

**SIKAP ZUHUD DALAM AL-QUR'AN SOLUSI TERHADAP  
FENOMENA *FLEXING* DI MEDIA SOSIAL**



**RAUDHATUL JANNAH ILYAS  
NIM. 231006027**

Tesis Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
untuk Mendapatkan Gelar Magister  
dalam Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

**PASCASARJANA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY  
DARUSSALAM BANDA ACEH  
2025 M / 1447 H**

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**SIKAP ZUHUD DALAM AL-QUR'AN SOLUSI TERHADAP  
FENOMENA *FLEXING* DI MEDIA SOSIAL**

**RAUDHATUL JANNAH ILYAS**

**NIM: 231006027**

**Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir**

Tesis ini Sudah dapat Diajukan Kepada  
Pascasarjana UIN Ar-Raniry Banda Aceh untuk diujikan  
Dalam ujian Tesis

**Menyetujui,**

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

Prof. Dr. Fauzi Saleh, S.Ag., Lc., M.A

Dr. Hj. Nurjannah Ismail, M.A

**LEMBAR PENGESAHAN**

**SIKAP ZUHUD DALAM AL-QUR'AN SOLUSI TERHADAP  
FENOMENA *FLEXING* DI MEDIA SOSIAL**

**RAUDHATUL JANNAH ILYAS**

**NIM: 231006027**

**Program Studi Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir**  
Telah dipertahankan di Depan Tim Penguji Tesis  
Pascasarjana Universitas Islam Negeri (UIN) Ar-Raniry  
Banda Aceh

Tanggal: 20 Agustus 2025 M

26 Safar 1447 H

**TIM PENGUJI**

Ketua,



Dr. Khairizzaman, M. Ag

Penguji,



Prof. Dr. Damanhuri Basyir, MA

Penguji,



Prof. Dr. Fauzi Saleh, S.Ag., Lc., MA

Sekretaris,



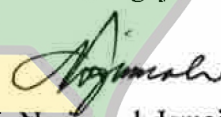
Mullajir, M. Ag

Penguji,



Zuherni AB, M. Ag, Ph.D

Penguji,



Dr. Hj. Nurjannah Ismail, M.A

Banda Aceh, 20 Agustus 2025

Pascasarjana  
Universitas Islam Negeri (UIN) Ar-Raniry  
Direktur,



**Prof. Eka Srimulyani, M.A., Ph.D.**

**Nip. 19770219 199803 2 001**



## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang Bertanda Tangan Di bawah ini:

Nama : Raudhatul Jannah Ilyas

Tempat Tanggal Lahir : Sabang, 26 Juli 1995

NIM : 231006027

Prodi : Ilmu Al-Qur'an Tafsir

Menyatakan bahwa tesis ini merupakan hasil karya penulis sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar magister di suatu perguruan tinggi dan dalam tesis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis atau diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banda Aceh, 20 Agustus 2025

Saya yang menyatakan,



**Raudhatul Jannah Ilyas**

**NIM: 231006027**

## PEDOMAN TRANSLITERASI DAN SINGKATAN

Untuk memudahkan penulisan tesis ini, ada beberapa aturan yang menjadi pegangan penulis, penulis menggunakan transliterasi dengan mengikuti format yang berlaku pada Pascasarjana Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh, sebagaimana tercantum dalam buku panduan penulisan tesis dan disertasi tahun 2018. Transliterasi ini dimaksud untuk sedapatnya mengalihkan huruf, bukan bunyi, sehingga apa yang ditulis dalam huruf latin dapat diketahui bentuk asalnya dalam tulisan Arab. Dengan demikian diharapkan kerancuan makna dapat terhindarkan.

Fonem konsonan bahasa Arab yang di dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, di dalam tulisan transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf, sebagian dengan tanda, dan sebagian dengan huruf dan tanda sekaligus, sebagaimana berikut:

### 1. Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	-	Tidak dilambangkan
ب	Ba'	B	Be
ت	Ta'	T	Te
ث	Sa'	TH	Te dan Ha
ج	Jim	J	Je
ح	Ha'	H	Ha (dengan titik dibawahnya)
خ	Ka'	Kh	Ka dan Ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	DH	Zet dan Ha
ر	Ra'	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	E dan Ye
ص	Sad	Ş	Es (dengan titik di bawahnya)
ض	Dad	Ḍ	D (dengan titik di bawahnya)
ط	Ta'	Ṭ	Te (dengan titik di bawahnya)

ظ	Za	Z	Zet (dengan titik di bawahnya)
ع	‘Ain	‘	Koma Terbalik di atasnya
غ	Ghain	GH	Ge dan Ha
ف	Fa’	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wawu	W	We
هـ	Ha’	H	Ha
ء	Hamzah	’	Apostrof
ي	Ya’	Y	Ye

2. Konsonan yang dilambangkan dengan *W* dan *Y*.

وضع	Wad’
عوض	Iwad
دلو	Dalw
يد	Yad
حيل	Hiyal
طهي	Tahī

3. Mād dilambangkan dengan ā, ī, dan ū.

أولى	Ūlā
صورة	Ṣūrah
ذو	Dhū
إيمان	Īmān
في	Fī
كتاب	Kitāb
سحاب	Siḥāb
جمان	Jumān

4. Diftong dilambangkan dengan *aw* dan *ay*.

اوج	Awj
نوم	Nawm
لو	Law
أيسر	Aysar
شيخ	Syaykh
عيني	'aynay

5. *Alif* (ا) dan *waw* (و) ketika digunakan tanda baca tanpa fonetik yang bermakna tidak dilambangkan.

فعلوا	Fa'alu
أولئك	Ulā'ika
أوقية	Ūqiyah

6. Penulisan *alif maqṣūrah* (ى) yang diawali dengan baris *fathah* (َ) ditulis dengan lambang á.

حتى	Hattá
مضى	Maḍá
كبرى	Kubrá
مصطفى	Muṣṭafá

7. Penulisan *alif maqṣūrah* (ى) yang diawali dengan baris *kasrah* (ِ) ditulis dengan lambang ī bukan iy.

رضي الدين	Hattá
المصري	Maḍá

8. Penulisan *tā marbūṭah* (ة) bentuk penulisan terbagi atas tiga bentuk, yaitu
- Apabila *tā marbūṭah* (ة) terdapat dalam satu kata dilambangkan dengan *hā'* (ه) yakni *ṣalāh* (صلاة).
  - Apabila *tā marbūṭah* (ة) terdapat dalam dua kata, yaitu sifat dan yang disifati (*sifat mausūf*) dilambangkan dengan *hā'* (ه) yakni *al-risālah al-bahīyah* (الرسالة البهية) - R A N I R Y
  - Apabila *tā marbūṭah* (ة) ditulis sebagai *muḍāf* dan *muḍāf ilayh*, maka *muḍāf* dilambangkan dengan huruf (t), yaitu *wizārat al-tarbiyah* (وزارة التربية).

9. Penulisan *hamzah* (ء) dilambangkan dengan huruf (a) apabila terdapat diawal kalimat seperti *asad* أسد, apabila kata *hamzah* terletak ditengah kata maka dilambangkan dengan “ ’ ” yakni *mas’alah* (مسألة).
10. Penulisan *hamzah waṣal* (ل) dilambangkan dengan huruf (a).

رحلة ابن جبير	Rihlat Ibn Jubair
الإستدراك	Al-Istidrāk
كتب اقتنتها	Kutub Iqtanat’hā

11. Penulisan *shaddah* atau *tasdīd* terhadap bagi konsonan waw (و) dilambangkan dengan huruf “ww” (dua huruf waw). Jika huruf konsonan *yā’* (ي) dilambangkan dengan “yy” (dua huruf y), seperti

قوة	Quwwah
عدو	‘Aduww
سؤال	Syawwal
جو	Jaww
المصرية	Al-Miṣriyyah
أيام	Ayyām
قصي	Quṣayy

12. Penulisan *alif lām* (ال) dilambangkan dengan huruf “al” baik pada *alif lām syamsyiah* maupun *alif lām qamariyyah* seperti

الكتاب الثاني	Al-Kitāb al-thānī
الإتحاد	Al-Ittiḥād
ابو الوفاء	Abū al-Wafā
مكتبة النهضة المصرية	Maktabah Al-Nahḍah al-Miṣriyyah
بالتمام والكمال	Bi al-tamām wa al-kamāl

ابو اليث السمرقندي	Abū al- Layth al- Samarqandī
الأثار	Al-Āthār
الأصل	Al-Aṣl

Kecuali ketika huruf *lam* (ل) berjumpa dengan lam di depannya, tanpa huruf *alif* (ا), maka ditulis dengan “lil” seperti *Lil-Syarbaynī* (للشربيني).

13. Penggunaan ( ’ ) untuk membedakan antara *dal* (د) dan *ta’* (ت) yang beriringan dengan huruf *hā’* (ه) dengan huruf *dh* (ذ) dan *th* (ث) seperti *ad’ham* (أدهم) dan *Akramat’hā* (أكرماتها).

14. Tulisan Allah dan beberapa kombinasinya.

الله	Allah
بأ الله	Billāh
الله	Lillāh
بسم الله	Bismillāh

#### A. SINGKATAN

swt	= <i>Subhānahu wa ta’āla</i>
saw	= <i>Ṣalallāhu ‘alaihi wa sallam</i>
QS.	= Al-Qur’an dan Surat
HR.	= Hadis Riwayat
as	= <i>Alaihi Salam</i>
ra	= <i>Raḍiyallāhu ‘anhu</i>
t.th.	= tanpa tahun
terj.	= terjemahan
Cet.	= Cetakan
Dkk.	= dan kawan-kawan
H.	= Hijriah
Hlm.	= Halaman
Jil.	= Jilid
Juz	= <i>Juzu’</i>

## KATA PENGANTAR

x

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala puji bagi Allah SWT yang Maha Kuasa atas segala sesuatu, segala rahmat dan karunia-Nya yang selalu menyertai dalam segala aktivitas, serta memberika kesehatan jasmani dan rohani kepada peneliti sehingga berkesempatan menempuh pendidikan sampai akhir perkuliahan ini, serta atas izin Allah peneliti dapat menyelesaikan penulisan tesis dengan baik. Kemudian shalawat beserta salam selalu dilimpahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW serta sahabat beliau.

Tesis dengan judul “Sikap Zuhud Dalam Al-Qur’an Solusi Terhadap Fenomena *Flexing* Di Media Sosial” berawal dari pengamatan peneliti terhadap fenomena-fenomena yang seakan menjadi keharusan setiap orang, terlebih fenomena *flexing* ini, dikuatkan oleh pernyataan salah satu guru besar UIN Ar-Raniry Prof. Dr. Damanhuri Basyir, MA yang mengatakan bahwa “kesembuhan tubuh seseorang sudah banyak ditemukan teknologi canggihnya, tapi tidak ada teknologi canggih untuk kesembuhan jiwa”. Dari pernyataan ini menjadikan peneliti berusaha mencari salah satu teknologi canggih untuk kesembuhan jiwa. Kemudian tesis ini juga merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan studi serta mendapatkan gelar magister dalam Program Studi Ilmu al-Qur’an dan Tafsir pada Pascasarjana UIN Ar-Raniry Banda Aceh. Dalam penulisan ini melibatkan banyak pihak yang telah membantu, untuk itu peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih, semoga Allah SWT membalas semua amal kebaikan tersebut dengan pahala disisi-Nya.

Ucapan terima kasih terutama kepada kedua orang tua peneliti Ibunda tercinta Rusmini Ramli dan Ayanda tersayang Ilyas Sulaiman yang senantiasa mencurahkan untaian doa sepanjang waktu, kasih sayang serta perhatian ada dalam setiap langkah sampai peneliti berada pada tahap akhir untuk menyelesaikan studi ini. Kemudian ucapan terima kasih yang paling dalam kepada suami tercinta Dedi Supriatna, atas waktu, perhatian dan kerja samanya. Juga kepada anak-anak tersayang Muhammad Zayyad Al-Hasan, Qanita Hafidza dan Muhammad Nadhiful Qalbi.

Selanjutnya ucapan terima kasih dan penghargaan kepada Bapak Prof. Dr. Fauzi Saleh, S.Ag., Lc., M.A sebagai Pembimbing I dan kepada Ibu Dr. Hj. Nurjannah Ismail, M.Ag sebagai Pembimbing II yang telah banyak meluangkan

waktu ditengah kesibukannya untuk membimbing peneliti sehingga dapat merampungkan tesis ini. Ucapan terimakasih yang tak terhingga kepada penguji Bapak Prof. Damanhuri Basyir M. Ag dan Ibu Zuherni. AB., M. Ag., Ph.D semoga Allah memudahkan segala urusan Bapak Ibu dan Allah panjangkan umur agar senantiasa memberi manfaat untuk anak negeri. Ucapan terimakasih juga kepada sekretariat prodi bapak Khairizzaman dan Bapak Muhajir atas bantuan dan dukungannya.

Ucapan terima kasih juga diajukan kepada Bapak Direktur Pascasarjana UIN Ar-Raniry, seluruh karyawan, pihak perpustakaan Pascasarjana dan sarjana UIN Ar-Raniry, penasehat akademik Bapak Dr. Abdul Wahid, MA dan seluruh dosen yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan paradigma berpikir kepada peneliti. Semoga ilmu dan hikmah dari mereka bermanfaat di dunia dan akhirat.

Ucapan terima kasih kepada teman-teman Mahasiswa Pascasarjana Prodi Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir angkatan 2023 Raihanil Hanifa, Ayya Sumayya, Siti Raudhatul Wahdini, Feni Alfionita, Almusna Nadya Sari, Ummu Immasakin, Musyrifah Saldi, Alfika Syahreza, Muhammad Taufiq Murtada, Roy Farma yang telah mendukung baik secara langsung maupun tidak langsung dalam merampungkan tesis ini. Juga kepada sahabat saya Syarifah Salsabila, Nurshadiqah Fiqria, Hilal Refiana, Putri Balqis dan Mila Nurhaliza yang telah memberikan dukungan dan dorongan dalam penulisan tesis ini.

Akhirnya pada Allah SWT peneliti memohon perlindungan, pengampunan dan pertolongan-Nya. Karena peneliti menyadari sekali dalam penulisan tesis ini masih jauh dari kesempurnaan serta banyak kekurangan baik dari segi kata, tata bahasa, maupun dari segi materi yang disajikan. Maka dari itu dengan segala kerendahan hati, teguran, saran serta kritik yang bersifat membangun guna perbaikan di masa yang akan datang. Selanjutnya, semoga karya tulis ini bermanfaat bagi peneliti khususnya, bagi pembaca umumnya dan dapat memberikan kontribusi positif bagi perkembangan ilmu pengetahuan. *Aamiin ya Rabbal 'Alamin.*

Banda Aceh, 20 Agustus 2025  
Penulis,

Raudhatul Jannah Ilyas  
NIM. 231006027

## ABSTRAK

Judul Tesis : Sikap Zuhud dalam Al-Qur'an Solusi Terhadap Fenomena *Flexing* di Media Sosial

Nama Penulis/NIM : Raudhatul Jannah Ilyas/231006027

Pembimbing I : Prof. Dr. Fauzi Saleh, S.Ag., Lc., M.A

Pembimbing II : Dr. Hj. Nurjannah Ismail, M.Ag

Kata Kunci : zuhud, *flexing*, al-Qur'an, relevansi, solusi, media sosial.

Fenomena *flexing* di media sosial semakin marak terjadi dalam kehidupan masyarakat. Kenikmatan duniawi yang Allah anugerahkan terkadang menjadikan manusia lalai, harta, anak-anak yang Allah titipkan kepada seseorang dijadikan ajang pamer dalam kehidupan. Dalam konteks ini nilai-nilai zuhud yang ada dalam al-Qur'an menjadi sangat relevan untuk ditawarkan sebagai solusi untuk mengatasi fenomena ini, bagaimana makna zuhud dan *flexing* disebutkan dalam al-Qur'an serta bagaimana sikap zuhud menjadi solusi bagi fenomena *flexing*. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji makna zuhud dalam al-Qur'an serta menganalisis relevansinya dalam menjawab fenomena *flexing* di media sosial. Penelitian ini merupakan studi kualitatif dengan pendekatan kepustakaan atau library research dan metode *mawdu'i*. sumber data utama dari ayat-ayat al-Qur'an yang berbicara tentang zuhud serta penafsirannya dari ulama klasik dan kontemporer, selain itu penulis juga merujuk pada buku-buku tasawuf, psikologi Islam serta jurnal-jurnal nasional yang berkaitan dengan masalah penelitian. Metode pengumpulan data dilakukan dengan menganalisis teks, sementara untuk menganalisis data menggunakan metode deskriptif-analitis dan pendekatan teori relevansi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa zuhud bukan meninggalkan dunia seutuhnya, tetapi sebagai pengendalian diri terhadap dunia. Dalam mengatasi fenomena *flexing* zuhud dapat menjadi solusi spiritual dan sosial yaitu, zuhud sebagai penyaring niat dan perilaku digital, mengubah paradigma kesuksesan dari materi ke makna, bertanggung jawab dalam bermedia sosial, zuhud dapat mengatasi gaya hidup hedonisme dan materialisme, zuhud sebagai solusi kehidupan konsumtif, dan sebagai stabilisator emosional. Untuk menerapkan solusi tadi diperlukan beberapa strategi seperti memberikan Pendidikan ruhani berbasis al-Qur'an, peran dakwah yang kreatif di media sosial dan keteladanan publik figur dan ulama dalam menampilkan kesederhanaan.

## المخلص

: موقف الزهود في القرآن حلول لظاهرة التباهي

العنوان  
على وسائل

التواصل الاجتماعي

الاسم / رقم الطلبة : روضة الجنة إلياس / 231006027

المشرف : الأستاذ الدكتور فوزي صالح، LC، S.Ag،

M.A

: الدكتورة الحاجة نور جنة إسماعيل، M.Ag

الكلمات المفتاحية : الزهود: التباهي، القرآن ، الملاءمة ، الحلول ، وسائل  
التواصل

## الاجتماعي.

يتظهر في المجتمع التباهي على وسائل التواصل الاجتماعي بشكل متزايد. الملذات الدنيوية التي يمنحها الله الناس تهملهم، الأموال و الأولاد التي وهبهم الله تستخدم لإظهار التباهي في حياتهم. في هذا السياق، تصبح قيم الزهود في القرآن ذات صلة كبيرة للتحليل على هذه الظاهرة. كيف يذكر معنى الزهود والتباهي في القرآن وكيف موقف الزهود لتحليل ظاهرة التباهي. تهدف هذه الدراسة إلى دراسة معنى الزهود في القرآن والتحليل إلى ملاءمتها إجابة على ظاهرة التباهي بوسائل التواصل الاجتماعي. يستخدم البحث الأساليب النوعية. البحث هو دراسة أدبية بمنهج موضوع. المصادر الأولية للبحث من آيات القرآن عن الزهود وتفسيرها من العلماء المتقدمين والمعاصرين ، والباحث يشير أيضا إلى كتب التصوف وعلم النفس الإسلامي والمجالات المتعلقة بالمناقشة. تقنية جمع البيانات هي طريق تحليل النص، وتحليل البيانات باستخدام الأساليب الوصفية التحليلية وطريقة نظرية صلية. نتيجة الدراسة أن الزهود لا يتخلى عن العالم كلها، بل كضبط ذاتي على العالم. في التغلب على ظاهرة التباهي أن يكون الزهود حلا روحيا واجتماعيا، وهو أن الزهود مرشح النية والسلوكية الرقمية ، وتغيير المادي إلى المعنى، ومسؤول عن وسائل التواصل الاجتماعي. وتغلب الزهود على نمط حياة المتعة والمادي، وكان الزهود حلاً للحياة الاستهلاكية ، ومثبتا العاطفي. لتنفيذ هذا الحل، نحتاج إلى كيفية متنوعة، مثل التربية الروحية القائمة على القرآن، ودور الدعوة الإبداعية على وسائل التواصل الاجتماعي، والمثال العام للشخصيات والعلماء في إظهار البساطة.

## ABSTRACT

Title : Zuhud's Attitude in the Qur'an Solution to the Phenomenon  
*Flexing* on Social Media  
Name/SIM : Raudhatul Jannah Ilyas/231006027  
Supervisor : 1. Prof. Dr. Fauzi Saleh, S.Ag., Lc., M.A  
2. Dr. Hj. Nurjannah Ismail, M.Ag  
Keywords : Zuhud, *flexing*, al-Qur'an, relevance, solutions, social media.

The phenomenon of *flexing* on social media is increasingly prevalent in people's lives. The worldly pleasures that Allah bestows sometimes make people negligent, wealth, children, which Allah entrusts to a person to be used as a show-off place in life. In this context, the values of zuhud in the Qur'an become very relevant to be offered as a solution to overcome this phenomenon. How the meaning of zuhud and *flexing* is mentioned in the Qur'an and how the attitude of zuhud is a solution to the phenomenon of *flexing*. This study aims to examine the meaning of zuhud in the Qur'an and analyze its relevance in answering the phenomenon of *flexing* on social media. This research is a qualitative study with a library research approach and *the mawdhu'i method*. The main source of data is from the verses of the Qur'an that talk about zuhud and its interpretation from classical and contemporary scholars, besides that the author also refers to books on Sufism, Islamic psychology and national journals related to research issues. The data collection method is carried out by analyzing the text, while to analyze the data using descriptive-analytical methods and relevance theory approaches. The results of the study show that zuhud is not abandoning the world completely, but as self-control over the world. In overcoming the phenomenon of *flexing* zuhud can be a spiritual and social solution, namely, zuhud as a filter for digital intentions and behaviors, changing the paradigm of success from material to meaning, being responsible for social media, zuhud can overcome a hedonistic and materialistic lifestyle, zuhud as a solution to consumptive life, and as an emotional stabilizer. To implement the solution, several strategies are needed such as providing spiritual education based on the Qur'an, the role of creative da'wah on social media and the public example of figures and scholars in displaying simplicity.

## DAFTAR ISI

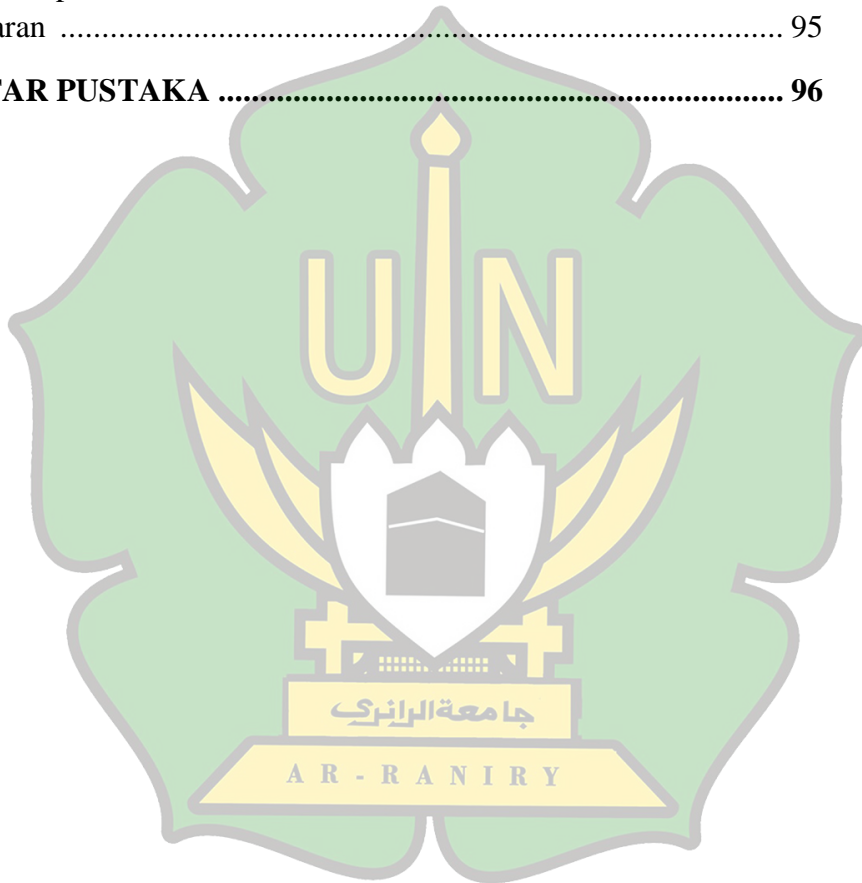
HALAMAN JUDUL .....	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN .....	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI.....	v
KATA PENGANTAR .....	x
ABSTRAK .....	xii
DAFTAR ISI .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian .....	7
1.5 Kajian Pustaka.....	7
1.6 Kerangka Teori.....	9
1.7 Metode Penelitian .....	10
1.8 Sistematika Pembahasan .....	12
<b>BAB II KONSEP ZUHUD DAN <i>FLEXING</i> DALAM AL-QUR'AN SERTA TEORI RELEVANSI</b>	
2.1 Pengertian Zuhud Secara Etimologis dan Terminologis .....	14
2.2 Macam-Macam Zuhud .....	18
2.3 Nilai-Nilai Zuhud dalam Al-Qur'an .....	19
2.4 Pengertian <i>Flexing</i> .....	27
2.5 Macam-macam Prilaku <i>Flexing</i> .....	36
2.6 Sebab Akibat Prilaku <i>Flexing</i> .....	38
2.7 Klasifikasi Ayat-ayat tentang Zuhud dan <i>Flexing</i> .....	42
2.8 Teori Relevansi.....	43
<b>BAB III RELEVANSI ZUHUD DALAM MENJAWAB FENOMENA <i>FLEXING</i> DI MEDIA SOSIAL</b>	
3.1 Ayat-ayat Al-Qur'an tentang Zuhud dan Penafsirannya .....	45

3.2 Ayat-ayat Al-Qur'an tentang <i>Flexing</i> dan Penafsirannya.....	53
3.3 Dampak Prilaku <i>Flexing</i> di Media Sosial .....	62
3.4 Relevansi Zuhud sebagai Solusi Spiritual dan Sosial dalam Menjawab Fenomena <i>Flexing</i> di Media Sosial .....	68
3.5 Strategi Menanamkan Nilai Zuhud di Era Digital.....	84

#### **BAB IV PENUTUP**

4.1 Kesimpulan .....	94
4.2 Saran .....	95

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>96</b>
-----------------------------	-----------



# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Fenomena *flexing* sangat menarik untuk diperbincangkan karena telah menjadi tren yang semakin marak di era modern, terutama dengan berkembang pesatnya teknologi dan media sosial. Hal ini menjadi bagian yang sulit terpisahkan dari gaya hidup modern, semakin mengakar dalam kehidupan masyarakat, mereka saling menilai seseorang dari melihat apa yang mereka miliki, apa yang mereka pamerkan dan apa yang mereka perlihatkan tanpa melihat dari apa dan dari siapa mereka sebenarnya.

*Flexing* sudah ada dari tahun 1990 yang kenalkan oleh orang-orang berkulit hitam dan semakin populer pada tahun 1992. Zaman dulu, perilaku *flexing* ini hanya dilakukan oleh para selebriti dan musisi yang terus menampilkan mobil dan motor mewah, jam tangan emas, tumpukan uang dan emas batangan, dan wanita-wanita cantik melalui video musik mereka, yaitu dalam lirik lagu "*It Was a Good Day*". Lirik lagunya yang di dalamnya terdapat kata *flexing* adalah "*saw the police and they rolled right past me, no flexing, didn't even look in an direction as I ran the intersection*". Pada tahun 2014, kata *flex* kembali populer berkat lagu "*No Flex Zone*" karya Rae Sremmurd. Kata *flex* dari judul lagu tersebut diartikan sebagai area untuk orang-orang yang santai, bersikap seperti dirinya sendiri, dan tidak pamer atau pura-pura menjadi pribadi yang berbeda<sup>1</sup>. Secara singkat *flexing* mempunyai arti *to show off* atau pamer, yaitu sebuah perilaku seseorang untuk menunjukkan rasa bangga atau bahagia tentang suatu hal yang sudah mereka lakukan atau miliki<sup>2</sup>.

Fenomena ini mendorong masyarakat di era modern untuk berlomba-lomba memamerkan kekayaan, memperlihatkan apa yang sudah mereka raih, menampakkkan apa yang mereka miliki bahkan terkadang memperlihatkannya itu dengan cara yang berlebihan dan tidak realistis. Akan banyak pengaruh negatif dalam diri seseorang apabila terus menerus mengikuti tren *flexing* ini salah satunya akan menimbulkan masalah psikologis seperti depresi, kecemasan hingga perasaan tidak percaya diri apabila tidak mampu mengikutinya. Selain itu, tren ini

---

<sup>1</sup>[https://tirto.id/arti-flexing-asal-usul-katanya-yang-ramai-di-media-sosial-gpgJ?utm\\_medium=Share&via=TirtoID&utm\\_source=Whatsapp](https://tirto.id/arti-flexing-asal-usul-katanya-yang-ramai-di-media-sosial-gpgJ?utm_medium=Share&via=TirtoID&utm_source=Whatsapp)

<sup>2</sup>Indira Lintang, *Flexing: Pengertian, Sejarah Dan Penyebab Sering Pamer di Media Sosial*. Diakses pada tanggal 21 maret 2023, pada pukul 16.07. <https://www.inilah.com.inilah.com/5-faktor-penyebab-flexing-pamer-di-media-sosial>.

juga memicu seseorang berperilaku konsumtif dan gaya hidup boros, dimana seseorang akan mementingkan penampilan daripada kebutuhan agar mendapat mengakuan dari orang lain.

Sebutan *flexing* memang baru muncul di era modern, namun hal ini sudah disebutkan dalam Al-Qur'an jauh sebelum maraknya media sosial, dalam Al-Qur'an *flexing* atau pamer ini disebut dengan *riya'*. Fenomena serupa *flexing* sudah ada sejak dulu dan Al-Qur'an turun untuk mengingatkan manusia tentang hal ini.

أَعْلَمُوا أَنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهُمْ زِينَةٌ وَتَفَاخُرٌ بَيْنَكُمْ وَتَكَاثُرٌ فِي الْأَمْوَالِ  
وَالْأَوْلَادِ كَمَثَلِ غَيْثٍ أَعْجَبَ الْكُفَّارَ نَبَاتُهُ ثُمَّ يَهِيجُ فَتَرَاهُ مُصْفَرًّا ثُمَّ يَكُونُ حُطَمًا وَفِي  
الْآخِرَةِ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَمَغْفِرَةٌ مِّنَ اللَّهِ وَرِضْوَانٌ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ

“Ketahuilah, sesungguhnya kehidupan dunia itu hanyalah permainan dan sesuatu yang melalaikan, perhiasan dan bermegah-megahan di antara kamu serta berlomba-lomba dalam kekayaan dan anak-anak, seperti hujan yang tanam-tanamannya mengagumkan para petani, kemudian tanaman itu menjadi kering dan kamu lihat warnanya kuning, kemudian menjadi hancur. Dan di akhirat ada adzab yang keras dan ampunan dari Allah serta keridhaannya. Dan kehidupan di dunia ini tidak lain hanyalah kesenangan palsu” (QS. Al-Hadid, 57:20).

Dalam kitab tafsir Jailalain karya Imam Jalaluddin Al-Maahalli dan Imam Jalaluddin As-Suyuti dijelaskan bahwa berlomba-lomba dalam banyaknya harta dan anak adalah menyibukkan diri didalamnya hingga melupakan akhirat dan bersenang-senang di dunia<sup>3</sup>. Menurut Sayyid Qutb dalam kitabnya *Fī Zhilal Al-Qur'an* bahwa Allah menggambarkan kehidupan dunia dengan kata-kata yang menggambarkan kefanaannya, yaitu *lahwun* (permainan), *la'ibun* (senda gurau), *zinnah* (perhiasan), *tafakhur* (saling memanggakan) dan *takathur* (berlomba-lomba dalam harta dan anak. Menurut Qutb ini semua adalah manifestasi dari kehidupan yang dangkal dan tidak kekal jika tidak disandarkan pada nilai-nilai ukhrawi.<sup>4</sup>

Dunia dan akhirat adalah ungkapan tentang dua keadaan. Segala yang ada sebelum kematian adalah dunia, sedangkan segala yang ada setelah kematian itu adalah akhirat. Mengetahui ketercelaan dunia dan menjauhi dunia tidaklah cukup selama tidak mengenal apa yang tercela tentang dunia itu, apa yang perlu dijaui

<sup>3</sup> Imam Jalaluddin Al-Maahalli dan Imam Jalaluddin As-Suyuti, *Tafsir Jalalaian*, terj. Bahrin Abu Bakar, Jilid 2, (Bandung: Sinar Baru Argensido, 2003), hlm. 1029-1030.

<sup>4</sup> Sayyid Qutb, *Fī Zhilal al-Qur'an*, Jilid 6, (Beirut: Dar al-Shurūq, 2000), hlm. 3840.

dan apa yang tidak perlu dijahui<sup>5</sup>. Allah SWT menciptakan segala sesuatu di dunia ini dan seisinya tanpa sia-sia semuanya mempunyai manfaat masing-masing baik bagi manusia maupun makhluk Allah lainnya, dengan mengetahui apa yang terlarang dan apa yang baik dilakukan dapat menjadi manusia dekat dengan penciptanya.

Dengan begitu tidak semua yang ada di dunia ini tercela, melainkan dunia adalah salah satu sarana yang Allah sediakan untuk umat manusia menjalani kehidupan dan manggapai tujuan akhir yaitu akhirat. Dunia dapat menjadi tempat yang mulia jika digunakan dengan bijaksana dan sesuai tuntunan agama. Bagaimana seseorang di dunia ketika Allah menitipkan banyak harta kepadanya, melebihi derajatnya lebih tinggi dari seseorang yang lain, dan ketika Allah memberikan kelebihan-kelebihan lainnya kepadanya, makin taat kah ia kepada Sang Pemberi atau lebih memilih jauh dari Allah dan sombong, seperti kisah Qarun yang dikisahkan dalam QS. Al-Qashas ayat 78, yang berbunyi:

قَالَ إِنَّمَا أُوتِيتُهُ عَلَىٰ عِلْمٍ عِنْدِي ۖ أَوَلَمْ يَعْلَم أَنَّ اللَّهَ فَدَّ أَهْلَكَ مِنْ مِّن قَلِيلَةٍ مِّنَ الْفُرُونَ مَنْ هُوَ أَشَدُّ مِنْهُ قُوَّةً وَأَكْثَرُ جَمْعًا وَلَا يُسْئَلُ عَنْ ذُنُوبِهِمُ الْمُجْرِمُونَ

“Dia (Qarun) berkata: “sesungguhnya aku diberi (harta itu), semata-mata karena ilmu padaku. “tidakkah dia tahu bahwa Allah telah membinasakan umat-umat setelahnya yang lebih kuat darinya dan lebih banyak mengumpulkan harta? Dan orang-orang yang berdosa itu tidak perlu ditanya tentang dosa-dosa mereka”. (QS. Al-Qaşas [28]:78).

Ayat di atas salah satu contoh ayat kisah yang sudah diabadikan sebagai pelajaran bagi umat setelahnya, di tengah maraknya fenomena *flexing* ini, Al-Qur'an hadir memberi pesan-pesan dan pelajaran untuk umat manusia. Pelajaran dan nasehat yang ada dalam Al-Qur'an dituangkan dalam bentuk kisah yang menggambarkan peristiwa dalam realita kehidupan maka akan terwujud dengan jelas tujuannya<sup>6</sup>. Dari zaman jahiliyyah pun orang-orang Arab memang suka mendengar cerita-cerita, sya'ir-sya'ir dan puisi-puisi. Pelajaran yang dituangkan dalam bentuk cerita mudah dipahami karena cerita adalah narasi dalam cerita biasanya dapat menyentuh emosi, imajinasi dan struktur alami otak manusia dalam memahami dan mengingat informasi.

Ada banyak alasan dan tujuan seseorang melakukan *flexing* di media sosial, di antara tujuan yang menjadi alasan seseorang melakukan *flexing* adalah

<sup>5</sup> Yahya ibn Hamzah al-Yamani, *Tashfiyat al-Qulub min Daran al-Awzar wa al-Dzunub*, terj. Maman Abdurrahman Assegaf, (Jakarta: Penerbit Zaman, 2012), hlm. 70.

<sup>6</sup> Manna' Khalil al-Qattan, *Studi Ilmu-ilmu Al-Qur'an*, terj. Mudzakir, (Bogor: Pustaka Litera Antar Nusa, 2012), 435.

sebagai strategi marketing, mendapatkan popularitas dan pengakuan, mendapatkan pasangan yang kaya serta tidak jarang pula orang menggunakannya sebagai jalan untuk melakukan tindakan kejahatan<sup>7</sup>. Sehingga dari tujuan-tujuan tersebut menimbulkan banyak akibat dari perilaku *flexing* ini yang apabila dilihat dari garis besarnya dampak negative lebih menonjol daripada dampak positifnya.

Beberapa akibat dari perilaku *flexing* seperti yang dilakukan para influencer misalnya melalui media sosial yang berujung pada penipuan terhadap konsumen memenuhi karakteristik perilaku *najsy* (penipuan) sehingga perilaku influencer yang disebutkan di atas tergolong perilaku *najsy*,<sup>8</sup> perilaku *flexing* atau pamer mampu mendorong konsumsi, bukan konsumsi untuk pemenuhan kebutuhan melainkan untuk memuaskan hasrat keinginan yang tidak rasional, ini adalah gaya konsumsi negatif<sup>9</sup>, tanpa kita sadari fenomena *flexing* bisa merusak hubungan sosial. Ketika seseorang terus-menerus pamer kekayaan, orang di sekitarnya bisa saja merasa iri, minder, atau bahkan timbul rasa benci.

Penemuan kasus di atas menjadi beberapa contoh dari akibat perilaku *flexing*, akibat lainnya dengan pamer berlebihan, seseorang terlihat angkuh dan tidak ramah, sehingga hubungan dengan orang lain jadi renggang. Islam sangat menjunjung tinggi persaudaraan dan keharmonisan, itulah sebabnya kita dianjurkan untuk rendah hati. Rendah hati adalah salah satu sifat yang bisa menghindari diri dari perilaku *flexing*, *qana'ah*, *wara*, *tawakkal* dan ikhlas. Ini beberapa sikap yang lahir dari sifat zuhud dari banyak sifat-sifat zuhud lainnya yang menuntut agar umat manusia memperhatikan peringatan terhadap sikap berlebih-lebihan, kesombongan, dan cinta dunia secara berlebihan.

Fenomena *flexing* di media sosial lahir dari budaya konsumtif dan keinginan untuk mendapatkan validasi sosial. Sikap ini beresiko menumbuhkan penyakit hati seperti *riya'*, *ujub* dan *takabbur*. Dalam hal ini zuhud berperan sebagai mekanisme penyeimbang spiritual yang membimbing individu untuk bersikap rendah hati, tidak mudah silau oleh gemerlap dunia dan mengutamakan nilai-nilai ukhrawi. Orang yang zuhud tidak terjebak dalam pujian manusia, tidak silau oleh harta, dan tidak memamerkan nikmat dengan tujuan pamer. Sebaliknya,

---

<sup>7</sup> Jawade Hafidz, "Fenomena Flexing di Media Sosial Dalam Aspek Hukum Pidana", Jurnal Cakrawala Informasi, Vol. 2, No 1, 2022, hlm. 19-20.

<sup>8</sup> Siti Jubaidah, Mustapa Khamal Rokan, Budi Dharma, "Analisis Perilaku Konsumsi Islami Sebagai Pedoman Konsumen Muslim Terhadap Fenomena Flexing Berkedok Pembongkaran Publik Oleh Influencer Di Media Sosial", Jurnal Manajemen Terapan dan Keuangan (Mankeu), Vol. 13, No. 02, Juni 2024, hlm. 435.

<sup>9</sup> Mutmainnah Mutmainnah, Ari Fahimatussyam Putra Nusantara. Abdur Rakhman Wijaya, "Fenomena Flexing Dalam Ekonomi Islam", Econetica: Jurnal Ilmu Sosial, Ekonomi Dan Bisnis, Vol.5, Nomor 1, 2023, hlm. 33.

ia menjadikan nikmat itu sebagai sarana untuk bersyukur dan berbuat baik kepada sesama.

Memang ciri-ciri zuhud tidak dijelaskan secara rinci dalam al-Qur'an bahkan kata zuhud sendiri hanya tersebut satu kali yakni dalam QS. Yusuf ayat 20, namun penulis mengetahuinya dari ajaran-ajaran tasawuf yang dipelajari yang kemudian dicari ayat al-Qur'an yang berkaitan. Dari beberapa contoh akibat yang dikemukakan di atas dapat mendatangkan kerugian baik untuk personal maupun sekelompok individu maka salah satu solusi yang ditawarkan oleh al-Qur'an adalah melalui konsep zuhud yang akan melahirkan beberapa sikap yang sudah tersebut di atas.

Zuhud berarti berpalingnya seseorang dari keinginan terhadap sesuatu kepada sesuatu yang lebih baik dari sebelumnya. Berpaling dari sesuatu karena ketidaksukaanya kepada yang ia sukai. Berpaling dari dunia menuju kepada indahnya akhirat, berpaling dari yang selain Allah kepada Allah<sup>10</sup>. Sikap hidup untuk sederhana dan tidak terikat pada dunia, terutama dalam hal kecintaan berlebihan terhadap harta, jabatan dan kemewahan hidup. Konsep ini tidak berarti meninggalkan dunia sepenuhnya dan hidup dalam kemiskinan serta kemelaratan, melainkan untuk mengarahkan manusia tidak menjadikan dunia sebagai tujuan utama dan menjadikan sarana untuk mencapai kebahagiaan hakiki di akhirat.

Zuhud mengarahkan seseorang untuk melihat sosial media sebagai alat dakwah, silaturahmi dan berbagi kebaikan, bukan sebagai ajang pamer gaya hidup. Dalam pandangan al-Ghazali orang zuhud adalah mereka yang tidak gembira karena mendapatkan dunia dan tidak bersedih karena kehilangannya.<sup>11</sup> Jika sikap ini ditanamkan dalam diri seseorang, maka budaya *flexing* tidak mendapatkan tempat yang subur karena manusia akan sadar bahwa nilai dirinya bukan ditentukan oleh materi tetapi oleh ketakwaan dan amal shalih.

Fenomena *flexing* yang semakin menonjol di media sosial seperti platform Instagram, TikTok dan Youtube implementasi zuhud bukanlah hal yang mudah dimana gaya hidup seperti ini tidak hanya mendorong budaya konsumtif dan hedonistic tetapi juga menimbulkan tekanan sosial bagi masyarakat kelas menengah dan bawah yang merasa tertinggal atau tidak cukup berhasil. Budaya pamer ini akan menjadi standar sosial baru yang tidak jarang menjauhkan individu dari nilai kesederhanaan dan keikhlasan dalam berperilaku.

---

<sup>10</sup> Yahya ibn Hamzah al-Yamani, *Tashfiyat al-Qulub min Daran al-Awzar wa al-Dzunub*, ..., hlm. 434.

<sup>11</sup> Al-Imam Abi Hamid Muhammad bin Muhammad Al- Ghazali, *Ihya'Ulum al-Diin*, juz 4, (Malaysia: Syirkat an-Nur Asia, tt.), hlm 233.

Dalam konteks seperti inilah nilai-nilai zuhud perlu diangkat kembali sebagai solusi etis dan spiritual. Zuhud dapat dikontekstualisasikan sebagai kemampuan untuk menahan diri dari pamer kekayaan, menjaga hati dari ketergantungan terhadap pengakuan sosial, serta membebaskan diri dari perlombaan status yang ilusif. Zuhud bukan berarti meninggalkan media sosial atau kemajuan teknologi melainkan menggunakannya dengan kesadaran dan akhlak sebagaimana yang diajarkan dalam prinsip-prinsip *maqasid syari'ah*.

Kontekstualisasi zuhud dalam persoalan *flexing* berarti menggeser orientasi penggunaan media sosial dari alat untuk membanggakan diri menjadi alat untuk berbagi nilai, inspirasi kebaikan dan dakwah bil hikmah. Dengan nilai-nilai zuhud umat Islam dapat merespon tantangan budaya digital tanpa harus menarik diri dari ruang publik. Justru dapat tampil dalam dunia digital dengan integritas, kejujuran dan kerendahan hati sebuah alternatif yang sangat dibutuhkan di tengah krisis nilai akibat glorifikasi kemewahan.

Ditengah arus global yang serba materialistik adakah jalan keluar yang dapat membantu manusia menemukan keseimbangan antara dunia nyata dan dunia mana. Dengan nilai-nilai zuhud yang telah diajarkan berabad-abad lalu dan diabadikan dalam al-Qur'an sebagai panduan untuk hidup ternyata mampu memberi solusi atas tekanan fenomena *flexing* saat ini? Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana nilai-nilai zuhud yang ada dalam Al-Qur'an dapat diterapkan dalam kehidupan masyarakat di era modern yang terpapar dan terbawa derasnya arus tren *flexing* dan apa saja kah sikap yang lahir dari konsep zuhud agar dapat menjadi solusi untuk mengatasi dampak negatif dari fenomena tersebut.

## 1.2 Rumusan Masalah

Di era modern perilaku *flexing* seperti suatu keharusan yang ada dalam diri masyarakat, perilaku pamer kekayaan, kemewahan serta sebuah keberhasilan semakin marak terjadi. Fenomena ini bertentangan dalam perspektif Al-Qur'an karena Al-Qur'an mengajarkan sikap hidup sederhana dan tidak terikat pada dunia yakni memberikan konsep zuhud kepada manusia. Menanamkan nilai-nilai zuhud dalam kehidupan sehari-hari yang sesuai dengan ajaran Al-Qur'an menjadi semakin penting di tengah tekanan sosial untuk menunjukkan kekayaan dan kemewahan di media sosial. Oleh karena itu, diperlukan kajian lebih lanjut mengenai bagaimana prinsip zuhud yang ada dalam Al-Qur'an bisa diterapkan dan memberikan pengaruh ke masyarakat yang sudah terpapar fenomena *flexing*. Untuk itu peneliti ingin memfokuskan masalah dengan rumusan sebagai berikut:

1. Bagaimana makna zuhud dan *flexing* dalam al-Qur'an dan teori relevansinya?
2. Bagaimana relevansi zuhud dalam al-Qur'an dapat menjawab fenomena *flexing* di media sosial?

### 1.3 Tujuan Penelitian

Dengan melihat latar belakang dan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui makna zuhud dan *flexing* dalam al-Qur'an serta teori relevansinya.
2. Untuk mengetahui bagaimana relevansi zuhud dalam al-Qur'an dapat menjawab fenomena *flexing* di media sosial.

### 1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat atau kegunaan penelitian yaitu:

1. Secara Akademis
  - a. Dapat memberi wawasan tentang fenomena *flexing*.
  - b. Dapat mengetahui pengertian zuhud dan *flexing* yang disebutkan dalam Al-Qur'an.
  - c. Agar konsep zuhud yang ada dalam al-Qur'an dapat diterapkan dan menjadi solusi terhadap fenomena *flexing* di era modern untuk kalangan masyarakat baik untuk kalangan akademis maupun masyarakat pada umumnya
2. Secara Praktis
  - a. Sebagai penambah dan pengembangan ilmu dalam kajian keislaman.
  - b. Sebagai penambahan referensi bagi aktivis akademik.

### 1.5 Kajian Pustaka

Penelitian tentang Zuhud dalam Al-Qur'an bukan penelitian yang baru namun disini peneliti ingin melihat pengertian zuhud dalam al-Qur'an yang kemudian melihat sikap apa saja yang lahir dari konsep zuhud dalam al-Qur'an yang kemudian menjadi sebuah konsep terapan sebagai solusi untuk fenomena *flexing* di era modern.

Ada beberapa studi literatur yang peneliti dapatkan yang membahas dengan tema yang sama yang ditulis peneliti, seperti Ira Yunita Pohan, Mohamad Mualim dan Muhammad Ghifari dalam jurnal berjudul Pandangan Al-Quran

Tentang Fenomena *Flexing* Dalam Ibadah. Dalam jurnal tersebut membahas berbagai alasan seseorang melakukan *flexing* Ketika ritual ibadah dari sebagai pencitraan dan pengakuan sampai sebagai memotivasi seseorang yang lain<sup>12</sup>. Seterusnya ada juga yang membahas tentang pengertian zuhud, ciri-ciri zuhud serta ayat-ayat Al-Qur'an yang membahas tentang zuhud serta penafsirannya ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan zuhud serta sikap apa saja yang timbul dari seseorang setelah menerapkan konsep zuhud menurut ayat-ayat Al-Qur'an.<sup>13</sup>

Syafruddin Pohan, Putri Munawwarah, July Susanty Br Sinuraya dalam jurnal yang berjudul Fenomena *Flexing* di Media Sosial Dalam Menaikkan Popularitas Diri Sebagai Gaya Hidup, menghimbau agar seseorang dapat menghindari dari perilaku *flexing* karena akan menimbulkan sifat *riya'* dalam dirinya dan orang lain.<sup>14</sup>

Nur Shadiq Sandimula, Syarifuddin, Ridwan Jamal dalam jurnal yang berjudul Meneropong Fenomena *Flexing* dalam al-Qur'an: Analisis Semantik QS. Al-Ḥadīd (57): 20. Dalam jurnal ini berfokus mencari dan menelaah pengertian *flexing* yang dijelaskan dalam QS. Al-Ḥadīd ayat 20 bahwa *flexing* adalah gaya hidup yang dalam istilah al-Qur'an disebut *al-ḥayāt al-dunyā* yaitu gaya hidup rendahan. Gaya hidup ini berdasarkan analisis semantik atas terma *al-ḥayāt al-dunyā* mengandung makna *lā'ib* (permainan), *lahw* (senda gurau), *zīnah* (perkara yang disukai syahwat manusia), *tafākhur* (berbangga-bangga atas pencapaian diri di hadapan manusia), *takāsur* (berlomba-lomba dalam akumulasi harta), *farḥ* (kebahagiaan sesaat), *matā'* (kesenangan sementara), dan *ghurūr* (sesuatu yang memperdaya). Perilaku ini dipandang tidak mencerminkan gaya hidup yang

<sup>12</sup> Ira Yunita Pohan dkk, "Pandangan Al-Quran Tentang Fenomena *Flexing* Dalam Ibadah", *Jurnal Dialogis Ilmu Ushuluddin: Karunia Cahaya Allah*, Vol. 14, No. 02, 2024, hlm. 263.

<sup>13</sup> Abdul Muqit, "Makna Zuhud Dalam Kehidupan Prespektif Tafsir Al-Qur'an", *Jurnal Ilmu Al-Qur'an, Tafsir dan Pemikiran Islam*, Vol 1, No 2, 2022, hlm. 39. Lihat, Rumba Triana, "Zuhud Dalam Al-Quran", *Jurnal STAI Al-Hidayah*, Bogor, hlm.72. Lihat, Tri Wahyu Hidayati, "Perwujudan Sikap Zuhud dalam Kehidupan", *Jurnal, Millatī, Journal of Islamic Studies and Humanities*, Vol. 1, No. 2, Desember 2016, hlm. 243.

<sup>14</sup> Syafruddin Pohan, Putri Munawwarah, July Susanty Br Sinuraya, "Fenomena *Flexing* Di Media Sosial Dalam Menaikkan Popularitas Diri Sebagai Gaya Hidup", *Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Media Sosial (JKOMDIS)*, Vol. 3, No. 2, 2023, hlm. 490.

baik menurut al-Qur'an, sebab melalaikan pelakunya dari mengingat Tuhan dan pada kehidupan akhirat.<sup>15</sup>

Dalam sebuah tesis yang berjudul Redefinisi Zuhud dalam Perspektif Al-Qur'an Solusi Bagi Peradaban Islam oleh Saeful Anam, penelitian ini mendefinisikan kembali apa sebenarnya makna zuhud yang sesungguhnya, apakah zuhud itu hidup dengan keadaan miskin, membenci dunia menghalangi orang-orang mencari banyak harta. Beliau menjelaskan bahwa zuhud tidaklah demikian karena meraih dunia yang diridhai Allah juga dapat berdampak nilai positif bagi kemajuan ilmu pengetahuan dan peradaban Islam.<sup>16</sup>

Dari beberapa penelitian di atas ada beberapa hal yang sudah diteliti seperti makna zuhud dalam al-Qur'an, ciri-ciri zuhud, pengertian *flexing* dalam perspektif al-Qur'an namun belum ada yang berfokus pada bagaimana konsep zuhud yang disebut dalam al-Qur'an bisa dijadikan solusi untuk fenomena *flexing* di media sosial.

## 1.6 Kerangka Teori

Dalam mengkaji pembahasan tentang sikap zuhud di tengah fenomena *flexing*, penulis menggunakan beberapa teori, yaitu Teori Kelas Sosial atau kerap disebut juga sebagai Marxisme, pertama kali dicetuskan oleh Karl Max pada sekitar abad ke 19.<sup>17</sup> Dalam teori ini, ketidaksetaraan ekonomi mendorong persaingan antar individu dalam menunjukkan status mereka. Sehingga memungkinkan individu ini menggunakan jalur *flexing* untuk menampilkan diri sebagai bagian dari kelas yang lebih tinggi atau untuk membedakan diri dari kelas sosial yang dianggap lebih rendah.

Teori kedua, penulis menggunakan Teori Tindakan Sosial. Dimana manusia setiap harinya melakukan tindakan dengan maksud dan tujuan tertentu, tindakan yang dilakukan pada umumnya berkaitan dengan orang lain mengingat bahwa manusia adalah makhluk sosial, yaitu makhluk yang tidak dapat hidup sendiri dalam kehidupan masyarakat. Teori ini dikemukakan oleh Max Weber yaitu seorang tokoh sosiolog, filsuf, sejarawan dan ekonom Jerman. Tindakan sosial menurutnya adalah tindakan individu yang dapat mempengaruhi orang lain.

---

<sup>15</sup> Nur Shadiq Sandimula, Syarifuddin, Ridwan Jamal, "Meneropong Fenomena Flexing dalam al-Qur'an: Analisis Semantik QS. Al-Ĥadīd (57): 20", *Studia Quranika: jurnal studi al-qur'an*, Vol. 9, No. 1, 2024, hlm. 27.

<sup>16</sup> Saepul Anam, *Redefinisi Zuhud Dalam Perspektif Al-Qur'an Solusi Bagi Peradaban Islam*, (Jakarta: Tesis Magister Institut Ptiq, 2022), hlm. 9-10.

<sup>17</sup> Zainal Abidin, *Pengantar Filsafat Barat*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2004), hlm. 119-123.

Tindakan dan Tindakan sosial memiliki pengertian yang berbeda, Tindakan mencakup semua perilaku yang dilakukan oleh manusia, sedangkan Tindakan sosial merupakan suatu tindakan individu yang diarahkan kepada orang lain dan memiliki arti baik bagi diri sendiri maupun bagi orang lain.<sup>18</sup>

Teori selanjutnya adalah Teori Relevansi (*Relevance Theory*), yang diperkenalkan oleh Dan Sperber dan Deirdre Wilson. Teori ini digunakan untuk menafsirkan teks berdasarkan prinsip bahwa manusia selalu mencari makna yang paling bernilai guna kognitif dengan usaha minimal dalam proses memahami informasi. Gagasan relevansi, menurut Sperber dan Wilson sangat penting bagi domain kognitif yang lebih luas, mereka berasumsi bahwa tujuan universal kognisi manusia adalah untuk memperoleh informasi yang relevan, semakin relevan semakin baik.<sup>19</sup>

Teori selanjutnya adalah teori zuhud yang dikemukakan oleh al-Ghazali bahwa Menurut al-Ghazali, zuhud meliputi tiga dimensi: ‘ilm, hal, ‘amal. Adapun yang dimaksud dengan ‘ilm di sini adalah pengetahuan bahwa akhirat itu lebih baik, kekal. Sedangkan dunia hanyalah sementara, menjual dunia untuk meraih akhirat adalah sebuah kebenaran. Inilah makna zuhud secara bahasa seperti yang dituturkan Allah dalam surat Yusuf:20. Ilmu ini penting, karenadengan ilmu orang menjadi berwawasan luas dan kemudian menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Sedangkan *hal* (keadaan) bisa dilihat dari sikap seseorang, bagaimana dia hidup bersosial dan berinteraksi dengan sesama dengan menggunakan akhlak yang baik. Adapun ‘amal yang muncul dari hal (keadaan) zuhud yaitu meninggalkan sesuatu yang tidak disukai, mengeluarkan dari hati kecintaan pada dunia, memasukkan dalam hati cinta pada kepatuhan, mengeluarkan dari tangan dan mata kecintaan pada dunia, menugaskan tangan, mata dan anggota tubuh yang lain untuk cinta pada kepatuhan.<sup>20</sup>

## 1.7 Metode Penelitian

Untuk melahirkan sebuah karya yang bagus, diperlukan penggunaan metode yang tepat yang bertujuan untuk mempertanggungjawabkan secara ilmiah penelitian yang akan dipaparkan. Dalam penulisan tesis ini digunakan metode kualitatif dengan beberapa teknik.

<sup>18</sup> <https://digilib.uinsa.ac.id/6067/5/Bab%202.pdf>

<sup>19</sup> Muhammad Zaka Al-Farisi, “Aspek Relevansi dalam Terjemahan Tindak-Tutur kinayah Al-Qur’an”, *Karsa: Jurnal Pendidikan Bahasa Arab*, Vol. 21, No. 02, (2013), hlm. 164.

<sup>20</sup> Al-Imam Abi Hamid Muhammad bin Muhammad Al- Ghazali, *Ihya’Ulum al-Diin*, ..., hlm. 211.

### 1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang akan peneliti gunakan adalah jenis penelitian kepustakaan atau *library research*. Penelitian kepustakaan atau *library research* adalah penelitian yang menggunakan bahan-bahan tertulis seperti manuskrip, buku, majalah, surat kabar dan dokumen lainnya<sup>21</sup>. Penelitian ini dipandang lebih sesuai dengan menggunakan kitab, baik kitab tafsir maupun kitab lainnya yang menyangkut pembahasan sikap-sikap zuhud yang menjadi solusi bagi perilaku *flexing* di media sosial.

### 2. Sumber Data

Untuk memperoleh informasi yang komprehensif tentang implementasi zuhud menurut Al-Qur'an ditengah fenomena *flexing*, maka penulis mengambil dua sumber kepustakaan, yaitu sumber primer dan sumber sekunder. Data primer dalam penelitian ini adalah kitab tafsir bi al-Ra'yi baik yang kontemporer maupun yang klasik, yaitu kitab tafsir *Rūh Al-Ma'ānī Fī Tafsīr Al-Qur'ān Al-'Adhīm* karya Mahmud Al-Alūsi Al-Baghdadi, yang merupakan kitab tafsir bercorak sufi dan kitab tafsir bi al-ra'yi yang kontemporer yaitu kitab Tafsir al-Qur'an al-Karim oleh Sayyid Qutb (*Fī Zhilāl Al-Qur'an*), yang bercorak *adabi wa ijtima'i* yang dapat membantu peneliti memberi pemaknaan tentang *flexing* dan menjelaskan makna zuhud. Sedangkan sumber sekunder yaitu kitab *Ihya Ulumuddin* karya Imam al-Ghazali dan Al-Luma' karya Abu Nashr, kemudian dari jurnal-jurnal terbaru, artikel dan dari berbagai referensi informasi valid lainnya yang mendukung penulisan tesis ini.

### 3. Teknik Pengumpulan Data

Karena teknik pengumpulan data dalam penelitian seperti ini mendasar pada membaca maka teknik pengumpulan data dilakukan melalui dua sumber yaitu sumber primer dan sumber sekunder. Peneliti akan mengumpulkan ayat-ayat al-Qur'an yang berkaitan dengan *flexing* dan zuhud kemudian mencari maksudnya dari sumber primer. Agar lebih jelas, peneliti membuat langkah-langkah yang akan dilakukan dalam penelitian ini, yaitu:

- a. Memilih dan menetapkan tema yang akan dibahas secara *mawdhu'i* berdasarkan ayat-ayat al-Qur'an;
- b. Mengumpulkan dan menghimpun ayat-ayat Al-Quran yang membahas tema tersebut;
- c. Mengurutkan ayat-ayat tersebut berdasarkan waktu turunnya;

---

<sup>21</sup> Samsul Bahri, *Metodelogi Penelitian Al-Qur'an dan Tafsir*, (Banda Aceh: Percetakan Bandar, 2024), hlm. 94.

- d. Menjelaskan munasabah atau kolerasi ayat-ayat tersebut di masing-masing suratnya dan hadith-hadith Nabi saw, bila diperlukan, sehingga penjelasan ayat semakin sempurna;
- e. Menyusun tema bahasan di dalam kerangka yang tepat, sistematis, sempurna dan utuh (outline);
- f. Mufasssir mengarahkan pembahasan kepada tafsir ijmalî dan memaparkan berbagai pemikiran dalam membahas tema yang sudah dipilih;
- g. Membahas makna-makna dan unsur-unsur ayat tersebut untuk dikaitkan dengan metode ilmiah yang sistematis yang kemudian memaparkan kesimpulannya<sup>22</sup>.

#### 4. Teknik Analisi Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian adalah *content analysis* yaitu analisis isi dengan pendekatan kualitatif. Teknik analisis isi digunakan untuk menganalisis data yang diperoleh dari berbagai sumber seperti kitab tafsir dan literatur yang terkait zuhud, analisis ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi pola, tema dan makna yang terkandung dalam teks secara sistematis.

Analisis isi dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Koding data, yaitu memberikan kode-kode pada konsep-konsep utama yang berkaitan dengan *flexing* dan zuhud dalam ayat-ayat Al-Qur'an.
- b. Pengklasifikasian data, ayat-ayat Al-Qur'an tentang flexing dan zuhud yang sudah terkumpul disusun ke tema utama.
- c. Analisis interpretatif, teknik analisis data yang bertujuan untuk memahami makna yang lebih dalam dari suatu konteks, makna dan implikasi dari data tersebut.

### 1.8 Sistematika Penulisan

Adapun sistematika penulisan tesis ini adalah sebagai berikut:

Bab I Pendahuluan. Pada bab ini akan dikemukakan latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian pustaka, kerangka teori metode penelitian, dan sistematika penulisan sementara.

---

<sup>22</sup> Abd. Hayy Al-Farmawi, *Metode Tafsir Mawdu'i Studi Pengantar*, (Jakarta: Rajawali Pers, 1996), hlm. 45-46.

Bab II konsep zuhud dan *flexing* dalam al-qur'an serta teori relevansi. Pada bab ini akan dijabarkan tentang pengertian zuhud, macam-macam zuhud, nilai-nilai zuhud dalam al-Qur'an, pengertian *flexing*, macam-macam perilaku *flexing* serta penyebabnya, klasifikasi ayat-ayat tentang zuhud dan *flexing* terakhir adalah pembahasan tentang teori relevansi.

Bab III relevansi zuhud dalam menjawab fenomena *flexing* di media sosial. Pada bab ini akan dibahas tentang ayat-ayat zuhud dan *flexing* serta penafsirannya, dampak dari perilaku *flexing*, relevansi zuhud terhadap gaya hidup modern, zuhud sebagai solusi spiritual dan sosial dalam menjawab fenomena *flexing* di media sosial dan strategi menanamkan nilai zuhud di era digital.

Bab IV Penutup, pada bab ini adalah kesimpulan penulis berdasarkan bab-bab yang sudah dipaparkan sebelumnya dan saran serta kalimat penutup yang dianggap penting.

