

Quantum Ikhlas: Membongkar Rahasia Keseimbangan Hidup dan Kebahagiaan

Nursita Aulia^{1*}, Masduki Asbari², Dina Yuliani³, Rini Nurmayanti⁴

^{1,2}Universitas Insan Pembangunan Indonesia, Indonesia

³Universitas Trisakti, Indonesia

⁴Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Indonesia

*Corresponding author: nursitaaulai2003@gmail.com

Abstrak - Tujuan penelitian ini adalah menyajikan *review* buku disertai diskusi dan bacaan kritis terhadap buku yang berjudul “*Quantum Ikhlas*” karya Erbe Sentanu. Dengan menerapkan metode penelitian kualitatif deskriptif. Fokus penelitian adalah menganalisis isi buku, dengan latar belakang penelitian menekankan pentingnya pendidikan yang tidak hanya berkutat pada pengembangan intelektual, melainkan juga memperhatikan kecerdasan emosional dan spiritual. Metode khusus yang digunakan adalah Teknologi *Quantum Ikhlas*. Hasil penelitian menyoroti bahwa pengembangan kecerdasan emosional dan spiritual melalui Teknologi *Quantum Ikhlas* melibatkan metode motivasi, cerita perumpamaan, pembiasaan, dan visualisasi. Aspek-aspek pengembangan mencakup kesadaran diri, pengendalian emosi, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. Kontribusi signifikan dari pengembangan ini terungkap dalam pemahaman rahasia keseimbangan hidup. Urgensi pengembangan kecerdasan emosional dan spiritual terletak pada implementasinya dalam proses pembelajaran, memberikan pengalaman holistik bagi peserta didik. Dengan demikian, buku “*Quantum Ikhlas*” bukan hanya menjadi sumber inspirasi, tetapi juga panduan praktis dalam membongkar rahasia keseimbangan hidup melalui pendekatan edukatif yang holistik.

Kata Kunci: Kecerdasan emosional, Kecerdasan spiritual, Pendidikan holistik, Urgensi pendidikan.

Abstract - The purpose of this study is to present a book review accompanied by discussion and critical reading of the book entitled “*Quantum Ikhlas*” by Erbe Sentanu. By applying descriptive qualitative research methods. The focus of the research is to analyze the content of the book, with the background of research emphasizing the importance of education that not only focuses on intellectual development, but also pays attention to emotional and spiritual intelligence. The specific method used is Quantum Sincere Technology. The results highlight that the development of emotional and spiritual intelligence through Quantum Ikhlas Technology involves motivational methods, parables, habituation, and visualization. Aspects of development include self-awareness, emotional control, motivation, empathy, and social skills. The significant contribution of this development is revealed in the understanding of the secret of life balance. The urgency of developing emotional and spiritual intelligence lies in its implementation in the learning process, providing a holistic experience for learners. Thus, the book “*Quantum Ikhlas*” is not only a source of inspiration, but also a practical guide in uncovering the secrets of life balance through a holistic educative approach.

Keywords: Emotional intelligence, Spiritual intelligence, Holistic education, Urgency of education.

PENDAHULUAN

Dalam era kemajuan, ilmu pengetahuan dan teknologi yang semakin canggih, tantangan yang dihadapi oleh individu, organisasi, bisnis, dan masyarakat semakin kompleks dan belum pernah terpikirkan sebelumnya (Agustiyarini & Asbari, 2023; Cannavaro et al., 2024; Hamidah et al., 2023; Mulyaningsih et al., 2024; Nabila et al., 2023; Permata et al., 2024; Sevtriani et al., 2024; Tunisa et al., 2024). Adaptasi dan perkembangan di zaman mutakhir ini memerlukan kemampuan pembelajaran yang terus-menerus. Hanya melalui pembelajaran dan organisasi yang mampu belajar (*learning organization*), manusia dan entitas bisnis dapat bertahan dan tumbuh. *Learning organization*, yang dapat diartikan sebagai organisasi yang mampu menjalani proses pembelajaran untuk meningkatkan kinerja individu dan keseluruhan organisasi, menjadi kunci keberhasilan di era ini. Lebih dari sekadar proses intelektual, pembelajaran juga mengarah pada pengembangan aspek emosional dan spiritual (Debora et al., 2023; Haryuanah et al., 2023; Noviyana et al., 2023; Nurmala & Asbari, 2023; Safitri et al., 2023; Yati et al., 2023).

Dalam konteks ini, kecerdasan kuantum (*QQ-Quantum Quotient*) menjadi fokus pengembangan, mencakup tiga dimensi utama: intelektual, emosional, dan spiritual. *Quantum Ikhlas* adalah salah satu karya Erbe Sentanu yang dinilai oleh banyak orang sebagai buku yang fenomenal. Karena dianggap memiliki dampak yang sangat besar bagi pembacanya baik secara emosional maupun spiritual. Sifat ikhlas yang menjadi tema pokok dalam buku ini dijadikan sebagai dasar dalam metode pengembangan diri (*self-development*), dengan memunculkan beberapa ciri-ciri ESQ (kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual) dan mengembangkan dengan menerapkan ciri-ciri tersebut ke dalam sikap atau perilaku dalam menyelesaikan permasalahan.

Dimensi intelektual melibatkan pemikiran rasional, logis, dan matematis, sementara dimensi emosional berkaitan dengan manajemen emosi pribadi dan antarpribadi untuk meningkatkan efektivitas individu dan organisasi (Asbari & Alawiyah, 2022; Putri et al., 2023; Saputra & Asbari, 2023). Sementara itu, dimensi spiritual membawa konsep pengembangan yang melampaui batasan intelektual dan emosional, memberikan dimensi substansial yang melibatkan keduanya. Penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki kontribusi dua kali lebih besar daripada kecerdasan intelektual terhadap kesuksesan seseorang.

Teori ini, yang diperkenalkan oleh Goleman, menunjukkan bahwa kecerdasan emosional tidak hanya menjadi faktor penting dalam keberhasilan pribadi, tetapi juga dalam kesuksesan organisasi. Dalam hal ini, penelitian dan pengembangan Kecerdasan *Quantum* menjadi landasan penting untuk menghadapi kompleksitas zaman ini. Artikel ini akan membahas lebih lanjut tentang urgensi dan metode pengembangan Kecerdasan *Quantum* dalam konteks pembelajaran, organisasi, dan kesuksesan individu di era yang penuh tantangan ini.

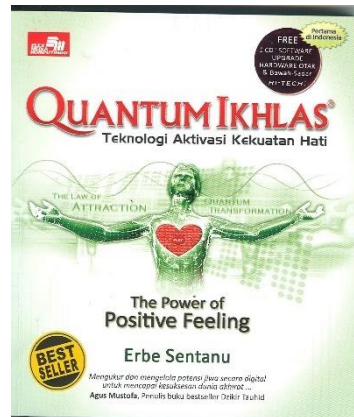
METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan oleh peneliti dalam studi ini adalah pendekatan kualitatif deskriptif. Pendekatan kualitatif digunakan untuk menghasilkan data deskriptif, yang melibatkan observasi terhadap ucapan, tulisan, dan perilaku yang diamati dari individu atau kelompok yang menjadi fokus penelitian. Tujuan pendekatan ini adalah untuk memberikan gambaran mendalam tentang fenomena yang diamati, dalam hal ini, pengamatan terhadap buku "*Quantum Ikhlas*" karya Erbe Sentanu. Subjek penelitian dalam konteks ini adalah Erbe Sentanu, penulis buku yang menjadi objek analisis. Objek penelitian difokuskan pada buku "*Quantum Ikhlas*," dengan penekanan pada analisis pesan yang disampaikan dan dampaknya terhadap pembaca. Metode ilmiah yang digunakan dalam penelitian ini mengikuti ciri-ciri keilmuan yang rasional, empiris, dan sistematis.

Pendekatan kualitatif juga diterapkan untuk mencakup metodologi penelitian yang menghasilkan data deskriptif, di mana data tersebut diungkapkan dengan rinci menggunakan kata-kata. Sumber data diidentifikasi melalui analisis isi dari buku "*Quantum Ikhlas*" karya Erbe Sentanu. Analisis konten menjadi landasan utama, sebagai metode sistematis untuk menganalisis dan memproses pesan yang terkandung dalam karya tersebut. Analisis isi juga berfungsi sebagai alat untuk mengamati dan menganalisis perilaku komunikasi terbuka dari komunikator terpilih, yaitu Erbe Sentanu, sebagaimana

dijelaskan oleh Budd et al. (1967). Dengan pendekatan ini, studi ini bertujuan untuk menggali pemahaman mendalam tentang pesan yang disampaikan dalam buku "*Quantum Ikhlas*" dan dampaknya terhadap pembaca, dengan mengintegrasikan observasi, analisis isi, dan metode kualitatif lainnya

HASIL DAN PEMBAHASAN



Penulis	: Erbe Sentanu
Tanggal Publikasi	: 1 Mei 2007
Bahasa	: Indonesia
Lembar Kertas	: 236 halaman
ISBN	: 978-979-27-0405
Penerbit	: Jakarta Elex Media Komputindo 2007

Gambar 1. Informasi Buku
Sumber: goodreads.com (2023)

Isi Buku

Buku "*Quantum Ikhlas*" karya Erbe Sentanu adalah sebuah buku motivasi yang bertujuan untuk menggali dan mengembangkan potensi positif dalam diri seseorang, dengan memanfaatkan kekuatan pikiran bawah sadar. Buku ini menawarkan aplikasi spiritual technology yang memanfaatkan ilmu fisika kuantum, hukum tarik-menarik, dan nilai-nilai ketuhanan untuk meraih kesuksesan lahir dan batin di era milenium. Erbe Sentanu, sebagai penulis, merupakan seorang trainer dalam bidang pengembangan diri dan seorang corporate soul consultant. Melalui buku ini, ia mencoba untuk menawarkan cara praktis untuk membuka 'sekat' yang menghalangi kekuatan pikiran bawah sadar. Buku ini juga membahas tentang teknologi aktivasi kekuatan hati, meng-upgrade otak secara cepat dan progresif, mengakses alam bawah sadar secara otomatis, dan menanam kode sukses di DNA dengan software-doa

Bab pertama dari buku "*Quantum Ikhlas*" membahas tentang "Makin Dalam, Makin Halus, Makin Dahsyat." Buku ini mengajak pembaca untuk menggeser fokus pengembangan diri dari proses yang berbasis intelegensi pikiran dan kinerja otak menuju proses yang lebih berbasis Intelegensi Hati dan kinerja jantung, yang menggabungkan sains dan motivasi ketuhanan. Hal ini mencakup konsep bahwa manusia memiliki perangkat-perangkat yang sama seperti dalam ilmu komputer, di mana hardwarenya adalah otak, softwarenya adalah pikiran dan perasaan, sementara operating systemnya adalah Hati Nurani yang melekat dalam jantung. Bagian hardware yang menyimpan semua software atau program adalah gudang informasi bawah sadar. Apa hubungan semua hal ini dengan usaha kita untuk meraih sukses dan kebahagiaan? Jawabannya sangat erat. Oleh karena itu, untuk meraih kesuksesan lahir dan bathin dengan teknologi kuantum ikhlas. Kita akan menggunakan kekuatan pikiran dan perasaan yang merupakan benda kuantum yang tidak terlihat. Hal yang menarik dari kenyataan

kuantum adalah pada level yang semakin dalam dan halus, energy yang dikandungnya justru semakin besar. Kekuatan kuantum adalah kekuatan alam yang belum banyak dimanfaatkan secara tepat oleh kebanyakan orang. Iklas sebagai keterampilan atau skill yang lebih bercirikan silent operation dari pikiran dan perasaan yang tak tampak namun sangat powerful. Iklas bukan hanya diucapkan di bibir atau dipikirkan di kepala melainkan keterampilan untuk menciptakan peristiwa keiklasan di dasar hati yang terdalam.

Bab kedua dari buku "*Quantum Ikhlas*" karya Erbe Sentanu membahas tentang "Manusia (Seharusnya) Ciptaan Tuhan." Dalam bab ini, Erbe Sentanu membahas konsep kekuatan perasaan yang berasal dari Tuhan, serta pentingnya bersyukur dan berikhtiar dengan penuh keyakinan. Bab ini juga menyoroti pentingnya latihan napas syukur dan ikhlas, serta menjelaskan bahwa getaran rasa syukur dan ikhlas merupakan jalur komunikasi terkuat antara manusia dan Sang Pencipta. Kesempurnaan manusia, fitrah bahagia, dan kecerdasan dalam zona ikhlas. Manusia dianggap khalifah yang mengandalkan kekuatan doa dan memiliki sifat-sifat seperti pengetahuan diri, pengendalian diri, dan cinta tanpa pamrih. Kesempurnaan manusia dipertahankan dengan menjaga keseimbangan antara kecerdasan fisik, intelektual, emosional, dan spiritual. Dalam analogi "computer hayati," gangguan seperti prasangka dan pikiran negatif dapat mengakibatkan manusia lupa akan sifat kesempurnaan dan lebih fokus pada sifat ketidaksempurnaan.

Bab ketiga dari buku "*Quantum Ikhlas*" karya Erbe Sentanu membahas tentang "Mengakses Dimensi Keberlanjutan." Dalam bab ini, Erbe Sentanu membahas konsep yang lebih luas tentang pengembangan diri dan mengakses dimensi hati yang lebih kecil, yang merupakan bagian dari kekuatan Tuhan. Buku ini juga menjelaskan pentingnya memiliki kekuatan pikiran bawah sadar dan mengakses informasi yang bertempat di seluruh sel tubuh manusia. Hukum Tarik Menarik atau Law of Attraction, yang menyatakan bahwa manusia seperti magnet yang menarik peristiwa berdasarkan energi dan pikiran mereka. Penerapan hukum ini menggambarkan bahwa apa yang dipikirkan dan dirasakan seseorang akan memengaruhi pengalaman hidupnya. Dalam konteks ini, kesadaran positif, bersyukur, dan pemikiran yang baik dapat menciptakan keberuntungan, sementara pikiran negatif atau keluhan dapat menarik pengalaman yang tidak diinginkan. Poin kunci adalah bahwa apa yang dominan dalam pikiran dan perasaan seseorang akan menjadi kenyataan hidup mereka melalui daya tariknya. Hukum daya Tarik menarik "*manusia adalah magnet, dan setiap detil peristiwa yang dialaminya datang atas daya-tarik (undangan)nya sendiri*" (Towne, 1906). "*Semua ada di dalam dirimu. Mintalah melalui dirimu sendiri.*" (Jalaluddin Rumi).

Bab keempat dari buku "*Quantum Ikhlas*" karya Erbe Sentanu membahas tentang peningkatan otak manusia sebagai mesin yang bisa melakukan perawatan diri. Poin utama termasuk pentingnya mengenal diri lebih dalam daripada benda materi, dualisme otak kiri dan kanan yang menciptakan persepsi dunia yang berlawanan, dan kemudahan dalam mengingat Tuhan terkait dengan frekuensi gelombang otak Alfa. Kesuksesan perubahan dipengaruhi oleh kualitas frekuensi gelombang otak Alfa dan kemampuan masuk ke dalam keadaan alfa. Pergeseran dari pikiran sadar (gelombang Beta) ke bawah sadar (gelombang Alfa) diperlukan untuk mengubah program pikiran negatif dan memasang program baru yang lebih sesuai.

Kelebihan Buku

Buku *Quantum Ikhlas* mempunyai beberapa kelebihan yaitu diantaranya, memberikan pandangan yang berbeda tentang pengembangan diri, dengan menggabungkan sains dan motivasi ketuhanan. Menawarkan aplikasi spiritual technology yang memanfaatkan ilmu fisika kuantum, hukum tarik-menarik, dan nilai-nilai ketuhanan untuk meraih kesuksesan lahir dan batin di era milenium. Memberikan konsep tentang kekuatan perasaan yang berasal dari Tuhan, serta pentingnya bersyukur dan berikhtiar dengan penuh keyakinan. Menjelaskan pentingnya memiliki kekuatan pikiran bawah sadar dan mengakses informasi yang bertempat di seluruh sel tubuh manusia.

Kekurangan Buku

Tidak semua pembaca mungkin merasa nyaman dengan pendekatan spiritual yang diambil oleh penulis. Beberapa konsep yang dijelaskan dalam buku mungkin terlalu abstrak atau sulit

dipahami bagi beberapa pembaca. Buku ini mungkin tidak cocok untuk pembaca yang lebih suka pendekatan pengembangan diri yang lebih praktis dan langsung.

KESIMPULAN

Studi ini menyimpulkan bahwa pengembangan ESQ (*Emotional Spiritual Quotient*) melalui Teknologi *Quantum Ikhlas* bertujuan membantu manusia menemukan kesadaran dan menjadikan kebijaksanaan sebagai kecerdasan tertinggi. Media yang digunakan adalah CD Digital Prayer yang mengandung suara atau musik dengan frekuensi tertentu untuk mempengaruhi gelombang otak. Metode pengembangan mencakup motivasi, cerita dengan perumpamaan, pembiasaan, dan visualisasi. Pengembangan kecerdasan emosional dan spiritual melibatkan kesadaran diri, pengendalian emosi, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. Sementara pengembangan spiritual termasuk membiasakan diri berdoa, meningkatkan takwa, serta melatih sifat sabar, syukur, istiqomah, dan bertaubat kepada Allah. Urgensi pengembangan kecerdasan emosional dan spiritual terletak pada implementasinya dalam pembelajaran. Implementasi ESQ dalam pembelajaran diharapkan meningkatkan efektivitas proses pembelajaran, keceriaan, antusiasme, ide kreatif, pelayanan optimal, kasih sayang, dan pencapaian tujuan pembelajaran. Guru dengan kecerdasan ESQ dianggap lebih mampu mengelola emosi, menjaga ketenangan pikiran, dan menghadapi tekanan serta krisis. Pengembangan ESQ dengan Teknologi *Quantum Ikhlas* dianggap lebih efektif untuk guru karena mengadopsi pendekatan agama Islam dengan proses ikhlas, sabar, pasrah, dan nerimo.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiyarini, D. P., & Asbari, M. (2023). Talk Less, Listen More: Seni Berkomunikasi dengan Publik. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 295–299.
- Analysa, D (2023), Belajar Ikhlas “Quantum Ikhlas” https://www.kompasiana.com/dynaanalysa0139/65619119de948f15785478c3/belajar-ikhlas-quantum-ikhlas?page=2&page_images=1
- Asbari, M., & Alawiyah, V. (2022). Apatisme: Urgensi Norma Agama di Masa Tidak Normal. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 1(1), 105–111.
- Cannavaro, J., Asbari, M., & Nurmawati, R. (2024). Transformasi Pendidikan: Memperkuat Kecerdasan Sosial dan Emosional Anak di Era Disrupsi. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 3(3), 1–6.
- Debora, D., Asbari, M., & Agustini, R. (2023). From Connections to Opportunities: Pengaruh Personal Networks terhadap Pengembangan Karier. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 311–316.
- Hamidah, H., Asbari, M., Larasati, K., & Qodri, R. (2023). Reclaim Your Heart: Model Kontemplasi Reflektif Menuju Transformasi Personal. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(02), 311–318.
- Haryuanah, D., Inayah, N., Yusup, D., Utami, S., & Asbari, M. (2023). Different Person: Berani Melawan Arus Mainstream. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 317–322. <https://www.duniarita.com/2022/09/review-buku-quantum-ikhlas-dari-erbe.html>
- Ihsan, N (2020), *Quantum Ikhlas by Erbe Sentanu* <https://www.scribd.com/document/443675523/Quantum-Ikhlas-by-Erbe-Sentanu-docx>
- Ikhlas (Telaah Buku *Quantum Ikhlas Karya Erbe Sentanu*) (Doctoral dissertation, UIN SUNAN KALIJAGA). <https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/13621/>
- Limbong, AM, & Asbari, M. (2023). Filosofi Teras: Filsafat Revolusi Mental Manusia Modern. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 2 (02), 25–32. <https://doi.org/10.1111/literaksi.v2i02.519>
- Imawati, H. (2014). Pengembangan Kecerdasan Emosional dan Spiritual melalui Teknologi Quantum
- Mulyaningsih, N., Asbari, M., & Rahmawati, R. S. (2024). Keterampilan Berpikir Kritis dan Pemecahan Masalah Mahasiswa. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 3(1), 58–61.

- Nabila, S., Ain, I. Q., & Asbari, M. (2023). Monotasking: Solusi Distraksi Era Modern. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 2(5), 73–80.
- Noviyana, D. A., Aprilianti, D., Melani, N., Perawati, S., Nurhayati, P., Asbari, M., & Salvida, D. (2023). Carpe Diem: Filosofi Memetik Momentum “Hari Ini.” *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 300–304.
- Nurmala, A., & Asbari, M. (2023). Overproud: Fenomena Orang Indonesia Lebih Terobsesi dengan Hal Berbau Asing? *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 289–294.
- Palangki, B. (2011). Ringkasan dari cerita *quantum* Ikhlas https://www.slideshare.net/kototuo?utm_campaign=profiletracking&utm_medium=sssite&utm_source=ssslideview
- Permata, I., Asbari, M., & Aprilia, M. (2024). Pengaruh Kecerdasan Intelektual dan Kecerdasan Emosional dalam Perspektif Neurosains di Dunia Pendidikan. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 3(2), 60–64.
- Putri, F. E., Melani, J. A., Asbari, M., & Novitasari, D. (2023). Pendidikan Karakter Membentuk Moralitas Anak Bangsa: Sebuah Esai. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 01(01), 20–24. <https://literaksi.org/index.php/jmp/article/view/5/4>
- Rita, (2022), Review Buku: *Quantum* Ikhlas dari Erbe Sentanu
- Safitri, A., Adriani, F., & Asbari, M. (2023). Pendidikan Era Revolusi Industri 4.0: Bagaimana Pola Pendidikan Tepat Bagi Generasi Mendatang? *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(02), 55–60.
- Saputra, & Asbari, M. (2023). Nunchi: Rahasia Orang Korea Memahami Perasaan Orang Lain. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 55–58.
- Sentanu, E. (2007). *Quantum ikhlas: teknologi aktivasi kekuatan hati*. Elex Media Komputindo. <https://books.google.com/books?hl=id&lr=&id=oXtMRlKzmpEC&oi=fnd&pg=PR5&dq=quantum+ikhlas&ots=im5dkdAnxp&sig=gPZBfDenxyrb0vjrlakmUWaYEE>
- Sevtriani, M., Asbari, M., Amaria, L., Muhammad, B., & Maulana, A. (2024). Menguasai Ketidakpastian: Strategi dan Keterampilan Membentuk Pembelajaran Masa Kini. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 3(3), 19–22.
- Tsoraya, N. D., Asbari, M., & Pratiwi, A. (2023). Happiness Inside: Menemukan Kekosongan Kebahagiaan Manusia Modern. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 202–206. <https://literaksi.org/index.php/jmp/article/view/244>
- Tunisa, R. L., Asbari, M., Ahsyan, D., & Utami, U. R. (2024). Pendidikan: Kunci Keadilan Sosial. *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 3(2), 76–79.
- Yati, Asbari, M., & Santoso, S. B. (2023). Berliterasi: Cara Cerdas untuk Healing? *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(01), 120–124.