
Proses Kognitif Manusia Prespektif Al Ghazali dan Implikasinya pada Pengendalian Perilaku Konsumerisme di Era Digital

Lukman Nugraha Pratama
(nugrahapratamaproduction@gmail.com)
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Article History

Submitted: 05-08-2024; Reviewed: 02-09-2024; Approved: 18-10-2024

URL: <http://e-journal.uingsdur.ac.id/index.php/jousip/article/view/9121>

DOI: <https://doi.org/10.28918/jousip.v4i2.9121>

Abstract

*The digital era has transformed global consumer behavior, making people increasingly dependent on technology in making purchasing transactions. Along with the increasing ease of digital access, there has been a tendency for excessive consumerism among the community. This condition has created various serious problems, including personal financial crises, mental health disorders, and worrying environmental damage, so that cognitive and spiritual approaches are needed to control them. Based on these problems, this study aims to analyze human cognitive processes from Al-Ghazali's perspective and explore its implications for controlling consumer behavior in the digital era. The methodology used is literature research with a qualitative approach, utilizing the book *Kimiya' As-Sa'adah* by Imam Al-Ghazali as a primary source and various supporting literature as secondary sources, which are then analyzed using content analysis methods systematically and objectively to find the relevance of Al-Ghazali's thoughts to the phenomenon of digital consumerism. The results of the study indicate that Al-Ghazali's perspective on the human cognitive process views the human structure as consisting of qalb (heart), reason, lust, and anger that are mutually integrated, where the implementation of his cognitive development methods such as worship practices, spiritual learning, and contemplative observation can help consumers build resilience in facing consumer stimuli in the digital era. Based on these findings, this study recommends the need to integrate Al-Ghazali's thoughts into the educational curriculum and the development of spiritual development programs and cognitive training to help consumers maintain self-control in facing the increasingly massive flow of digital consumerism.*

Keywords: Consumerism, Cognitive, Al-Ghazali, Digital era

Abstrak

Era digital telah mentransformasi perilaku konsumen global yang membuat masyarakat semakin bergantung pada teknologi dalam melakukan transaksi pembelian. Seiring meningkatnya kemudahan akses digital ini, muncul kecenderungan pola konsumtif yang berlebihan di kalangan masyarakat. Kondisi tersebut telah menciptakan berbagai masalah serius, termasuk krisis finansial pribadi, gangguan kesehatan mental, dan kerusakan lingkungan yang mengkhawatirkan, sehingga diperlukan pendekatan kognitif dan spiritual untuk mengendalikannya. Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis proses kognitif manusia dalam perspektif Al-Ghazali dan mengeksplorasi

implikasinya terhadap pengendalian perilaku konsumerisme di era digital. Metodologi yang digunakan adalah penelitian kepustakaan dengan pendekatan kualitatif, memanfaatkan kitab Kimiya' As-Sa'adah karya Imam Al-Ghazali sebagai sumber primer dan berbagai literatur pendukung sebagai sumber sekunder, yang kemudian dianalisis menggunakan metode analisis isi secara sistematis dan objektif untuk menemukan relevansi pemikiran Al-Ghazali dengan fenomena konsumerisme digital. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perspektif Al-Ghazali tentang proses kognitif manusia memandang struktur manusia terdiri dari *qalb* (hati), akal, nafsu, dan angkara murka yang saling terintegrasi, dimana implementasi metode pengembangan kognitifnya seperti praktik ibadah, pembelajaran spiritual, dan observasi kontemplasi dapat membantu konsumen membangun ketahanan diri dalam menghadapi stimulus konsumtif di era digital. Berdasarkan temuan tersebut, penelitian ini merekomendasikan perlunya integrasi pemikiran Al-Ghazali ke dalam kurikulum pendidikan dan pengembangan program pembinaan spiritual serta pelatihan kognitif untuk membantu konsumen mempertahankan pengendalian diri dalam menghadapi arus konsumerisme digital yang semakin masif.

Kata Kunci: Konsumerisme, Kognitif, Al-Ghazali, Era digital

PENDAHULUAN

Era digital telah menghadirkan transformasi signifikan dalam perilaku konsumen modern yang ditandai dengan meningkatnya kesadaran, pemberdayaan, dan pergeseran ke platform online untuk keputusan pembelian. Proliferasi teknologi secara fundamental telah mengubah cara konsumen menemukan, mengevaluasi, dan membeli produk, yang mengarah pada tuntutan akan kenyamanan, personalisasi, dan kepuasan instan (Sahu, 2024). Karakteristik utama dari perilaku konsumen kontemporer meliputi pemberdayaan digital, di mana konsumen menjadi lebih terinformasi dan terhubung melalui berbagai platform digital untuk penelitian dan perbandingan (Sahu, 2024). Dominasi *e-commerce* telah menggeser pola belanja dari ritel tradisional ke *online*, sementara media sosial seperti Instagram dan YouTube secara signifikan membentuk preferensi konsumen modern (Nuralam & Ojuni, 2023). Perubahan ini telah menciptakan lanskap konsumsi yang dinamis di mana akses instan ke informasi dan ekspektasi akan personalisasi menjadi norma baru dalam pengalaman berbelanja (Sahu, 2024; Sunanda, 2023).

Namun, di balik kemudahan dan transformasi digital tersebut, terdapat paradoks yang menarik dalam perilaku konsumen modern. *E-commerce*, yang didefinisikan sebagai pembelian dan penjualan barang dan jasa melalui jaringan elektronik, telah menciptakan akses tak terbatas terhadap produk dan layanan, namun juga berpotensi mendorong perilaku konsumtif yang berlebihan. Penelitian menunjukkan bahwa kemudahan bertransaksi *online*

sering kali memicu pembelian impulsif yang dapat mengakibatkan masalah finansial jangka panjang (Jin, 2024). Sementara platform digital menawarkan efisiensi dan kenyamanan, hal ini juga dapat menciptakan ketergantungan psikologis terhadap konsumsi material sebagai bentuk pemenuhan kepuasan instan (Rahmadani dkk., 2024). Perkembangan *e-commerce* yang pesat telah menghadirkan berbagai pilihan produk dan layanan yang dapat diakses dengan mudah, namun hal ini juga dapat mendorong perilaku konsumtif yang tidak terkendali (Baula, Liutak, & Fedyshyn, 2024). Lebih lanjut, meskipun *e-commerce* telah memberdayakan konsumen dengan informasi dan pilihan yang lebih luas, paradoksnya justru dapat memperparah ketidaksetaraan sosial-ekonomi, terutama bagi mereka yang memiliki akses terbatas terhadap teknologi digital (Ling, 2023).

Konsumerisme yang tidak terkendali telah menimbulkan berbagai dampak negatif yang mendalam bagi individu dan masyarakat secara keseluruhan. Masalah keuangan menjadi salah satu konsekuensi paling nyata, dengan banyak individu dan keluarga terjebak dalam siklus hutang karena berusaha memenuhi ekspektasi sosial akan kepemilikan material (Amrilah, 2024). Tekanan konsumsi berlebihan ini tidak hanya berdampak pada level personal tetapi juga berkontribusi pada krisis ekonomi yang lebih luas, seperti tercermin dalam pola inflasi yang didorong oleh *overconsumption* (Amrilah, 2024). Pada tingkat psikologis, perilaku konsumerisme telah terbukti memperburuk masalah kesehatan mental, termasuk kecemasan dan depresi, karena individu terus-menerus mencari pemenuhan melalui konsumsi material daripada mengatasi kebutuhan emosional yang lebih mendalam (Pinheiro, 2024). Kerusakan lingkungan juga menjadi konsekuensi serius dari budaya konsumerisme, dengan meningkatnya emisi karbon dan penipisan sumber daya alam yang mengancam keberlanjutan planet (Amrilah, 2024).

Dalam menghadapi tantangan konsumerisme ini, pemikiran Imam Al-Ghazali dalam kitab *Kimiya' As-Sa'adah* menawarkan perspektif yang mencerahkan tentang esensi dan hakikat manusia sebagai makhluk yang memiliki keberadaan unik dan kompleks. Beliau menekankan bahwa manusia melampaui dimensi materi dan menjadi entitas spiritual yang membedakannya dari makhluk lain di alam semesta (Al-Ghazali, 2020). Al-Ghazali secara khusus membahas peran sentral *qalb* (hati) sebagai pusat spiritual manusia, yang berfungsi sebagai sumber kebijaksanaan dan tempat bertemunya dimensi material dan spiritual (Iskandar, 2024). Dalam analisisnya tentang proses kognitif manusia, Al-Ghazali menggunakan analogi kerajaan yang unik, di mana *qalb* berperan sebagai raja yang memimpin

dan mengendalikan seluruh aspek kehidupan manusia, dengan akal sebagai perdana menteri dan berbagai fakultas kognitif lainnya sebagai pejabat kerajaan (Al-Ghazali, 2020; Yahya, Syed Omar, Yusoff, Shuhari, & Rozali, 2020).

Pemahaman Al-Ghazali tentang proses kognitif manusia ini menawarkan kerangka kerja berharga dalam menghadapi tantangan konsumerisme di era digital. Konsep ma'rifat al-nafs yang diuraikan dalam *Kimiya' As-Sa'adah* memberikan pemahaman mendalam tentang bagaimana keputusan konsumsi terbentuk melalui interaksi kompleks antara *qalb*, akal, dan nafsun (Al-Ghazali, 2020). Model hierarkis pengendalian diri yang diajukan Al-Ghazali, dengan *qalb* sebagai pengendali utama yang dibantu oleh akal, memberikan panduan praktis untuk mengelola dorongan konsumtif yang sering kali dipicu oleh nafsu dan angkara murka (Al-Ghazali, 2020; Hurin'in & Soleh, 2023). Relevansi pemikiran Al-Ghazali semakin terasa di era digital, di mana bombardir informasi dan stimulus komersial menuntut kemampuan pengendalian diri yang lebih besar (Soleh, 2022).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis proses kognitif manusia dalam perspektif Al-Ghazali dan mengeksplorasi implikasinya terhadap pengendalian perilaku konsumerisme di era digital. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang menurut Kaelan merupakan metode untuk menggambarkan suatu objek atau gejala sosial (Abdussamad, 2021; Ma'arif, 2017). Sebagaimana dijelaskan Sugiono, penelitian kualitatif adalah sebuah metode untuk meneliti perubahan atau memahami perubahan sosial secara holistik dan terikat pada objek (Abdussamad, 2021; Muhammad, 2020). Penelitian kualitatif juga merupakan sebuah metode analisis yang integratif dan lebih secara konseptual untuk menemukan, mengidentifikasi, mengolah, dan menganalisis dokumen dalam rangka untuk memahami makna, signifikansi dan relevansinya (Muhammad, 2020).

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kepustakaan (*library research*) dengan sumber data primer dan sekunder. Sumber primer merupakan sumber data yang diperoleh langsung dari dokumen yang dijadikan data pokok, yang dalam penelitian ini adalah kitab *Kimiya' As-Sa'adah* karya Imam Al-Ghazali (Mahmud, 2010). Sementara sumber sekunder berfungsi sebagai penunjang data primer (Suryabarta, 1987), yang dalam penelitian ini berupa buku-buku, jurnal, dan bentuk lainnya yang memiliki relevansi dengan tema penelitian. Teknik pengumpulan data menggunakan metode dokumentasi, yang menurut Sugiono merupakan teknik pengumpulan data yang berbentuk transkripsi, catatan, agenda, surat kabar, majalah, dan lain sebagainya (Sugiono, 2014; Sukmadinata, 2007). Untuk analisis data,

penelitian ini menggunakan metode analisis isi (*content analysis*) yang menurut Holsti merupakan teknik menarik kesimpulan melalui cara menemukan ciri-ciri khusus tentang suatu pesan, dan dilaksanakan secara berurutan dan objektif (Abdurrahman, 1999).

PEMBAHASAN

Biografi Al-Ghazali

Al-Ghazali, yang dikenal sebagai salah satu perintis psikologi klinis dalam peradaban Islam, lahir di kota kecil Ghazalah, Tus, Khurasan (Iran) pada tahun 450 H/1059 M (Al-Ghazali, 2020). Meski berasal dari keluarga sederhana dengan ayah yang bekerja sebagai pemintal wol, nilai-nilai kesalehan yang ditanamkan keluarganya membentuk fondasi karakternya yang kuat. Sebelum wafat, ayahnya menitipkan Al-Ghazali dan adiknya kepada seorang sufi untuk mendapatkan bimbingan spiritual yang kemudian menjadi titik awal perjalanan intelektualnya yang luar biasa. Perjalanan mencari ilmu membawanya dari Tus ke Jurjan, hingga akhirnya mencapai puncak akademis di Universitas Nizamiyah, Naisabur.

Selama menuntut ilmu di Universitas Nizamiyah, Al-Ghazali mendapat bimbingan langsung dari Imam Al-Haramain Al-Juwaini, seorang ulama terkemuka yang membantu mengasah kemampuannya dalam berbagai disiplin ilmu (Lubis, 2018). Kedalaman pengetahuannya mencakup fiqih, ushul fiqih, mantik, filsafat, dan tasawuf, yang kelak menjadi dasar bagi kontribusi besarnya dalam psikologi Islam. Namun, di tengah kejayaan karirnya sebagai pengajar dan penasihat di Mu'askar, Al-Ghazali mengalami krisis spiritual yang mendalam pada usia 40-an. Pergulatan batinnya dalam mencari hakikat kebenaran mendorongnya untuk meninggalkan kehidupan akademis dan mendalami jalan sufi.

Selama satu dekade penuh, Al-Ghazali menjalani pengembaraan spiritual ke berbagai kota suci seperti Damaskus, Palestina, Makkah, dan Madinah. (Al-Ghazali, 2020) Periode ini menjadi masa transformatif yang memungkinkannya mengintegrasikan pemahaman psikologi dengan spiritualitas Islam. Setelah menemukan pencerahan, ia kembali ke Naisabur untuk mengajar sebentar sebelum akhirnya mendirikan pesantren sufi di Tus. Hingga wafatnya pada tahun 505 H/1111 M, Al-Ghazali telah menghasilkan sekitar 60 karya monumental yang mencakup berbagai aspek keilmuan Islam (Mahdany, 2017). Warisan intelektualnya, terutama dalam memahami dimensi psikologis manusia melalui pendekatan spiritual, terus memberikan pengaruh besar dalam perkembangan psikologi Islam hingga saat ini.

Struktur Manusia Prespektif Al-Ghazali

Al-Ghazali memiliki pandangan yang mendalam tentang struktur manusia yang terdiri dari beberapa unsur penting yang saling berkaitan. Dalam pemikirannya, struktur ini menggambarkan kompleksitas dan kedalaman pemahaman tentang hakikat manusia. Unsur-unsur dalam struktur manusia ini memiliki peran dan fungsi yang spesifik dalam membentuk kepribadian dan perilaku seseorang. Pemahaman tentang unsur-unsur ini menjadi kunci dalam perjalanan spiritual seseorang menuju pencerahan diri. Setiap unsur memiliki karakteristik dan fungsi yang unik namun saling terhubung dalam sistem yang kompleks

Ma'rifat al-nafs merupakan konsep penting dalam pemikiran al-Ghazali yang menghubungkan pengenalan terhadap Tuhan (*ma'rifat*) dengan pengenalan terhadap diri (nafs) (Nafi, Mulyani, & Afifah, 2022). Berlandaskan hadis “Siapa yang mengenal dirinya, maka dia mengenal Tuhannya,” al-Ghazali menekankan bahwa pengenalan diri harus mencakup aspek jasmani dan rohani secara mendalam (Al-Ghazali, 2020). Menurutnya, manusia terdiri dari unsur dunia dan akhirat yang keduanya harus dipahami secara utuh untuk mencapai pengenalan sejati kepada Tuhan. Proses pengenalan diri yang mendalam ini menjadi jalan bagi seseorang untuk mencapai kedekatan spiritual yang lebih tinggi dengan Tuhannya, sekaligus menjembatani pemahaman tentang struktur manusia.

Qalb atau hati menempati posisi tertinggi dalam struktur manusia menurut al-Ghazali. Dalam analoginya yang brilliant, al-Ghazali mengibaratkan *qalb* sebagai seorang raja dalam sebuah kerajaan, menekankan perannya yang sangat vital dalam mengendalikan seluruh aspek kehidupan manusia (Al-Ghazali, 2020). *Qalb* memiliki karakteristik unik yang membedakannya dari unsur-unsur lain, layaknya seorang raja yang berasal dari kalangan bangsawan yang berbeda dengan rakyatnya (Al-Ghazali, 2020). Oleh karena kedudukannya yang mulia, setiap keinginan dan kehendak *qalb* akan termanifestasi dalam tingkah laku manusia, sama seperti titah seorang raja yang mutlak dalam kerajaannya (Jalili & Ulfa, 2023). Sifat dasar *qalb* yang senantiasa berzikir dan berbuat kebaikan mencerminkan ketaatannya kepada Allah, mirip dengan para malaikat yang selalu patuh pada perintah-Nya (Al-Ghazali, 2020).

Akal berperan sebagai perdana menteri yang mendampingi *qalb* dalam menjalankan fungsinya (Al-Ghazali, 2020). Dalam struktur ini, akal memiliki tanggung jawab untuk memberikan rekomendasi dan masukan kepada *qalb* sebagai pusat kendali (Jalili & Ulfa, 2023). Keberadaan akal sangat vital dalam mengatur dan mengendalikan unsur-unsur lain di

bawahnya, termasuk panca indera. Al-Ghazali menekankan pentingnya akal untuk senantiasa memperluas pengetahuan dan wawasan agar dapat memberikan pertimbangan yang tepat kepada *qalb* (Al-Ghazali, 2020). Hubungan antara *qalb* dan akal mencerminkan keseimbangan antara spiritual dan rasional dalam diri manusia, di mana keduanya harus bekerja sama secara harmonis untuk mencapai kebenaran.

Nafsu, sebagai unsur ketiga, diibaratkan sebagai walikota yang mengatur wilayah kekuasaannya (Al-Ghazali, 2020). Al-Ghazali mengidentifikasi tiga karakteristik utama nafsu yang perlu diwaspadai: pembohong, over acting, dan suka mencampur adukkan persoalan (Al-Ghazali, 2020). Sifat-sifat ini berpotensi memanipulasi informasi sebelum sampai ke akal, yang pada gilirannya dapat menyebabkan kesalahan dalam memberikan rekomendasi kepada *qalb*. Nafsu juga kerap berusaha merayu *qalb* untuk membuat kebijakan yang menyimpang dari kebenaran (Jalili & Ulfa, 2023). Dalam struktur manusia, nafsu berpusat pada panca indera dan cenderung membuat manusia dipenuhi berbagai keinginan yang berlebihan, yang jika tidak dikendalikan dapat menyebabkan kelumpuhan spiritual dan kelesuhan dalam beribadah.

Angkara murka (*ghadhab*) dalam konsep al-Ghazali dianalogikan sebagai polisi yang bertugas menjaga keamanan dan ketertiban (Al-Ghazali, 2020). Meski keberadaannya diperlukan, angkara murka membawa potensi bahaya jika tidak dikendalikan dengan bijak (Jalili & Ulfa, 2023). Al-Ghazali mengidentifikasi tiga sifat utama angkara murka: bertabiat kejam, suka berkelahi, dan bersifat perusak (Al-Ghazali, 2020). Berbeda dengan nafsu yang berpusat pada panca indera, angkara murka bersemayam dalam batin manusia dan dapat membuat seseorang menjadi gelap mata serta kehilangan semangat juang dalam beragama. Namun, jika dikelola dengan tepat, angkara murka dapat melahirkan sifat sabar dan bijaksana, sebagaimana nafsu yang terkendali dapat menghasilkan sifat *'iffah* (terhormat) dan qona'ah (menerima pemberian Allah) (Al-Ghazali, 2020).

Daya khayal atau imajinasi menempati posisi penting dalam struktur manusia menurut al-Ghazali (Al-Ghazali, 2020). Diibaratkan sebagai seorang komandan yang bertugas mengumpulkan informasi bagi *qalb*, daya khayal memainkan peran krusial dalam memproses informasi dari dunia luar (Al-Ghazali, 2020). Dalam menjalankan tugasnya, daya khayal dibantu oleh panca indera yang berperan sebagai pasukan di garis terdepan (Jalili & Ulfa, 2023). Panca indera ini tersebar di berbagai “kota”, menangkap berbagai jenis informasi yang berbeda-beda: penglihatan menangkap warna dan bentuk, pendengaran menangkap

suara, penciuman menangkap aroma, pengecapan menangkap rasa, dan perabaan menangkap tekstur. Proses pengumpulan informasi ini harus dijaga dari pengaruh nafsu yang dapat mengacaukan data yang diterima.

Daya ingat, sebagai unsur terakhir, berada di tengah benak manusia dan berperan sebagai pencatat informasi (Al-Ghazali, 2020). Dalam struktur ini, daya ingat bertugas mencatat semua informasi yang diperoleh dari pasukan di bawah komando daya khayal. Informasi yang telah dicatat kemudian diteruskan kepada akal untuk diolah lebih lanjut (Al-Ghazali, 2020). Al-Ghazali mengingatkan bahwa dalam prosesnya, daya ingat harus waspada terhadap godaan angkara murka yang dapat mempengaruhi akurasi pencatatan informasi. Proses pencatatan ini melibatkan mekanisme kompleks dimana data dari panca indera diintegrasikan dan disimpan dalam bentuk yang dapat diakses kembali ketika diperlukan untuk pengambilan keputusan oleh *qalb*.

Proses Kognitif Prespektif Al-Ghazali

Al-Ghazali mengembangkan konsep yang unik dalam menjelaskan proses kognitif manusia melalui pendekatan analogi kerajaan. Dalam penjelasannya tentang mekanisme berpikir, beliau menggunakan perumpamaan sistematis tata kelola kerajaan yang terstruktur. *Qalb* (hati) diibaratkan sebagai raja yang memimpin dan mengendalikan seluruh aspek kehidupan manusia (Al-Ghazali, 2020). Dalam struktur ini, akal berperan sebagai perdana menteri, sementara daya ingat dan daya khayal masing-masing berfungsi sebagai komandan militer dengan tugas yang berbeda (Yahya dkk., 2020). Setiap unsur memiliki peran vital dalam membentuk kesatuan sistem kognitif yang kompleks namun teratur.

Proses kognitif dimulai dari kerja panca indera yang berada di bawah komando daya khayal. Panca indera bertugas mengumpulkan berbagai informasi tentang kondisi tubuh dan lingkungan sekitar (Al-Ghazali, 2020). Data yang diperoleh kemudian diteruskan ke daya ingat sebagai pusat penyimpanan informasi. Setelah melalui tahap penyimpanan, informasi tersebut dilanjutkan ke akal untuk diolah dan dianalisis secara mendalam (Al-Ghazali, 2020). Hasil analisis ini kemudian disampaikan dalam bentuk rekomendasi kepada *qalb* sebagai pemegang kendali utama untuk pengambilan keputusan final (Hurin'in & Soleh, 2023). Proses ini berlangsung secara berkelanjutan dan sistematis dalam menghasilkan sebuah pemikiran.

Dalam sistem kognitif ini, ada dua unsur yang mengganggu proses berpikir manusia. Kedua unsur tersebut adalah angkara murka yang dianalogikan sebagai polisi dan nafsu yang

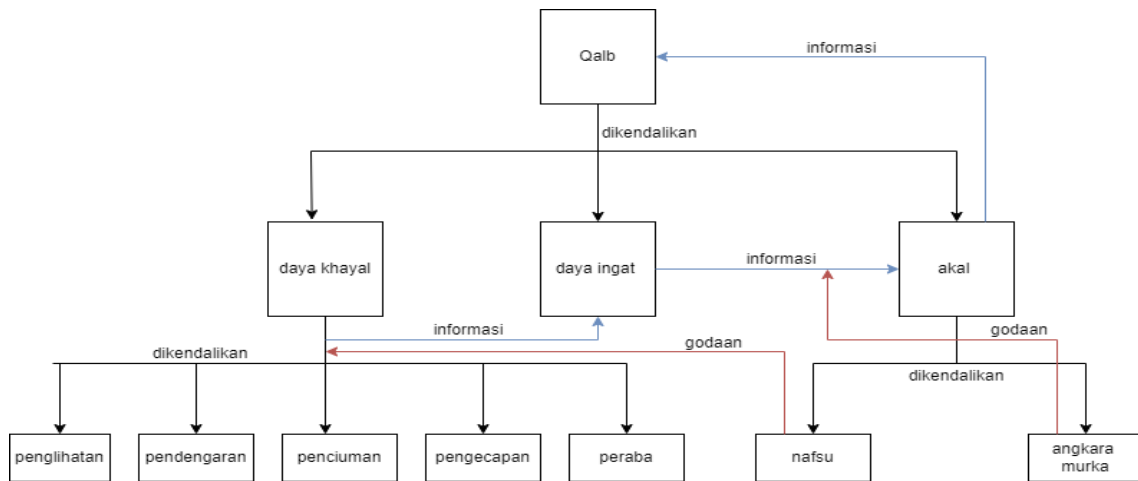
diibaratkan sebagai walikota (Al-Ghazali, 2020). Keduanya berada di bawah pengawasan akal, namun memiliki kecenderungan untuk memberikan pengaruh negative (Soleh, 2022). Nafsu seringkali berupaya mempengaruhi panca indera agar mengumpulkan informasi yang menyimpang, sementara angkara murka cenderung menggoda daya ingat untuk menyampaikan data yang tidak akurat kepada akal. Kedua unsur ini perlu dikendalikan agar tidak mengganggu proses kognitif yang sehat.

Qalb sebagai pusat kendali memiliki kedudukan istimewa dalam proses kognitif. Al-Ghazali menjelaskan bahwa *qalb* memiliki karakter yang berbeda dengan unsur-unsur lainnya, layaknya seorang raja yang berasal dari kalangan bangsawan (Al-Ghazali, 2020). Perbedaan ini didasarkan pada asal-usul *qalb* yang lebih mulia dibandingkan unsur lainnya (Al-Ghazali, 2020). Karena kedudukannya yang tinggi, setiap keinginan dan kehendak *qalb* akan termanifestasi dalam tingkah laku manusia, sama seperti kekuasaan seorang raja atas kerajaannya (Jalili & Ulfa, 2023). Sifat dasar *qalb* yang seharusnya adalah selalu berzikir dan berbuat kebaikan, menyerupai karakteristik para malaikat yang senantiasa taat pada perintah Allah (Al-Ghazali, 2020). Kemampuan *qalb* dalam mengendalikan setiap unsur kognitif sangat menentukan kualitas pemikiran yang dihasilkan.

Akal sebagai perdana menteri memiliki peran vital dalam menjaga keseimbangan proses kognitif (Al-Ghazali, 2020). Fungsi utamanya adalah memberikan pertimbangan dan rekomendasi kepada *qalb* sebagai pusat kendali (Jalili & Ulfa, 2023). Al-Ghazali menekankan pentingnya akal untuk senantiasa memperkaya diri dengan pengetahuan dan wawasan yang luas. Dengan bekal pengetahuan yang memadai, akal akan mampu memberikan pertimbangan dan arahan yang tepat kepada *qalb* (Al-Ghazali, 2020). Harmonisasi antara *qalb* dan akal inilah yang akhirnya akan membimbing manusia untuk tetap berada di jalur kebenaran. Keselarasan kerja antara kedua unsur ini menjadi kunci utama dalam menghasilkan proses kognitif yang optimal.

Daya khayal dan daya ingat juga memainkan peran penting dalam sistem kognitif. Daya khayal berfungsi sebagai komandan yang mengkoordinasikan kerja panca indera dalam mengumpulkan informasi (Al-Ghazali, 2020). Melalui panca indera, daya khayal memperoleh data-data mentah yang kemudian diteruskan ke daya ingat (Jalili & Ulfa, 2023). Sementara itu, daya ingat bertugas sebagai pusat penyimpanan yang mencatat dan mengorganisir semua informasi sebelum diolah oleh akal (Al-Ghazali, 2020). Kerja sama yang baik antara kedua unsur ini sangat penting dalam memastikan akurasi dan kelengkapan informasi yang akan

diproses dalam sistem kognitif. Ketika salah satu unsur ini terganggu, maka kualitas pemikiran yang dihasilkan juga akan terpengaruh, untuk mempermudah visualisasi dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Visualisasi Koordinasi Sistem Kognitif

Keterangan	
	Komando atau kendali
	Proses pengolahan data tentang kondisi tubuh
	Gangguan dalam pengolahan data

Metode Pengembangan Kognitif Prespektif Al-Ghazali

Al-Ghazali menawarkan beberapa metode pengembangan kognitif yang komprehensif dan sistematis. Metode pertama adalah *al-tabtil* yang menekankan pentingnya tekun beribadah kepada Allah Swt. dengan sepenuh hati, sebagaimana firman Allah dalam Al-Quran:

وَاذْكُرْ اسْمَ رَبِّكَ وَتَبَتَّلْ إِلَيْهِ تَبْتِيلًا

“Sebutlah nama Tuhanmu dan beribadahlah kepada-Nya dengan sepenuh hati.” (Al-Muzzammil/73:8) (Tim Penulis Kementerian Agama, 2009). Melalui ibadah yang *kbussyu'* dan ikhlas, jiwa manusia akan mengalami proses penyucian dan pembersihan (*tazkiyatun nafs*) yang mendalam (Al-Ghazali, 2020). Proses ini membantu membersihkan *qalb* atau hati dari berbagai penyakit seperti *hasad*, *riya'*, dan takabbur yang dapat menghambat perkembangan kognitif. Al-Ghazali menekankan bahwa kebersihan *qalb* menjadi prasyarat utama dalam pengembangan kemampuan berpikir yang optimal, karena *qalb* yang bersih akan lebih mudah menerima dan memproses informasi dengan jernih.

Metode kedua adalah *al-ta'lim* yang menekankan pentingnya menuntut ilmu dan mencari bimbingan seorang guru spiritual (mursyid). Hal ini sesuai dengan firman Allah Swt.:

فَوَجَدَا عَبْدًا مِّنْ عِبَادِنَا آتَيْنَاهُ رَحْمَةً مِّنْ عِنْدِنَا وَعَلَّمْنَاهُ مِمَّنْ لَّدُنَّا عِلْمًا

“Dan Lalu, mereka berdua bertemu dengan seorang dari hamba-hamba Kami yang telah Kami anugerahi rahmat kepadanya dari sisi Kami. Kami telah mengajarkan ilmu kepadanya dari sisi Kami.” (Al-Kahfi/18:65) (Tim Penulis Kementerian Agama, 2009). Al-Ghazali menganjurkan untuk mempelajari ilmu-ilmu agama dan spiritual secara komprehensif karena ilmu merupakan nutrisi bagi perkembangan kognitif (Al-Ghazali, 2020). Melalui bimbingan mursyid, seseorang dapat mempelajari berbagai teknik spiritual seperti zikir, meditasi, dan kontemplasi diri yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran kognitif (Al-Ghazali, 2020). Kehadiran seorang mursyid juga membantu mengarahkan proses pembelajaran agar tetap berada pada jalur yang benar dan terhindar dari kesalahpahaman dalam memahami ilmu pengetahuan.

Al-tajribah menjadi metode ketiga yang menekankan pentingnya pembelajaran melalui pengalaman langsung, sebagaimana disebutkan dalam Al-Quran:

بَلْ كَذَّبُوا بِمَا لَمْ يُحِيطُوا بِهِ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

“Bahkan, mereka mendustakan apa yang mereka belum mengetahuinya dengan sempurna dan belum datang kepada mereka penjelasannya. Demikianlah halnya umat-umat sebelum mereka telah mendustakan (para rasul). Maka, perhatikanlah bagaimana kesudahan orang-orang zalim.” (Yunus/10:39) (Tim Penulis Kementerian Agama, 2009).

Melalui pengalaman, seseorang dapat memperoleh pengetahuan yang tidak hanya bersifat teoretis tetapi juga praktis (Al-Ghazali, 2020). Al-Ghazali meyakini bahwa pengalaman langsung akan memberikan pemahaman yang lebih mendalam dibandingkan hanya mengandalkan pengetahuan teoretis. Pengalaman juga membantu mengembangkan kemampuan analitis dan kritis dalam memahami berbagai fenomena kehidupan.

Metode keempat adalah *dhauq* yang bertujuan untuk mengasah sensitivitas kognitif. Allah Swt. berfirman:

وَقَالَ الَّذِينَ كَفَرُوا لِلَّذِينَ آمَنُوا لَوْ كَانَ خَيْرًا مَّا سَبَقُونَا إِلَيْهِ وَإِذْ لَمْ يَهْتَدُوا بِهِ فَسَيَقُولُونَ هَذَا إِنْكَارٌ قَدِيمٌ

“Orang-orang yang kafur berkata tentang orang-orang yang beriman, 'Sekiranya Al-Qur'an itu adalah sesuatu yang baik, tentu mereka tidak pantas mendahului kami (beriman) kepadanya.' (Akan tetapi,) karena tidak mendapat petunjuk dengannya,

mereka akan berkata, 'Ini adalah kedustaan lama.'" (Al-Nahl/16:11) (Tim Penulis Kementerian Agama, 2009).

Penerapan *dhaug* bertujuan untuk meningkatkan kecerdasan spiritual dan emosional yang berpengaruh pada perkembangan kognitif (Al-Ghazali, 2020). Metode ini membantu mengembangkan kepekaan intuisi dan kemampuan menangkap makna-makna yang lebih dalam dari setiap pengalaman dan pengetahuan yang diperoleh. Al-Ghazali menekankan bahwa *dhaug* merupakan metode yang sangat penting dalam mengembangkan kecerdasan spiritual yang menjadi fondasi bagi perkembangan kognitif yang seimbang.

Mushabadah menjadi metode kelima yang menekankan pentingnya observasi dan kontemplasi, Allah Swt. berfirman:

سَنُرِيهِمْ آيَاتِنَا فِي الْأَفَاقِ وَفِي أَنْفُسِهِمْ حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ ۗ أَوَلَمْ يَكْفِ بِرَبِّكَ أَنَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ شَهِيدٌ

“Kami akan memperlihatkan kepada mereka tanda-tanda (kebesaran) Kami di segenap penjuru dan pada diri mereka sendiri sehingga jelaslah bagi mereka bahwa Al-Qur'an itu adalah benar. Tidak cukupkah (bagi kamu) bahwa sesungguhnya Tuhanmu menjadi saksi atas segala sesuatu?” (Fussilat/41:53) (Tim Penulis Kementerian Agama, 2009).

Metode ini mendorong individu untuk mengintegrasikan pengetahuan teoretis dengan pengalaman praktis dalam pengembangan kognitif (Al-Ghazali, 2020). *Mushabadah* mengajarkan pentingnya observasi yang mendalam terhadap fenomena alam dan sosial sebagai sumber pengetahuan dan pemahaman. Melalui observasi yang cermat dan kontemplasi yang mendalam, seseorang dapat mengembangkan kemampuan analitis dan pemahaman yang komprehensif tentang realitas.

Al-Ghazali menekankan bahwa kelima metode ini harus dipraktikkan secara berkesinambungan dan terintegrasi untuk mencapai perkembangan kognitif yang optimal. Setiap metode memiliki fokus dan kontribusi yang unik dalam mengembangkan berbagai aspek kognitif manusia. Integrasi antara *tabtil*, *ta'lim*, *tajribah*, *dhaug*, dan *mushabadah* akan membantu seseorang mengembangkan potensi kognitifnya secara holistik. Melalui praktik konsisten dari metode-metode ini, individu dapat mencapai tingkat pemahaman dan kesadaran yang lebih tinggi tentang diri dan realitas di sekitarnya.

Kontribusi Al-Ghazali Terhadap Psikologi Modern

Al-Ghazali memberikan kontribusi signifikan dalam perkembangan psikologi modern melalui konsep proses kognitif yang dianalogikan dengan sistem kerajaan. Konsep ini muncul jauh sebelum kemunculan psikologi kognitif modern yang baru berkembang pada

pertengahan abad ke-20 sebagai respon terhadap *behaviorisme* (Carmody-Bubb, 2023). Dalam analoginya, *qailb* (hati) berperan sebagai raja yang mengendalikan seluruh aspek kehidupan manusia (Al-Ghazali, 2020). Akal berfungsi sebagai perdana menteri yang memberikan pertimbangan, sementara daya ingat dan daya khayal berperan sebagai komandan militer dengan tugas spesifik (Yahya dkk., 2020). Sistem hierarkis ini mencerminkan kompleksitas proses kognitif yang terorganisir dengan baik dalam psikologi modern (Ramadanti, Sary, & Suarni, 2022).

Proses kognitif dalam perspektif Al-Ghazali memiliki keselarasan dengan konsep skema dalam psikologi modern yang membantu mengorganisir dan menafsirkan informasi (Norman, 2022). Proses ini dimulai dari kerja panca indera yang dikendalikan oleh daya khayal dalam mengumpulkan informasi (Al-Ghazali, 2020), mirip dengan teori multistore dan memori kerja yang menjelaskan bagaimana informasi dikodekan, disimpan, dan diambil kembali (Shmargun, Shmargun, & Kostenko, 2022). Data sensoris ini kemudian diteruskan ke daya ingat sebagai pusat penyimpanan sebelum diolah oleh akal secara mendalam (Al-Ghazali, 2020). Hasil analisis akhirnya disampaikan kepada *qalb* untuk pengambilan keputusan final, menciptakan siklus pemrosesan informasi yang sistematis (Hurin'in & Soleh, 2023).

Keunikan teori Al-Ghazali terletak pada identifikasi faktor-faktor yang dapat mengganggu proses kognitif, yaitu angkara murka dan nafsu (Al-Ghazali, 2020). Sejalan dengan pemahaman psikologi modern tentang kognisi di era digital (M. & Chandrapadhy, 2024), Al-Ghazali menyadari bahwa gangguan eksternal dapat mempengaruhi proses kognitif. Kedua elemen ini, meskipun berada di bawah pengawasan akal, memiliki potensi untuk mempengaruhi akurasi informasi yang dikumpulkan dan diproses (Soleh, 2022), mirip dengan konsep kelebihan beban kognitif dalam psikologi modern (M. & Chandrapadhy, 2024). Kontribusi Al-Ghazali juga relevan dengan pemahaman modern tentang keandalan manusia dalam pemrosesan kognitif (Filho, Cerqueira, & Santino, 2022). Teorinya menekankan pentingnya memahami fungsi kognitif seperti persepsi dan perhatian untuk meningkatkan kinerja (Filho dkk., 2022), serupa dengan metode SPAR-H dalam mengevaluasi faktor kinerja manusia (Filho dkk., 2022). Integrasi antara proses kognitif dan pembelajaran dalam pemikiran Al-Ghazali memberikan wawasan berharga bagi penelitian interdisipliner dalam memahami kreativitas manusia dan pemecahan masalah (Baksanskij & Dergacheva, 2020) .

Perspektif Al-Ghazali dalam mengintegrasikan aspek spiritual, emosional, dan kognitif memberikan landasan bagi pendekatan holistik dalam memahami perilaku manusia. Relevansi pemikirannya dengan psikologi kognitif modern terlihat dari kesejajarannya dengan teori pemrosesan informasi (Carmody-Bubb, 2023), yang mengeksplorasi interaksi antara teknologi dan kognisi manusia (Shmargun dkk., 2022). Pemahaman komprehensifnya tentang gangguan kognitif (Shmargun dkk., 2022) dan pengaruhnya terhadap persepsi, memori, dan bahasa masih relevan dalam konteks psikologi modern. Kontribusinya yang mendalam dan sistematis terus memberikan perspektif berharga dalam pengembangan teori psikologi kontemporer (M. & Chandrapadhy, 2024).

Implikasi Proses Kognitif Al Ghazali Pada Pengendalian Perilaku Konsumenisme Di Era Digital

Dominasi *e-commerce* dan media sosial telah mengubah lanskap perilaku konsumen secara fundamental di era digital. Platform belanja online semakin disukai konsumen karena menawarkan kenyamanan dan kemudahan dalam berbelanja (Sahu, 2024). Media sosial seperti Instagram dan Facebook membentuk preferensi konsumen melalui iklan bertarget dan kemitraan influencer yang intensif (Bartosik-Purgat & Filimon, 2022). Pergeseran ini mendorong munculnya fenomena pembelian impulsif karena konsumen dapat dengan mudah membandingkan harga dan produk secara instan (Sahu, 2024). Kondisi ini menciptakan pola konsumsi baru yang memprioritaskan gratifikasi instan dan personalisasi pengalaman berbelanja (Sriwanti Belani & Hadiyati, 2024).

Dalam menghadapi tantangan tersebut, perspektif proses kognitif Al-Ghazali menawarkan pendekatan pengendalian diri yang sistematis melalui analogi kerajaan. *Qalb* (hati) yang berperan sebagai raja harus mampu mengendalikan seluruh aspek perilaku konsumsi dengan bijaksana (Al-Ghazali, 2020). Akal yang berfungsi sebagai perdana menteri bertugas memberikan pertimbangan rasional sebelum melakukan pembelian (Yahya dkk., 2020). Sementara daya ingat dan daya khayal yang berperan sebagai komandan militer harus mampu mengelola informasi dan stimulus konsumtif yang diterima dari lingkungan digital (Al-Ghazali, 2020). Harmonisasi antara *qalb* dan akal ini menjadi fondasi penting dalam membentuk keputusan konsumsi yang seimbang (Al-Ghazali, 2020).

Untuk memperkuat pengendalian perilaku konsumerisme, Al-Ghazali menawarkan metode *al-tabtil* yang menekankan pentingnya ibadah dengan sepenuh hati. Melalui praktik ibadah yang *khushyu'* dan ikhlas, jiwa akan mengalami proses penyucian (*tazkiyatun nafs*) yang

membantu membersihkan *qalb* dari berbagai penyakit hati (Al-Ghazali, 2020). Al-Ghazali menyatakan bahwa sifat dasar nafsu selalu diliputi banyak keinginan, sejalan dengan pandangan Imam Junaid yang menegaskan bahwa kecenderungan akan banyak keinginan merupakan karakteristik setan (Al-Baghdadi, 2022; Al-Ghazali, 2013). Hal tersebut membuat penyakit hati dan harus segerah dibersihkan. Metode *al-ta'lim* juga berperan penting dalam membangun kesadaran konsumsi yang bijak melalui proses pembelajaran dan bimbingan spiritual (Al-Ghazali, 2020). Kedua metode ini membantu konsumen membangun fondasi spiritual yang kuat dalam menghadapi godaan konsumerisme digital.

Pendekatan *al-tajribah* memberikan kontribusi signifikan dalam membangun pengalaman konsumsi yang lebih bermakna. Melalui pembelajaran dari pengalaman langsung, konsumen dapat memahami dampak perilaku konsumtif terhadap kehidupan mereka (Al-Ghazali, 2020). Metode *dhaug* membantu mengembangkan kepekaan spiritual dan emosional dalam menghadapi stimulus konsumtif (Al-Ghazali, 2020). Sementara *mushahadah* mendorong konsumen untuk melakukan observasi dan kontemplasi mendalam terhadap pola konsumsi mereka (Al-Ghazali, 2020). Integrasi ketiga metode ini memungkinkan konsumen untuk mengembangkan kesadaran kritis terhadap perilaku konsumsi mereka di era digital.

Keseimbangan antara *qalb* dan akal menjadi kunci utama dalam mengendalikan perilaku konsumerisme digital. *Qalb* yang bersih dari penyakit hati seperti *hasad* dan *riya'* akan mampu mengendalikan nafsu berbelanja berlebihan (Al-Ghazali, 2020). Akal yang diperkaya dengan pengetahuan akan memberikan pertimbangan yang tepat dalam setiap keputusan pembelian (Jalili & Ulfa, 2023). Harmonisasi kedua elemen ini, didukung oleh implementasi kelima metode pengembangan kognitif Al-Ghazali, memungkinkan konsumen untuk tetap rasional dan bijaksana dalam berbelanja online (Al-Ghazali, 2020). Meskipun dihadapkan dengan berbagai stimulus konsumtif yang intens, pendekatan integratif ini membantu konsumen membangun ketahanan diri dalam menghadapi godaan konsumerisme di era digital (Tang, 2021).

SIMPULAN

Perspektif Al-Ghazali tentang proses kognitif manusia memandang struktur manusia terdiri dari beberapa unsur utama yang saling terkait, seperti *qalb* (hati), akal, nafsu, dan angkara murka. *Qalb* berperan sebagai raja yang mengendalikan seluruh aspek kehidupan, sementara akal berfungsi sebagai perdana menteri yang memberikan pertimbangan. Namun, proses kognitif dapat terganggu oleh nafsu dan angkara murka yang berada di bawah kendali akal.

Pemahaman Al-Ghazali memiliki keselarasan dengan konsep-konsep dalam psikologi modern, seperti skema dan pemrosesan informasi. Teorinya menekankan integrasi antara aspek spiritual, emosional, dan rasional untuk mencapai proses kognitif yang optimal. Implikasi pemikiran Al-Ghazali terhadap pengendalian perilaku konsumerisme di era digital adalah pentingnya menjaga keseimbangan antara *qalb* dan akal. *Qalb* yang bersih dari penyakit hati akan mampu mengendalikan nafsu berbelanja berlebihan, sementara akal yang diperkaya pengetahuan akan memberikan pertimbangan rasional dalam setiap keputusan pembelian. Implementasi metode pengembangan kognitif Al-Ghazali, seperti praktik ibadah, pembelajaran spiritual, dan observasi kontemplasi, dapat membantu konsumen membangun ketahanan diri dalam menghadapi stimulus konsumtif di era digital. Saran perlunya integrasi pemikiran Al-Ghazali ke dalam kurikulum pendidikan dan pengembangan program pembinaan spiritual serta pelatihan kognitif untuk membantu konsumen mempertahankan pengendalian diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, S. (1999). *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Grafindo Persada.
- Abdussamad, Z. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif*. Makasar: CV. syakir Media Press.
- Al-Baghdadi, A.-I. A. Q. A.-J. (2022). *Risala-Risala Sufistik Imam Al-Junaid Al-Baghdadi* (Terj. Masturi Irham Munawar, Ed.). Mojokerto: Kalam & Ulama Nusantara.
- Al-Ghazali, A. H. M. bin M. (2013). *Minhajul Abidi: Jalan Para Abli Ibadah* (Terj. Abu Hamas As-Sasaky, Ed.). Jakarta: KHATULISTIWA Press.
- Al-Ghazali, A. H. M. bin M. (2020). *Proses Kebahagiaan : Mengaji Kimiya'us Sa'adah Imam Al-Ghazali* (Terj. Ahmad Mustofa Bisri, Ed.). Jakarta: PT. Qof Media Kreativa.
- Amrilah, D. (2024, Juni 14). *Consumerism and Materialism Culture: Its Impact on Society and the Environment*. <https://doi.org/10.31234/osf.io/t79cw>
- Backsanskij, O. E., & Dergacheva, E. A. (2020). *Cognitive Processes of the Brain and Learning Theory*. <https://doi.org/10.2991/aebmr.k.200312.010>
- Bartosik-Purgat, M., & Filimon, N. (2022). *European Consumers in the Digital Era*. London: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003263685>
- Baula, O., Liutak, O., & Fedyshyn, V. (2024). DEVELOPMENT OF ELECTRONIC COMMERCE AND ITS IMPACT ON THE DOMESTIC AND INTERNATIONAL BUSINESS ENVIRONMENT. *економічний прoсмір*, 19(1). <https://doi.org/10.32782/2224-6282/191-47>
- Carmody-Bubb, M. (2023). Cognitive Psychology: What Is In The Box? In *Cognition and Decision Making in Complex Adaptive Systems* (hal. 63–77). Cham: Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-031-31929-7_9

- Filho, S. Á., Cerqueira, I. C. de S., & Santino, C. N. (2022). Human reliability and cognitive processing. In *Human Factor and Reliability Analysis to Prevent Losses in Industrial Processes* (hal. 25–84). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-819650-2.00001-8>
- Hurin'in, I. N. M., & Soleh, A. K. (2023). Al-Ghozali and Hasan Al Bashri's concept of happiness is to improve psychological well-being. *El-Hekam: Jurnal Studi Keislaman*, 8(2), 335–346.
- Iskandar, H. (2024). Understanding Al-Ghazali's Idea of Bliss in the Book of Kimiya'As-Sa'adah in Its Importance to Modern Humans. *International Journal of Contemporary Sciences (IJCS)*, 1(5), 173–182.
- Jalili, I., & Ulfa, F. (2023). An Analysis Of Al-Ghazali's Thought On Happiness Through His Book: The Alchemy Of Happiness. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 9(1), 30–39.
- Jin, P. (2024). The Impact of E-Commerce on International Trade. *Highlights in Business, Economics and Management*, 41, 283–288. <https://doi.org/10.54097/v9xf9m56>
- Ling, X. (2023). Analysis of the Impact on International Trade through the Operation Mode of E-commerce and Countermeasures. *Highlights in Business, Economics and Management*, 7, 409–414. <https://doi.org/10.54097/hbem.v7i.7003>
- Lubis, A. (2018). *Analisis Terhadap Pemikiran Imam Al-Ghazali Tentang Uang Dalam Ihya Ulumiddin (Studi Komparatif dengan Konsep Uang Dalm Ekomi Konvensional)*. Skripsi. UIN Sultan Syarif Kasif.
- M., N., & Chandrapadhy, P. (2024). *Cognitive Processes in the Digital Realm*. <https://doi.org/10.4018/979-8-3693-2015-0.ch006>
- Ma'arif, M. A. (2017). Analisis Konsep Kompetensi Kepribadian Guru PAI menurut Az-Zarnuji. *Istawa: Jurnal Pendidikan Islam*, 2(2), 35–55. <https://doi.org/10.24269/ijpi.v2i2.624>
- Mahdany, D. (2017). *Epistemologi Al-Ghazali Dan Implikasinya terhadap Kosep Pendidikan Islam*. Disertasi: UIN Antasari.
- Mahmud. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Muhammad, Z. (2020). *Analisis Biaya Operasional atas Konsumsi Bahan Bakar Alat Berat berdasarkan Volume Muatan (Survei dilakukan di PT. Kereta Api Logistik)*. Skripsi: Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Indonesia Jakarta.
- Nafi, M., Mulyani, F. T., & Afifah, F. N. (2022). The Concept of Ma'rifatun Nafs and Self Knowledge: Comparative Study of the Thoughts of Al Ghazali and Sigmund Freud. *JOUSIP: Journal of Sufism and Psychotherapy*, 2(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.10.220>
- Norman, D. A. (2022). Theories and Models in Cognitive Psychology. In *Cognitive Psychophysiology: Event-Related Potentials and the Study of Cognition* (hal. 119–138). London: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003318279-6>
- Nuralam, I. P., & Ojuni, O. D. (2023). THE FUTURE OF CONSUMER BEHAVIOUR: EMERGING TRENDS AND OPPORTUNITIES FOR ENTREPRENEURS. In *Fostering Sustainable Entrepreneurship In Emerging Market: An Interdisciplinary Perspective* (hal. 16–32). FSH-PH Publications. <https://doi.org/10.11594/futscipress12>

- Pinheiro, E. (2024). From Necessity to Obsession: The Evolution and Impact of Desire-Driven Societies and Consumerism. *Journal of Student Research*, 13(2). <https://doi.org/10.47611/jsrhs.v13i2.6593>
- Rahmadani, A. N., Aziz, A. Z., Indriani, D., Fairuz, D., Sabina, Z., & Nasution, D. P. (2024). Analisis E-Commerce Sebagai Ekonomi Digital Dalam Mendorong Pertumbuhan Perekonomian Di Indonesia. *Jurnal Kajian dan Penelitian Umum*, 2(1), 27–33. <https://doi.org/10.47861/jkpu-nalanda.v2i1.806>
- Ramadanti, M., Sary, C. P., & Suarni, S. (2022). Psikologi Kognitif (Suatu Kajian Proses Mental dan Pikiran Manusia). *Al-Din: Jurnal Dakwah dan Sosial Keagamaan*, 8(1), 56–69.
- Sahu, G. R. (2024). Understanding Contemporary Consumer Behaviour in the Digital Age. *International Research Journal on Advanced Engineering and Management (IRJAEM)*, 2(03), 485–490. <https://doi.org/10.47392/IRJAEM.2024.0068>
- Shmargun, V., Shmargun, T., & Kostenko, M. (2022). Cognitive psychology as a component of NBICS – technologies. *HUMANITARIAN STUDIOS: PEDAGOGICS, PSYCHOLOGY, PHILOSOPHY*, 13(3). [https://doi.org/10.31548/hspedagog13\(3\).2022.152-157](https://doi.org/10.31548/hspedagog13(3).2022.152-157)
- Soleh, A. K. (2022). Al-Ghazali's concept of happiness in The Alchemy of Happiness. *Journal of Islamic Thought and Civilization*, 12(2), 196–211.
- Sriwanti Belani, & Hadiyati, R. (2024). Consumer Behavior in the E-Commerce Era. *Management Studies and Business Journal (PRODUCTIVITY)*, 1(2), 171–179. <https://doi.org/10.62207/4kvwfg64>
- Sugiono. (2014). *Metode penelitian Administrasi*. Bandung: Alfabeta.
- Sukmadinata, N. S. (2007). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Sunanda, J. V. (2023). Changing Structure of Consumer Buying Behaviour and Expectation in the Digital Era. In *Industry 4.0 and the Digital Transformation of International Business* (hal. 207–215). Singapore: Springer Nature Singapore. https://doi.org/10.1007/978-981-19-7880-7_12
- Suryabarta, S. (1987). *Metode Penelitian*. Jakarta: Rajawali Pres.
- Tang, Q. (2021). Consumerism in the Digital Age. *2021 World Automation Congress (WAC)*, 97–99. IEEE. <https://doi.org/10.23919/WAC50355.2021.9559559>
- Tim Penulis Kementerian Agama. (2009). *Al-Quran Dan Terjemah*. Jakarta: Kementerian Agama RI.
- Yahya, N., Syed Omar, S. H., Yusoff, S. H. M., Shuhari, M. H. S., & Rozali, M. H. (2020). Element of happiness by Al Ghazali and relation in Islamic psychospiritual. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 10(11), 1248–1253.