

**KONSEP *FRUGAL LIVING* (GAYA HIDUP HEMAT)
DALAM AL-QUR'AN**

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

Listhia Izzaty (210303034)



**PROGRAM STUDI ILMU ALQURAN DAN TAFSIR
FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH TAHUN 2025
2025 M/1447 H**

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya:

Nama : Listhia Izzaty
NIM : 210303037
Jenjang : Strata Satu (S1)
Prodi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Menyatakan bahwa Naskah Skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri kecuali pada bagian-bagian yang ditunjuk sumbernya.

Banda Aceh, 08 April 2025
Yang Menyatakan,



Listhia Izzaty
NIM. 210303034

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin dan Filsafat
Uin Ar-Raniry Sebagai Salah Satu Beban Studi
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana (S1)
dalam Ilmu Ushuluddin dan Filsafat
Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Diajukan Oleh:

LISTHIA IZZATY

Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Filsafat
Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
NIM 210303034

Pembimbing I,



Dr. Nur Baety Sofyan, M.A
NIP. 198208082009012009

Pembimbing II,



Furqan, Lc., M.A
NIP. 197902122009011010

جامعة الرانيري

AR - RANIRY

SKRIPSI

Telah Diuji oleh Tim Penguji Munaqasyah Skripsi
Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Uin Ar-Raniry dan
Dinyatakan Lulus Serta Diterima sebagai Salah Satu Beban
Studi Program Strata Satu dalam Ilmu Ushuluddin dan Filsafat
Prodi Ilmu Al-Qur'an dan tafsir

Pada Hari/Tanggal : Rabu/6 Agustus 2025
10 safar 1447 H

di Darussalam – Banda Aceh
Panitia Ujian Munaqasyah

Ketua

Dr. Nur Bachy Sofyan, Lc., M.A
NIP. 198208082009012009

Sekretaris

Furqan, Lc., MA
NIP. 197902122009011010

Anggota I,

Dr. Muslim Djuned, M.Ag
NIP. 1971100112001121001

Anggota II,

Yusnaldi Khamatuzzaman, Lc., M.A
NIP. 197611202002121004

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Filsafat
UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh



Salman Abdul Muthalib, Lc., M.Ag
NIP. 197804222003121001

ABSTRAK

Nama : Listhia Izzaty

Judul Skripsi : Konsep *Frugal Living* Dalam Al-Qur'an

Tebal Skripsi : 78 halaman

Prodi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Pembimbing I : Dr. Nur Baety Sofyan, Lc., M.A

Pembimbing II : Furqan, Lc., M.A

Dalam kehidupan modern saat ini, kecenderungan manusia untuk membelanjakan harta secara berlebihan telah melahirkan budaya konsumtif yang bertentangan dengan nilai-nilai Islam. Al-Qur'an dengan tegas melarang perilaku *isrāf* (pemborosan) dan *tabdzīr* (penghamburan harta), serta menganjurkan hidup hemat dan seimbang. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana konsep *frugal living* tercermin dalam ajaran Al-Qur'an serta menjelaskan dampak positif penerapannya terhadap kehidupan individu dan sosial. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif melalui pendekatan pustaka (*library research*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa Al-Qur'an memberikan dasar konseptual terhadap gaya hidup hemat melalui ayat-ayat seperti Surah Al-A'raf ayat 31, Al-Furqan ayat 67, dan Al-An'am ayat 141, yang menekankan pentingnya keseimbangan dalam konsumsi. Larangan pemborosan ditegaskan dalam Surah Al-Isra' ayat 26–29, yang mengaitkan perilaku boros dengan perbuatan setan. Dengan demikian, konsep *frugal living* dalam Al-Qur'an bukan sekadar penghematan ekonomi, melainkan mencakup nilai spiritual, sosial, dan moral. *Frugal living* dipahami sebagai wujud ketaatan kepada Allah melalui sikap *qana'ah* (merasa cukup), tanggung jawab atas harta (amanah), dan pengelolaan rezeki secara seimbang (*wasathiyah*).

Kata kunci: *Frugal Living*, Al-Qur'an, Hidup Hemat, *Isrāf*, *Tabdzīr*.

PEDOMAN TRANSLITERASI DAN SINGKATAN

Model ini sering dipakai dalam penulisan transliterasi dalam jurnal ilmiah dan juga transliterasi penulisan disertasi. Adapun bentuknya adalah sebagai berikut:

Arab	Transliterasi	Arab	Transliterasi
ا	Tidak disimbolkan	ط	Ṭ (titik di bawah)
ب	B	ظ	Ẓ (titik di bawah)
ت	T	ع	‘
ث	Th	غ	Gh
ج	J	ف	F
ح	Ḥ (titik di bawah)	ق	Q
خ	Kh	ك	K
د	D	ل	L
ذ	Dh	م	M
ر	R	ن	N
ز	Z	و	W
س	S	ه	H
ش	Sy	ء	’
ص	Ṣ (titik di bawah)	ي	Y
ض	Ḍ (titik di bawah)		

Catatan:

1. Vokal tunggal

----َ---- (fathah) = *a* misalnya, حدث ditulis *hadatha*

----ِ---- (kasrah) = *i* misalnya, قيل ditulis *qila*

----ُ---- (dammah) = *u* misalnya, روي ditulis *ruwiya*

2. Vokal Rangkap

(ي) (fathah dan *ya*) = *ay*, misalnya, هريرة ditulis *Hurayrah*

(و) (fathah dan *waw*) = *aw*, misalnya, توحيد ditulis *tawhid*

3. Vokal Panjang (*maddah*)

(ا) (fathah dan *alif*) = *ā*, (*a* dengan garis di atas)

(ي) (kasrah dan *ya*) = *ī*, (*i* dengan garis di atas)

(و) (dammah dan *waw*) = *ū*, (*u* dengan garis di atas)

misalnya: (برهان, توفيق, معقول) ditulis *burhān*, *tawfiq*, *ma‘qūl*.

4. *Ta' marbutah* (ة)

Ta' Marbutah hidup atau mendapat harakat *fathah*, *kasrah* dan *dammah*, transliterasinya adalah (t), misalnya الولي الفلسفة = *alfalsafat al-ūlā*. Sementara *ta' marbūtah* mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah (h), misalnya: (الدلة مناهج, النباية دليل الفالسفة تهافت,) ditulis *Tahāfut al-Falāsifah*, *Dalīl al-'ināyah*, *Manāhij al-Adillah*.

5. *Syaddah* (tasydid)

Syaddah yang dalam tulis Arab dilambangkan dengan lambang (ّ), dalam transliterasi ini dilambangkan dengan huruf, yakni yang sama dengan huruf yang mendapat *syaddah*, misalnya (السالمية) ditulis *islamiyyah*.

6. Kata sandang dalam sistem tulisan arab dilambangkan dengan huruf ال transliterasinya adalah *al*, misalnya: النفس, الكشف ditulis *al-kasyf*, *al-nafs*.

7. *Hamzah (ء)*

Untuk hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata ditransliterasikan dengan (’), misalnya: ملائكة ditulis *mala’ikah*, جزء ditulis *juz’*. Adapun hamzah yang terletak di awal kata, tidak dilambangkan karena dalam bahasa Arab, ia menjadi alif, misalnya: اخترع ditulis *ikhtirā’*.

Modifikasi

1. Nama orang berkebangsaan Indonesia ditulis seperti biasa tanpa transliterasi, seperti Hasbi Ash Shiddieqy. Sedangkan nama-nama lainnya ditulis sesuai kaidah penerjemahan. Contoh: Mahmyd Syaltut.
2. Nama negara dan kota ditulis menurut ejaan Bahasa Indonesia, seperti Damaskus, bukan Dimasyq; Kairo, bukan Qahirah dan sebagainya.

Singkatan

Swt. = *subhanahu wa ta’ala*

Saw. = *sallallahu ‘alayhi wa sallam*

QS. = Qur’an Surah

HR. = Hadis Riwayat

As. = ‘Alaihi salam

Cet. = Cetakan

Vol. = Volume

Terj. = Terjemahan

Hlm. = Halaman

Tgk. = Teungku

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah Swt., Tuhan semesta alam, yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Atas limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, penulis diberi kesempatan untuk menuntut ilmu hingga mencapai tahap akhir studi dan menyelesaikan skripsi yang berjudul “Konsep Frugal Living dalam Al-Qur’an.” Shalawat dan salam senantiasa turunkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad Saw., beserta keluarga, para sahabat, dan umatnya hingga akhir zaman.

Dengan penuh rasa syukur dan kerendahan hati, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan, arahan, motivasi, serta doa dalam proses penyusunan skripsi ini. Adapun ucapan terima kasih tersebut penulis sampaikan secara khusus kepada:

1. Kedua orang tua tercinta, Ayahanda Ismail Ali dan Ibunda Dina Lestari, yang telah menjadi sumber kekuatan dan inspirasi bagi penulis. Ucapan terima kasih yang sedalam-dalamnya atas segala kasih sayang, doa yang tak pernah putus, serta dukungan moril dan materil yang tiada tara hingga penulis bisa menyelesaikan pendidikan ini dengan baik.

2. Prof. Dr. Salman Abdul Muthalib, Lc., M.Ag, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas yang luar biasa kepada seluruh mahasiswa, termasuk penulis, untuk dapat menempuh pendidikan dengan nyaman dan berkualitas.

3. Ibu Zulihafnani, S.TH., MA., selaku Ketua Program Studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir, dan Bapak Muhajirul Fadhli, Lc., MA., selaku Sekretaris Program Studi, yang senantiasa memberikan dukungan,

semangat, serta arahan yang membangun dalam proses studi penulis.

4. Ibu Nur Baety Sofyan, Lc., M.A., selaku dosen pembimbing I dan Bapak Furqan, Lc., M.A., selaku dosen pembimbing II, yang telah membimbing penulis dengan penuh kesabaran dan ketelatenan. Terima kasih atas waktu, perhatian, ilmu, serta bimbingannya dari awal hingga akhir penyusunan skripsi ini. Segala masukan dan koreksi yang diberikan menjadi bekal yang sangat berarti bagi penulis.

5. Saudari Syifa Ulahmi, teman yang senantiasa hadir dalam suka dan duka selama masa studi. Terima kasih atas semangat, bantuan, serta kehadiran yang memberikan warna dalam perjalanan akademik penulis. Doa dan motivasimu sangat berarti dalam menyelesaikan tugas akhir ini.

6. Seluruh teman-teman Angkatan 2021 Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, yang telah menjadi bagian penting dalam perjalanan studi ini.

Akhir kata, penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis dengan rendah hati membuka diri terhadap segala bentuk saran dan kritik yang membangun. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat, baik bagi penulis maupun bagi para pembaca.

A R - R A N I R Y

Banda Aceh

16 Juli 2025

Listhia Izzaty

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN	i
SKRIPSI.....	ii
SKRIPSI.....	iii
ABSTRAK.....	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI DAN SINGKATAN	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	x

BAB I	PENDAHULUAN	1
	A. Latar Belakang Masalah.....	1
	B. Rumusan Masalah.....	5
	C. Tujuan Penelitian	6
	D. Manfaat Penelitian	6
	E. Kajian Kepustakaan.....	6
	F. Defenisi Operasional.....	8
	G. Kerangka Teori.....	9
	H. Metode Penelitian	10
	I. Sistematika Pembahasan	11

BAB II	TINJAUAN UMUM TENTANG <i>FRUGAL LIVING</i>	13
	A. Definisi <i>Frugal Living</i>	13
	B. Sejarah <i>Frugal Living</i>	15
	C. Ajaran <i>Frugal Living</i> Dalam Islam.....	16
	D. Indikator <i>Frugal Living</i>	23
	E. Manfaat <i>Frugal Living</i>	27

BAB III	PEMAHAMAN <i>FRUGAL LIVING</i> DALAM AL-QUR'AN	30
	A. Identifikasi Ayat-ayat tentang Hidup Hemat dalam Al-Qur'an.....	30
	B. Pemahaman dan Penjelasan Para Mufasssir	34

C. Karakteristik <i>Frugal Living</i> Dalam Al-Qur'an	53
BAB IV PENUTUP	59
A. Kesimpulan	59
B. Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	62
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	67



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Secara konseptual, *frugal living* atau gaya hidup hemat merupakan suatu prinsip pengelolaan keuangan dan sumber daya yang menekankan pada penggunaan secara bijak, efisien, dan bernilai guna tinggi. Dalam kajian ekonomi dan psikologi Barat, *frugal living* dimaknai sebagai sikap berhati-hati dalam mengeluarkan uang, dengan pertimbangan rasional dan berorientasi jangka panjang. Lastovicka dan Hughner menyebutkan bahwa *frugal living* adalah sebuah gaya hidup yang didasarkan pada kesadaran diri untuk menghindari pemborosan serta memprioritaskan kebutuhan dibandingkan keinginan¹.

Dalam perkembangan pemikiran kontemporer, terdapat keragaman pendekatan terhadap konsep ini. Misalnya, dalam kerangka psikologi perilaku, hidup hemat sering kali diposisikan sebagai keputusan individual yang dipengaruhi oleh persepsi risiko, kontrol diri, dan kepuasan jangka panjang. Sementara dalam gerakan minimalisme, gaya hidup hemat diartikan sebagai pembebasan diri dari kelebihan konsumsi demi mencapai ketenangan batin dan kualitas hidup yang lebih baik. Meski demikian, pemaknaan *frugal living* di Barat cenderung terbatas pada tujuan duniawi dan sering kali bersifat sekuler, lebih menekankan kepentingan personal dan efisiensi konsumsi, tanpa dimensi moral dan spiritual yang mengikat secara transendental.

Dalam psikologi sosial, Robert Cialdini juga menunjukkan bahwa perilaku konsumsi sangat dipengaruhi oleh norma sosial dan tekanan lingkungan. Banyak orang membelanjakan uang bukan karena kebutuhan, tetapi karena ingin diterima oleh lingkungannya atau menyesuaikan diri dengan standar sosial tertentu. Dalam hal ini,

¹ Lastovicka, J. L., & Hughner, R. S. (1999). "Lifestyle of the Tight and Frugal: Theory and Measurement". *Journal of Consumer Research*, 26(1), 85–98.

gaya hidup hemat sering kali berbenturan dengan dorongan untuk tampil sesuai ekspektasi masyarakat. Oleh karena itu, seseorang yang memilih *frugal living* harus memiliki kesadaran dan kontrol diri yang kuat.²

Sementara itu, dalam Islam, prinsip hidup hemat tidak hanya dibahas dari sisi rasional dan psikologis, tetapi juga dari sisi moral dan spiritual. Salah satu tokoh ulama besar, Imam Al-Ghazali, menempatkan sikap hemat sebagai bagian dari akhlak yang terpuji. Menurutnya, hidup hemat merupakan wujud dari sifat *qana'ah*, yaitu merasa cukup dengan apa yang dimiliki dan tidak berlebihan dalam mencintai dunia³. Gagasan ini menunjukkan bahwa *frugal living* dalam Islam tidak hanya bertujuan mengatur harta, tetapi juga menyucikan jiwa agar tidak diperbudak oleh dunia

Ibnu Taimiyah, seorang pemikir Islam yang terkenal dalam bidang fikih dan akidah, menegaskan bahwa pemborosan adalah bentuk ketidaktahuan terhadap tujuan dari harta. Menurutnya, harta adalah amanah yang harus digunakan secara bertanggung jawab. Gaya hidup berlebihan adalah bentuk kezaliman terhadap nikmat yang Allah berikan, sementara hidup hemat adalah bentuk syukur dan pemeliharaan terhadap nikmat tersebut.⁴

Tokoh kontemporer seperti Yusuf Al-Qaradawi juga menekankan bahwa konsumsi dalam Islam tidak boleh lepas dari nilai etika. Menurutnya, Islam membolehkan umatnya menikmati dunia, tetapi dengan cara yang proporsional dan tidak berlebihan. Oleh karena itu, gaya hidup hemat bukan hanya pilihan gaya hidup pribadi, tetapi juga merupakan tuntutan moral dan sosial agar kesejahteraan bisa dirasakan lebih luas

² Robert B. Cialdini, *Influence: Science and Practice*, 5th ed. (Boston: Allyn & Bacon, 2009).

³ Imam Al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin*, Jilid 4 (Beirut: Dar al-Fikr, tt).

⁴ Sholikul Hadi dan Ade Iskandar Nasution, "Studi Komparasi Pemikiran Al-Ghazali dan Ibnu Taimiyah Tentang Konsep Harta dalam Perspektif Islam," *Journal of Islamic Economics and Business*, Vol. 4 No. 1 (2023).

Dalam konteks pemahaman umum, konsep hemat sering kali mengalami penyempitan makna. Ada yang memaknai hemat secara keliru sebagai sikap kikir (*stinginess*) yang menahan pengeluaran secara berlebihan, bahkan hingga mengabaikan kebutuhan pokok. *frugal living* menekankan keseimbangan menghindari pemborosan (*israf*) dan menjauhi sifat kikir (*bukhl*), demi tercapainya stabilitas keuangan dan ketenangan batin. Gaya hidup ini juga sering dikaitkan dengan nilai-nilai minimalisme, yakni kesadaran untuk hidup sederhana dengan mengurangi ketergantungan pada materi.

Di sisi lain, Islam sebagai agama yang syumul telah lebih dahulu memberikan panduan tentang hidup hemat yang tidak hanya dilandasi oleh pertimbangan rasional semata, tetapi juga memiliki dimensi spiritual⁵. Al-Qur'an mengajarkan prinsip keseimbangan (*wasathiyah*) dalam mengelola harta, sebagaimana firman Allah SWT dalam Surah Al-Furqan ayat 67 yang memerintahkan manusia untuk membelanjakan hartanya secara tidak berlebih-lebihan (*israf*) dan tidak pula bersifat kikir (*bukhl*), tetapi berada di tengah-tengah yang adil:

وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا

Artinya: "Dan orang-orang yang apabila membelanjakan (harta), mereka tidak berlebihan, dan tidak (pula) kikir, dan adalah pembelanjaan itu di tengah-tengah antara yang demikian." (Q.S. Al-Furqan: 67)

Ayat ini memberikan kerangka konseptual tentang pentingnya moderasi dalam pengelolaan harta. Islam tidak hanya membahas pengeluaran secara ekonomis, tetapi juga menempatkannya sebagai bagian dari tanggung jawab moral dan spiritual manusia. Dengan demikian, konsep hemat dalam Islam tidak sekadar bertujuan

⁵ anisa maisyarah, 'Pandangan Islam Tentang Gaya Hidup Frugal Living (Analisis Terhadap Ayat Dan Hadis)', Tardarus Tarbawy, no 4 (2022), 18.

untuk kesejahteraan duniawi, tetapi juga sebagai bentuk ibadah yang menunjukkan ketaatan kepada Allah SWT.⁶

Dari sini tampak adanya perbedaan mendasar antara konsep *frugal living* dalam perspektif Barat dan Islam. Jika Barat memaknai hidup hemat sebagai sarana mencapai kenyamanan hidup pribadi yang efisien dan bebas stres, Islam memaknainya sebagai bentuk pengabdian kepada Allah, serta ekspresi syukur atas nikmat yang diberikan. *Frugal living* dalam Islam bukan semata-mata menghindari konsumsi berlebih, tetapi juga menyangkut cara pandang terhadap harta sebagai amanah yang harus dikelola secara bertanggung jawab. Dalam Islam, konsumsi tidak hanya diukur dari segi jumlah dan efektivitas, tetapi juga dari dimensi halal, thayyib (baik), maslahat, dan keberkahan.

Perbedaan ini juga terlihat dalam orientasi akhirnya. Dalam pemikiran Barat, *frugal living* ditujukan untuk kepentingan duniawi keseimbangan finansial, kebebasan dari beban ekonomi, dan pencapaian kebahagiaan material. Sementara dalam Islam, hidup hemat dilihat sebagai salah satu bentuk *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa) yang mengarah pada ridha Allah dan keselamatan akhirat. Oleh karena itu, meskipun secara teknis terdapat kesamaan dalam ajakan untuk menghindari konsumsi berlebih, namun motivasi, nilai dasar, dan orientasi akhir dari *frugal living* versi Islam dan Barat sangat berbeda secara konseptual.

Frugal living dalam konteks Al-Qur'an bukan sekadar perilaku hemat secara material, tetapi merupakan upaya menjaga keseimbangan dalam penggunaan nikmat yang Allah berikan, sehingga terhindar dari perilaku boros yang merusak diri dan lingkungan, serta jauh dari sifat kikir yang menelantarkan hak orang lain. Konsep ini juga selaras dengan ajaran tentang zuhud dalam Islam, yaitu sikap hidup sederhana yang tidak terpaut pada

⁶ sabrina najhatus, 'Hakikat Gaya Hidup Minimalis Studi Living Qur'an Surat Al-Furqon Ayat 67', Ayat Dan Hadist Ekonomi, 1 nomor 3 (2023), 112.

kemewahan dunia, namun tetap memanfaatkan dunia sebagai sarana untuk mencapai kebahagiaan akhirat.

Islam juga menekankan pentingnya implikasi sosial dari gaya hidup hemat. Seorang Muslim yang mengelola hartanya dengan bijak diharapkan mampu memberi manfaat kepada orang lain, misalnya melalui sedekah, infak, dan zakat. Dalam hal ini, gaya hidup hemat menjadi sarana untuk mewujudkan keadilan sosial, mengurangi ketimpangan, dan memperkuat solidaritas umat. Sebaliknya, dalam konteks Barat, *frugal living* kerap kali bersifat individualistik dan tidak selalu mengarah pada tanggung jawab sosial.

Dari latar belakang teoritis ini, maka akan dikaji bagaimana Al-Qur'an secara konseptual membahas prinsip-prinsip *frugal living* yang selama ini lebih dikenal sebagai konsep kontemporer dalam ekonomi Barat. Hal ini penting untuk menunjukkan bahwa Al-Qur'an sebagai kitab suci telah mengajarkan prinsip hidup hemat jauh sebelum konsep tersebut menjadi perhatian dalam kajian modern.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara teoritis bagaimana konsep *frugal living* terimplementasi dalam ajaran Al-Qur'an, serta bagaimana konsep tersebut memberikan landasan hidup hemat yang seimbang, bukan hanya dalam aspek material, tetapi juga dalam dimensi spiritual dan sosial.

B. Rumusan Masalah

1. Apa saja ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan *frugal Living*?
2. Bagaimana Konsep *Frugal Living* Menurut Penafsiran Para Mufassir?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan *Frugal Living*.
2. Untuk mengetahui bagaimana konsep *Frugal Living* dalam Al-Qur'an Menurut Para Mufassir.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat akademik
Karena belum ada penelitian sebelumnya yang membahas hidup hemat dalam Al-Qur'an, tulisan ini dapat digunakan sebagai referensi oleh mahasiswa program studi ilmu Al-Qur'an dan Tafsir serta akademisi lainnya.
2. Manfaat non akademik
Tulisan ini dapat dibaca oleh masyarakat umum untuk memperluas pengetahuan mereka atau menjadi inspirasi untuk menerapkan gaya hidup hemat atau frugal dalam kehidupan sehari-hari.

E. Kajian Kepustakaan

Penelitian ini bertujuan untuk meneliti bagaimana konsep *frugal living* diuraikan dalam Alquran. Konsep ini bukanlah hal baru dan dapat ditemukan dalam berbagai tradisi dan ajaran agama, termasuk Alquran. Konsep *frugal living*, atau gaya hidup hemat, adalah konsep yang mengutamakan efisiensi dalam penggunaan sumber daya dan pengeluaran finansial untuk mencapai kesejahteraan yang berkelanjutan.

Nilai-nilai kesederhanaan, kebijaksanaan dalam mengelola harta, dan menghindari perilaku boros sering dikaitkan dengan hidup hemat dalam perspektif Islam. Alquran memuat beberapa ayat yang mendukung konsep ini. Misalnya, dalam Al-Isra' (17:26-27), terdapat peringatan tentang pemborosan dan disebutkan bahwa para pemboros adalah saudara-saudara setan, yang menunjukkan pentingnya menghindari pemborosan dalam kehidupan sehari-hari. Al-A'raf

(7:31) menyuruh orang makan dan minum tetapi tidak terlalu banyak, karena Allah tidak menyukai orang yang terlalu banyak.

Banyak penelitian lainnya telah menunjukkan bahwa hidup hemat bermanfaat dalam kehidupan modern. Studi yang dilakukan oleh Jones et al. (2020) menemukan bahwa gaya hidup hemat dapat meningkatkan kualitas hidup melalui pengurangan stres finansial dan peningkatan kepuasan hidup (Jones et al., 2020). Studi lain yang dilakukan oleh Smith (2018) menunjukkan bahwa gaya hidup hemat berkorelasi dengan keberlanjutan lingkungan. Namun, Mahmood (2021) menekankan pentingnya frugality dalam keuangan Islam, menunjukkan bahwa prinsip-prinsip ini relevan dan penting untuk pengelolaan keuangan yang etis dan berkelanjutan (Mahmood, 2021). Ali dan Hassan (2022) meneliti konsep frugality dalam ajaran Islam secara lebih mendalam dan menemukan bahwa prinsip ini meningkatkan kesejahteraan sosial dan spiritual umat Muslim selain kesejahteraan ekonomi (Ali & Hassan, 2022).

Walaupun sudah banyak penelitian tentang cara hidup hemat secara umum, masih ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam buku-buku dan tulisan yang ada. Pertama, kebanyakan tulisan tentang hidup hemat fokusnya pada masyarakat Barat atau yang tidak berhubungan dengan agama. Penelitian tentang cara hidup hemat dalam Islam, terutama yang berdasarkan Alquran, masih sangat sedikit. Kedua, banyak penelitian hanya membahas soal uang atau lingkungan dalam hidup hemat, tapi sedikit yang juga membahas bagaimana itu berhubungan dengan aspek spiritual dan sosial yang diajarkan dalam Al-Qur'an. Ini menunjukkan butuh analisis yang lebih lengkap yang mencakup semua itu. Ketiga, kebanyakan penelitian hanya sekadar melihat situasi pada satu waktu dan tidak melihat bagaimana hidup hemat bisa berpengaruh dalam jangka panjang bagi umat Muslim. Penelitian yang melihat dampak hidup hemat dalam jangka waktu yang lama akan sangat membantu dalam memahami lebih baik konsekuensinya.

F. Defenisi Operasional

Untuk mencegah kebingungan dan perbedaan interpretasi terkait istilah-istilah dalam judul skripsi, penjelasan yang jelas sangat diperlukan. Dalam konteks ini, definisi operasional menjadi penting untuk memastikan makna yang dimaksud tidak disalahartikan oleh pembaca. Dalam kerangka penelitian ini, penulis merasa perlu menjelaskan definisi operasional sebagai berikut:

Frugal (Praktik Pengeluaran): Dalam penelitian ini, praktik *frugal* dipahami sebagai sikap hidup yang mengedepankan pengeluaran secara bijak dan bertanggung jawab, sebagaimana tercermin dalam nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an. Definisi operasional mencakup kajian terhadap prinsip-prinsip pengelolaan harta yang menekankan pada pemenuhan kebutuhan esensial seperti makanan, tempat tinggal, dan transportasi, serta larangan terhadap perilaku berlebih-lebihan (*isrāf*) dan pemborosan (*tabzīr*). Pemahaman ini diperoleh melalui analisis terhadap ayat-ayat Al-Qur'an serta penjelasan para mufassir, dengan tujuan untuk menggambarkan bagaimana ajaran Islam mendorong kehidupan yang hemat, seimbang, dan terhindar dari perilaku konsumtif.

Living (Gaya Hidup): definisi operasional difokuskan pada penelusuran gaya hidup *frugal* sebagaimana tercermin dalam nilai-nilai Al-Qur'an. Evaluasi terhadap konsep gaya hidup dilakukan melalui studi pustaka yang mengkaji kebiasaan, nilai, dan aktivitas hidup yang relevan dengan prinsip *frugal living*. Aspek-aspek seperti pengelolaan harta, pemanfaatan waktu, interaksi sosial, serta kecenderungan hidup sederhana dianalisis berdasarkan penafsiran para mufassir terhadap ayat-ayat Al-Qur'an. Tujuan dari pendekatan ini adalah untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai bagaimana Al-Qur'an memandu manusia dalam menjalani kehidupan yang hemat, seimbang, dan bernilai, tanpa berlebihan maupun bersikap konsumtif.

G. Kerangka Teori

Konsep *frugal living* atau hidup hemat dalam perspektif modern tidak hanya dipahami sebagai upaya mengurangi pengeluaran semata, melainkan sebagai pola hidup yang mengutamakan kesadaran finansial, pengelolaan sumber daya yang bijak, serta pengendalian diri terhadap gaya hidup konsumtif. Teori *frugal living* banyak dikaji dalam literatur keuangan personal dan psikologi konsumen kontemporer. Misalnya, studi oleh Sivaraman dan Subramani (2021) menekankan bahwa *frugal living* adalah gaya hidup yang mengedepankan pengeluaran yang efisien, penghindaran dari utang konsumtif, serta alokasi dana yang sesuai prioritas kebutuhan, bukan sekadar keinginan spontan.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Yeo et al. (2020) dalam konteks perilaku konsumen menunjukkan bahwa *frugal living* berakar dari sikap *self-control* dan *mindfulness* dalam berbelanja. Orang yang menerapkan *frugal living* bukan sekadar menekan pengeluaran, tetapi juga secara sadar memilih kualitas atas kuantitas, serta lebih menghargai fungsi dibandingkan simbol status sosial. Temuan ini sejalan dengan nilai-nilai Al-Qur'an yang mendorong manusia untuk hidup sederhana dan tidak berlebih-lebihan.

Dalam perspektif perilaku keuangan, Lusardi dan Mitchell (2020) menambahkan bahwa perilaku *frugal* hidup erat kaitannya dengan literasi keuangan yang baik. Individu yang memiliki pemahaman tentang pengelolaan keuangan cenderung lebih mampu membuat keputusan konsumsi yang rasional dan berjangka panjang. Ini menunjukkan bahwa hidup hemat bukanlah bentuk keterpaksaan karena kekurangan, melainkan hasil dari pengetahuan dan kesadaran akan pentingnya pengelolaan harta secara bertanggung jawab.

Dalam kajian sosiologis, Kang et al. (2022) mengungkapkan bahwa *frugal living* memiliki aspek sosial yang signifikan. Hidup hemat mendorong seseorang untuk lebih peka terhadap kebutuhan sosial dan lingkungan, seperti meminimalisir pemborosan sumber daya serta meningkatkan kegiatan berbagi kepada yang membutuhkan. Perspektif ini selaras dengan prinsip sosial dalam Islam, yang

menekankan pentingnya memperhatikan kesejahteraan orang lain, serta kewajiban menunaikan zakat, infak, dan sedekah sebagai bentuk tanggung jawab sosial atas harta yang dimiliki.

Studi terbaru oleh Gunawan dan Siregar (2024) menyoroti bahwa penerapan *frugal living* di era modern banyak dikaitkan dengan gerakan keberlanjutan (*sustainability*). Kehidupan hemat dinilai tidak hanya berdampak pada keuangan pribadi, tetapi juga pada pelestarian lingkungan hidup melalui pengurangan konsumsi barang-barang yang tidak ramah lingkungan. Hal ini memperkuat argumen bahwa *frugal living* memiliki relevansi lintas aspek: spiritual, sosial, ekonomi, dan ekologi, yang semuanya telah tercermin dalam prinsip-prinsip ajaran Al-Qur'an

Berdasarkan metode tafsir maudhu'i, konsep *frugal living* dalam Al-Qur'an dapat dikaji secara tematik dengan menghimpun ayat-ayat yang berbicara tentang larangan berlebih-lebihan (*isrāf*), anjuran untuk bersyukur, perintah menunaikan hak orang lain dari harta, serta prinsip tanggung jawab manusia sebagai khalifah dalam mengelola sumber daya. Ayat-ayat tersebut kemudian dianalisis secara komprehensif sehingga melahirkan pemahaman yang utuh dan relevan dengan konteks kekinian. Dengan demikian, konsep *frugal living* dalam Al-Qur'an tidak hanya berbicara tentang aspek keuangan, tetapi juga mencakup dimensi moral, spiritual, dan sosial.

H. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini mengumpulkan data dari buku-buku, artikel, dan jurnal yang relevan dengan topik penelitian (*library research*). Setelah data diuraikan dan dianalisis secara menyeluruh, data kemudian digabungkan dan disusun menjadi kerangka penelitian.

2. Sumber Data

a. Sumber Data Primer

Objek utama dari penelitian ini adalah bagaimana konsep gaya hidup hemat atau *frugal living* dalam islam, dan

penafsiran ayat-ayat *frugal living* dalam Al-Qur'an. Yang menjadi data primer dalam penelitian ini Al-Qur'an

b. Sumber Data Sekunder

Untuk data sekunder, literatur yang memberikan penjelasan dan pemahaman tentang konsep *frugal living*, seperti buku ilmiah, jurnal, artikel, kitab tafsir Al-Misbah dan Al-Manar, berfungsi sebagai pelengkap data penelitian ini.

3. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini Teknik mengumpulkan data dilakukan dengan cara menghimpun data pokok persoalan konsep *frugal living*, selanjutnya data yang terkumpul dianalisis sehingga memberikan sebuah pengertian dan pemahaman atas pertanyaan yang menjadi objek dalam penelitian ini.

4. Teknik analisis data

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan studi tafsir tematik (*maudhu'i*) untuk proses penyajian dan analisis ayat-ayat yang berkaitan dengan penafsiran hidup hemat.

Pertama, peneliti harus menentukan tema yang akan dibahas. Dalam hal ini, tema yang akan dibahas adalah konsep *Frugal Living* dalam Al-Qur'an. Langkah kedua adalah mencari ayat-ayat dalam Al-Qur'an yang berkaitan dengan tema tersebut, yaitu ayat-ayat yang mengandung ajaran atau pesan tentang hidup hemat. Langkah ketiga adalah menafsirkan ayat-ayat tersebut dengan cara yang relevan dengan tema yang telah ditentukan sebelumnya. Langkah ke empat adalah, menjelaskan bagaimana penerapan *frugal living* dalam kehidupan islam.

I. Sistematika Pembahasan

Bagian awal atau bab pendahuluan menguraikan konteks latar belakang penelitian, merangkum pentingnya dan alasan perlunya penelitian ini. Isu-isu yang telah diuraikan dalam bagian pendahuluan kemudian dinyatakan dengan lebih jelas dalam bentuk pertanyaan dalam bagian perumusan masalah. Berdasarkan pertanyaan-pertanyaan yang telah disebutkan, peneliti kemudian menjelaskan tujuan

dan keuntungan yang ingin dicapai dari penelitian ini.

Pada Bab 2, akan diajukan definisi judul penelitian secara menyeluruh, yang mencakup pemahaman mendalam terhadap konsep "*Frugal Living*" dalam konteks Al-Quran. Dalam penguraian ini, akan disajikan penjelasan yang rinci mengenai konsep-konsep yang terkait dengan "*Frugal Living*" seperti kesederhanaan, penghematan, dan manajemen sumber daya yang bijaksana, dengan dukungan dari ayat-ayat Al-Quran yang relevan dan konteks historisnya. Selain itu, akan dianalisis hubungan antara konsep "*Frugal Living*" dalam Al-Quran dengan praktik kehidupan sehari-hari serta implikasinya dalam mencapai kestabilan finansial dan keberlanjutan jangka panjang. Dengan demikian, Bab 2 akan memberikan landasan yang kokoh bagi pemahaman tentang bagaimana konsep "*Frugal Living*" terkandung dan dapat diterapkan dalam ajaran Al-Quran.

Bab 3 akan merinci ayat-ayat yang telah dipilih sesuai dengan relevansi dan artinya yang mendukung tema penelitian ini. Setiap ayat akan dianalisis secara tafsir oleh para ulama untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang bagaimana konsep *Frugal Living* tercermin dalam Al-Quran. Selain itu, bab ini juga akan menguraikan ciri-ciri utama kehidupan *Frugal Living*, yang mencakup praktik-praktik kesederhanaan, penghematan, dan pengelolaan sumber daya yang bijaksana. Selanjutnya, akan dijelaskan dengan detail bagaimana konsep-konsep tersebut dapat diaplikasikan dalam konteks kehidupan sehari-hari, termasuk strategi dan langkah-langkah praktis yang dapat diambil oleh individu untuk menerapkan gaya hidup *Frugal Living* dalam kehidupan mereka.

Pada bab 4 akan membahas hasil keseluruhan penelitian dan memberikan saran untuk pengembangan lebih lanjut. Tujuannya adalah untuk memberikan gambaran singkat tentang apa yang ditemukan dalam penelitian dan bagaimana hal itu dapat berguna untuk orang lain di masa depan.