

## **Pengembangan Kecerdasan Emosi dan Spiritual Menuju Insan Kamil Perspektif Ary Ginanjar Agustian**

**Dewi Agus Triani**

Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, IAIN Kediri, Indonesia  
[dewiagustriani@iainkediri.ac.id](mailto:dewiagustriani@iainkediri.ac.id)

**Linda Auliyatul Fauziyah**

Program Studi Pendidikan Agama Islam, IAIN Kediri, Indonesia

**Abstract:** *Ary Ginanjar Agustian's thoughts on ESQ try to collaborate between emotional intelligence (EQ) and spiritual intelligence (SQ), through the core of Islamic teachings, namely ihsan, the six pillars of faith and the five pillars of Islam as an alternative point of view in bringing modern humans to human dignity. This study aims to describe the philosophical perspective of human beings and the concept of ESQ WAY 165 by Ary Ginanjar Agustian, as well as analyze the development of emotional and spiritual intelligence towards human beings in the perspective of Ary Ginanjar Agustian. This research uses the library method. The research data that has been obtained is then analyzed using text analysis and content analysis type discourse. The results of further research are presented descriptively so that the presentation is clear and detailed. Based on the results of the research, the following conclusions can be drawn: 1) From a philosophical perspective, human beings can be obtained through the process of tajalli and taraqqi; 2) The concept of ESQ WAY 165 Ary Ginanjar Agustian is the right method to maintain human Divine traits which are located in the God Spot, so that they can be well maintained, as well as a stronghold of the emotional dimension (EQ) so that they always have reliable mental resilience and are always in stable condition; 3) The development of emotional and spiritual intelligence by Ary Ginanjar Agustian is carried out to guide humans towards being perfect, namely by means of; clear the heart, build mentality, and carry out worship in the pillars of Islam.*

**Keywords:** *Emotional and spiritual intelligence, ary ginanjar agustian, insan kamil*

**Abstrak:** *Pemikiran Ary Ginanjar Agustian mengenai ESQ berusaha mengolaborasikan antara kecerdasan emosi (EQ) dan kecerdasan spiritual (SQ), melalui inti ajaran Islam yaitu ihsan, enam rukun iman dan lima rukun Islam sebagai sudut pandang alternatif dalam mengantarkan manusia modern menuju martabat insan kamil. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan perspektif filosofis insan kamil dan konsep ESQ WAY 165 Ary Ginanjar Agustian, serta menganalisis pengembangan kecerdasan emosi dan spiritual menuju insan kamil dalam perspektif Ary Ginanjar Agustian. Penelitian ini menggunakan metode kepustakaan. Data-data penelitian yang telah diperoleh kemudian dianalisis menggunakan analisis teks dan wacana jenis analisis isi. Hasil penelitian selanjutnya disajikan secara deskriptif agar pemaparannya jelas dan terperinci. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh kesimpulan: 1) Pada perspektif filosofis insan kamil dapat diperoleh melalui proses tajalli dan taraqqi; 2) Konsep ESQ WAY 165 Ary Ginanjar Agustian merupakan*

metode yang tepat untuk menjaga sifat-sifat Ilahiah manusia yang terletak pada *God Spot*, sehingga bisa terpelihara dengan baik, sekaligus sebagai benteng dimensi emosi (EQ) agar selalu memiliki ketahanan mental yang handal dan selalu dalam kondisi stabil; 3) Pengembangan kecerdasan emosi dan spiritual Ary Ginanjar Agustian dilakukan untuk membimbing manusia menuju insan kamil, yakni dengan cara; menjernihkanhati, membangun mental, dan melaksanakan ibadah dalam rukun Islam.

**Kata kunci :** Kecerdasan emosi dan spiritual, ary ginanjar agustian, insan Kamil

Kecerdasan merupakan karunia Allah SWT yang diberikan kepada manusia dan menjadikannya salah satu kelebihan dibanding makhluk lainnya. Manusia memiliki tiga macam kecerdasan, yaitu IQ (*Intelligent Quotient*), EQ (*Emotional Quotient*), SQ (*Spiritual Quotient*). Nur Hakim (2018) menjelaskan IQ sebagai kecerdasan intelektual yang berkaitan dengan kemampuan kognitif seseorang. Nilai IQ yang tinggi seringkali digunakan sebagai tolak ukur kecerdasan dan keberhasilan seseorang, meskipun ada banyak faktor seseorang memperoleh kesuksesan. Berbagai hasil penelitian membuktikan bahwa kecerdasan emosi dan spiritual memiliki peran yang jauh lebih signifikan dibanding kecerdasan intelektual (IQ). Sul-toni (2018) memaparkan kecerdasan otak (IQ) berperan sebatas syarat minimal meraih keberhasilan, tetapi kecerdasan emosi dan spiritual yang sesungguhnya mengantarkan seseorang menuju puncak prestasi. Istilah insan kamil pertama kali digunakan oleh Ibnu ‘Arabi, yang dikaitkan dengan konsep *wahdatu al-wujud* (konsep kesatuan wujud). Sebutan insan kamil (manusia yang sempurna) ditujukan kepada manusia itu sendiri. Kesempurnaan manusia menurut Ibnu ‘Arabi dilihat dari potensinya sebagai cermin Tuhan yang paling sempurna dibandingkan dengan makhluk mineral, tumbuhan dan binatang. Selanjutnya istilah ini mendapat perhatian khusus dari Al-Jili, yang kemudian mengembangkan konsep tersebut dalam karyatersendiri, *al-Insan al-Kamil*.

Menurut KBBI daring, istilah insan kamil berarti manusia yang sempurna (baik, bersih dari cela, dan sebagainya). Dalam penelitian Kiki dan Arsyad (2018) Al-Jili mengemukakan insan kamil adalah Citra Ilahi Tuhan, di mana seseorang tidak akan dapat melihat dirinya dan bentuknya kecuali melalui cerminan nama Tuhan, sebagaimana Tuhan tidak dapat melihat dirinya, kecuali melalui cerminan insan kamil. Untuk mencapai tingkat insan kamil, seseorang harus mulai mengamalkan rukun Islam, baik lahir maupun batin. Istilah insan kamil oleh masyarakat Indonesia lebih dikenal dengan sebutan manusia paripurna. Kata paripurna berasal dari bahasa Sanskerta yang berarti sempurna, penuh, lengkap. Kata ini digunakan untuk menggambarkan suatu kesempurnaan yang melekat pada suatu objek.

Manusia modern saat ini sangat berbeda dengan manusia dahulu. Perbedaan ini terkait dengan kebutuhan hidupnya, karakternya, cara pandangnya, dan mentalitasnya semua telah berubah. Perubahan tersebut kemudian memaksa pelaku akademis untuk menyediakan kerangka teoritis baru agar dapat menjelaskan fenomena manusia secara lebih aktual dan autentik. Sementara konsep tasawuf sebagai Insan

Kamil efektif pada masanya, untuk menjelaskan fenomena manusia modern konsep tersebut membutuhkan nuansa baru agar tetap *up to date*. Barangkali dibutuhkan pula konsep baru agar pemahaman mengenai manusia benar-benar dapat direpresentasikan oleh manusia modern saat ini. Sebab pemahaman deskripsi mengenai insan kamil masih kurang dipahami oleh masyarakat awam pada umumnya. Ditambah tasawuf seringkali dijelaskan dengan bahasa yang rumit, kaya akan simbol, isyarat dan metafora, serta bersifat paradoks. Ilmuwan modern masih melakukan penelitian ilmiah terhadap insan kamil. Kajian ini menunjukkan bahwa konsep tersebut tetap menjadi pilihan konseptual yang menarik untuk memahami manusia, karena manusia telah banyak mengalami perubahan yang bersifat ontologis, sehingga citra ilmu pengetahuan tentang manusia harus dikembangkan lebih lanjut.. Dalam bukunya Abdul Kadir Riyadi (2014) konsep insan kamil pada saat ini dapat dimaknai sebagai dasar penguatan konsep pertumbuhan dan pengembangan kepribadian (*personality*), serta sebagai pembelajaran untuk menyeimbangkan keserasian antara jasmani dan ruhani.

Kepribadian dalam pandangan psikologi Islam dapat didefinisikan sebagai serangkaian perilaku normatif manusia, baik sebagai individu maupun sebagai makhluk sosial, yang normanya bersumber dari ajaran Islam yang bersumber dari Al-Quran dan As-Sunnah.. Dalam penelitian Rifangatul dan Nur Azizah (2016) kepribadian manusia sangat berhubungan dengan kecerdasan yang dimiliki manusia tersebut. Kecerdasan spiritual membentuk kepribadian yang bertanggung jawab untuk memenuhi prinsip-prinsipnya dengan menjaga keseimbangan dan menghasilkan nilai-nilai yang berguna secara tepat. Kecerdasan spiritual adalah sesuatu yang memberi makna dan nilai terhadap apa yang dikerjakan. Makna dan nilai diperoleh berdasarkan keyakinan yang diyakini. Menurut Ferdian Utama (2018) kemampuan spiritual biasanya ditandai dengan kemampuan seseorang dalam mengendalikan hawa nafsunya karena tidak sesuai dengan nilai-nilai yang ada dalam keyakinannya. Pada prinsipnya berkat kecerdasan spiritual, seseorang selalu bertindak dan mengambil keputusan berdasarkan nilai-nilai yang diyakininya.

Penyeimbangan kecerdasan yang dimiliki manusia dalam pembangunan kepribadian dan kehidupan sangatlah penting. Seperti halnya pemikiran Ary Ginanjar Agustian tentang konsep ESQ WAY 165 (2008) yang berusaha menyeimbangkan dimensi fisik (IQ), dimensi emosi (EQ), dan dimensi spiritual (SQ). Dalam perspektif Ary Ginanjar Agustian, selama ini manusia dihadapkan dengan dikotomi antara kepentingan dunia dan akhirat. Manusia seolah harus memilih salah satu di antara keduanya dan tidak dapat melaksanakan keduanya secara bersamaan. Menurutnya, penggabungan keduanya justru akan melahirkan makna dan nilai dalam setiap langkah hidup manusia. Kecerdasan emosi dan spiritual meski keduanya berbeda, tapi memiliki muatan yang sama pentingnya untuk bersinergi satu sama lain. Pemikiran Ary Ginanjar Agustian menarik untuk diteliti dengan mengaitkan perspektif filosofis mengenai insan kamil. Kemudian mengungkap konsep ESQ WAY 165 yang dipaparkan Ary Ginanjar Agustian, serta menganalisis pengembangan kecerdasan emosi dan spiritual menuju insan kamil perspektif Ary Ginanjar Agustian tersebut.

## **Metode**

Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian kepustakaan. Dalam bukunya Amir Hamzah (2020) Penelitian kepustakaan merupakan proses pendalaman, penelaahan, dan pengidentifikasian pengetahuan yang ada dalam kepustakaan (sumber bacaan, buku-buku referensi, ensiklopedi, kamus, jurnal, dokumen atau hasil penelitian yang lain), yang berhubungan dengan masalah yang diteliti. Penelitian ini termasuk dalam penelitian kepustakaan jenis kajian pemikiran tokoh karena berisi telaah pemikiran Ary Ginanjar Agustian mengenai ESQ WAY 165. Penelitian tentang pemikiran tokoh adalah usaha menggali pemikiran tokoh-tokoh tertentu yang memiliki karya-karya fenomenal. Karya tersebut dapat berupa buku, surat, pesan atau dokumen lain yang menjadi refleksi pemikirannya. Adapun dalam penelitian ini pemikiran Ary Ginanjar Agustian mengenai ESQ WAY 165 akan digali berdasarkan buku *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient* dan *Rahasia Sukses Membangkitkan ESQ Power*, yang merupakan karya fenomenal beliau.

Metode pengumpulan data dengan menghimpun literatur, mengklasifikasikan literatur, mengutip data-data yang diperlukan, melakukan konfirmasi data terakhir mengelompokkan data berdasarkan sistematika penelitian. Data-data penelitian yang telah diperoleh kemudian dianalisis menggunakan analisis teks dan wacana jenis analisis isi. Metode analisis isi digunakan untuk mengumpulkan muatan sebuah teks berupa kata-kata, makna gambar, simbol, gagasan, tema, dan segala bentuk pesan yang dapat dikomunikasikan. Metode ini tidak hanya mengkaji persoalan isi teks yang komunikatif, tetapi juga mengungkap bentuk linguistiknya. Hasil penelitian selanjutnya disajikan secara deskriptif agar pemaparannya jelas dan terperinci.

## **Hasil**

### **Konsep Insan Kamil**

Istilah insan kamil secara historis muncul dalam literatur Islam sekitar awal abad ke-7 atau 13 M atas gagasan Ibnu 'Arabi, yang dipakainya untuk melabeli konsep manusia ideal yang menjadi lokus penampakan diri Tuhan. Ibnu 'Arabi mengatakan bahwa insan kamil merupakan miniatur dan realitas ketuhanan dalam *tajalli* Tuhan pada alam semesta. Esensi insan kamil adalah cermin Tuhan. Menurut Ibnu 'Arabi, setiap manusia adalah citra Tuhan tetapi hanya secara potensial, sedangkan insan kamil adalah citra Tuhan yang aktual karena pada diri insan kamil termanifestasi nama-nama dan sifat-sifat Tuhan. Bagi Ibnu 'Arabi, yang dinamakan insan kamil adalah manusia yang sempurna dari segi wujud dan pengetahuannya. Insan kamil dikatakan sempurna dari segi wujudnya, karena dirinya adalah manifestasi citra Tuhan yang di dalamnya tercermin nama-nama dan sifat-sifat Tuhan, sedangkan sempurna dari segi pengetahuannya, karena dirinya telah mencapai tingkat kesadaran tertinggi, yakni menyadari esensinya dengan Tuhan (*ma'rifah*) (Kidah Mahmud, 2014).

Istilah insan kamil selanjutnya mendapat perhatian khusus dari Al-Jili, yang kemudian mengembangkan konsep tersebut dalam karya tersendiri, *al- Insa>n al-Kami*l. Al-Jili seperti Ibnu ‘Arabi memandang insan kamil sebagai wadah *tajall* Tuhan yang paripurna. Tuhan dapat melihat dirinya secara paripurna pada manusia, yakni insan kamil. Citra Tuhan terpantul pada diri insan kamil secara esensial. Insan kamil merupakan kutub yang berotasi di sekelilingnya segenap rasi bintang-bintang wujud dari permulaan wujud hingga akhirnya (Abd. Karim Ibnu Ibrahim Al-Jaili,2014)

Pandangan Ibnu ‘Arabi (2020) mengenai *tajalli* memiliki banyak sekali bentuk, ada sekitar 100 lebih bentuk *tajalli* yang dijelaskan dalam buku *Pohon Kejadian*. Secara garis besartajalli dibagi menjadi dua bentuk, yaitu *tajall* gaib atau *tajalli zati*, dan *tajalli syuhudi*. *Tajalli zati* menurut Ibnu ‘Arabi terdiri dari dua martabat, yaitu martabat *ahadiyah* dan *wahidiyah*. Pada martabat *ahadiyah*, Tuhan merupakan wujud tunggal dan mutlak yang belum dihubungkan dengan sifat apa pun, sehingga belum dikenal oleh siapa pun. Tuhan dalam martabat ini transenden atas segalanya. *Tajalli* Tuhan pada martabat ini akan berlanjut pada martabat-martabat selanjutnya sampai pada martabat di mana Tuhan dapat dikenal oleh makhluk.

Pandangan Al-Jili mengenai *tajalli* Tuhan memiliki perbedaan dengan Ibnu ‘Arabi. Menurut Al-Jili, *tajalli* Tuhan yang berlangsung dalam alam semesta memiliki lima martabat yaitu; martabat *uluhiyah*, martabat *ahadiyah*, martabat *wahidiyah*, martabat *rahmniyah*, martabat *rububiyah*. Martabat *uluhiyah* merupakan martabat tertinggi dalam urutan *tajall* ilahi karena di dalamnya mencakup segenap realitas dari segala sesuatu. Martabat *uluhiyah* adalah esensi dari zat primordial yang menjadi sumber dari segala hakikat wujud dan pemeliharaannya. Hakikat wujud yang dimaksud di sini adalah hukum-hukum lahir yang tertampakkan pada makhluk dan *al-haq*. *Tajalli* pada peringkat ini hanya berupa pemberian hak kepada yang berhak (*it’kull zi haq haqqahu*), yakni memberikan wujud pada martabat-martabat yang ada dibawahnya.

Derajat insan kamil juga diperoleh melalui *taraqqi* (proses pendakian). Ibnu ‘Arabi menyebutkan ada 60 *maqam* yang harus ditempuh sufi untuk menuju derajat insan kamil. Namun, penulis tidak akan memaparkan seluruh *maqamat* tersebut. *Maqam-maqam* yang dirasa penting akan dibahas secara ringkas dalam bab ini. *Maqam* pertama yang harus ditempuh para sufi untuk menuju derajat insan kamil adalah *taubah* (tobat), kemudian akan menempuh beberapa *maqam-maqam* yang lain hingga mencapai *maqam ma’rifah* dan *mahabbah*, demikian hingga mencapai *maqam* terakhir yaitu *ru’ya* (*mimpi*). Tahap perpindahan dari *maqam* yang satu ke *maqam* selanjutnya disebut *barzakh*. Seorang sufi tidak dapat dimasukkan pada *maqam* yang telah dilaluinya dan tidak dapat pula dimasukkan pada *maqam* yang akan dilaluinya. Tahap ini kepribadiannya yang lama telah teresap ke hadirat *al-haq*, sementara yang baru belum mengutuh (Ali,1997).

Tahap-tahap puncak yang dicapai sufi dalam perjalanan spiritualnya menuju insan kamil, yakni ketika mencapai *maqam ma'rifah* dan *mahjabbah*. *Maqam ma'rifah* dimulai dengan mengenal dan menyadari jati diri, dengan demikian sufi dapat mengenal dan sadar akan eksistensi Tuhan sebagai wujud hakiki. Kegunaan *ma'rifah* diri adalah untuk mengetahui dan mengerti bahwa wujud makhluk tidak ada dan tidak “tidak ada”. Manusia bukan sesuatu yang ada, ia tidak pernah ada dan tidak akan pernah ada, sebab memang tidak ada Tuhan selain Dia, tidak ada wujud bagi selain Dia (Arabi,2018)

Berbeda dengan Ibnu ‘Arabi yang menjelaskan proses *taraqqi* (proses pendakian) dengan rinci, Al-Jili berupaya untuk menyederhanakan dan menyistematiskan *maqamat* yang telah disampaikan oleh Ibnu ‘Arabi dan para sufi terdahulu dengan mengemukakan beberapa peringkat kesadaran rohani yang disebutnya *martabah*. (Rusli,2013)

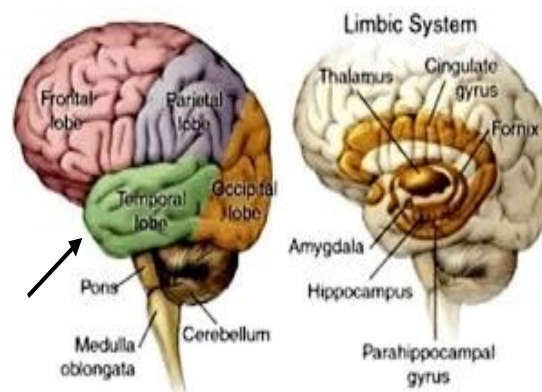
### **Konsep ESQ WAY 165 Ary Ginanjar Agustian**

DR. H.C. Ary Ginanjar Agustian adalah seorang motivator dan pebisnis profesional yang telah bergelut di dunia bisnis selama lebih dari 25 tahun. Beliau lahir di Bandung pada 24 Maret 1965 dari pasangan H. A. Rohim Agustjik dan Hj. Ana Rahim. Beliau adalah anak pertama dari empat bersaudara. Istri beliau bernama Linda Damayanti dan dikaruniai enam orang anak yaitu; Anjar Yusuf Ramadhan, Erick Bintang Sulaiman, Rima Khansa Nurani, Eqi Muhammad Rikansa, Esqi Gibraltar Ibrahim dan Sakura Azzahra. Selain sebagai pebisnis, Ary Ginanjar Agustian adalah seorang motivator, tokoh pembangunan karakter dan penggiat transformasi budaya perusahaan. Beliau juga presiden direktur dari PT Arga Bangun Bangsa serta pendiri ESQ *Leadership Center*. Selain itu, beliau juga mendirikan ESQ *Business School*. (Agustian,2003)

Menurut Ary Ginanjar Agustian, manusia selalu dihadapkan dengan dikotomi antara kepentingan dunia dan akhirat. Manusia seolah-olah harus memilih satu di antara kedua dikotomi tersebut. Menurut Ary Ginanjar, justru penggabungan keduanya dapat melahirkan *meaning and value* (makna dan nilai) dalam setiap langkah hidupnya. Perjalanan panjang Ary Ginanjar selama kurang lebih 10 tahun membuahkan konsep ESQ (*Emotional Spiritual Quotient*), yang berusaha mengintegrasikan antara dimensi fisik (IQ), dimensi emosi (EQ), dan dimensi spiritual (SQ). Konsep ESQ mengikuti konsep rukun iman, rukun Islam, dan ihsan, yang kemudian menjadi rujukan angka 165.

Konsep ESQ WAY 165 fokus pada proses mengaktifkan *God Spot* sebagai pusat orbit atau kecerdasan tertinggi dalam ESQ, sehingga dapat menyinergikan ketiga aspek kecerdasan manusia. *God Spot* sendiri muncul berawal dari penemuan kecerdasan manusia yang ketiga, yakni kecerdasan spiritual berdasarkan penelitian psikolog Danah Zohar dan Ian Marshal. Pada penemuan pertama ini, kecerdasan spiritual lebih menekankan pada makna spiritual sebagai potensi khusus dalam tubuh tanpa menghubungkan secara jelas dengan kekuasaan dan kekuatan Tuhan. Mereka membedah kecerdasan spiritual dengan pusat utamanya pada kekuatan otak manusia. Penelitian ini

dikaji lebih dalam lagi oleh neuropsikolog Michael Persinger di awal 1990-an dan neurolog. V.S. Ramachandran pada 1997. Penelitian V.S. Ramachandran inilah ditemukan bahwa pada otak manusia ada alat yang bisa menangkap nuansa mistik, yang kemudian disebut dengan *God Spot*.



Gambar 1: Anatomi Otak  
(Sumber: Wahab & Umiarso, 2014:55)

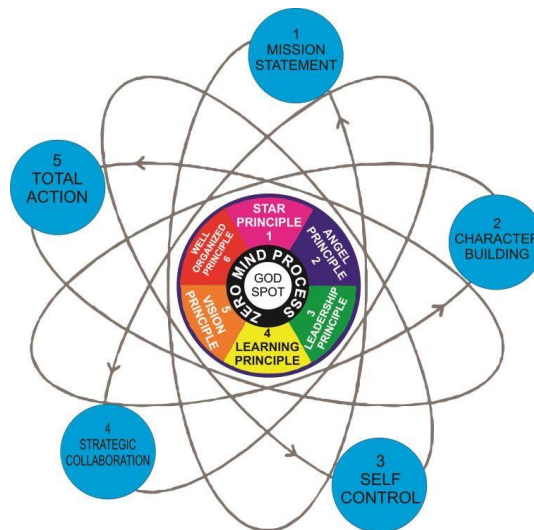
Bagian otak yang ditunjuk tanda panah pada gambar 3.1, yakni *temporal lobe* merupakan bagian yang bertanggung jawab atas hal-hal spiritual. Pusat spiritual terletak di antara hubungan saraf pada cuping-cuping temporal otak. Berdasarkan penelitian, area-area saraf tersebut akan bersinar ketika subjek diarahkan untuk mendiskusikan topik spiritual atau agama. *God Spot* ini tidak membuktikan adanya Tuhan, tetapi menunjukkan bahwa otak telah berkembang untuk menanyakan “pertanyaan-pertanyaan pokok” untuk memiliki dan menggunakan kepekaan terhadap makna dan nilai yang lebih luas.

Menurut V.S. Ramachandran yang dikutip dalam Wahab dan Umiarso, *God Spot* dalam otak manusia sudah secara *built-in* merupakan pusat spiritual yang terletak di antara jaringan saraf otak, menjadi referensi utama membangun kecerdasan spiritual. Fitrah manusia terdapat dalam *God Spot*. Kajian tentang *God Spot* ini selanjutnya melahirkan konsep kecerdasan spiritual, yakni suatu kemampuan manusia yang berkenaan dengan usaha memberikan penghayatan bagaimana agar hidup ini menjadi lebih bermakna. Zohar dan Marshall menganggap *God Spot* lebih dimaknai secara material, bahkan keduanya juga menolak kecerdasan spiritual dikaitkan dengan agama yang bersifat definitif. (Wahab & Umiarso, 2014)

Menurut Ary Ginanjar Agustian, kecerdasan spiritual adalah kemampuan manusia untuk memberi makna spiritual terhadap setiap perilaku dan kegiatan berdasarkan keyakinannya (iman). Ary Ginanjar Agustian menggambarkan cara mengintegrasikan tiga kecerdasan manusia dalam ESQ model. ESQ model adalah

sebuah mekanisme sistematis untuk mengelola ketiga dimensi manusia, yakni dimensi fisik, mental dan spiritual. Gambaran ESQ model terinspirasi dari otak manusia yang memiliki jutaan kumparan yang membentuk pola tertentu, yang mana polanya mirip dengan galaksi Bimasakti.

Berikut ini gambaran ESQ model Ary Ginanjar Agustian:



Gambar 2: ESQ Model  
(Sumber: Oseven, 2020: 2)

Langkah awal yang perlu dilakukan dalam ESQ model adalah dengan membersihkan diri lahir dan batin melalui *Zero Mind Process* atau ZMP, yaitu sebuah proses yang bertujuan untuk membersihkan hati dari belunggu yang menutupinya. ZMP dilindungi oleh enam prinsip yang melingkarinya, yaitu *starprinciple*, *angel principle*, *leadership principle*, *learning principle*, *vision principle*, *well organized principle*. Prinsip-prinsip ini bertujuan untuk mengendalikan emosi manusia agar selalu dalam posisi stabil, karena kecerdasan spiritual hanya dapat bekerja pada keadaan tersebut. Enam prinsip tersebut disandarkan pada rukun iman. (Agustian:2003)

Lima lingkaran kecil di luarnya dinamakan *mission statement*, *characterbuilding*, *self controlling*, *strategic collaboration*, dan *total action*. Kelima prinsip tersebut berfungsi sebagai pembimbing yang bekerja pada dimensi fisik, yaitu dimensi yang mampu memastikan langkah fisik (IQ) tetap berada pada garis orbit spiritual. Lima lintasan tersebut bersumber dari rukun Islam. Melalui mekanisme-mekanisme tersebut, maka cahaya pada *God Spot* sebagai pusat orbit (SQ) dapat dimunculkan. Kecerdasan spiritual dan intelektual akan mampu terciptakan apabila emosi dalam keadaan stabil.

Konsep ESQ menurut Ary Ginanjar Agustian terdiri dari *Zero Mind Process* (ZMP), *Mental Building*, dan *Prinsip Rukun Islam*. *Zero Mind Process* (ZMP)



merupakan proses membebaskan jiwa dari belenggu-belenggu yang menutupinya. *Zero Mind Process* (ZMP) bertujuan agar manusia dapat mendengarkan bimbingan suara hati yang terekam dalam *God Spot*. Suara hati yang dimaksud oleh Ary Ginanjar Agustian adalah suara hati yang akan dirasakan oleh seluruh manusia, sehingga menimbulkan anggukan *universal*. Ary Ginanjar Agustian menggambarkan anggukan *universal* sebagai suatu sikap yang akan dilakukan manusia pada umumnya saat menghadapi suatu kondisi, yang mana sikap tersebut adalah sebuah kebaikan dan telah diyakini oleh tiap manusia. Manusia *universal* setuju bahwa sikap yang dilakukan oleh seseorang tersebut adalah baik.

Ary Ginanjar Agustian menganggap bahwa ketika manusia hendak berbuat keburukan, sebenarnya suara hati atau hati nuraninya telah melarangnya, tetapi tidak semua manusia mendengarkan bimbingan tersebut. Ary Ginanjar Agustian meyakini bahwa suara hati manusia pada dasarnya adalah suara Tuhan, maka ia mengajak manusia untuk menyetujui kebenaran suara hati dengan cara membebaskan hati dari belenggu- belenggu yang menutupinya. Belenggu tersebut yaitu prasangka negatif, prinsip hidup, pengalaman, kepentingan subjektif, sudut pandang, pembandingan yang tidak obyektif dan fanatisme.

Pada bagian *Mental Building* (Membangun Mental) akan terjadi proses pembangunan kecerdasan emosi (EQ) melalui enam prinsip yang didasarkan pada rukun iman. Enam prinsip tersebut berfungsi sebagai pelindung pusat orbit spiritual atau *God Spot*, serta menjaganya agar tetap menjadi pusat orbit. Enam prinsip tersebut adalah sebagai berikut: 1) *Star Principle* : Pada prinsip bintang ini Ary Ginanjar Agustian mendefinisikan tauhid adalah kepemilikan rasa aman intrinsik, kepercayaan diri yang tinggi, integritas yang kuat, sikap bijaksana dan motivasi tinggi, yang semua itu dilandasi oleh iman dan dibangun dengan berprinsip hanya kepada Allah Swt. Ari Ginanjar Agustian juga menjelaskan bahwa basiskecerdasan spiritual adalah kalimat *la ilaha illallah*.<sup>79</sup> Kondisi terberat yang dapat membuat manusia tergeser dari prinsip tersebut adalah kemilaudan godaan dunia. Pengajaran yang ada di dalam prinsip bintang yaitu; tidak berprinsip pada selain Allah Swt., bekerja bekerja tanpa pamrih dan karena Allah Swt., selalu berpedoman pada sifat-sifat Allah Swt., menghadapi segala persoalan dengan hati yang tenang atau tenteram, membangun kepercayaan diri. 2) *Angel Principle*: Prinsip malaikat ini mengajarkan pada manusia agar senantiasa melakukan segala pekerjaan dengan sepenuh hati seperti halnya malaikat yang taat dan patuh pada perintah Allah Swt. Pekerjaan yang dilakukan manusia harus memiliki nilai ibadah. Prinsip malaikat yang telah dipegang teguh manusia akan memunculkan sikap loyalitas yang tinggi, komitmen yang kuat, kebiasaan untuk saling mengawasi dan memberi, suka menolong, dan saling percaya. 3) *Leadership Principle*: Pemimpin sejati menurut Ary Giananjar Agustian adalah seseorang yang selalu mencintai dan memberi perhatian kepada orang lain, sehingga ia dicintai; memiliki integritas yang kuat, sehingga ia dipercaya pengikutnya; dan memiliki kepribadian yang kuat dan konsisten. Pemimpin sejati harus memimpin berlandaskan suara hari yang fitrah. Tampak bahwa syarat seseorang menjadi pemimpin sejati adalah memiliki rasa cinta, integritas, jiwa pembimbing, kepribadian yang kuat dan konsisten, serta yang terpenting memiliki suara hati yang fitrah (suci).

Prinsip ini mengajarkan agar manusia; dapat memberi perhatian pada semua orang dengan tulus, membimbing orang lain yang membutuhkan bimbingan, menjaga sikap dan tingkah laku, serta selalu mendengarkan suara hati.4) *Learning Principle*: Prinsip pembelajaran ini mengajak manusia untuk tidak berhenti belajar. Menurut Ary Ginanjar Agustian belajar dilakukan melalui; kebiasaan membaca buku maupun situasi dengan cermat, selalu berpikir kritis dan mendalam, selalu mengevaluasi pemikirannya kembali, bersikap terbuka untuk menyempurnakan pemahaman, serta memiliki pedoman yang kuat (Al-Qur'an). Menurut Ary Ginanjar Agustian, Al-Qur'an adalah pedoman puncak yang harus dipegang oleh seluruh umat manusia. Al- Qur'an memberikan petunjuk serta aplikasi dari kecerdasan emosi dan spiritual yang sangat sesuai dengan suara hati.

5) *Vision Principle* (Prinsip Masa Depan): Prinsip masa depan adalah iman kepada hari akhir. Menurut AryGinanjar Agustian, keyakinan akan adanya hari akhir akan membuat manusia memiliki kendali diri dan sosial, memiliki kepastian akan masa depan, serta memiliki ketenangan batiniah yang tinggi. Kesadaran diri akan adanya hari akhir akan mendorong manusia untuk senantiasa berbuat sebaik-baiknya di dunia hingga akhir hayatnya. Ia mengetahui bahwa tujuan akhir hidupnya bukanlah untuk meraih kesuksesan di dunia, tetapi untuk kembali kepada Allah Swt. dalam keadaan yang sebaik-baiknya. Menurut Ary Ginanjar Agustian, kesuksesan di dunia hanya kesuksesan jangka menengah, sedangkan kesuksesan jangka panjang adalah ketenangan batiniah kembali kepada Allah Swt. Maka manusia yang berorientasi pada tujuan akhir (kembali kepada Allah Swt.) akan mengoptimalkan setiap langkahnya dengan sungguh-sungguh.

6) *Well Organized Principle* (Prinsip Keteraturan): Keteraturan adalah dasar dari manajemen. Manajemen yang baik menurut Ary Ginanjar Agustian adalah menyeimbangkan intelektual yang diselaraskan dengan suara hati manusia, sehingga tercipta keteraturan yang berkelanjutan. Manajemen ini mengikuti berdasarkan cara Allah Swt. dalam menata manusia dan alam semesta dalam rangka mewakili Tuhan untuk memakmurkan bumi, seseorang yang memegang prinsip ini akan memiliki ketenangan dan keyakinan dalam berusaha karena adanya pengetahuan tentang kepastian hukum alam dan hukum sosial (sebab – akibat). Orang tersebut juga akan memahami arti penting sebuah proses dan selalu berorientasi pada pembentukan sistem (sinergi), serta berusaha menjaga sistem tersebut.

Keenam prinsip di atas bertujuan untuk mengendalikan emosi manusia agar selalu dalam posisi stabil, karena kecerdasan spiritual (SQ) hanya dapat bekerja ketika emosi dalam keadaan stabil. Rukun iman adalah pengendali emosi yang andal dan mumpuni. Manusia yang telah menanamkan enam rukun iman dengan baik, maka ia akan memiliki kondisi mental yang siap melahirkan kecerdasan emosi (EQ) yang sempurna. Enam prinsip tersebut adalah landasan kokoh untuk meningkatkan kecerdasan emosi dan spiritual (ESQ) manusia. Selanjutnya prinsip rukun Islam yang berfungsi sebagai pembimbing yang bekerja pada dimensi fisik, yaitu dimensi yang mampu memastikan langkah fisik (IQ) tetap berada garis orbit spiritual. Lima lintasan orbit tersebut bersumber dari rukun Islam. Menurut Ary Ginanjar Agustian, prinsip rukun Islam ini dibagi dalam dua bentuk, yaitu *personal strength* (ketangguhan pribadi) dan *social strength* (ketangguhan sosial).

*Personal strength* (ketangguhan pribadi) mewakili rukun Islam pertama sampai ketiga, yakni syahadat, salat, dan puasa. *Social strength* (ketangguhan sosial) mewakili rukun Islam keempat dan kelima, yaitu zakat dan haji. Secara lebih rinci, prinsip-prinsip rukun Islam tersebut diwujudkan dalam beberapa langkah di antaranya yaitu: 1) *Mission Statement* (Penetapan Misi): Prinsip ini merupakan penjabaran dari syahadat pada rukun Islam. Menurut Ary Ginanjar Agustian, syahadat akan membangun sebuah keyakinan dalam berusaha. Syahadat akan menciptakan suatu daya dorong dalam upaya mencapai tujuan. Syahadat juga akan membangkitkan keberanian dan optimisme, sekaligus menciptakan ketenangan batin dalam menjalankan misi kehidupan. Ary Ginanjar Agustian menggambarkan, untuk menjalankan visi dan misi kehidupan, syahadat harus bergerak secara kontinu mengelilingi inti sel, yaitu titik Tuhan. Syahadat beredar sembilan kali dalam sehari, sesuai dengan jumlah kalimat syahadat yang diucapkan dalam salat lima waktu. Prinsip *mission statement* (penetapan misi) mengajarkan manusia untuk; menetapkan misi kehidupan yang sesungguhnya, mengingat dan menjiwai sifat-sifat Allah Swt., menanamkan komitmen pengabdian hanya pada Allah Swt., serta memenuhi janji (ikrar syahadat) yang telah diucapkan. 2) *Character Building* (Pembangunan Karakter): Prinsip *character building* atau pembangunan karakter adalah penjabaran dari salat. Melalui salat, seseorang akan dapat memvisualisasikan prinsip hidupnya yang berasal dari enam rukun iman pada pembahasan sebelumnya. Menyediakan waktu untuk salat dapat memberikan kesempatan pada manusia untuk merasa rileks, kemudian setelah salat manusia dapat berpikir lebih jernih dan menemukan pemecahan masalah yang dihadapinya. Salat adalah teknik pembentukan pengalaman yang membangun paradigma positif (*new paradigm shift*). Salat dapat menghapus atau meredakan rutinitas sehari-hari yang mungkin telah membelenggu pikiran positif manusia. Menurut Ary Ginanjar Agustian, salat merupakan suatu cara untuk terus mengasah ESQ yang diperoleh dari rukun Iman. 3) *Self Control* (Pengendalian Diri): Prinsip pengendalian diri ini merupakan penjabaran dari puasa. Puasa tidak hanya berfungsi untuk menahan hawa nafsu (seperti makan dan minum, serta amarah) saja, tetapi juga untuk mengendalikan hati dan pikiran agar tetap berada dalam garis orbit dalam prinsip berpikir berdasarkan rukun iman. Puasa adalah metode pelatihan pengendalian diri. Menurut Ary Ginanjar Agustian, puasa bertujuan untuk meraih kemerdekaan sejati dan pembebasan dari belenggu yang tak terkendali. Ibadah puasa yang baik akan memelihara aset manusia yang paling berharga, yaitu suara hati Ilahi dan tujuan hidup yang sesungguhnya. 4) *Strategic Collaboration* (Sinergi): Prinsip ini merupakan penjabaran dari zakat. Zakat dalam prinsip ini tidak sekadar memberikan sebagian harta dari penghasilan sebagai suatu kewajiban. Zakat di sini dimaknai sebagai sistem pengeluaran potensi fitrah (*core values*), seperti memberikan perhatian, penghargaan, sikap kasih sayang, berempati dan integritas. Menurut Ary Ginanjar Agustian, zakat adalah langkah nyata untuk mengeluarkan potensi spiritual (fitrah) menjadi sebuah langkah konkret guna membangun sinergi yang kuat, yaitu berlandaskan sikap empati, kepercayaan, sikap kooperatif, keterbukaan, serta kredibilitas. Sinergi zakat dalam ESQ harus berpusat pada titik Tuhan, yaitu suara hati yang suci dan bergerak pada garis edar. 5) *Total Action* (Aplikasi Total): Prinsip ini adalah penjabaran dari rukun Islam kelima, yaitu haji. Haji merupakan puncak dari ketangguhan pribadi dan ketangguhan sosial. Haji adalah

sublimasi dari keseluruhan rukun iman dan perwujudan dalam langkah rukun Islam, yang merupakan langkah nyata dalam menyelaraskan suara hati dan aplikasinya. Menurut Ary Ginanjar Agustian, haji adalah suatu transformasi prinsip dan langkah secara total (*tawaf*), konsistensi perjuangan (*sa'i*), evaluasi dan visualisasi, serta mengenal jati diri spiritual ketika wukuf. Haji juga merupakan suatu pelatihan sinergi dalam skala yang tertinggi, yang dipersiapkan untuk menghadapi berbagai tantangan masa depan (lontar jamrah). Sinergi yang terjadi dalam haji bukan hanya antara manusia atau negara, tetapi juga antara manusia dengan Tuhannya, yang mana saat *tawaf* Dia “berdiri” di tengah sebagai pemimpin segenap suara hati manusia yang fitrah.

### **Pengembangan Kecerdasan Emosi Dan Spiritual Menuju Insan Kamil Perspektif Ary Ginanjar Agustian**

Manusia adalah makhluk ruhani, maka untuk mencapai kebahagiaan, kebutuhan fisik bukan jalan satu-satunya yang harus dipenuhi. Kebutuhan untuk rumah tinggal, kendaraan, berlibur, pakaian, makanan dan minuman lezat, serta berbagai upaya memenuhi kebutuhan fisik lainnya, mungkin bisa mendatangkan kebahagiaan, tetapi sifatnya hanya sementara. Para neurolog menemukan bukti akan adanya pengaruh dari kepercayaan pada Tuhan, pada cara kerja bagian otak tertentu. Sejumlah peneliti menyimpulkan bahwa, kebutuhan untuk percaya pada Tuhan – atau dalam prinsip kecerdasan emosi Ary Ginanjar Agustian disebut *Star Principle*, adalah disebabkan oleh predisposisi yang telah ada di dalam otak manusia. Menurut para peneliti, orang ateis pun pada keadaan tertentu akan merasa membutuhkan Tuhan karena otak manusia membutuhkan keadaan terstruktur, kecenderungan pada order, kepatuhan dan keteraturan dari keadaan yang semula tidak beraturan.

Ary Ginanjar Agustian menempatkan kecerdasan emosi sebagai radar emosi, yang selanjutnya mengakibatkan IQ dan SQ dapat bekerja secara optimal. Menurut Ledoux seorang ahli saraf, yang dikutip dalam Mahmudin, mengungkapkan pusat emosi berada pada amigdala, yaitu sel yang bertumpuk di batang otak. Amigdala memproses hal-hal yang berkaitan dengan emosi seperti sedih, marah, nafsu, dan kasih sayang. Kendala yang sering menghalangi kecerdasan emosi adalah rasa malu, tidak mampu mengekspresikan perasaan, terlalu emosional, frustrasi, tidak ada motivasi diri, sulit berempati dan sulit berteman. Oleh karena itu, diperlukan pengendalian diri agar posisi emosi selaludalam keadaan stabil.

Menurut Ary Ginanjar Agustian, kunci dari kecerdasan emosional adalah kejujuran pada suara hati. Kecerdasan emosi (EQ) dibangun melalui enam prinsip yang didasarkan pada rukun iman, prinsip tersebut yaitu; prinsip utama yang dibentuk oleh tauhid (*star principle*), integritas dibentuk dan dibangun oleh iman pada malaikat (*angel principle*), kepemimpinan yang dibentuk oleh iman pada nabi dan rasul (*leadership principle*), prinsip pembelajaran yang dibentuk iman pada kitab Allah (*learning principle*), visi yang dibangun iman pada hari akhir (*vision principle*), keikhlasan dan sinergi dibentuk oleh iman pada takdir Allah (*well organized principle*). (Agustian, 2003)

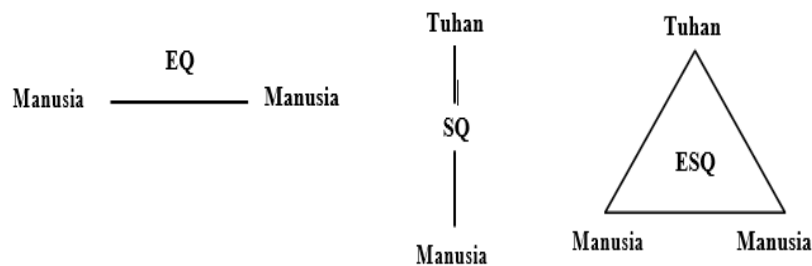
Menurut Ary Ginanjar Agustian, cara untuk mencapai kecerdasan spiritual adalah dengan ihsan, yakni berbuat atau menegakkan segala kualitas terbaik. Ihsan dicapai dengan *Zero Mind Process* (ZMP), yakni proses membebaskan jiwa dari belenggu-belenggu yang menutupinya. Belenggu-belenggu yang dimaksud adalah prasangka negatif, prinsip hidup, pengalaman, kepentingan subjektif, sudut pandang, pembandingan yang tidak objektif, dan fanatisme. Belenggu- belenggu ini menimbulkan halangan yang bersifat negatif terhadap pengendalian diri.

Konsep ihsan menekankan tentang bagaimana menghadirkan motivasi dan kualitas psikologi seseorang menjadi selaras dengan perbuatan dan pemahaman seseorang. Tujuan ihsan pada ESQ tidak sekedar melakukan apa yang diperintahkan Allah Swt., melainkan untuk melakukan semua perbuatan semata-mata demi Allah Swt. Ihsan menghendaki bahwa manusia harus menyadari akan kehadiran Allah Swt. dan berperilaku dengan sebaik-baiknya, selain itu juga menuntun manusia agar berpikir dan merasa.

### **Pengembangan Kecerdasan Emosi dan Spiritual Ary Ginanjar Agustian dalam Kehidupan Sehari-Hari**

Kecerdasan emosi dianggap sebagai kemampuan manusia menjalin hubungan dengan sesama manusia, sedangkan kecerdasan spiritual dianggap sebagai hubungan manusia dengan Tuhannya, kemudian Ary Ginanjar Agustian berusaha untuk menggabungkan keduanya. Penggabungan ini bertujuan agar manusia dapat menyeimbangkan kehidupannya lahir dan batin. Gambaran penggabungan kecerdasan emosi dan spiritual Ary Ginanjar Agustian adalah sebagai berikut:

**Gambar 4.1 Penggabungan Kecerdasan Emosi dan Spiritual**



(Sumber: Agustian, 2008:12)

**Gambar 3 Penggabungan Kecerdasan Emosi dan Spiritual**

Pada gambar 3 di atas, kecerdasan emosi dan spiritual dalam konsep ESQ Ary Ginanjar Agustian adalah satu kesatuan, keduanya tidak bisa dipisahkan dan saling menguatkan satu sama lain. Menyinerjikan kecerdasan emosi dan spiritual

berdasarkan pemikiran Ary Ginanjar Agustian adalah Menjernihkan hati, Membangun mental dan Melaksanakan ibadah dalam rukun Islam

Tujuan dasar spiritual manusia adalah pengabdian kepada Tuhan, dengan demikian tidak masuk akal jika manusia mengaku memiliki kecerdasan spiritual yang baik, tetapi tidak pernah mendekati diri kepada-Nya. Bentuk pengabdian manusia kepada Tuhannya adalah dengan beribadahkepada-Nya. Manusia tidak akan menjadi insan kamil jika tidak pernah beribadah kepada-Nya. Ary Ginanjar Agustian menganggap rukun Islam sebagai pembimbing yang bekerja pada dimensi fisik yaitu, dimensi yang memastikan langkah fisik (IQ) tetap berada dalam garis orbit spiritual. Langkah-langkah yang dapat dilakukan, yaitu: Berusaha melaksanakan salat dengan disiplin dan khusyuk, Bersujud hanya kepada Allah Swt, Senantiasa berzikir kepada Allah Swt, berpuasa tidak sekedar untuk ibadah, tetapi juga untuk melatih pengendalian diri Melaksanakan zakat bukan hanya sebagai kewajiban, tetapi juga untuk memupuk rasa empati terhadap sesama manusia, Menanamkan sifat-sifat mulia sesuai dengan nama-nama Allah Swt. Bersikap berani dan optimis menghadapi segala sesuatu, Selalu meningkatkan produktifitas dalam bekerja, Tidak mengingkari janji, Senantiasa berpikir jernih, Selalu melakukan evaluasi diri, Berhaji jika mampu merupakan langkah transformasi puncak dalam pengembangan ESQ.

Pelaksanaan ESQ dalam kehidupan sehari-hari diharapkan dapat membawa manusia dalam kesuksesan hidup di dunia dan akhirat. Pemahaman ESQ yang telah diperoleh memberikan kesadaran bahwa ukuran penilaian tidak cukup hanya pada intelektualitas (IQ) saja, tetapi yang paling penting adalah unsur spiritualitas dan emosional. ESQ membantu pesertanya untuk menemukan jati diri dan tujuan hidup yang sesungguhnya, lebih dari itu ESQ juga membantu pesertanya untuk menemukan Tuhan yang ia yakini. Melalui ESQ konsep insan kamil pada saat ini dapat dimaknai sebagai dasar pertumbuhan dan pengembangan kepribadian, serta proses belajar menyeimbangkan dimensi fisik (IQ), dimensi emosi (EQ), dan dimensi spiritual (SQ).

### **Simpulan**

Pembahasan yang telah dilakukan pada bab-bab terdahulu dapat disimpulkan bahwa pertama pada perspektif filosofis insan kamil dapat diperoleh melalui proses *tajalli* dan *taraqqi*. *Tajalli* merupakan proses memunculkan eksistensi dan manifestasi Tuhan dalam diri insan kamil, sedangkan *taraqqi* adalah proses pendakian seorang sufi untuk menuju tingkat kesadaran rohani dan pengetahuan tertinggi, sehingga dapat mencapai derajat insan kamil seutuhnya. Kedua konsep ESQ WAY 165 Ary Ginanjar Agustian merupakan metode ampuh untuk menjaga sifat-sifat Ilahiah manusia yang terletak pada *God Spot*, sehingga bisa terjaga dan terpelihara dengan baik, sekaligus membentengi dimensi emosi (EQ) agar selalu memiliki ketahanan mental yang mumpuni dan selalu dalam kondisi stabil. Tiga pengembangan kecerdasan emosi dan spiritual Ary Ginanjar Agustian berpotensi

untuk membimbing manusia menuju insan kamil, yakni dengan cara; menjernihkan hati, membangun mental, dan melaksanakan ibadah dalam rukun Islam.

### **Saran**

Saran dalam penelitian ini diharapkan hasil penelitian dapat menjadi rujukan bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut dengan tema yang sama. Peneliti mengharapkan penelitian selanjutnya akan menggunakan lebih banyak buku Ary Ginanjar Agustian sebagai rujukan primer.

### **Daftar Pustaka**

- Agustian, Ary Ginanjar. (2003). *Rahasia Sukses Membangkitkan ESQ Power Sebuah InnerJourney Melalui Al-Ihsan*. Jakarta: Arga
- . (2008) *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient*. Jakarta: Arga
- Ali, Yunasril. (1997). *Manusia Citra Ilahi*. Jakarta: Paramadina
- Al-Jaili, Abd. Karim Ibnu Ibrahim. (2014). *Insan Kamil Ikhtiar Memahami Kesejatian Manusia dengan Sang Khaliq hingga Akhir Zaman*. Diterjemahkan oleh Misbah El Majid. Surabaya: Pustaka Hikmah Perdana
- 'Arabi, Ibnu. *Fushush Al-Hikam*. Diterjemahkan oleh M. Sabrur Ali. Yogyakarta: Diva Press, 2018. <https://www.perpusnas.go.id>.
- . *Pohon Kejadian*. Diterjemahkan oleh Imam Nawawi. Yogyakarta: Diva Press, 2020. <https://www.perpusnas.go.id>.
- . *Rahasia Asmaul Husna Mengungkap Makna 99 Nama Allah*. Diterjemahkan oleh Zainul Maarif. Jakarta: Turos Pustaka, 2015. <https://www.perpusnas.go.id>.
- A'yuna, Qurrota, dan Said Nurdin. (2016). "Fanatisme dalam Tinjauan Psikologi Agama." *Jurnal Suloh* 1, no. 1. <http://e-repository.unsyiah.ac.id/suloh/article/view/8309/6752>.
- Hakiki, Kiki Muhammad, dan Arsyad Sobby Kesuma. (2018) "Insan Kamil dalam Perspektif Abd Al-Karim Al-Jili dan Pemaknaan dalam Konteks Kekinian." *Wawasan: Jurnal Ilmiah Agama dan Sosial Budaya* 3, no. 2

- Hakim, Nur. “Kecerdasan Intelektual, Emosional, dan Spiritual dalam Perspektif Bidayatul Hidayah.” *Indonesian Journal of Islamic Education Studies (IJIES)* 1, no. 2 (27 Desember 2018): 218–33.<https://doi.org/10.33367/ijies.v1i2.639>.
- Hamzah, Amir.(2020). *Metode Penelitian Kepustakaan (Library Research): Kajian Filosofis, Teoretis, Aplikasi, Proses, dan Hasil Penelitian*. Edisi Revisi. Batu: Literasi Nusantara
- Harahap, Nursapia. (2019)“Penelitian Kepustakaan.” *Jurnal Iqra’* 8, no. 1 (2014).  
Hartini, Linda. “Pendekatan ESQ dalam Konseling Individu (Telaah Pemikiran Ary Ginanjar Agustian).” Skripsi, IAIN Bengkulu
- Herwati. (2016) “Emosional Spiritual Qoutient (ESQ) dan Relevansinya Terhadap Pendidikan Agama Islam (Telaah Pemikiran Ary Ginanjar Agustian dan Pemikiran Muhammad Ustman An-Najati).” Tesis, UIN Maulana Malik Ibrahim
- Ilhamuddin.(2021)“Emosional Spiritual Qoutient (ESQ) dan Relevansinya Terhadap Tanggung Jawab Pendidik Pada Anak (Analisis Panddangan Ary Ginanjar Agustian dan Abdullah Nasih Ulwan).” Tesis, IAIN Bengkulu,.
- Iqbal, Ahmad. (2021) “Kompetensi Kepribadian Guru PAI Melalui ESQ dalam Buku Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan Spiritual Karya Ary Ginanjar Agustian.” Skripsi, UIN Sultan Syarif Kasim.