

BAB IV

RELEVANSI DAN KESIMPULAN

Pada bab ini penulis akan membahas relevansi pemikiran Thomas Aquinas tentang *habitus* dan memberikan kesimpulan atas keseluruhan penelitian ini. Secara garis besar, bab ini dibagi menjadi dua bagian utama yaitu relevansi dan kesimpulan. Pada bagian relevansi, penulis membandingkan konsep *habitus* Thomas Aquinas dengan teori *Atomic Habits* yang dipelopori oleh James Clear. Perbandingan kedua konsep itu bertujuan untuk menegaskan bahwa topik pembahasan mengenai *habitus* masih sangat relevan di zaman ini, secara khusus dalam hal-hal yang berkaitan dengan pembentukan dan pengembangan karakter manusia (keutamaan). Pada bagian kesimpulan, penulis menyusun suatu tanggapan kritis beserta saran-saran yang berkenaan dengan pengembangan pemikiran *habitus* Thomas Aquinas, serta saran terhadap para pembaca. Pada akhirnya, penulis mencantumkan kesimpulan akhir dari keseluruhan skripsi ini.

4.1. Relevansi

4.1.1. Teori Atomic Habits Menurut James Clear

Teori *Atomic Habits* dicetuskan pertama kali oleh James Clear pada tahun 2018 dalam suatu buku yang berjudul *Atomic Habits: An Easy & Proven Way to Build Good Habits & Break Bad Ones; Tiny Changes, Remarkable Results*. James Clear sendiri adalah seorang penulis buku dan motivator. Beberapa tulisannya pernah dimuat dalam *New York Times*, *Time*, *Entrepreneur*, dan *CBS This Morning*. Karya-karya juga diajarkan di beberapa perguruan tinggi di berbagai belahan dunia.

Ia juga mengelola sebuah *website* yang bernama jamesclear.com, dan merupakan *website* yang dikunjungi oleh jutaan orang setiap bulannya; dan ratusan ribu orang menjadi men-*subscribe newsletter* yang ia bagikan melalui email. Ia juga pendiri *The Habits Academy*, yakni suatu *platform* pelatihan dan pengembangan bagi organisasi-organisasi dan perorangan yang tertarik untuk membangun *habitus* (kebiasaan) yang lebih baik dalam hidup dan pekerjaan.¹

James Clear secara terang-terangan mengatakan bahwa dalam menyusun buku *Atomic Habits* dirinya memanfaatkan bidang-bidang ilmu seperti biologi, ilmu saraf, filsafat, dan psikologi.² Menurut Clear, *atomic habits* adalah sintesis gagasan-gagasan terbaik yang pernah terpikir oleh orang-orang cerdas sejak lama sekali dan hal-hal tersebut merupakan temuan-temuan paling menarik yang dibuat oleh ilmuwan belakangan ini. Dengan demikian, Clear hanya menemukan gagasan yang paling penting dan mengaitkannya sedemikian sehingga sangat mudah untuk diterapkan dan dipahami.³

Ada beberapa poin penting yang disampaikan oleh James Clear dalam teorinya mengenai *Atomic Habits*. Poin penting yang pertama adalah *Hukum 1%*. Sering kali ada anggapan bahwa ketika seseorang ingin membuat pencapaian besar, maka orang itu harus memiliki mimpi yang besar. Anggapan tersebut ada benarnya, namun bisa ada kemungkinan orang akan mengalami kelelahan di tengah

¹Bdk. James Clear, *Atomic Habits: Perubahan Kecil yang Memberikan Hasil Luar Biasa*, (judul asli: *Atomic Habits: An Easy & Proven Way to Build Good Habits & Break Bad Ones; Tiny Changes, Remarkable Results*), diterjemahkan oleh Alex Tri Kantjono Widodo, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2019, hlm. 341.

²Bdk. *Ibid.*, hlm. 10.

³Bdk. *Ibid.*, hlm. 11.

perjalanan dan bahkan tidak jarang memunculkan pemikiran bahwa mimpi yang semacam itu sangat sulit untuk diraih.

Demi menanggulangi kelelahan di tengah jalan, James Clear memberikan saran kepada para pembaca *Atomic Habits* untuk mulai melaksanakan perubahan positif dalam kehidupan sehari-hari dengan cara melakukan hal-hal kecil secara setahap demi setahap. Clear menggunakan rumus $1,01^{365}=37,78$; yang artinya adalah bahwa 1% lebih baik setiap hari selama setahun.⁴ Ia mengatakan bahwa apabila seseorang mampu berubah menjadi lebih baik sebanyak 1% saja dalam menjalani keseharian di dalam satu hari, maka orang akan menjadi versi dirinya yang lebih sebesar 37 kali pada 365 hari kemudian.⁵

Clear menegaskan bahwa kebiasaan adalah seperti bunga majemuk dalam perbaikan diri. Perubahan yang dihasilkan dalam suatu hari tertentu bisa jadi terasa kecil dan tidak berdampak apa-apa dalam diri sendiri, namun demikian dampak yang terjadi setelah berbulan-bulan dan bertahun-tahun kemudian bisa sangat terasa dahsyat.⁶

Poin kedua yang ditekankan oleh Clear ketika orang ingin menghidupi kebiasaan baik adalah tidak terpaku pada tujuan atau sasaran, melainkan lebih fokus pada perbaikan sistem.⁷ Menetapkan sasaran di awal adalah hal yang memang perlu dan baik untuk dilakukan. Akan tetapi, ketika seseorang terlalu terpaku pada upaya untuk mencapai terus-menerus sasaran tersebut, maka ia hanya akan berfokus pada hasil semata. Padahal ada aspek penting yang menurut Clear mesti lebih

⁴Bdk. *Ibid.*, hlm. 19.

⁵Bdk. *Ibid.*

⁶Bdk. *Ibid.*

⁷Bdk. *Ibid.*, hlm. 28-29.

diperhatikan yaitu sistem. Apabila orang fokus pada membangun dan memperbaiki sistem yang ada, maka ia akan terus berusaha untuk konsisten dalam menjalankan sistem tersebut. Oleh karena itu, apabila orang ingin memiliki kebiasaan baik, maka ia perlu konsisten pada menjalankan sistem kebiasaan yang ia ingin hidupi, daripada terlalu terpaku pada sasaran atau tujuan.

Poin ketiga yang ditawarkan oleh Clear adalah kebiasaan yang berbasis identitas.⁸ Maksudnya adalah bahwa ketika seseorang ingin memiliki kebiasaan yang lebih efektif, maka ia perlu mengubah cara pandang diri sendiri. Dengan kata lain, sistem kebiasaan yang dimaksud oleh Clear adalah sistem kebiasaan yang berbasis keyakinan. Bagi Clear, keyakinan akan identitas diri akan jauh lebih membantu seseorang untuk menghidupi kebiasaan baik. Perilaku yang tidak sesuai dengan diri tidak akan tahan lama.⁹

Perubahan *mindset* akan identitas diri menjadi aspek penting. Misalnya, ketika seseorang ingin memiliki tubuh yang ideal dan sehat, maka keyakinan yang mesti dibangun adalah bukan “aku harus langsing”, melainkan “aku adalah orang yang sehat”; contoh lainnya, jika seseorang ingin menghentikan kebiasaan merokok, maka keyakinan yang mesti dibangun bukanlah “aku berusaha berhenti merokok”, melainkan “aku bukan perokok”.¹⁰

Poin keempat yang ditawarkan oleh Teori *Atomic Habits* adalah empat buah kata kunci yang oleh Clear disebut sebagai *Empat Kaidah Perubahan Perilaku*. Empat buah kata kunci itu adalah Petunjuk (*cue*), Gairah (*craving*), Tanggapan

⁸Bdk. *Ibid.*, hlm. 38.

⁹Bdk. *Ibid.*, hlm. 39.

¹⁰Bdk. *Ibid.*, hlm. 38-39.

(*response*), dan Ganjaran (*reward*).¹¹ Empat kaidah tersebut merupakan aspek-aspek penting yang perlu dimiliki oleh seseorang apabila ingin menciptakan kebiasaan baik. Dengan kata lain, empat kaidah tersebut merupakan tahapan yang bisa menjadi saluran bagi seseorang untuk menanamkan kebiasaan dalam dirinya, terutama kebiasaan baik. Empat kaidah tersebut adalah suatu cara yang ditawarkan oleh Clear kepada setiap pembaca *Atomic Habits* untuk mempertahankan kebiasaan baik.

Demikianlah keempat poin penting dari teori *Atomic Habits* yang dibuat oleh James Clear. Keempat poin itu adalah: 1.) Hukum 1%; 2.) Lupakan Sasaran, Berfokuslah pada Sistem; 3.) Kebiasaan yang Berbasis Identitas; 4.) Empat Kaidah Perubahan Perilaku.

4.1.2. Perbandingan Antara Konsep *Habitus* Thomas Aquinas dan Teori *Atomic Habits* James Clear

Secara rentang waktu, konsep *habitus* Thomas Aquinas dan teori *Atomic Habits* James Clear memang terpaut ratusan tahun. Namun demikian, melalui kajian dan pendalaman, penulis menemukan beberapa hal yang secara implisit memiliki kesamaan di antara kedua pemikiran tersebut. Bahkan pada kenyataannya, konsep *habitus* Thomas Aquinas secara implisit terdapat dalam teori *Atomic Habits*, dan teori *Atomic Habits* secara implisit justru mengembangkan gagasan *habitus* dari Thomas Aquinas.

Baik konsep *habitus* Thomas Aquinas maupun teori *Atomic Habits* James Clear sama-sama menjelaskan tentang definisi *habitus*, namun dengan caranya

¹¹Bdk. *Ibid.*, hlm. 64.

masing-masing yang khas. Jika Thomas Aquinas menjelaskan *habitus* dalam terang filsafat dan teologi demi tercapainya keutamaan serta kebahagiaan dengan bahasa yang lazim pada zamannya (yakni Abad Pertengahan); maka James Clear pun demikian juga, ia menjelaskan *habitus* dalam kerangka pengembangan diri dengan bahasa yang lazim pada saat ini.

Perbandingan lain yang juga menarik untuk dilihat adalah bahwa Thomas Aquinas memberikan pandangan mendasar terkait apa itu *habitus* dan metode dasar bagaimana *habitus* bisa mengalami perkembangan maupun pelemahan.¹² Selain itu, Thomas juga memberikan penjelasan detail terkait berbagai letak *habitus* dan klasifikasi *habitus*.¹³ Penjelasan konsep dasar dan pokok terkait *habitus* ternyata sudah dikembangkan oleh Thomas Aquinas sejak ratusan tahun yang lalu. Maka, Thomas pun memberikan dasar-dasar penting terkait *habitus*, yang nantinya akan terus dikembangkan di masa-masa selanjutnya.

Sedangkan pada masa kini, James Clear memberikan penjelasan terkait *habitus* dengan cara yang mudah dimengerti oleh orang zaman sekarang. James Clear memunculkan istilah seperti “perubahan kecil yang memberikan hasil luar biasa”, “1% lebih baik setiap hari”, “Lupakan Sasaran, Berfokuslah pada Sistem”, dan “Empat Kaidah Perubahan Perilaku”. Memang benar bahwa secara eksplisit Clear tidak menyatakan apakah ia mengutip atau mengembangkan pemikiran Thomas Aquinas tentang *habitus*. Akan tetapi, hal yang jelas di sini adalah bahwa

¹²Bdk. *S. Th.*, I-II, q. 52 & q. 53.

¹³Bdk. *S. Th.*, I-II, q. 50 & q. 54.

ada prinsip-prinsip dan pengembangan *habitus* yang terkandung di dalam *habitus* menurut Thomas Aquinas maupun *atomic habits* James Clear.

Poin utama yang penting di sini adalah bahwa kedua pemikiran tersebut sama-sama mengembangkan konsep tentang *habitus*. Hanya saja, perbedaannya adalah bahwa Thomas Aquinas memberikan dasar-dasar metafisis dan etis dari *habitus*. Sedangkan kalau James Clear lebih menekankan soal pengembangan lebih lanjut serta hal-hal praksis yang bisa diupayakan oleh seseorang manakala ia ingin mengalami perkembangan dalam karakter pribadinya sebagai manusia. Maka sangatlah jelas di sini bahwa Clear tidak hanya menggunakan landasan filosofis, melainkan juga landasan psikologis, biologis, dan ilmu saraf. Dengan kata lain, konsep *habitus* yang dikembangkan oleh Clear disesuaikan dengan perkembangan ilmu pengetahuan yang ada pada zaman sekarang.

4.1.3. *Habitus: Topik Pembahasan yang Relevan di Masa Sekarang*

Dari pembahasan di atas, penulis bisa melihat bahwa tema tentang *habitus* menjadi suatu topik yang masih relevan hingga saat ini. Hal tersebut didasari oleh masih adanya orang-orang yang berusaha memperbarui dan mengembangkan gagasan tentang *habitus* serta membuatnya menjadi lebih mudah untuk dipahami, sehingga dapat diterapkan oleh orang pada zaman ini.

Masing-masing tokoh memang tidak mencetuskan pemikiran yang sama persis. Namun, justru melalui perbedaan yang ada topik pembahasan mengenai *habitus* menjadi lebih berkembang. Setiap konsep memiliki keunikan tersendiri serta ada poin-poin khas yang ingin ditekankan, dan setiap konsep menawarkan pengembangan diri supaya orang bertumbuh dalam personalitas yang baik.

Di zaman ini, habituasi nilai-nilai baik dalam diri masing-masing pribadi menjadi hal yang sangat penting. Hal ini disebabkan karena *habitus* baik menjadi bagaikan suatu saluran yang mengarahkan setiap aktivitas manusia agar selalu mengarah pada kebaikan, sehingga terbentuklah keutamaan. Sebaliknya, kalau *habitus* yang dibangun adalah *habitus* buruk, maka yang terbentuk dalam diri seseorang adalah keburukan (*vice*). Inilah yang kemudian menegaskan bahwa *habitus* dapat mengarah kepada kebaikan atau keburukan, tergantung pada pilihan bebas dari masing-masing orang.

Jika suatu nilai baik sudah mampu dibiasakan oleh seseorang, maka dengan sendirinya orang yang bersangkutan akan dengan mudah secara terus-menerus menghidupi nilai-nilai baik tersebut. Dalam terang pemikiran Thomas, upaya atau tindakan untuk menghidupi keutamaan itu dilakukan dengan cara menjalankan *habitus* operatif atau *operative habit*; sehingga melaluinya setiap tindakan seseorang diarahkan menuju kesempurnaan hidup, yaitu dengan menghidupi keutamaan.¹⁴

Habituasi nilai-nilai baik ini tentu bermanfaat bagi hidup seseorang, karena melaluinya seseorang bisa sungguh-sungguh menghidupi kemanusiaanya secara totalitas dan sempurna. Artinya, setiap potensialitas dalam diri seseorang dapat teraktualisasikan bilamana ia mampu menghidupi suatu kebiasaan baik di dalam kehidupannya. Dengan demikian, seperti yang dikatakan oleh Thomas Aquinas, tujuan keutamaan adalah supaya seseorang mampu mengalami kebahagiaan, karena

¹⁴Bdk. *S. Th., I-II*, q. 55, a. 2, *corpus*.

seseorang dapat menjalani hidupnya secara benar.¹⁵ Maka dari itu, hal-hal terkait pengembangan *habitus* menjadi topik yang relevan untuk masa sekarang.

4.2. Kesimpulan

4.2.1. Tanggapan Kritis

Pemikiran Thomas Aquinas mengenai *habitus* memberikan beberapa kontribusi penting bagi filsafat dan perspektif *habitus* (kebiasaan) secara umum. Pertama adalah pemikiran Thomas yang mendalam dan mendasar. Thomas Aquinas merupakan seorang filsuf dan teolog yang sangat terkenal. Pemikirannya mengenai filsafat dan teologi tersusun secara komprehensif, mendalam, serta mendasar. Inilah kontribusi penting Thomas dalam perkembangan pemikiran etika keutamaan, yakni dasar-dasar penting terkait konsep mengenai *habitus*.

Kedua adalah pengembangan dari pemikiran sebelumnya. Jika Aristoteles mendefinisikan *habitus* sebagai kebiasaan yang membawa manusia pada kebahagiaan hanya di dunia; maka Thomas Aquinas melampaui Aristoteles dalam hal pemikiran mengenai tujuan akhir dari *habitus* dan keutamaan. Ini tentu saja pengaruh dari pemikiran teologis Thomas. Keutamaan tidak hanya membuat manusia mengalami kebahagiaan di dunia, melainkan juga kebahagiaan yang adikodrati. Keutamaan yang membuat manusia bahagia di dunia ini bisa diupayakan oleh setiap manusia. Akan tetapi, keutamaan yang membuat manusia mampu mengalami kebahagiaan adikodrati hanya bisa dicurahkan oleh Allah kepada manusia. Pada titik inilah Thomas melampaui Aristoteles.

¹⁵Bdk. *S. Th., I-II*, q. 55, a. 4, *corpus*.

Ketiga, Thomas memberikan penjelasan detail tentang letak-letak *habitus* dalam diri manusia. Penjelasan Thomas mengenai letak *habitus* memberikan penerangan yang gamblang terkait di mana saja *habitus* itu ada dalam diri manusia. Penjelasan Thomas tentang letak-letak *habitus* membantu setiap pembacanya untuk tahu tentang kekhasan dari setiap *habitus* itu dan apa yang menjadi fungsi dari *habitus* yang ada dalam setiap bagian diri manusia.

Keempat, Thomas melakukan pengklasifikasian *habitus* secara sangat jelas. Hal ini sangat membantu dan menjadi kontribusi penting karena dari penjelasan semacam itu, Thomas dengan mudah mengajak para pembacanya untuk mampu memilah-milah macam-macam *habitus* yang ada dalam diri manusia. Klasifikasi yang lengkap ini juga membantu para pembacanya untuk lebih memiliki konsep yang jelas terkait pemetaan *habitus* dalam diri seorang manusia.

Kelima, cikal bakal konsep kebiasaan modern. Thomas juga memberikan penjelasan penting yang menjadi cikal bakal dari berbagai konsep kebiasaan modern. Thomas menjelaskan bahwa berbagai macam *habitus* itu ada dalam diri manusia, sehingga hal itu membentuk kepribadian atau personalitas. Kepribadian atau personalitas inilah yang masih terus dikembangkan di zaman sekarang, terutama oleh bidang keilmuan psikologi.

4.2.2. Saran-Saran

Penelitian terkait *habitus* ini masih bisa dikembangkan lebih lanjut lagi. Penulis memberikan saran kepada orang-orang yang ingin meneliti tentang *habitus*, yakni bahwa konsep ini masih bisa dikembangkan lagi, terutama di masa-masa mendatang era digitalisasi bisa menjadi pengaruh bagi perkembangan konsep

mengenai *habitus* (kebiasaan). Maka dari itu, penelitian lebih lanjut terkait *habitus* dan penerapannya di masa sekarang serta yang akan datang menjadi suatu hal yang diperlukan demi pengembangan diri manusia ke arah yang lebih baik lagi.

Kepada para pembaca, penulis menyarankan agar membaca secara langsung karya-karya Thomas Aquinas supaya dapat lebih memahami maksud pemikiran dari Thomas Aquinas, secara khusus tentang *habitus*. Selain membaca karya-karya Thomas Aquinas, penulis juga menyarankan agar membaca pula literatur-literatur modern berkenaan dengan pengembangan *habitus* yang ada di masa sekarang. Tujuannya tentu adalah supaya para pembaca juga memahami dan harapannya bisa mengembangkan minimal dalam dirinya sendiri, suatu personalitas baik yang disarankan oleh penulis-penulis di zaman ini. Hal ini juga tentu saja supaya para pembaca semakin menjalani hidup dengan baik dan harapannya mampu mengalami perkembangan kepribadian ke arah yang positif, sehingga mampu menjadi manusia yang utuh, serta mengalami kebahagiaan.

4.2.3. Kesimpulan Akhir

Pada akhirnya, melalui penelitian (skripsi) ini, penulis dapat menyimpulkan bahwa *habitus* merupakan konsep yang sudah ada dan diajarkan sejak ratusan tahun yang lalu. Bahkan juga ada kemungkinan bahwa konsep atau pemahaman mengenai *habitus* terus mengalami perkembangan sesuai dengan situasi zaman dan ilmu pengetahuan yang sedang gencar pada era tertentu.

Sepanjang sejarahnya, ada berbagai macam pemikiran atau pandangan dari berbagai tokoh dengan latar belakang tertentu yang menelaah dan mengkaji tentang *habitus*. Salah satunya ialah *habitus* sebagai aspek penting dalam refleksi tentang

tindakan manusia yakni etika, secara khusus dalam ranah etika keutamaan, yang dalam hal ini sudah pernah dikembangkan oleh Aristoteles dalam buku *Nichomachean Ethics*. Ratusan tahun kemudian, yaitu pada Zaman Abad Pertengahan, muncul Thomas Aquinas, seorang filsuf sekaligus teolog Katolik, yang memberikan penjelasan terkait *habitus*, serta mengembangkan konsep-konsep Filsafat Aristoteles yang lain.

Pemikiran Thomas Aquinas mengenai *habitus* memberikan pendasaran yang kokoh dan mendalam terkait prinsip-prinsip dasar dari *habitus*. Hal ini tentu saja dipengaruhi oleh pemikirannya yang bercorak filosofis serta teologis. Pemikiran Thomas terkait *habitus* menjadi pendasaran penting sekaligus cikal bakal bagi perkembangan konsep *habitus* (kebiasaan) di era-era selanjutnya. Misalnya saja pada masa sekarang, ada James Clear yang mencetuskan teori atau konsep tentang *Atomic Habits* yang mengajak para pembacanya untuk mengupayakan tindakan kecil sehingga dapat membuahkan perubahan diri yang luar biasa; dan memang itulah yang menjadi manfaat dari pengembangan *habitus*, oleh James Clear dalam *Atomic Habits*.

Habitus bukan sekadar konsep yang ada di dalam pemikiran manusia, melainkan dapat sungguh dihidupi dan dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari. Bahkan, tidak berlebihan jika penulis menyebut bahwa *habitus* adalah “filsafat sehari-hari”, karena dengan *habitus* seseorang diajak untuk mengupayakan suatu kehidupan yang baik, yaitu membiasakan atau menghabituisasi nilai-nilai baik dalam hidupnya, sehingga orang mampu memiliki hidup yang berkeutamaan.

Dengan demikian, habituasi nilai-nilai baik dalam diri manusia memang memungkinkan manusia untuk hidup secara total dan sempurna seturut dengan kodratnya sebagai manusia. Oleh karena itu, seperti kata Thomas Aquinas, keutamaan memungkinkan manusia untuk menjalani hidupnya secara benar.¹⁶ Karena keutamaan adalah *habitus* baik, maka sangat penting bagi seseorang untuk mengupayakan *habitus* baik di dalam kehidupannya sehari-hari. Agar seseorang mampu menjalani hidup yang sesuai dengan prinsip dan nilai kebaikan, maka diperlukan *habitus*; sebab *habitus* itu bagaikan suatu saluran yang mengarahkan setiap tindakan manusia agar mencapai keutamaan, sehingga melaluinya manusia mengalami kebahagiaan, yang adalah tujuan (*telos*) akhir hidup manusia menurut Thomas Aquinas.¹⁷

¹⁶Bdk. *S. Th.*, I-II, q. 55, a. 4, *corpus*.

¹⁷Bdk. *S. Th.*, I-II, q. 1, *prologue*.

DAFTAR PUSTAKA

Sumber Utama

Aquinas, Thomas, *Summa Theologica*, (judul asli: *Summa Theologiae*), diterjemahkan oleh Fathers of The English Dominican Province, New York: Benziger Bros, 1947.

Sumber Pendukung

Blain, Blaise Edward, “Thomas Aquinas on How Habits Affect Human Powers and Acts”, *Dissertation*, Faculty of the School of Philosophy, Washington, D.C.: Catholic University of America, 2017.

Clear, James, *Atomic Habits: Perubahan Kecil yang Memberikan Hasil Luar Biasa*, (judul asli: *Atomic Habits: Tiny Changes, Remarkable Result*), diterjemahkan oleh Alex Tri Kantjono Widodo, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2018.

DeYoung, Rebecca Konyndyk et.al., *Aquinas's Ethics: Metaphysical Foundations, Moral Theory, and Theological Context*, Indiana: University of Notre Dame Press, 2009.

Elders, Leo J., *the Ethics of St. Thomas Aquinas: Happiness, Natural Law, and The Virtues*, Washington D.C.: The Catholic University of America Press, 2019.

Faucher, Nicolas and Magali Roques (eds.), *the Ontology, Psychology and Axiology of Habits (Habitus) in Medieval Philosophy*, Cham: Springer Nature Switzerland, 2018.

Kerr, Fergus, *Thomas Aquinas: A Very Short Introduction*, New York: Oxford University Press, 2009.

McGinn, Bernard, *Thomas Aquinas's Summa Theologiae*, New Jersey: Princeton University Press, 2014.

McHugh, John and Charles Callan, *Moral Theology, Volume 1: A Complete Course Based on St. Thomas Aquinas and The Best Modern Authorities*, New York: Veritatis Splendor Publications, 2014.

Miner, Robert C., "Aquinas on *Habitus*", dalam Tom Sparrow dan Adam Hutchinson (eds.). *A History of Habit: From Aristotle to Bourdieu*, Lanham: Lexington Books, 2013.

Regan, Richard J., *Thomas Aquinas: A Summary of Philosophy*, Cambridge: Hackett Publishing Company, 2003.

Sandur, Simplesius, *Etika Kebahagiaan: Fondasi Filosofis Etika Thomas Aquinas*, Yogyakarta: Kanisius, 2020.

_____, *Filsafat Politik dan Hukum Thomas Aquinas*, Yogyakarta: Kanisius, 2019.

Torrell, Jean-Pierre, *Saint Thomas Aquinas: Volume 1, The Person and His Work*, Washington, D.C.: The Catholic University of America Press, 1996.

Weisheipl, James A., *Friar Thomas D'Aquinas: His Life, Thought, and Works*, New York: Doubleday, 1974.

Sumber Lain

Agustinus, *Confessions*, diterjemahkan oleh Hendry Chadwick, New York: Oxford University Press, 2008.

Aristoteles, *Nicomachean Ethics*, diterjemahkan oleh Roger Crisp, Cambridge: Cambridge University Press, 2004.

_____, *Metaphysics*, diterjemahkan oleh W. D. Ross, Oxford: Clarendon Press, 1981.

Bakker, Anton dan Achmad Charris Zubair, *Metodologi Penelitian Filsafat*, Yogyakarta: Kanisius, 1990.

Copleston, Frederick, *A History of Philosophy Volume II: Medieval Philosophy*, New York: Doubleday, 1993.

Glenn, Paul J., "The Distinction of Habits", dalam *A Tour of the Summa* <http://www.catholictheology.info/summa-theologica/summa-part2A.php?q=382> (diakses pada 21 Desember 2022, pk. 23.34).

Hadot, Ilsetraut, “The life and work of Simplicius in Greek and Arabic sources”, dalam Richard Sorabji (ed.). *Aristotle Transformed: The Ancient Commentators and Their Influence*, London: Bloomsbury, 2016.

L. Tjahjadi, Simon Petrus, *Petualangan Intelektual: Konfrontasi dengan Para Filsuf dari Zaman Yunani hingga Zaman Modern*, Yogyakarta: Kanisius, 2004.

Spiecker, Ben, “Habituation and Training in early Moral Upbringing”, dalam David Carr and Jan Steutel (eds.). *Virtue Ethics and Moral Education*, London: Routledge, 1999.

Sudarminta, J., *Etika Umum: Kajian Tentang Beberapa Masalah Pokok dan Teori Etika Normatif*, Yogyakarta: Kanisius, 2013.

Wuellner, Bernard, *A Dictionary of Scholastic Philosophy*, Milwaukee: The Bruce Publishing Company, 1966.