai macam hukuman yang diberikan Allah, seperti dikuasai oleh musuh sewaktu di dunia dan mendapatkan siksa berupa adzab yang sangat pedih kelak di akhirat.⁵⁶

Dalam tafsir Al-Thabari juga dijelaskan bahwa barangsiapa yang melakukan kebaikan dengan menaati Allah, menjalani perintah dan menjahui larangannya, serta memperbaiki urusannya

⁵⁴ Kementerian Agama, *Al-qur'an dan terjemahannya*, 282.

⁵⁵ Wahbah al-Zuhaili, *Al-Tafsiirul-Munir: Fil 'Aqidah Wasy-Syari'ah wal Manhaj*, terj. Abdul Hayyie al-Kattani dkk, vol. 8 (Jakarta: Gema Insani, 2016), 46.

⁵⁶ Wahbah al-Zuhaili, *Al-Tafsiirul-Munir*, 46

maka perbuatan tersebut dapat memberikan manfaat bagi dirinya.

Seperti dilindungi dari orang-orang yang ingin melakukan kejahatan kepada mereka, diberikan harta yang melimpah, dan diberikan tambahan kekuatan dari kekuatan yang telah ada saat di dunia. Dan kelak di akhirat Allah akan memberikan surgannya.

Begitu juga bagi orang yang melakukan keburukan. Barangsiapa yang melakukan keburukan seperti melakukan sesuatu hal yang diharamkan oleh Allah dan bermaksiat kepadanya, maka sesungguhnya mereka telah berbuat jahat kepada dirinya sendiri.

Karena dari perbuatan maksiat tersebut mereka telah membuat Allah marah. Dari situ Allah akan mendatangka musuh-musuh untuk mencelakai mereka sewaktu didunia dan kelak di akhirat Allah akan mengabadikan mereka di neraka dengan siksaanya yang sangat pedih.⁵⁷

Dari kedua penafsiran diatas menunjukkan bahwa ayat ini memiliki keselarasan dengan *Law of Attraction* (hukum keterkaitan), karena didalamnya terdapat sebab-akibat, yaitu, perbuatan baik dapat mendatangkan kebaikan dalam dirinya yang berupa kedamaian dan kesejahteraan hidup. Sedangkan perbuatan buruk dapat mendatangkan keburukan berupa kecemasan dan siksaan dalam dirinya.

⁵⁷ Abu Ja'far Muhammad bin Jarir al-Thabari, *Jami' al-Bayan an Ta'wil Ayat al-Qur'an*, terj. Oleh Amir hamzah, vol. 16, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2009), 498.

Makna dari kembalinya perbuatan yang dilakukan manusia untuk dirinya sendiri juga dijelaskan dalam firman Allah yang lain, yaitu dalam QS. al-Fushshilat (41): 46, sebagai berikut:

- مَنْ عَمِلَ صَالِحًا فَلِنفْسِهِ وَمَنْ أَسَاءَ فَعَلَيْهِ وَمَا رَبُّكَ بِظَلَامٍ لِلْعَيْنِ -

Artinya: "Siapa yang mengerjakan kebajikan, maka (pahalanya) untuk dirinya sendiri dan siapa yang berbuat jahat, maka (akibatnya) menjadi tanggungan dirinya sendiri. Tuhanmu sama sekali tidak menzalimi hamba-hamba(-Nya)".⁵⁸

Hal ini merupakan suatu ketetapan Allah yang ditujukan kepada hamba-hambahnya untuk selalu berbuat baik.

Kemudian apabila manusia melakukan keburukan yang kedua kalinya, maka Allah akan mendatangkan musuh kepadanya untuk merusak wajahnya dalam bentuk penghinaan dan penindasan.⁵⁹

Jadi perbuatan positif yang dilakukan oleh manusia dapat mendatangkan kedamaian dan kesejahteraan hidup bagi dirinya sendiri. Dalam hal tersebut, manusia dapat merasakan kedamaian batin yang kemudian menghasilkan ketenangan jiwa. Ketika jiwa seseorang sudah tenang, maka mereka akan lebih berhati-hati dalam berpikir dan bertindak untuk melakukan sesuatu. Sehingga dapat meningkatkan kesadaran sepiritual pada dirinya.

2) QS. Fushshilat (41): 46

- مَنْ عَمِلَ صَالِحًا فَلِنفْسِهِ وَمَنْ أَسَاءَ فَعَلَيْهِ وَمَا رَبُّكَ بِظَلَامٍ لِلْعَيْنِ -

Artinya: "Siapa yang mengerjakan kebajikan, maka (pahalanya) untuk dirinya sendiri dan siapa yang berbuat jahat, maka

⁵⁸ Kementerian Agama, *Al-qur'an dan terjemahannya*, 481.

⁵⁹ Wahbah al-Zuhaili, *Al-Tafsiirul-Munir*, 46-47

(akibatnya) menjadi tanggungan dirinya sendiri. Tuhanmu sama sekali tidak menzalimi hamba-hamba(-Nya)".⁶⁰

Menurut Wahbah al-Zuhaili ayat ini menjelaskan tentang

orang-orang yang melakukan kebaikan di dunia, seperti mengerjakan perintah Allah swt dan menjahui larangannya. Maka kebaikan tersebut akan kembali pada dirinya sendiri, dengan berupa balasan yang setimpal dengan apa yang telah dikerjakan. Sedangkan bagi orang yang melakukan keburukan berupa kemaksiatan dan melakukan hal-hal yang diharamkan oleh Allah swt, maka perbuatan tersebut akan memberikan dampak buruk pada dirinya sendiri, berupa sanksi sesuai dengan dosa yang diperbuatnya⁶¹. Hal ini serupa dengan firman Allah swt, sebagai berikut:

“Dan bahwa manusia hanya memperoleh apa yang telah diusahakannya”. (QS. Al-Najm (53): 39)⁶²

Orang yang melakukan perbuatan baik, pahalanya tidak akan dikurangi sedikit pun. Dan tidak ada seorang pun yang akan di siksa kecuali karena dosanya.⁶³

Dalam tafsir al-Thabari di jelaskan bahwa seseorang melakukan amal salih di dunia karena ketaatannya kepada Allah swt, melaksanakan perintahnya, dan menjahui larangannya, maka amal shalih tersebut akan bermanfaat bagi dirinya sendiri, Karena mereka pasti akan mendapatkan balasan, sesuai dengan janji Allah

⁶⁰ Kementerian Agama, *Al-qur'an dan terjemahannya*, 481.

⁶¹ Wahbah al-Zuhaili, *Al-Tafsiirul-Munir: Fil 'Aqidah Wasy-Syari'ah wal Manhaj*, terj. Abdul Hayyie al-Kattani dkk, vol.12, (Jakarta: Gema Insani, 2016), 436-437.

⁶² Al-Zuhaili, 437.

⁶³ Al-Zuhaili,437.

swt, yaitu berupa surga dan di selamatkan dari api neraka. Kemudian pada firman Allah swt, “dan sekali-kali tidaklah Rabbmu menganiaya hamba-hambanya,” dijelaskan bahwa Allah swt tidak akan memberikan suatu hukuman bagi orang yang tidak melakukan perbuatan dosa. Bahkan Allah swt hanya akan memberikan hukuman bagi orang yang melakukan kejahatan yang sesuai dengan kejahatan yang pernah dilakukan di dunia. Jadi atas dasar apa mereka mendapatkan hukuman tersebut.⁶⁴

Dari penjelasan diatas menunjukkan bahwa ayat ini memiliki hukum keterkaitan sebab–akibat (sunatullah) bahwa setiap perbuatan manusia akan kembali kepada dirinya sendiri secara adil, dimana kebaikan dibalas kebaikan dan keburukan dibalas keburukan, tanpa adanya kezaliman dari Allah, dan keyakinan terhadap keadilan Ilahi di dalamnya. Hal ini dapat berdampak pada ketenangan jiwa seseorang, karena mereka merasa hidupnya berjalan dengan hukum yang pasti, adil, dan dapat dipertanggungjawabkan sehingga hati menjadi tenang, aman, dan tidak diliputi kecemasan.

3) QS. al-Nahl (16): 97

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا فَمَنْ ذَكَرَ أَوْ أَنْتَ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْكِمَنَّ حَيْوَةَ طَيْبَيْهِ وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ
بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ

Artinya:“Siapa yang mengerjakan kebajikan, baik laki-laki maupun perempuan, sedangkan dia seorang mukmin, sungguh, Kami pasti akan berikan kepadanya kehidupan yang baik

⁶⁴ Abu Ja'far Muhammad bin Jarir al-Thabari, *Jami' al-Bayan an Ta'wil Ayat al-Qur'an*, terj. Oleh Amir hamzah, vol. 22, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2009),788-789.

dan akan Kami beri balasan dengan pahala yang lebih baik daripada apa yang selalu mereka kerjakan”⁶⁵.

Ayat ini menjelaskan tentang janji Allah kepada orang-orang yang berbuat baik atau beramal shaleh, baik itu laki-laki maupun perempuan, akan mendapatkan balasan berupa kebahagiaan dalam hidupnya serta mendapatkan balasan berupa kenikmatan kelak di akhirat.⁶⁶

Wahbah al-Zuhaili menjelaskan, bahwa barang siapa yang beramal shaleh, sesuai dengan ajaran al-Qur'an dan sunnah Rasulullah saw dan disertai dengan kondisi hati iman kepada Allah swt, baik laki-laki maupun perempuan, maka akan mendapatkan balasan di dunia berupa kehidupan yang baik dan di akhirat akan mendapatkan ganjaran. Adapun kehidupan yang baik memiliki beragam bentuk kesenangan. Dimana Ibnu Abbas dan beberapa ulama' lain menafsirkan bahwa kehidupan yang baik itu berupa rezeki yang halal dan baik, kebahagiaan, atau mengamalkan ketaatan dan hati merasa senang dan qana'ah. Ibnu Katsir juga menambahkan bahwa “kehidupan yang baik mencakup semua itu.” Hal ini sesuai dengan hadits yang diriwayatkan oleh imam Ahmad dari Abdullah bin Amr r.a., Rasulullah saw.⁶⁷ Bersabda,

“Sungguh, benar-benar beruntung orang yang masuk islam, diberi rezeki yang cukup (tidak berlebih dan tidak pula kurang), dan Allah swt menjadikannya memiliki sifat qana'ah dengan apa yang dia berikan kepadanya.”

⁶⁵ Kementerian Agama, *Al-qur'an dan terjemahannya*, 278.

⁶⁶ Wahbah A-Zuhaili, *Al-Tafsiirul-Munir: Fil 'Aqidah Wasy-Syari'ah wal Manhaj*, terj. Abdul Hayyie al-Kattani dkk, vol. 7 (Jakarta: Gema Insani, 2014), 471.

⁶⁷ Az-Zuhaili, 471.

Hadits ini juga diriwayatkan oleh Muslim dari hadits abdullah bin Yazid al-Muqri.⁶⁸

Sedangkan Quraish Shihab menjelaskan bahwa kata saleh yang dimaksud adalah baik, serasi atau bermanfaat dan tidak rusak. Seseorang bisa dikatakan beramal saleh apabila dapat menjaga nilai-nilai yang terdapat dalam sesuatu, sehingga nilai yang terkandung di dalamnya tidak berubah. Amal saleh yang dimaksud juga dapat dikatakan dengan kegiatan yang dapat memberikan manfaat dan fungsi yang lebih baik. Sehingga menghasilkan kehidupan yang baik. Kehidupan yang baik bukan berarti hidup mewah tanpa adanya ujian, tetapi kehidupan yang diimbangi dengan rasa sabar, damai, ikhlas, dan syukur atas nikmat yang diberikan oleh Allah swt. Sehingga jauh dari rasa sedih dan ketakutan yang mendalam. Hal ini berlaku bagi laki-laki maupun perempuan.⁶⁹

Di dalam al-Qur'an tidak dijelaskan mengenai standar untuk mendapatkan nilai-nilai atau kebahagiaan yang harus di dapatkan. Namun amal saleh mencakup semua perilaku yang dapat memberikan manfaat yang baik dan tidak terdapat kerusakan di dalamnya. Adapun hal yang dianggap tidak melakukan amal saleh atau melakukan perusakan terhadap alam semesta, sebagaimana yang diuлас dalam al-Qur'an, yaitu: merusak tumbuhan, tidak

⁶⁸ Az-Zuhaili, 471

⁶⁹ Quraish Shihab, *Tafsir al-Misbah pesan, kesan dan keserasian al-Qur'an jilid 7*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 342.

menerima suatu kebenaran, perampukan, pembunuhan, pengurangan timbangan dan hak-hak manusia, memecah belah suatu kelompok, pemborosan, penipuan, berperilaku seenaknya sendiri, dan lain-lain. Semakin tinggi seseorang dalam melakukan amal saleh, maka semakin tinggi pula kualitas yang didapatkan dalam hidunya. Sebagaimana sebaliknya. Perilaku yang disebutkan di atas merupakan contoh-contohnya saja. Sehingga bisa dipahami bahwa amal saleh sangat luas cakupannya.⁷⁰

Dari penafsiran diatas dijelaskan bahwa dalam setiap amal saleh yang dilakukan oleh manusia pasti akan menghasilkan balasan berupa *hayātan ṭayyibah*, yakni “kehidupan yang baik”. Hal ini menunjukkan bahwa di dalam ayat ini terdapat adanya sebab akibat dari *Law of Attraction*, di mana keimanan dan perbuatan baik menjadi sebab lahirnya ketenteraman hidup, baik secara batin maupun lahir; sebab amal saleh yang dilakukan dengan niat yang benar akan membentuk sikap positif, ketenangan hati, dan kestabilan jiwa, sementara keyakinan bahwa setiap kebaikan sekecil apa pun dicatat dan dibalas oleh Allah menumbuhkan rasa aman, optimisme, serta kepercayaan terhadap keadilan-Nya, sehingga manusia mampu menjalani kehidupan dengan penuh makna, tanggung jawab, dan ketenangan jiwa.

⁷⁰ Shihab, 342-343

4) QS. Ghafir (40): 40

مَنْ عَمِلَ سَيِّئَةً فَلَا يُجْزَى إِلَّا مِثْلَهَا وَمَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكْرٍ أَوْ أُنْثِي وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَأُولَئِكَ يَدْخُلُونَ الْجَنَّةَ يُرْزَقُونَ فِيهَا بِعَيْرٍ حِسَابٍ

Artinya: “Siapa yang mengerjakan keburukan tidak dibalas, kecuali sebanding dengan keburukan itu. Siapa yang mengerjakan kebijakan, baik laki-laki maupun perempuan sedangkan dia dalam keadaan beriman, akan masuk surga. Mereka dianugerahi rezeki di dalamnya tanpa perhitungan.”⁷¹

Ayat ini merupakan suatu prinsip keadilan dan kasih sayang

Allah dalam pemberian balasan terhadap perbuatan hambanya, baik itu laki-laki maupun perempuan. Dalam tafsir al-Munir dijelaskan bahwa apabila seseorang melakukan perbuatan maksiat, maka diakhirat kelak Allah akan memberikan balasan sesuai dengan kemaksiatan yang telah diperbutnya. Dan apabila mereka berbuat di dunia melakukan amal saleh seperti: menaati perintah Allah, menjahui larangannya, serta meyakini Allah swt dan para utusannya. Maka kelak diakhirat Allah akan memasukkannya kedalam surganya dengan berbagai macam kenikmatan dan rizki yang berlipat ganda, tanpa batasan dan tidak di sesuaikan dengan apa yang telah diperbuat. Ini semua merupakan bentuk keadilan Allah kepada hambanya.⁷²

Sedangkan dalam tafsir al-Thabari dijelaskan secara detail bahwa barang siapa yang melakukan kemaksiatan saat di dunia, maka Allah akan memberikan balasan sesuai dengan yang telah di perbuat, Allah pasti akan menghukumnya. Dan barang siapa yang

⁷¹ Kementerian Agama, *Al-qur'an dan terjemahannya*, 471.

⁷² Wahbah A-Zuhaili, *Al-Tafsirul-Munir: Fil 'Aqidah Wasy-Syari'i'ah wal Manhaj*, terj. Abdul Hayyie al-Kattani dkk, vol. 12 (Jakarta: Gema Insani, 2014), 350-351.

melakukan perbuatan baik berupa amal saleh dengan menaati perintah Allah, mejahui larangannya, serta ia dalam keadaan beriman, maka Allah akan memberikan balasan berupa surga. Maksutnya Allah akan memassukkanya kedalam juga kelak di akhirat.⁷³

Menurut Bisyr seorang ahli takwil menjelaskan dari Yazid menjelaskan dari Sa'id menjelaskan, dari Qatadah menjelaskan bahwa lafaz **مَنْ عَمِلَ سُوءً فَلَا يُجْزَى إِلَّا مِثْلُهَا** *“Barang siapa mengerjakan perbuatan jahat, maka ia akan mendapatkan balasan melainkan sebanding dengan kejahatan itu”* Maksut dari perbuatan jahat adalah perbuatan syirik mempersekuatkan Allah. Dan barang siapa yang berbuat jahat, laki-laki maupun perempuan, dan dalam keadaan beriman. Maka Allah akan memberikan rezeki didalam surga berupa buah-buahan surga dan segala kenikmatan yang ada didalamnya tanpa hisab. Tanpa adanya takaran dan timbanagan⁷⁴.

Dari penjelasan di atas menunjukkan bahwa ayat ini memiliki unsur sebab akibat yang selaras dengan *Law of Attraction*, meskipun dalam perspektif al-Qur'an sebab-akibat tersebut sepenuhnya berada dalam bingkai keadilan, kekuasaan, dan kehendak Allah, bukan semata-mata hukum alam yang berdiri sendiri. Ayat ini menegaskan bahwa setiap perbuatan manusia akan melahirkan konsekuensi yang sepadan: keburukan dibalas sesuai

⁷³ Abu Ja'far Muhammad bin Jarir al-Thabari, *Jami' al-Bayan an Ta'wil Ayat al-Qur'an*, terj. Oleh Amir hamzah, vol. 22, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2009), 575-576.

⁷⁴ al-Thabari, *Jami' al-Bayan*, 575-576.

dengan keburukannya, sedangkan kebaikan yang dilakukan dengan iman dibalas dengan ganjaran yang jauh lebih besar, bahkan tanpa batas dan perhitungan. Pola ini menunjukkan bahwa apa yang ditanam oleh manusia, baik dalam bentuk keyakinan, niat, maupun amal, maka akan kembali kepadanya. Dalam kerangka *Law of Attraction*, pikiran, keyakinan, dan tindakan yang selaras dengan nilai kebaikan akan “menarik” hasil yang baik pula.

Keyakinan ini berdampak pada ketenangan jiwa, karena manusia merasa aman dari ketidakadilan dan yakin bahwa setiap kebaikan tidak akan sia-sia. Hal tersebut menumbuhkan sikap optimis, harapan, dan ketenteraman batin dalam menjalani kehidupan.

b. Ayat-Ayat Yang Balasannya Tidak Secara Langsung

1) QS. al-Naml (27): 89

مَنْ جَاءَ بِالْحَسَنَةِ فَلَهُ خَيْرٌ مَّنْهَا وَهُمْ مِنْ فَرْعَوْنَ يَوْمَئِذٍ أَمْؤْنَ

Artinya: “Siapa yang datang membawa kebaikan, maka dia memperoleh (balasan) yang lebih baik daripadanya dan mereka merasa aman dari kejutan (yang dahsyat) pada hari itu”.⁷⁵

Ayat ini merupakan suatu penegasan dari Allah untuk manusia yang melakukan kebaikan dalam hidupnya. Barangsiapa yang melakukan kebaikan maka Allah akan memberikan balasan yang lebih baik dari perbuatan tersebut. Dalam tafsir al-Mishbah dijelaskan bahwa huruf *ba* pada kata مَنْ جَاءَ بِالْحَسَنَةِ artinya adalah kebersamaan dan penyertaan. Jadi dalam ayat ini dijelaskan bahwa

⁷⁵ Kementerian Agama, *Al-qur'an dan terjemahannya*, 385.

barangsiapa membawa kebaikan berupa keimanan yang benar dan sempurna sehingga menghasilkan amal-amal saleh, maka Allah akan memberikan balasan yang lebih baik dari apa yang telah diperbuatnya. Kata lebih disini dapat dikatakan berlipat ganda dari sepuluh sampai tuju ratus kali lipat, bahkan bisa sampai tak terbatas balasannya.⁷⁶

Seseorang yang beramal saleh akan mendapatkan rasa aman dan tenantr dari Allah, ketika terjadinya situasi yang sangat dasyat pada hari penghimpunan kelak di padang Mahsyar.⁷⁷

Dalam kitab tafsir al-Qurtubi dijelaskan bahwa kebaikan yang dimaksut adalah $\text{لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ}$ (tidak ada tuhan selain Allah). Dijelaskan dari riwayat Abu Dzar, beliau berkata kepada Rasulullah: “ Ya Rasulullah berikanlah saya wasiat.” Kemudian Rasulullah saw bersabda, “Takutlah kepada Allah. Jika kamu berbuat dosa, maka segeralah susul dengan perbuatan baik.” Abu Dzar berkata kembali, “Ya Rassulullah, apakah pengucapan kalimat laa ilaaha illaa Allah termasuk dalam kebaikan?” Rasulullah saw menjawab, “Bahkan dari sebaik-baik kebaikan.” Dijelaskan dalam riwayat lain dari al-Baihaqi, Rasulullah saw bersabda, “Ya, itulah kebaikan dari segala kebaikan.”⁷⁸

Dalam hal ini, barangsiapa yang mengamalkan hakikat laa ilaaha illa Allah (tiada tuhan selain Allah) dan menjalankan sesuatu

⁷⁶ Qhuraish Shihab, *Al- Mishbah: pesan, Kesan, dan keserasian al-Qur'an*, vol. 7, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 290.

⁷⁷ Qhuraish Shihab, *Al- Mishbah*, 290.

⁷⁸ Syaikh Imam al-Qurthubi, *Tafsir al-Qurthubi*, terj. Muhyiddin Mas Rida, vol. 13, (Jakarta: Putaka Azzam, 2009), 618-619.

yang diwajibkan oleh Allah, sedangkan dia dalam keadaan beriman. Maka Allah akan memberikan balasan yang lebih baik dari pada itu. Yakni pahala surga baginya.⁷⁹

Dalam tafsir al-Thabari juga dijelaskan bahwa، مَنْ جَاءَ “Barang siapa yang membawa” kebaikan، dengan mengesakan Allah swt, beriman kepadanya، dan meyakini ucapan “*la ilaha illallah*” (tiada tuhan selain Allah) didalam hatinya، maka akan mendapatkan kebaikan di sisi Allah swt، حَيْثُ “Lebih baik”， kelak di hari kiamat، dan akan mendapatkan surganya، serta diberikan perlindungan dari dasyatnya sangkakala. Jadi barangsiapa yang membawa kebaikan berupa kalimat tauhid dan amal saleh، maka akan mendapatkan perlindungan dan kedamaian pada hari yang paling menakutkan.⁸⁰

Dari ketiga penafsiran diatas menunjukkan bahwa dalam ayat ini terdapat adanya hubungan sebab akibat antara kebaikan yang dilakukan dan balasan yang Allah berikan. Hal ini, selaras dengan *Law of Attraction*, yaitu dari kebaikan menghasilkan kebaikan yang lebih besar. Keyakinan bahwa setiap kebaikan akan mendapatkan balasan dari Allah berupa sesuatu yang lebih baik dapat menumbuhkan rasa aman pada diri seseorang. Karena mereka merasa bahwa hidupnya berada dalam lindungan Allah dan setiap usaha baiknya tidak sia-sia. Secara tidak langsung hal ini dapat mendatangkan ketenangan jiwa، karena mereka tidak lagi

⁷⁹ Al-Qurthubi, *Tafsir al-Qurthubi*, 620.

⁸⁰ Al-Thabari, *Jami' al-Bayan an Ta'wil Ayat al-Qur'an*, vol. 20, 46.

dihantui oleh rasa takut dan gelisah terhadap kehidupan kelak di akhirat.

Meskipun ayat ini berfokus pada kondisi akhirat, namun pesan moral yang ada dalam ayat ini dapat memberikan pijakan psikologis di dunia, yakni bahwa kekuatan iman dan amal saleh dapat menciptakan rasa aman yang mendalam. Inilah bentuk tertinggi ketenangan jiwa: ketenangan yang tidak bergantung pada keadaan dunia, melainkan pada keyakinan bahwa kehidupan manusia berada dalam perlindungan Allah yang Maha Kuasa.

2) QS. al-Anbiya' (98): 94,

فَمَنْ يَعْمَلْ مِنَ الصَّالِحَاتِ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَا كُفُّرَانَ لِسَعْيِهِ وَإِنَّا لَهُ كَافِرُونَ

Artinya: "Siapa yang mengerjakan kebajikan dan dia beriman, maka usahanya tidak akan diingkari (disia-siakan). Sesungguhnya Kamilah yang mencatat untuknya".⁸¹

Ayat ini menjelaskan bahwa setiap perbuatan baik yang dilakukan atas dasar keimanan tidak akan sia-sia di hadapan Allah, karena Allah akan mencatat kebaikan tersebut. Menurut Wahbah al-Zuhaili orang yang beriman kepada Allah dan Rasul-nya, dan menjalankan amal saleh sesuai dengan ajaran yang telah ditetapkan Allah swt, maka segala amalnya tidak akan sia-sia. Setiap perbuatan baik yang dilakukan dengan tulus dan sesuai dengan ajaran agama maka akan dicatat dan diberikan balasan berupa pahala dan ganjaran yang sempurna. Allah tidak akan mengurangi sedikitpun balasan amal yang dilakukan hamba-nya. Walaupun itu

⁸¹ Kementerian Agama, *Al-qur'an dan terjemahannya*, 330.

amal kecil yang dilakukan. Hal ini sesuai dalam firman Allah yang lain, dalam QS. al- Kahfi (18): 30, sebagai berikut:

“Sungguh, mereka yang beriman dan mengerjakan kebajikan, kami benar-benar tidak akan sia-siakan pahala orang yang mengerjakan perbuatan yang baik itu”

Dan dalam QS. al-Isra' (17): 19, sebagai berikut:

“Dan barang siapa menghendaki kehidupan akhirat dan berusaha ke arah itu dengan sungguh-sungguh, sedangkan dia beriman, maka mereka itulah orang yang usahanya dibalas dengan baik”.⁸²

Dari kedua ayat diatas dapat difahami bahwa keimanan dan amal saleh merupakan dua hal yang tidak dapat dipisahkan. Iman menjadi dasar keyakinan dalam hati dan dibuktikan dengan pengakuan dan ketaatan kepada Allah dan RasulNya. Sedangkan amal saleh merupakan bentuk nyata dari keimanan tersebut, yaitu dengan melakukan perintah Allah swt dan menjauhi larangan-Nya.

Kemudian dalam kitab tafsir al-Thabari dijelaskan bahwa amal sholeh itu merupakan suatu perbuatan yang sesuai dengan ajaran Allah swt seperti menaati perintahnya, menjauhi larangannya, mempercayai akan keesaannya, taat kepadanya, percaya terhadap janji-janji dan balasannya, maka kelak di akhirat akan mendapatkan pahala. Semua amal shalih yang dilakukan akan dicatat, dan tidak akan meninggalkan catatan amal sedikitpun, baik itu kecil maupun besar, sedikit maupun banyak.⁸³

⁸² Al-Zuhaili, *Al-Tafsirul-Munir*, 137.

⁸³ Abu Ja'far Muhammad bin Jarir al-Thabari, *Jami' al-Bayan an Ta'wil Ayat al-Qur'an*, terj. Oleh Amir hamzah, vol.18, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2009), 273-274.

Dalam tafsir al-Mishbah lafaz (وَهُوَ مُؤْمِنٌ) yang artinya “sedang ia adalah mukmin” merupakan syarat mutlak diterimanya amal seseorang serta diperolehnya pahala. Karena amal yang tidak dilandasi dengan iman, tidak termasuk amal saleh, dan iman yang tidak menghasilkan amal saleh, termasuk keimanan yang rapuh. Kemudian pada lafaz (كُفْرَانَ) diambil dari lafaz (كُفَرْ) yang artinya “menutup”. Dapat difahami dengan “tidak mengakui kebaikan” atau tidak bersyukur. Dalam al-Qur'an di gunakannya lafaz ini antara lain sebagai antonim dari lafaz (شَكْرٌ), karena dapat disandingkan dengan kata syukur. Seperti dalam firman Allah QS. Ibrahim (14):7. Sebagai berikut:

لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَا زِيَّدَنَّكُمْ وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

“Kalau kamu bersyukur pasti aku menambahkan (nikmatku) untuk kamu, dan jika kamu kufur, maka sesungguhnya azab-ku amat pedih”.

Dan pada lafaz (فَلَا كُفَرَانَ لِسَعْيِهِ) sesuai dengan firman Allah

QS. al-Insan (76): 22. Yaitu:

إِنَّ هَذَا كَانَ لَكُمْ جَزَاءً وَكَانَ سَعْيُكُمْ مَشْكُورًا

“Ini adalah balasan buat kamu dan adalah usaha kamu disyukuri (diberi ganjaran)”.

Dari penggalan ayat ini dijelaskan bahwa setiap usaha yang

dilakukan seseorang tidak akan ditutupi atau diabaikan oleh Allah, melainkan akan diakui dengan diberi suatu balasan berupa ganjaran. Ganjaran yang diberikan itu menjadi tanda bahwa usaha

tersebut dihargai dan diakui. Inilah bentuk syukur dari Allah kepada hamba-Nya, yaitu membalas kebaikan dengan ganjaran.⁸⁴

Dari ketiga penafsiran diatas menunjukkan bahwa di dalam ayat ini terdapat adanya hubungan sebab akibat. Dimana iman dan amal soleh menjadi suatu sebab, dan pencatatan, pengauan, serta ganjaran menjadi suatu akibat. Tidak ada usaha baik yang diabaikan oleh Allah, sekecil apapun itu, karena semuanya telah dicatat dan dibalas sebagai bentuk rasa syukur Allah kepada hambanya. Hal ini sesuai dengan *Law of Attraction*, bahwa keyakinan yang benar dan perbuatan positif akan menghasilkan dampak yang sepadan. Dari keyakinan tersebut dapat menjadikan ketenangan jiwa, karena seseorang merasa aman, optimis, dan tidak takut usahanya akan sia-sia.

3) QS. al-Zalzalah (99): 7-8

فَمَنْ يَعْمَلْ مِنْ تَقْلِيلٍ ذَرَّةٌ حَيْرًا يَعْرَهُ (٧) وَمَنْ يَعْمَلْ مِنْ تَقْلِيلٍ ذَرَّةٌ شَرًّا يَعْرَهُ (٨)

Artinya “Siapa yang mengerjakan kejahatan seberat zarah, dia akan melihat (balasan)-nya.(7) Siapa yang mengerjakan kebaikan seberat zarah, dia akan melihat (balasan)-nya.(8)”⁸⁵

Ayat ini menjelaskan tentang balasan bagi orang yang berbuat kebaikan sewaktu di dunia dan disertai ketaatan kepada Allah swt, walaupun sebesar *dzarrah*, maka akan di perlihatkan balasannya kelak di akhirat, berupa pahala dan kemuliaan. Dan bagi orang yang berbuat keburukan sewaktu di dunia dan berbuat

⁸⁴ Quraish Shihab, *Al- Mishbah: pesan, Kesan, dan keserasian al-Qur'an*, vol. 8, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 506-507.

⁸⁵ Kementerian Agama, *Al-qur'an dan terjemahannya*, 599.

maksiat kepada Allah swt, sekalipun itu sebesar *dzarrah*, maka akan di perlihatkan pula balasannya, berupa kehinaan dan kenistaan di neraka jahanam.⁸⁶

Menurut al-Thabari pada lafaz (وَمَنْ يَعْمَلْ) “dan barang siapa yang mengerjakan”, merupakan suatu berita tentang kehidupan kelak di akhirat, karena pada saat itu makna tersebut banyak yang memahami dengan sesuatu yang dijelaskan dalam dalil sebelumnya. Sehingga maknanya adalah “barangsiapa mengerjakan itu”. Hal ini sesuai dengan firman-nya, يَوْمَئِنْ يَصْدُرُ النَّاسُ “Pada hari itu manusia keluar (dari kuburnya) dalam keadaan yang bermacam-macam, supaya diperlihatkan kepada mereka (balasan) pekerjaan mereka.” Karena makna redaksi tidak dipahami oleh orang-orang yang mendengarnya, sementara redaksi pada kalimat يَعْمَلْ adalah sebuah anjuran bagi semua makhluk yang ada di bumi untuk melakukan amal saleh dengan tujuan taat kepada Allah swt dan sebuah peringatan agar tidak melakukan maksiat terhadap-nya, sebagaimana makna redaksi dari kalimat yang telah di sebutkan sebelumnya, bahwa yang dimaksud adalah tentang perbuatan mereka yang lalu dan balasan atas apa yang akan di terimanya, maka berita ini merupakan suatu pernyataan dari bentuk khabar dalam suatu perbuatan yang akan datang.⁸⁷

⁸⁶ Abu Ja'far Muhammad bin Jarir al-Thabari, *Jami' al-Bayan an Ta'wil Ayat al-Qur'an*, terj. Oleh Amir hamzah, vol. 26, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2009), 850.

⁸⁷ Al-Thabari, 850-851.

Al-Thabari juga menjelaskan bahwa balasan bagi orang mukmin yang melakukan keburukan, akan di berikan saat di dunia dan perbuatan baiknya akan diterima kelak di akhirat, sedangkan bagi orang kafir yang melakukan kebaikan, balasannya akan di terima pada saat di dunia dan keburukannya diberikan pada saat di akhirat.⁸⁸

Dalam tafsir al-Misbah dijelaskan bahwa kata *'amal*, artinya adalah niat seseorang atau dapat difahami dengan suatu manifestasi kemampuan manusia dalam bentuk tindakan dan kemampuan. Manusia memiliki empat daya pokok, diantaranya yaitu; daya hidup yang dapat meningkatkan semangat dalam menghadapi tantangan, daya pikir yang melahirkan pengetahuan dan teknologi, daya kalbu yang melahirkan niat, membentuk imajenasi, menumbuhkan kepekaan, serta memperkokoh keimanan. Serta daya fisik yang menghasilkan perilaku nyata dan keterampilan.⁸⁹

Pada kata *yarah(u)* berasal dari kata *ra'a* yang artinya “melihat dengan mata kepala”. Atau dapat diartikan “mengetahui”. Dari sini para ulama’ menjelaskan bahwa apabila arti dari “melihat dengan mata kepala” dipahami dalam konteks penglihatan seseorang secara langsung, maka yang dimaksut adalah penglihatan terhadap tingkatan serta tempat di mana seseorang akan menerima balasan dan ganjarannya. Namun apabila dipahami

⁸⁸ Al-Thabari, 851.

⁸⁹ Shihab, 456.

dalam arti “mengetahui” maka yang di maksut adalah balasan dan ganjaran amal itu.⁹⁰

Ayat ini merupakan sebuah tuntunan dan peringatan yang sangat penting bagi semua orang. Karena di zaman sekarang banyak sekali peristiwa-peristiwa besar, baik itu positif maupun negatif yang berawal dari hal-hal yang kecil. Kobaran api yang menghanguskan semuanya, bisa jadi berasal dari putung rokok yang tidak sepenuhnya di padamkan. Kata yang tidak sengaja terucap dapat memberikan dampak kepada orang lain yang mendatangkan dampak lain dalam masyarakat.⁹¹

Amal yang di lakukan manusia, baik maupun buruk, meskipun seberat zarah, akan memperoleh balasannya. Al-Thabari menjelaskan bahwa ayat ini menunjukkan kepastian bahwa tidak ada satu perbuatan pun yang luput dari pengawasan Allah. Setiap tindakan manusia akan kembali kepada dirinya sendiri dalam bentuk akibat yang sesuai dengan apa yang dilakukan, baik itu di dunia maupun di akhirat. Dari segi *Law of Attraction*, ayat ini menggambarkan bahwa setiap energi yang dipancarkan melalui pikiran, niat, dan tindakan akan menarik hasil yang sejenis. Kebaikan sekecil apapun itu akan menghasilkan dampak positif, sedangkan keburukan sekecil apa pun itu akan menghadirkan dampak negatif. Ayat ini secara tidak langsung memberikan

⁹⁰ Qhuraish Shihab, *Al- Mishbah pesan, Kesan, dan keserasian al-Qur'an*, vol. 15, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 456.

⁹¹ Shihab, 456-457

pemahaman bahwa kualitas pikiran dan perbuatan manusia sangat berpengaruh terhadap pengalaman hidupnya. Jika di tinjau dari segi ketenangan jiwa, ayat ini memberikan dasar bahwa seseorang akan merasakan kedamaian ketika ia menjaga konsistensi amal baik, sebab seseorang meyakini bahwa setiap kebaikan pasti kembali kepada dirinya. Kesadaran ini menumbuhkan sikap optimisme dan rasa aman batin. Selain itu, ayat ini juga menjadi pengingat agar menghindari pikiran dan tindakan negatif karena hal tersebut dapat menimbulkan kegelisahan dan beban jiwa. Dengan demikian, ayat ini mendukung terbentuknya ketenangan jiwa melalui pengendalian diri dan orientasi pada kebaikan.

B. Dampak *Law Of Attraction* Terhadap Ketenangan Jiwa

1. Pengertian Ketenangan Jiwa

Ketenangan jiwa terdiri dari dua suku kata, yaitu ketenangan dan jiwa. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia kata ketenangan berasal dari kata tenang yang diawali dengan kata “ke” dan diakhiri “an”, yang memiliki arti situasi atau keadaan yang tenang, diam dan tidak berubah-ubah, tidak bergerak-gerak, tidak ribut, tidak resah, tidak gelisah, tidak kacau, dan tenram yang merujuk pada keadaan hati, batin, perasaan dan juga pikiran. Sedangkan jiwa adalah suatu aspek non-fisik yang mencakup pikiran dan karakter seseorang. Dapat disebut sebagai roh, akal, sukma, dan sebagainya. Jiwa merupakan aspek batiniah yang mencerminkan seluruh kehidupan dalam diri manusia.⁹²

⁹² Hana, *Hakikat Ketenangan Jiwa Dalam al-Qur'an*, 25

Dalam sudut pandang psikologi, Jiwa menurut Wasti Soemanto adalah kekuatan yang ada dalam diri manusia, Sebagai penggerak jasad dan perilaku, sehingga menumbuhkan sifat dan sikap yang memicu adanya perilaku. Demikian dekatnya fungsi jiwa dan perilaku, maka berfungsinya jiwa dapat dilihat dari perilaku seseorang yang nampak.⁹³ Jadi jiwa juga memiliki peran sebagai unsur rohani yang sifatnya tidak kasatmata namun memiliki pengaruh besar terhadap kesempurnaan manusia yaitu sebagai sumber gerak bagi tubuh serta pengendali berbagai aktivitas batin seperti hati, perasaan, pikiran, dan keinginan.⁹⁴

Jadi ketenangan jiwa adalah kondisi batin yang damai, tenang, tenram dan terbebas dari rasa kegelisahan, dimana seseorang mampu menjaga keseimbangan antara pikiran, perasaan, dan spiritualitasnya. Ketenangan jiwa mengambarkan kondisi aspek rohani dan jasmani yang berjalan selaras, sehingga manusia dapat menghadapi berbagai situasi hidup dengan tenang, sabar, dan penuh keyakinan. Ketenangan jiwa juga muncul saat fungsi jiwa bekerja secara optimal, sehingga menuntun manusia untuk berperilaku positif, bijak dalam menghadapi masalah dan mencapai kedamaian dalam dirinya.

Dalam sudut pandang Islam, ketenangan jiwa berkaitan dengan kedekatan seseorang kepada Allah swt. Hal ini sesuai dengan firman Allah dalam surat al Ra'd (13): 28 dijelaskan, sebagai berikut:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُ فُؤُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُ الْفُلُوبُ

⁹³ Wasty Soemanto, *Penggerak Psikologi*, (Jakarta: Bina Aksara, 1988), 15.

⁹⁴ Hana, *Hakikat Ketenangan Jiwa Dalam al-Qur'an*, 25

Artinya :“(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenram.”⁹⁵

Menurut Wahbah al-Zuhaili ayat ini menjelaskan tentang balasan yang diperoleh oleh orang-orang yang beriman dengan selalu mengingat Allah, mengesakan-nya, mengingat janji-jani-nya dan meyakini akan kuasa-nya, maka akan mendapatkan ketenangan hati dan kedamaian dalam hidupnya. Serta akan dijauhkan dari rasa gelisah karena terdapat cahaya keimanan yang meresap kuat dalam hati seseorang. Jadi ketika seorang mukmin mengingat janji pahala dan rahmat dari Allah swt, maka hati dan jiwanya akan menjadi tentam.⁹⁶

Dari penjelasan ayat di atas dapat disimpulkan bahwa sumber utama ketenangan jiwa bukan terletak pada materi atau keadaan lahiriah, melainkan pada hubungan spiritual antara manusia dengan tuhannya. Jiwa yang senantiasa mengingat Allah swt maka akan memperoleh rasa aman, damai, dan percaya diri dalam menghadapi setiap ujian kehidupan.

2. Ketenangan Jiwa Dalam Perspektif Psikologis

Menurut Fajar dan Utsman Najati mengatakan bahwa tanda jiwa yang sehat adalah ketenangan Psikologi. Hal ini juga diutarakan oleh Para pakar psikologi bahwa ketenangan dan kebahagiaan merupakan kondisi jiwa yang sehat. Salah satu pakar psikologi yang mengatakan hal tersebut adalah Kamal Mursi, ia mengatakan bahwa kesehatan jiwa adalah

⁹⁵Kementerian Agama, *Al-qur'an dan terjemahannya*, 252.

⁹⁶ Al-Zuhaili, *Tafsir al-Munir jilid 7*, 164.

perasaan bahagia. Seseorang dapat dikatakan memiliki jiwa yang sehat apabila orang tersebut merasa bahagia dalam hidupnya.⁹⁷

Kata ketenangan jiwa sama halnya dengan (*muthamainah*), artinya adalah jiwa yang selalu mendorong untuk kembali kepada fitrah ketuhanan yang murni.⁹⁸ Menurut Ibnu Qayyim, ketenangan adalah suatu kenyataan yang tidak bisa di pungkiri, seperti halnya udara yang masuk dalam tubuh dan jiwa manusia. Beliau menjelaskan bahwa perasaan tenang kepada Allah merupakan suatu hal nyata yang dimunculkan Allah dalam hati hambanya. Hal ini, tujuannya untuk lebih mendekatkan hambanya kepada sang pencipta dan untuk mengembalikan jiwa hambanya kepada Allah, sehingga ketenangan itu mengalir dalam jiwa hambanya.⁹⁹

Ketenangan ihsan merupakan ketenangan yang dihasilkan dari perintah Allah sebagai bentuk kepatuhan, keikhlasan, serta ketulusan; untuk tidak menjalankan perintah Allah karena adanya tujuan tertentu, hawa nafsu, dan taklit. Adapun ciri-cirinya yaitu: jiwanya gelisah, karena kemaksiatan yang telah dilakukan, dan merasa tidak tenang, karena tidak mau bertobat. Hal itu akan terasa ringan bagi jiwa apabila dipahami bahwa kenikmatan dan kebahagiaan dapat dirasakan ketika bertobat. Pernyataan ini serupa dengan pengertian pola hidup yang baik dan sehat, dimana

⁹⁷ Abdul Aziz bin Abdullah Al Ahmad, *Kesehatan Jiwa: Kajian Korelatif Pemikiran Ibnu Qayyim dan Psikologi Modern*, (Puataka Azzam, 2005),93. https://www.google.co.id/books/edition/Kesehatan_Jiwa/H1i9DwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=ketenangan%20jiwa%20menurut%20para%20pakar%20psikologis&pg=PA93&printsec=frontcover

⁹⁸ Mahmudhoh Maeda, “*Implementasi Logoterapi Sufistik Dalam Membentuk Ketenangan Jiwa Lansia Di Majlis Taklim Ibu Nyai Hj. Maryam Pesantunan*”, (Skripsi, Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan, 2024), 26.

⁹⁹ Abdul Aziz bin Abdullah Al Ahmad, *Kesehatan Jiwa*, 92.

ketenangan dijadikan sebagai hakikat untuk mendapatkan kebahagiaan jiwa.¹⁰⁰

3. Hubungan *Law Of Attraction* dengan Ketenangan Jiwa

Law of Attraction merupakan hukum alam yang menjelaskan bahwa segala sesuatu yang terjadi dalam kehidupan manusia merupakan hasil dari getaran energi yang dipancarkan oleh pikiran dan perasaan. Pikiran manusia dapat diibaratkan dengan magnet yang dapat memancarkan energi negatif maupun positif ke alam semesta. Segala sesuatu yang dipikirkan akan kembali dengan bentuk pengalaman hidup yang serupa dengan apa yang dipikirkan.¹⁰¹

Pikiran memiliki energi yang kuat, sehingga dapat menciptakan kebahagiaan dan ketenangan jika digunakan dalam hal-hal yang positif. Namun, apabila pikiran digunakan dalam hal-hal yang negatif maka akan menciptakan kecemasan, kesengsaraan, dan ketidak puasan dalam hidup.¹⁰² Dalam hal ini dapat di simpulkan bahwa kondisi batin seseorang dapat dipengaruhi dari apa yang dipikirkan, karena kualitas pikiran dan perasaan manusia memiliki peran penting dalam membentuk ketenangan jiwa.

Jika dikaitkan dengan *Law Of Attraction*, ketenangan jiwa dapat dicapai ketika seseorang mampu dalam mengelola pikirannya untuk tetap berada dalam frekuensi positif. Dalam perspektif islam, hal ini memiliki kesamaan dengan prinsip *Husnudzon* (berbaik sangka) dan *Tawakkal*

¹⁰⁰ Abdul Aziz bin Abdullah Al Ahmad, *Kesehatan Jiwa*, 92.

¹⁰¹ Rhonda, *The Secret Rahasia*, 8

¹⁰² Elfiky, *Terapi Berpikir Positif*, 75

(berserah diri kepada Allah swt). Sikap *Husnudzon* dapat mendorong seseorang menjadi lebih yakin dengan segala sesuatu yang terjadi di dunia, merupakan kehendak Allah swt.¹⁰³ Keyakinan yang tertanam dalam hati dapat menciptakan ketenangan. Sedangkan sikap *tawakkal* berarti menyerahkan diri kepada Allah swt yang disertai dengan rasa syukur dan sabar. Agar dapat menerima segala ketentuan yang telah diberikan oleh Allah swt dengan lapang dada. Baik itu ketentu baik maupun kurang memuaskan.¹⁰⁴ Namun hal ini harus diimbangi dengan usaha yang sesuai dengan kemampuan manusia.¹⁰⁵ Pola pikir seperti ini dapat menghasilkan energi positif dalam dirinya, sehingga membuat jiwa menjadi tenang dan tidak mudah gelisah.

Ketenangan jiwa tidak hanya muncul dari keberhasilan seseorang dalam melakukan atau mewujudkan keinginannya, melainkan karena kemampuan akan menerima dan merelakan segala ketentuan yang telah diberikan oleh Allah swt dengan lapang dada. Jadi hubungan antara *Law Of Attraction* dengan ketenangan jiwa dapat dipahami sebagai hubungan sebab-akibat yang saling mempengaruhi. Dimana *Law Of Attraction* menjelaskan tentang mekanisme energi dan pikiran manusia secara ilmiah, sedangkan dalam islam merupakan sebuah landasan spiritual yang menunjukkan bahwa semua energi tersebut ada dalam kendali Allah swt.

¹⁰³ Rahmah Mamluatur, “Husnuzan Dalam Perspektif al-Qur'an Serta Implementasinya Dalam Memaknai Hidup”, *Academic Journal of Islamic Principles and Philosophy* 2, no.2 (Mei-Oktober 2021): 194, <https://share.google/XD5XK5hfVR8XbikcE>.

¹⁰⁴ Al-Faruqi achmad Reza Hutama, Ma'afi Rif'at Husnul, Haibaiti Rais Tandra, “Konsep Tawakal Menurut abdul Malik Karim amrullah dan Relevansinya terhadap kehidupan Sosial”, *Spiritual Healing: Jurnal Tasawuf dan Psikoterapi* 3, no. 2 (Desember 2022): 77, <https://share.google/Y37YCqesblwQHi14G>.

¹⁰⁵ Maryam, “Hukum Tarik Menarik”, 551

Sehingga menciptakan pikiran positif, rasa yakin, dan sikap ikhlas, serta dapat menumbuhkan rasa keimanan yang membawa kedamaian batin. Penerapan prinsip *Law Of Attraction* dalam ajaran al-Qur'an merupakan salah satu cara manusia untuk mencapai sebuah keseimbangan hidup, kebahagiaan batin dan ketenangan jiwa yang hakiki.

4. Proses *Law Of attraction* dan Pengaruhnya Terhadap Jiwa

Dalam kerangka teori *Law Of Attraction*, langkah-langkah yang harus dilakukan untuk mendapatkan ketenangan jiwa ada 3, yaitu: meminta, percaya dan merelakan. Berikut proses pencapaian dari teori *Law Of Attraction* untuk mengetahui dampak dari ketenangan jiwa.

a. Meminta

Meminta atau do'a merupakan aktivitas yang hampir sama dengan membaca al-Qur'an. Keduanya merupakan media komunikasi antara manusai dengan allah swt.¹⁰⁶

Sebelum melakukan kegiatan do'a, setiap manusia harus mengetahui dengan jelas apa yang diinginkan. Karena do'a merupakan sebuah keinginan, impian, dan harapan yang berupa hayalan, untuk disampaikan kepada Allah swt, agar menjadi nyata. Hal ini selaras dengan firman Allah dalam QS. Gafir (40): 60, sebagai berikut:

وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي آسْتَحِبْ لَكُمْ

Artinya :“Tuhanmu berfirman, “Berdoalah kepada-ku, niscaya akan aku perkenankan bagimu (apa yang kau harapkan).””¹⁰⁷

¹⁰⁶ Rauf, *Quranic Law Of Attraction*, 44.

¹⁰⁷ Kementerian Agama, *Al-qur'an dan terjemahannya*, 474.

Pada saat meminta, lisan (ucapan dalam do'a) dan isi hati harus seiringan, agar do'a yang kita panjatkan dapat terkabul. Menurut Rusdin S. Rauf dalam bukunya, *Sa'id al-Lahham* menjelaskan, *Fiqhud-Du'a* menuturkan bahwa Allah swt akan mengabulkan segala sesuatu yang diinginkan oleh hambanya, apabila suara lisan dan suara hatinya sesuai. Namun apabila suara lisan dan suara hatinya tidak sesuai maka akan menyebabkan jawaban dari do'a yang di panjatkan tertunda. Dalam hal ini, penting bagi seseorang ketika berdo'a untuk memperhatikan keselarasan antara suara hati dengan suara lisan (ucapan) agar saling bersinergi.¹⁰⁸

Dalam konteks *Law Of Attraction*. Apabila hati dan perasaan berfokus pada sesuatu yang tidak diinginkan, maka hal tersebut akan terjadi. Dan apabila seseorang takut akan do'a yang dipanjatkan tidak terkabul, maka besar kemungkinan do'a tersebut tidak terkabul atau tertunda. Allah akan merespon segala sesuatu yang ada dalam pikiran dan perasaan hambanya. Karena Allah mendengarkan apa yang ada dalam hati hambanya.¹⁰⁹

b. Percaya

Setelah melakukan rangkaian do'a atau meminta manusia perlu meyakini bahwa setiap keinginan yang di panjatkan sedang menuju kepadanya untuk di proses menjadi kenyataan. Dalam Islam, rasa yakin sejalan dengan keimanan dan *tawakkal*. Ketika seseorang mempercayai kekuasaan Allah sepenuhnya, maka jiwanya akan

¹⁰⁸ Rauf, *Quranic Law Of Attraction*, 47- 48

¹⁰⁹ Rauf, 47.

terbebas dari rasa gelisah dan khawatir. Jadi manusia perlu memiliki keyakinan dan kepercayaan yang mendalam dan menyeluruh dalam dirinya. Karena, dengan adanya keyakinan yang konsisten akan menjadikan sebuah kekuatan yang paling besar dalam diri seseorang.¹¹⁰

Apabila keyakinan sudah tertanam kuat dalam hati dan pikiran, lama-kelamaan akan tersimpan dalam alam bawah sadar manusia. Karena dalam otak kanan manusia terdapat bayangan-bayangan yang diinginkan, nantinya bayangan tersebut akan masuk ke alam bawah sadar, sehingga alam bawah sadar akan memproses keinginan tersebut menjadi suatu kenyataan.¹¹¹

Rasa yakin dapat menumbuhkan sikap percaya diri, sehingga pikiran merasa tenang dan keimanan menjadi lebih kuat yang nantinya akan memicu terjadinya ketenangan jiwa. Keimanan memiliki peran dan pengaruh terhadap hati, yaitu sebagai pendorong manusia untuk mengerjakan perbuatan-perbuatan yang baik serta meninggalkan perbuatan yang buruk.

c. Merelakan

Proses terakhir setelah meminta dan percaya yaitu proses merelakan. Merelakan yaitu melepaskan sesuatu yang dikhawatirkan dan diragukan terhadap hasil dari sesuatu yang telah dipikirkan dan diusahakan. Pada tahap ini seseorang belajar untuk percaya dengan sepenuh hati bahwa segala sesuatu pasti terwujud di waktu dan cara

¹¹⁰ Ummu, “Teori Law Of Attraction”, 22.

¹¹¹ Ummu, 23

yang tepat. Setelah berdo'a dan berusaha, Selanjutnya menerima dengan ikhlas akan hasil yang diberikan oleh Allah swt. Sebagaimana dijelaskan dalam firman Allah swt dalam QS. al-Imran (3): 159, sebagai berikut:

فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ لَئِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ

Artinya :“Kemudian, apabila engkau telah membulatkan tekad, bertawakallah kepada Allah swt. Sesungguhnya Allah mencintai orang-orang yang bertawakal.”¹¹²

Denagn adanya sikap *tawakal* dalam diri seseorang yang semata-mata hanya untuk Allah swt, maka akan mendapatkan jawaban atas semua yang di inginkan dalam hidupnya. Hasyim Muhammad menjelaskan bahwa seseorang yang memiliki sikap *tawakal* akan selalu konsisten dan teguh dalam kecenderungan dasarnya yaitu kebenaran.¹¹³ Selain itu, sikap *tawakal* juga dapat menjadikan manusia untuk lebih bersyukur atas apa yang telah Allah swt berikan dan tentukan.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa dalam proses tercapainya *Law Of Attraction* tidak hanya dilihat dari kekuatan pikiran, tetapi juga pada keselaran antara niat, keyakinan, dan kepasrahan kepada Allah swt. Proses meminta (do'a), Percaya (keyakinan), dan merelakan (tawakal) merupakan satu kesatuan yang saling melengkapi dalam membentuk energi positif yanag dapat menarik kebaikan dalam kehidupan seseorang.

¹¹² Kementerian Agama, *Al-qur'an dan terjemahannya*, 71.

¹¹³ Zulaikah Mukhlis, “Sikap Tawakal Antara Mahasiswa Program Studi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir, Pendidikan Agama Islam dan Ekonomi Syari'at Semester VI dan VIII Stain Kediri Tahun 2015”, *Jurnal Spiritualita* 1, no.2 (2017), 143. <https://share.google/Y0eJAQuqkG5NBUFTG>.

Dalam sudut pandang Islam, *Law Of Attraction* dapat dipahami sebagai bentuk penguatan spiritual seseorang melalui kesadaran diri untuk selalu berpikir, berperasaan dan berperilaku positif, sehingga sejalan dengan hukum-hukum Allah di alam semesta. Ketika seseorang berdo'a, meyakini, dan merelakan akan hasilnya dengan rasa ikhlas dan syukur, maka jiwanya akan mencapai suatu ketenangan dan kedamaian. Sehingga menjauhkannya dari rasa takut, gelisah, dan kecewa yang dapat mengganggu keseimbangan jiwa. Dan apabila seseorang melakukan do'a, serta mempersiapkan diri dengan sungguh-sungguh, dengan membayangkan keinginannya yang seolah-olah telah terwujud, maka peluang terkabulnya akan semakin besar. Begitu juga ketika seseorang bekerja keras, berusaha, dan berdo'a dengan penuh keyakinan, maka alam semesta dan dengan izin allah swt akan mengarah pada hasil yang sesuai dengan getaran positif yang dipancarkan.

Sebaliknya, apabila seseorang sering berpikir negatif, seperti rasa takut gagal, iri hati, atau putus asa, maka energi negatif tersebut akan menarik kondisi dan perbuatan negatif ke dalam kehidupannya. Inilah yang sering kali menjadi akar munculnya perilaku yang menyimpang seperti korupsi, kekerasan, pencurian, dan saling fitnah. Orang yang sakit hati dapat merusak fungsi tubuh sehingga kurang sehat, karena sakit hati yang mendalam dapat memicu stres yang berkepanjangan, bahkan bisa mengakibatkan depresi yang

mengganggu jiwanya.¹¹⁴ Oleh karena itu, islam menuntut manusia untuk selalu berpikir positif, memperbanyak do'a, dan menanamkan rasa syukur dalam dirinya agar tercipta ketenangan jiwa yang sejati.

5. Dampak *Law of Attraction* terhadap Ketenangan Jiwa

Berikut merupakan dampak *Law of Attraction* terhadap ketenangan jiwa, sebagai berikut:

a. Menumbuhkan Optimisme dan Perasangka Baik kepada Allah

Salah satu dampak utama dari penerapan *Law of Attraction* adalah munculnya rasa optimis dan berperasangka baik kepada Allah swt. Seseorang yang berpikir positif dapat membantu seseorang untuk selalu berperasangka baik terhadap takdir yang diberikan oleh Allah swt untuk menuju kebaikan, sehingga batin dan jiwanya menjadi lebih damai dan tidak mudah putus asa dalam menghadapi kehidupan.

Menurut Segerestrom optimisme merupakan cara berpikir positif dan realistik dalam melihat suatu masalah. Berpikir positif adalah suatu usaha untuk mencapai sesuatu yang terbaik dari kondisi yang buruk.¹¹⁵ Dengan berpikir positif dapat menumbuhkan rasa yakin yang kuat, bahwa segala sesuatu yang terjadi pasti ada hikmanya.

Sikap ini mendorong munculnya ketenangan batin atau jiwa.

b. Meningkatkan Kekuatan Do'a dan Keimanan

Law Of Attraction mengajarkan bahwa proses untuk mewujudkan suatu keinginan dimulai dengan “meminta”, yaitu

¹¹⁴ Nurussakinah Daulay, edisi pertama, *Pengantar Psikologi dan Pandangan al-Qur'an Tentang Psikologi* (Jakarta: Kencana Prenada, 2014), 4. <https://share.google/Ly7bs2z97kuGNP5hD>

¹¹⁵ Hatifah Siti, Nirwan Dzikri, “Pemahaman Hadis Tentang Optimisme”, *Jurnal Studio Insania* 2, no. 2 (Oktober 2014), 118. <https://share.google/pG78uMQwHhuVozTLu>.

menyampaikan keinginan kita dengan penuh keyakinan bahwa hal tersebut pasti akan tercapai. Pernyataan ini sesuai dengan firman Allah swt dalam QS. al-Baqarah (2): 186, sebagai berikut:

وَإِذَا سَأَلَكَ عَبْدٌ يَعْقِبَ قَارِبَ قَرِيبَ أَحِبَّ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلَيْسْ تَحِينُوا لِي وَلَيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ

Artinya :“Apabila hamba-hamba-ku bertanya kepadamu (Nabi Muhammad) tentang aku, sesungguhnya aku dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdo'a apabila dia berdo'a kepada-ku. Maka, hendaklah mereka memenuhi (perintah)-ku dan beriman kepada-ku agar mereka selalu berada dalam kebenaran.”¹¹⁶

Do'a yang disertai dengan keyakinan menjadi sumber ketenangan jiwa. Ketika seseorang yakin bahwa Allah swt maha mendengar dan maha mengabulkan, maka hatinya tidak akan lagi dikuasai oleh kegelisahan. Mereka akan menyadari bahwa segala sesuatu sudah dalam kehendak Allah swt, dan tugas manusia hanyalah berusaha serta berserah diri.

Keterkaitan antara *Law Of Attraction* dan do'a terletak pada keyakinan yang mendalam. Semakin kuat keyakinan seseorang terhadap kekuasaan Allah swt, maka semakin besar pula energi positif yang terpancar dari dalam dirinya. Hal ini bukan hanya meningkatkan keimanan saja, tetapi juga meningkatkan rasa damai karena seseorang merasa dekat dengan tuhannya. Keyakinan yang kuat inilah yang dapat menenangkan jiwa, karena tidak ada lagi ruangan bagi keraguan.

¹¹⁶ Kementerian Agama, *Al-qur'an dan terjemahannya*, 28.

c. Mengurangi Kecemasan dan Ketakutan

Salah satu penyebab utama jiwa merasa tidak tenang adalah pikiran negatif, seperti rasa takut, cemas, dan khawatir yang berlebihan. *Law Of Attraction* mengajarkan bahwa pikiran semacam itu justru akan menarik sesuatu yang membuat ketakutan tersebut menjadi semakin kuat. Maka penting adanya menjaga pola pikir agar tetap berpikir positif.

Allah swt memerintahkan manusia untuk tidak putus asa dari rahmat-nya, sebagaimana dalam firmanya QS. Yusuf (12): 87, sebagai berikut:

وَلَا تَأْسُوا مِنْ رَّوْحِ اللَّهِ لَا يَأْسُ مِنْ رَّوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكُفَّارُونَ

Artinya :“Jannganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tidak ada yang berputus asa dari rahmat Allah, kecuali kaum yang kafir.”¹¹⁷

Dalam ayat ini dijelaskan bahwa berpikir negatif dan berputus asa hanya akan menjauhkan manusia dari ketenangan batin. Sementara itu, berpikir positif dan percaya pada rahmat Allah swt dapat menumbuhkan perasaan tenram dan aman.

d. Menumbuhkan Rasa Syukur dan Kepuasan Batin

Rasa syukur merupakan salah satu bentuk energi positif yang sangat kuat. Semakin sering seseorang bersyukur, maka semakin banyak kebaikan yang tertarik ke dalam kehidupannya. Perintah untuk selalu bersyukur juga ada dalam al-Qur'an, bahkan rasa syukur seperti memiliki tempat yang istimewa di mata Allah swt. Terdapat banyak ayat al-Qur'an yang menjelaskan tentang perintah untuk senantiasa

¹¹⁷ Kementerian Agama, *Al-qur'an dan terjemahannya*, 246.

memiliki rasa syukur yang tinggi.¹¹⁸ Salah satunya terdapat dalam QS.

Ibrahim (14): 7, sebagai berikut:

“Sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya aku akan menambah (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikamat-ku), sesungguhnya azab-ku benar-benar sangat keras.”¹¹⁹

Rasa syukur dapat membantu seseorang menjadi lebih fokus pada hal-hal yang telah dimilikinya, bukan pada kekurangan yang belum terpenuhi. Sikap ini dapat menjauhkan manusia dari perasaan iri, kecewa, dan tidak puas. Ketika seseorang mampu melihat sisi positif dari setiap keadaan, maka akan dapat merasakan ketenangan dan kebahagiaan yang mendalam.

e. Meningkatkan Kesadaran Spiritual

Dampak lain dari penerapan *Law Of Attraction* adalah meningkatnya kesadaran spiritual. Ketika seseorang dapat memahami bahwa setiap pikiran dan perasaannya akan kembali pada dirinya sendiri, maka dapat menjadikannya untuk lebih berhati-hati dalam berpikir dan bertindak. Kesadaran ini membuat manusia menjadi lebih dekat dengan allah swt, karena menyadari bahwa setiap energi positif pada hakikatnya merupakan bagian dari kebaikan yang dikehendaki oleh Allah swt. Selain itu, kesadaran spiritual juga dapat menumbuhkan rasa tawakal. Ketika seseorang sudah berusaha berdo'a, dan menyerahkan semua hasilnya kepada Allah swt. Membuat hati menjadi lebih tenang karena tidak lagi bergantung pada hasil, tetapi

¹¹⁸ Rauf, *Quranic Law Of Attraction*, 55.

¹¹⁹ Kementerian Agama, *Al-qur'an dan terjemahannya*, 256.

pada kehendak Allah swt. Dengan begitu, *Law Of Attraction* yang dikaitkan dengan kesadaran spiritual Islam tidak hanya berdampak pada kesejahteraan psikologis, tetapi juga membawa seseorang kepada ketenangan jiwa yang hakiki.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. *Law Of Attraction* dalam al-Qur'an tidak hanya dipahami sebagai kekuatan pikiran namun dapat digambarkan sebagai prinsip sebab-akibat yang berlaku dalam kehidupan manusia, di mana setiap pikiran, niat, dan amal akan kembali kepada dirinya. Melalui ayat-ayat seperti QS. an-Nahl (16): 97, QS. al-Zalzalah (99): 7–8, QS. al-Isra' (17): 7, QS. Fushshilat (41): 46, QS. al-Anbiya' (21): 94, QS. Ghafir (40): 40, dan QS. an-Naml (27): 89, para mufassir menegaskan bahwa apa yang dilakukan manusia, baik itu perbuatan baik maupun perbuatan buruk, maka akan mendatangkan balasannya. Dengan demikian, *Law Of Attraction* dalam perspektif al-Qur'an bukan sekadar "kekuatan pikiran", tetapi bagian dari *sunnatullah* yang menempatkan pikiran positif, niat tulus, dan amal shalih sebagai energi yang mengarahkan kehidupan menuju kebaikan yang di ridhoi Allah swt.
2. Dampak *Law Of Attraction* terhadap ketenangan jiwa terlihat dari bagaimana pola pikir positif yang disertai iman, syukur, dan tawakal sehingga mampu membentuk kondisi batin yang stabil dan tenteram. Ketika seseorang menjaga isi hatinya dari pikiran negatif, memfokuskan diri pada amal shalih, serta menyandarkan segala urusan kepada Allah, maka dapat menciptakan ketenangan jiwa yang lebih mendalam. Seperti melahirkan rasa aman, optimisme, dan kestabilan emosional. Sedangkan

pikiran dan perilaku negatif dapat menyebabkan kegelisahan dan kecemasan sehingga memicu ketidak tenangan jiwa seseorang. Prinsip ini juga selaras dengan penjelasan para mufassir bahwa ketenangan bukan semata hasil usaha manusia, tetapi buah dari kesesuaian antara pikiran, amal, dan nilai ketuhanan. Dengan demikian, penerapan *Law Of Attraction* yang dibingkai oleh nilai Qur’ani memberikan pengaruh signifikan dalam membentuk jiwa yang lebih tenang, kuat, dan penuh keyakinan.

B. Saran

Dari pemaparan yang telah penulis uraikan di atas, diharapkan para pembaca dapat mengambil pelajaran serta hikmah dari pembahasan mengenai *Law of Attraction* dalam al-Qur'an dan dampaknya terhadap ketenangan jiwa. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki berbagai keterbatasan, sehingga sangat diharapkan bagi para pembaca untuk menelusuri kembali literatur-literatur yang relevan agar kajian terkait dengan tema ini dapat semakin diperdalam dan dikembangkan.

Sehubungan dengan itu, peneliti merekomendasikan kepada peneliti selanjutnya agar mengkaji *Law Of Attraction* dalam al-Qur'an dengan cakupan yang lebih luas serta menggunakan pendekatan yang lebih beragam, seperti pendekatan psikologis islam, neurologi, maupun dengan membandingkan penafsiran mufassir klasik dan konteporer secara lebih mendalam. Dari upaya tersebut diharapkan dapat menghasilkan kajian yang lebih komprehensif dan memberikan kontribusi yang lebih signifikan bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Aziz bin Abdullah Al Ahmad, *Kesehatan Jiwa: Kajian Korelatif Pemikiran Ibnu Qayyim dan Psikologi Modern*, (Puataka Azzam, 2005)
https://www.google.co.id/books/edition/Kesehatan_Jiwa/H1i9DwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=ketenangan%20jiwa%20menurut%20para%20paket%20psikologis&pg=PA93&printsec=frontcover
- Abu Ja'far Muhammad bin Jarir al-Thabari. *Jami' al-Bayan 'an Ta'wil Ayi al-Qur'an*. Terj. Amir Hamzah. Jakarta: Pustaka Azzam, 2009.
- Agustin, Dwi Putri, dan Nasrulloh. "Law Of Attraction Pada Energi Kalam Qur'an." *Jurnal Tarbiyah Bil Qur'an* 8, no. 1 (2024): 25–26.
<https://ejurnal.stita.ac.id/ind53ex.php/TBQ/article/view/186>
- Al-Faruqi, Achmad Reza Hutama, Ma'afi Rif'at Husnul, dan Haibaiti Rais Tandra. "Konsep Tawakal Menurut Abdul Malik Karim Amrullah dan Relevansinya terhadap Kehidupan Sosial." *Spiritual Healing: Jurnal Tasawuf dan Psikoterapi* 3, no. 2 (2022): 77.
<https://share.google/Y37YCqesblwQHi14G>
- Al-Zuhaili, Wahbah. *Al-Tafsiirul-Munir: Fil 'Aqidah Wasy-Syarii'ah wal Manhaj*. Terj. Abdul Hayyie al-Kattani dkk. Jakarta: Gema Insani, 2014–2016.
- Aulia, Handayani. "Analisis Law of Attraction Pada Ayat al-Qur'an Tentang Prasangka Buruk serta Implikasi Terhadap Kesehatan Mental." Skripsi, UIN Sultan Syarif Kasim Riau, 2025.
- Byrne, Rhonda. *The Secret Rahasia*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2007.
- Elfiky, Ibrahim. *Terapi Berpikir Positif*. Jakarta: Penerbit Zaman, 2009.
<https://books.google.co.id/books?id=JRdoeZpjlf0C>
- Faradiana, Zuraidah, dan Mubarok Ali Syahidin. "Hubungan Antara Pola Pikir Negatif dengan Kecemasan dalam Membina Hubungan Lawan Jenis pada Dewasa Awal." *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan* 13, no. 1 (2022): 74.
<https://journal.unesa.ac.id/index.php/jptt/article/download/14482/7640/55730>
- Febriyani, Hana Amalina. "Hakikat Ketenangan Jiwa Dalam al-Qur'an Perspektif Adi Hidayat." Skripsi, UIN Salatiga, 2024.
- Firdaus, Area Prabu. *Tingkatan Masa Produktif Umur Anda dengan Berpikir Positif*. Yogyakarta: Flas Books, 2016.

Hana Amalina Febriyani. *Hakikat Ketenangan Jiwa Dalam al-Qur'an Perspektif Adi Hidayat*. Salatiga: UIN Salatiga, 2024.

Hatifah, Siti, dan Nirwan Dzikri. "Pemahaman Hadis Tentang Optimisme." *Jurnal Studio Insania* 2, no. 2 (2014): 118.
<https://share.google/pG78uMQwHhuVozTLu>

Ibad, Khoirul. "Sumber *Law of Attraction* (Analisis al-Qur'an dan Neurosains)." *Lectures: Journal of Islamic and Education Studies* 2, no. 1 (2023): 23.
<https://lectures.pdfaii.org/index.php/i/article/view/20>

Jamal, Taufiq. "Titik Temu Psikologi Positif Martin Seligman dan Konsep Wahdat al-Syuhud pada Kitab al-Durr al-Nafis Karya Syekh Muhammad Nafis al-Banjari dalam Meraih Authentic Happiness", Skripsi, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2023.

Jamila, Maryam. "Hukum Tarik Menarik Dalam Perspektif al-Qur'an: Ketenangan Hati Sebagai Kunci Kesuksesan." *IPSSJ* 2, no. 1 (2025): 2.
<http://ipssj.com/index.php/ojs/article/view/94>

Kamus Besar Bahasa Indonesia Daring (Online). Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa. Diakses 1 Mei 2025; 22 September 2025.

Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-qur'an dan terjemahannya*, (Jakarta: Lajnah Pentashihan al-Qur'an, 2019)

Khakim, Wibowo Luqman. "Law Of Attraction dalam al-Qur'an (Studi Tafsir Tematik)." Tesis, UIN Walisongo Semarang, 2023.

Losier, Michael J. *Law Of Attraction: Mengungkap Rahasia Kehidupan*. Jakarta Selatan: Ufuk Press, 2007.
https://www.google.co.id/books/edition/Law_of_attraction/iNKl1jl8y_YC

Mahmudhoh Maeda, "Implementasi Logoterapi Sufistik Dalam Membentuk Ketenangan Jiwa Lansia Di Majlis Taklim Ibu Nyai Hj. Maryam Pesantunan", (Skripsi, Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan, 2024)

Muhammad Nuruddin. "Meraih meaningful Life:Perspektif Psikologi Positif dan Tasawuf Positif," *Proceeding of Conference on Strengthening Islamic Studies in the Digital Era (FICOSIS)* 1,no. 1 (2021): 393.
<https://share.google/7IscqyVaFpmxRdoOg>

Nilam, Suci. "Pentingnya Agama Dalam Hidup." *Counselia: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam* 3, no. 1 (2022): 48.
<https://counselia.faiunwir.ac.id/index.php/cs/article/view/37>

Nuraini, Pangesti. "Konsep *Law Of Attraction* Dalam al-Qur'an dan Relevansinya Dengan Goal Achievement." Skripsi, UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2024.

Nurlaila Ema, dan Sari Nabila Kartika. "Konsep Ketenangan Jiwa Menurut al-Qusyairi." *Jurnal Penelitian dan Karya Ilmiah* 2, no. 4 (2024): 283.
<https://doi.org/10.59059/mutiara.v2i4.1495>

Nurussakinah Daulay. *Pengantar Psikologi dan Pandangan al-Qur'an tentang Psikologi*. Jakarta: Kencana Prenada, 2014.

Quraish Shihab. *Membumikan al-Qur'an: Fungsi dan Peran Wahyu dalam Kehidupan Masyarakat*. Jakarta: Mizan, 1992.

———. *Kaidah Tafsir*. Tangerang: Lentera Hati, 2013.

———. *Tafsir al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati, 2002.

Rahmah, Mamluatur. "Husnuzan Dalam Perspektif al-Qur'an Serta Implementasinya Dalam Memaknai Hidup." *Academic Journal of Islamic Principles and Philosophy* 2, no. 2 (2021): 194.
<https://share.google/XD5XK5hfVR8XbikcE>

Rani Desti Maya, Rizqulloh Lutfiyah, Widyaningrum Bajeng Nurul, Nadiyah Salma, dan Prabowo Hendro. "Transformasi Prasangka Dengan *Law Of Attraction*: Membangun Pikiran Positif di Lingkungan Kerja." *Jurnal Pengabdian Multidisiplin dan Pemberdayaan Masyarakat* 1, no. 1 (2024): 42.
<https://journal.polbitrada.ac.id/index.php/abdiestrada/article/view/55>

Rauf, Rusdin S. *Quranic Law Of Attraction: Meraih Asa dengan Energi Kalam Ilahi*. Jakarta: Insight First Indonesia, 2021.

Rubayyi, Firdaus. "Internalisasi Teori Quranic *Law Of Attraction* untuk Meningkatkan Kualitas Hidup secara Holistik: Studi Kasus Seorang Mahasiswa PAI." Skripsi, UIN Malang, 2025.

Soemanto, Wasty. *Penggerak Psikologi*. Jakarta: Bina Aksara, 1988.

Sudarmoko, Imam. "Keburukan Dalam Perspektif al-Qur'an: Ragam, Dampak, dan Solusi Terhadap Keburukan." *Dialogia* 12, no. 1 (2014): 23.
<https://jurnal.iainponorogo.ac.id/index.php/dialogia/article/download/300/255>

Sulistianingsih. "Hubungan *Law Of Attraction* (LoA) dan Religiositas Penganut Tarekat Shiddiqiyah di Kabupaten Bojonegoro." Skripsi, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2023.

Ummu, Kulsum. "Teori *Law of Attraction* (Hukum Keterkaitan) dalam Perspektif al-Qur'an." Skripsi, IAIN Palopo, 2015.

Zulaikah, Mukhlis. "Sikap Tawakal Antara Mahasiswa Program Studi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir, Pendidikan Agama Islam dan Ekonomi Syari'ah." *Jurnal Spiritualita* 1, no. 2 (2017): 143.

<https://share.google/Y0eJAKuqkG5NBUFTG>



PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lailatul Fitriyah

Nim : 212104010039

Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Fakultas : Ushuluddin Adab dan Humaniora

Institusi : UIN Kiai Haji Ahemad Siddiq Jember

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa dalam hasil penelitian ini tidak terdapat unsur-unsur *plagiarisme* karya penelitian atau karya ilmiah yang pernah dilakukan atau dibuat orang lain, Kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah lain dan ini disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari ternyata hasil penelitian ini terbukti terdapat unsur-unsur *plagiarisme* dan ada klaim dari pihak lain, maka saya bersedia untuk diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat ini saya buat dengan sebenarnya dan tanpa paksaan dari pihak siapapun.

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R**

Jember, 20 November 2025

Saya yang menyatakan



Lailatul Fitriyah
Nim. 212104010039

BIODATA PENELITI



| | |
|-----------------------|--|
| Nama | : Lailatul Fitriyah |
| Tempat, Tanggal Lahir | : Lumajang, 27 Desember 2000 |
| Email | : Fitridwiputri066@gmail.com |
| Nim | : 212104010039 |
| Program Studi | : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir |
| Fakultas | : Ushuluddin Adab dan Humaniora |
| Institusi | : UIN Kiai Haji Ahcmad Siddiq Jember |
| Alamat | : JL. Masjid Jami' Nurul Falah, RT/RW 02/05, Dusun Ketewel Barat, Desa Sememu, Kec.Pasirian, Kab. Lumajang |

Riwayat Pendidikan Formal :

- TK Muslimat NU 09 Sememu (2005-2007)
- MI Nurul Islam 02 Sememu (2007-2013)
- MTS Miftahul Midad (2013-2016)
- MA Miftahul Midad (2016-2019)
- UIN Kiai Haji Ahcmad Siddiq Jember (2021-2025)

Riwayat Pendidikan Non Formal:

- Musholah Nurul Ahmad (2005-2013)
- PP. Miftahul Midad (2013-2019)
- PPM. Al-Khozini (2021-2025)