

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hidup ini bisa dikatakan timbal balik dalam hal apapun, sesuai dengan apa yang kita perbuat maka akan sama dengan apa yang kita dapatkan. Pola pikir menjadi salahsatu bagian penting dalam hal ini, sebagaimana sesuai dengan pendapat seorang pengusaha dan motivator muslim asal Mesir, Ibrahim Elfiky mengatakan, “Tuhan sudah sangat jelas memberikan rambu-rambu betapa nasib seseorang tergantung dari usahanya. Untuk mengubah nasib harus dimulai dengan mengubah kebiasaan. Untuk bisa mengubah kebiasaan dimulai dengan mengubah pola pikir. Jadi ubah pola pikir.”. Beliau memang cukup terkenal dengan pemikiran serta cara dalam berpikir positif. Dengan ini, ia pun meluncurkan sebuah karya berjudul Terapi Berpikir Positif pada Maret tahun 2009. Dalam buku tersebut memaparkan tentang pentingnya manusia untuk berpikir positif. Sebab, salahsatu kekuatan yang tidak terbatas ialah berpikir positif.

Allah juga memerintahkan hambanya untuk berpikir positif sebagaimana dalam surat Al-Hujurat ayat 12, Allah berfirman:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَبَ بََعْضُكُم بَعْضًا ۗ أَيُّحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۗ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman! Jauhilah banyak dari prasangka, sesungguhnya sebagian prasangka itu dosa, dan janganlah kamu mencari-cari kesalahan orang lain, dan janganlah ada di antara kamu yang menggunjing sebagian yang lain. Apakah ada di antara kamu yang suka memakan daging saudaranya yang sudah mati? Tentu kamu merasa jijik. Dan bertakwalah kepada Allah, sungguh Allah Maha Penerima taubat, Maha Penyayang.”¹

Dalam ayat tersebut mengandung makna bahwa Allah SWT melarang hambanya berburuk sangka, yang artinya Allah menyukai orang yang mempunyai cara pandang atau penyikapan yang baik terhadap masalah yang dilaluinya. Dalam Islam memiliki tiga tingkatan penyikapan dalam berpikir positif terhadap suatu keadaan.

Pertama *qona'ah*, menerima segala yang dianugerahkan Allah SWT sebagai bentuk kewajaran, dalam hal positif maupun negatif. Kedua *istiqomah*, secara harfiah yang memiliki arti “tidak bergeser” atau “tegak berdiri” atau bila disederhanakan lagi yaitu konsisten. Disini ulama menyangkut pautkannya dengan selalu berpegang teguh pada aturan agama. Ketiga *tawakal*, berpasrah diri kepada Allah SWT atas ikhtiar dan usaha yang dilakukan.

Ibrahim Elfiky bermigrasi ke Kanada yang kemudian tumbuh menjadi seorang pria yang cerdas dan bijak tindakan juga pemikirannya. Lama berselang seorang Ibrahim Elfiky mulai terkenal dengan berbagai kemampuannya dalam sebuah gagasan mengenai pola pikir, hingga akhirnya beliau menjadi salah satu

¹ Departemen Agama RI, *Alquran dan Terjemahannya*, (Surabaya: Tri Karya Surabaya, 2002), hlm 745

motivator muslim terbaik di dunia yang memiliki tujuh ratus ribu orang pengikut seminar juga pelatihan yang di selenggarakan di berbagai negara dengan tiga bahasa yaitu Inggris, Prancis dan Arab.

Melihat keberhasilan yang ia raih tentunya terdapat esensi-esensi pemikirannya yang luar biasa, beliau pernah menyebutkan bahwa, “Jika Tuhan menutup satu pintu, maka Tuhan akan membuka pintu yang lain.” artinya setiap manusia memiliki banyak peluang keberhasilan dalam hidupnya. Jika kita gagal dalam upaya yang kita jalani, bukan berarti itu menutup segala kesuksesan yang akan di raih, melainkan kesuksesan itu akan kita raih di kemudian hari dan itu pasti adanya. Dengan kata lain, pintu keberhasilan tidak hanya datang satu kali, tetapi banyak.

Ibrahim Elfiky juga mengatakan, “Kadang-kadang Allah menutup pintu yang ada di depan kita, lalu dia membuka pintu lain yang lebih baik. Namun, kebanyakan manusia menyalakan waktu, konsentrasi, dan tenaga untuk memandangi pintu yang tertutup daripada menyambut pintu yang terbuka di hadapannya.” Artinya banyak manusia seperti terperangkap dalam pemikirannya sendiri. Mereka banyak berspekulasi tanpa memprosesnya dahulu, sehingga sikap “gegabah” bahkan “jalan pintas” menjadi jalan keluarnya. Tak jarang sikap yang diambil pun dapat merugikan dirinya bahkan sekitarnya. Kemudian manusia semakin berpikir bahwa segala masalah yang menimpanya adalah takdir hidup yang buruk dan merasa bahwa ia adalah yang paling terpuruk diantara orang lain. Beliau kemudian melanjutkan, “Pikiran mempengaruhi akal dan membuatnya fokus terhadap satu makna. Dimana dalam makna tersebut

mempengaruhi perasaan. Ada perasaan yang menyala-nyala dan ada pula yang tenang”.

Harvard University melakukan sebuah penelitian bahwa keberhasilan dan kesuksesan seseorang yaitu delapan puluh lima persennya ditetapkan oleh perilaku, dan lima belas persennya oleh intelektualitas juga keterampilan. Dimana perilaku itu sendiri lah yang dibentuk oleh pikiran atau dengan kata lain delapan puluh lima persen keberhasilan dan kesuksesan juga kegagalan ditentukan oleh karakteristik pikiran. Sikap mental positif, optimis, serta kreatif merupakan hasil dari pikiran positif yang membantu individu-individu untuk mengatasi keputusasaan, ketidak beranian dan membangun harapan. Pada faktanya, individu yang berpikir positif akan cenderung memiliki pemikiran dan sikap optimis dalam hidupnya. Lain halnya dengan individu yang tidak berpikir positif, dalam menjalani hidupnya akan merasa sulit yang kemudian berdampak pada permasalahan fisik bahkan mental.²

Banyak sekali manfaat berpikir positif apabila kita implementasikan dalam kehidupan. Pribadi akan dengan senantiasa mengikuti segala macam pikiran sesuai dengan bagaimana cara, proses hingga hasil berpikir yang akan membuat suatu cara pandang yang baik terhadap segala macam permasalahan yang dialaminya. Dalam menciptakan pikiran yang positif ini sebenarnya dapat dilakukan secara otodidak, namun pembentukan pribadi dan pikiran positif tak

² Kiki Nurmayasari & Hadjam Murusdi, *Hubungan Antara Berpikir Positif Dan Perilaku Menyontek Pada Siswa Kelas X Smk Koperasi Yogyakarta*, Jurnal Vol. 3 No.1, Yogyakarta: 2015, hlm 9

jarang sulit untuk dilakukan. Pembentukan pribadi positif ini juga erat kaitannya dengan akhlak seorang muslim. Akhlak merupakan sistem nilai yang mengatur pola sikap dan tindakan manusia di dunia sedangkan ajaran islam merupakan sistem nilai yang dimaksud, dimana ijtihad sebagai metode berpikir islami serta al-Quran dan Sunnah Rasul sebagai sumber nilainya. Pola sikap dan tindakan manusia yang dimaksud ialah pola hubungan dengan Allah, sesama manusia (termasuk dirinya sendiri), dan alam.³

Apabila melihat fenomena jaman sekarang banyak terjadinya kasus-kasus kriminalitas yang bermunculan. Hal tersebut tentunya bisa disebabkan oleh kurangnya pendidikan mengenai akhlak serta rendahnya kualitas pendidikan yang mengantarkan seseorang pada posisi dasar dalam tatanan masyarakat sosial, maka pendidikan nasional itu tidak sekedar mencerdaskan kehidupan bangsa saja tetapi membentuk manusia khususnya bangsa Indonesia yang berbudi pekerti luhur. Tak jarang orangtua pun buta mengenai pentingnya pendidikan yang menciptakan akhlak anaknya, sehingga mereka bersikap acuh atau hanya sekedar membiayai sekolahnya saja tanpa membimbingnya juga di lingkungan rumah. Padahal pembentukan pribadi atau akhlak pertama itu berada di dalam keluarga.

Membahas tentang pembentukan akhlak sama dengan membahas tentang pelatihan atau terapi terhadap perilaku seseorang yang senantiasa mengubah akhlak terdahulunya, yang buruk menjadi baik ataupun yang baik

³ Muslim Nurdin dkk, *Moral dan Kognisi Islam*, (Bandung: CV Alfabeta, 1995), hlm 209

menjadi lebih baik sesuai dengan ajaran yang Allah SWT perintahkan. Dengan membentuk insan kamil menjadi ciri erat seorang muslim yang memiliki wawasan kaffah agar mampu menjalankan tugas-tugas kehambaan, kekhalfahan juga pewaris nabi.

Salah satu unsur pembentuk insan kamil tersebut adalah karakter muslim yang positif atau berakhlak mulia. Berpikir positif merupakan suatu kebiasaan yang penting bagi seorang muslim, karena dengan membiasakan diri untuk berpikir positif akan terbentuk pribadi muslim yang positif sampai pada akhirnya akan terbentuk karakter muslim yang positif atau berakhlak mulia.

Sasaran utama dalam pembentukan akhlak positif ini adalah remaja. Masih mencari penjabatan diri, mudah terbawa arus dan rentan akan perilaku menyimpang menjadi ciri utama seorang remaja yang dapat mengantarkan kepada penciptaan karakter yang buruk. Walaupun pembentukan karakter utama berada dalam lingkungan internal seperti keluarga, namun faktor eksternal yang tidak lain adalah lingkungan akan memiliki pengaruh besar juga. Maka memiliki lingkungan eksternal atau pergaulan yang baik itu wajib adanya. Orangtua harus berperan aktif dalam mengawasi serta membimbing sehingga anak tidak terjerumus pada pergaulan yang salah.

Remaja masjid merupakan sarana lingkungan yang tepat dalam pembentukan moral islami khususnya bagi remaja yang tinggal di lingkungan kompleks perumahan. Tak jarang warga yang individualis dan terlena dengan kemodernalitasan membuat akhlak warga remajanya menyimpang. Kalaulpun

dalam suatu remaja masjid tersebut dapat dipungkiri bahwa tidak akan seratus persen anggotanya memiliki akhlak moral islami. Sehingga penulis merasa perlu adanya penelitian berupa terapi yang dapat menciptakan akhlak moral islamits sebagai implemementasi dalam aktivitas sehari-hari. Selaras dengan penunjang kesuksesan dalam pencapaian hidup yang dimana dapat membangun kualitas individu, lingkungan dan oraganisasi. Maka dari itu penulis menulis judul penelitian “TERAPI BERPIKIR POSITIF IBRAHIM ELFIKY TERHADAP PEMBENTUKAN AKHLAKUL KARIMAH (Studi Pada Anggota Remaja Masjid KRIMA Al-Muhajirin Margahayu Raya Bandung)”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tentang tema di atas, maka peneliti memfokuskan permasalahan yang dapat dirumuskan sebagai berikut.

1. Bagaimana berpikir positif menurut anggota KRIMA Al-Muhajirin Margahayu Raya Bandung?
2. Bagaimana proses Terapi Berpikir Positif Ibrahim Elfiky dalam pembentukan akhlakul karimah anggota Remaja Masjid KRIMA Al-Muhajirin Margahayu Raya Bandung?
3. Bagaimana perilaku akhlakul karimah yang timbul pada anggota Remaja Masjid KRIMA Al-Muhajirin Margahayu Raya Bandung setelah menjalani proses Terapi Berpikir Positif Ibrahim Elfiky?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian yang terdapat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Untuk mengetahui bagaimana berpikir positif menurut anggota KRIMA Al-Muhajirin Margahayu Raya Bandung.
2. Untuk mengetahui proses terapi berpikir positif yang diciptakan Ibrahim Elfiky dalam pembentukan akhlakul karimah anggota Remaja Masjid KRIMA Al-Muhajirin Margahayu Raya Bandung.
3. Untuk mengetahui perilaku akhlakul karimah yang timbul pada anggota Remaja Masjid KRIMA Al-Muhajirin Margahayu Raya Bandung setelah menjalani proses terapi berpikir positif Ibrahim Elfiky.

Adapun manfaat penelitian yang terdapat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Secara teoritis, diharapkan dapat menambah wawasan mengenai Terapi Berpikir Positif Ibrahim Elfiky dan Akhlakul Karimah. Khususnya untuk membentuk akhlakul karimah pada anggota Remaja Masjid KRIMA Al-Muhajirin Margahayu Raya Bandung yang beralamat di Jl. Pluto Utara No.24, Margasari, Buahbatu, Kota Bandung, Jawa Barat 40286
2. Secara praktis
 - a. Bagi penulis :

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk tambahan pemikiran dalam kajian Terapi Berpikir Positif dan Pembentukan

Akhlakul Karimah, juga berguna sebagai sumber data baru dalam penelitian selanjutnya.

b. Bagi organisasi :

Penelitian ini semoga bisa menjadi masukan berarti khususnya bagi seluruh anggota Remaja Masjid KRIMA Al-Muhajirin Margahayu Raya Bandung dalam pembentukan akhlakul karimah dan implementasinya dalam sehari-hari.

D. Studi Pustaka

Dalam skripsi yang berjudul Konsep Berpikir Positif Dalam Buku Terapi Berpikir Positif Karya Ibrahim Elfiky dan Relevansinya Dengan Pembentukan Karakter Muslim karya Imah Cahyati pada tahun 2017 menunjukkan hasil penelitian bahwa konsep berpikir positif dalam buku Terapi Berpikir Positif karya Ibrahim Elfiky ini terdapat relevansi dengan pembentukan karakter muslim. Relevansi yang terkait tersebut terdapat pada proses, tujuan dan strateginya yang berupa moral knowing, moral feeling, dan moral doing dengan pendekatan pembelajaran pendidikan agama Islam.

Kemudian dalam skripsi berjudul Terapi Berpikir Positif Untuk Meningkatkan Motivasi Hidup Terhadap Pecandu Narkoba di Plato Foundation Surabaya karya Jumrotul Mufidha pada tahun 2018 menunjukkan penelitian pelaksanaan terapi berpikir positif untuk meningkatkan motivasi hidup bagi para pecandu narkoba menggunakan strategi terapi yang dicetus oleh Ibrahim Elfiky. Dimana para objek penelitiannya yang merupakan para pecandu narkoba yang sedang di rehabilitasi ini banyak yang memiliki

pengurangan keyakinan dari berbagai aspek, dalam arti mudah pesimis dengan segala aspek kehidupan. Strategi yang digunakan ialah dengan Terapi Mengubah Masa Lalu dan Motivasi Hidup. Menurut hasil penelitian yang dilakukan, strategi terapi ini dikategorikan cukup berhasil.

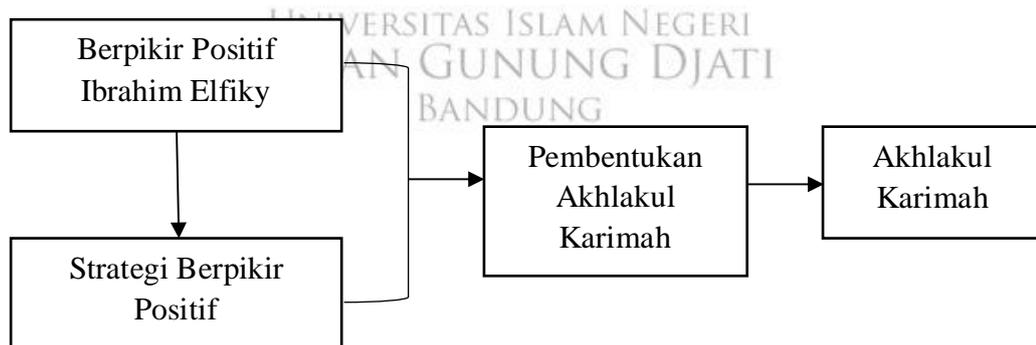
Dalam skripsi yang berjudul Pengaruh Berpikir Positif Terhadap Motivasi Berprestasi Pada Santri Tahfidzul Qur'an di Pondok Pesantren Walisongo Putri Cukur Jombang karya Nur Jannatum Na'im tahun 2017 menunjukkan hasil penelitian dengan menggunakan penyebaran angket mengenai berpikir positif dan motivasi belajar. Peneliti memaparkan dalam hasil penelitian dengan mengkategorikan variabel bahwa tingkat berpikir positif dan motivasi belajar santri pondok pesantren tersebut dalam kategori sedang. Kemudian peneliti menguraikan berbagai macam faktor dari penyebab keduanya, yang akhirnya terdapat pengaruh signifikan pada variabel bahwa ketika tingkat berpikir positif santri berada pada kategori tinggi maka tingkat motivasi yang dimiliki santri pun tinggi.

Dalam jurnal yang berjudul Efektifitas Pelatihan Berpikir Positif untuk Menurunkan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Nasional (UN) Pada Siswa SMA karya Maya Pangastuti tahun 2014 menunjukkan hasil penelitian bahwa terdapat pengaruh yang terjadi berkat pelatihan berpikir positif untuk menurunkan kecemasan dalam menghadapi UN pada siswa kelas XII SMA. Dalam penelitian ini trainer menunjukkan cara agar berpikir klien menjadi logis dan membantu mengetahui bagaimana dan mengapa kecemasan itu bisa terjadi. Teknik ini bertujuan untuk membuang cara berpikir yang tidak logis

dengan menugaskan siswa untuk melakukan tindakan tertentu dalam situasi nyata. Dalam hasil akhirnya siswa SMA yang mengikuti pelatihan berpikir positif memiliki tingkat kecemasan lebih rendah dibandingkan siswa SMA yang tidak mengikuti pelatihan.

Dalam jurnal yang berjudul Efektivitas Pelatihan Berpikir Positif Untuk Menurunkan Kecemasan Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa karya Atina Machmudati dan R. Rachmy Diana pada tahun 2017 menunjukkan hasil dari analisis data yang diperoleh menyebutkan bahwa pelatihan berpikir positif ini efektif dan memperoleh hasil yang signifikan dalam menurunkan kecemasan mengerjakan skripsi pada mahasiswa. Dalam pelatihannya peserta diminta untuk mengerjakan lembar kerja pencatatan pikiran otomatis. Melalui itu dapat diungkap bahwa afektif dan kognitif peserta dalam beradaptasi dengan realitas saat mengerjakan skripsi.

E. Kerangka Pemikiran



Tabel 1.1 Kerangka Pemikiran

Dalam penelitian yang akan peneliti lakukan adalah mengetahui strategi berpikir positif Ibrahim Elfiky yang dimana diupayakan sebagai salahsatu cara pembentukan akhlakul karimah pada anggota remaja masjid.

Sedangkan akhlak karimah adalah akhlak yang terpuji dimana sebagai tanda sempurnanya iman seseorang. Sehingga inilah yang membuat manusia dan binatang bisa dibedakan dengan jelas, terlihat bahwa dengan akhlak karimah lah kehormatan manusia sangat ditegakkan.⁴

Berdasarkan telaah kerangka pemikiran di atas, penulis berasumsi bahwa persepsi masyarakat terhadap remaja masjid identik dengan akhlak yang baik, namun tidak memungkiri adanya perilaku yang menyimpang sebagai seorang remaja yang tumbuh di tengah-tengah perkotaan. Sehingga dengan mengimplementasikan strategi berpikir positif Ibrahim Elfiky ini berguna sebagai sumber kekuatan dan sumber kebebasan agar bertambah mahir, percaya dan kuat utuk membentuk sempurnanya iman manusia yang dimana tanda akhlakul karimah itu terbentuk.

⁴ Ahmad Amin, *Etika (Ilmu Akhlak)*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1986), hlm 91