

FRUGAL LIVING PERSPEKTIF AL-QUR'AN

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Universitas PTIQ Jakarta Sebagai Salah Satu Pernyataan Menyelesaikan
Program Studi Strata Satu (S1)
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag)**

Oleh :

Ratu Nur Aulia

NIM : 201410136



**Universitas
PTIQ Jakarta**

**Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Universitas PTIQ Jakarta**

1445 H/ 2024

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertanda-tangan di bawah ini,

Nama : Ratu Nur Aulia

NIM : 201410136

No. Kontak :

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "*Frugal Living* Perspektif Al-Qur'an" adalah hasil karya saya sendiri. Ide, gagasan, dan data milik orang lain yang ada dalam skripsi ini saya sebutkan sumber pengambilannya. Jika dikemudian hari terbukti saya melakukan plagiasi, maka saya siap menerima sanksi yang ditetapkan dan saya bersedia mengembalikan ijazah yang saya peroleh sesuai dengan aturan yang berlaku.

Jakarta, 21 Oktober 2024

Yang membuat pernyataan,



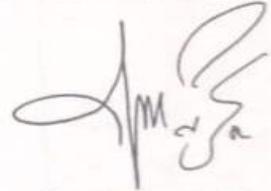
(Ratu Nur Aulia)

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi yang berjudul "*Frugal Living* Perspektif Al-Qur'an" yang ditulis oleh Ratu Nur Aulia, NIM: 201410136 telah melalui proses pembimbingan sesuai dengan aturan yang ditetapkan oleh Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam, Universitas PTIQ Jakarta dan layak untuk diajukan dalam sidang skripsi.

Jakarta, 21 Oktober 2024

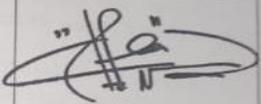
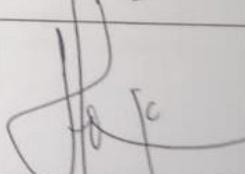
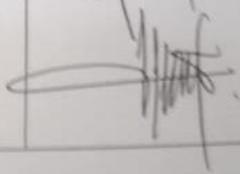
Dosen Pembimbing,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Andi Rahman', with a stylized flourish at the end.

(Dr Andi Rahman, MA)

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI
Skripsi dengan judul "*Frugal Living* Perspektif Al-Qur'an" yang ditulis oleh Ratu Nur Aulia, NIM: 201410136 telah dinyatakan lulus dalam sidang skripsi yang diselenggarakan pada :
Hari senin, Tanggal 21, Bulan Oktober, Tahun 2024
Skripsi telah disepakati dengan memasukkan saran dari penguji dan pembimbing skripsi.

No	Nama	Jabatan	Tanda Tangan
1	Dr. Lukman Hakim, MA	Pimpinan Sidang	
2	Syaiful Arief, M.Ag	Sekretaris Sidang	
3	Dr. Andi Rahman, MA	Pembimbing	
4	Ansor Bahari, MA	Penguji 1	
5	Tubagus Hasan Basri, MA	Penguji 2	

ABSTRAK

Frugal living, atau gaya hidup hemat, telah menjadi tren global yang bertujuan mengurangi konsumsi berlebihan demi keberlanjutan lingkungan dan kesejahteraan finansial. Dalam konteks Islam, gaya hidup hemat memiliki landasan kuat dalam Al-Qur'an yang mengajarkan keseimbangan dan penghindaran dari perilaku boros (*israf*). Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pandangan Al-Qur'an terhadap konsep *frugal living*, serta menganalisis relevansi dan penerapan gaya hidup ini dalam kehidupan sehari-hari bagi umat Muslim.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kepustakaan (*library research*). Ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan konsep hemat dan sikap moderasi dalam konsumsi dianalisis menggunakan tafsir-tafsir klasik dan kontemporer. Selain itu, penelitian ini juga membandingkan interpretasi ayat-ayat tersebut dengan prinsip *frugal living* dalam konteks modern untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa prinsip-prinsip *frugal living* sejalan dengan ajaran Al-Qur'an yang menekankan pada sikap hidup sederhana, menahan diri dari pemborosan, dan tanggung jawab terhadap lingkungan. Ayat-ayat seperti QS. Al-A'raf: 31 dan QS. Al-Isra': 27 menegaskan pentingnya menjauhi pemborosan sebagai bentuk penghambaan kepada Allah Swt., serta menjaga keberlanjutan alam.

Temuan ini mengindikasikan bahwa Al-Qur'an tidak hanya mendorong gaya hidup hemat sebagai bentuk ibadah, tetapi juga sebagai cara untuk mencapai keseimbangan sosial dan ekologis. Melalui *frugal living*, umat Muslim dapat berkontribusi dalam menjaga lingkungan dan mewujudkan kesejahteraan kolektif, selaras dengan prinsip *maqasid al-shariah* yang bertujuan untuk kebaikan umat manusia.

Gaya hidup hemat dalam perspektif Al-Qur'an tidak hanya relevan dengan tuntutan modern untuk menjaga keberlanjutan, tetapi juga memberikan landasan spiritual bagi umat Muslim untuk menjalani kehidupan yang lebih bertanggung jawab. Penelitian ini merekomendasikan penerapan *frugal living* sebagai bagian dari etika hidup Islam, dengan harapan dapat memperkuat kesadaran akan pentingnya konsumsi yang bijaksana dan penuh makna.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan atas nikmat, karunia, taufik dan hidayah-Nya yang tak terhingga, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “*Frugal Living* Perspektif Al-Qur’an”

Adapun tujuan penulisan skripsi dengan judul “*Frugal Living* Perspektif Al-Qur’an” ini adalah sebagai tugas akhir yang sebagai bagian dari syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata I (S.Ag) pada Program Studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam Universitas PTIQ Jakarta.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh sebab itu harapan penulis atas kritikan maupun saran yang *konstruktif* dari semua pihak. Atas bimbingan dan arahan, serta bantuan dari berbagai pihak dalam penulisan skripsi ini, maka penulis menyampaikan rasa terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Kepada Allah SWT yang telah memberikan nikmat sebanyak-banyaknya.
2. Suami tercinta, Syarif Hidayatullah yang selalu memberikan support baik dari segi lahir maupun batin.
3. Orangtua tercinta, Umi Lilis Kholisni dan Abi (Alm) Tubagus Busyro yang telah mendidik, membesarkan dan selalu memberikan doa sehingga penulis bisa menyelesaikan pendidikan di Universitas PTIQ Jakarta.
4. Seluruh keluarga besar penulis yang selalu menjaga hubungan kekeluargaan dengan penulis.
5. Bapak Prof. Dr. H. Nassaruddin Umar, MA, selaku Rektor Universitas PTIQ Jakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mendapatkan pendidikan di Universitas yang masyhur ini.
6. Bapak Dr. Andi Rahman, MA, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam Universitas PTIQ Jakarta.
7. Bapak Dr. Lukman Hakim, MA, selaku Kepala Program Studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir Universitas PTIQ Jakarta.
8. Bapak Dr. Andi Rahman, MA, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan semangat, serta membantu dalam menyelesaikan karya tulis ini hingga selesai dengan cepat.
9. Segenap dosen dan civitas Universitas PTIQ Jakarta yang telah mengamalkan ilmunya kepada penulis.
10. Teman-teman seperjuangan dan seangkatan tercinta tahun 2020, khususnya kelas E (kelas karyawan) yang selalu memberikan dukungan kepada penulis dalam pembelajaran baik di kelas, maupun

di luar kelas dalam kurun waktu selama 4 (empat) tahun.

PEDOMAN TRANSLITERASI

Penulisan transliterasi Arab-Latin dalam tesis ini berdasarkan Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI No. 158 tahun 1987 dan No. 0543 b/u/1987 yang secara garis besar dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Konsonan

Fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem penulisan Arab dilambangkan dengan huruf, dalam Transliterasi ini sebagian dilambangkan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda sekaligus. Di bawah ini daftar huruf Arab itu dan Transliterasinya dengan huruf Latin.

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	alif	tidak dilambangkan	tidak dilambangkan
ب	ba	b	be
ت	ta	t	te
ث	ša	š	es (dengan titik di atas)
ج	jim	J	je
ح	ħa	ħ	ha (dengan titik di bawah)
خ	kha	kh	ka dan ha
د	dal	d	de
ذ	žal	ž	zet (dengan titik di atas)
ر	ra	r	er
ز	zai	z	zet
س	sin	s	es
ش	syin	sy	es dan ye
ص	šad	š	es (dengan titik di bawah)
ض	ḍad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	ṭa	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	ža	ž	zet (dengan titik di bawah)

ع	'ain'...	koma terbalik di atas
غ	gain	g	ge
ف	fa	f	ef
ق	qaf	q	ki
ك	kaf	k	ka
ل	lam	l	el
م	mim	m	Em
ن	nun	n	en
و	wau	w	we
ه	ha	h	ha
ء	hamzah	..'..	apostrof
ي	ya	y	ye

2. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong.

a) Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harkat, transliterasinya sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
َ	Fathah	a	a
ِ	Kasrah	i	i
ُ	Dammah	u	u

Contoh:

- كتب - kataba
- فعل - fa'ala
- ذكر - žukira
- يذهب - yažhabu
- سئل -suila

b) Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harkat dan huruf, transliterasi gabungan huruf, yaitu:

Tanda dan Huruf	Nama	Gabungan huruf	Nama
اَ...ى	Fathah dan ya	ai	a dan i
اَ...و	Fathah dan wau	au	a dan u

Contoh:

كيف - kaifa

هول - haula

c) Maddah

Maddah atau vokal panjang lambangnya dengan harkat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Harkat dan Huruf	Nama	Huruf dan Tanda	Nama
اَ... اَ...ى	Fathah dan alif atau ya	Ā	a dan garis di atas
اِ...ى	Kasroh dan ya	Ī	i dan garis di atas
اُ...و	Dammah dan waw	Ū	u dan garis di atas

Contoh:

قال - qāla

رمي - ramā

قيل - qīla

يقول - yaqūlu

d) Ta' Marbutah

Transliterasi untuk ta marbutah ada dua:

1) Ta Marbutah hidup

Ta marbutah yang hidup atau yang mendapat harkat fathah, kasroh dan dammah, transliterasinya adalah /t/.

2) Ta' Marbutah mati

Ta marbutah yang mati atau mendapat harkat sukun, transliterasinya adalah /h/.

3) Kalau pada suatu kata yang akhir katanya ta marbutah diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang al, serta bacaan kedua kata itu terpisah maka ta marbutah itu ditransliterasikan dengan ha (h).

Contoh:

روضۃ الاطفال	- raudatul al-atfal
	- raudatu al-atfal
المدينة المنورة	- al-Madīnah al-Munawwarah
	- al-Madīnatul Munawwarah

e) Syaddah (Tasydid)

Syaddah atau tasydid yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda syaddah atau tasydid. Dalam transliterasi ini tanda syaddah tersebut dilambangkan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah tersebut.

Contoh:

ربنا	- rabbanā
نزل	- nazzala
البر	- al-birr
نعم	- nu'ima
الحج	- al-hajju

f) Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu ال. Namun dalam transliterasinya kata sandang itu dibedakan antara kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiah dengan kata sandang yang diikuti oleh huruf qomariah.

1) Kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiah ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu huruf /l/ diganti dengan huruf yang sama dengan

huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu. Pola yang dipakai ada dua, seperti berikut:

2) Kata sandang yang diikuti oleh huruf qamariah.

Kata sandang yang diikuti huruf qamariah ditransliterasikan sesuai dengan aturan yang digariskan di depan dan sesuai dengan bunyinya.

Baik diikuti oleh huruf syamsiah maupun qamariah, kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanda sambung/hubung.

Contoh:

الرجل	- ar-rajulu
الشمس	- asy-syamsu
البديع	- al-badi'u
السيدة	- as-sayyidatu
القلم	- al-qalamu
الجلال	- al-jalālu

g) Hamzah

Dinyatakan di depan Daftar Transliterasi Arab-Latin bahwa hamzah ditransliterasikan dengan *opostrof*. Namun, hal ini hanya terletak di tengah dan akhir kata. Bila hamzah itu terletak di awal kata, ia tidak dilambangkan, karena dalam tulisan Arab berupa alif.

Contoh:

1) Hamzah di awal:

امرت	- umirtu
اكل	- akala

2) Hamzah ditengah:

تأخذون	- takhužūna
تأكلون	- takulūna

3) Hamzah di akhir:

شيء	- syaiun
النوء	- an-nauu

h) Penulisan Kata

Pada dasarnya setiap kata, baik *fi'il*, *isim* maupun *huruf* ditulis terpisah. Bagi kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab yang sudah

lazim dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harakat yang dihilangkan. Maka dalam transliterasi ini penulisan kata tersebut bisa dilakukan dengan dua cara, bisaa dipisah per kata dan bisa pula dirangkaikan.

Contoh:

- | | |
|--|--|
| و ان الله هو خير الرازيقین
rāziqīn. | - Wa innallāha lahuwa khair ar-
- Wa innallāha lahuwa khairur-
rāziqīn. |
| فاوفوا الكيل والميزان | - Fa aufū al-kaila wa al-mīzāna.
- Fa aufū al-kaila wal-mīzāna. |
| بسم الله مجرها و مرسها | - Bismillāhi majrehā wa mursāhā. |
| و لله على الناس حج البيت
من استطاع اليه سبيلا | - Wa lillāhi 'alā an-nāsi hijju al-baiti
manistatā'a ilaihi sabīlā.
- Wa lillāhi 'alā an-nāsi hijju al-baiti
manistatā'a ilaihi sabīlā. |

i) Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf kapital seperti apa yang berlaku dalam EYD, diantaranya huruf kapital digunakan untuk menuliskan huruf awal, nama diri dan permulaan kalimat. Bila nama diri itu didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya.

Contoh:

- | | |
|--|---|
| و ما محمد الا رسول | - Wa mā Muhammadun illā rasūl. |
| ان اول بيت و ضع للناس للذي بيكة مباركا | - Inna awwala baitin wudi'a lin-nāsi
lillażī Bi Bakkata mubārakan. |
| شهر رمضان الذي انزل فيه القران
fihi | - Syahru Ramadāna al-lażī unzila
al-Qurānu. |
| ولقد راه بالفق المبين | - Wa laqad raāhu bil-ufuqil-mubīni. |

الحمد لله رب العلمين

- Al-hamdu lillāhi rabbil-‘ālamīna.

Penggunaan huruf awal kapital untuk Allah hanya berlaku bila dalam tulisan Arabnya memang lengkap demikian dan kalau penulisan itu disatukan dengan kata lain sehingga ada huruf atau harakat yang dihilangkan, huruf kapital tidak digunakan.

Contoh:

نصر من الله وفتح قريب

- Nasrum **minallāhi** wa fathun qarīb.

الله الامر جميعا

- **Lillāhi** al-amru jamī'an.

- Lillāhil amru jamī'an.

والله بكل شيء عليم

- **Wallāhu** bikulli syaiin ‘alīmun.

j) Tajwid

Bagi mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini merupakan bagian tak terpisahkan dengan ilmu tajwid. Karena itu peresmian pedoman transliterasi ini perlu disertai dengan pedoman tajwid.

DAFTAR ISI

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR.....	v
PEDOMAN TRANSLITERASI	vii
DAFTAR ISI.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Pembatasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	9
G. Tinjauan Pustaka	9
H. Metode penelitian.....	10
I. Sistematika Penulisan	11
BAB II PEMBAHASAN.....	13
A. Pengertian Dan Konsep <i>Frugal Living</i>	13
B. Implementasi <i>Frugal Living</i> Secara Umum.....	19
C. Tujuan Dan Manfaat <i>Frugal Living</i>	30
D. Faktor Yang Mempengaruhi Non Frugality Dan Frugality Style	36
BAB III <i>FRUGAL LIVING</i> PERSPEKTIF AL-QUR'AN.....	43
A. Kata Kunci Ayat	43
B. Konsep Israf Dalam <i>Frugal Living</i>	49
C. Penafsiran Ayat-Ayat <i>Frugal Living</i> Perspektif Ulama Tafsir	58
BAB IV PENUTUP	73
A. Kesimpulan	73

B. Saran	76
DAFTAR PUSTAKA.....	77

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gaya hidup berlebihan, yang sering kali didorong oleh tekanan sosial dan budaya, telah menjadi ciri khas masyarakat kontemporer. Konsumsi berlebihan tidak hanya tercermin dalam pola belanja yang berlebihan, tetapi juga dalam tuntutan untuk memiliki barang-barang mewah dan gaya hidup yang seringkali melebihi kemampuan finansial. Dalam konteks ini, muncul dampak negatif yang signifikan terhadap individu, keluarga, dan bahkan lingkungan.

Pada zaman modern seperti sekarang, gaya hidup yang didasarkan pada budaya hedonisme dan konsumtif semakin populer di kalangan masyarakat. Menurut pandangan seorang psikolog, Alfred Alder (W. 28 Mei 1937), gaya hidup dapat diartikan sebagai kumpulan perilaku individu yang memiliki makna dalam konteks keadaan, hubungan sosial, konsumsi, barang, dan hiburan.¹ Gaya hidup yang bersifat hedonisme dan konsumtif dapat memiliki dampak negatif. Hedonisme sebagai suatu pandangan hidup, menekankan pencarian kesenangan sebanyak mungkin dan menghindari perasaan yang tidak menyenangkan. pandangan ini mengajarkan bahwa tujuan hidup seharusnya hanya seputar mencari kesenangan semata. Seseorang yang mengadopsi gaya hidup hedonisme cenderung bersikap egois, hanya memprioritaskan kepentingan pribadi atau kelompoknya sendiri, tanpa memperhatikan kepentingan orang lain.

Perilaku konsumtif atau konsumerisme, dapat diartikan sebagai kecenderungan seseorang untuk berperilaku berlebihan dalam membeli sesuatu atau membeli secara tidak terencana. Akibatnya, individu tersebut dapat menghabiskan uangnya secara membabi buta dan tidak rasional, semata-mata untuk mendapatkan barang-barang yang dianggap sebagai simbol keistimewaan²

Gaya hidup berlebihan, yang ditandai oleh kecenderungan untuk terus-menerus mencari lebih banyak barang atau kenikmatan, seringkali mencerminkan ketidakpuasan dan kurangnya rasa syukur terhadap apa yang sudah diberikan oleh kehidupan. Fenomena ini bukan hanya merupakan gambaran pola konsumsi, tetapi juga mencerminkan keadaan batin seseorang yang mungkin tidak sepenuhnya puas dengan apa yang telah mereka capai atau miliki.³

Gaya hidup berlebihan bukan hanya sekadar kecenderungan dalam pola konsumsi, melainkan sebuah refleksi dari keadaan batin seseorang yang mungkin tengah mengalami ketidakpuasan dan kekurangan rasa syukur terhadap nikmat yang telah diberikan kehidupan. Fenomena ini melibatkan dinamika kompleks antara harapan, keinginan, dan realitas, yang sering kali mendorong individu untuk terus

¹ Mahendra Wirayudha. "Nilai-nilai Kesederhanaan dalam Al-Qur'an: Perspektif Tafsir Al-Azhar dan Al-Mishbah." *Skripsi* Pada Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2022, h.1

² Eddy Rohayedi dan Maulina "Konsumerisme dalam Perspektif Islam," dalam *Jurnal Transformatif*, (Jakarta : UIN Syarif Hidayatullah. 2020) Vol. 4, No. 1 , h. 36.

³ Al Hakim Al-Tirmidzi, "*Hikayat Aulia: Ilmu Para Wali Alla*"h, (Jakarta: Asyik dan Mendidik, 2019), cet 1, h. 168.

mencari lebih banyak barang atau kenikmatan sebagai cara untuk mengisi kekosongan yang mungkin dirasakannya.⁴

Salah satunya dengan gaya hidup hedonis muncul karena dorongan untuk menarik perhatian orang lain melalui penampilan, perilaku, dan sikap yang mereka pilih. Hal ini seringkali dipicu oleh keinginan untuk memperoleh pengakuan sosial dan mengukuhkan identitas individu mereka di dalam lingkungan sosial. Menurut Hurlock, seseorang sering menggunakan barang-barang konsumtif dan penampilan fisik sebagai sarana untuk mengekspresikan diri dan menunjukkan status sosial mereka kepada orang lain. Misalnya, memilih mobil, pakaian, dan barang-barang lain yang mencerminkan gaya hidup tertentu dapat dianggap sebagai cara untuk meningkatkan status dan menarik perhatian.⁵

Teori hedonisme menyatakan bahwa semua tindakan manusia, baik yang disadari maupun tidak, berasal dari keinginan untuk mencari kesenangan dan menghindari kesengsaraan. Ini berarti bahwa manusia secara alami cenderung memilih tindakan yang memberikan kepuasan, dan menghindari yang menyebabkan ketidaknyamanan atau penderitaan.⁶

Hidup hedon, Perilaku konsumtif ini juga mencerminkan gaya hidup yang dipengaruhi oleh keinginan untuk merasakan kesenangan dan kenikmatan seketika. Orang kadang-kadang jadi seperti "terikat" oleh keinginan instan untuk mendapatkan barang-barang baru yang bisa memberikan kepuasan. Mereka cenderung terpaku pada kesenangan sesaat tanpa memikirkan akibatnya di masa depan.

Dalam upaya untuk menonjolkan diri sebagai individu yang unik dan berbeda, seringkali tergoda untuk mengadopsi gaya hidup hedonis yang berfokus pada kesenangan dan kepuasan segera. Mereka mungkin tergoda untuk memperlihatkan kekayaan material atau gaya hidup glamor sebagai cara untuk mendapatkan pengakuan dan penerimaan dari teman sebaya atau masyarakat. Penekanan pada konsumsi barang-barang mewah dan penampilan fisik yang menarik seringkali menjadi fokus utama dalam upaya mereka untuk mencapai identitas yang diinginkan dan mendapatkan perhatian dari orang lain.

Gaya hidup hedonis pada seseorang memiliki dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis dan sosial mereka. Ketika terlalu bergantung pada konsumsi material dan penampilan fisik untuk mendapatkan pengakuan sosial, mereka rentan mengalami perasaan tidak puas dan kecemasan akan penolakan. Terlalu banyak memusatkan perhatian pada hal-hal materi dapat menyebabkan mereka kehilangan pengertian akan nilai-nilai yang lebih penting dalam kehidupan, seperti kejujuran, kerja keras, dan empati. Hal ini dapat merusak pondasi penting dalam pembentukan

⁴ Desri Ari Enghariano, "Syukur dalam Perspektif al-Qur'an," dalam jurnal *El Qanuny*, (Padangsimpuan: IAIN Padangsidimpuan, 2019), vol. 5, no. 2, h. 277.

⁵ Anggraini, R. T., & Santhoso, F. H. "Hubungan antara Gaya Hidup Hedonis dengan Perilaku Konsumtif pada Remaja". *Gadjah Mada Journal of Psychology*, (Jogjakarta: Universitas Gadjah Mada, 2017) vol. 5, no. 2 h. 137

⁶ Rahmat, A., Asyari, A., & Putri, H. E. "Pengaruh Hedonisme dan Religiusitas Terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa" dalam jurnal *Economic Studies*, (Lampung: UIN Raden Intan Lampung, 2020) vol. 4, no. 1, h. 41.

identitas mereka dan juga mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka secara keseluruhan.⁷

Ketika terjebak dalam siklus konsumsi yang tidak terbatas untuk memperoleh perhatian dan pengakuan sosial, mereka mungkin tidak menyadari bahwa kebahagiaan sejati tidak hanya dapat ditemukan dalam barang-barang material atau penampilan fisik yang menarik. Penting bagi mereka untuk menyadari bahwa kepuasan yang berkelanjutan datang dari pengalaman yang lebih dalam, seperti hubungan yang sehat, pencapaian pribadi, dan kontribusi positif terhadap masyarakat.

Selain itu, semakin besar kekayaan yang dimiliki seseorang, semakin besar pula kecenderungan untuk meningkatkan konsumsi. Namun, hal ini tidak selalu sejalan dengan pemahaman akan kebutuhan yang sebenarnya. Kesimpulannya, kita bisa mengidentifikasi adanya fenomena "konsumtif" dalam masyarakat, di mana keputusan konsumsi lebih didasarkan pada keinginan dan selera pribadi daripada pertimbangan rasional mengenai kebutuhan sehari-hari.⁸

Salah satunya dengan menyukai dan memperhatikan harta benda milik tetangga atau rekan-rekan kerja, lalu membandingkannya dengan kepunyaan sendiri, dan akhirnya merasa iri serta berkeinginan untuk bersaing, merupakan awal dari perilaku konsumtif yang sulit dikendalikan di masa mendatang. Seseorang yang terus-menerus menginginkan apa yang dimiliki oleh orang lain dapat terjerumus dalam kompetisi yang tidak sehat dan berkelanjutan, bahkan mungkin sampai pada tahap menggunakan pinjaman online atau jenis utang lainnya hanya untuk memenangkan persaingan tersebut.⁹

Dengan pernyataan di atas, tingkat utang konsumen yang meningkat, ketidakstabilan keuangan, tekanan mental akibat ekspektasi sosial untuk menjalani gaya hidup yang mahal adalah beberapa isu serius yang muncul dari hidup berlebihan. Fenomena ini tidak hanya merugikan dari segi ekonomi, tetapi juga berkontribusi terhadap krisis lingkungan karena tingkat konsumsi yang tidak terkendali.

Hasil survei terbaru dari *Credit Karma* menunjukkan bahwa hampir 40 persen dari generasi milenial mengeluarkan uang yang sebenarnya tidak mereka miliki dan akhirnya terjatuh dalam utang demi mempertahankan gaya hidup dan hubungan sosial. Pengeluaran rata-rata ini dilakukan untuk mendapatkan pengalaman seperti liburan, pesta, kehidupan malam, bahkan pernikahan. Menariknya, sebagian besar milenial bersedia berutang demi kebutuhan sehari-hari seperti makanan, pakaian, perangkat elektronik, perhiasan, dan mobil.

Survei juga mencatat bahwa sekitar 36 persen dari responden mengakui bahwa mereka mungkin hanya bisa bertahan satu tahun lagi tanpa utang jika terus mempertahankan gaya hidup saat ini. Hasil survei ini menggambarkan bagaimana sebagian besar milenial, dalam upaya untuk menjaga gaya hidup dan memenuhi

⁷ Ahsan Lodeng. "Pengaruh Gaya Hidup Hedonis Terhadap Perilaku Konsumtif Menurut Ekonomi Islam." *Skripsi* pada UIN Raden Intan Lampung, 2018, h. 51.

⁸ Umi Rosyadah dan Lailatul Masudah, "larangan berlebih-lebihan dalam Al-Qur'an", dalam jurnal *JADID: Journal of Quranic Studies and Islamic Communication*, (Gresik: Institut Keislaman Abdullah Faqih, 2022) vol. 02, no. 01, h. 140.

⁹ <https://gaya.tempo.co/read/1736049/3-hal-yang-bikin-orang-terlilit-utang> diakses pada tanggal 24 November 2023 pukul 24.32 wib.

kebutuhan sosial, mengambil jalan utang, yang pada gilirannya dapat berdampak pada keuangan mereka dalam jangka panjang. Selain itu, mayoritas milenial mengakui merasa cemas terkait opini teman-teman mereka jika mereka memutuskan untuk tidak bergabung dalam kegiatan sosial. Pada dasarnya, milenial hanya ingin mencapai tingkat keamanan finansial yang terbaik untuk diri mereka sendiri.¹⁰

Hal ini diperkuat oleh hasil Survei Konsumen yang dirilis oleh Bank Indonesia pada bulan Juni 2023. Survei tersebut menunjukkan adanya tekanan pada penduduk berpenghasilan rendah, dengan rata-rata pendapatan di bawah 2 juta setiap bulannya. Tekanan pada kelompok pendapatan ini disebabkan oleh tingginya tingkat kebutuhan untuk konsumsi, yang mencapai 75,4%, seiring dengan penurunan tingkat tabungan, penurunan Indeks Ketersediaan Lapangan Kerja sebesar 6,7 poin, dan peningkatan rasio utang terhadap pendapatan.

Faktor yang menyebabkan tingginya pengeluaran konsumsi, yang mencapai 75% dari nilai pendapatan masyarakat, tidak hanya disebabkan oleh kenaikan harga, tetapi juga oleh gaya hidup yang diadopsi oleh masyarakat. Masyarakat kini akrab dengan istilah "Fear of Missing Out" (FOMO), yaitu rasa takut tertinggal karena tidak mengikuti aktivitas tertentu. Ini adalah perasaan cemas dan takut yang muncul karena merasa tertinggal dari hal-hal baru seperti berita, tren, dan lainnya. Kecenderungan ini akhirnya mendorong individu untuk melakukan pengeluaran yang bertujuan untuk mendapatkan pengakuan eksternal demi memuaskan diri mereka.¹¹

Menurut data dari Badan Pusat Statistik (BPS), pada tahun 2013, jumlah remaja dalam kelompok usia 13 hingga 21 tahun mencapai hampir 46 juta individu, yang setara dengan sekitar 19% dari total populasi Indonesia. Rentang usia ini seringkali digolongkan sebagai masa remaja, di mana individu sedang dalam proses eksplorasi dan percobaan terhadap berbagai pengalaman baru. Dari perspektif sosiologis, remaja dalam rentang usia tersebut cenderung rentan terhadap pengaruh dari lingkungannya, yang dapat menjadi faktor pendorong bagi perilaku konsumtif, di mana mereka mungkin menjadi kurang berhemat dalam pengeluaran mereka.¹² Di Indonesia, menurut Otoritas Jasa Keuangan (OJK), hanya sekitar 38 persen milenial yang memiliki pemahaman tentang pentingnya perencanaan keuangan untuk hari tua. Ini menunjukkan bahwa tantangan dalam mengelola keuangan masih menjadi perhatian utama, baik di AS maupun di Indonesia.¹³

Banyak individu tampaknya mengabaikan prinsip-prinsip ini. Mereka cenderung meningkatkan tingkat konsumsinya seiring dengan peningkatan kekayaan yang dimilikinya. Namun, hal ini tidak selalu berlaku sebaliknya, dan sering kali

¹⁰ <https://www.liputan6.com/bisnis/read/3469682/riset-milenial-rela-terlilit-utang-demi-gaya-hidup-dan-pergaulan?page=4> diakses pada tanggal 24 November 2023 pukul 24.30 wib.

¹¹ Dessy Nur Isna Inayati, Isnawati Jamilah, Agus Eko Sujianto, "Penerapan Konsep Frugal Living dalam Perencanaan Keuangan Pribadi," dalam *Jurnal Social Science Research*, (Tulungagung: UIN Sayyid Ali Rahmatullah, 2024), vol. 4, no. 1, h. 2.

¹² Lila dan Ritia, "*Konsep Diri dan Konformitas pada Prilaku Konsumtif Remaja*", (Pekalongan: Penerbit NEM, 2021), h. 3.

¹³ Siti Falihatul Muslihah, "Konsep *Frugal Living* dalam Al-Qur'an (Studi Tematik), *skripsi* pada Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saiufddin Zuhri Purwokerto, 2023, h.

muncul suatu sindrom yang disebut sebagai "konsumtif". Orang yang memiliki keinginan untuk tampil mewah dan elegan seringkali tidak hanya memperhatikan fungsionalitas pakaian untuk menutupi auratnya, tetapi juga terpaku pada merek, harga, kualitas, dan tren terkini. Fenomena belanja saat ini tidak lagi dipandang sebagai pemenuhan kebutuhan, melainkan lebih sebagai pemenuhan keinginan dan nafsu.

Konsep *frugal living* dapat dikaitkan dengan pemahaman *israf* atau berlebihan. *Frugal living* mengajarkan untuk hidup sederhana, tidak berlebihan dalam pengeluaran, dan menjaga keseimbangan antara kebutuhan dan keinginan. Dalam konteks ini, konsep *israf* dapat diartikan sebagai melibatkan diri dalam pemborosan, baik dalam hal pengeluaran materi maupun sumber daya lainnya. Dalam *frugal living*, seseorang diharapkan untuk mempertimbangkan setiap pengeluaran dengan bijaksana, tidak melebihi kebutuhan yang sebenarnya, dan menjauhi perilaku boros yang tidak sesuai dengan prinsip kesederhanaan.¹⁴

Pilihan gaya hidup seseorang memiliki dampak signifikan terhadap kebutuhan, keinginan, dan perilaku konsumsi mereka. Keputusan yang diambil dalam membentuk gaya hidup dapat mencerminkan karakteristik unik seseorang dalam menentukan preferensi konsumsinya demi menjaga kelangsungan hidup. Bagi seorang Muslim, gaya hidupnya dievaluasi berdasarkan cara ia mengelola harta dunia dan bagaimana tindakan tersebut dapat berdampak pada kehidupan akhirlatnya. Umumnya, tujuan utama pencarian manusia dalam hidup adalah mencapai kebaikan (*al-khair*) dan kebahagiaan (*as-sa'adah*).

Ajaran Islam secara tegas mengecam perilaku hidup secara berlebihan, sementara mendorong umatnya untuk menjalani kehidupan secara proporsional. Gaya hidup hedonis yang kemudian mengakibatkan perilaku konsumtif dianggap bertentangan dengan nilai-nilai Islam, karena dapat merugikan diri sendiri dan orang lain. Konsumsi berlebihan, yang terjadi ketika seseorang melebihi batas kemampuan keuangan yang dimilikinya, dianggap sebagai tindakan yang tidak sesuai dengan ajaran Islam.

Dalam Tafsir *al-Azhar*, konsep *israf* atau berlebih-lebihan dijelaskan berbeda oleh beberapa ulama. Menurut Imam Syafi'i, *israf* terjadi ketika seseorang membelanjakan hartanya di luar kebutuhan yang sesuai. Sedangkan menurut Imam Malik, mubazzir terkait dengan pengambilan harta dari jalur yang seharusnya, namun digunakan dengan cara yang tidak semestinya.¹⁵ Syekh al-Maraghi menyatakan bahwa *at-tabzîr* adalah menafkahkan harta di tempat yang tidak seharusnya.¹⁶

Secara historis, dapat ditemukan dalam kehidupan sehari-hari para sahabat Rasulullah SAW pada masa awal Islam, Meskipun situasinya berbeda dengan zaman modern, prinsip dasar pengelolaan sumber daya dengan bijaksana tetap relevan. Para sahabat Rasulullah SAW memberikan contoh nyata tentang bagaimana hidup dengan

¹⁴ Rofiqoh. "Makna Tabdhir dalam Al-Qur'an (Studi Pemikiran Quraish Shihab Dalam Kitab Tafsir Al-Misbah)." *Skripsi* pada Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ponorogo, 2021, h. 4-5.

¹⁵ Hamka, *Tafsir Al Azhar*, (Jakarta: PT Pustaka Panji Mas, 1999), Vol. XV, h. 48

¹⁶ Ahmad Mustafa Al-Maraghi, *Tafsîr al-Maragî*, (Mesir: Mustafa Albabi Al-Halabi, 1394 H/1974 M), Juz 19, h. 63

sederhana dalam hal pakaian dan tempat tinggal. Pakaian yang mereka kenakan mencerminkan nilai-nilai kesederhanaan dan kepatuhan kepada ajaran agama Islam. Mereka memilih pakaian yang sederhana, terbuat dari bahan-bahan yang mudah diperoleh, dan tidak mengikuti tren mode yang berlebihan. Tujuan utama mereka adalah menutup aurat dengan baik sesuai dengan ketentuan Islam, bukan untuk mengejar kemewahan atau pamer status sosial.

Dalam Tafsir *al-Munir Mar'ah Labid* disebutkan bahwa sahabat-sahabat Rasulullah tidak pernah mengonsumsi makanan atau mengenakan pakaian dengan tujuan mencari kesenangan atau kenikmatan semata. Bagi mereka, makanan hanya dimanfaatkan sebagai sarana untuk mengatasi rasa lapar guna menjaga kekuatan fisik dalam menjalankan kewajiban ibadah sehari-hari. Begitu pula dalam hal berpakaian, sahabat-sahabat Rasulullah tidak pernah menjadikannya sebagai aspek keindahan atau perhiasan semata. Mereka mengenakan pakaian dengan maksud untuk menutupi aurat dan sekaligus melindungi tubuh dari pengaruh panas matahari atau cuaca dingin.¹⁷

Para sahabat hidup dengan sikap rendah hati, tidak mencolok dalam pakaian atau tempat tinggal mereka. Mereka menghindari segala bentuk kesombongan atau pamer, dan lebih memilih untuk menekankan nilai-nilai moral dan spiritual. Kesederhanaan dalam pakaian dan rumah menjadi cerminan dari kehidupan yang sederhana secara keseluruhan, mengutamakan nilai-nilai agama dan keberkahan dalam setiap aspek kehidupan mereka. Dengan hidup sederhana, para sahabat mengajarkan bahwa kebahagiaan sejati tidak terletak pada harta atau kemewahan materi, melainkan pada ketenangan batin dan keberkahan yang diberikan oleh Allah SWT.

Dalam ajaran Islam, terdapat pemahaman yang menganjurkan umatnya untuk menjauhi perilaku berlebih-lebihan dan bermewah-mewahan. Sebaliknya, Islam memandang positif pengalaman dunia dan membenarkan pengikutnya menikmati kebaikan yang disediakan oleh Allah. Prinsip ini menekankan keseimbangan antara kehidupan dunia dan akhirat, di mana manusia diingatkan untuk tidak terlalu terikat pada kenikmatan materi yang berlebihan. Pemahaman ini menunjukkan perbedaan dengan sistem-sistem lain seperti kerahiban, manuisme parsi, sufuisme brahma, dan sistem-sistem spiritual lainnya yang cenderung melihat dunia dengan sikap sinis,¹⁸ menempatkan penekanan pada penyucian melalui penolakan dunia materi sebagai bentuk pencarian kebenaran. Dengan demikian, dalam konteks Islam, keseimbangan dan penghargaan terhadap nikmat dunia diimbangi dengan kesadaran akan kepentingan spiritual dan persiapan untuk kehidupan akhirat.¹⁹

Baru-baru ini, di Indonesia muncul suatu fenomena yang dianggap sebagai solusi untuk mengatasi perilaku hedonis pada kalangan milenial, yaitu tren gaya hidup *frugal living*. *Frugal living*, yang semula kurang dikenal, kini menjadi sorotan

¹⁷ Muhammad Nawawi, "*Tafsir al-Munir Mar'ah Labid*" (Bandung: Sinar Baru Algesindo, 2016), Jilid IV, h. 457.

¹⁸ Yusuf Qaradhawi, "*Norma dan Etika Ekonomi Islam*," (Jakarta: Gema Insani, 1997), cet. 1 h. 148.

¹⁹ Eka Sakti Habibullah, "Etika Konsumsi dalam Islam," dalam Jurnal *Ekonomi dan Bisnis Islam*, (Purwakarta, STIES Purwakarta, 2018) h. 94.

sebagai respons terhadap gaya hidup konsumtif dan pemborosan yang seringkali menyertai generasi milenial. Fenomena ini menunjukkan adanya pergeseran nilai dan prioritas, di mana individu lebih memilih untuk hidup hemat, mengurangi pengeluaran yang tidak perlu, dan fokus pada kebutuhan esensial.²⁰

Frugal living bukan hanya tentang mengejar kehematan semata, tetapi juga mencakup pemahaman terhadap prioritas keuangan, perencanaan anggaran, dan kebijaksanaan dalam mengelola sumber daya finansial. Ini dapat melibatkan keputusan bijak dalam memilih produk atau layanan yang memberikan nilai terbaik, memanfaatkan diskon atau penawaran khusus, dan menghindari konsumsi berlebihan.

Gaya hidup *frugal* dapat bervariasi dari satu individu ke individu lainnya, tetapi intinya tetap pada upaya untuk hidup dengan hemat tanpa mengorbankan kualitas hidup. Orang yang menjalani *frugal living* sering kali memiliki kesadaran akan dampak finansial dari setiap keputusan pengeluaran dan berusaha untuk mencapai tujuan keuangan jangka panjang mereka melalui manajemen keuangan yang bijak.

Frugal living bukan sekadar strategi mengatasi krisis keuangan, tetapi juga mencerminkan perubahan pola pikir terhadap konsumsi dan pemakaian sumber daya. Melibatkan pengurangan pemborosan, penghematan uang, dan penekanan pada nilai-nilai keberlanjutan, *frugal living* mendorong individu untuk menjalani hidup yang lebih sederhana namun lebih bermakna.

Tingginya konsumsi dan gaya hidup yang berorientasi pada materi dalam masyarakat modern seringkali berdampak negatif pada lingkungan dan kesejahteraan sosial. Dalam konteks ini, penting untuk memahami bagaimana penerapan prinsip *frugal living* dapat menjadi solusi untuk mengatasi masalah ini. Dengan mempertimbangkan aspek ekonomi, lingkungan, dan sosial.²¹

Selanjutnya di era modern ini, banyak orang yang mulai memperhatikan gaya hidup yang lebih hemat, mungkin sebagai respons terhadap tekanan ekonomi atau kesadaran akan dampak lingkungan. Mereka berupaya membatasi pengeluaran dan mengurangi konsumsi barang-barang mewah yang tidak penting. Meskipun demikian, terdapat kecenderungan di antara mereka untuk tidak menyadari bahwa sebagian dari kekayaan yang mereka miliki sebenarnya merupakan bagian dari sumber daya yang seharusnya diperuntukkan bagi orang-orang yang kurang beruntung.²²

²⁰ Siti Falihatul Muslihah, "Konsep *Frugal Living* dalam Al-Qur'an (Studi Tematik), *skripsi* pada Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saiufddin Zuhri Purwokerto, 2023, h. 3

²¹ Siti Falihatul Muslihah, "Konsep *Frugal Living* dalam Al-Qur'an (Studi Tematik), *skripsi* pada Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saiufddin Zuhri Purwokerto, 2023, h. 23

²² Latifatuzulaikhah. "Hidup Sederhana Menurut Al-Qur'an: Studi Surah Al-Isra Ayat 29 dalam Perspektif Tafsir *Al-Misbah* Karya Muhammad Quraish Shihab." *skripsi* pada IAIN Kudus, 2022, h. 1.

Melihat bahwa gaya hidup *Frugal living* adalah fenomena modern, oleh karena itu, metode interpretasi yang digunakan adalah metode interpretasi kontemporer. Mengamati situasi tersebut, peneliti merasa tertarik untuk menyelidiki lebih lanjut dengan judul "*FRUGAL LIVING PERSPEKTIF AL-QUR'AN*". Dalam penjelasan ini, peneliti akan mengeksplor ayat-ayat yang berkaitan dengan tema tertentu dan mengkaji ayat untuk membentuk konsep frugal living perspektif Al-Qur'an"

Tujuan dari penelitian ini adalah mengungkapkan konsep *frugal living* yang terkandung dalam Al-Qur'an dan menjadikannya sebagai solusi untuk menghadapi gaya hidup hedonis yang umum di kalangan milenial saat ini. Dengan pelaksanaan penelitian ini, diharapkan akan dihasilkan sebuah pandangan hidup yang lebih baik dan sesuai dengan prinsip-prinsip Islam. Seseorang yang Memakai konsep frugal living diharapkan dapat mengelola keuangan mereka dengan bijaksana, memilih untuk membeli atau menggunakan sesuatu bukan hanya karena keinginan belaka, tetapi karena adanya kebutuhan yang nyata. , skripsi ini bertujuan untuk menyelidiki dampak *frugal living* di zaman sekarang, sejauh mana hal ini dapat memberikan kontribusi terhadap peningkatan kesejahteraan masyarakat, dan bagaimana *frugal living* dapat menjadi alternatif yang relevan dalam menghadapi tantangan ekonomi dan lingkungan yang ada.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan informasi yang telah diuraikan, penulis mengidentifikasi beberapa permasalahan yang perlu diteliti lebih lanjut. Permasalahan tersebut mencakup aspek-aspek tertentu yang membutuhkan analisis mendalam agar pemahaman yang lebih komprehensif dapat dicapai. Dengan merinci dan mengeksplorasi poin-poin tersebut, di antaranya :

1. Apa Faktor Yang Mempengaruhi *Frugal Living* ?
2. Apa Dampak *Frugal Living* ?
3. Apa Penafsiran Ayat *Frugal Living* ?
4. Apa Kontektualisasi Ayat *Frugal Living*?

C. Pembatasan Masalah

Adapun skripsi ini memfokuskan pembahasan mengenai pandangan konsep *Frugal living* perspektif Al-Quran.

D. Rumusan Masalah

Sebagai bentuk upaya dalam sistematisasi pembahasan, maka penelitian dalam tulisan ini akan didasarkan pada permasalahan :

1. Bagaimana konsep *Frugal Living* Perspektif Al-Qur'an ?
2. Bagaimana Kontekstualisasi *Frugal Living* perspektif Al-Qur'an ?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Mengetahui Penafsiran Ayat-Ayat *Frugal Living* perspektif Tafsir *Al-Munir*
- b. Menggali relevansi antara pemahaman ayat-ayat Al-Qur'an dan prinsip *frugal living*

F. Manfaat Penelitian

- a. Menghasilkan kontribusi teoritis terhadap pemahaman konsep *frugal living* dalam perspektif Islam.
- b. Memberikan pedoman bagi individu muslim dalam mengimplementasikan prinsip-prinsip *Frugal Living* dalam kehidupan sehari-hari.

G. Tinjauan Pustaka

Setelah melakukan penelusuran dari berbagai sumber, penulis menemukan berbagai macam penelitian yang berkaitan dengan *Frugal Living* Perspektif Al-Qur'an. penelitian yang penulis dapatkan berbentuk skripsi dan artikel, Pada setiap penelitian yang ditemukan membantu penulis dalam mengumpulkan data yang valid dalam proses penelitian ini, namun setiap sumber itu memiliki perspektif yang berbeda-beda dengan tema penelitian yang penulis susun. Berikut keterangan yang akan penulis kemukakan terkait tinjauan pustaka yang dikumpulkan, diantaranya sebagai berikut :

1. Pandangan Islam Tentang Gaya Hidup *Frugal Living* (Analisis Terhadap Ayat dan Hadis)

Penelitian ini mengulas tentang gaya hidup *frugal living* yang mengedepankan pengeluaran hemat sesuai dengan pendapatan yang terbatas. Aspek ini sejalan dengan prinsip-prinsip Islam, yang tidak hanya mengatur aspek ibadah, tetapi juga kehidupan sehari-hari manusia. Penulis mencoba menjelaskan bagaimana Islam memandang tren gaya hidup ini melalui tafsir ayat Quran dan hadis.

Metode deskriptif kualitatif digunakan untuk memahami fenomena ini, menekankan observasi dan analisis hubungan antar variabel penelitian. Gaya hidup *frugal living* memungkinkan individu mengontrol konsumsi berlebihan dan menghindari pemborosan, serta mempromosikan kesadaran finansial dan pertimbangan budget secara sadar. Hal ini tidak berarti hidup dalam kemiskinan, tetapi membuat pilihan bijaksana untuk mencapai tujuan keuangan jangka panjang dan mendukung keberlangsungan hidup manusia.

2. Konsep *Frugal Living* Dalam Al-Qur'an (Studi Tematik)

Penelitian ini bertujuan untuk menafsirkan makna *frugal living* dalam Al-Qur'an dengan fokus pada ayat-ayat yang membahas hemat atau gaya hidup bijak dalam pengelolaan keuangan. Pendekatan metode tematik dan ma'na cum maghza digunakan untuk menganalisis ayat-ayat tersebut.

Dalam proses penafsiran, tema ditetapkan, ayat-ayat terkait dikumpulkan, dianalisis dengan cermat, pembahasan disusun, dan relevan dengan hadis-hadis diperhatikan. Hasil penafsiran menunjukkan bahwa *frugal living* dalam Al-Qur'an mengacu pada sikap bijak dalam mengelola keuangan, menghindari pemborosan, dan menjadi dermawan. Konsep tersebut dapat diterapkan pada prinsip pengelolaan keuangan, keseimbangan, keputusan pembelian, komitmen berinfak, investasi Islam, prinsip konsumsi, dan pengendalian hawa nafsu dalam konteks kekinian.

H. Metodologi penelitian

Metodologi berasal dari istilah "metode," yang merujuk pada cara yang tepat untuk melakukan suatu aktivitas, dan "logos," yang mengacu pada ilmu atau prosedur menggunakan pemikiran yang cermat untuk mencapai tujuan. Dalam konteks pembuatan penelitian, metodologi mencakup metode atau prosedur yang digunakan untuk mengumpulkan data dengan tujuan menguji hipotesis atau menjawab permasalahan yang ada. Dengan demikian, metodologi penelitian menggambarkan langkah-langkah atau tata cara yang diikuti dalam pengumpulan dan analisis data.²³

1. Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian sastra, yang disebut juga sebagai penelitian perpustakaan. Metode ini melibatkan serangkaian kegiatan terkait dengan pengumpulan data dari sumber-sumber pusaka, melakukan pembacaan, mencatat informasi, dan mengolah bahan penelitian.

Penelitian perpustakaan merupakan upaya untuk mengeksplorasi sumber-sumber di perpustakaan, seperti kitab tafsir, jurnal ilmiah yang membahas mengenai *Frugal Living* dalam Al-Qur'an, majalah, dan literatur lainnya untuk mendapatkan informasi yang relevan.

2. Sumber Data

Dalam proses akuisisi data, penelitian ini memanfaatkan dua sumber informasi sebagai berikut:

a. Data Primer

Sumber data primer yang akan di pakai penulis dalam penelitian ini adalah perspektif Ulama Tafsir.

b. Data Sekunder

Pengumpulan data sekunder dilakukan melalui studi perpustakaan (library research), mencakup penelusuran kitab-kitab, buku, skripsi, dan jurnal yang membahas topik seputar "*frugal living*".

3. Metode Pengumpulan Data

²³ Dadan Rusmana, *Metodologi Penelitian Al-Qur'an dan Tafsir* (Bandung : Pustaka Setia, 2015) h. 33

Seterti yang telah saya jelaskan sebelumnya, penelitian ini menggunakan Metodologi penelitian berupa metode penelitian kepustakaan atau Library research. Pendekatan ini melibatkan kajian literatur dengan membaca kitab-kitab, buku, skripsi, dan jurnal yang membahas topik seputar *Frugal Living* dalam Al-Qur'an. Pendekatan penelitian ini akan menerapkan metode pemaparan teori yang disebut sebagai metode maudhu'I²⁴ atau metode tafsir tematik. Metode maudhu'I atau metode tafsir tematik mengacu pada pendekatan penafsiran tema, di mana peneliti menghimpun ayat-ayat Al-Qur'an yang terkait dengan tema yang sedang dibahas.

Setelah pengumpulan ayat-ayat tersebut, peneliti memberikan keterangan dan penjelasan untuk menyimpulkan informasi tentang topik dan masalah yang menjadi fokus penelitian. Dengan kata lain, penelitian ini akan menggali dan menganalisis ayat-ayat Al-Qur'an yang membahas tentang *Frugal Living* dengan menggunakan metode tafsir tematik. Hasil dari analisis ini akan memberikan kontribusi dalam memberikan pemahaman mendalam tentang topik yang dibahas, serta menghasilkan kesimpulan yang relevan terkait dengan *Frugal Living* dalam konteks Al-Qur'an.

4. Analisis Data

Dalam penelitian ini, digunakan metode analisis data yang dikenal sebagai content analysis atau analisis isi. Pendekatan ini bertujuan untuk mengkaji dan memeriksa isi dokumen, yang dapat berupa buku, kitab, atau jurnal. Metode content analysis ini kemudian diterapkan dengan pola deduktif, di mana analisis dimulai dari pengetahuan umum atau data umum untuk menemukan kesimpulan khusus.

Dengan pendekatan ini, penelitian akan menjelajahi konten dokumen-dokumen tersebut dengan lebih mendalam, menggunakan pengetahuan yang sudah ada sebagai dasar untuk menghasilkan kesimpulan yang lebih spesifik terkait dengan topik yang sedang diteliti.

5. Teknis Penulisan

Penulisan dalam skripsi ini mengikuti pedoman yang disajikan dalam buku panduan penyusunan skripsi dari Universitas PTIQ Jakarta yang diterbitkan oleh Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam.²⁵

I. Sistematika Penulisan

Agar penelitian ini dapat dipahami dengan sistematis, di bawah ini disajikan uraian mengenai setiap topik yang akan dibahas secara rinci, diantaranya :

Bab I : Bagian awal ini mencakup pendahuluan yang menjelaskan latar belakang masalah, identifikasi permasalahan, pembatasan lingkup masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, metodologi penelitian, kajian literatur, metode penelitian dan tata cara penulisan.

²⁴ Kadar M. Yusuf, *Studi Al-Qur'an* (Jakarta: Amzah, 2009) h. 146

²⁵ Andi Rahman, "*Menjadi Peneliti Pemula Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*" (Jakarta: penerbit Program Studi Ilmu Al-Quran dan Tafsir, Universitas PTIQ Jakarta, 2022)

- Bab II : Menyajikan topik-topik sebagai landasan teori untuk memberikan penjelasan tentang *Frugal Living*, seperti pengertian dan konsep *Frugal Living* secara umum, implementasi *Frugal Living* dalam pengelolaan keuangan, tujuan *Frugal Living*, serta faktor yang mempengaruhi *Frugal Living*.
- Bab III : Memaparkan penafsiran dan kontekstualisasi ayat-ayat *Frugal Living*, menjelaskan pengelolaan harta dengan bijaksana, kesejahteraan financial, serta persiapan financial untuk masa depan
- Bab IV : Bagian akhir ini berfungsi sebagai penutup, di mana penulis menyajikan kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan

BAB II PEMBAHASAN

A. Pengertian dan Konsep *Frugal Living*

1. Pengertian *Frugal Living*

Frugal living adalah sebuah gaya hidup yang memusatkan perhatian pada manajemen keuangan secara hemat dan cerdas. Asal usul istilah "*frugal*" berasal dari bahasa Latin "*frugalis*" yang artinya "hemat" atau "memiliki pengetahuan tentang nilai". Sedangkan, "*living*" dalam bahasa Inggris mengacu pada "hidup". Dengan demikian, *frugal living* dapat diartikan secara harfiah sebagai hidup dengan hemat atau bijaksana dalam mengelola keuangan. Konsep ini menitikberatkan pada pentingnya membuat keputusan pengeluaran yang cerdas, mempraktikkan kebiasaan menabung, dan menggunakan sumber daya dengan efisien untuk mencapai stabilitas finansial dan kebahagiaan yang berkelanjutan.²⁶

Frugal living, yang terdiri dari *frugal* (hemat) dan *living* (hidup), mengacu pada gaya hidup yang berfokus pada pengelolaan keuangan dengan hemat dan bijaksana. Ini menggambarkan suatu cara hidup di mana seseorang menyesuaikan pengeluaran mereka agar sesuai dengan pendapatan mereka dengan berhati-hati dan efisien dalam mengelola uang mereka. Dengan demikian, inti dari *frugal living* adalah tentang memprioritaskan pengeluaran yang penting dan meminimalkan pemborosan, sehingga menciptakan kesadaran finansial yang sehat.²⁷

Frugal living adalah mengindikasikan sejauh mana konsumen dapat mengendalikan diri dalam mendapatkan dan menggunakan dengan bijaksana barang dan layanan ekonomi guna mencapai tujuan jangka panjang. Menurut teks-teks keagamaan, literatur *self-help*, dan data kualitatif, *frugal living* mencerminkan tindakan pengeluaran uang yang teliti serta kemampuan untuk mengendalikan dan disiplin dalam memperoleh barang-barang tersebut.²⁸

Frugal living adalah suatu gaya hidup di mana seseorang secara sadar dan bijak mengelola pengeluarannya untuk memaksimalkan efisiensi dan mengurangi pemborosan. Orang yang menjalani *frugal living* cenderung membuat keputusan finansial yang hati-hati, mempertimbangkan nilai dan manfaat dari setiap pengeluaran. Prinsip dasar dari *frugal living* adalah pengurangan pengeluaran yang

²⁶ Anisa Maisyarah dan Nurwahidin, "Pandangan Islam tentang Gaya Hidup *Frugal Living*: Analisis Terhadap Ayat dan Hadits, dalam jurnal *Tadarus Tarbawy*, (Depok: Universitas Indonesia, 2022) vol. 4, no. 2, h. 3

²⁷ Siti Falihatul Muslihah, "Konsep *Frugal Living* dalam Al-Qur'an (Studi Tematik), skripsi pada Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saiufuddin Zuhri Purwokerto, 2023, h. 2.

²⁸ Lastovicka, John L, dkk. "*Lifestyle of the Tight and Frugal: Theory and Measurement*" Dalam jurnal *Consumer Research, Inc.*, (Oxford: Oxford University, 1999), vol. 26 hal. 88.

tidak perlu, memaksimalkan nilai dari setiap harta yang dihabiskan, dan mencari cara-cara kreatif untuk menghemat uang tanpa mengorbankan kualitas hidup.²⁹

Salah satu contohnya adalah menggambarkan individu yang pandai dan efisien dalam memanfaatkan kembali barang-barang yang mereka punya saat ini, sehingga mereka tidak perlu mencari lebih banyak atau mengeluarkan biaya lebih tinggi. Ini mencerminkan kemampuan mereka untuk menggunakan sumber daya yang tersedia secara optimal dan kreatif, sehingga mereka dapat memaksimalkan nilai dari apa yang sudah ada tanpa perlu menambah barang baru atau menghabiskan uang lebih banyak.

Frugal living, menurut Lastovicka³⁰ adalah gaya hidup hemat yang menunjukkan sifat kedisiplinan dan kecerdasan dalam mengelola barang. Hal ini merupakan bentuk pengendalian diri terhadap perilaku konsumtif yang berlebihan untuk mencapai tujuan jangka panjang. Hidup hemat merupakan suatu pola kebiasaan yang menekankan pada pengelolaan sumber daya dengan bijaksana dan tidak berlebihan. Ini tercermin dalam kepribadian yang sederhana dan tidak boros, di mana seseorang merasa cukup dengan apa yang dimilikinya dan menerima hal tersebut dengan positif. Ini tidak berarti hidup dalam kekurangan, melainkan menghargai dan menggunakan sumber daya dengan penuh kesadaran dan kebijaksanaan,³¹ Menerapkan penggunaan yang bijak terhadap semua aspek yang dimiliki, baik itu barang, waktu, maupun energi, dengan tidak berlebihan atau boros. Menggunakan segala sumber daya ini sesuai dengan kebutuhan yang sesungguhnya, tanpa berlebihan atau kekurangan, melainkan mengikuti jalan tengah yang seimbang dan proporsional.³²

Michaelis mendefinisikan gaya hidup *frugal living* sebagai preferensi konsumen untuk melestarikan sumber daya dan menggunakan rasionalitas ekonomi dalam mempertimbangkan biaya peluang barang dan produk yang akan dibeli. Menurut Suárez & rekan *frugal living* merupakan upaya untuk menilai biaya peluang barang dan produk yang dibeli dengan tujuan penggunaan sumber daya yang lebih efisien,³³ menurut John White *frugal living* gabungan dari pengetahuan, orientasi nilai, preferensi, kerentanan emosional, keterampilan praktis, dan kebiasaan. Gabungan ini mengarahkan individu untuk cenderung berperilaku hemat. Seseorang yang hemat dapat hidup dengan kualitas kehidupan yang sama baiknya seperti orang yang kurang hemat, meskipun dengan sumber daya material yang lebih sedikit.

²⁹ Anisa Maisyarah dan Nurwahidin, "Pandangan Islam tentang Gaya Hidup *Frugal Living*: Analisis Terhadap Ayat dan Hadits, dalam jurnal *Tadarus Tarbawy*, (Depok: Universitas Indonesia, 2022) vol. 4, no. 2, h. 89

³⁰ Lastovicka, dkk. "*Lifestyle of the Tight and Frugal: Theory and Measurement.*" Dalam jurnal *Consumer Research*, Inc., (Oxford: Oxford University, 1999), vol. 26 hal. 87.

³¹ Khotimah K, "*Wujud Bela Negara Melalui Pendidikan Budaya Hemat Energi. Jumlah Pertahanan dan Bela Negera*", (Tangsel: Alifia Books, 2020), h.51-66

³² Wibowo, E. J., "Pengembangan Bahan Ajar Tema Selalu Hemat Energi Berbasis E-Learning untuk Peningkatan Hasil Belajar Siswa Tunarungu" dalam jurnal *Special and Inclusive Education* (Jogjakarta: UIN Sunan Kali Jaga, 2020) h. 90-97

³³ Anisa Maisyarah dan Nurwahidin, "Pandangan Islam tentang Gaya Hidup *Frugal Living*: Analisis Terhadap Ayat dan Hadits, dalam jurnal *Tadarus Tarbawy*, (Depok: Universitas Indonesia, 2022), vol. 4, no. 2, h. 88-89

Kemampuan ini disertai dengan kecenderungan yang stabil untuk melakukan konsumsi yang minim³⁴

Disebutkan oleh Habybillah, banyak orang setuju bahwa hidup hemat adalah praktek yang baik. Individu yang menjalani gaya hidup ini cenderung memiliki pemikiran yang lebih matang dan berhati-hati dalam pengeluaran serta pengambilan keputusan finansial. Selain itu, hidup hemat juga memberikan pelajaran berharga dalam manajemen keuangan yang bijaksana. Dengan demikian, frugal living tidak hanya sekadar menciptakan keseimbangan finansial, tetapi juga membentuk karakter dan pola pikir yang lebih dewasa terkait dengan pengelolaan keuangan.³⁵

Dari paparan tersebut, dapat disimpulkan bahwa *frugal living* adalah suatu gaya hidup yang mengutamakan manajemen keuangan secara hemat dan cerdas. Konsep ini mengacu pada pengelolaan keuangan yang bijaksana, dengan memprioritaskan pengeluaran yang penting dan meminimalkan pemborosan. *Frugal living* menekankan pada kesadaran untuk menggunakan sumber daya dengan efisien, serta mempertimbangkan nilai ekonomis dari setiap pengeluaran.

Frugal living juga mencerminkan kemampuan individu untuk mengendalikan diri dari perilaku konsumtif yang berlebihan, serta kemampuan untuk membuat keputusan finansial yang hati-hati dan disiplin. Hal ini dapat tercermin dalam praktik seperti penggunaan kembali barang-barang yang sudah dimiliki, serta kebijaksanaan dalam memanfaatkan sumber daya yang tersedia.

Meskipun *frugal living* menekankan pada penghematan, hal ini bukan berarti hidup dalam kekurangan atau keterbatasan. Sebaliknya, *frugal living* menciptakan keseimbangan antara pengeluaran yang sesuai dengan kebutuhan dan kebijaksanaan dalam mengelola sumber daya. Selain itu, hidup hemat juga memberikan pembelajaran berharga dalam manajemen keuangan yang bijaksana, serta membentuk karakter dan pola pikir yang matang terkait dengan pengelolaan keuangan. Dengan demikian, frugal living bukan hanya sekadar menciptakan keseimbangan finansial, tetapi juga membawa dampak positif dalam membentuk kepribadian dan pola pikir yang lebih dewasa terkait dengan pengelolaan keuangan

2. Konsep Frugal Living

Gaya hidup adalah seperti seni yang menggambarkan bagaimana seseorang menjalani kehidupannya sehari-hari, dan ini mempengaruhi bagaimana mereka berinteraksi dan dilihat oleh masyarakat. Di kalangan remaja, terutama di kota-kota besar, gaya hidup bebas semakin populer. Gaya hidup bebas ini dipengaruhi oleh pandangan bahwa menjadi "update" atau modern berarti hidup tanpa batasan,

³⁴ White, J. "The frugal life and why we should educate for it." dalam jurnal *London Review of Education*. (UK: London, Institute of Education, 2021) h. 3

³⁵ Asriyana dkk, "Gaya Hidup *Frugal Living* Dalam Penggunaan Kartu Kredit Menurut Pandangan Islam" dalam jurnal *JAMBURA* (Makassar: Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi YPUP, 2024) Vol. 6, No. 3, h. 3

terutama dalam hal konsumsi. Namun, ini seringkali mengarah pada gaya hidup hedonis.³⁶

Frugal living adalah gaya hidup yang semakin populer saat ini. Istilah *frugal living* digunakan untuk menggambarkan kemampuan bertahan hidup dalam situasi yang tidak selalu ideal. Ini melibatkan membuat pilihan yang diperlukan untuk hidup sesuai dengan cara kita sendiri, dengan tujuan melindungi diri dan keluarga dari jerat hutang konsumtif. Namun, penting untuk dicatat bahwa hidup *frugal* tidak sama dengan hidup dalam kesedihan, dan menjadi hemat tidak berarti menjadi pelit. Secara sederhana, *frugal living* adalah tentang menggunakan sumber daya secara ekonomis.³⁷

Hidup hemat tidak harus berarti mengorbankan kesenangan seperti liburan atau memiliki rumah impian. Sebaliknya, itu adalah tentang menerapkan pola pikir yang lebih bijaksana dalam mengelola keuangan. Dengan mengubah cara kita memandang kebutuhan dan keinginan, kita dapat tetap menikmati gaya hidup yang diinginkan tanpa harus menghabiskan uang secara berlebihan. Ini bukan tentang membatasi diri, tetapi tentang membuat keputusan yang lebih cerdas dalam pengeluaran.

Menjadi hemat dalam pengeluaran, orang-orang yang menganut gaya hidup hemat juga menunjukkan rasa kemandirian yang kuat. Mereka tidak mudah dipengaruhi oleh tekanan sosial atau ajakan dari orang lain dalam membelanjakan uang. Mereka memiliki keyakinan yang kuat dalam nilai-nilai mereka sendiri dan tidak terpengaruh oleh norma-norma konsumsi yang mungkin mendikte untuk mengikuti tren atau membeli barang-barang yang populer. Ketika teman-teman mereka mengajak untuk berbelanja, mereka dapat menolak dengan mantap, tanpa merasa tertekan untuk mengikuti.

Bagi mereka, hidup hemat bukan hanya tentang mengelola uang dengan bijaksana, tetapi juga tentang menunjukkan kemandirian dalam mengambil keputusan. Mereka mengajarkan prinsip-prinsip ini kepada anak-anak mereka, membantu mereka memahami pentingnya berpegang pada nilai-nilai pribadi dan tidak tergoda oleh tekanan sosial untuk konsumsi yang berlebihan. Ini mencerminkan komitmen mereka untuk menjaga integritas dan otonomi dalam kehidupan sehari-hari.³⁸

Dalam studi yang dilakukan oleh Costa L.³⁹ dan rekan-rekannya mengenai penerimaan inovasi hemat biaya oleh konsumen di negara maju, konsep hidup hemat

³⁶ Lastovicka, John L., Lance A. Bettencourt, Reneé Shaw Hughner, dan Ronald J. Kuntze. "Lifestyle of the Tight and Frugal: Theory and Measurement." Dalam jurnal *Consumer Research*, Inc., (Oxford: Oxford University, 1999), vol. 26 hal. 80

³⁷ Dessy Nur Isna Inayati, dkk. "Penerapan Konsep Frugal Living dalam Perencanaan Keuangan Pribadi," dalam jurnal *Social Science Research*, (Tulungagung: UIN Sayyid Ali Rahmatullah, 2024), vol. 4, no. 1, h. 4

³⁸ Lastovicka, John L., Lance A. Bettencourt, Reneé Shaw Hughner, dan Ronald J. Kuntze. "Lifestyle of the Tight and Frugal: Theory and Measurement." Dalam jurnal *Consumer Research*, Inc., (Oxford: Oxford University, 1999), vol. 26 hal. 87.

³⁹ <https://tirto.id/arti-frugal-living-apa-saja-manfaat-bagaimana-menerapkannya-gNiT> di akses pada tanggal 20 april 2024 pukul 17:06

biaya atau *frugal living* dikemukakan sebagai suatu gabungan kompleks antara pengetahuan, nilai-nilai, preferensi, reaksi emosional, keterampilan praktis, dan kebiasaan tertentu. Dalam prakteknya, kaum *frugalist* memperlihatkan perilaku yang cermat dalam mengelola pengeluaran mereka, menggunakan sumber daya material secara efisien tanpa mengorbankan kualitas hidup mereka. Mereka tidak hanya berhemat untuk berhemat saja, tetapi melakukannya dengan kesadaran penuh akan tujuan jangka panjang mereka.⁴⁰

Dengan menggunakan sumber daya secara bijak, kaum *frugalist* mampu mencapai gaya hidup yang sama baiknya dengan mereka yang tidak mengikuti prinsip *frugal living*. Mereka menggabungkan kemampuan menahan diri dalam pengeluaran dengan eksploitasi peluang-peluang yang ada, sehingga menciptakan suatu keseimbangan yang optimal. Tindakan ini dilakukan dengan kesadaran sepenuhnya, bukan karena tekanan dari standar hidup orang lain.

Dalam konteks ini, kaum *frugalist* tidak tergoda dengan tren mode atau konsumsi yang seringkali diikuti oleh banyak orang. Mereka lebih memilih untuk mengalokasikan sumber daya mereka untuk investasi jangka panjang, seperti properti atau tanah, yang diharapkan akan memberikan manfaat finansial yang signifikan di masa depan. Dengan demikian, prinsip-prinsip *frugal living* tidak hanya memungkinkan mereka untuk mencapai kemandirian finansial di usia lanjut, tetapi juga membantu mereka mengejar tujuan-tujuan hidup yang lebih substansial.⁴¹

Frugal living adalah lebih dari sekadar strategi untuk menghemat uang, mewakili sebuah filosofi hidup yang mengedepankan nilai-nilai fundamental seperti kesederhanaan, kesadaran, dan kemandirian. Dengan memusatkan perhatian pada cara hidup yang hemat dan efisien, *frugal living* membawa kita untuk lebih mempertimbangkan setiap pengeluaran dan menghargai nilai sejati dari kehidupan. Ini bukan sekadar tentang memotong biaya-biaya yang tidak perlu, tetapi juga tentang memahami apa yang benar-benar penting dalam hidup kita.

Konsep kesederhanaan adalah salah satu inti dari *frugal living*, mengajarkan kita untuk menemukan kebahagiaan dalam hal-hal sederhana dan meminimalkan keinginan akan barang-barang mewah atau konsumsi berlebihan, dengan mengurangi kebutuhan akan hal-hal yang tidak esensial, kita dapat membebaskan diri dari tekanan finansial yang seringkali menghambat kebahagiaan kita. Tindakan berlebih-lebihan atau kegembiraan terhadap hal-hal yang berlebihan tidak disukai oleh Allah SWT, yang mengatur kehidupan kita melalui larangan-Nya agar hidup secara hemat dan proporsional, sehingga keseimbangan terjaga.⁴²

Lebih dari sekadar hidup dengan sederhana, *frugal living* mengajarkan untuk hidup sesuai dengan standar yang ditetapkan oleh setiap individu. *Frugal living*

⁴⁰ Prita Ayu Kusumawardhany , " *Frugal Lifestyle Trend Among Generation Z: How Do They Spend Money?*" dalam jurnal *INSYMA* (Surabaya: Universitas Surabaya, 2022, h. 334

⁴¹ Dessy Nur Isna Inayati, Isnawati Jamilah, Agus Eko Sujianto, "Penerapan Konsep *Frugal Living* dalam Perencanaan Keuangan Pribadi," dalam jurnal *Social Science Research*, (Tulungagung: UIN Sayyid Ali Rahmatullah, 2024), vol. 4, no. 1, h. 4

⁴² Nurul H. Ma'arif, " *Mukmin Kualitas Unggul*" (Tangsel: Alifia Books, 2018) h. 280

dipilih sebagai respons terhadap kondisi dan situasi yang dihadapi⁴³. Dengan kata lain, setiap individu memiliki standar yang berbeda dalam menanggapi berbagai situasi, dan pengalaman pribadi mereka akan membentuk standar frugality secara individual. Meskipun frugal living sering diinterpretasikan sebagai hidup hemat dan irit, banyak orang menganggapnya sebagai sikap pelit. Namun, frugal living sebenarnya tidak sama dengan pelit.⁴⁴

Frugal living adalah gaya hidup di mana seseorang mengelola dana mereka dengan penuh kesadaran (mindful), dengan melakukan analisis dan strategi yang baik untuk mencapai tujuan keuangan di masa depan yang dapat diukur⁴⁵. Artinya, pertimbangan terkait kelayakan tetap menjadi aspek utama dalam memilih gaya hidup.

Selain itu, *frugal living* juga mengajarkan kesadaran akan cara kita menggunakan sumber daya. Ini mencakup memperhatikan dampak lingkungan dari setiap keputusan konsumsi, serta mempertimbangkan aspek-aspek sosial dan etis dalam pembelian kita. Dengan menjadi lebih sadar akan jejak lingkungan dan sosial kita, kita dapat hidup lebih sejalan dengan nilai-nilai keberlanjutan dan keadilan perilaku berlebihan juga dapat menimbulkan kerakusan dan ketamakan yang berbahaya. Contohnya, persaingan antarnegara dalam perebutan sumber daya alam seperti minyak, yang seringkali memicu konflik dan peperangan yang berkepanjangan. Persaingan untuk dominasi pasar global juga dapat menimbulkan konflik tersembunyi dan ketegangan antarnegara. Hal ini mencerminkan "perebutan makanan dan minuman yang berlebih-lebihan".

Beberapa negara merasa tidak puas dengan potensi yang dimilikinya dan ingin menguasai lebih banyak lagi dari yang dimiliki pihak lain. Akibatnya, terjadi kerusakan yang meluas. Seandainya setiap negara bersyukur dengan apa yang telah diberikan dan tidak menginginkan lebih dari itu, maka kedamaian dapat terwujud. Contoh sejarah seperti penjajahan Belanda terhadap Indonesia, yang dipicu oleh keinginan mereka untuk menguasai rempah-rempah, adalah bukti dari sifat rakus yang berlebihan.

Penting bagi kita untuk lebih bijaksana dalam mengelola pengeluaran dan barang-barang yang kita beli. Kita perlu memikirkan kebutuhan yang sebenarnya dan mencoba mengurangi pemborosan sumber daya. Selain itu, kita juga harus sadar akan dampak lingkungan dan sosial dari perilaku konsumtif ini, sehingga bisa mengambil

⁴³ Prita Ayu Kusumawardhany, "*Frugal Lifestyle Trend Among Generation Z: How Do They Spend Money?*" dalam jurnal *INSYMA* (Surabaya: Universitas Surabaya, 2022), h. 330

⁴⁴ Lastovicka, John L., Lance A. Bettencourt, Reneé Shaw Hughner, dan Ronald J. Kuntze. "*Lifestyle of the Tight and Frugal: Theory and Measurement.*" Dalam jurnal *Consumer Research*, Inc., (Oxford: Oxford University, 1999), vol. 26 hal. 89

⁴⁵ Dessy Nur Isna Inayati, Isnawati Jamilah, Agus Eko Sujianto, "Penerapan Konsep Frugal Living dalam Perencanaan Keuangan Pribadi," dalam jurnal *Social Science Research*, (Tulungagung: UIN Sayyid Ali Rahmatullah, 2024), vol. 4, no. 1, h. 3

langkah-langkah untuk mengurangi konsumsi berlebihan dan memperhatikan keberlanjutan dalam gaya hidup kita.⁴⁶

Kemandirian juga merupakan nilai penting dalam *frugal living*. Ini melibatkan kemampuan untuk mengelola keuangan secara bijaksana, mengembangkan keterampilan praktis untuk memperbaiki atau membuat barang sendiri, dan bergantung pada diri sendiri untuk mencapai tujuan keuangan dan hidup yang diinginkan. Dengan menjadi mandiri secara finansial dan praktis, kita dapat mencapai kebebasan dan kestabilan yang lebih besar dalam hidup.⁴⁷

Secara keseluruhan, *frugal living* adalah pendekatan holistik terhadap kehidupan yang menempatkan nilai-nilai seperti kesederhanaan, kesadaran, dan kemandirian di pusatnya. Dengan menganut filosofi ini, seseorang dapat mencapai kebebasan finansial, kestabilan, dan kebahagiaan jangka panjang yang mendasarinya.

B. Implementasi *Frugal Living* Secara Umum

Implementasi gaya hidup hemat atau *frugal living* melibatkan serangkaian langkah praktis dan sikap mental yang dipakai oleh individu untuk mengelola keuangan mereka dengan bijaksana. Salah satu langkah utama dalam menerapkan *frugal living* adalah membuat anggaran yang rinci untuk pendapatan dan pengeluaran bulanan. Dengan memiliki pemahaman yang jelas tentang arus kas mereka, individu dapat mengidentifikasi area-area di mana mereka dapat menghemat uang dan menetapkan prioritas keuangan yang sesuai.⁴⁸

Selanjutnya, strategi yang umum dilakukan untuk mengendalikan dan mengurangi jumlah pengeluaran adalah dengan menerapkan prinsip hemat. Hemat tidak hanya sekadar membatasi pengeluaran, tetapi juga mencakup kesadaran dalam setiap tindakan yang diambil, dengan mempertimbangkan secara matang dampaknya terhadap keuangan pribadi. Ini melibatkan pengambilan keputusan yang terencana dan berpikir jernih untuk menghindari perilaku pemborosan.

Dengan berhemat, seseorang dapat menghindari kebiasaan menghambur-hamburkan uang untuk hal-hal yang tidak penting atau mungkin bisa ditunda. Lebih dari itu, berhemat juga berarti memberikan prioritas pada kebutuhan yang lebih penting atau prioritas, sehingga memastikan bahwa pengeluaran yang dilakukan sesuai dengan tujuan keuangan yang telah ditetapkan. Dengan demikian, hemat

⁴⁶ Lastovicka, John L., Lance A. Bettencourt, René Shaw Hughner, dan Ronald J. Kuntze. "Lifestyle of the Tight and Frugal: Theory and Measurement." Dalam jurnal *Consumer Research*, Inc., (Oxford: Oxford University, 1999), vol. 26 h. 77.

⁴⁷ Dessy Nur Isna Inayati, Isnawati Jamilah, Agus Eko Sujianto, "Penerapan Konsep Frugal Living dalam Perencanaan Keuangan Pribadi," dalam jurnal *Social Science Research*, (Tulungagung: UIN Sayyid Ali Rahmatullah, 2024), vol. 4, no. 1, h. 6

⁴⁸ Prita Ayu Kusumawardhany, "Frugal Lifestyle Trend Among Generation Z: How Do They Spend Money?" dalam jurnal *INSYMA* (Surabaya: Universitas Surabaya, 2022, h. 322

menjadi landasan penting dalam menciptakan kestabilan finansial dan menghindari ketidakseimbangan dalam pengelolaan keuangan pribadi.⁴⁹

Selanjutnya, penting untuk memprioritaskan kebutuhan daripada keinginan, serta menghindari pembelian impulsif dan pengeluaran yang tidak perlu. Ini bisa mencakup penggunaan daftar belanja yang direncanakan dengan baik saat berbelanja, mencari diskon atau penawaran khusus, dan mempertimbangkan untuk membeli barang-barang bekas atau mengambil barang-barang gratis dari sumber yang tersedia. Menjadi seorang frugality berarti fokus pada penghapusan barang-barang yang tidak diperlukan dari rumah dan hidup dengan hanya menyimpan benda-benda yang benar-benar digunakan sehari-hari. Dengan demikian, seseorang dapat mengurangi konsumsi sumber daya alam dan merasakan kelegaan karena tidak terbebani oleh kekacauan harta benda.

Frugality mengutamakan pengurangan pengeluaran dengan menolak ide bahwa harta benda baru dan mewah adalah kebutuhan. Mereka menghindari tekanan untuk selalu mengikuti tren konsumtif, yang seringkali mengarah pada utang yang tidak terkendali. Dengan memprioritaskan kebutuhan nyata dan mengurangi pengeluaran tidak perlu, seseorang dapat meningkatkan tabungan dan kondisi keuangan secara keseluruhan.⁵⁰

Frugality menekankan pemenuhan pribadi melalui eliminasi kebiasaan boros dan tidak produktif. Ini memungkinkan seseorang untuk fokus pada hal-hal yang benar-benar penting dalam kehidupan mereka, seperti karier yang memuaskan, waktu berkualitas dengan keluarga, dan mengejar minat pribadi.

Pentingnya *Frugality* adalah fleksibilitasnya untuk disesuaikan dengan kebutuhan dan tujuan individu. Meskipun ada prinsip-prinsip umum, setiap orang dapat menyesuaikan gaya hidup minimalis dengan kebutuhan dan preferensi mereka sendiri. Misalnya, seseorang dengan karir yang sibuk mungkin perlu menjaga urusan pekerjaan dalam jadwal mereka, tetapi mereka tetap bisa mengurangi konsumsi dan kekacauan di tempat tinggal mereka.⁵¹

Penting juga untuk mengembangkan keterampilan kreatif dalam memanfaatkan barang-barang yang sudah dimiliki secara lebih efisien, serta mempraktikkan kegiatan ekonomis seperti memasak di rumah daripada makan di luar. Selain itu, menginvestasikan waktu dan upaya untuk pendidikan finansial juga merupakan bagian penting dari implementasi *frugal living*, karena hal ini akan membantu individu membuat keputusan keuangan yang lebih bijaksana dan mempersiapkan mereka untuk masa depan yang lebih stabil secara finansial.

Implementasi selanjutnya yaitu mengetahui literasi keuangan, Literasi keuangan mencakup serangkaian kemampuan yang memungkinkan individu untuk

⁴⁹ Ningrum, P. W, dkk. "Penguatan Literasi Keuangan terhadap Siswa Melalui Budaya Menabung di SD IT Al Muttaqin", dalam jurnal *Nusantara*, (Medan: Universitas HKBP Nommensen, 2022) Vol. 1, No.1 h. 351-361.

⁵⁰ Anisa Maisyarah dan Nurwahidin, "Pandangan Islam tentang Gaya Hidup *Frugal Living*: Analisis Terhadap Ayat dan Hadits, dalam jurnal *Tadarus Tarbawy*, (Depok: Universitas Indonesia, 2022) vol. 4, no. 2, h. 78

⁵¹ James Denton. "*Frugal Living: How To Manage Your Money, Set Up A Budget & Achieve Financial Success*". (London: Penerbit James Denton, 2021), h. 30

membuat keputusan keuangan yang cerdas dan efektif. Ini termasuk kemampuan untuk memahami dan membedakan berbagai pilihan keuangan, serta merasa nyaman dalam membahas topik uang dan masalah keuangan tanpa merasa canggung. Literasi keuangan juga melibatkan kemampuan untuk merencanakan masa depan keuangan dengan baik, serta tanggap dan kompeten dalam menangani peristiwa kehidupan yang mempengaruhi keputusan keuangan sehari-hari, termasuk peristiwa ekonomi secara umum.⁵²

Literasi keuangan merupakan kemampuan seseorang dalam mengelola uang dengan memahami konsep-konsep perbankan, investasi, manajemen keuangan pribadi, dan prinsip-prinsip dasar keuangan. Pendidikan mengenai literasi keuangan menjadi sangat penting bagi semua lapisan masyarakat untuk mendukung berbagai aspek ekonomi dalam meningkatkan pertumbuhan ekonomi secara keseluruhan. Pemahaman yang baik tentang literasi keuangan menjadi kunci dalam meningkatkan kesejahteraan suatu negara.⁵³

Oleh karena itu, pendidikan literasi keuangan sebaiknya dimulai sejak dini, baik pada tingkat pendidikan anak usia dini maupun Sekolah Dasar. Pemahaman literasi keuangan yang ditanamkan pada anak-anak Sekolah Dasar akan membentuk pola pikir mereka sejak dini akan pentingnya pemahaman dan pengelolaan keuangan dalam kehidupan sehari-hari.

Literasi keuangan adalah kebutuhan mendasar bagi semua individu untuk menghindari masalah keuangan. Kesulitan finansial sering timbul akibat kesalahan dalam mengelola keuangan. Oleh karena itu, memiliki pemahaman yang baik tentang keuangan sangat penting untuk mencapai kesejahteraan. Dengan pengelolaan keuangan yang tepat yang didukung oleh literasi keuangan yang baik, diharapkan taraf hidup masyarakat akan meningkat.⁵⁴

Meskipun seseorang memiliki penghasilan tinggi, tanpa pengelolaan keuangan yang baik, keamanan finansial akan sulit dicapai. Edukasi tentang produk keuangan, baik dari lembaga keuangan maupun non-bank, sangat diperlukan agar masyarakat tidak mudah tertipu oleh pihak yang tidak bertanggung jawab. Pentingnya literasi keuangan dalam segala aspek keuangan pribadi bukan untuk mempersulit penggunaan uang, tetapi untuk memastikan bahwa individu dapat menikmati hidup dengan menggunakan sumber daya keuangan mereka secara bijaksana dan efektif.⁵⁵

Ketika seseorang memiliki literasi keuangan yang baik, mereka dapat menggunakan berbagai keahlian dan keterampilan untuk mengelola sumber daya

⁵² Putri Silalahi, C. A., dkk. "Pendidikan Literasi Keuangan: Manfaat Menabung dan Cara Menabung." *Prosiding Seminar Nasional Hasil Pengabdian*, (Medan: Universitas Muslim Nusantara Al Washliyah, 2022) h. 362

⁵³ Warsono. "Prinsip-Prinsip dan Praktik keuangan Pribadi", dalam jurnal *Science*, (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2010), volume 13 Nomor 2, h. 6

⁵⁴ Yushita, A. N. "Pentingnya Literasi Keuangan bagi Pengelolaan Keuangan Pribadi" dalam *Jurnal Nominal*, (Jogjakarta: Universitas Negeri Yogyakarta, 2017) Volume VI, Nomor 1, h. 10

⁵⁵ Yushita, A. N. "Pentingnya Literasi Keuangan bagi Pengelolaan Keuangan Pribadi" dalam *Jurnal Nominal*, (Jogjakarta: Universitas Negeri Yogyakarta, 2017) Volume VI, Nomor 1, h. 14.

finansial yang tersedia dengan cara yang mendukung pencapaian tujuan keuangan mereka. Hal ini tidak hanya bermanfaat bagi individu secara pribadi, tetapi juga dapat berkontribusi pada peningkatan kualitas layanan keuangan secara keseluruhan dan mendukung pertumbuhan ekonomi serta pembangunan suatu negara.

Dalam era yang semakin kompleks dengan kebutuhan individu yang beragam dan ragam produk keuangan, literasi keuangan menjadi semakin penting. Individu harus memiliki pemahaman yang baik tentang konsep-konsep keuangan dan keterampilan untuk mengelola keuangan pribadinya dengan efektif agar dapat mengatasi tantangan ekonomi yang kompleks dan mencapai kesejahteraan finansial.⁵⁶ Seseorang sudah ada di tahap mengetahui literasi keuangan yaitu bisa mengelola financial dengan baik, Menurut Warsono,⁵⁷ pengelolaan keuangan pribadi dapat dibagi ke dalam empat ranah, diantaranya :

a) Penggunaan dana

Pentingnya terletak pada cara mengalokasikan dana yang dimiliki untuk memenuhi kebutuhan dengan tepat. Pengalokasian dana harus didasarkan pada prioritas, dengan skala prioritas yang dibuat berdasarkan kebutuhan yang esensial, sambil memperhatikan proporsi agar penggunaan dana tidak hanya untuk konsumsi sehari-hari. Warsono menyarankan bahwa sekitar 70% dari dana dapat dialokasikan untuk keperluan konsumsi sehari-hari, sementara 20% dialokasikan untuk tabungan, dan 10% untuk investasi. Presentase tersebut, menurut Warsono, harus dikelola dengan teliti terutama dalam menghitung kebutuhan harian seperti makanan, minuman, akomodasi, dan hiburan. Penyisihan dana sebesar 20% untuk ditabung bertujuan untuk mendukung kebutuhan mendesak atau sebagai modal investasi di masa depan. Meskipun presentase investasi hanya sebesar 10%,

Warsono menekankan bahwa perencanaan investasi harus dilakukan secara matang untuk memastikan keuntungan di masa depan. Meskipun investasi hanya mendapat alokasi kecil, Warsono menekankan bahwa perlu ada rencana yang matang. Dalam hal ini, tabungan dapat dijadikan sebagai modal awal sebelum diinvestasikan secara langsung, terutama jika terdapat rencana bisnis yang besar. Warsono menegaskan bahwa perencanaan yang matang sangatlah penting dalam setiap jenis investasi, meskipun presentase alokasi untuk investasi tergolong kecil.⁵⁸

b) Menentukan sumber dana,

Merupakan kemampuan untuk mengidentifikasi dan memilih dari mana asal dana akan diperoleh. Sumber dana dapat berasal dari berbagai sumber, seperti dukungan dari orang tua, donatur, atau mendapatkan beasiswa. Selain itu, seseorang juga dapat menciptakan sumber dana sendiri melalui berbagai usaha

⁵⁶ Yushita, A. N. "Pentingnya Literasi Keuangan bagi Pengelolaan Keuangan Pribadi" dalam Jurnal *Nominal*, (Jogjakarta: Universitas Negeri Yogyakarta, 2017) Volume VI, Nomor 1, h. 15.

⁵⁷ Warsono. "Prinsip-Prinsip dan Praktik keuangan Pribadi", dalam jurnal *Science*, (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2010), volume 13 Nomor 2, h. 3

⁵⁸ Warsono. "Prinsip-Prinsip dan Praktik keuangan Pribadi", dalam jurnal *Science*, (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2010), volume 13 Nomor 2, h. 3

atau aktivitas. Dengan memiliki kemampuan untuk menentukan sumber dana, individu akan lebih sadar dan aktif dalam mencari alternatif lain sebagai pemasukan keuangan yang dapat dikelola.

c. Manajemen risiko

Penting untuk melindungi diri dari kejadian-kejadian tak terduga, seperti penyakit atau kebutuhan mendesak. Salah satu langkah yang umum dilakukan dalam manajemen risiko adalah dengan memiliki perlindungan yang memadai, seperti melalui asuransi. Manajemen risiko melibatkan pengelolaan terhadap kemungkinan-kemungkinan risiko yang mungkin dihadapi.

d. Perencanaan masa depan

Merupakan hal yang sangat penting bagi setiap individu, karena melalui perencanaan tersebut mereka dapat menetapkan tujuan keuangan yang ingin dicapai di masa yang akan datang. Dengan merencanakan masa depan, individu dapat melakukan analisis terhadap kebutuhan-kebutuhan yang akan muncul di masa depan, sehingga mereka dapat mempersiapkan investasi yang diperlukan sejak saat ini.⁵⁹

Selain aspek-aspek yang telah disebutkan di atas, Senduk⁶⁰ menegaskan bahwa manajemen keuangan pribadi juga melibatkan pengambilan keputusan terkait dengan:

a) Akuisisi dan kepemilikan harta produktif sebanyak mungkin.

Penting untuk menentukan jenis harta produktif yang ingin dimiliki. Harta produktif ini adalah aset yang dapat mengurangi pengeluaran besar dalam kehidupan sehari-hari. Sebagai contoh, bagi seorang mahasiswa, memiliki komputer dan printer dapat mengurangi biaya cetak di tempat rental. Harta produktif ini sebaiknya diperoleh dengan cara membelinya saat memiliki uang yang cukup. Prioritas harus diberikan pada aset-aset yang benar-benar mendukung aktivitas dan kebutuhan individu.

b) Tata kelola pengeluaran

Tata kelola pengeluaran dengan cermat untuk menghindari terjadinya defisit. Pastikan setiap pengeluaran sudah terencana dengan baik dan tidak melampaui batas. Prioritaskan pos-pos pengeluaran yang penting dan pastikan semuanya terakomodasi dengan tepat. Tingkatkan pengetahuan dan kebiasaan Anda dalam menggunakan uang secara bijaksana, menghindari pemborosan, dan menyesuaikan pengeluaran dengan kebutuhan yang sesungguhnya.⁶¹

c) Penting untuk berhati-hati dalam mengambil hutang.

Anda perlu memahami kapan waktu yang tepat untuk memutuskan untuk berhutang dan kapan sebaiknya tidak. Meskipun banyak perusahaan memanfaatkan pinjaman bank sebagai modal usaha, dalam manajemen keuangan pribadi, penting untuk berhati-hati dalam mengelola hutang. Jika Anda mengalami

⁵⁹ Yushita, A. N. "Pentingnya Literasi Keuangan bagi Pengelolaan Keuangan Pribadi." *Jurnal Nominal*, (Jogjakarta, Universitas Negri Yogyakarta, 2017) Volume VI, Nomor 1, h. 20-21.

⁶⁰ S. Senduk. "Siapa Bilang Jadi Karyawan Ngak Bisa Kaya; Lima Kiat Praktis Mengelola Gaji Agar Bisa Kaya" (Jakarta : Elex Media Komputindo, 2004) h. 55

⁶¹ S. Senduk. "Siapa Bilang Jadi Karyawan Ngak Bisa Kaya; Lima Kiat Praktis Mengelola Gaji Agar Bisa Kaya" (Jakarta : Elex Media Komputindo, 2004) h. 56

defisit dan terpaksa untuk berhutang, pastikan bahwa jumlah hutang yang diambil tidak terlalu besar sehingga tidak akan mengganggu stabilitas keuangan secara keseluruhan saat melakukan pembayaran kembali hutang tersebut.⁶²

Wijaya Pratyingsih, menyampaikan konsep-konsep yang dapat dijadikan pedoman untuk menilai apakah seseorang telah menerapkan *frugal living* dengan benar⁶³ :

- a) Pembelian yang bijak, kemampuan dalam manajemen keuangan terutama terlihat dalam kemampuan seseorang untuk berbelanja secara bijak. Dengan memiliki sikap bijak, seseorang dapat mengelola pendapatan mereka dengan baik untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari.
- b) Tidak boros, individu yang menganut prinsip *frugal living* akan mampu mengenali batasan dan tidak mudah tergoda untuk melakukan konsumsi yang tidak perlu.
- c) Kebiasaan menabung, menabung merupakan kebiasaan yang sangat dianjurkan dalam *frugal living*. Hal ini menunjukkan bahwa seseorang mampu mengontrol pengeluaran mereka sehingga memiliki dana lebih untuk disimpan.
- d) Penggunaan barang yang bijak, *Frugal living* juga melibatkan penggunaan barang yang sudah dimiliki dengan bijak dan kreatif, serta mempertimbangkan kebutuhan daripada keinginan.
- e) Kreativitas dalam mencari alternatif, Individu dituntut untuk berpikir kreatif dalam mencari alternatif saat harga suatu barang naik, sehingga tetap dapat mengalokasikan dana dengan bijak.
- f) Penampilan sederhana, berusaha untuk tidak terlalu berlebihan dalam berpenampilan, dengan mengutamakan prinsip "less is more".
- g) Konsumsi makanan dan minuman dengan porsi yang tepat, menghindari pemborosan dengan mengukur dan mengonsumsi makanan dan minuman sesuai dengan porsinya, serta memilih makanan yang sehat dan bergizi. Selain berpotensi merusak kesehatan,

Selanjutnya, pendidikan generasi muda tentang bahaya hidup hedonis adalah suatu hal yang sangat penting dalam membangun masyarakat yang berkelanjutan dan sehat secara mental. Hidup hedonis, yang didorong oleh pencarian kesenangan dan kenikmatan sesaat, seringkali menghasilkan dampak negatif yang mendalam, baik secara pribadi maupun sosial. Oleh karena itu, penting untuk mengajarkan kepada generasi kita nilai-nilai yang lebih mendalam daripada sekadar kesenangan instan.⁶⁴

Penting untuk mengajarkan anak tentang perilaku hidup hemat sejak usia dini, dan orang tua dapat menerapkan beberapa strategi untuk menanamkan kebiasaan ini

⁶² Yushita, A. N. "Pentingnya Literasi Keuangan bagi Pengelolaan Keuangan Pribadi." *Jurnal Nominal*, (Jogjakarta: Universitas Negeri Yogyakarta, 2017) Volume VI, Nomor 1, h. 21-22.

⁶³ Dessy Nur Isna Inayati, Isnawati Jamilah, Agus Eko Sujianto, "Penerapan Konsep *Frugal Living* dalam Perencanaan Keuangan Pribadi," dalam *Jurnal Social Science Research*, (Tulungagung: UIN Sayyid Ali Rahmatullah, 2024), vol. 4, no. 1, h. 8

⁶⁴ Habybillah, dkk. "Pengaruh Pendidikan Ekonomi di Lingkungan Keluarga, Status Sosial Ekonomi Orang Tua, dan Financial Literacy Diintermediasi Melalui Gaya Hidup Terhadap Sikap Hidup Hemat Siswa MA Negeri II Kota Batu Malang." Dalam *jurnal National Conference On Economic Education*, (Malang: Universitas Negeri Malang, 2016), h. 10

dalam kehidupan sehari-hari anak. Selain mengajarkan hemat dalam penggunaan uang, penting juga untuk mengajarkan hemat dalam penggunaan energi listrik dan air. Orang tua harus memberikan contoh yang baik dan pemahaman yang jelas tentang konsep memadai dan tidak berlebihan dalam keinginan mereka.

Dengan demikian, anak-anak akan terlatih untuk menggunakan logika mereka dalam mempertimbangkan setiap keputusan yang diambil, terutama dalam membedakan antara keinginan dan kebutuhan. Hal ini akan membantu anak-anak memahami mana yang harus menjadi prioritas dalam kehidupan mereka.⁶⁵

Salah satu aspek penting dalam pendidikan ini adalah mengajarkan nilai-nilai seperti disiplin, tanggung jawab, dan kemandirian. Generasi muda perlu memahami bahwa pencapaian tujuan jangka panjang dan kebahagiaan yang berkelanjutan memerlukan pengorbanan dan kerja keras, bukan hanya pencarian gratifikasi segera. Mereka perlu diberdayakan untuk mengembangkan ketahanan diri dan kemampuan untuk menolak godaan-godaan hedonis yang mungkin menghalangi perkembangan mereka sebagai individu yang tangguh.⁶⁶

Selain itu, pendidikan tentang dampak negatif dari hidup hedonis juga penting. Generasi muda harus diberi pemahaman yang kuat tentang konsekuensi-konsekuensi dari perilaku-perilaku yang didorong oleh keinginan akan kesenangan sesaat. Ini termasuk efek buruknya terhadap kesehatan fisik dan mental, hubungan interpersonal, serta stabilitas keuangan. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang risiko-risiko ini, mereka akan lebih mampu membuat pilihan yang bijaksana dalam kehidupan mereka.⁶⁷

Terakhir, pendidikan ini juga harus mempromosikan nilai-nilai seperti empati, kepedulian, dan kontribusi kepada masyarakat. Ketika generasi muda mengembangkan rasa kepedulian terhadap orang lain dan memahami pentingnya berkontribusi pada kebaikan bersama, mereka akan lebih mungkin untuk menemukan kebahagiaan yang berkelanjutan dalam kehidupan mereka. Hal ini dapat membantu mengalihkan fokus dari pencarian kepuasan pribadi yang instan menuju kegiatan-kegiatan yang memberikan makna dan memperkaya kehidupan mereka secara menyeluruh.⁶⁸

Dengan pendidikan yang tepat dan holistik, kita dapat membantu generasi kita untuk menjauhkan diri dari godaan hidup hedonis dan menuju kehidupan yang lebih bermakna, berkelanjutan, dan memuaskan. Ini bukan hanya untuk kebaikan individu, tetapi juga untuk kebaikan bersama masyarakat yang lebih luas.

⁶⁵ Andi Aslidah. "Strategi Orang Tua dalam Menanamkan Karakter Hemat pada Anak Sejak Usia Dini." dalam *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, (Samarinda: Universitas Widya Gama Mahakam samarinda, 2022) vol. 3, no. 2, h. 28.

⁶⁶ White, J. "*The frugal life and why we should educate for it.*" dalam *jurnal London Review of Education*. (UK: London, Institute of Education, 2021) h. 9

⁶⁷ Andi Aslidah. "Strategi Orang Tua dalam Menanamkan Karakter Hemat pada Anak Sejak Usia Dini." dalam *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, (Samarinda: Universitas Widya Gama Mahakam samarinda, 2022) vol. 3, no. 2, h. 24

⁶⁸ Habybillah, dkk. "Pengaruh Pendidikan Ekonomi di Lingkungan Keluarga, Status Sosial Ekonomi Orang Tua, dan Financial Literacy Diintermediasi Melalui Gaya Hidup Terhadap Sikap Hidup Hemat Siswa MA Negeri II Kota Batu Malang." Dalam *jurnal National Conference On Economic Education*, (Malang: Universitas Negeri Malang, 2016), h. 8

Menurut John White⁶⁹ Pendidikan untuk hidup hemat dapat diimplementasikan melalui berbagai pendekatan:

- a) Orang Tua Dalam mengasuh anak-anak.

Penting bagi orang tua untuk membentuk sikap yang kokoh dan stabil dalam menikmati aktivitas dan hubungan yang berharga tanpa memerlukan biaya besar. Mereka juga perlu membantu anak-anak menghadapi tekanan dari teman sebaya, iklan, dan penjual untuk mencari barang-barang mahal. Orang tua dapat memberikan contoh dengan mengadopsi praktik hemat energi, seperti mengubah mobil diesel menjadi hibrida, serta mengurangi konsumsi daging sapi.

- b) Sekolah-sekolah dapat bekerja sama dengan orang tua.

Untuk memperluas pendidikan di rumah dengan mengenalkan anak-anak pada berbagai aktivitas intrinsik yang murah dan berharga, termasuk kegiatan akademis, praktis, kreatif, dan olahraga. Sekolah dapat menyediakan kursus pendek di berbagai bidang ini, dan memberikan kesempatan kepada siswa yang tertarik untuk mengejar minatnya di luar kurikulum wajib. Selain itu, sekolah juga dapat menyelenggarakan kursus dasar tentang manajemen keuangan untuk membantu siswa mengatur keuangan mereka dengan baik.

- c) Diskusi kelas tentang berbagai isu terkait hidup hemat.

Diskusi kelas tentang tema hemat juga penting, termasuk pertanyaan tentang apa itu frugalitas, pertimbangan yang mendukung atau menentang hidup hemat, dan langkah-langkah praktis yang dapat diambil oleh individu, sekolah, pemerintah, dan lembaga lain untuk mempromosikan gaya hidup hemat. Selain itu, aspek-aspek lebih luas dari kehidupan sekolah seperti pemasangan panel surya, pengelolaan ruang perpustakaan yang nyaman, penanaman taman sekolah, penawaran opsi vegetarian di kantin, kebijakan seragam, dan penggunaan kendaraan listrik juga dapat menjadi bagian dari pendidikan tentang hidup hemat.⁷⁰

Implementasi selanjutnya yang dapat dilakukan oleh orangtua untuk mencegah gaya hidup hedonis untuk menerapkan gaya *Frugal Living* pada anak diantaranya :⁷¹

- a) Mengawasi penggunaan media sosial.

Orangtua perlu memperhatikan penggunaan media sosial anak, karena media sosial sering kali menjadi influencer utama dalam membentuk persepsi remaja terhadap gaya hidup. Konten yang menampilkan gaya hidup mewah dan hedonis dapat mengubah pola pikir remaja tentang kesenangan sebagai kebutuhan utama, sehingga pembatasan dan pengawasan penggunaan media sosial menjadi penting.

- b) Mempertimbangkan pemberian reward.

Pemberian reward atau hadiah kepada anak sebagai bentuk apresiasi perlu dipertimbangkan dengan matang. Hal ini agar pemberian reward tidak menjadi

⁶⁹ White, J. "The frugal life and why we should educate for it." dalam jurnal *London Review of Education*. (UK: London, Institute of Education, 2021) h. 10

⁷⁰ White, J. "The frugal life and why we should educate for it." dalam jurnal *London Review of Education*. (UK: London, Institute of Education, 2021), h. 11

⁷¹ Taylor-Hough, Deborah. "Frugal Living For Dummies" (Canada: Wiley Publishing, Inc., Indianapolis, Indiana, 2003), hal. 18

pemicu gaya hidup hedonis. Reward sebaiknya diberikan sebanding dengan usaha dan hasil yang diperoleh anak, serta tidak diberikan semata-mata karena sedang tren atau untuk menunjukkan status sosial.

c) Menjadi teladan terbaik.

Orangtua harus menjadi teladan yang baik bagi anak dengan menunjukkan pola hidup sederhana, kerja keras, rasa syukur, dan nilai-nilai positif lainnya. Hindari terjebak dalam gaya hidup sosialita yang dapat menjadi contoh hedonis bagi anak.

d) Menghindari fasilitas full service.⁷²

Orangtua perlu mengajarkan kepada anak bahwa tidak semua keinginan mereka dapat dipenuhi. Anak perlu belajar untuk berusaha, menabung, atau mengajukan syarat tertentu untuk mendapatkan sesuatu yang mereka inginkan. Ini bertujuan untuk mengajarkan anak tentang pentingnya menyusun skala prioritas antara keinginan dan kebutuhan.

e) Menjadikan "berbagi" kegiatan rutin.

Berbagi dapat mengajarkan anak tentang empati, rasa syukur, dan mengurangi sikap hidup bermewah-mewahan. Orangtua dapat mengajak anak untuk melakukan kegiatan berbagi, baik berupa uang, makanan, atau waktu, sebagai cara untuk mengajarkan anak tentang pentingnya tidak menjadi individualistik dan memahami kebutuhan orang lain.⁷³

Pendekatan ini adalah memberikan pemahaman kepada anak-anak bahwa uang yang mereka terima tidak selalu harus langsung digunakan untuk belanja atau hiburan semata. Mereka diperkenalkan pada konsep bahwa bagian dari uang yang mereka terima sebaiknya dialokasikan untuk membantu orang lain, disimpan untuk keperluan masa depan, dan diinvestasikan untuk mencapai tujuan hidup jangka panjang mereka.

Dengan pendekatan ini, anak-anak secara bertahap belajar untuk menghargai nilai-nilai seperti berbagi dengan orang lain yang membutuhkan, menabung untuk keperluan yang lebih besar di masa mendatang, dan merencanakan langkah-langkah untuk mencapai impian dan tujuan hidup mereka. Mereka tidak hanya diajari tentang pentingnya mengelola uang secara bertanggung jawab, tetapi juga memahami konsep bahwa uang bisa menjadi alat untuk mencapai kebaikan dan membangun masa depan yang lebih baik.

Selanjutnya, Pendekatan ini tidak hanya membantu anak-anak dalam pengelolaan keuangan mereka, tetapi juga memperkuat nilai-nilai positif seperti empati, keberanian untuk bermimpi besar, dan tanggung jawab sosial. Dengan demikian, anak-anak tidak hanya menjadi lebih sadar akan pentingnya mengelola uang secara bijaksana, tetapi juga memperoleh landasan moral yang kuat untuk

⁷² Andi Aslidah. "Strategi Orang Tua dalam Menanamkan Karakter Hemat pada Anak Sejak Usia Dini." dalam *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, (Samarinda: Universitas Widya Gama Mahakam samarinda, 2022) vol. 3, no. 2, h. 28

⁷³ ismail, M. "Hedonisme dan Pola Hidup Islam" dalam *Jurnal Ilmiah Islamic Resources* (Makassar: FAI-UMI, 2019) vol. 16, no. 2, h. 202-203

membentuk hubungan yang lebih seimbang dan berkelanjutan dengan uang di masa depan.⁷⁴

Di bawah ini adalah langkah-langkah untuk mengatur keuangan dan menjaga kendali atas situasi finansial :

- a) Ingatlah bahwa hidup bukan hanya tentang saat ini. Melakukan gaya hidup hemat bukan hanya untuk kebaikan diri sendiri, tetapi juga untuk keberlangsungan masa depan generasi mendatang.⁷⁵
- b) Tetapkan Tujuan Keuangan, mulailah dengan menetapkan tujuan keuangan yang jelas dan terukur. Tujuan ini bisa mencakup pembayaran utang, menabung untuk kebutuhan mendesak, atau investasi jangka panjang
- c) Buat anggaran, Buatlah anggaran yang mencakup penghasilan dan pengeluaran secara rinci. dengan mengetahui pendapatan dan biaya Anda, Anda dapat mengelola keuangan dengan lebih efektif.
- d) Pantau Pengeluaran, selalu pantau pengeluaran dan pastikan bahwa mereka sesuai dengan anggaran yang telah ditetapkan. Catat setiap pembelian untuk memastikan tidak menghabiskan lebih dari yang direncanakan.
- e) Evaluasi dan sesuaikan, rutin tinjau kembali anggaran dan kemajuan keuangan Anda. Sesuaikan strategi Anda sesuai dengan perubahan situasi atau tujuan keuangan baru yang muncul.
- f) Simpan catatan tertulis tentang semua pengeluaran harian,⁷⁶ bahkan yang remeh seperti kopi atau permen karet. Proses mencatat setiap pembelian membantu Anda memahami secara jelas arah aliran uang Anda dan dapat mencegah pengeluaran impulsif.
- g) Batasi penggunaan kartu kredit untuk setiap pembelian dan hindari membawa banyak uang tunai kecuali jika memang diperlukan.⁷⁷ Ini membantu mengurangi godaan untuk belanja berlebihan. Untuk menjadi pembeli yang cerdas, perhatikan sikap pembelian dan keputusan Anda dengan cermat. Carilah peluang penawaran dan diskon yang dapat membantu Anda menghemat uang saat berbelanja. Tawar-menawar dan diskon seringkali merupakan pilihan terbaik karena mereka memberikan kesempatan untuk memperoleh barang dengan harga lebih terjangkau. Dengan bernegosiasi harga atau memanfaatkan diskon, Anda dapat mengurangi pengeluaran Anda secara signifikan. Namun, ingatlah untuk tidak tergoda oleh belanja online secara impulsif. Meskipun berbelanja online seringkali menawarkan harga yang menarik dan kenyamanan yang tak tertandingi, hindarilah godaan untuk membeli barang hanya karena harga murah atau karena bersenang-senang. Sebelum melakukan pembelian online,

⁷⁴ Taylor-Hough, Deborah. *“Frugal Living For Dummies”* (Canada: Wiley Publishing, Inc., Indianapolis, Indiana, 2003), hal. 20

⁷⁵ White, J. *“The frugal life and why we should educate for it.”* dalam jurnal *London Review of Education*. (UK: London, Institute of Education, 2021), h. 9

⁷⁶ Erika Indahsari, “Dampak Pembelajaran Ekonomi Terhadap Sikap Hidup Hemat Pada Siswa Kelas XI MAN Pasuruan”, *Skripsi* pada UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. H. 20

⁷⁷ Taylor-Hough, Deborah. *“Frugal Living For Dummies”* (Canada: Wiley Publishing, Inc., Indianapolis, Indiana, 2003), hal. 18

pertimbangkan dengan hati-hati apakah barang yang ingin Anda beli benar-benar diperlukan dan sesuai dengan anggaran Anda. Dengan memperhatikan sikap pembelian Anda dengan cermat, Anda dapat menjadi pembeli yang bijaksana dan mengelola keuangan Anda.⁷⁸

- h) Siapkan dana kecil berupa uang tambahan sebagai uang saku Anda. Anda dapat membuat rekening khusus untuk pengeluaran diskresi atau menggunakan sistem amplop untuk mengatur uang saku Anda.

Frugal living memiliki dampak positif yang signifikan dalam mendukung gaya hidup zero waste, di mana konsep ini bertujuan untuk mengurangi penumpukan sampah plastik dan dampak negatifnya terhadap lingkungan. Prinsip-prinsip reuse, reduce, dan recycle yang mendasari gaya hidup zero waste menjadi inti dari frugal living :

- a) Dengan menanamkan prinsip reuse, individu yang menjalani gaya hidup *frugal* cenderung menggunakan kembali barang-barang yang sudah dimiliki atau memperbaiki barang yang rusak daripada langsung membeli yang baru. Hal ini mengurangi limbah yang dihasilkan oleh pembuangan barang-barang yang masih dapat digunakan.
- b) konsep reduce dalam gaya hidup zero waste mendorong pengurangan penggunaan barang konsumsi yang berlebihan. Orang yang hidup secara hemat cenderung lebih selektif dalam membeli barang-barang baru dan meminimalkan pemborosan. Dengan demikian, mereka mengurangi permintaan terhadap produk-produk yang dikemas dengan plastik atau bahan lain yang sulit terurai.
- c) *frugal living* juga mempromosikan prinsip recycle dengan mengoptimalkan penggunaan kembali barang-barang yang sudah tidak dapat digunakan lagi untuk mengurangi limbah. Individu yang menjalani gaya hidup ini mungkin lebih cenderung untuk memisahkan dan mendaur ulang sampah mereka, serta mencari cara kreatif untuk menggunakan kembali bahan-bahan yang sudah ada.⁷⁹

Dengan mengubah satu kebiasaan pada satu waktu, akan meningkatkan situasi keuangan dalam jangka waktu yang relatif singkat. Penting untuk memberikan waktu yang cukup bagi kebiasaan baru untuk tertanam, kira-kira sebulan, sebelum mencoba mengubah kebiasaan lainnya. Dengan konsistensi dan kesabaran, Anda dapat membangun kebiasaan keuangan yang lebih baik dan mengurangi stres dalam mengelola keuangan.⁸⁰

Beberapa poin di atas dapat disimpulkan bahwa Implementasi gaya hidup hemat atau frugal living melibatkan serangkaian langkah praktis dan sikap mental yang membantu individu mengelola keuangan mereka secara bijaksana. Langkah pertama adalah membuat anggaran yang rinci untuk pendapatan dan pengeluaran

⁷⁸ Pierce, A. "*Frugal Living: How to Save Money and Live On a Budget*". (Washington: Speedy Publishing LLC, 2013), h. 4.

⁷⁹ Erika Indahsari, "Dampak Pembelajaran Ekonomi Terhadap Sikap Hidup Hemat Pada Siswa Kelas XI MAN Pasuruan", *Skripsi* pada UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. H. 23

⁸⁰ ismail, M. "Hedonisme dan Pola Hidup Islam" dalam *Jurnal Ilmiah Islamic Resources* (Makassar: FAI-UMI, 2019) vol. 16, no. 2, h. 200

bulanan, sehingga individu dapat mengidentifikasi area-area di mana mereka dapat menghemat uang dan menetapkan prioritas keuangan yang sesuai.

Selanjutnya, strategi hemat melibatkan kesadaran dalam setiap tindakan yang diambil, dengan mempertimbangkan dampaknya terhadap keuangan pribadi. Ini termasuk pengambilan keputusan yang terencana dan berpikir jernih untuk menghindari perilaku pemborosan.⁸¹

Berhemat juga berarti memberikan prioritas pada kebutuhan yang lebih penting, serta menghindari pembelian impulsif dan pengeluaran yang tidak perlu. Dengan fokus pada pengurangan pengeluaran, seseorang dapat meningkatkan tabungan dan kondisi keuangan secara keseluruhan.

Frugality juga mencakup literasi keuangan, yang melibatkan pemahaman konsep-konsep perbankan, investasi, dan manajemen keuangan pribadi. Pendidikan literasi keuangan sebaiknya dimulai sejak dini, baik di tingkat pendidikan anak usia dini maupun Sekolah Dasar, untuk membentuk pola pikir mereka tentang pentingnya pemahaman dan pengelolaan keuangan dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam implementasi *frugal living*, penting juga untuk memprioritaskan kebutuhan daripada keinginan, menumbuhkan kreativitas dalam memanfaatkan sumber daya yang sudah dimiliki, dan mengajarkan nilai-nilai frugal kepada generasi muda. Orang tua dan sekolah dapat berperan dalam mengajarkan anak-anak tentang manajemen keuangan, hidup hemat, dan dampak negatif dari hidup hedonis. Dengan menerapkan langkah-langkah praktis ini, individu dapat membangun kestabilan finansial, mengurangi stres keuangan, dan mencapai kesejahteraan finansial jangka panjang.

C. Tujuan Dan Manfaat *Frugal Living*

1. Tujuan *Frugal Living*

Frugal living, sebagai sebuah filosofi kehidupan, mengusung serangkaian nilai dan tujuan yang bertujuan untuk membawa manfaat yang berkelanjutan bagi individu dan masyarakat secara keseluruhan. Salah satu tujuan utama dari *frugal living* adalah mengelola keuangan dan sumber daya secara bijaksana guna mencapai stabilitas finansial yang kokoh.⁸² Dengan mengendalikan pengeluaran dan meningkatkan tabungan, individu atau keluarga dapat merencanakan masa depan mereka dengan lebih baik, mengurangi stres keuangan, serta menghindari jebakan hutang yang berkepanjangan.⁸³

Kemampuan untuk hidup hemat dan tidak boros memungkinkan seseorang untuk menabung atau berinvestasi, membuka peluang untuk meraih keamanan finansial di masa depan. Dengan memiliki tabungan atau investasi, individu akan

⁸¹ White, J. "The frugal life and why we should educate for it." dalam jurnal *London Review of Education*. (UK: London, Institute of Education, 2021), h. 12

⁸² Aida Musbiratuzzahro, "konsep hemat menurut badiuzzaman annursi dalam kitab *Al-Lama'at* dan korelasinya terhadap tren *frugal living*", *Skripsi* pada UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, h. 2.

⁸³ Aida Musbiratuzzahro, "konsep hemat menurut badiuzzaman annursi dalam kitab *Al-Lama'at* dan korelasinya terhadap tren *frugal living*", *Skripsi* pada UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, h. 3.

merasa lebih aman dan lebih siap menghadapi tantangan keuangan yang mungkin muncul.⁸⁴

Selain itu, *frugal living* juga berusaha untuk mengurangi pemborosan dan konsumsi yang berlebihan, dengan harapan dapat membantu melindungi lingkungan. Dengan membatasi konsumsi barang-barang yang tidak diperlukan, *frugal living* berkontribusi pada pengurangan jejak karbon dan limbah, membantu menjaga keberlangsungan lingkungan hidup bagi generasi mendatang.

Tujuan selanjutnya yaitu meraih kesejahteraan hidup dalam mengelola keuangan, dengan cara mengelola keuangan dengan baik, keuangan akan mendapatkan keterampilan dan pengetahuan yang memungkinkan seseorang untuk mengelola keuangan mereka dengan efektif, mencapai kualitas hidup yang lebih baik, dan mencapai kesejahteraan jangka panjang. Konsep pengelolaan keuangan sangat terkait dengan tujuan *frugal living*, yang bertujuan untuk mengelola uang dengan bijaksana, menghindari pemborosan, dan mencapai kestabilan finansial⁸⁵

Dengan mengelola keuangan yang baik, individu dapat lebih memahami bagaimana mengelola uang mereka dengan efektif, memprioritaskan pengeluaran yang penting, dan menghindari pengeluaran yang tidak perlu. Ini sesuai dengan prinsip-prinsip *frugal living*, yang mendorong untuk hidup sederhana, hemat, dan fokus pada kebutuhan yang esensial.

Dengan demikian, literasi keuangan dapat menjadi alat yang kuat dalam mencapai tujuan *frugal living*. Dengan memiliki pengetahuan dan keterampilan yang cukup tentang keuangan, individu dapat membuat keputusan yang lebih cerdas dalam pengelolaan uang mereka, memprioritaskan tabungan dan investasi, dan menghindari utang yang tidak perlu. Ini semua sejalan dengan prinsip-prinsip *frugal living* yang mengutamakan kebijaksanaan dalam pengeluaran dan memaksimalkan nilai dari setiap harta yang dihabiskan.⁸⁶

Namun, *frugal living* bukan hanya tentang aspek finansial, tetapi juga mencakup nilai-nilai yang lebih mendalam dalam kehidupan sehari-hari. Melalui gaya hidup hemat ini, individu atau keluarga diajak untuk fokus pada hal-hal yang benar-benar penting dalam hidup, seperti kebahagiaan, kesehatan, dan hubungan interpersonal yang bermakna. Dengan mengurangi penekanan pada kepemilikan barang-barang material atau pencarian kesenangan instan, *frugal living* mengajak untuk merenungkan dan mengevaluasi prioritas hidup yang sejati.

Selanjutnya, menerapkan gaya hidup *frugal* juga dapat membantu individu mengembangkan keterampilan finansial, kreativitas, dan kemandirian. Dengan belajar cara mengelola sumber daya yang terbatas secara efektif, individu dapat memperoleh keahlian yang berharga dalam pengelolaan keuangan dan penghematan.

⁸⁴ Siti Falihatul Muslihah, "Konsep *Frugal Living* dalam Al-Qur'an (Studi Tematik), *skripsi* pada Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saiufuddin Zuhri Purwokerto, 2023, h. 45

⁸⁵ Yushita, A. N. "Pentingnya Literasi Keuangan bagi Pengelolaan Keuangan Pribadi." *Jurnal Nominal*, (Jogjakarta: Universitas Negeri Yogyakarta, 2017) Volume VI, Nomor 1, h. 16

⁸⁶ Warsono. "Prinsip-Prinsip dan Praktik Keuangan Pribadi", dalam jurnal *Science*, (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2010), volume 13 Nomor 2, h.5

Selain itu, dengan mencari solusi kreatif untuk memenuhi kebutuhan mereka tanpa mengeluarkan biaya yang besar, individu dapat mengasah kreativitas mereka dalam menemukan cara-cara baru untuk memanfaatkan apa yang ada.⁸⁷

Seiring dengan mengubah pola pikir, hidup hemat juga melibatkan kreativitas dalam mencari solusi untuk memenuhi keinginan kita tanpa harus mengorbankan stabilitas keuangan. Dengan menanyakan pertanyaan seperti "Bagaimana saya bisa mencapainya dengan cara yang lebih hemat?", kita dapat menemukan cara baru untuk mencapai tujuan kita tanpa harus merasa terbebani secara finansial. Jadi, hidup hemat sebenarnya adalah tentang memberdayakan diri kita sendiri untuk hidup secara lebih bijaksana secara finansial tanpa harus mengorbankan kenikmatan hidup.⁸⁸

Selanjutnya, *frugal living* mempunyai tujuan hidup sederhana, memudahkan seseorang untuk bersyukur atas apa yang dimiliki. Dengan memfokuskan perhatian pada hal-hal yang sudah ada daripada menginginkan lebih, individu akan melihat nilai dan keberlimpahan dalam kehidupan mereka yang mungkin sebelumnya terabaikan.

Hidup sederhana juga membawa ketenangan dan kebahagiaan karena adanya rasa cukup (*qona'ah*) dan sikap tidak terlalu terikat pada dunia materi (*zuhud*). Dengan tidak terlalu membandingkan hidup mereka dengan orang lain, individu akan menemukan kepuasan dalam apa yang mereka miliki dan tidak terjebak dalam siklus tidak puas.⁸⁹

Selanjutnya, gaya hidup sederhana membantu mengurangi stres dan kecemasan. Dengan mengurangi keinginan untuk memiliki lebih banyak barang atau mencapai status sosial tertentu, individu dapat mengalami kedamaian dalam pikiran dan jiwa. Hal ini membuka ruang bagi kesadaran, refleksi, perhatian, dan kenikmatan dalam hidup sehari-hari.

Dalam hal emosi positif, hidup sederhana dapat meningkatkan tingkat kegembiraan dan kedamaian seseorang. Dengan fokus pada hal-hal yang sederhana dan penting dalam hidup, individu cenderung lebih mudah merasa bahagia dan puas dengan apa yang mereka miliki, tanpa terlalu dipengaruhi oleh tekanan atau keinginan yang berlebihan.

Selain itu, hidup sederhana juga berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan mental dan emosional. Gaya hidup ini mendorong individu untuk mencari kebahagiaan dalam hal-hal yang bersifat batiniah, seperti pengalaman yang berarti, hubungan sosial yang mendalam, dan penghargaan terhadap keindahan alam. Dengan membebaskan diri dari ketergantungan pada pencapaian materi dan kepuasan

⁸⁷ Warsono. "Prinsip-Prinsip dan Praktik keuangan Pribadi", dalam jurnal *Science*, (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2010), volume 13 Nomor 2, h.8

⁸⁸ Green, A. "*Frugal Living Made Easy: A Guide to Simple Living*". (Washington: Speedy Publishing LLC). Halaman 7.

⁸⁹ Zaitun Qurratul Aini. "Hidup Sederhana Menurut Al-Qur'an (Studi Tafsir Tematik)." Tesis pada UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, 2023, h. 35

eksternal, individu dapat menemukan kebahagiaan yang lebih tahan lama dan bermakna.⁹⁰

Dari paparan di atas, terdapat beberapa tujuan yang dianggap paling penting dalam konteks *frugal living*:⁹¹

- a) Mengelola keuangan secara bijaksana, salah satu tujuan utama *frugal living* adalah mengelola keuangan dan sumber daya secara cerdas untuk mencapai stabilitas finansial yang kokoh. Hal ini mencakup mengendalikan pengeluaran, meningkatkan tabungan, dan menghindari utang yang tidak perlu.
- b) Melindungi lingkungan, *frugal living* juga bertujuan untuk mengurangi pemborosan dan konsumsi berlebihan dengan harapan dapat membantu melindungi lingkungan. Dengan membatasi konsumsi barang-barang yang tidak diperlukan, *frugal living* berkontribusi pada pengurangan jejak karbon dan limbah, serta menjaga keberlangsungan lingkungan hidup bagi generasi mendatang.
- c) Meraih kesejahteraan hidup, tujuan lainnya adalah mencapai kesejahteraan hidup melalui pengelolaan keuangan yang baik. Dengan mengelola keuangan dengan bijaksana, individu dapat mencapai kualitas hidup yang lebih baik dan mencapai kestabilan finansial jangka panjang.⁹²
- d) Pengembangan keterampilan dan kreativitas, *frugal living* juga bertujuan untuk membantu individu mengembangkan keterampilan finansial, kreativitas, dan kemandirian. Dengan belajar cara mengelola sumber daya secara efektif dan mencari solusi kreatif untuk memenuhi kebutuhan tanpa mengeluarkan biaya yang besar, individu dapat memperoleh keahlian berharga dan mengasah kreativitas mereka.
- e) Hidup sederhana dan bersyukur, salah satu tujuan yang penting dari *frugal living* adalah hidup sederhana dan bersyukur atas apa yang dimiliki. Dengan memfokuskan perhatian pada hal-hal yang sudah ada daripada menginginkan lebih, individu dapat merasa puas dan menemukan kebahagiaan dalam kehidupan mereka.
- f) konsumen *frugal* lebih memprioritaskan tujuan jangka panjang daripada jangka pendek. Mereka memiliki visi yang jelas tentang apa yang ingin mereka capai dalam jangka waktu yang lebih panjang, dan membuat keputusan finansial berdasarkan pada pencapaian tujuan jangka panjang tersebut.⁹³
- g) Terakhir, keterampilan manajemen keuangan yang baik seperti pembuatan anggaran, pelacakan pengeluaran, dan pengelolaan utang secara efektif, menjadi

⁹⁰ Wahyudi, Jodi, dan Desiyana. "Mengukir Kebahagiaan dalam Pola Hidup Sederhana, Mungkinkah?" dalam *Jurnal Manajemen Pendidikan*, . (Palembang: Universitas Islam Negeri Raden Fatah, 2023), Vol. 01, No. 01, h. 210

⁹¹ Zaitun Qurratul Aini. "Hidup Sederhana Menurut Al-Qur'an (Studi Tafsir Tematik)." *Tesis* pada UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, 2023, h. 35

⁹² Wahyudi, Jodi, dan Desiyana. "Mengukir Kebahagiaan dalam Pola Hidup Sederhana, Mungkinkah?" dalam *Jurnal Manajemen Pendidikan*, . (Palembang: Universitas Islam Negeri Raden Fatah, 2023), Vol. 01, No. 01, h. 210

⁹³ Green, A. "*Frugal Living Made Easy: A Guide to Simple Living*". (Washington: Speedy Publishing LLC). Halaman 7.

pondasi dalam hidup hemat. Individu yang memiliki keterampilan ini dapat mengontrol pengeluaran mereka dengan lebih baik, mengelola keuangan secara efisien, dan mencapai stabilitas finansial dalam jangka panjang.

Berdasarkan paparan di atas, tujuan yang paling penting dari *frugal living* adalah mengelola keuangan secara bijaksana, melindungi lingkungan, dan mencapai kesejahteraan hidup secara holistik. Namun, setiap individu mungkin memiliki prioritas yang berbeda sesuai dengan nilai-nilai dan kebutuhan mereka sendiri.

2. Manfaat *Frugal Living*

Menjalani gaya hidup hemat seperti *frugal living* membawa banyak manfaat yang signifikan. Pertama, akan mulai menghargai dengan lebih mendalam apa yang sudah dimiliki. Ini membantu untuk bersyukur atas sumber daya yang ada dan memanfaatkannya secara optimal, daripada membuang-buang barang yang masih berguna.

Dengan memahami apa yang benar-benar penting bagi kita, kita dapat fokus pada hal-hal yang memberikan nilai dan kebahagiaan sejati dalam hidup. Di sisi lain, kita juga dapat mengurangi atau bahkan menghilangkan pengeluaran yang kurang penting atau tidak memberikan kontribusi signifikan terhadap kualitas hidup kita. Ini bukanlah tentang menolak keinginan kita, tetapi tentang menemukan cara-cara alternatif untuk mencapainya dengan lebih hemat.⁹⁴

Hidup hemat juga membantu kita untuk tidak terjebak dalam sikap glamour atau pamer di hadapan orang lain. Dengan fokus pada kebutuhan esensial dan menghindari konsumsi berlebihan, kita dapat menumbuhkan sikap rendah hati dan mengurangi dorongan untuk menunjukkan kemewahan atau status kepada orang lain. Ini membantu menjaga kesucian hati dan menjauhkan kita dari kecenderungan riya' atau memamerkan kekayaan. Hal ini dapat menghilangkan kesenjangan sosial dan memungkinkan kita untuk lebih merangkul kesamaan dan kebersamaan di antara kita semua. Dengan demikian, hidup secara hemat tidak hanya membawa keberkahan dalam hidup individu, tetapi juga menciptakan ikatan sosial yang lebih kuat dan lebih berarti di antara masyarakat.⁹⁵

Selain itu, *frugal living* juga membuka peluang untuk mengeksplorasi pengalaman baru, cenderung lebih memilih pengalaman daripada kepemilikan benda. Melalui kegiatan seperti mendaki gunung, berlibur ke pantai, atau bermain permainan papan dengan keluarga atau teman, memperoleh kenangan berharga yang dapat membawa kebahagiaan jangka panjang, berbeda dengan kebahagiaan sementara dari membeli barang baru.⁹⁶

⁹⁴ Wahyudi, Jodi, dan Desiyana. "Mengukir Kebahagiaan dalam Pola Hidup Sederhana, Mungkinkah?" dalam Jurnal *Manajemen Pendidikan*, 2023. (Palembang: Universitas Islam Negeri Raden Fatah), Vol. 01, No. 01, h. 45

⁹⁵ Dessy Nur Isna Inayati, Isnawati Jamilah, Agus Eko Sujianto, "Penerapan Konsep *Frugal Living* dalam Perencanaan Keuangan Pribadi," dalam Jurnal *Social Science Research*, (Tulungagung: UIN Sayyid Ali Rahmatullah, 2024), vol. 4, no. 1, h. 12

⁹⁶ Aida Musbiratuzzahro, "Konsep Hemat Menurut Badiuzzaman an-Nursi dalam Kitab *Al-lama'at* dan korelasinya terhadap tren *frugal living*" *Skripsi* pada UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, h. 10

Salah satu dampak positif lainnya adalah berkurangnya beban utang. Dengan mengadopsi gaya hidup *frugal*, akan merasa lebih leluasa secara finansial karena utang menjadi berkurang. Ini memberi kebebasan untuk memilih profesi dan lokasi yang sesuai dengan keinginan dan kebahagiaan.

Tidak hanya itu, *frugal living* juga membuka pintu untuk memiliki lebih banyak waktu luang. Dengan mengurangi tekanan finansial, tidak perlu bekerja berjam-jam untuk memenuhi kebutuhan hidup, sehingga memiliki lebih banyak waktu untuk mengejar hobi dan kegiatan santai lainnya.⁹⁷

Selain manfaat tersebut, *frugal living* juga membuka peluang untuk pensiun dini. Dengan mengelola keuangan secara bijak dan menyisihkan dana untuk masa pensiun, dapat menikmati masa pensiun dengan lebih nyaman dan tenang, serta memiliki waktu untuk mengeksplorasi hal-hal yang membuat bahagia.

Penggunaan bukti kualitatif dalam menyimpulkan tentang bagaimana konsumen yang menerapkan gaya hidup *frugal* memandang diri mereka sendiri mengungkap beberapa pola perilaku yang khas.⁹⁸

- a) konsumen *frugal* cenderung minim impulsif dalam pembelian mereka. Mereka melakukan pertimbangan yang matang sebelum membeli sesuatu, memastikan bahwa setiap pembelian sesuai dengan kebutuhan dan nilai yang dianggap penting.
- b) konsumen *frugal* juga menunjukkan disiplin dalam pengaturan pengeluaran uang mereka. Mereka memiliki kebiasaan untuk membuat anggaran dan mengikuti rencana keuangan yang telah ditetapkan, sehingga dapat mengontrol pengeluaran mereka dengan lebih efektif.
- c) konsumen *frugal* cenderung kurang tertarik pada persepsi atau pandangan konsumen lain. Mereka lebih fokus pada kebutuhan dan nilai pribadi mereka sendiri, dan tidak terpengaruh oleh tren atau tekanan sosial dalam pengeluaran mereka.
- d) konsumen *frugal* merasa mandiri dalam pengelolaan keuangan mereka. Mereka merasa percaya diri dalam kemampuan mereka untuk mengelola uang dengan bijaksana, dan tidak tergantung pada orang lain untuk memenuhi kebutuhan mereka. Ini mencerminkan sikap mandiri dan tanggung jawab terhadap keuangan pribadi.⁹⁹

⁹⁷ Zaitun Qurratul Aini. "Hidup Sederhana Menurut Al-Qur'an (Studi Tafsir Tematik)." *Tesis* pada UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, 2023, h. 30

⁹⁸ Aida Musbiratuzzahro, "Konsep Hemat Menurut Badiuzzaman an-Nursi dalam kitab *Al-lama'at* dan korelasinya terhadap tren *frugal living*" *Skripsi* pada UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, h. 11

⁹⁹ Aida Musbiratuzzahro, "Konsep Hemat Menurut Badiuzzaman an-Nursi dalam kitab *Al-lama'at* dan korelasinya terhadap tren *frugal living*" *Skripsi* pada UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, h. 3

- e) Mengurangi tingkat stres yang seringkali dipicu oleh masalah keuangan.¹⁰⁰ Banyak orang rentan mengalami stres karena tidak memahami perbedaan antara kebutuhan dan keinginan, sehingga mereka cenderung berutang untuk memenuhi gaya hidup mereka. Namun, hal ini dapat menyebabkan beban pikiran yang berlebihan dan berdampak buruk bagi kesehatan. Dengan menerapkan gaya hidup frugal, seseorang dapat menghindari masalah keuangan dengan mengatur keuangan secara lebih bijak, termasuk membiasakan diri untuk hidup hemat. Ini memungkinkan mereka untuk menyisihkan sebagian uang untuk ditabung, sehingga memiliki cadangan dana untuk keperluan mendesak di masa depan. Selain itu, hidup hemat juga dapat memberikan perasaan puas dan kedamaian, karena seseorang merasa cukup dengan apa yang dimilikinya. Sikap tenang dan bahagia ini juga berdampak positif pada kesehatan mental dan fisik, memungkinkan seseorang untuk menjalani aktivitas sehari-hari dengan lebih maksimal.
- f) Manfaat gaya hidup hemat atau *frugal living* membantu seseorang untuk bersabar ketika situasi keuangan mereka tidak sejalan dengan keinginan mereka. Dalam hal ini, fokus utama adalah mengumpulkan dana terlebih dahulu sebelum membeli barang yang diinginkan. Prinsip ini menekankan pentingnya menghindari berutang karena bertentangan dengan konsep hidup hemat.¹⁰¹

D. Faktor Yang Mempengaruhi Non Frugality Dan Frugality Style

Terdapat beberapa faktor yang memengaruhi pilihan antara gaya hidup yang boros (*non-frugality*) dan gaya hidup hemat (*frugality*). Pertama, aspek psikologis seperti sikap terhadap konsumsi dan pengeluaran memainkan peran kunci. Individu dengan kecenderungan *non-frugality* cenderung memiliki sikap yang lebih permisif terhadap pengeluaran dan cenderung untuk memuaskan keinginan secara impulsif tanpa mempertimbangkan konsekuensi finansialnya secara menyeluruh. Sementara itu, individu yang menganut *frugality style* memiliki kecenderungan untuk lebih disiplin dalam mengelola keuangan mereka, dengan memprioritaskan kebutuhan daripada keinginan, serta memiliki kemampuan untuk menahan diri dalam menghabiskan uang.¹⁰²

Selain faktor psikologis, faktor lingkungan juga berperan penting. Lingkungan sosial, seperti tekanan dari teman sebaya atau pengaruh media sosial, dapat mempengaruhi keputusan konsumsi seseorang. Individu yang terpapar pada budaya konsumtif cenderung lebih mungkin untuk menerapkan gaya hidup *non-frugal*,

¹⁰⁰ Aida Musbiratuzzahro, "konsep hemat menurut badiuzzaman annursi dalam kitab *Al-lama'at* dan korelasinya terhadap tren *frugal living*" *Skripsi* pada UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, h. 3

¹⁰¹ Hariani, Aprilia, "*Frugal Living* Gaya Hidup yang Cocok Untuk Anak Muda" dalam <https://www.pajak.com> diakses pada pukul 11.27, tanggal 29 Oktober 2022.

¹⁰² Habybillah, dkk "Pengaruh Pendidikan Ekonomi di Lingkungan Keluarga, Status Sosial Ekonomi Orang Tua, dan Financial Literacy Diintermediasi Melalui Gaya Hidup Terhadap Sikap Hidup Hemat Siswa MA Negeri II Kota Batu Malang." Dalam jurnal *National Conference On Economic Education*, (Malang: Universitas Negeri Malang, 2016), h.40

sementara individu yang lebih terpapar pada nilai-nilai kesederhanaan dan hemat cenderung memilih *frugality style*.

Selanjutnya, faktor ekonomi juga memainkan peran penting dalam menentukan gaya hidup konsumsi seseorang. Kondisi keuangan pribadi, termasuk pendapatan, hutang, dan tanggungan keuangan lainnya, dapat mempengaruhi apakah seseorang cenderung untuk hidup boros atau hemat. Individu dengan pendapatan lebih tinggi mungkin cenderung untuk mengadopsi gaya hidup non-frugal karena merasa lebih mampu untuk memenuhi keinginan konsumsi mereka, sementara individu dengan pendapatan yang lebih rendah cenderung untuk mengutamakan kebutuhan dasar dan mengadopsi gaya hidup hemat.¹⁰³

Dalam kesimpulan, faktor-faktor seperti aspek psikologis, lingkungan sosial, dan kondisi ekonomi pribadi memainkan peran penting dalam menentukan pilihan antara gaya hidup *non-frugality* dan *frugality style*. Memahami faktor-faktor ini dapat membantu individu untuk membuat keputusan konsumsi yang lebih bijak dan sesuai dengan kondisi keuangan mereka.

Menurut Habybillah,¹⁰⁴ gaya hidup individu atau kelompok dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor internal yang berasal dari dalam diri manusia, dan faktor eksternal yang bersumber dari luar manusia. Faktor internal ini terdiri dari sikap, pengalaman dan observasi, kepribadian, konsep diri, alasan, dan anggapan. Sikap mencerminkan kondisi pikiran dan jiwa seseorang serta dipengaruhi oleh kebiasaan, budaya, dan lingkungan sekitar. Pengalaman dan observasi dari interaksi sosial dapat membentuk pemahaman individu terhadap dunia.

Kepribadian dan konsep diri juga berperan dalam membentuk perilaku seseorang, sedangkan alasan dan anggapan membentuk motif dan ide dalam hidup. Faktor internal mencakup motivasi, kepribadian, dan kepercayaan individu. Misalnya, dengan motivasi yang tinggi untuk mendapatkan penerimaan dari teman-teman mereka atau untuk menonjol dalam lingkungan sosial tertentu mungkin cenderung untuk mengadopsi perilaku konsumtif. Begitu juga dengan kepribadian yang cenderung impulsif atau kepercayaan bahwa kepemilikan barang-barang tertentu akan meningkatkan status sosial mereka.¹⁰⁵

Sementara itu, faktor eksternal mencakup komunitas, keluarga, strata sosial, dan tradisi. Komunitas tempat individu terlibat dapat memberikan pengaruh langsung atau tidak langsung terhadap pandangan dan perilaku seseorang. Keluarga memiliki pengaruh besar dalam membentuk sikap dan gaya hidup individu, terutama pada masa

¹⁰³ Hariani, Aprilia, "*Frugal Living* Gaya Hidup yang Cocok Untuk Anak Muda" dalam <https://www.pajak.com> diakses pada pukul 11.27, tanggal 29 Oktober 2022

¹⁰⁴ Habybillah, dkk "Pengaruh Pendidikan Ekonomi di Lingkungan Keluarga, Status Sosial Ekonomi Orang Tua, dan Financial Literacy Diintermediasi Melalui Gaya Hidup Terhadap Sikap Hidup Hemat Siswa MA Negeri II Kota Batu Malang." Dalam jurnal *National Conference On Economic Education*, (Malang: Universitas Negeri Malang, 2016), h.45

¹⁰⁵ Delyana Rahmawani Pulungan dan Hastina Febriyati, "Pengaruh Gaya Hidup dan Literasi Keuangan terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa", dalam Jurnal *Riset Sains Manajemen*, (Medan: Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara, 2018) vol 2, no 3, h. 103-109

pembentukan karakter anak. Strata sosial dan tradisi dalam masyarakat juga memengaruhi norma, aturan, dan standar yang memengaruhi perilaku individu.

Di sisi lain, faktor eksternal juga memainkan peran besar dalam membentuk perilaku konsumtif remaja. Teman sebaya memiliki pengaruh yang kuat dalam menentukan norma dan nilai-nilai konsumtif. Tekanan dari teman-teman untuk memiliki barang-barang tertentu atau untuk menampilkan gaya hidup tertentu dapat mendorong remaja untuk menghabiskan uang secara tidak bijaksana. Selain itu, kelas sosial, kebudayaan, dan pengaruh keluarga juga berperan dalam membentuk perilaku konsumtif. Misalnya, seseorang yang tumbuh dalam keluarga yang mementingkan status sosial atau mengutamakan kepuasan materi mungkin lebih cenderung untuk mengejar kepemilikan barang-barang mewah atau trendy.¹⁰⁶

Tuntutan pergaulan juga menjadi faktor utama dalam mempengaruhi perilaku konsumtif remaja. Remaja sering kali merasa perlu untuk menyesuaikan diri dengan tren dan standar kecantikan yang ditetapkan oleh lingkungan sosial mereka. Ini dapat menghasilkan pengeluaran yang tidak bijaksana untuk membeli barang-barang yang dianggap bagus atau untuk menampilkan gaya hidup tertentu sebagai ajang pamer atau untuk menarik perhatian dari teman-teman mereka.

Secara keseluruhan, gaya hidup seseorang tercermin dari bagaimana mereka menggunakan waktu dan sumber daya mereka. Ada berbagai gaya hidup yang berbeda, termasuk yang hemat, mandiri, dan kontemporer, yang dipengaruhi oleh faktor-faktor internal dan eksternal. Dengan demikian, perilaku konsumtif diengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal yang saling berinteraksi. Memahami faktor-faktor ini dapat membantu kita untuk mengembangkan pendekatan yang lebih holistik dalam membantu remaja mengelola keuangan mereka dan mengadopsi perilaku konsumsi yang lebih bijaksana.¹⁰⁷

Menurut Amstrong,¹⁰⁸ terdapat beberapa faktor yang memengaruhi gaya hidup seseorang, antara lain sikap, pengalaman dan pengamatan, kepribadian, konsep diri, motif, dan persepsi. Faktor-faktor tersebut dijabarkan sebagai berikut:

- a) Sikap, merujuk pada keadaan jiwa dan pikiran yang mempersiapkan respons terhadap suatu objek, yang dipengaruhi oleh pengalaman dan memengaruhi perilaku secara langsung. Faktor-faktor seperti tradisi, kebiasaan, budaya, dan lingkungan sosial turut memengaruhi sikap seseorang.
- b) pengalaman dan pengamatan, pengalaman yang diperoleh dari tindakan di masa lalu serta pembelajaran melalui pengamatan orang lain dapat membentuk pandangan terhadap suatu objek.

¹⁰⁶ Ulya Sofia Irda "Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Budaya Hidup Hemat Siswa di Sekolah Menengah Atas Cendana Pekanbaru." *Skripsi* pada Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2023, hal. 22

¹⁰⁷ Delyana Rahmawani Pulungan dan Hastina Febriyati, "Pengaruh Gaya Hidup dan Literasi Keuangan terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa", dalam *Jurnal Riset Sains Manajemen*, (Medan: Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara, 2018) vol 2, no 3, h. 110

¹⁰⁸ Desiana, Nikita. "Dinamika Gaya Hidup Hemat di Kalangan Mahasiswa Selama Pandemi COVID-19: Studi pada Mahasiswa di Kelurahan Kampung Baru." *Skripsi* pada Universitas Lampung, 2018, h. 20.

- c) Kepribadian, konfigurasi karakteristik individu dan cara berperilaku yang menentukan perbedaan perilaku antar individu.
- d) Konsep Diri, konsep diri individu merupakan faktor lain yang menentukan kepribadian, dan konsep ini berperan penting dalam hubungan antara konsumen dan citra merek. Bagaimana individu memandang dirinya sendiri memengaruhi minat terhadap suatu objek, dan hal ini akan mempengaruhi cara individu menghadapi masalah dalam hidupnya.
- e) Motif, motif seperti kebutuhan akan rasa aman dan prestise dapat memengaruhi perilaku individu. Jika motif seseorang terhadap kebutuhan akan prestise besar, ini akan membentuk gaya hidup yang cenderung hedonis.
- f) Persepsi, persepsi adalah proses di mana seseorang memilih, mengatur, dan menginterpretasikan informasi untuk membentuk pemahaman tentang dunia.¹⁰⁹

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa gaya hidup merupakan pola hidup seseorang yang tercermin dalam aktivitas, minat, dan pendapatnya. Gaya hidup menggambarkan cara individu berinteraksi dengan lingkungannya, pola perilaku dan interaksi dalam kehidupan sehari-hari, serta pandangan mereka terhadap dunia sekitarnya. Gaya hidup seseorang cenderung tidak permanen dan dapat berubah dengan cepat sesuai dengan perubahan dalam kehidupan mereka. Sebagai contoh, seseorang mungkin dengan cepat mengganti model dan merek pakaian mereka untuk menyesuaikan dengan perubahan dalam kehidupan mereka.¹¹⁰

1. Faktor Yang Mempengaruhi *Non Frugality*

Diantara faktor yang mempengaruhi seseorang menerapkan gaya hidup yang tidak hemat adalah :

- a) Kecenderungan Untuk Melakukan Pembelian Impulsif .¹¹¹

Mencerminkan perilaku konsumtif di mana seseorang cenderung membeli barang secara tiba-tiba atau tanpa pertimbangan yang matang. Hal ini terjadi ketika individu tergoda untuk memuaskan keinginan sesaat tanpa memikirkan dampak atau manfaat jangka panjang dari pengeluaran tersebut. Dalam situasi ini, aspek-aspek seperti nilai, kebutuhan, atau prioritas yang lebih besar sering kali diabaikan demi memenuhi keinginan instan. Akibatnya, pembelian impulsif

¹⁰⁹ Desiana, Nikita. "Dinamika Gaya Hidup Hemat di Kalangan Mahasiswa Selama Pandemi COVID-19: Studi pada Mahasiswa di Kelurahan Kampung Baru." *Skripsi* pada Universitas Lampung, 2018, hal. 20.

¹¹⁰ Nugraheni, "Perbedaan Kecenderungan Gaya Hidup Hedonis Pada Remaja Ditinjau dari Lokasi Tempat Tinggal", *skripsi* pada Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2003, h. 25

¹¹¹ Delyana Rahmawani Pulungan dan Hastina Febriyati, "Pengaruh Gaya Hidup dan Literasi Keuangan terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa", dalam Jurnal *Riset Sains Manajemen*, (Medan: Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara, 2018) vol 2, no 3, h. 112

seringkali mengarah pada pengeluaran yang tidak terencana dan mungkin tidak sesuai dengan situasi keuangan individu secara keseluruhan.¹¹²

b) Pemborosan.

kecenderungan yang menunjukkan seseorang untuk menghabiskan uang secara berlebihan dan tidak terkendali, sering kali tanpa memperhitungkan nilai atau manfaat yang sebenarnya dari pengeluaran tersebut. Ini mencerminkan sikap impulsif dalam mengonsumsi barang atau layanan, di mana individu cenderung tergoda untuk membeli barang-barang yang mungkin tidak mereka butuhkan secara langsung, atau bahkan melebihi kemampuan finansial mereka.

Fenomena ini sering kali terjadi karena dorongan emosional atau sosial, di mana individu merasa perlu untuk memuaskan keinginan atau memperlihatkan status sosial melalui konsumsi materi. Dampaknya bisa sangat merugikan, baik secara finansial maupun psikologis, karena dapat menyebabkan utang berlebihan, stres keuangan, dan kurangnya stabilitas ekonomi dalam jangka panjang. Dengan demikian, perilaku konsumtif yang semata-mata berkisar pada pemborosan belaka dapat mengganggu keseimbangan keuangan dan kesejahteraan individu, serta mempengaruhi kualitas hidup mereka secara keseluruhan.¹¹³

c) Mencari kesenangan

Mencari kesenangan merupakan tindakan untuk memanjakan diri dengan hal-hal yang memberikan kepuasan sesaat, tanpa mempertimbangkan manfaat jangka panjang yang mungkin didapat. Hal ini seringkali mengakibatkan individu terjebak dalam siklus konsumtif di mana mereka hanya fokus pada kepuasan instan tanpa memikirkan konsekuensi di masa depan. Dampak negatif dari perilaku konsumtif ini termasuk kecenderungan untuk menjadi boros, ketergantungan pada pengeluaran yang tidak terencana, dan ketidakpuasan yang terus-menerus meskipun telah mencapai berbagai pencapaian. Dengan demikian, keinginan untuk mencari kesenangan seringkali menghasilkan pola perilaku yang tidak sehat dan berpotensi merugikan bagi stabilitas keuangan dan kesejahteraan secara keseluruhan.¹¹⁴

d) Kurangnya Pemahaman Tentang Keuangan

Kurangnya pemahaman tentang keuangan faktor yang signifikan dalam menyebabkan seseorang tidak hemat dalam pengeluaran mereka. Ketika seseorang tidak memahami pentingnya merencanakan pengeluaran, mengatur anggaran, dan menabung, mereka cenderung memiliki kecenderungan untuk menghabiskan uang tanpa perencanaan yang matang.

Keempat pernyataan tersebut menggambarkan perilaku konsumtif yang dapat merugikan secara finansial dan psikologis. Pembelian impulsif mencerminkan kecenderungan untuk membeli barang secara tiba-tiba tanpa pertimbangan yang matang,

¹¹² Delyana Rahmawani Pulungan dan Hastina Febriyati, "Pengaruh Gaya Hidup dan Literasi Keuangan terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa", dalam Jurnal *Riset Sains Manajemen*, (Medan: Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara, 2018) vol 2, no 3, h. 113

¹¹³ Nugraheni, "Perbedaan Kecenderungan Gaya Hidup Hedonis Pada Remaja Ditinjau dari Lokasi Tempat Tinggal", *skripsi* pada Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2003, h. 26

¹¹⁴ Maulana, I., & Salsabila, O, "Pengaruh Social Media Influencer terhadap Perilaku Konsumtif di Era Ekonomi Digita". *Majalah Ilmiah Bijak*, 17 (1), 2020, hlm. 28-34.

yang seringkali mengarah pada pengeluaran tidak terencana dan tidak sesuai dengan situasi keuangan individu.

Pemborosan menunjukkan kecenderungan untuk menghabiskan uang secara berlebihan dan tidak terkendali, kadang-kadang dipicu oleh dorongan emosional atau sosial untuk memenuhi keinginan atau memperlihatkan status sosial. Mencari kesenangan mencerminkan keinginan untuk memanjakan diri dengan hal-hal yang memberikan kepuasan sesaat tanpa mempertimbangkan dampak jangka panjangnya, yang dapat menghasilkan pola perilaku yang tidak sehat.¹¹⁵

Perilaku ini bisa menyebabkan utang berlebihan, stres keuangan, dan kurangnya stabilitas ekonomi dalam jangka panjang. Selain itu, mereka juga dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis individu karena bisa menyebabkan ketidakpuasan yang terus-menerus meskipun telah mencapai berbagai pencapaian. Oleh karena itu, penting bagi individu untuk mengembangkan kesadaran akan perilaku konsumtif ini dan mengambil langkah-langkah untuk membatasi pembelian impulsif, mengelola pengeluaran dengan bijak, dan menemukan cara alternatif untuk mencapai kepuasan yang lebih berkelanjutan.¹¹⁶

2. Faktor Yang Mempengaruhi *Frugality Style*

Faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang untuk hidup hemat memiliki implikasi yang mendalam terhadap pola perilaku keuangan individu diantaranya

a) Pendidikan dan Kesadaran finansial¹¹⁷

Memainkan peran penting dalam membentuk cara pandang seseorang terhadap manajemen keuangan. Tingkat pendidikan yang tinggi dan pemahaman yang baik tentang keuangan dapat memberikan landasan kuat bagi individu untuk membuat keputusan yang bijaksana dalam pengeluaran mereka. Pendidikan dan kesadaran finansial memegang peranan penting dalam membentuk pandangan seseorang terhadap manajemen keuangan.

Sebuah landasan yang kokoh dalam pemahaman tentang keuangan dapat memberikan keuntungan besar bagi individu dalam membuat keputusan finansial yang bijaksana. Pertama-tama, tingkat pendidikan yang tinggi cenderung berkorelasi dengan pemahaman yang lebih baik tentang konsep-konsep keuangan dasar. Melalui pendidikan formal maupun informal, individu dapat memperoleh pengetahuan tentang manajemen keuangan, termasuk bagaimana membuat anggaran, mengelola utang, dan menabung untuk masa depan.¹¹⁸

b) Budaya dan Lingkungan sosial

¹¹⁵ Ulya Sofia Irda "Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Budaya Hidup Hemat Siswa di Sekolah Menengah Atas Cendana Pekanbaru." *Skripsi* pada Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2023, hal. 25

¹¹⁶ Desiana, Nikita. "Dinamika Gaya Hidup Hemat di Kalangan Mahasiswa Selama Pandemi COVID-19: Studi pada Mahasiswa di Kelurahan Kampung Baru." *Skripsi* pada Universitas Lampung, 2018 h. 26.

¹¹⁷ Nugraheni, "Perbedaan Kecenderungan Gaya Hidup Hedonis Pada Remaja Ditinjau dari Lokasi Tempat Tinggal", *skripsi* pada Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2003, h. 28

¹¹⁸ Nugraheni, "Perbedaan Kecenderungan Gaya Hidup Hedonis Pada Remaja Ditinjau dari Lokasi Tempat Tinggal", *skripsi* pada Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2003, h. 28

Memiliki dampak yang signifikan dalam membentuk kebiasaan hidup hemat. Lingkungan yang mendorong pola konsumsi yang bijaksana dan menghargai pengelolaan keuangan yang baik cenderung mempengaruhi individu untuk mempraktikkan hidup hemat budaya. Konsumsi dalam suatu masyarakat atau lingkungan dapat menciptakan norma dan nilai-nilai yang menghargai hemat dan pengelolaan keuangan yang bertanggung jawab. Misalnya, jika dalam lingkungan sosial seseorang, budaya berbagi dan mempertimbangkan kebutuhan bersama lebih dihargai daripada pencapaian status materi, maka individu cenderung akan lebih condong untuk hidup sederhana dan hemat dalam pengeluaran mereka. Interaksi sosial dengan teman, keluarga, dan anggota komunitas juga memainkan peran penting dalam membentuk kebiasaan hidup seseorang.¹¹⁹

c) Pengalaman Hidup

Berperan penting sebagai pembelajaran yang berharga dalam mengarahkan individu untuk hidup hemat. Pengalaman pribadi atau pengamatan terhadap kesulitan finansial akibat perilaku boros dapat menjadi pelajaran yang kuat bagi seseorang dalam merencanakan dan mengelola keuangan mereka dengan lebih bijaksana di masa depan. Pengalaman hidup memainkan peran penting sebagai pembelajaran yang berharga dalam mengarahkan individu untuk hidup hemat. Pengalaman pribadi atau pengamatan terhadap kesulitan finansial akibat perilaku boros dapat menjadi pelajaran yang kuat bagi seseorang dalam merencanakan dan mengelola keuangan mereka dengan lebih bijaksana di masa depan.¹²⁰

Seringkali, pengalaman langsung menghadapi kesulitan finansial karena perilaku boros atau pengeluaran yang tidak terencana dapat memberikan pelajaran yang tak terlupakan. Misalnya, seseorang yang pernah mengalami kesulitan membayar tagihan atau utang akibat pemborosan uang dapat merasakan dampak negatif secara langsung. Pengalaman ini bisa menjadi titik balik bagi individu untuk memahami pentingnya hidup hemat dan mengubah kebiasaan keuangan mereka.

Selain pengalaman pribadi, pengamatan terhadap orang lain yang menghadapi kesulitan finansial juga dapat menjadi pembelajaran yang berharga. Melihat teman, keluarga, atau orang lain dalam lingkungan sosial yang mengalami masalah keuangan karena perilaku boros dapat menjadi peringatan bagi individu untuk tidak mengulangi kesalahan yang sama. Pengamatan terhadap konsekuensi negatif dari perilaku boros orang lain dapat membantu individu untuk mempertimbangkan secara lebih bijaksana dalam mengelola keuangan mereka sendiri. Pengalaman hidup juga bisa melibatkan pengalaman positif, di mana individu belajar dari keberhasilan dalam mengelola keuangan mereka secara bijaksana. Misalnya, seseorang yang berhasil menabung untuk memenuhi tujuan keuangan tertentu atau menghindari utang yang tidak perlu dapat menjadi contoh inspiratif bagi orang lain.

Pendidikan dan kesadaran finansial, budaya dan lingkungan sosial, serta pengalaman hidup memainkan peran penting dalam membentuk sikap dan perilaku

¹¹⁹ Irfan Maulana, dkk "Pengaruh Social Media Influencer terhadap Perilaku Konsumtif di Era Ekonomi Digital", dalam jurnal *Majalah Ilmiah Bijak*, (Bandung: Universitas Padjajaran, 2020) vol. 17 no. 1, h. 36-37.

¹²⁰ Zaitun Qurratul Aini. "Hidup Sederhana Menurut Al-Qur'an (Studi Tafsir Tematik)." *Tesis* pada UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, 2023, h. 15

finansial seseorang. Melalui pembelajaran dari faktor-faktor tersebut, individu dapat memperoleh wawasan yang berharga tentang pentingnya hidup hemat dan mengelola keuangan dengan bijaksana untuk mencapai kesejahteraan finansial jangka panjang.¹²¹

¹²¹ Irfan Maulana & Jovanna Merseyside br. Manulang, Ossya Salsabila, “Pengaruh Social Media Influencer terhadap Perilaku Konsumtif di Era Ekonomi Digital”, dalam jurnal *Majalah Ilmiah Bijak*, (Bandung: Universitas Padjajaran, 2020) vol. 17 no. 1, h. 36-37.

BAB III

FRUGAL LIVING PERSPEKTIF AL-QUR'AN

A. Kata Kunci Ayat

Dalam Al-Quran, kata *israf* yang berarti berlebihan, dan *zara'a* yang berarti menanam atau bercocok tanam, muncul dalam berbagai konteks. Meskipun banyak ayat yang menggunakan kedua istilah ini, tidak semua secara langsung menghubungkan dengan konsep hidup hemat atau *frugal living*. Namun, ada beberapa ayat yang menunjukkan pentingnya pengelolaan sumber daya dan moderasi dalam hidup, yang berhubungan erat dengan prinsip *frugal living*.

Salah satu ayat menekankan pentingnya mengonsumsi makanan dan minuman dengan cara yang tidak berlebihan. Dalam konteks ini, sikap moderasi sangat dianjurkan, karena berlebihan dalam konsumsi bisa menyebabkan pemborosan dan dampak negatif terhadap diri sendiri maupun orang lain. Ayat ini mengingatkan kita bahwa Allah tidak menyukai perilaku boros, dan dengan menjalani hidup yang lebih sederhana, kita dapat memperhatikan hak-hak orang lain dan menciptakan keseimbangan dalam masyarakat.

Ayat lain menunjukkan bahwa tindakan berlebihan dapat membawa pada kerusakan, baik secara pribadi maupun sosial. Ketika seseorang mengabaikan prinsip pengelolaan yang bijak, hal itu bisa merugikan lingkungan dan sumber daya alam yang seharusnya dijaga. Dalam hal ini, ajaran untuk menghindari *israf* berkaitan erat dengan tanggung jawab sosial dan perlunya menjaga kelestarian lingkungan demi generasi mendatang.

Selain itu, beberapa ayat menggarisbawahi pentingnya menyimpan hasil panen untuk masa depan, yang merupakan prinsip dasar dari *frugal living*. Dengan menyimpan sebagian hasil panen, individu dan masyarakat dapat bersiap menghadapi masa-masa sulit yang mungkin datang. Tindakan ini tidak hanya menunjukkan sikap bijaksana dalam pengelolaan sumber daya, tetapi juga menciptakan ketahanan pangan yang dapat membantu masyarakat bertahan dalam situasi darurat.

Meskipun tidak semua ayat yang mengandung kata *israf* dan *zara'a* langsung berbicara tentang *frugal living*, banyak dari mereka menekankan pentingnya moderasi, pengelolaan yang bijaksana, dan tanggung jawab terhadap sumber daya. Prinsip-prinsip ini, jika diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, dapat membantu menciptakan masyarakat yang lebih berkelanjutan dan sejahtera, di mana setiap individu memiliki peran dalam menjaga keseimbangan dan keberlanjutan lingkungan serta sumber daya yang ada.

Di table ini penulis mencantumkan ayat-ayat *israf* dan *zara'a*, setelah itu penulis memaparkan beberapa ayat saja yang bersinambungan dengan konsep *frugal living*.¹²²

¹²² Zadah Faydhullah Al-Husayni “*Fathurrahman li Thalibil Ayatil Qur'an*” (Bandung : Penerbit diponegoro, 1986.)

a) **سرف** Melampai Batas¹²³

Toha ayat 127	وَكَذَلِكَ نَجْزِي مَنْ أَسْرَفَ وَلَمْ يُؤْمِنِ بِآيَاتِ رَبِّهِ، وَلَعَذَابُ الْآخِرَةِ أَشَدُّ وَأَبْقَىٰ.
Az-Zumar ayat 53	قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ ۚ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا ۗ إِنَّهُ هُوَ الْعَفُورُ الرَّحِيمُ
Al-Isra ayat 33	وَلَا تَقْتُلُوا النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ ۗ وَمَنْ قُتِلَ مَظْلُومًا فَقَدْ جَعَلْنَا لَوْلِيهِ سُلْطَانًا فَلَا يَسْرِفُ فِي الْقَتْلِ ۗ إِنَّهُ كَانَ مَنْصُورًا
Al-Furqon ayat 67	وَالَّذِينَ إِذَا أَنفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا
Al-An'am ayat 141	وَهُوَ الَّذِي أَنشَأَ جَنَّاتٍ مَّعْرُوشَاتٍ وَعَيْرَ مَعْرُوشَاتٍ وَالنَّحْلَ وَالزَّرْعَ مُخْتَلِفًا أَكْمَلُهُ وَالزَّيْتُونَ وَالرُّمَّانَ مُتَشَابِهًا وَعَيْرَ مُتَشَابِهٍ كُلُوا مِن ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَآتُوا حَقَّهُ يَوْمَ حَصَادِهِ وَلَا تُسْرِفُوا ۗ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ
An-Nisa ayat 6	وَابْتَلُوا الْيَتَامَىٰ حَتَّىٰ إِذَا بَلَغُوا النِّكَاحَ فَإِنْ آنَسْتُمْ مِنْهُمْ رُشْدًا فَادْفَعُوا إِلَيْهِمْ أَمْوَالَهُمْ ۗ وَلَا تَأْكُلُوهَا إِسْرَافًا وَبِدَارًا أَنْ يَكْبَرُوا ۗ

¹²³ Zadah Faydhullah Al-Husayni “Fathurrahman li Thalibil Ayatil Qur’an” (Bandung : Penerbit diponegoro, 1986.) h. 212

Ali-Imran ayat 147	<p>وَمَا كَانَ قَوْلُهُمْ إِلَّا أَنْ قَالُوا رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَإِسْرَافَنَا فِي أَمْرِنَا وَثَبِّتْ أَقْدَامَنَا وَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ</p>
Al-Mu'min ayat 28	<p>وَقَالَ رَجُلٌ مُؤْمِنٌ مِنْ آلِ فِرْعَوْنَ يَكْتُمُ إِيمَانَهُ أَتَقْتُلُونَ رَجُلًا أَنْ يَقُولَ رَبِّيَ اللَّهُ وَقَدْ جَاءَكُمْ بِالْبَيِّنَاتِ مِنْ رَبِّكُمْ ۗ وَإِنْ يَكُ كَاذِبًا فَعَلَيْهِ كَذِبُهُ ۗ وَإِنْ يَكُ صَادِقًا يُصِيبُكُمْ بَعْضُ الَّذِي يَعِدُكُمْ ۗ إِنَّ اللَّهَ لَا يَهْدِي مَنْ هُوَ مُسْرِفٌ كَذَّابٌ</p>
Al-mu'min ayat 34	<p>وَلَقَدْ جَاءَكُمْ يُوسُفُ مِنْ قَبْلُ بِالْبَيِّنَاتِ فَمَا زِلْتُمْ فِي شَكِّ مِمَّا جَاءَكُمْ بِهِ ۗ حَتَّىٰ إِذَا هَلَكَ قُلْتُمْ لَنْ يَبْعَثَ اللَّهُ مِنْ بَعْدِهِ رَسُولًا ۚ كَذَلِكَ يُضِلُّ اللَّهُ مَنْ هُوَ مُسْرِفٌ مُرْتَابٌ</p>
Al-a'raf ayat 81	<p>إِنَّكُمْ لَتَأْتُونَ الرِّجَالَ شَهْوَةً مِّنْ دُونِ النِّسَاءِ ۗ بَلْ أَنْتُمْ قَوْمٌ مُّسْرِفُونَ</p>
Al-maidah ayat 32	<p>مِنْ أَجْلِ ذَلِكَ كَتَبْنَا عَلَىٰ بَنِي إِ نْفُسًا بَعِيرٍ نَّفْسٍ أَوْ فَسَادٍ فِي الْأَرْضِ فَكَأَمَّا قَتَلَ النَّاسَ جَمِيعًا وَمَنْ أَحْيَاهَا فَكَأَمَّا أَحْيَا النَّاسَ جَمِيعًا ۗ وَلَقَدْ جَاءَهُمْ رَسُولُنَا بِالْبَيِّنَاتِ ثُمَّ إِنَّ كَثِيرًا مِنْهُمْ بَعْدَ ذَلِكَ فِي الْأَرْضِ لَمُسْرِفُونَ</p>
Az-zukhruf ayat 5	<p>أَفَنَضْرِبُ عَنْكُمْ الذِّكْرَ صَفْحًا أَنْ كُنْتُمْ قَوْمًا مُّسْرِفِينَ</p>

Yunus ayat 12	وَإِذَا مَسَّ الْإِنْسَانَ الضُّرُّ دَعَانَا لِجَنبِهِ أَوْ قَاعِدًا أَوْ قَائِمًا فَلَمَّا كَشَفْنَا عَنْهُ ضُرَّهُ مَرَّ كَأَن لَّمْ يَدْعُنَا إِلَى ضُرِّ مَسَّهُ ۚ كَذَلِكَ زُيِّنَ لِلْمُسْرِفِينَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ
Yunus ayat 83	فَمَا آمَنَ لِمُوسَىٰ إِلَّا ذُرِّيَّةٌ مِّن قَوْمِهِ عَلَىٰ خَوْفٍ مِّن فِرْعَوْنَ وَمَلَئِهِم أَن يَفْتِنَهُمْ ۗ وَإِنَّ فِرْعَوْنَ لَعَالٍ فِي الْأَرْضِ وَإِنَّهُ لَمِنَ الْمُسْرِفِينَ
Al-Anbiya ayat 9	ثُمَّ صَدَقْنَاهُمُ الْوَعْدَ فَأَنْجَيْنَاهُمْ وَمَنْ نَشَاءُ وَأَهْلَكْنَا الْمُسْرِفِينَ
As-Syu'ara ayat 151	وَلَا تُطِيعُوا أَمْرَ الْمُسْرِفِينَ
Al-Mu'min ayat 43	لَا جَرَمَ أَمَّا تَدْعُونِي إِلَيْهِ لَيْسَ لَهُ دَعْوَةٌ فِي الدُّنْيَا وَلَا فِي الْآخِرَةِ وَأَنْ مَّرَدَّنَا إِلَى اللَّهِ وَأَنَّ الْمُسْرِفِينَ هُمْ أَصْحَابُ النَّارِ
Ad-Dukhan ayat 31	مِن فِرْعَوْنَ ۗ إِنَّهُ كَانَ عَلِيًّا مِّنَ الْمُسْرِفِينَ
Yunus ayat 12	وَإِذَا مَسَّ الْإِنْسَانَ الضُّرُّ دَعَانَا لِجَنبِهِ أَوْ قَاعِدًا أَوْ قَائِمًا فَلَمَّا كَشَفْنَا عَنْهُ ضُرَّهُ مَرَّ كَأَن لَّمْ يَدْعُنَا إِلَى ضُرِّ مَسَّهُ ۚ كَذَلِكَ زُيِّنَ لِلْمُسْرِفِينَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ
Yasin ayat 19	قَالُوا طَائِرُكُم مَّعَكُمْ ۗ أَلَنْ دُكِّرْتُمْ ۗ بَلْ أَنْتُمْ قَوْمٌ مُّسْرِفُونَ
Al-a'raf ayat 31	يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِندَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا ۗ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ¹²⁴

a) Kata kunci "زرع" (Menanam)¹²⁵

Al-Waqi'ah ayat 46	أَنْتُمْ تَزْرَعُونَهُ أَمْ نَحْنُ الزَّارِعُونَ
Yusuf ayat 47	قَالَ تَزْرَعُونَ سَبْعَ سِنِينَ دَأْبًا ۖ فَمَا حَصَدْتُمْ فَذَرُوهُ فِي سُبُلِهِ إِلَّا قَلِيلًا مِّمَّا تَأْكُلُونَ ¹²⁶
Ar-Ro'du ayat 4	وَفِي الْأَرْضِ قِطْعٌ مُتَجَاوِرَاتٌ وَجَنَّاتٌ مِنْ أَعْنَابٍ وَزُرْعٌ وَنَحِيلٌ صِنُونٌ وَعَيْرٌ صِنُونٍ يُسْقَى بِمَاءٍ وَاحِدٍ وَنُفِضَالٌ بَعْضُهَا عَلَى بَعْضٍ فِي الْأُكُلِ ۗ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْقِلُونَ
Ibrahim 37	رَبَّنَا إِنِّي أَسْكَنْتُ مِنْ ذُرِّيَّتِي بُوَادٍ غَيْرِ ذِي زَرْعٍ عِنْدَ بَيْتِكَ الْمُحَرَّمِ رَبَّنَا لِيُقِيمُوا الصَّلَاةَ فَاجْعَلْ أَفْئِدَةً مِنَ النَّاسِ تَهْوِي إِلَيْهِمْ وَارزُقْهُمْ مِنَ الثَّمَرَاتِ لَعَلَّهُمْ يَشْكُرُونَ
Al-Fath 29	مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ ۗ وَالَّذِينَ مَعَهُ أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رَحِمَاءُ بَيْنَهُمْ ۖ تَرَاهُمْ رُكَّعًا سُجَّدًا يَبْتَغُونَ فَضْلًا مِنَ اللَّهِ وَرِضْوَانًا ۖ سِيمَاهُمْ فِي وُجُوهِهِمْ مِنْ أَثَرِ السُّجُودِ ۗ ذَلِكَ مَثَلُهُمْ

¹²⁵ Zadah Faydhullah Al-Husayni "Fathurrahman li Thalibil Ayatil Qur'an" (Bandung : Penerbit diponegoro, 1986.) h. 194-195

	<p>فِي السَّورَةِ ۚ وَمَثَلُهُمْ فِي الْإِنْحِيلِ كَزُرْعٍ أَخْرَجَ شَطَأَهُ فَآزَرَهُ فَاسْتَغْلَظَ فَاسْتَوَى عَلَى سَوْقِهِ يُعْجَبُ الزَّرَّاعَ لِيَغِيظَ بِهِمُ الْكُفَّارَ ۗ وَعَدَّ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ مِنْهُمْ مَغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا</p>
Al-Kahfi 32	<p>وَاضْرِبْ لَهُم مَّثَلًا رَجُلَيْنِ جَعَلْنَا لِأَحَدِهِمَا جَنَّتَيْنِ مِنْ أَعْنَابٍ وَحَفَفْنَاهُمَا بِنَخْلٍ وَجَعَلْنَا بَيْنَهُمَا زُرْعًا</p>
As-Sajdah 27	<p>أَوَلَمْ يَرَوْا أَنَّا نَسُوقُ الْمَاءَ إِلَى الْأَرْضِ الْجُرُزِ فَنُخْرِجُ بِهِ زُرْعًا تَأْكُلُ مِنْهُ أَنْعَامُهُمْ وَأَنْفُسُهُمْ ۗ أَفَلَا يُبْصِرُونَ</p>
Az-Zumar 21	<p>أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَسَلَكَهُ يَنَابِيعَ فِي الْأَرْضِ ثُمَّ يُخْرِجُ بِهِ زُرْعًا مُخْتَلِفًا أَلْوَانُهُ ثُمَّ يَهِيَجُ فَتَرَاهُ مُصْفَرًّا ثُمَّ يَجْعَلُهُ حُطَامًا ۗ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَذِكْرًا لِأُولِي الْأَلْبَابِ</p>
Al-An'am 141	<p>وَهُوَ الَّذِي أَنْشَأَ جَنَّاتٍ مَعْرُوشَاتٍ وَغَيْرَ مَعْرُوشَاتٍ وَالنَّخْلَ وَالزَّرْعَ مُخْتَلِفًا أَكْلُهُ وَالزَّيْتُونَ وَالرُّمَّانَ مُتَشَابِهًا وَغَيْرَ مُتَشَابِهٍ ۗ كُلُوا مِنْ ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَآتُوا حَقَّهُ يَوْمَ حَصَادِهِ ۗ وَلَا تُسْرِفُوا ۗ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ</p>

An-Nahl 11	يُنَبِّئُ لَكُمْ بِهِ الزَّرْعَ وَالزَّيْتُونَ وَالنَّخِيلَ وَالْأَعْنَابَ وَمِنْ كُلِّ الشَّمْرَاتِ ۗ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ
As-Syu'ara 148	وَزُرُوعٍ وَنَخْلٍ طَلَعُهَا هَضِيمٌ
Ad-Dukhan 26	وَزُرُوعٍ وَمَقَامٍ كَرِيمٍ

B. Konsep *Israf* Dalam *Frugal Living*

1. Pengertian *Israf*

Israf dalam konteks bahasa, mengacu pada penggunaan sesuatu yang tidak sejalan dengan ketaatan kepada Allah. Ini mencakup tindakan berlebihan melewati batas, baik dalam konsumsi makanan, minuman, berpakaian, tempat tinggal, maupun keinginan tersembunyi dalam jiwa manusia. Sikap ini dapat menyimpang dari norma-norma etika, agama, dan hukum, karena *israf* berasal dari Bahasa Arab yang berarti melampaui ukuran dan batas dalam setiap perbuatan manusia.¹²⁷

Dalam *Kamus Arab Indonesia* juga menyatakan "*israf*" sebagai berlebihan.¹²⁸ Secara bahasa, "*israf*" merujuk pada tindakan melampaui batas yang semestinya sudah cukup dan pantas. Ini mencakup penambahan atau peningkatan suatu hal hingga menyebabkan pemborosan atau kesia-siaan, menjadikannya tidak berguna atau tidak bermanfaat. Dalam konteks konsumsi, "*israf*" mencerminkan perilaku boros atau berlebihan dalam menggunakan sesuatu. Kesimpulannya, "*israf*" menyoroti perilaku yang melampaui kebutuhan atau batas yang sesuai, seringkali terkait dengan sikap mewah atau berlebihan.¹²⁹

Dalam terminologi, *israf* merujuk pada segala tindakan yang dilakukan secara tidak sewajarnya atau melewati batas dalam berbagai aspek kehidupan. Contohnya termasuk perilaku berlebihan dalam berpakaian, berhias, makan, minum, dan lain sebagainya. Allah SWT menegaskan bahwa sikap *israf* sangat tidak disenangi-Nya, karena pada dasarnya, *israf* merugikan diri sendiri. Salah satu contoh nyata dampak negatif dari sikap berlebihan ini adalah dalam hal konsumsi makanan yang dapat berdampak buruk bagi kesehatan manusia. Oleh karena itu, penting bagi manusia untuk menjaga keseimbangan dan mematuhi batasan dalam setiap aspek

¹²⁷ H. Ahmad St, "*Kamus Munawwar*" (Semarang: PT. Karya Toha Putra, 2012), vol. IX h. 374

¹²⁸ Mahmud Yunus, *Kamus Arab-Indonesia* (Jakarta: PT Hida Karya Agung, 1922), h. 41.

¹²⁹ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 2005), h. 649

kehidupannya, sebagai bentuk ketaatan kepada Allah dan untuk menjaga kesejahteraan diri sendiri.¹³⁰

Menurut Musthafa Al Maraghi, (W. 1364. H)¹³¹ konsep *israf* menggambarkan sifat atau perilaku yang melewati batas dalam pengeluaran harta, tidak memperhatikan batas-batas naluri, ekonomi, dan syariat. Ini mencerminkan sikap yang berlebihan dalam menggunakan harta tanpa mempertimbangkan keseimbangan dan ketentuan yang ditetapkan baik oleh naluri, kondisi ekonomi, maupun ajaran agama.

Sementara menurut M. Quraish Shihab,¹³² *israf* memiliki akar dari kata "سرف" yang mengindikasikan tindakan melampaui batas kewajaran sesuai dengan situasi dan kondisi yang terlibat, baik dari pemberi maupun penerima nafkah. Ini menekankan pentingnya mempertimbangkan konteks dan kebutuhan yang sebenarnya dalam menggunakan harta, serta menghindari perilaku yang berlebihan dan tidak seimbang.

Imam Abdurrahman bin Hasan Abu Syaikh (W. 1285. H) mendefinisikan *isrāf* sebagai perilaku berlebih-lebihan dalam mengagungkan sesuatu, baik dengan kata-kata maupun keyakinan, yang mengarah pada peninggian makhluk Allah SWT melebihi posisi yang seharusnya. *Isrāf* juga mencerminkan sikap jiwa yang mendorong keinginan melebihi yang seharusnya, seperti dalam makanan yang berlebihan. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa *isrāf* merujuk pada segala bentuk perilaku yang sia-sia, berlebihan, dan melampaui batas yang wajar, baik dalam kualitas maupun kuantitasnya.¹³³

Dalam konteks agama islam, konsep *israf* juga sering kali dihubungkan dengan konsep keadilan, tanggung jawab, dan keseimbangan. Agama-agama sering mengajarkan umatnya untuk menjaga keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan pribadi dan kepentingan kolektif, serta untuk menggunakan sumber daya dengan bijaksana dan dalam terminologi fikih, *israf* merujuk pada pelampauan batas dalam pengeluaran harta.

Israf merupakan konsep yang merujuk pada setiap perbuatan manusia yang melampaui batas atau kelebihan dalam penggunaan sesuatu, terutama dalam konteks pengeluaran harta. Istilah ini sering kali digunakan dalam konteks ekonomi, keuangan, dan agama. Perbuatan yang dianggap *israf* bisa bervariasi, baik dalam sifatnya maupun dalam cara pelaksanaannya. Berikut adalah konsep "israf" yang berkaitan dengan *Frugal Living* :¹³⁴

¹³⁰ Ismail dkk, "Larangan Al-Israf dan Dzulm dalam Praktik Ekonomi Islam," dalam jurnal *Global Islamic Economic Studies*, (Sumatera Utara, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, 2023), vol. 1, no. 1, h. 29.

¹³¹ Ahmad Mustafa al-Maraghi, "*Tafsir al-Maraghi*" (Semarang: Toha Putra, 1993), h. 333.

¹³² M. Quraish Shihab, "*Tafsir al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*" (Jakarta: Lentera Hati, 2012), Vol. IX, h. 533.

¹³³ A. Rahmat Hidayat, *Isrāf Dalam Al-Qur'an: Kajian Tafsir Tematik Skripsi pada IAIN Palopo*, 2022, h. 15-16

¹³⁴ Jinani Firdausiyah *Isrāf dalam Perspektif Al-Qur'an (Studi Tafsir Tematik) Skripsi pada IAIN Ponorogo*, 2023. h. 16

a) *Israf* Dalam Harta

Dalam konteks penggunaan harta, *israf* bisa mencakup pemborosan yang berlebihan, pengeluaran yang tidak terencana, atau bahkan pembelian barang-barang yang tidak diperlukan secara berlebihan. Ini bisa terjadi ketika seseorang tidak memiliki kontrol yang memadai terhadap pengeluarannya atau ketika mereka tidak memperhitungkan konsekuensi jangka panjang dari tindakan finansial mereka. *Isrāf* dalam pengeluaran harta kekayaan merujuk pada perilaku seseorang yang cenderung boros,. Individu semacam ini tidak mempertimbangkan kesulitan atau usaha keras yang dibutuhkan untuk memperoleh kekayaan tersebut. Al-Qur'an mengecam tindakan pemborosan seperti ini. Islam menekankan pentingnya menjaga dan memanfaatkan harta dengan bijaksana. Agama menyarankan agar harta dipelihara dengan cermat dan digunakan secara bijaksana untuk memenuhi kebutuhan yang diizinkan. Untuk mencegah pemborosan, Islam juga menyarankan agar umatnya tidak menyerahkan harta kepada orang yang tidak bijaksana dalam pengelolaannya.¹³⁵

Dalam konteks kehidupan modern, seringkali terjadi perilaku tergesa-gesa dalam mengelola harta, di mana individu cenderung lebih memprioritaskan keinginan daripada kebutuhan pokoknya. Seharusnya, seseorang harus memenuhi kebutuhan primer terlebih dahulu sebelum memperhatikan kebutuhan sekundernya. Namun, banyak orang terpengaruh oleh dorongan untuk terlihat dan diakui oleh orang lain, sehingga mereka cenderung membelanjakan lebih dari yang sebenarnya dibutuhkan, terutama untuk keperluan yang sekunder. Selain itu, motif yang mendorong perilaku ini seringkali adalah keinginan untuk mendapatkan pengakuan atau pujian dari orang lain, yang dapat menjadi pemicu perilaku pemborosan. Perilaku ini juga mencakup kecenderungan untuk memaksakan diri dalam mencari kesuksesan materi di luar kemampuan individu. Ini mencerminkan sikap *isrāf*, yaitu pemborosan yang berlebihan dalam upaya mengejar kesuksesan dunia yang sebenarnya tidak sebanding dengan kemampuan atau kebutuhan sebenarnya.

Tindakan ini dapat menyulitkan individu itu sendiri dan bahkan membahayakan kesejahteraannya dalam jangka panjang. Dengan demikian, penting bagi individu untuk memahami bahwa mengelola harta dengan bijaksana dan memprioritaskan kebutuhan primer adalah kunci untuk mencapai kesejahteraan yang berkelanjutan, sambil tetap menghindari perilaku *isrāf* yang dapat merugikan diri sendiri dan masyarakat secara luas.¹³⁶

b) *Israf* Dalam Makan dan Minum¹³⁷

Menurut pandangan ahli fikih, makan dan minum seukuran yang diperlukan untuk menjaga diri dari kebinasaan adalah wajib. Artinya, seseorang harus

¹³⁵Jinani Firdausiyah "Isrāf dalam Perspektif Al-Qur'an (Studi Tafsir Tematik)" *Skripsi* pada IAIN Ponorogo, 2023. h. 16

¹³⁶ Yogi Imam Perdana, "Penafsiran Fakhruddin Al-Razi Tentang Ayat-Ayat *Isrāf* Dan *Tabdzir* Serta Relevansinya Dengan Kehidupan Modern" *Skripsi* pada UIN Imam Bonjol Padang, 2018, h. 15-16.

¹³⁷ A. Rahmat Hidayat, *Isrāf Dalam Al-Qur'an: Kajian Tafsir Tematik Skripsi* pada IAIN Palopo, 2022, h. 18

memastikan bahwa mereka memenuhi kebutuhan dasar tubuh mereka agar dapat menjaga kesehatan dan keberlangsungan hidup. Setelah mencapai rasa kenyang, konsumsi makanan dan minuman menjadi mubah, atau diperbolehkan. Namun, jika niat seseorang saat makan adalah agar tubuhnya menjadi lebih kuat dalam melaksanakan ketaatan dan kewajiban agama, maka itu dianjurkan. Ini mengindikasikan bahwa makanan dan minuman bukan hanya menjadi sarana untuk memenuhi kebutuhan fisik, tetapi juga dapat menjadi bagian dari ibadah jika niatnya disertai dengan tujuan yang baik.

Namun demikian, jika seseorang terus makan melebihi batas kenyang, hal ini dianggap sebagai perbuatan yang makruh menurut beberapa fukaha. Makruh adalah status hukum dalam fikih yang mengindikasikan sesuatu yang lebih baik dihindari atau dilakukan dengan batasan tertentu, meskipun tetap diperbolehkan secara syariat.¹³⁸

Pada tingkat yang lebih serius, beberapa ahli fiqih bahkan menyatakan bahwa makan secara berlebihan melebihi kenyang dapat menjadi perbuatan yang terlarang atau haram. Hal ini karena perilaku tersebut dapat mengarah pada pemborosan, kerusakan kesehatan, dan pemborosan sumber daya yang seharusnya dialokasikan dengan bijaksana. Dengan demikian, pandangan fukaha tentang makan dan minum menekankan pentingnya menjaga keseimbangan dan kebijaksanaan dalam konsumsi makanan dan minuman. Meskipun diperbolehkan untuk memenuhi kebutuhan tubuh, perbuatan tersebut harus dilakukan dengan penuh kesadaran akan tanggung jawab terhadap kesehatan diri, keseimbangan ekonomi, dan penggunaan sumber daya yang diberikan oleh Allah.¹³⁹

Rasulullah saw mengajarkan kepada umatnya tentang pentingnya memilih makanan yang disenangi dan meninggalkan yang tidak disukai tanpa mencela. Ini adalah bagian dari ajaran Islam tentang bersyukur atas nikmat-nikmat yang diberikan Allah. Namun, dalam praktiknya, seringkali manusia tergoda oleh dorongan hawa nafsu saat makan. Mereka bisa saja mengambil porsi yang berlebihan, bahkan melebihi kebutuhan tubuh mereka. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pengendalian diri dan keserakahan. Meskipun sebenarnya tidak perlu, namun karena tekanan sosial atau kebiasaan, mereka dipaksa untuk menghabiskan makanan tersebut.¹⁴⁰

Tindakan ini tidak hanya membahayakan kesehatan fisik mereka, tetapi juga berpotensi merusak diri mereka sendiri secara keseluruhan. Perilaku ini mencerminkan ketidakseimbangan dalam mengelola kebutuhan dan keinginan, serta kurangnya kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan dan keseimbangan dalam hidup. Rasulullah saw menekankan pentingnya menjaga

¹³⁸ Jinani Firdausiyah Isrāf dalam Perspektif Al-Qur'an (Studi Tafsir Tematik)" *Skripsi* pada IAIN Ponorogo, 2023. h. 18

¹³⁹ Siti Falihatul Muslihah, "Konsep *Frugal Living* dalam Al-Qur'an (Studi Tematik), *skripsi* pada Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saiufuddin Zuhri Purwokerto, 2023, h. 50

¹⁴⁰ Yogi Imam Perdana, "Penafsiran Fakhruddin Al-Razi Tentang Ayat-Ayat Isrāf Dan Tabdzir Serta Relevansinya Dengan Kehidupan Modern" *Skripsi* pada UIN Imam Bonjol Padang, 2018, h. 17

keseimbangan dalam segala aspek kehidupan, termasuk dalam hal makan. Beliau mengajarkan agar umatnya tidak terjebak dalam perangkap keserakahan dan mengutamakan kesehatan tubuh sebagai amanah yang harus dijaga dengan baik. Oleh karena itu, sebagai umat Muslim, penting bagi kita untuk memahami dan menghayati ajaran tersebut dalam setiap tindakan sehari-hari, termasuk dalam hal makan.¹⁴¹

c) *Israf* Dalam Pakaian dan Perhiasan ¹⁴²

Israf dalam pakaian dan perhiasan dianggap sebagai perilaku yang terlarang dalam ajaran agama, Fungsi awal pakaian adalah sederhana, yakni sebagai penutup aurat sebagai ungkapan rasa malu, pelindung dari cuaca panas dan dingin, serta sebagai perhiasan. Namun, dalam era modern, manusia cenderung menggunakan pakaian sebagai sarana untuk mengekspresikan gaya hidup yang sesuai dengan tren zaman. Dalam upaya untuk tampil modis, manusia seringkali melupakan tujuan utama dari berbusana.

Saat ini, pakaian menjadi pusat tren yang berpotensi memicu perilaku *isrāf*. Kualitas pakaian sering dijadikan ukuran status sosial seseorang dalam masyarakat. Semakin mewah pakaian yang dipakai, semakin tinggi pula kedudukan sosial yang dianggap. Padahal, dalam ajaran Al-Qur'an, manusia dianjurkan untuk berpakaian yang indah, rapi, dan layak, tanpa berlebihan. Namun, dalam praktiknya, tidak hanya model pakaian yang menjadi perhatian, tetapi juga perilaku individu yang mengenaikannya.

Banyak orang modern cenderung mengabaikan rasa malu dengan memilih pakaian yang terlalu ketat atau provokatif. Bahkan, beberapa di antara mereka tidak merasa sungkan untuk berjemur di pantai dengan pakaian yang sangat minim, hampir menyerupai telanjang. Pakaian menjadi sebuah identitas bagi individu yang memakainya, dan hal ini seringkali dimanfaatkan untuk mengekspresikan diri sesuai dengan trend dan tuntutan zaman. Meskipun sebagai perhiasan, setiap orang seharusnya tetap mempertimbangkan batasan-batasan yang sesuai dengan nilai-nilai moral dan etika, serta memahami bahwa pakaian seharusnya tidak hanya memperindah penampilan fisik, tetapi juga mencerminkan keindahan batin dan kesopanan. Yang didasarkan pada hadits Nabi Muhammad SAW. Ibn 'Abidin,¹⁴³

Seorang cendekiawan dalam tradisi Islam, menegaskan bahwa lebih baik bagi individu untuk memakai pakaian yang moderat. Artinya, pakaian yang dipilih sebaiknya tidaklah jelek atau murahan, namun juga tidak terlalu mewah atau berharga secara berlebihan.

Menurut pandangannya, kesederhanaan dalam berbusana merupakan prinsip yang dianjurkan, karena menggunakan pakaian yang terlalu mewah dapat

¹⁴¹ Daud Sukoco, "Konsep Tabdhir Dan *Isrāf* Dalam Kajian Ekonomi Syari'ah", *Skripsi* pada IAIN Ponorogo, (2018), h. 44-45.

¹⁴² Kurniadi, dkk "Perilaku Hedonis dalam al-Qur'an Studi atas Term al-*Israf* Q.S al-A'raf ayat 31," dalam jurnal *Ilmu-Ilmu Keislaman dan Kemasyarakatan*, (Makassar, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar , 2023) Vol. 5 No. 2, 2023, , h. 400

¹⁴³ Jinani Firdausiyah *Isrāf* dalam Perspektif Al-Qur'an (Studi Tafsir Tematik)" *Skripsi* pada IAIN Ponorogo, 2023. h. 20

menimbulkan kemasyhuran dan menyalahi nilai-nilai agama. Meskipun demikian, ada juga anjuran untuk memakai pakaian yang indah dan bagus pada kesempatan tertentu, seperti hari raya, hari Jum'at, atau saat berkumpul dengan orang banyak.

Hal ini menunjukkan bahwa dalam Islam, penggunaan pakaian yang baik dan menarik tidaklah dilarang secara mutlak, asalkan tidak dilakukan dengan berlebihan atau untuk tujuan memamerkan kemewahan. Dengan demikian, pandangan tentang israf dalam pakaian dan perhiasan menekankan pada nilai-nilai kesederhanaan, kecukupan, dan kebijaksanaan dalam berbusana. Pakaian yang dipilih sebaiknya mencerminkan nilai-nilai moral dan spiritual, serta tidak melampaui batas yang ditetapkan oleh syariat. Dengan mematuhi prinsip-prinsip ini, individu dapat menjaga keseimbangan antara berpenampilan yang layak dan tidak terjebak dalam perilaku yang berlebihan atau mencari popularitas melalui kekayaan material.¹⁴⁴

2. Dampak *Israf*

Adapun dampak *israf* diantaranya:¹⁴⁵

a) Tidak Akan Mendapat Petunjuk dari Allah SWT.

Berlebih-lebihan atau melampaui batas dapat menyebabkan seseorang melupakan Allah SWT. Oleh karena itu, mereka yang melakukan tindakan tersebut tidak akan mendapatkan petunjuk dari-Nya. Allah berfirman dalam surat ghofir ayat 28 dan 34: "إِنَّ اللَّهَ لَا يَهْدِي مَنْ هُوَ مُسْرِفٌ كَذَّابٌ" yang artinya "Sesungguhnya Allah tidak memberi petunjuk kepada orang-orang yang melampaui batas dan pendusta". "كَذَلِكَ يُضِلُّ اللَّهُ مَنْ هُوَ مُسْرِفٌ مُرْتَابٌ" yang artinya "Demikianlah Allah menyesatkan orang-orang yang melampaui batas dan ragu-ragu". Ayat tersebut menegaskan bahwa Allah tidak memberi petunjuk kepada orang yang melampaui batas dan pendusta. Allah juga membiarkan sesat orang yang melampaui batas dan ragu-ragu.¹⁴⁶

b) Tidak Peduli Terhadap Sesama Manusia

Sikap *isrāf*, yang tercermin dalam ketidakpedulian terhadap sesama manusia, berpotensi mengganggu harmoni dan persatuan dalam masyarakat. Ketika individu lebih memprioritaskan kebutuhan dan keinginan pribadi tanpa mempertimbangkan kondisi orang lain, hal itu dapat membuat orang-orang yang kurang beruntung merasa iri dan tertekan karena keterbatasan mereka dalam memenuhi kebutuhan dasar. Apalagi jika orang kaya menunjukkan kesombongan dan pemborosan, serta mengabaikan hak orang-orang yang membutuhkan, hal

¹⁴⁴ Yogi Imam Perdana, "Penafsiran Fakhruddin Al-Razi Tentang Ayat-Ayat Isrāf Dan Tabdzir Serta Relevansinya Dengan Kehidupan Modern" *Skripsi* pada UIN Imam Bonjol Padang, 2018, h. 21.

¹⁴⁵ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), halaman 321.

¹⁴⁶ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), halaman 325.

tersebut dapat menimbulkan rasa kebencian, ketidaksetiaan, dan bahkan memicu permusuhan di masa depan.

Dengan demikian, sikap *isrāf* tidak hanya merugikan individu secara langsung, tetapi juga berdampak negatif pada hubungan antarmanusia dan kohesi sosial. Ketidakseimbangan dalam pembagian sumber daya dan perlakuan yang tidak adil dapat memicu ketegangan dan konflik dalam masyarakat.

Oleh karena itu, penting bagi setiap individu untuk mempertimbangkan dampak dari tindakan mereka terhadap orang lain dan masyarakat secara keseluruhan, serta untuk mempraktikkan sikap penghormatan, empati, dan keadilan dalam interaksi mereka sehari-hari. Dengan demikian, dapat tercipta lingkungan yang lebih harmonis dan saling mendukung bagi semua anggotanya.¹⁴⁷

- c) Sikap Berlebihan Memiliki Potensi Untuk Menjadi Penghalang bagi Seseorang dalam Mendekatkan Diri kepada Allah SWT.¹⁴⁸

Ketika seseorang terlalu terikat pada hal-hal duniawi atau terlalu terpaku pada keinginan materi, fokusnya cenderung teralihkan dari aspek spiritual dan keberagamaan. Hal ini dapat mengakibatkan ketidakseimbangan dalam kehidupan seseorang, di mana urusan duniawi mendominasi segala aspek, bahkan melebihi kepentingan spiritualnya.

Dalam konteks hubungan dengan Allah SWT, kesibukan dan obsesi terhadap hal-hal duniawi dapat membuat seseorang lupa atau mengabaikan kewajiban-kewajiban keagamaan, seperti shalat, dzikir, atau ibadah lainnya. Ketika kegiatan-kegiatan dunia menjadi prioritas utama, waktu dan energi untuk beribadah seringkali terabaikan. Akibatnya, hubungan spiritual dengan Allah SWT menjadi terganggu, dan seseorang mungkin tidak merasakan kedekatan atau kehadiran-Nya dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, sikap berlebihan dalam mengejar dunia sering kali juga menyebabkan seseorang terjerumus dalam dosa-dosa besar, seperti keserakahan, kedengkian, atau keangkuhan. Sifat-sifat negatif ini dapat merusak hubungan dengan Allah SWT dan menjauhkan seseorang dari jalur kebenaran.¹⁴⁹

Dengan demikian, keserakahan dan obsesi terhadap dunia dapat menjadi penghalang bagi seseorang untuk mencapai kedekatan spiritual dengan Allah SWT. Dalam pandangan Islam, seimbangannya kehidupan antara urusan dunia dan akhirat sangatlah penting. Meskipun mencari rezeki dan meraih kesuksesan dunia adalah hal yang diperbolehkan, namun hal itu tidak boleh menggeser prioritas utama yaitu mendekatkan diri kepada Allah SWT. Oleh karena itu, penting bagi setiap individu untuk menjaga keseimbangan antara aspek material dan spiritual

¹⁴⁷ Jinani Firdausiyah *Isrāf dalam Perspektif Al-Qur'an (Studi Tafsir Tematik)* "Skripsi pada IAIN Ponorogo, 2023, h. 21

¹⁴⁸ Yogi Imam Perdana, "Penafsiran Fakhruddin Al-Razi Tentang Ayat-Ayat *Isrāf* Dan *Tabdzir* Serta Relevansinya Dengan Kehidupan Modern" *Skripsi pada UIN Imam Bonjol Padang*, 2018, h. 25

¹⁴⁹ Daud Sukoco, "Konsep *Tabdzir* Dan *Isrāf* Dalam Kajian Ekonomi Syari'ah", *Skripsi pada IAIN Ponorogo*, 2018), h. 47

dalam kehidupan mereka, sehingga mereka dapat mencapai kesuksesan dunia dan akhirat secara seimbang dan harmonis.¹⁵⁰

Dalam kehidupan modern, dampak dari gaya hidup berlebihan ini bisa diibaratkan sebagai masyarakat yang lupa daratan. Mereka menjadi lengah dalam menjaga sumber-sumber kemakmuran, sehingga lebih pandai menghabiskan kekayaan daripada membangun atau memelihara apa yang ada. Akibatnya, kesejahteraan yang tadinya sudah diraih, malah berujung pada kekacauan dan kehancuran.

Gaya hidup berlebihan, tanpa pengendalian diri dan bimbingan moral, membawa banyak dampak negatif. Masyarakat yang hidup dalam kemewahan tanpa batas akan kehilangan nilai-nilai penting seperti kebersahajaan, tanggung jawab, dan kepedulian terhadap sesama. Mereka cenderung menghabiskan sumber daya tanpa memikirkan masa depan, yang pada akhirnya merugikan diri mereka sendiri dan generasi yang akan datang. Inilah bahaya terbesar dari hidup berlebihan dan tidak berperhitungan.¹⁵¹

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa sikap berlebihan atau *isrāf* memiliki dampak yang merugikan, baik dalam hubungan dengan Allah SWT maupun dalam interaksi sosial antarmanusia. Pertama, sikap berlebihan dapat menghalangi seseorang untuk mendekati diri kepada Allah SWT, karena fokusnya teralihkan kepada hal-hal duniawi dan keinginan materi, sehingga menyebabkan ketidakseimbangan antara urusan dunia dan akhirat.

Kedua, sikap berlebihan juga menunjukkan ketidakpedulian terhadap sesama manusia, yang dapat mengganggu harmoni dan persatuan dalam masyarakat. Hal ini terjadi ketika individu lebih memprioritaskan kebutuhan dan keinginan pribadi tanpa memperhatikan kondisi orang lain, bahkan bisa menyebabkan permusuhan di masa depan.

Selanjutnya, sikap berlebihan dalam mengejar dunia juga memiliki potensi sebagai penghalang bagi seseorang dalam mencapai kedekatan spiritual dengan Allah SWT. Obsesi terhadap hal-hal duniawi dapat membuat seseorang lupa akan kewajiban agamanya dan menjauhkan diri dari jalur kebenaran.¹⁵²

Oleh karena itu, penting bagi setiap individu untuk menjaga keseimbangan antara urusan dunia dan akhirat, serta untuk mempraktikkan sikap penghormatan, empati, dan keadilan dalam interaksi sehari-hari. Dengan demikian, diharapkan tercipta lingkungan yang harmonis dan saling mendukung bagi semua anggotanya, serta mencapai kesuksesan dunia dan akhirat secara seimbang dan harmonis.

¹⁵⁰ Jinani Firdausiyah "Isrāf dalam Perspektif Al-Qur'an (Studi Tafsir Tematik)" *Skripsi* pada IAIN Ponorogo, 2023. h. 22

¹⁵¹ Daud Sukoco, "Konsep Tabdhir Dan Isrāf Dalam Kajian Ekonomi Syari'ah", *Skripsi* pada IAIN Ponorogo, 2018), h. 48

¹⁵² Kurniadi, dkk "Perilaku Hedonis dalam al-Qur'an Studi atas Term al-Israf Q.S al-A'raf ayat 31," dalam jurnal *Ilmu-Ilmu Keislaman dan Kemasyarakatan*, (Makassar, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar , 2023) Vol. 5 No. 2, 2023, , h. 430

3. Tata cara mencegah *Israf*¹⁵³

- a. Selalu berpegang teguh pada Al-Qur'an dan sunah berarti mengikuti jalan yang telah ditetapkan oleh Allah SWT melalui para Rasul-Nya. Dengan kembali kepada Al-Qur'an dan sunah, seorang Muslim akan terhindar dari kesesatan. Setiap masalah yang dihadapi akan menemukan solusi jika ia senantiasa mendekatkan diri kepada Allah SWT.¹⁵⁴
- b. Kembali kepada kelompok Islam yang benar sangat penting. Penyimpangan dalam memahami dan mengamalkan Al-Qur'an dan sunah sering terjadi karena kesalahan menjadikan kelompok atau tokoh tertentu sebagai panutan dalam memahami agama. Padahal, Allah SWT dan Rasul-Nya telah memberikan jalan yang benar untuk memahami agama ini.
- c. Bersikap positif dalam setiap tindakan sangat penting di era saat ini. Meskipun zaman sekarang penuh dengan tantangan dan sering kali terasa sulit untuk menerapkan kebaikan, perubahan harus dimulai dari diri sendiri. Memelihara sikap positif dan berusaha melakukan tindakan yang baik dapat memberikan dampak yang signifikan, tidak hanya bagi diri kita sendiri tetapi juga bagi orang di sekitar kita. Dengan memulai dari diri sendiri, kita dapat menjadi contoh dan inspirasi bagi orang lain untuk juga berbuat baik dan menyebarkan kebaikan dalam masyarakat.
- d. Mempelajari ilmu agama dengan sungguh-sungguh sangat penting. Tanpa ilmu agama, seseorang tidak akan bisa memahami suatu masalah dengan benar. Demikian pula, tanpa pengetahuan, seseorang tidak akan dapat memahami atau mencapai apa yang diinginkannya. Umat Islam adalah umat terbaik yang diamanatkan untuk menegakkan kebenaran dan menolak kebatilan
- e. Mengamalkan ilmu pengetahuan sangat penting, terutama di era modern yang serba maju dan canggih. Sayangnya, banyak umat Islam yang malas mengaplikasikan pengetahuannya dan lebih memilih mengejar materi duniawi, mencari uang untuk kebutuhan hidup. Banyak orang berpikir bahwa memiliki pengetahuan yang tinggi dan luas cukup untuk diri sendiri, tanpa perlu membagikannya kepada mereka yang masih buta huruf atau kurang terdidik. Akibatnya, banyak yang tetap dalam kebodohan.

Dari uraian di atas dapat kita simpulkan bahwa mengikuti Al-Qur'an dan sunah adalah kunci untuk tetap berada di jalan yang benar dan menemukan solusi untuk setiap masalah dengan mendekatkan diri kepada Allah SWT. *Pentingnya kembali kepada kelompok Islam yang benar* menghindarkan kita dari penyimpangan yang disebabkan oleh panutan yang salah. Sikap positif dalam setiap tindakan sangat penting di era ini, meskipun penuh tantangan, karena perubahan harus dimulai dari diri sendiri dan dapat menginspirasi orang lain. Mempelajari ilmu agama dengan sungguh-sungguh memungkinkan seseorang memahami masalah dengan benar dan menjalankan peran umat Islam sebagai penegak kebenaran dan penolak kebatilan. Namun, mengamalkan ilmu pengetahuan juga sangat penting, terutama di zaman modern yang maju, di mana

¹⁵³ Jinani Firdausiyah *Isrāf dalam Perspektif Al-Qur'an (Studi Tafsir Tematik)*" Skripsi pada IAIN Ponorogo, 2023. h. 25

¹⁵⁴ Yusuf Qaradhawi, *Islam Ekstrem* (Bandung: Mizan, 1985) h.122.

banyak orang lebih fokus pada materi duniawi daripada berbagi pengetahuan untuk mengatasi kebodohan.¹⁵⁵

C. Penafsiran Ayat-Ayat *Frugal Living* Perspektif Ulama Tafsir

1. Q.S Al-‘Araf ayat 31

يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا ۚ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ

“Wahai anak cucu Adam, kenakanlah pakaianmu yang terbaik setiap kali memasuki masjid, dan makanlah serta minumlah secukupnya, tetapi janganlah berlebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebihan.”¹⁵⁶

a. Perspektif Tafsir Al-Misbah

Menurut pandangan Quraish Shihab, ayat tersebut merupakan perintah kewajiban bagi setiap individu untuk memakai pakaian yang indah dan menutup aurat. Kewajiban ini berlaku ketika seseorang hendak memasuki masjid, baik dalam arti sempit sebagai tempat ibadah khusus, maupun dalam arti luas sebagai tempat suci yang mencakup seluruh tempat ibadah. Dengan demikian, menjaga penampilan dan kesopanan merupakan bagian penting dari adab dalam beribadah, menunjukkan rasa hormat kepada tempat ibadah dan kepada Allah SWT.

Selain itu, ayat ini juga memberikan panduan mengenai pola makan. Quraish Shihab menekankan pentingnya mengonsumsi makanan dan minuman yang halal, yang tidak memabukkan, serta yang mendatangkan manfaat bagi kesehatan tubuh. Menghindari makanan dan minuman yang haram adalah salah satu bentuk ketaatan kepada Allah dan upaya menjaga kesehatan jasmani dan rohani. Makanan halal tidak hanya merujuk pada aspek kehalalan secara syariat, tetapi juga mencakup kesehatan dan kesejahteraan konsumen.¹⁵⁷

Dalam aspek konsumsi, ayat ini memperingatkan agar tidak melakukan tindakan yang berlebihan. Quraish Shihab mengingatkan bahwa Allah tidak menyukai orang-orang yang berperilaku berlebihan dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam hal makan dan minum. Sikap sederhana dan tidak berlebihan adalah cerminan dari kesadaran akan nikmat Allah serta rasa syukur atas apa yang diberikan-Nya. Ini juga merupakan bagian dari upaya menjaga keseimbangan dalam hidup, baik dari segi spiritual maupun material.¹⁵⁸

b. Perspektif Tafsir Fi Zhilalil Qur’an

¹⁵⁵ Jinani Firdausiyah Isrāf dalam Perspektif Al-Qur'an (Studi Tafsir Tematik)" Skripsi pada IAIN Ponorogo, 2023. h. 25

¹⁵⁶ <https://quran.nu.or.id/al-araf/31> di akses pada tanggal 16 agustus 2024 pukul 12.58

¹⁵⁷ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, Vol. IX, (Jakarta: Lentera Hati, 2012), h. 53

¹⁵⁸ Kurniadi, dkk "Perilaku Hedonis dalam al-Qur'an Studi atas Term al-Israf Q.S al-A'raf ayat 31," dalam jurnal *Ilmu-Ilmu Keislaman dan Kemasyarakatan*, (Makassar, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar , 2023) Vol. 5 No. 2, 2023, , h. 432

Pada ayat tersebut, Allah memerintahkan umat-Nya untuk memakai perhiasan berupa pakaian yang baik, yang telah diturunkan kepada mereka, setiap kali hendak menunaikan ibadah. Hal ini termasuk saat melakukan Tawaf, di mana sebelumnya mereka sering melakukannya dalam keadaan telanjang. Praktik tersebut dilarang karena tidak sesuai dengan ajaran kesopanan dan penghormatan terhadap tempat ibadah. Allah memberikan nikmat berupa pakaian kepada hamba-Nya sebagai tanda kasih sayang dan penghargaan terhadap martabat manusia.

Selain itu, Allah juga memerintahkan agar umat-Nya menikmati makanan dan minuman yang enak dan halal tanpa berlebihan. Menikmati rezeki yang diberikan Allah dengan syukur dan kesederhanaan adalah bentuk ketaatan dan penghormatan terhadap nikmat-Nya. Mengonsumsi makanan dan minuman yang baik secara wajar dan tidak berlebihan merupakan cara untuk menjaga kesehatan tubuh serta keseimbangan hidup.

Melalui perintah ini, Allah mengajarkan pentingnya menjaga kesopanan dan kesederhanaan dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Memakai pakaian yang baik dan menikmati rezeki yang halal dengan tidak berlebihan mencerminkan sikap syukur dan penghargaan atas nikmat Allah. Dengan demikian, umat Islam diingatkan untuk selalu menjaga adab dalam beribadah dan keseimbangan dalam konsumsi, menghindari perilaku berlebihan yang dapat merusak diri sendiri dan lingkungan sekitar.¹⁵⁹

2. Q.S As-Syu'ara Ayat 151

وَلَا تُطِيعُوا أَمْرَ الْمُسْرِفِينَ

“Dan janganlah kamu mengikuti perintah orang-orang yang melampaui batas.”¹⁶⁰

a. Perspektif *Tafsir Al-Munir*

Menurut Wahbah al-Zuhayli (W. 1436 H), perbuatan menghambur-hamburkan, berlebih-lebihan, dan sejenisnya digolongkan sebagai perbuatan yang tercela karena melampaui batas. Perilaku seperti ini dicontohkan oleh orang-orang di Kota Šamūd, yang terkenal dengan gaya hidup mereka yang berlebihan dan tidak mengenal batas.

Wahbah al-Zuhayli (W. 1436 H) menegaskan bahwa ayat ini memberikan indikasi yang jelas kepada umat manusia untuk tidak mengikuti cara hidup yang melampaui batas seperti yang dilakukan oleh orang-orang Šamūd. Kehidupan mereka yang berlebihan dan penuh dengan pemborosan tidak hanya merugikan diri mereka sendiri, tetapi juga menjadi contoh buruk bagi generasi selanjutnya. Mereka mengabaikan peringatan dan petunjuk yang diberikan oleh Allah serta

¹⁵⁹ Sayyid Qutub, *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an*, Terj. (Jakarta: Gema Insani, 1992), Vol VIII, h. 304.

¹⁶⁰ <https://quran.nu.or.id/asy-syuara/151> di akses pada tanggal 16 Agustus 2024 pukul 1.11

utusan-Nya, sehingga mereka terjatuh dalam kesalahan besar yaitu mengingkari kebenaran yang dibawa oleh para rasul.¹⁶¹

Lebih jauh lagi, perbuatan berlebih-lebihan dalam mengingkari kebenaran Allah dan utusan-Nya adalah bentuk kedurhakaan yang paling parah. Kaum Šamūd tidak hanya hidup dengan boros dan melampaui batas, tetapi mereka juga menentang para nabi yang diutus kepada mereka untuk membawa kebenaran dan petunjuk dari Allah. Sikap keras kepala mereka dalam mengingkari kebenaran membawa mereka kepada kehancuran.

Penafsiran ini mengingatkan kita bahwa Allah menginginkan umat-Nya untuk hidup dengan sederhana, tidak berlebihan, dan selalu mengingat serta mengikuti petunjuk yang diberikan oleh para nabi. Menghindari perilaku berlebih-lebihan adalah salah satu cara untuk tetap berada di jalan yang benar dan mendapatkan ridha Allah. Ketika kita hidup dengan bijaksana, kita tidak hanya menjaga diri kita sendiri dari kerusakan, tetapi juga menjaga hubungan baik dengan Tuhan dan menciptakan lingkungan yang lebih baik bagi orang-orang di sekitar kita.

Dalam konteks modern, penafsiran Wahbah al-Zuhayli (W. 1436 H) relevan untuk mengingatkan kita tentang pentingnya hidup sederhana dan tidak boros. Kita diajarkan untuk menghargai nikmat yang diberikan oleh Allah dan menggunakan sumber daya yang ada dengan bijak. Dengan demikian, kita dapat menghindari perilaku melampaui batas yang dapat merugikan diri sendiri dan masyarakat, serta memastikan bahwa kita selalu berada di jalan yang diridhai oleh Allah.¹⁶²

b. Perspektif *Tafsir Al-Azhar*¹⁶³

Seperti kisah kaum Tsamud Nabi Shaleh mengingatkan tentang bahaya mengikuti pemimpin-pemimpin yang mengajak kepada kehidupan yang mewah dan tidak berperhitungan. Di saat penduduk telah kaya dan makmur, mereka diajak untuk hidup dalam kemewahan yang berlebihan, bahkan membangun berhal sebagai bentuk penghormatan kepada orang-orang berjasa. Namun, niat baik ini justru membawa kehancuran karena mengalihkan mereka dari jalan kebenaran. Ketika kekayaan melimpah tanpa bimbingan moral, harta tersebut akan digunakan untuk hal-hal yang tidak bermanfaat, mengikuti hawa nafsu yang tidak terkendali.

Dalam konteks penafsiran Buya Hamka (W. 1981 M) , kutipan tersebut merujuk pada kaum Samud. Buya Hamka menggunakan kisah kaum Samud sebagai contoh untuk menggambarkan bahaya mengikuti pemimpin yang mendorong kehidupan mewah dan boros tanpa batas.

¹⁶¹ Abdul Hayyie al-Kattani, Wahbah al-Zuhayli, *Tafsir Munir*, Terj. (Jakarta: Gema Insani, 2016), Vol. IV, h. 487-488.

¹⁶² Abdul Hayyie al-Kattani, Wahbah al-Zuhayli, *Tafsir Munir*, Terj. (Jakarta: Gema Insani, 2016), Vol. IV, h. 487-488.

¹⁶³ Buya Hamka, *Tafsir Al-Azhar* (Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd, 2003), vol. VII, h. 5148.

Dalam penjelasannya, Buya Hamka (W. 1981 M) menekankan bahwa kaum Samud, yang memiliki kekayaan dan kemakmuran, diajak oleh pemimpin-pemimpin mereka untuk hidup dalam kemewahan yang berlebihan, termasuk membangun berhal sebagai bentuk penghormatan. Meskipun niat mereka tampaknya baik, hal ini menyebabkan masyarakat semakin jauh dari jalan kebenaran dan berpotensi membawa malapetaka.

Buya Hamka (W. 1981 M) memperingatkan bahwa mengikuti nasihat atau pimpinan yang mendorong perbuatan melanggar ketentuan Allah, seperti menghabiskan harta untuk hal-hal yang tidak bermanfaat, berfoya-foya, dan melakukan maksiat, akan menyebabkan keburukan dan kerusakan. Dalam hal ini, pemimpin yang mengajak kepada perilaku tersebut digambarkan sebagai orang-orang yang membuat kerusakan di bumi dan tidak memperbaiki, sesuai dengan penjelasan dalam ayat yang relevan.

Dengan demikian, konteks Buya Hamka (W. 1981 M) adalah untuk memperingatkan umat Islam terhadap bahaya mengikuti pemimpin atau pengaruh yang mengarah pada perilaku boros dan melanggar ketentuan agama, seperti yang terjadi pada kaum Samud di masa lalu.

3. Q.S Al-an'am ayat 141

وَهُوَ الَّذِي أَنْشَأَ جَنَّاتٍ مَّعْرُوشَاتٍ وَغَيْرَ مَعْرُوشَاتٍ وَالنَّخْلَ وَالزَّرْعَ مُخْتَلِفًا أُكْلُهُ
وَالزَّيْتُونَ وَالرُّمَّانَ مُتَشَابِهًا وَغَيْرَ مُتَشَابِهٍ كُلُوا مِنْ ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَآتُوا حَقَّهُ يَوْمَ حَصَادِهِ
وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ

*“Dialah yang menumbuhkan tanaman-tanaman yang merambat dan yang tidak merambat, pohon kurma, tanaman dengan berbagai macam rasa, serta zaitun dan delima yang serupa dalam bentuk dan warna tetapi berbeda dalam rasa. Makanlah buahnya saat telah berbuah, dan berikanlah haknya (zakat) pada waktu memetik hasilnya. Namun, janganlah berlebihan, karena Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebihan”.*¹⁶⁴

a. Perspektif *Tafsir Al-Munir*¹⁶⁵

Wahbah Az-Zuhaili (W. 1436 H) menjelaskan bahwa penggalan ayat ini memerintahkan umat Islam untuk membayar zakat dari hasil panen, yaitu sebesar sepersepuluh atau seperduapuluh, tergantung pada kondisi irigasi. Namun, ia menekankan bahwa pembayaran zakat ini tidak boleh berlebihan hingga mengorbankan kebutuhan keluarga dan diri sendiri.

¹⁶⁴ <https://quran.nu.or.id/al-an%27am/141> di akses pada tanggal 16 Agustus 2024 pukul 21.54

¹⁶⁵ Abdul Hayyie al-Kattani, Wahbah al-Zuhaili, *Tafsir Munir*, Terj. (Jakarta: Gema Insani, 2016), Vol. IV, h. 347

Dalam kamus bahasa Arab *Lisanul 'Arab*, zakat didefinisikan sebagai "النماء والظهارة والبركة" yang berarti "tumbuh, suci, dan berkah"¹⁶⁶. Dalam konteks ini, zakat menggambarkan sebuah konsep yang mencakup peningkatan atau pertumbuhan dalam kebaikan, penyucian harta dan jiwa, serta membawa berkah bagi yang memberikan dan menerima. Dengan memberikan zakat, seseorang diharapkan dapat membersihkan hartanya, meningkatkan kesejahteraan sosial, dan mendapatkan keberkahan dari Allah.¹⁶⁷

Ayat tersebut juga menyatakan bahwa Allah memberikan izin kepada manusia untuk mengonsumsi tanaman yang telah ditumbuhkannya. Selain itu, kewajiban untuk membayar zakat atas hasil panen ditegaskan, menekankan pentingnya alokasi yang adil antara kewajiban religius dan kebutuhan pribadi.¹⁶⁸

Wahbah Az-Zuhaili (W. 1436 H) juga membahas berbagai pandangan ulama mengenai penafsiran ayat ini. Menurut Ibnu Abbas, ayat tersebut merujuk pada kewajiban zakat yang harus dikeluarkan dari hasil panen dengan takaran sepersepuluh. Berbeda dengan itu, Said bin Jubair berpendapat bahwa ayat ini berisi perintah untuk memberikan sedekah kepada fakir miskin saat panen, tanpa menentukan takaran tertentu. Pendapat ini muncul karena ayat tersebut termasuk dalam kelompok ayat Makkiah, sedangkan kewajiban membayar zakat dengan takaran tertentu baru ditetapkan kemudian di Madinah. Pada akhirnya, perintah ini digantikan dengan aturan zakat yang menetapkan takaran sepersepuluh atau seperduapuluh tergantung pada metode irigasi tanaman.¹⁶⁹

Dalam *tafsir Al-Munir*, Wahbah Az-Zuhaili (W. 1436 H) menekankan pentingnya moderasi dan keseimbangan dalam semua aspek kehidupan, termasuk dalam melakukan kebaikan. Ia mengutip sebuah pepatah yang menyatakan, "tidak ada istilah berlebihan dalam kebaikan, dan tidak ada kebaikan dalam sikap berlebihan." Ungkapan ini digunakan untuk menyoroti bahwa tindakan yang berlebihan, meskipun dalam hal-hal yang baik seperti bersedekah atau makan, tetap tidak dianjurkan.¹⁷⁰

¹⁶⁶ Ibnu Manzur. *Lisanul 'Arab*, (Lebanon: Dar Al-Kotob Al-Ilmiyah, 2009), Vol. II, Juz ke-4, h. 386.

¹⁶⁷ Abdurrahman Sudesi, *Konsep Zakat Pertanian dan Implementasinya Perspektif Penafsiran Wahbah Zuhaili*, Skripsi pada Universitas Islam Negeri Mataram, 2022, hlm. 15.

¹⁶⁸ Heni Fitriani, Kontekstualisasi Israf dan Tabzir dalam Pengelolaan Harta Perspektif Tafsir Al-Munir Karya Wahbah Az-Zuhaili, *Skripsi* pada Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2023), 43-44

¹⁶⁹ Abdul Hayyie al-Kattani, Wahbah al-Zuhaili, *Tafsir Munir*, Terj. (Jakarta: Gema Insani, 2016), Vol. IV, h. 347

¹⁷⁰ Heni Fitriani, Kontekstualisasi Israf dan Tabzir dalam Pengelolaan Harta Perspektif Tafsir Al-Munir Karya Wahbah Az-Zuhaili, *Skripsi* pada Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2023), 43-44

Wahbah Az-Zuhaili (W. 1436 H) menegaskan bahwa meskipun kebaikan adalah hal yang mulia, melakukan kebaikan secara berlebihan dapat menjadi kontraproduktif. Misalnya, dalam hal bersedekah, seseorang harus tetap mempertimbangkan kemampuannya. Jika seseorang bersedekah melebihi batas kemampuannya, hal ini dapat menyebabkan kesulitan bagi dirinya sendiri dan bahkan menjadikannya beban bagi orang lain di masa depan. Oleh karena itu, Az-Zuhaili mengajarkan pentingnya memenuhi kewajiban kepada diri sendiri terlebih dahulu sebelum berinfak kepada orang lain. Ini termasuk memastikan bahwa seseorang dapat memenuhi kebutuhan dasar dirinya dan keluarganya, serta mengelola harta dengan bijaksana untuk masa depan.

Dalam konteks ini, moderasi adalah kunci. Seseorang harus berhati-hati dalam melakukan kebaikan agar tidak melampaui batas yang dapat menimbulkan masalah. Dengan cara ini, seseorang dapat memastikan bahwa tindakannya tidak hanya bermanfaat bagi orang lain tetapi juga tidak merugikan diri sendiri. Az-Zuhaili menekankan pentingnya keseimbangan antara memenuhi kewajiban kepada diri sendiri dan keluarga serta membantu orang lain, sehingga mencapai kehidupan yang harmonis dan tidak menjadi beban bagi orang lain.¹⁷¹

b. Perspektif *Tafsir Al Misbah*¹⁷²

Dalam konteks ayat ini, terdapat penekanan pada pentingnya tanggung jawab sosial bagi setiap individu yang memiliki harta. Islam menegaskan bahwa sebagian dari harta seseorang adalah hak orang lain yang harus ditunaikan. Hal ini diwujudkan dalam bentuk zakat, yang merupakan salah satu rukun Islam dan kewajiban bagi setiap Muslim yang mampu. Zakat bukan hanya sebagai bentuk ibadah, tetapi juga memiliki fungsi sosial yang penting, yaitu membantu mereka yang membutuhkan dan memastikan distribusi kekayaan yang lebih merata dalam masyarakat.

Namun, terdapat perbedaan pandangan di kalangan ulama tentang apakah ayat ini merujuk pada zakat yang diwajibkan dengan ketentuan spesifik seperti kadar dan waktu tertentu. Sebagian ulama berpendapat bahwa zakat dalam bentuk seperti itu baru diwajibkan setelah hijrah ke Madinah. Sebelum itu, perintah untuk membantu orang lain dengan harta tidak memiliki ketentuan yang spesifik dan lebih bersifat umum.

Oleh karena itu, meskipun istilah zakat sering digunakan untuk merujuk pada kewajiban memberikan sebagian harta dengan ketentuan tertentu, Islam juga mengakui adanya kewajiban sosial yang lebih luas, yang mencakup tindakan-kedermawanan dan amal lainnya yang dilakukan tanpa batasan tertentu.

¹⁷¹ Abdul Hayyie al-Kattani, Wahbah al-Zuhaili, *Tafsir Munir*, Terj. (Jakarta: Gema Insani, 2016), Vol. IV h. 348

¹⁷² M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, (Jakarta: Lentera Hati, 2012) h. 315-316

Ini menekankan bahwa kebaikan dan pemberian kepada sesama adalah prinsip dasar yang diakui sejak awal penyebaran Islam.¹⁷³

c. Perspektif *Tafsir Al-Azhar*¹⁷⁴

Ayat tersebut menekankan tiga elemen penting dalam menikmati anugerah yang diberikan oleh Allah. Pertama, terdapat penekanan pada pentingnya mengonsumsi makanan yang berasal dari hasil panen yang baik. Allah telah menyediakan berbagai sumber daya di bumi, termasuk curah hujan yang subur untuk menumbuhkan tanaman. Dengan demikian, hasil panen yang dihasilkan adalah berkah yang layak untuk dinikmati. Konsep ini mengingatkan kita akan nikmat yang diberikan Allah dan pentingnya mensyukurinya dengan cara mengonsumsi makanan yang berkualitas dan baik.

Kedua, ayat ini menyoroti kewajiban untuk memenuhi hak-hak orang lain, terutama bagi mereka yang kurang beruntung. Ketika seseorang memetik hasil panennya, ada tanggung jawab untuk memberikan bagian kepada fakir miskin dan mereka yang membutuhkan. Ini mencerminkan prinsip keadilan sosial dalam Islam, di mana setiap individu diharapkan untuk berbagi rezeki dengan sesama. Kewajiban ini tidak hanya menguntungkan penerima, tetapi juga membantu pemilik rezeki untuk membersihkan hartanya dari unsur-unsur yang tidak baik dan meraih berkah lebih lanjut.

Terakhir, ayat tersebut menegaskan larangan untuk bersikap boros atau royal. Allah mencela perilaku yang menunjukkan pengeluaran berlebihan dan tanpa pertimbangan, karena hal ini dapat mengarah pada sikap konsumtif yang merugikan diri sendiri dan orang lain. Perintah ini sangat penting, mengingat sifat manusia yang cenderung sulit untuk dikendalikan ketika berhadapan dengan harta kekayaan. Harta memiliki potensi untuk memperbudak manusia, menjadikan mereka lebih terfokus pada pemenuhan keinginan dan hawa nafsu tanpa mempertimbangkan batasan moral dan etika. Oleh karena itu, Islam mengajarkan untuk selalu menjaga keseimbangan dalam menikmati rezeki, serta mengingat kewajiban sosial terhadap sesama. Prinsip ini menciptakan harmoni antara kepentingan individu dan tanggung jawab sosial, sehingga mendorong kehidupan yang lebih baik dan lebih Sejahtera.¹⁷⁵

4. Q.S Yusuf ayat 47

قَالَ تَزْرَعُونَ سَبْعَ سِنِينَ دَأْبًا فَمَا حَصَدْتُمْ فَذَرُوهُ فِي سُبُلِهِ إِلَّا قَلِيلًا مِّمَّا تَأْكُلُونَ

¹⁷³ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, (Jakarta: Lentera Hati, 2012) h. 315-316.

¹⁷⁴ Hamka, dalam *Tafsir Al-Azhar* (Jakarta: PT. Citra Serumpun Padi, 2003), Vol. VIII, hlm. 75-77.

¹⁷⁵ Hamka, dalam *Tafsir Al-Azhar* (Jakarta: PT. Citra Serumpun Padi, 2003), Vol. VIII, hlm. 75-77.

"Bercocok tanamlah kamu tujuh tahun berturut-turut! Kemudian apa yang kamu tuai, biarkanlah di tangkainya, kecuali sedikit untuk kamu makan."

a. Perspektif *Tafsir Ibnu Katsir*

Menurut Ibnu Katsir (W. 774 H), terdapat penjelasan yang mendalam mengenai prinsip pengelolaan hasil panen yang diperoleh dalam masa subur selama tujuh tahun. Ditekankan bahwa, berapapun banyaknya hasil panen yang didapat, seluruh hasil tersebut sebaiknya dibiarkan dalam tangkainya untuk disimpan sebagai persediaan jangka panjang. Praktik ini tidak hanya bertujuan untuk menjaga kesegaran hasil panen, tetapi juga untuk mempersiapkan diri menghadapi masa-masa sulit, seperti kelaparan, yang mungkin akan datang setelah periode subur berakhir.

Dengan menyimpan hasil panen dalam tangkainya, masyarakat dapat memastikan bahwa produk tersebut tidak cepat busuk dan tetap dalam kondisi yang baik untuk digunakan di kemudian hari. Dalam konteks ini, tindakan tersebut mencerminkan sikap bijaksana dalam pengelolaan sumber daya, di mana tidak ada yang terbuang sia-sia. Selain itu, pengelolaan yang tepat terhadap hasil panen ini dapat menciptakan ketahanan pangan, sehingga masyarakat tidak terlalu bergantung pada hasil pertanian yang baru.

Prinsip ini juga mengajarkan pentingnya perencanaan dan antisipasi dalam menghadapi tantangan di masa depan. Dengan memiliki persediaan yang cukup, individu dan masyarakat dapat merasa lebih aman dan terlindungi dari kemungkinan krisis pangan yang dapat terjadi akibat perubahan cuaca atau bencana alam. Tindakan untuk menyimpan hasil panen ini menunjukkan betapa Islam mendorong umatnya untuk bersikap proaktif dan bertanggung jawab dalam pengelolaan sumber daya, sehingga kesejahteraan dapat terjaga dalam jangka panjang.¹⁷⁶

Secara keseluruhan, ajaran menurut Ibnu Katsir (W. 774 H) mengenai pengelolaan hasil panen ini tidak hanya relevan dalam konteks pertanian, tetapi juga dapat diterapkan dalam berbagai aspek kehidupan sehari-hari. Ini menekankan pentingnya mempersiapkan masa depan, memiliki sikap bertanggung jawab, serta menjaga keberlanjutan dalam setiap tindakan yang diambil. Dengan demikian, prinsip-prinsip ini berkontribusi pada kesejahteraan individu dan masyarakat, serta menciptakan sistem yang lebih resilien dalam menghadapi berbagai tantangan yang mungkin muncul.¹⁷⁷

b. Perspektif *Tafsir al-Qurtubi*

Menurut Imam Qurtubi (W. 671 H), terdapat anjuran yang jelas mengenai pengelolaan hasil panen biji-bijian. Disarankan agar petani tidak mengeluarkan dan

¹⁷⁶ Al-Dimasyqi, *Tafsir Ibnu Katsir*, Terj. (Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2000), h. 78.

¹⁷⁷ Al-Dimasyqi, *Tafsir Ibnu Katsir*, Terj. (Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2000), h. 78.

menggunakan seluruh hasil panen secara langsung. Sebaliknya, hanya sebagian kecil dari hasil tersebut yang sebaiknya dipanen dan digunakan, sementara sebagian besar dibiarkan untuk memastikan bahwa hasil panen tetap aman dan tidak rusak. Langkah ini bertujuan untuk melindungi hasil pertanian dari kerusakan yang mungkin disebabkan oleh hama atau proses pembusukan.

Pendekatan ini sangat penting dalam konteks pertanian, di mana hasil panen yang berlebihan dapat menyebabkan penumpukan yang berisiko mengalami kerusakan. Dengan membiarkan sebagian hasil panen, petani dapat menjaga agar biji-bijian tersebut tetap dalam kondisi baik untuk digunakan di masa depan. Ini tidak hanya menjamin ketahanan pangan bagi individu dan komunitas, tetapi juga menciptakan siklus pertanian yang lebih berkelanjutan.

Selain itu, tindakan ini mencerminkan sikap hati-hati dan tanggung jawab dalam pengelolaan sumber daya. Dalam perspektif ekonomi, prinsip ini menunjukkan pentingnya tidak hanya memaksimalkan hasil panen saat ini, tetapi juga mempertimbangkan masa depan. Dengan menyimpan sebagian hasil panen, petani dapat memastikan ketersediaan pangan saat masa sulit atau periode kelangkaan tiba. Hal ini sangat relevan, terutama dalam konteks perubahan iklim dan ketidakpastian pertanian yang sering terjadi.

Prinsip Imam Qurtubi (W. 671 H) ini juga dapat diaplikasikan dalam konteks yang lebih luas. Dalam kehidupan sehari-hari, mengelola sumber daya dengan bijaksana dan tidak menghabiskan semua yang dimiliki sekaligus adalah kunci untuk menjaga kestabilan dan keberlanjutan. Dengan mempraktikkan prinsip ini, individu dan masyarakat dapat membangun ketahanan yang lebih baik dalam menghadapi tantangan di masa depan, memastikan bahwa mereka selalu memiliki cadangan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan mereka. Oleh karena itu, pengelolaan hasil panen biji-bijian yang bijak seperti yang diajarkan dalam *Tafsir al-Qurtubi* merupakan pelajaran berharga bagi setiap orang.¹⁷⁸

Sementara itu, Fakhr al-Din al-Razi (W. 1210 M) mengemukakan sebuah metode inovatif untuk menjaga kualitas biji-bijian yang sangat relevan dalam konteks pertanian dan penyimpanan pangan. Salah satu saran yang diajukan adalah dengan menumbuk biji-bijian sebelum digunakan. Metode ini tidak hanya berfungsi untuk mempersiapkan biji-bijian agar siap dipakai, tetapi juga memberikan keuntungan tambahan dalam menjaga kualitas dan kesegaran biji-bijian tersebut.

Dengan menumbuk biji-bijian, sisa bulir yang tertinggal dalam proses ini dapat berfungsi sebagai pelindung alami terhadap kerusakan. Sisa bulir ini menciptakan lapisan tambahan yang dapat membantu mencegah serangan kutu dan hama lainnya yang seringkali menjadi ancaman bagi penyimpanan biji-bijian. Teknik ini memastikan bahwa biji-bijian tetap dalam kondisi baik dan terjaga dari kerusakan yang dapat mengurangi kualitas serta nilai gizinya.

¹⁷⁸ Muhyiddin Masri, Al-Qurthubi, *al-Jami' li Ahkam al-Qur'an*, Terj. (Jakarta: Pustaka Azzam, 2008), Vol IX, h.450.

Metode ini juga mencerminkan pemahaman yang mendalam tentang sifat fisik biji-bijian dan interaksi mereka dengan lingkungan. Dengan memanfaatkan sifat alami biji-bijian dan sisa bulir, *al-Razi* (W. 1210 M) menunjukkan betapa pentingnya pendekatan yang cermat dalam pengelolaan sumber daya. Tindakan ini membantu menciptakan sistem penyimpanan yang lebih efisien, di mana biji-bijian dapat bertahan lebih lama tanpa kehilangan kualitasnya, sekaligus meminimalkan pemborosan.

Dalam praktiknya, teknik menumbuk biji-bijian ini mengajarkan nilai efisiensi dan inovasi dalam pengelolaan pangan. Di era modern, di mana ketahanan pangan menjadi isu global, metode tradisional yang diajukan oleh *al-Razi* dapat memberikan inspirasi bagi teknik penyimpanan dan pengolahan pangan yang lebih baik. Ini mengingatkan kita bahwa terkadang, kembali ke metode yang lebih sederhana dan alami dapat menawarkan solusi yang efektif untuk tantangan yang dihadapi dalam pengelolaan pangan saat ini. Dengan demikian, pandangan *al-Razi* tentang pengolahan biji-bijian menjadi suatu pelajaran berharga yang masih relevan untuk diterapkan dalam konteks pertanian dan ketahanan pangan modern.¹⁷⁹

5. Q.S Yusuf ayat 48

ثُمَّ يَأْتِي مِنْ بَعْدِ ذَلِكَ عَامٌ فِيهِ يُعَاثُ النَّاسُ وَفِيهِ يَعْرِضُونَ

“Kemudian, setelah itu akan datang tujuh tahun yang sangat sulit (masa paceklik) yang akan menghabiskan apa yang telah kamu simpan untuk menghadapinya, kecuali sedikit dari apa (bibit gandum) yang kamu pertahankan.” (QS. Yusuf ayat 48)

a. Perspektif *Tafsir Al-Qurtubi*

Dalam penafsiran ayat tersebut, Imam *al-Qurthubi* (w. 671 H.) memberikan wawasan yang mendalam mengenai siklus ekonomi dan pertanian yang dijelaskan oleh Nabi Yusuf. Beliau menyebutkan bahwa setelah tujuh tahun masa subur yang melimpah, akan datang tujuh tahun masa paceklik dan kemarau. Peringatan ini menggambarkan perubahan drastis dalam kondisi lingkungan yang dapat memiliki dampak signifikan terhadap hasil pertanian.¹⁸⁰

Siklus yang dijelaskan oleh Nabi Yusuf bukan hanya sekadar ramalan tentang cuaca, tetapi juga sebuah pelajaran penting tentang pentingnya perencanaan dan pengelolaan sumber daya. Dalam konteks pertanian, pemahaman tentang adanya masa subur yang diikuti oleh masa paceklik menjadi krusial bagi para petani dan masyarakat. Mereka perlu bersiap-siap untuk

¹⁷⁹ Akhr al-Din *al-Razi*, *Mafatih al-Ghayb* (Beirut: Darul Fikr, 1990), Vol. XVII, h.153.

¹⁸⁰ Muhyiddin Masri, *Al-Qurthubi, al-Jami' li Ahkam al-Qur'an*, Terj. (Jakarta: Pustaka Azzam, 2008), Vol IX, h.450

menghadapi masa-masa sulit tersebut dengan menyimpan hasil panen selama periode subur untuk memastikan ketersediaan pangan saat kelangkaan tiba.

Imam al-Qurthubi (w. 671 H.) menekankan bahwa siklus ini mengajarkan kita tentang ketidakpastian yang inheren dalam kehidupan, di mana kondisi yang baik dapat dengan cepat berubah menjadi tantangan. Ini adalah pengingat bahwa keberlimpahan yang kita nikmati tidak boleh diabaikan dan harus dikelola dengan bijaksana. Perencanaan yang matang dan pengelolaan yang hati-hati selama masa subur akan memungkinkan individu dan masyarakat untuk bertahan selama masa paceklik.

Selain itu, ajaran ini juga mengandung makna sosial yang dalam. Dalam konteks ini, menjaga hubungan dengan sesama melalui berbagi hasil panen dan memberikan bantuan kepada yang membutuhkan selama masa-masa sulit menjadi tanggung jawab sosial yang harus diemban. Kesadaran akan adanya siklus antara kemakmuran dan kesulitan dapat memupuk rasa solidaritas dan kebersamaan dalam komunitas, sehingga mereka dapat saling membantu dan mendukung satu sama lain dalam menghadapi tantangan yang ada. Dengan demikian, ajaran Imam al-Qurthubi dan kisah Nabi Yusuf berfungsi sebagai panduan praktis bagi umat manusia untuk menyiapkan diri menghadapi perubahan dan mengelola sumber daya dengan bijaksana demi kesejahteraan bersama.

Al-Qatadah¹⁸¹ (W. 54 H) menjelaskan berarti bahwa hasil panen harus disimpan dengan hati-hati untuk digunakan sebagai bekal pada masa depan. Maksudnya, selama masa paceklik yang akan datang, masyarakat hanya dapat mengandalkan makanan yang telah mereka simpan dari periode panen sebelumnya karena tidak akan ada hasil panen baru. Ini adalah tindakan pencegahan untuk memastikan ketahanan pangan selama masa-masa sulit.¹⁸²

Nabi Yusuf AS memberikan nasihat yang sangat penting kepada masyarakat selama menafsirkan mimpi Raja. Ia menekankan pentingnya bekerja keras selama periode subur dan menyimpan hasil panen dengan bijak. Yusuf melarang mereka untuk bersikap malas dan menyarankan agar mereka memanfaatkan masa subur secara optimal. Jika mereka tidak melakukannya, hasil panen yang ada mungkin tidak akan mencukupi kebutuhan pangan mereka selama masa paceklik yang akan datang. Nasihat ini menggarisbawahi pentingnya perencanaan dan persiapan untuk menghadapi kemungkinan-kemungkinan yang tidak terduga di masa depan.¹⁸³

¹⁸¹ Rita Musdianti, "Nilai-Nilai Pendidikan Karakter dalam Kisah Nabi Yusuf AS (Telaah Tafsir Al-Azhar Karya Hamka)," pada *Tesis* Universitas Islam Indonesia, 2018, h. 100.

¹⁸² Rita Musdianti, "Nilai-Nilai Pendidikan Karakter dalam Kisah Nabi Yusuf AS (Telaah Tafsir Al-Azhar Karya Hamka)," pada *Tesis* Universitas Islam Indonesia, 2018, h. 100.

¹⁸³ Amir Hamzah Facruddin *Al-Jami' baina ar-Riwayah wa ad-Dirayah min 'Ilm al-Tafsir*, Terj (Jakarta: Pustaka Azzam, 2011), Vol. 64, h. 35

Lebih jauh, Nabi Yusuf menegaskan bahwa penafsirannya bukanlah hasil dari sihir, ramalan, atau keahlian paranormal. Sebaliknya, penafsiran tersebut adalah anugerah langsung dari Allah SWT yang diperoleh berkat ketauhidan dan pendidikan yang diberikan oleh ayahnya, Nabi Ya'qub. Dengan kata lain, Yusuf menegaskan bahwa kemampuan dan pengetahuannya dalam menafsirkan mimpi adalah hasil dari wahyu ilahi dan keyakinan yang mendalam, bukan dari praktik mistis. Ini menunjukkan bahwa pengetahuan Yusuf datang dari sumber yang suci dan diakui oleh Allah, bukan dari praktik-praktik yang tidak sesuai dengan ajaran agama.

b. Perspektif *Tafsir Maqhasidi*

Tafsir Maqhasidi pada ayat 47 dan 48 yang sangat berhubungan dengan *frugal living* adalah Ayat tersebut mengajarkan pentingnya perencanaan keuangan dan pengelolaan harta yang bijaksana. Inti dari ajaran ini adalah bagaimana kita harus mengatur keuangan kita secara prioritas, terutama ketika kita berada dalam masa-masa kelimpahan harta. Konsep yang dianjurkan adalah membagi keuangan kita seperti, kebutuhan sehari-hari, tabungan dan investasi, serta gaya hidup.¹⁸⁴

Contoh Perencanaan keuangan yang bijaksana mengharuskan kita untuk membagi pendapatan ke dalam beberapa kategori dengan prioritas yang jelas. Pertama, kebutuhan sehari-hari yang mencakup pengeluaran yang sangat penting dan tidak bisa dihindari seperti makanan, tempat tinggal, pakaian, dan utilitas. Untuk kategori ini, dialokasikan 50% dari total pendapatan guna memastikan semua kebutuhan dasar terpenuhi tanpa kekurangan.

Kedua, tabungan dan investasi, yaitu menyisihkan sebagian pendapatan untuk masa depan seperti tabungan darurat, investasi saham, dan obligasi. Kategori ini mendapatkan alokasi sebesar 30% dari total pendapatan, yang bertujuan untuk membangun keamanan finansial jangka panjang dan mempersiapkan masa depan.

Terakhir, gaya hidup, yang mencakup pengeluaran yang dapat diatur sesuai sisa pendapatan seperti hiburan, liburan, makan di restoran, dan hobi. Untuk kategori ini, dialokasikan 20% dari total pendapatan agar kita dapat menikmati gaya hidup yang diinginkan tanpa mengorbankan stabilitas finansial. Dengan pembagian ini, keuangan dapat dikelola dengan lebih baik, memastikan kebutuhan dasar terpenuhi, serta menyediakan tabungan dan investasi yang cukup untuk masa depan sambil tetap menikmati gaya hidup sesuai kemampuan.

Dengan pembagian persentase ini, kita dapat memastikan bahwa keuangan kita dikelola dengan bijaksana, memenuhi kebutuhan dasar, menabung dan berinvestasi untuk masa depan, serta tetap menikmati gaya hidup yang sesuai dengan kemampuan finansial.

Ketika kita memiliki pendapatan yang meningkat, ada kecenderungan untuk meningkatkan gaya hidup kita. Namun, tafsir maqasid dari ayat ini mengingatkan kita untuk tetap sederhana. Jika pendapatan kita meningkat, kita sebaiknya meningkatkan investasi dan tabungan, bukan gaya hidup. Hal ini penting karena

¹⁸⁴ Andi Rahman, *Perencanaan Keuangan ala Nabi Yusuf, A.S.*, on youtube <https://www.youtube.com/live/p-k3miNXXVM?si=gNo9aob6Y6JowJBQ> di akses pada tanggal 16 Agustus 2024 pukul 19.46

jika gaya hidup kita meningkat seiring dengan pendapatan, kita akan kesulitan untuk menurunkannya jika pendapatan kita berkurang di masa depan.

Ayat ini mengajarkan bahwa seberapa pun banyaknya uang yang kita miliki, kita harus tetap merasa bahagia dan tidak menjadi beban bagi orang lain di masa yang akan datang. Kebahagiaan sejati tidak datang dari gaya hidup mewah, tetapi dari pengelolaan keuangan yang baik dan hidup sederhana. Dengan memiliki cukup tabungan dan investasi, kita dapat menghadapi masa-masa sulit tanpa harus mengurangi kualitas hidup secara drastis.

Tetapi perlu diingat, Investasi terbaik adalah kedermawanan. Dengan berbagi rezeki dan bersedekah, kita tidak hanya membantu orang lain, tetapi juga mempersiapkan kebahagiaan di akhirat. Sedekah adalah bentuk investasi yang tidak hanya memberikan manfaat jangka panjang di dunia, tetapi juga di akhirat. Dengan demikian, ayat ini mengajarkan kita untuk mengelola keuangan dengan bijak, tetap sederhana, dan selalu ingat untuk berbagi dengan sesama.¹⁸⁵

Konsep *Frugal living* pada penjelasan di atas atau gaya hidup hemat, adalah pendekatan dalam pengelolaan keuangan yang berfokus pada efisiensi, penghindaran pemborosan, dan perencanaan jangka panjang. Dalam konteks ini, ayat-ayat dari Surah Yusuf (12:47-48) memberikan pelajaran berharga tentang perencanaan dan pengelolaan sumber daya yang selaras dengan prinsip-prinsip *frugal living*.

Kesimpulannya, konsep *frugal living* berfokus pada perencanaan yang bijaksana, penyimpanan yang cermat, dan pengelolaan sumber daya yang efisien—semua ini sesuai dengan ajaran dalam Surah Yusuf (12:47-48). Mengintegrasikan prinsip-prinsip ini dalam kehidupan sehari-hari membantu kita memanfaatkan masa kelimpahan dengan bijaksana, mempersiapkan diri untuk masa-masa sulit, dan menjaga gaya hidup yang sederhana. Melalui pengelolaan keuangan yang bijaksana dan kedermawanan, kita dapat mencapai keseimbangan antara kebutuhan saat ini dan persiapan untuk masa depan, sambil terus berbagi dengan sesama untuk kebaikan yang lebih besar.¹⁸⁶ Berikut kaitannya surat Yusuf ayat 47 dan 48 dengan konsep *Frugal living*

1. Konsep *Frugal Living* dalam Pengelolaan Hasil Panen

Dari perspektif *frugal living*, ajaran Nabi Yusuf menekankan pentingnya tidak hanya memanfaatkan hasil panen secara maksimal selama masa subur, tetapi juga merencanakan dan menyimpan sebagian hasil tersebut untuk masa depan. Ini mencerminkan pemahaman bahwa kondisi yang baik tidak selalu bertahan dan bahwa perencanaan untuk masa-masa sulit adalah kunci untuk menjaga ketahanan ekonomi. Dalam hal ini, tindakan menyimpan hasil panen mencerminkan sikap

¹⁸⁵Andi Rahman, *Perencanaan Keuangan ala Nabi Yusuf, A.S.*, on youtube <https://www.youtube.com/live/p-k3miNXXVM?si=gNo9aob6Y6JowJBQ> di akses pada tanggal 16 Agustus 2024 pukul 19.46

¹⁸⁶Andi Rahman, *Perencanaan Keuangan ala Nabi Yusuf, A.S.*, on youtube <https://www.youtube.com/live/p-k3miNXXVM?si=gNo9aob6Y6JowJBQ> di akses pada tanggal 16 Agustus 2024 pukul 19.46

bijaksana yang harus diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, di mana kita perlu mengelola sumber daya yang kita miliki dengan hati-hati dan tidak berlebihan.

2. Pentingnya Penyimpanan untuk Ketahanan Pangan

Pentingnya menyimpan hasil panen dengan hati-hati. Ini tidak hanya memastikan bahwa ada pasokan makanan selama masa paceklik, tetapi juga menciptakan ketahanan pangan yang sangat dibutuhkan dalam menghadapi situasi yang tidak terduga. Dalam konteks *frugal living*, penyimpanan hasil panen dapat dilihat sebagai bentuk investasi untuk masa depan. Dengan memiliki cadangan, individu dan komunitas dapat melindungi diri dari krisis yang mungkin muncul akibat perubahan cuaca, bencana alam, atau faktor lain yang dapat mempengaruhi hasil pertanian.

3. Nasihat Untuk Berhemat dan Bertanggung Jawab

Nasihat Nabi Yusuf untuk bekerja keras dan tidak bersikap malas selama masa subur sangat relevan dalam penerapan prinsip *frugal living*. Hal ini menekankan pentingnya disiplin dalam mengelola sumber daya dan memanfaatkan setiap kesempatan yang ada. Sikap bertanggung jawab terhadap hasil panen dan sumber daya lainnya menciptakan budaya hemat, yang akan bermanfaat dalam jangka panjang. Dalam kehidupan modern, ini dapat diterapkan dalam berbagai aspek, seperti pengelolaan keuangan, konsumsi, dan keberlanjutan.

4. Kesadaran Sosial dalam *Frugal Living*

Lebih jauh, ajaran yang terkandung dalam kisah Nabi Yusuf juga mengingatkan kita akan tanggung jawab sosial. Ketika masa paceklik datang, penting untuk berbagi dengan mereka yang kurang beruntung. Konsep *frugal living* tidak hanya tentang pengelolaan sumber daya individu, tetapi juga tentang kepedulian terhadap sesama. Dengan memastikan bahwa ada cukup persediaan untuk berbagi, kita dapat menciptakan rasa solidaritas dan kebersamaan dalam komunitas.¹⁸⁷

¹⁸⁷ Rita Musdianti, "Nilai-Nilai Pendidikan Karakter dalam Kisah Nabi Yusuf AS (Telaah Tafsir Al-Azhar Karya Hamka)," pada *Tesis* Universitas Islam Indonesia, 2018, h. 120.

BAB IV PENUTUP

A. Kesimpulan

Frugal living adalah gaya hidup yang menitikberatkan pada pengelolaan keuangan yang hemat dan bijaksana, bertujuan mencapai kestabilan finansial serta kebahagiaan jangka panjang. Konsep ini bukan sekadar hidup hemat, tetapi melibatkan pemikiran dan keputusan finansial yang matang, dengan prioritas pada pengeluaran yang bernilai dan mengurangi pemborosan. *Frugal living* mendorong kesederhanaan, kemandirian, dan kesadaran dalam menggunakan sumber daya, mencakup pertimbangan dampak lingkungan serta sosial. Ini bukan tentang hidup dalam kekurangan, melainkan membangun keseimbangan yang optimal dalam kebutuhan hidup, memungkinkan seseorang menikmati kehidupan tanpa tekanan keuangan yang berlebihan.

konsep *frugal living* dalam perspektif Al-Qur'an dapat menjadi solusi penting untuk menanggulangi gaya hidup hedonis dan konsumtif yang marak di kalangan masyarakat modern, khususnya generasi milenial. Dalam pandangan Islam, hidup secara hemat atau tidak berlebihan bukan hanya sekadar pengaturan finansial, tetapi juga bagian dari ajaran moral yang menekankan pada kesederhanaan, rasa syukur, dan penggunaan sumber daya yang bijaksana. Al-Qur'an secara eksplisit mengingatkan umatnya untuk menjauhi sifat israf atau berlebihan, dan menekankan pentingnya menjalani kehidupan yang sesuai kebutuhan, tidak tergoda oleh keinginan semata. Fenomena gaya hidup konsumtif, didorong oleh budaya sosial dan keinginan untuk diakui, memiliki dampak negatif terhadap kesejahteraan pribadi, sosial, dan lingkungan. Perilaku ini sering kali menyebabkan seseorang terjebak dalam lingkaran utang, tekanan sosial, dan kecemasan. *Frugal living* sebagai alternatif berlandaskan nilai-nilai Islam, mengajak masyarakat untuk lebih sadar akan penggunaan sumber daya dengan bijak dan untuk memilih kepuasan yang berkelanjutan daripada kesenangan sesaat. Dengan menerapkan prinsip hidup sederhana, seseorang bisa meningkatkan ketahanan finansial, mengurangi stres, dan mencapai kualitas hidup yang lebih baik, sambil tetap menjaga keseimbangan antara kepentingan dunia dan akhirat.

Penelitian ini juga menyoroti bahwa *frugal living* bukan sekadar solusi jangka pendek untuk mengatasi krisis keuangan pribadi, melainkan merupakan pola hidup yang selaras dengan prinsip keberlanjutan. Dengan membatasi konsumsi berlebihan, pola hidup hemat dapat berkontribusi pada pengurangan dampak negatif terhadap lingkungan. Selain itu, konsep ini mendorong umat Muslim untuk meningkatkan kesadaran akan penggunaan harta sebagai amanah dari Allah, yang sebaiknya dimanfaatkan seoptimal mungkin dalam membantu orang lain yang membutuhkan, bukan hanya untuk memenuhi hasrat pribadi

Selain itu, *Frugal Living* mempunyai Implementasi gaya hidup hemat. *frugal living* sangat penting dalam pengelolaan keuangan individu. Melalui langkah-langkah praktis seperti pembuatan anggaran yang rinci dan pengendalian pengeluaran, individu dapat mengidentifikasi area di mana mereka dapat menghemat uang.

Kesadaran akan pentingnya berhemat bukan hanya untuk membatasi pengeluaran, tetapi juga untuk memahami dampak setiap keputusan finansial yang diambil. Dengan memberikan prioritas pada kebutuhan yang lebih penting dan menghindari pembelian impulsif, individu dapat mencapai kestabilan finansial yang lebih baik.

Frugality mengajak individu untuk menolak tekanan konsumsi dan fokus pada pengurangan pengeluaran yang tidak perlu. Dengan mengedepankan kebutuhan yang nyata dan mengeliminasi barang-barang yang tidak diperlukan, seseorang tidak hanya dapat meningkatkan tabungan tetapi juga menciptakan ruang untuk pengalaman yang lebih memuaskan dalam hidup. Gaya hidup hemat memberikan fleksibilitas untuk disesuaikan dengan kebutuhan dan tujuan pribadi, memungkinkan individu untuk mengelola waktu dan sumber daya dengan lebih efektif.

Selanjutnya, literasi keuangan merupakan aspek penting yang mendukung implementasi frugal living. Dengan pemahaman yang baik tentang manajemen keuangan, individu dapat membuat keputusan yang lebih bijaksana dan merencanakan masa depan dengan lebih baik. Pendidikan literasi keuangan yang dimulai sejak dini akan membentuk pola pikir yang sehat tentang pengelolaan uang, yang pada gilirannya dapat mencegah kesulitan finansial di kemudian hari. Literasi keuangan bukan hanya tentang pengelolaan uang, tetapi juga tentang mengedukasi masyarakat untuk membuat pilihan yang cerdas dan meningkatkan kesejahteraan ekonomi secara keseluruhan.

Secara keseluruhan, gaya hidup hemat dan literasi keuangan saling berkaitan dalam menciptakan fondasi yang kuat untuk stabilitas finansial. Ketika individu dapat mengelola keuangan mereka dengan baik, tidak hanya kualitas hidup mereka yang meningkat, tetapi juga kontribusi mereka terhadap pertumbuhan ekonomi masyarakat. Oleh karena itu, penting bagi setiap individu untuk mengadopsi prinsip-prinsip frugal living dan meningkatkan literasi keuangan demi mencapai tujuan keuangan yang lebih baik dan kehidupan yang lebih sejahtera.

Frugal living, sebagai sebuah filosofi kehidupan, bertujuan untuk membawa manfaat berkelanjutan baik bagi individu maupun masyarakat. Salah satu tujuan utamanya adalah mengelola keuangan dan sumber daya secara bijaksana untuk mencapai stabilitas finansial yang kokoh. Dengan mengendalikan pengeluaran dan meningkatkan tabungan, individu dapat merencanakan masa depan yang lebih baik, mengurangi stres keuangan, dan menghindari jebakan utang yang berkepanjangan.

Selain itu, *frugal living* berkontribusi pada pengurangan pemborosan dan konsumsi yang berlebihan, membantu menjaga keberlangsungan lingkungan. Tujuan lainnya adalah meraih kesejahteraan hidup melalui pengelolaan keuangan yang baik, yang memungkinkan individu untuk mengembangkan keterampilan dan pengetahuan dalam mengelola uang secara efektif. *Frugal living* tidak hanya berfokus pada aspek finansial, tetapi juga mendorong individu untuk mengevaluasi prioritas hidup yang sejati, berfokus pada kebahagiaan, kesehatan, dan hubungan interpersonal yang bermakna. Dengan demikian, frugal living memberdayakan individu untuk hidup lebih bijaksana secara finansial, menghargai apa yang dimiliki, dan menemukan kedamaian serta kebahagiaan dalam kesederhanaan. Berikut ini adalah penjelasan

mendalam mengenai perspektif beberapa tafsir terkait perintah dalam Al-Qur'an tentang berpakaian, makan, minum, dan hidup secara sederhana tanpa berlebihan.

Dalam *Tafsir Al-Misbah* karya Quraish Shihab, ayat-ayat mengenai berpakaian indah untuk ibadah menegaskan kewajiban setiap individu untuk menjaga kesopanan, terutama saat memasuki tempat ibadah. Hal ini juga mencakup konsumsi makanan halal yang bermanfaat dan tidak berlebihan, sebagai cerminan rasa syukur dan keseimbangan hidup. Perspektif dari *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an* oleh Sayyid Qutb menyatakan bahwa pemakaian pakaian baik saat ibadah mengingatkan pentingnya kesopanan, serta menjadi peringatan untuk tidak berlebihan dalam menikmati rezeki yang diberikan oleh Allah. Konsumsi yang wajar menunjukkan rasa syukur dan penghormatan terhadap nikmat-Nya.

Terkait Q.S As-Syu'ara Ayat 151, dalam *Tafsir Al-Munir* oleh Wahbah al-Zuhayli dan *Tafsir Al-Azhar* oleh Buya Hamka, ayat ini memperingatkan agar tidak mengikuti orang-orang yang berlebihan, seperti kaum Šamūd, yang gaya hidupnya penuh kemewahan hingga membawa mereka pada kerusakan. Kedua tafsir menyoroti bahaya keborosan yang merusak diri dan masyarakat.

Kemudian, dalam Q.S Al-An'am Ayat 141, Wahbah Az-Zuhaili menekankan bahwa ayat ini mencakup kewajiban zakat hasil panen dan peringatan untuk tidak boros, menjaga keseimbangan dalam memenuhi kebutuhan pribadi serta hak orang lain. Quraish Shihab dalam *Tafsir Al-Misbah* menekankan tanggung jawab sosial dalam harta yang dimiliki, sementara Buya Hamka menegaskan pentingnya tidak membiarkan harta memperbudak manusia serta menjaga keseimbangan hidup.

Pada Q.S Yusuf Ayat 47-48, ayat ini berfokus pada konsep *frugal living* dan pengelolaan sumber daya secara bijak. Dalam *Tafsir Ibnu Katsir*, disarankan untuk menyimpan sebagian hasil panen untuk mengantisipasi masa sulit. Penafsiran Imam Al-Qurtubi dan Fakhr al-Din al-Razi menyebutkan metode penyimpanan dan pengelolaan yang efektif, menunjukkan pentingnya perencanaan untuk kesejahteraan jangka panjang.

Setiap tafsir memberikan pemahaman tentang pentingnya hidup sederhana dan tidak berlebihan sebagai bentuk rasa syukur dan tanggung jawab sosial, yang bertujuan untuk menciptakan keseimbangan dan kesejahteraan bersama. Berbagai tafsir mengenai perintah dalam Al-Qur'an tentang kesederhanaan dalam berpakaian, makan, minum, dan mengelola harta sangat relevan dengan konsep *frugal living*. Dalam pandangan ulama seperti Quraish Shihab, Sayyid Qutb, Wahbah al-Zuhayli, dan Buya Hamka, hidup sederhana merupakan bentuk nyata dari rasa syukur dan penghargaan atas rezeki Allah. Tafsir mereka menekankan pentingnya menghindari berlebihan, baik dalam penampilan maupun konsumsi, sebagai cara menjaga keseimbangan, menghindari keborosan, dan memperhatikan kesejahteraan masyarakat.

Konsep *frugal living*, yang menekankan penggunaan sumber daya secara bijak dan perencanaan jangka panjang, juga tercermin dalam tafsir terkait ayat-ayat tentang zakat, pengelolaan hasil panen, serta peringatan untuk tidak hidup bermewah-mewahan. Dengan demikian, prinsip *frugal living* sejalan dengan nilai-nilai yang

diajarkan dalam Islam tentang kesederhanaan, pengendalian diri, dan tanggung jawab sosial, yang bertujuan menciptakan kesejahteraan bersama di dunia dan akhirat.

B. Saran

Dengan adanya penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan perbaikan dan juga acuan agar terciptanya sebuah penelitian-penelitian selanjutnya. Dalam hal ini yang dimaksudkan adalah khusus dalam penelitian mengenai *Frugal Living* Perspektif Al-Qur'an. Penelitian ini juga diharapkan semoga bisa menjadi bagian dari sumber-sumber tambahan umumnya pada penelitian di lembaga pendidikan dan khususnya pada penelitian di Universitas PTIQ Jakarta.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmad St, H. (2012). *Kamus Munawwar* (Vol. IX, p. 374). Semarang: PT. Karya Toha Putra.

Al-A'raf: 31. (n.d.). Quran NU. Retrieved August 16, 2024, from <https://quran.nu.or.id/al-araf/31>

Al-Asfahani. *Al-Mufradat fi al-faz al-Qur'an*. Riyadh: Maktabah Al-Baz.

Al-Dimasyqi. (2000). *Tafsir Ibnu Katsir*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.

Al-Hakim, Al-Tirmidzi. (2019). *Hikayat Aulia: Ilmu Para Wali Allah*. Cetakan 1. Asyik dan Mendidik.

Al-Kattani, A. H., & al-Zuhayli, W. (2016). *Tafsir Munir*. Jakarta: Gema Insani.

Al-Marâgî, A. M. (1974). *Tafsîr al-Marâgî*. Juz 19. Mesir: Mustafa AlBabi Al-Halabi.

Al-Maraghi, A. M. (1993). *Tafsir al-Maraghi*. Semarang: Toha Putra.

Al-Qurtubî, M. I. A. (1999). *Tafsir al-Qurtubi al-jami' li-ahkam al-Quran*. Cairo: Dar wa-Matabi al-Shab.

Anwar, M. (2020). *Pengantar Dasar Ilmu Manajemen*. Jakarta: Kencana.

Aslidah, A. (2022). "Strategi orang tua dalam menanamkan karakter hemat pada anak sejak usia dini." *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. Samarinda: Universitas Widya Gama Mahakam.

Asriyana, dkk. (2024). "Gaya hidup frugal living dalam penggunaan kartu kredit menurut pandangan Islam." *Jurnal JAMBURA*, 6. Makassar: Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi YPUP.

Departemen Pendidikan Nasional. (2005). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.

Denton, J. (2021). *Frugal living: How to manage your money, set up a budget & achieve financial success*. London: Penerbit James Denton.

Desiana, N. (2023). "Dinamika gaya hidup hemat di kalangan mahasiswa selama pandemi COVID-19: Studi pada mahasiswa di Kelurahan Kampung Baru." *Skripsi*, Universitas Lampung.

Enghariano, Desri Ari. (2019). "Syukur dalam Perspektif al-Qur'an." *El Qanuny*, vol. 5, no. 2, h. 277. IAIN Padangsidempuan.

Facruddin, A. H. (2011). *Al-Jami' baina ar-Riwayah wa ad-Dirayah min 'Ilm al-Tafsir*. Jakarta: Pustaka Azzam.

Firdausiyah, J. (2023). "Isrāf dalam perspektif Al-Qur'an (studi tafsir tematik)." *Skripsi*, IAIN Ponorogo.

Fitriani, H. (2023). "Kontekstualisasi israf dan tabzir dalam pengelolaan harta: Perspektif Tafsir Al-Munir karya Wahbah Az-Zuhaili." *Skripsi*, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Green, A. (n.d.). *Frugal living made easy: A guide to simple living*. Washington: Speedy Publishing LLC.

Habibullah, E. S. (2000). "Etika Konsumsi dalam Islam." *Ad-dinar Jurnal Ekonomi dan Bisnis Islam*, h. 94.

Habybillah, dkk. (2016). "Pengaruh pendidikan ekonomi di lingkungan keluarga, status sosial ekonomi orang tua, dan financial literacy diintermediasi melalui gaya hidup terhadap sikap hidup hemat siswa MA Negeri II Kota Batu Malang." *Jurnal National Conference on Economic Education*. Malang: Universitas Negeri Malang.

Hamka. (1999). *Tafsir Al Azhar*. Jilid XV. Jakarta: PT Pustaka Panji Mas.

Hamka. (2003). *Tafsir Al-Azhar* (Vol. VII). Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd.

Hariani, A. (2022). "Frugal living: Gaya hidup yang cocok untuk anak muda." Pajak.com. Diakses pada 29 Oktober 2022, pukul 11:27, dari <https://www.pajak.com>

Hidayat, A. R. (2022). "Isrāf dalam Al-Qur'an: Kajian tafsir tematik." *Skripsi*, IAIN Palopo.

Ikbal, M. (2014). "Tujuan pendidikan dalam surah Al-Furqan ayat 63-77." *Skripsi*, UIN Sumatera Utara.

Indahsari, E. (n.d.). "Dampak pembelajaran ekonomi terhadap sikap hidup hemat pada siswa kelas XI MAN Pasuruan." *Skripsi*, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Inayati, D. N. I., (2024). "Penerapan konsep frugal living dalam perencanaan keuangan pribadi." *Jurnal Social Science Research*. Tulungagung: UIN Sayyid Ali Rahmatullah.

Irda, U. S. (2023). "Peran guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan budaya hidup hemat siswa di Sekolah Menengah Atas Cendana Pekanbaru." *Skripsi*, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Ismail, M. (2019). "Hedonisme dan pola hidup Islam." *Jurnal Ilmiah Islamic Resources*. Makassar: FAI-UMI.

Ismail, dkk. (2023). "Larangan al-israf dan dzulm dalam praktik ekonomi Islam." *Global Islamic Economic Studies*. Sumatera Utara: Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

Khotimah, K. (2020). "Wujud bela negara melalui pendidikan budaya hemat energi." *Jumlah Pertahanan dan Bela Negara*. Tangsel: Alifia Books.

Kurniadi, dkk. (2023). "Perilaku hedonis dalam al-Qur'an: Studi atas term al-israf Q.S al-A'raf ayat 31." *Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman dan Kemasyarakatan*. Makassar: Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.

Kusumawardhany, P. A., M. (2022). "Frugal lifestyle trend among generation Z: How do they spend money?" *Jurnal INSYMA*. Surabaya: Universitas Surabaya.

Latifatuzulaikhah. (2022). "Hidup Sederhana Menurut Al-Qur'an: Studi Surah Al-Isra Ayat 29 dalam Perspektif Tafsir Al-Misbah Karya Muhammad Quraish Shihab." *Skripsi*. Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kudus.

Liputan6. "Riset Milenial: Relasi Terlilit Utang demi Gaya Hidup dan Pergaulan." *Liputan6*. Diakses pada 24 November 2023, pukul 24.30 WIB. URL: <https://www.liputan6.com/bisnis/read/3469682/riset-milenial-rela-terlilit-utang-demi-gaya-hidup-dan-pergaulan?page=4>

Mahendra, W. (2022). "Nilai-nilai Kesederhanaan dalam Al-Qur'an: Perspektif Tafsir Al-Azhar dan Al-Mishbah." *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Maisyarah, Anisa, dan Nurwahidin. (2022). "Pandangan Islam tentang Gaya Hidup Frugal Living: Analisis Terhadap Ayat dan Hadits." *Tadarus Tarbawy*, vol. 4, no. 2, Juli-Desember 2022, h. 89. Universitas Indonesia.

Maulana, I., dkk. (2020). "Pengaruh social media influencer terhadap perilaku konsumtif di era ekonomi digital." *Majalah Ilmiah Bijak*. Bandung: Universitas Padjajaran.

Musbiratuzzahro, A. (n.d.). "Konsep hemat menurut Badiuzzaman Annursi dalam kitab Al-Lama'at dan korelasinya terhadap tren frugal living." *Skripsi*, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.

Musdianti, R. (2018). "Nilai-nilai pendidikan karakter dalam kisah Nabi Yusuf AS (Telaah Tafsir Al-Azhar karya Hamka)." *Tesis*, Universitas Islam Indonesia.

Maulina, E., & Rohayedi. (2020). "Konsumerisme dalam Perspektif Islam." *Jurnal Transformatif*.

Muslihah, Siti Falihatul. (2023). "Konsep Frugal Living dalam Al-Qur'an (Studi Tematik)." *Skripsi*, Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Nawawi, Muhammad. (2016). *Tafsir al-Munir Marah Labid*. Jilid IV. Bandung: Sinar Baru Algesindo.

Ningrum, P. W., dkk. (2022). "Penguatan literasi keuangan terhadap siswa melalui budaya menabung di SD IT Al Muttaqin." *Jurnal Nusantara*. Medan: Universitas HKBP Nommensen.

Nugraheni. (n.d.). "Perbedaan Kecenderungan Gaya Hidup Hedonis Pada Remaja Ditinjau Dari Lokasi Tempat Tinggal." *Skripsi*, Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Perdana, Y. I. (2018). "Penafsiran Fakhruddin Al-Razi Tentang Ayat-Ayat Isrāf Dan Tabdzir Serta Relevansinya Dengan Kehidupan Modern." *Skripsi*, UIN Imam Bonjol Padang.

Pierce, A. (2013). *Frugal Living: How to Save Money and Live on a Budget*. Washington: Speedy Publishing LLC.

Pulungan, D. R., & Febriyati, H. (2018). "Pengaruh gaya hidup dan literasi keuangan terhadap perilaku konsumtif mahasiswa." *Jurnal Riset Sains Manajemen*. Medan: Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Qaradhawi, Y. (1985). *Islam Ekstrem*. Bandung: Mizan.

Qaradhawi, Y. (1997). *Norma dan Etika Ekonomi Islam*. Cetakan 1. Gema Insani.

Qurratul Aini, Z. (n.d.). "Hidup sederhana menurut Al-Qur'an (studi tafsir tematik)." *Tesis*, UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Rahman, A. (2024, August 16). "Perencanaan keuangan ala Nabi Yusuf, A.S." [Video]. YouTube.
<https://www.youtube.com/live/pk3miNXXVM?si=gNo9aob6Y6JowJBQ>

Rahman, Andi, Dr. (2022). *Menjadi Peneliti Pemula Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*. Jakarta: Program Studi Ilmu Al-Quran dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin, Universitas PTIQ.

Rosyadah, Umi, dan Lailatul Masudah. (2022). "Larangan Berlebih-lebihan dalam Al-Qur'an." *JADID: Journal of Quranic Studies and Islamic Communication*, vol. 02, no. 01, h. 139. Gresik: Institut Keislaman Abdullah Faqih.

Rusmana, Dadan, M.Ag. (2015). *Metodologi Penelitian Al-Qur'an dan Tafsir*. Bandung: Pustaka Setia.

Senduk, S. (2004). *Siapa Bilang Jadi Karyawan Nggak Bisa Kaya; Lima Kiat Praktis Mengelola Gaji Agar Bisa Kaya*. Jakarta: Elex Media Komputindo.

Shihab, M. Q. (2012). *Tafsir al-Misbah: Pesan, kesan, dan keserasian Al-Qur'an*. Jakarta.

Silalahi, C. A. P., dkk. (2022). "Pendidikan literasi keuangan: Manfaat menabung dan cara menabung." *Prosiding Seminar Nasional Hasil Pengabdian*. Medan: Universitas Muslim Nusantara Al Washliyah.

Sudesi, A. (2022). "Konsep zakat pertanian dan implementasinya perspektif penafsiran Wahbah Zuhaili." *Skripsi*, Universitas Islam Negeri Mataram.

Sukoco, D. (2018). "Konsep tabdhir dan israf dalam kajian ekonomi syari'ah." *Skripsi*, IAIN Ponorogo.

Taylor-Hough, D. (2003). *Frugal Living for Dummies*. Canada: Wiley Publishing, Inc.

Tirto.id. (2024). "Arti frugal living, apa saja manfaat & bagaimana menerapkannya." Diakses pada 20 April 2024, pukul 17:06, dari <https://tirto.id/arti-frugal-living-apa-saja-manfaat-bagaimana-menerapkannya-gNiT>

Wahyudi, J., & Desiyana. (2023). "Mengukir kebahagiaan dalam pola hidup sederhana, mungkinkah?" *Jurnal Manajemen Pendidikan*. Palembang: Universitas Islam Negeri Raden Fatah.

Warsono. (2010). "Prinsip-prinsip dan praktik keuangan pribadi." *Jurnal Science*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.

White, J. (2021). *The frugal life and why we should educate for it*. London Review of Education. UK: London, Institute of Education.

Wibowo, E. J. (2020). *Pengembangan bahan ajar tema selalu hemat energi berbasis e-learning untuk peningkatan hasil belajar siswa tunarungu. Special and Inclusive Education*. Jogjakarta: UIN Sunan Kalijaga.

Yushita, A. N. (2017). "Pentingnya literasi keuangan bagi pengelolaan keuangan pribadi." *Jurnal Nominal*. Jogjakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.

Yusuf, Kadar M., Dr., M.Ag. (2009). *Studi Al-Qur'an*. Jakarta: Amzah.

Yunus, M. (1922). *Kamus Arab-Indonesia*. Jakarta: PT Hida Karya Agung.

Zadah Faydhullah Al-Husayni. (1986). *Fathurrahman li Thalibil Ayatil Qur'an*. Bandung: Penerbit Diponegoro.

Nst, V. F. H., et al. (2023). "Prinsip equilibrium perilaku berkonsumsi dalam perspektif Al-Qur'an surat Al-Furqan ayat 67." *Management Studies and*

Entrepreneurship, 1-15. Sumatera Selatan: Universitas Negeri Sumatera Selatan.

BIOGRAFI PENULIS

Ratu Nur Aulia, sosok yang lahir di Rumpin, Bogor pada tanggal 13 September 1998, merupakan buah kasih sayang dari pasangan Lilis Cholisni dan H. Tb Busro. Sejak dini, Ratu telah menunjukkan minat yang besar pada dunia pendidikan agama. Hal ini terlihat dari pilihannya menempuh pendidikan dasar di TK Islam El Syifa, lalu melanjutkan ke SDN Tamansari 02.

Minatnya yang semakin dalam pada ilmu agama mengarahkan Ratu untuk mendalami ilmu agama di pesantren. Selama tiga tahun, ia menimba ilmu di Pondok Pesantren Babussalam, Tangerang. Setelah itu, semangatnya untuk menggali lebih dalam Al-Qur'an membawanya ke Pondok Pesantren Al-Mustaqimiyah. Di sini, Ratu berhasil menyelesaikan hafalan 30 juz Al-Qur'an dan meraih ijazah sanad Al Qur'an setelah enam tahun belajar. Sembari memperdalam ilmu agama, Ratu juga tidak melupakan pendidikan formalnya. Ia berhasil menyelesaikan pendidikan menengah atas di MAN 2 Kabupaten Bogor.

Perjalanan akademik Ratu berlanjut di Perguruan Tinggi Ilmu Al-Qur'an (PTIQ) Jakarta. Di sini, ia memilih jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir dengan mengambil program unggulan Tahfidz 30 Juz. Pilihan ini semakin memperkuat dedikasinya dalam mendalami Al-Qur'an.

Kini, Ratu telah menemukan kebahagiaan rumah tangga bersama Syarif Hidayatullah. Kisah hidupnya menjadi inspirasi bagi banyak orang, khususnya bagi mereka yang ingin mendalami ilmu agama dan meraih prestasi akademik yang gemilang.

