

## Frugal Living Dalam Perspektif Al Quran : Hidup Sederhana, Penuh Berkah Zuraidah<sup>1\*</sup>

<sup>1\*</sup>Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia

---

Diterima: 02-05-2025 Direvisi : 02-06-2025 Disetujui : 02-07-2025 Diterbitkan : 02-07-2025

---

### Abstract

*Frugal living is a frugal lifestyle that focuses on using wealth wisely and proportionally, not just refraining from spending. In the context of modern society that is vulnerable to consumerism and the pressures of a digital lifestyle, frugal living is presented as a practical and spiritual solution. This concept is in line with Islamic values that teach simplicity, prohibition of excess (israf), and the importance of balance in spending wealth (tawazun)*

*This article uses the maudhui (thematic) interpretation approach to collect and examine the verses of the Qur'an related to the principle of frugal living. This method allows for a complete thematic understanding of the concept of simplicity in Islam. The study shows that frugal living is not only economic in dimension, but also a form of self-control and worship that can bring blessings to life. Thus, the frugal lifestyle is worthy of being applied as a manifestation of the values of qana'ah, iffah, and zuhud in modern Muslim life.*

*Keywords: Frugal Living, Tafsir Maudhui, Simple Life.*

### Abstrak

Frugal living merupakan gaya hidup hemat yang berfokus pada penggunaan harta secara bijak dan proporsional, bukan sekadar menahan diri dari pengeluaran. Dalam konteks masyarakat modern yang rentan terhadap konsumerisme dan tekanan gaya hidup digital, frugal living hadir sebagai solusi praktis dan spiritual. Konsep ini sejalan dengan nilai-nilai Islam yang mengajarkan kesederhanaan, larangan berlebih-lebihan (israf), dan pentingnya keseimbangan dalam membelanjakan harta (tawazun).

Artikel ini menggunakan pendekatan tafsir maudhui (tematik) untuk menghimpun dan mengkaji ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan prinsip frugal living. Metode ini memungkinkan pemahaman tematik yang utuh terhadap konsep kesederhanaan dalam Islam. Kajian menunjukkan bahwa frugal living tidak hanya berdimensi ekonomi, tetapi juga merupakan bentuk pengendalian diri dan ibadah yang dapat membawa keberkahan hidup. Dengan

demikian, gaya hidup frugal layak diterapkan sebagai manifestasi dari nilai qana'ah, iffah, dan zuhud dalam kehidupan Muslim modern.

Kata kunci : *Frugal Living, Tafsir Maudhui, Hidup sederhana.*

Copyright (c) 2025 Zuraidah<sup>1\*</sup>

✉ Corresponding author : Zuraidah<sup>1\*</sup>

Email Address : [Bintujunaidi25@gmail.com](mailto:Bintujunaidi25@gmail.com)

## A. Pendahuluan

Metode adalah satu sarana untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Dalam konteks pemahaman al-Quran, metode bermakna: "prosedur yang harus dilalui untuk mencapai pemahaman yang tepat tentang makna ayat-ayat al-Quran." Dengan kata lain, metode penafsiran al-Quran merupakan: seperangkat kaidah yang seharusnya dipakai oleh mufassir (penafsir) ketika menafsirkan ayat-ayat al-Quran. Lahirnya metode-metode tafsir disebabkan oleh tuntutan perubahan sosial yang selalu dinamik. Dinamika perubahan sosial mengisyaratkan kebutuhan pemahaman yang lebih kompleks. Kompleksitas kebutuhan pemahaman atas al-Quran itulah yang mengakibatkan, tidak boleh tidak, para mufassir harus menjelaskan pengertian ayat-ayat al-Quran yang berbeda-beda.

Apabila diamati, akan terlihat bahwa metode penafsiran al-Quran akan menentukan hasil penafsiran. Ketepatan pemilihan metode akan menghasilkan pemahaman yang tepat, begitu juga sebaliknya. Dengan demikian, metodologi tafsir menduduki posisi yang teramat penting di dalam tatanan ilmu tafsir, karena tidak mungkin sampai kepada tujuan tanpa menempuh jalan yang menuju ke sana.

Al-Quran secara tekstual memang tidak berubah, tetapi penafsiran atas teksnya selalu berubah, sesuai dengan konteks ruang dan waktu manusia. Karenanya, al-Quran selalu membuka diri untuk dianalisis, dipersepsi, dan diinterpretasikan (ditafsirkan) dengan berbagai alat, metode, dan pendekatan untuk menguak isi sejatinya. Aneka metode dan tafsir diajukan sebagai jalan untuk membedah makna terdalam dari al-Quran itu. Sehingga al-Quran seolah menantang dirinya untuk dibedah<sup>1</sup>. Saat ini, banyak terjemah, tafsir, dan buku yang mengupas al-Quran. Setiap kali kita mendengar khutbah dan ceramah, kita juga acap kali telah hafal ayat-ayat yang disampaikan. Kita pun melaksanakan nilai dan ajaran al-Quran dalam ibadah ritual maupun muamalah.

Terjadinya peningkatan harga dan pemasukan yang stagnan pada saat ini mengakibatkan sebagian besar masyarakat harus mempunyai strategi tersendiri

---

<sup>1</sup> M. Umar Shihab, *Kontekstualitas Al Quran Kajian Tematik atas Ayat ayat Hukum Dalam Al Quran*, (Jakarta; Penamadani, 2005), 3

agar tetap dapat bertahan hidup. Di sisi lain, berbagai isu seperti wallet crisis atau krisis dompet yang muncul akibat adanya peristiwa yang mengguncang kondisi perekonomian dunia. Dimulai dari pandemi tahun 2020, keadaan cuaca yang kurang stabil, perang Rusia dan Ukraina, yang mana semua peristiwa tersebut berdampak pada kenaikan suku bunga dan kenaikan harga barang pokok. Isu seperti ini menjadikan masyarakat seumpama ditampar dengan berbagai fakta agar bangun dari tidurnya selama ini, sehingga sadar bahwa peristiwa tersebut perlu menjadi perhatian bersama dan perlu dipikirkan bagaimana solusinya agar mampu bertahan hidup di tengah hantaman lonjakan harga pangan dan energi.

Baru-baru ini, dalam menghadapi berbagai kenyataan kondisi perekonomian yang melonjak, ditambah adanya fitur-fitur canggih yang mendorong masyarakat untuk berlakukonsumtif, muncul istilah yang sudah lama digunakan namun kembali menjadi tren yaitu frugal living. Istilah ini menjadi salah satu cara yang dapat ditempuh masyarakat modern agar dapat survive di tengah himpitan kondisi ekonomi. Jalan bertahan hidup frugal living menjadi sebuah istilah kontrakonsumerisme yang sudah mulai banyak diterapkan oleh masyarakat kelas menengah bawah. Gaya hidup ini sangat menekankan manusia untuk hidup dengan pengeluaran sekecil mungkin dengan total pemasukan yang pas-pasan. Sebagai agama yang syumul (menyeluruh), gaya hidup frugal living memiliki aspek yang sejalan dengan apa yang Islam ajarkan. Sebab Islam bukan hanya mengatur perkara ibadah saja, melainkan juga aspek yang melekat dalam kehidupan sehari-hari manusia, termasuk juga di dalamnya anjuran bagaimana agar dapat menerapkan gaya hidup frugal living. Tentulah frasa "frugal living" tidak disebutkan secara gamblang di dalam dua sumber utama Islam, yaitu Quran dan Sunnah. Akan tetapi ada beberapa aspek yang ternyata telah dibahas oleh Islam sudah lama sejak dulu dan sudah diajarkan oleh Nabi Muhammad sejak berabad-abad sebelumnya

## **B. METODE PENELITIAN**

### **Tafsir Tematik**

Menurut catatan Quraish, tafsir tematik berdasarkan surah digagas pertama kali oleh seorang guru besar jurusan Tafsir, fakultas Ushuluddin Universitas al-Azhar, Syaikh Mahmud Syaltut, pada Januari 1960. Karya ini termuat dalam kitabnya, *Tafsir al-Qur'an al-Karim*. Sedangkan tafsir maudu'i berdasarkan subjek digagas pertama kali oleh Ahmad Sayyid al-Kumiy, seorang guru besar di institusi yang sama dengan Syaikh Mahmud Syaltut, jurusan Tafsir, fakultas Ushuluddin Universitas al-Azhar, dan menjadi ketua jurusan Tafsir sampai tahun 1981. Model tafsir ini digagas pada tahun seribu sembilan

ratus enam puluhan.<sup>2</sup> "Buah dari tafsir model ini menurut Quraish Shihab di antaranya adalah karya-karya Abbas Mahmud al-Aqqad, *al-Insân fi al-Qur'an*, al-Mar'ah fi al-Qur'an, dan karya Abul A'la al-Maududi, *al-Riba fi al-Qur'an*.<sup>3</sup> Kemudian tafsir model ini dikembangkan dan disempurnakan lebih sistematis oleh Abdul Hay al-Farmawi, pada tahun 1977, dalam kitabnya *al-Bidayah fi al-Tafsir al-Maudu'i: Dirasah Manhajiyah Maudu'iyah*.

Namun kalau merujuk pada catatan lain, kelahiran tafsir tematik jauh lebih awal dari apa yang dicatat Quraish Shihab, baik tematik berdasar surah maupun berdasarkan subjek. Kaitannya dengantafsir tematik berdasar surah al-Qur'an, Zarkashi (745-794/1344-1392), dengan karyanya al-Burhân, misalnya adalah salah satu contoh yang paling awal yang menekankan pentingnya tafsir yang menekankan bahasan surah demi surah. Demikian juga Suyûti (w. 911/1505) dalam karyanya *al-Itqân*.

Sementa tematik berdasar subyek, diantaranya adalah karya Ibn Qayyi al-Jauzīyah (1292-1350H.), ulama besar dari mazhab Hambali, yang berjudul *al-Bayan fi Aqşam al-Qur'an*, *Majaz al-Qur'an* oleh Abu Ubaid; *Mufradût al-Qur'an* oleh al-Raghib al-Isfahani; *Asbab al-Nuzûl* oleh Abüal-Hasan al-Wahidi al-Naisābūrī, dan sejumlah karya dalam *Nāsikh wa al-Mansûkh*, yakni; (1) *Naskh al-Qur'an* oleh Abû Bakr Muhammad al-Zuhri, (2) *Kitab al-Nasikh wa al-Mansûkh fi al-Qur'an al-Karim* oleh al-Nah hâs, (3) *al-Nasikh wa al-Mansûkh* oleh Ibn Sal-amâ, (4) *al-Nasikh wa al-Mansûkh* oleh Ibn al-'Ata iqi, (5) *Kitab al-Mujaz fi al-Nasikh wa al-Mansûkh* oleh Ibn Khuzayma al-Farisi."

Sebagai tambahan, tafsir *Ahkâm al-Qur'ân karya al-Jass âs*, adalah contoh lain dari tafsir semi tematik yang diaplikasikan ketika menafsirkan seluruh al-Qur'an. Karena itu, meskipun tidak fenomena umum, tafsir tematik sudah diperkenalkan sejak sejarah awal tafsir. Lebih jauh, perumusan konsep ini secara metodologis dan sistematis berkembang dimasa kontemporer. Demikian juga jumlahnya semakin bertambah di awal abad ke 20, baik tematik berdasarkan surah al-Qur'an maupun tematik berdasar subyek/topik. Menurut Abdul Hay Al-Farmawiy dalam bukunya *Al-Bidayah fi Al-Tafsir Al-mawdu'î* secara rinci menyebutkan ada tujuh langkah yang ditempuh dalam menerapkan metode tematik ini, yaitu:

- 1) Menetapkan masalah yang akan dibahas (topik)
- 2) Menghimpun ayat-ayat yang berkaitan dengan masalah tersebut;
- 3) Menyusun runtutan ayat sesuai masa turunnya disertai pengetahuan tentang azbabun nuzulnya:

---

<sup>2</sup> M. Quraish Shihab, *wawasan al quran: Tafsir Maudhui atas Pelbagai Persoalan Ummat*. ( Bandung: Mizan, 1996), 114

<sup>3</sup> *Ibid*

- 4) Memahami kolerasi ayat-ayat tersebut dalam surahnya masing-masing;
- 5) Menyusun pembahasan dalam kerangka yang sempurna,
- 6) Melengkapi pembahasan dengan hadis-hadis yang relevan dengan pokok pembahasan;
- 7) Mempelajari ayat-ayat tersebut secara keseluruhan dengan jalan menghimpun ayat-ayatnya yang mempunyai pengertian yang sama, atau mengkompromikan antara yang 'am (umum) dan yang khash (khusus), muthlak dan muqayyad, atau yang pada lahirnya bertentangan, sehingga kesemuanya bertemu dalam satu muara, tanpa perbedaan.<sup>4</sup>

Sementara, menurut M.Quraish Shihab ada beberapa catatan yang perlu diperhatikan didalam menerapkan metode tematik ini. Antara lain;

1. Penetapan masalah yang dibahas.

Walaupun metode ini dapat menampaug semua masalah yang diajukan namun akan lebih baik apabila permasalahan yang dibahas itu diprioritaskan pada persoalan yang langsung menyentuh dan dirasakan oleh masyarakat, misalnya petunjuk Al-Qur'an tentang kemiskinan, keterbelakangan, penyakit dan lain-lainnya. Dengan demikian, metode penafsiran semacam ini langsung memberi jawaban terhadap problem masyarakat tertentu di tempat tertentu pula.

2. Menyusun runtutan ayat sesuai dengan masa turunnya.

Bagi mereka yang bermaksud menguraikan suatu kisah atau kejadian maka runtutan yang dibutuhkan adalah runtutan kronologis peristiwa. Kesempurnaan metode tematik dapat dicapai apabila sejak dini sang mufasssir berusaha memahami arti kosakata ayat dengan merujuk kepada penggunaan Al-Qur'an sendiri. Hal ini dapat dinilai sebagai pengembangan dari tafsir bi al-ma tsur yang pada hakikatnya merupakan benih awal dari metode tematik.

Dari uraian di atas, baik yang dikemukakan Abdul Hay Al-farmawiy maupun M.Quraish Shihab sama-sama sependapat bahwa langkah awal yang ditempuh dalam mempergunakan metode tafsir tematik adalah menetapkan topik atau masalah yang akan dibahas kemudian menghimpun ayat-ayat yang mempunyai pengertian yang sama dengan topik dan dilengkapi dengan hadis-hadis yang relevan dengan pokok bahasan dan yang perlu dicatat topik yang dibahas diusahakan pada persoalan yang langsung menyentuh kepentingan

---

<sup>4</sup> M. Quraish Shihab, *Wawasan al Quran: Tafsir Maudhui...*, 115

masyarakat agar Al-Qur'an sebagai petunjuk hidup dapat memberi jawaban terhadap problem masyarakat itu.

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Klasifikasi Ayat-ayat Frugal Living dalam Al-Qur'an.

Ada beberapa ayat dalam Al-Qur'an yang membahas tentang topik gaya hidup hemat atau tren frugal living. Ayat-ayat ini tidak memiliki arti literal yang tertulis di dalam teks, akan tetapi memiliki makna implisit yang tidak jelas dari teksnya. Kajian ini berpedoman pada fatwa MUI (Majelis Ulama Indonesia) tanggal 22 Februari 2017 tentang hidup sederhana dalam memilih ayat-ayat pilihannya. Fatwa tersebut berisi dalil-dalil Al-Qur'an dan hadis yang berhubungan dengan kehidupan yang lugas atau sederhana (Fahlevi, 2022: 2-3).

Dalam pengambilan ayat-ayat tersebut, penulis mencoba menyamaan antara sederhana dengan hemat. Gaya hidup hemat sering disamakan dengan hidup sederhana, hal ini dikarenakan dalam praktiknya gaya hidup hemat diwajibkan untuk tidak berlebih-lebihan dan tidak kikir. Saat melakukan. pembelian, perencanaan yang cermat diperlukan untuk memastikan bahwa pengeluaran akan mencakup hal-hal penting lainnya. Terlintas dalam pikiran bahwa pemasukannya dapat disimpan atau diinvestasikan untuk kebutuhan masa depan jika semua persyaratan terpenuhi dan pemukiman yang tidak terpakai tetap ada. Esensi dari persamaan antara hemat dan sederhana yakni mampu membedakan antara kebutuhan dan keinginan karena bisa menggunakan uang untuk membangun kebijakan dan kesehatan (Fahlevi, 2022:26).

Kemudian penyamaan tersebut dipertegas oleh pendapat Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan yang mengatakan bahwa sederhana berarti hidup sewajarnya dan tidak boros maupun pelit, namun juga tidak mengajarkan untuk hidup miskin (Fahlevi, 2022: 20). Dari pengertian tersebut maka sama halnya dengan pengertian hemat di atas. Maka dalam penelitian ini penulis akan menggunakan ayat-ayat tersebut kedalam pengklasifikasian ayat-ayat konsep frugal living atau gaya hidup hemat

Adapun dibawah ini ayat-ayat yang masuk kedalam tema konsep frugal living akan diuraikan dengan bentuk tabel, dengan tujuan sebagai berikut.

No	Nama Surah	Ayat	Keterangan
1	Al Furqon	67	Perintah hidup sederhana
2	Al Isro	29	Perintah hidup sederhana
3	Al Isro	26	Larangan boros

4	Ali Imron	180	Larangan kikir
5	Muhammad	38	Larangan kikir
6	Al A'rof	31	Perintah makan dan minum secukupnya

### **Pendekatan Penafsiran Ayat-Ayat Frugal Living**

Dalam melakukan interpretasi terhadap ayat-ayat tentang frugal living di atas maka membutuhkan metode serta pendekatan yang yang tepat, maka dari itu dalam penelitian Al-Qur'an ini akan menggunakan metode yang sekaligus sebagai sebuah pendekatan yaitu ma'na cum maghza. Pendekatan ma'na cum maghza adalah metodologi tafsir baru. Sahiron Syamsuddin pertama-tama menyederhanakan dan mengembangkan konsep dan teori hermeneutika yang sudah ada sebelumnya ke dalam metode ini. Metode analisis ma'na cum maghza menitikberatkan pada makna literal teks. Dalam hal ini, seorang penafsir menggali makna dan pesan utama historis, yaitu makna asli dan pesan utama atau makna yang dimaksudkan oleh penulis teks atau apa yang dapat dipahami oleh khalayak, dan kemudian mengembangkan maknanya untuk konteks kekinian (Syamsuddin, 2020:8).

Adapun analisis dengan menggunakan pendekatan ma'na cum maghza, langkah-langkah yang perlu ditempuh dalam proses penafsiran (Syamsuddin, 2020: 9) yaitu sebagai berikut:

1. Menganalisis bahasa yang digunakan dalam teks Al-Qur'an, baik dari segi kosa kata sampai dengan strukturnya.
2. Melakukan intratekstualitas, atau membandingkan dan menganalisis penggunaan kata yang sama antara kata yang ditafsirkan dan penggunaan kata itu dalam ayat atau hadits lain, merupakan tahap yang memperjelas analisis.
3. Melakukan analisis intertekstualitas. Pada tahap ini penafsir menghubungkan dan menganalisis bait-bait Al-Qur'an dengan teks-teks yang berbeda di sekitar Al-Qur'an.
4. Menganalisis konteks sejarah mikro dan makro yang ada pada masa turunnya Al-Qur'an. Situasi dan keadaan bangsa Arab pada saat Al-Qur'an diturunkan termasuk dalam konteks makro-historis. Sebaliknya, peristiwa-peristiwa kecil yang melatarbelakangi turunnya sebuah ayat, khususnya asbab al-muzül, merupakan konteks mikro-historis.

5. berfokus pada poin utama atau menarik pesan utama dari ayat yang sedang ditafsirkan.

### **Interpretasi Ayat Ayat Frugal Living Dalam Al Quran.**

#### **Q.S Al Furqon Ayat 67 Analisis Linguistik :**

Q.S. Al-Furqan ayat 67 menggambarkan prinsip hidup hemat dan seimbang yang sejalan dengan konsep frugal living. Secara linguistik, ayat ini menggunakan struktur kalimat yang simetris dan mengandung kekuatan makna. Kata “*anfaqū*” (mereka membelanjakan) menunjukkan aktivitas konsumsi, tetapi segera diikuti oleh dua bentuk larangan: *lam yusrifū* (tidak berlebihan) dan *lam yaqturū* (tidak kikir). Keduanya mewakili dua ekstrem dalam pengelolaan harta—satu terlalu boros, satu terlalu menahan. Pola ini menggambarkan adanya keseimbangan yang disengaja, dan puncaknya ada pada kata *qawāmā*, yang berasal dari akar kata *qāma* (berdiri tegak), menunjukkan bahwa keseimbangan dalam pembelanjaan bukan hanya moderat secara jumlah, tetapi juga kokoh dan berprinsip.

Gaya bahasa ayat ini menggunakan pendekatan kontras (boros vs kikir) untuk menegaskan posisi tengah sebagai yang ideal. Dalam ilmu balaghah, struktur ini disebut *tausiq*, yakni penguatan makna dengan penegasan dua sisi yang ditolak. Artinya, Allah tidak hanya memerintahkan “berinfaklah secara wajar”, tetapi menunjukkan bahwa jalan hidup yang paling benar adalah yang tidak terjerumus ke dalam dua sisi ekstrem. Hal ini sangat sejalan dengan nilai frugal living, yakni hidup secukupnya, tidak konsumtif, namun tetap memenuhi kebutuhan dan tanggung jawab sosial. Dalam konteks kekinian, ayat ini mengajarkan bahwa gaya hidup sederhana bukan sekadar pilihan pribadi, melainkan cerminan dari kedewasaan spiritual dan sosial yang diajarkan langsung oleh Al-Qur’an.

#### **Konteks Historis Ayat (Asbabun Nuzul) Q.S Al Furqon:67**

Q.S. Al-Furqān ayat 67 termasuk dalam golongan Makkiyyah, yaitu ayat yang turun di Mekkah sebelum hijrah Nabi Muhammad ﷺ ke Madinah. Surah ini secara umum menggambarkan ciri-ciri ‘ibād al-Rahmān (hamba-hamba Tuhan Yang Maha Pengasih) — yaitu orang-orang yang dekat dengan Allah dan meneladani sifat kasih sayang-Nya dalam laku hidup sehari-hari. Pada masa awal dakwah Islam di Mekkah, masyarakat Quraisy memiliki pola konsumsi dan distribusi harta yang tidak seimbang. Golongan elite hidup sangat mewah dan konsumtif, sementara masyarakat bawah tertindas dalam kemiskinan. Ada yang suka memamerkan kekayaan dengan berlebihan (*isrāf*), ada pula yang sangat pelit meski punya kelebihan harta (*taqtīr*). Dalam konteks inilah ayat ini turun, sebagai teguran atas ketimpangan sosial dan sebagai petunjuk etika penggunaan harta yang adil dan bertanggung jawab.



Sebagian mufasir seperti Imam Al-Qurthubi dan Al-Tabari menjelaskan bahwa ayat ini turun untuk membimbing umat agar tidak berlebihan dalam infak, termasuk dalam amal sekalipun. Artinya, kebaikan pun perlu diatur dan diseimbangkan, agar tidak menyusahkan diri sendiri atau menciptakan ketimpangan baru. Ini menunjukkan bahwa ajaran frugal living dalam Islam sudah diperkenalkan sejak awal risalah, bahkan bukan hanya dalam urusan duniawi, tapi juga dalam dimensi ibadah dan sosial. Jadi, dari konteks historisnya, ayat ini muncul sebagai respon terhadap budaya sosial yang timpang—baik karena boros maupun karena pelit—dan sebagai pembentukan karakter umat Islam yang moderat dan adil dalam urusan harta.

### **Q.S. Al-Isrā' ayat 29 Analisis linguistik:**

Q.S. Al-Isrā' ayat 29 menggambarkan ajaran frugal living dalam Islam melalui gaya bahasa metaforis yang kuat dan visual. Secara linguistik, ayat ini menggunakan dua metafora ekstrem: "janganlah engkau jadikan tanganmu terbelenggu pada lehermu" sebagai simbol kekikiran, dan "jangan pula engkau terlalu mengulurkannya" sebagai simbol pemborosan. Kata *maghlūlah* yang berarti "terbelenggu" berasal dari akar kata *gh-l-l*, yang biasanya digunakan dalam konteks hukuman atau penjara, memberi kesan bahwa sifat kikir merupakan bentuk penahanan atau penyiksaan terhadap diri sendiri. Sebaliknya, kata *kulla al-basth* yang berarti "seluruh uluran" menunjukkan tindakan pengeluaran yang berlebihan tanpa kendali. Keduanya ditutup dengan konsekuensi linguistik yang jelas: *fataq'uda malūman mahsūrā* (maka kamu akan duduk dalam keadaan tercela dan menyesal). Frasa ini menyiratkan bahwa siapa pun yang menjalani hidup dengan pengelolaan harta yang ekstrem akan berakhir dalam kondisi yang buruk secara sosial maupun mental.

Struktur ayat ini menggunakan pendekatan simetris—dua larangan disandingkan untuk menegaskan pentingnya keseimbangan sebagai jalan tengah yang ideal. Dalam konteks frugal living, ayat ini mengajarkan bahwa hidup hemat bukan berarti menahan diri secara berlebihan, namun juga bukan berarti menghabiskan harta secara sembrono. Islam mengajarkan prinsip moderasi dalam penggunaan harta: berinfaq seperlunya, memberi tanpa menyakiti diri sendiri, dan mengatur pengeluaran sesuai dengan kebutuhan, bukan keinginan. Maka dari itu, frugal living menurut Al-Qur'an bukan hanya tentang cara hidup sederhana, melainkan tentang kebijaksanaan dalam mengelola rezeki dengan proporsional dan bertanggung jawab.

### **Konteks Historis (Asbāb al-Nuzūl) Q.S. Al-Isrā':29**

Q.S. Al-Isrā' ayat 29 merupakan bagian dari surah Makkiyyah yang diturunkan ketika Nabi Muhammad ﷺ masih berdakwah di Mekkah. Pada masa itu, sebagian kaum Muslimin berada dalam kondisi ekonomi yang sulit dan hidup di tengah masyarakat Quraisy yang menganut pola konsumsi yang

timpang— antara gaya hidup mewah kaum elite dan keterpinggiran kaum fakir. Ayat ini turun sebagai pedoman moral bagi umat Islam dalam menghadapi tekanan sosial dan ekonomi tersebut.

Menurut riwayat dalam kitab tafsir seperti Tafsir Al-Qurthubi dan Asbāb al-Nuzūl Al-Wahidi, ayat ini turun untuk membimbing Rasulullah ﷺ dalam pengelolaan harta, khususnya dalam memberi bantuan kepada orang-orang yang meminta. Ketika Rasulullah hendak memberikan bantuan, ada yang memperingatkan agar tidak terlalu banyak memberi hingga menyusahkan diri sendiri; sementara yang lain mendesak beliau agar lebih dermawan. Maka turunlah ayat ini sebagai bimbingan ilahi agar Nabi ﷺ tidak bersikap terlalu pelit, tetapi juga tidak boros, dan tetap menjaga keseimbangan.

Makna historis dari ayat ini memperlihatkan bahwa sejak awal dakwah, Al-Qur'an telah memberikan perhatian terhadap etika keuangan pribadi dan sosial, terutama dalam konteks distribusi kekayaan. Allah mengarahkan Nabi dan umatnya agar tidak bersikap ekstrem dalam urusan harta, baik dalam menahan maupun menghabiskannya. Pesan ini sangat relevan dengan prinsip frugal living Islami, yang bukan sekadar menghemat pengeluaran, melainkan menjalani hidup dengan penuh kesadaran, proporsional, dan berorientasi pada kebermanfaatan.

### **Q.S. Al-A'rāf ayat 26 Analisis Linguistik**

Ayat ini menunjukkan bahwa fungsi pakaian dalam Islam tidak hanya sebagai penutup aurat, tetapi juga sebagai simbol kesopanan dan keindahan yang seimbang. Secara linguistik, terdapat dua kata kunci penting: "libās" (لباس) yang berarti pakaian fisik, dan "riyāsy" (ريشاً) yang artinya hiasan atau keindahan tambahan. Kata *riyāsy* berasal dari akar kata *r-w-sh* yang bermakna bulu burung—digunakan dalam Al-Qur'an untuk menggambarkan elemen keindahan dan kemewahan pakaian. Namun ayat ini menegaskan bahwa "libās al-taqwā" (pakaian takwa) jauh lebih utama daripada pakaian jasmani atau aksesoris mewah. ("itulah yang lebih baik") merupakan penegasan nilai, menunjukkan bahwa Islam menempatkan ketakwaan dan kesederhanaan batin sebagai inti dari penampilan lahiriah.

Dalam konteks frugal living, ayat ini memberi batasan spiritual terhadap konsumsi dalam berpakaian. Islam tidak melarang keindahan atau kenyamanan, namun menegaskan bahwa fungsi utama pakaian adalah menutup aurat dan menjaga kehormatan. Gaya hidup sederhana terlihat dari pesan ayat ini: tidak perlu menghabiskan harta hanya untuk fashion dan penampilan, apalagi jika bertujuan untuk pamer atau mengejar tren yang tak bermanfaat. Prinsip ini sangat relevan dalam dunia modern yang konsumeristik, di mana identitas sering diukur dari merek atau model pakaian. Al-Qur'an menegaskan bahwa pakaian terbaik bukan yang mahal, tapi yang menunjukkan ketakwaan.

### **Konteks Historis (Asbāb al-Nuzūl)**

Ayat ini turun di Mekkah sebagai tanggapan terhadap kebiasaan masyarakat jahiliyah yang melakukan thawaf di sekitar Ka'bah dalam keadaan telanjang, karena menganggap pakaian berdosa jika digunakan untuk ibadah kecuali dibuat oleh orang Quraisy. Perilaku ini mencerminkan pola pikir konsumtif yang dipelintir oleh tafsir adat, hingga berpakaian dijadikan simbol kesucian palsu. Maka Allah menurunkan ayat ini untuk memperbaiki pemahaman mereka tentang fungsi pakaian sebagai penutup aurat, bukan alat pamer atau syarat ibadah.

Dalam konteks ini, prinsip frugal living ditegaskan secara halus: berpakaianlah yang layak, tidak berlebihan, dan sesuai nilai takwa. Allah tidak menolak keindahan (*riyāsy*), tetapi memberi prioritas pada ketakwaan sebagai dasar dalam memilih dan menggunakan pakaian. Dengan demikian, hidup sederhana dan berkecukupan menjadi bagian dari akhlak Qur'ani yang dimulai dari hal paling dasar: cara berpakaian.

### **Q.S. Ali 'Imran ayat 180 Analisis Linguistik.**

Q.S. Ali 'Imran ayat 180 secara tegas mengecam sifat bakhil (kikir) dan mengoreksi anggapan keliru bahwa menahan harta demi kepentingan pribadi akan membawa kebaikan. Secara linguistik, kata "يَبْخُلُونَ" (*yabkhalūn*) berasal dari akar kata *b-kh-l* yang bermakna menahan sesuatu yang semestinya dikeluarkan, baik dalam bentuk harta, ilmu, maupun kebaikan. Ayat ini menggunakan gaya bahasa yang keras: akan dikalungkan di leher mereka apa yang mereka tahan itu pada hari Kiamat", yakni harta yang disimpan akan menjadi beban dan azab bagi pemiliknya. Gaya ini menunjukkan bahwa kekayaan yang tidak dikelola secara sosial—hanya ditimbun—akan berbalik menjadi siksaan.

Ayat ini tidak hanya membahas zakat, tetapi seluruh bentuk karunia Allah yang seharusnya digunakan untuk maslahat. Dalam konteks frugal living, ayat ini menggarisbawahi bahwa hidup hemat tidak sama dengan hidup pelit. Frugal living Islami bukanlah menumpuk harta atau menahan diri secara berlebihan tanpa alasan, tetapi menggunakan harta secara bijak, cukup, dan proporsional. Menyimpan harta hingga menolak berbagi dengan yang membutuhkan bukanlah bentuk kesederhanaan, melainkan ketamakan yang dibungkus kehati-hatian. Frasa terakhir, (Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan), menegaskan bahwa niat dan sikap batin dalam mengelola harta akan mendapat penilaian langsung dari Allah, bukan dari penampilan luar atau retorika hemat semata.

### **Konteks Historis (Asbāb al-Nuzūl)**

Menurut beberapa riwayat dalam Tafsir Al-Qurtubi dan Ibn Kathir, ayat ini turun berkaitan dengan kelompok orang kaya dari kalangan Yahudi dan munafik di Madinah yang enggan menginfakkan hartanya di jalan Allah. Mereka beranggapan bahwa menahan harta akan melindungi mereka dari kesulitan hidup, padahal sikap tersebut justru membuat mereka menjadi simbol ketidakpedulian sosial dan penyebab kehancuran moral.

Dalam konteks sosial masa itu, sikap pelit dianggap sah secara adat karena harta adalah milik pribadi. Namun Al-Qur'an datang dengan koreksi tegas: karunia dari Allah tidak boleh dianggap sebagai milik mutlak, melainkan amanah yang harus dikelola dan dibagi dengan adil. Maka, frugal living yang benar menurut Islam tidak hanya menyangkut pola konsumsi pribadi yang wajar, tetapi juga komitmen sosial untuk berbagi dan berinfak, agar keseimbangan hidup tercipta.

### **Q.S. Muhammad Ayat 38 Analisis Linguistik.**

Q.S. Muhammad ayat 38 memberikan kritik tajam kepada orang-orang yang enggan menginfakkan hartanya di jalan Allah. Secara linguistik, penggunaan kata "تَدْعُونَ" (kalian diajak) menunjukkan bahwa berinfak adalah suatu kehormatan yang ditawarkan oleh Allah, bukan paksaan. Namun, sebagian menolaknya dengan "يَخِلُّ" (kikir). Dalam struktur ayat, terdapat ironi kuat: orang yang kikir terhadap perintah Allah sejatinya tidak merugikan Allah, tetapi merugikan dirinya sendiri — sebagaimana ditegaskan dalam frasa. Allah digambarkan sebagai "الغني" (Yang Maha Kaya) dan manusia sebagai "الفقراء" (yang fakir), menegaskan bahwa manusia sesungguhnya adalah makhluk yang bergantung penuh pada karunia Allah.

Dalam kerangka frugal living Islami, ayat ini menjadi pengingat bahwa hidup sederhana bukan alasan untuk menahan harta dari jalan kebaikan. Frugal living yang benar bukanlah menumpuk harta dan menolak memberi, tetapi bersikap cukup dan bijak, lalu membelanjakan kelebihan rezeki untuk hal-hal yang bermanfaat, terutama untuk kepentingan umat dan dakwah. Ayat ini juga menegaskan bahwa kesempatan untuk berinfak adalah ujian spiritual: jika ditolak, Allah akan mengganti pelakunya dengan kaum lain yang lebih ikhlas dan taat.

### **Konteks Historis (Asbāb al-Nuzūl)**

Ayat ini turun pada periode Madinah, saat Rasulullah ﷺ menyeru kaum Muslimin untuk mendukung perjuangan Islam, baik dengan jiwa maupun harta. Namun, sebagian kaum munafik dan orang yang hatinya masih lemah menolak untuk ikut serta, dengan alasan ingin menyimpan hartanya. Dalam Tafsir Ibn Kathir, disebutkan bahwa ayat ini adalah sindiran terhadap mereka yang merasa berat untuk menginfakkan hartanya, padahal mereka diberi

kesempatan untuk meraih keutamaan, namun justru memilih menahan diri karena takut miskin.

Pesan historis ini sangat relevan untuk masa kini, terutama dalam dunia konsumtif modern. Banyak orang menyamakan frugal living dengan pelit, padahal Islam tidak mengajarkan kita menahan harta karena takut kekurangan. Justru ayat ini menegaskan bahwa siapa yang kikir berarti sedang mencelakakan dirinya sendiri, dan kelak akan Allah gantikan dengan hamba lain yang lebih baik. Dalam frugal living Islami, seseorang mengatur harta secara bijak, menahan diri dari pemborosan, tetapi tetap ringan tangan dalam memberi untuk hal yang benar.

### **Q.S. Al-A'rāf ayat 31 Analisis Linguistik.**

Q.S. Al-A'rāf:31 mengandung pesan penting tentang keseimbangan antara kenikmatan dunia dan pengendalian diri, yang menjadi prinsip utama dalam gaya hidup frugal menurut perspektif Al-Qur'an. Secara linguistik, kata "زِينَتَكُمْ" (*zīnatakum*) berarti perhiasan atau sesuatu yang membuat seseorang tampak indah—dalam konteks ini bermakna pakaian yang pantas dan bersih saat beribadah. Perintah "كُلُوا وَاشْرَبُوا" (*akulū wa sharbū*) menegaskan bahwa menikmati rezeki adalah hal yang diperbolehkan, bahkan dianjurkan. Namun, dilanjutkan dengan larangan "وَلَا تُسْرِفُوا" (*walā tusrifū*) (jangan berlebih-lebihan), yang berasal dari akar kata *s-r-f*, berarti melewati batas, boros, atau menggunakan sesuatu secara tidak proporsional.

Frasa terakhir, "إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ", mengandung penegasan bahwa Allah tidak mencintai orang-orang yang berlebih—baik dalam makanan, minuman, pakaian, maupun konsumsi secara umum. Dalam konteks frugal living Islami, ayat ini mendorong umat untuk hidup dalam batas yang wajar, tidak menghindari kenikmatan, tetapi mengendalikannya, sehingga tidak berubah menjadi gaya hidup hedonistik. Frugal living bukan tentang kekikiran, melainkan hidup cukup, tidak mubazir, dan tidak bergantung pada simbol-simbol kemewahan.

### **Konteks Historis (Asbāb al-Nuzūl)**

Menurut keterangan dalam Tafsir Ibn Kathir dan Tafsir Al-Qurthubi, ayat ini turun sebagai tanggapan terhadap perilaku kaum musyrikin Quraisy yang melakukan thawaf di sekitar Ka'bah tanpa mengenakan pakaian karena merasa tidak pantas memakai pakaian yang telah digunakan untuk maksiat. Sementara itu, mereka juga mempraktikkan kemewahan dan pesta berlebih di luar momen ibadah. Maka Allah menegaskan bahwa berpakaian layak dalam ibadah itu bagian dari keindahan dan kesopanan, dan makan serta minum pun harus dilakukan dalam batas wajar.

Ayat ini hadir dalam konteks koreksi terhadap dua ekstrem gaya hidup: asketisme yang salah kaprah (menolak pakaian saat ibadah) dan konsumerisme yang tak terkontrol (pesta dan pemborosan makanan). Maka dalam frugal living yang Qur'ani, seseorang boleh tampil rapi dan makan enak, tetapi harus tetap menjauhi israf (berlebihan) yang melampaui kebutuhan dan membentuk kesombongan. Ayat ini mempertemukan nilai spiritualitas dan tanggung jawab sosial dalam konsumsi.

### **Bentuk Frugal Living dalam Al-Qur'an.**

Menilik penafsiran yang telah selesai di atas, cenderung terlihat bahwa ada 6 surah dan 10 ayat dalam Al-Qur'an yang memang menggambarkan gaya hidup hemat atau frugal living. Perintah dan larangan Allah bagi umat manusia dapat ditemukan dalam sepuluh ayat ini. Di antaranya adalah hidup sederhana, menghindari pemborosan dan kikir, makan dan minum secukupnya, serta bersabar dan mensyukuri harta yang Allah berikan (Fahlevi, 2022: 40). Dengan demikian maka berikut adalah bentuk frugal living yang disebutkan dalam Al-Qur'an:

#### **1. Hidup sederhana**

Sederhana dalam KBBI memiliki arti bersahaja, tidak berlebih-lebihan. Sementara itu, menurut Wijaya, sederhana merupakan contoh tunggal perilaku sesuai kemampuan dan kebutuhan hidupnya. Istilah "sederhana" tidak mengajarkan seseorang untuk hidup dalam kemiskinan, melainkan hidup secara wajar dan tidak boros atau pelit. Selain itu, Hamka mengemukakan bahwa sederhana berarti berada di tengah, berada pada tempatnya, dan memiliki pandangan hidup yang seimbang. Sederhana tidak terlalu datar atau terlalu kurus. Sikap hidup yang tidak perlu dan kurang, namun lurus dan tercukupi dengan caranya (Fahlevi, 2022: 24).

Hidup sederhana bukan berarti pelit, picik, atau miskin. Cara hidup cerdas yang melihat ke masa depan itu sederhana. Tidak boros dan tidak berlebihan, bisa mengenali kebutuhan dan keinginan. Tujuannya adalah manajemen keuangan karena jika tidak dikelola dengan baik, pendapatan sebanyak-banyaknya akan habis. Menjalani hidup sederhana dapat mengajarkan orang bagaimana mengelola uang mereka, memungkinkan mereka untuk memutuskan dengan hati-hati dan efektif bagaimana membelanjakan aset mereka untuk kebutuhan (Fahlevi, 2022: 26).

Oleh karena itu, kesederhanaan adalah suatu cara hidup yang dijalani sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan seseorang, tidak menunjukkan perilaku yang berlebihan, juga tidak menyombongkan diri. Kemudian ketegangan langsung pada perspektif dan kemampuan material seseorang, sehingga seseorang tidak boleh memaksakan diri untuk mengikuti seseorang yang memiliki kelas kehidupan yang lebih tinggi. bahkan dengan hasil akhir

yang merugi. Orang yang sederhana selalu mensyukuri apa yang dimilikinya, tidak melebih-lebihkan, dan tidak mengambil jalan pintas dengan kekayaannya (Fahlevi, 2022: 28).

Setiap individu didorong untuk berbagi dengan sesama dan menghindari perilaku boros saat menjalani hidup sederhana. Sebaliknya, mereka ingin seseorang berhemat dengan hartanya sehingga uang yang mereka keluarkan digunakan untuk memenuhi kebutuhannya dan bukan keinginannya. Namun, cara berperilaku hemat juga tidak berarti menghemat porsi berlebihan sehingga lebih memilih untuk tidak membaginya dengan orang lain (kikir). Ada kalanya individu perlu menghabiskan sumber daya dan ada kalanya menghemat sumber daya. Tujuannya agar tidak melakukan perilaku boros atau berfoya-foya dengan hartanya sehingga tidak ada yang tersisa untuk biaya hidup sehari-hari (Fahlevi, 2022:89), Menurut surat Al-Furqan ayat 67, para ulama sepakat bahwa hidup sederhana itu tidak boros atau pelit; sebaliknya, itu seimbang atau sedang.

## 2. Tidak boros

Sikap berlebihan-lebihan atau boros merupakan sikap yang harus dihindari oleh setiap individu yang ingin melakukan gaya hidup hemat atau frugal living. Dalam kaitannya dengan pembelanjaan harta, maka ini juga berkaitan dengan teori konsumen. Teori perilaku konsumen adalah upaya menerangkan perilaku konsumen dalam membelanjakan pendapatannya untuk memperoleh alat-pemuas kebutuhan, yang dapat berupa barang-barang konsumsi atau jasa-jasa konsumsi (Mochlasin, 2013: 109).

Penulis akan menggunakan teori batas (nad zariyah al-hudud) M. Syahrur untuk memahami batasan perilaku konsumen. Dengan hipotesis ini, seorang Muslim tidak boleh mengungguli batas atas atau paling ekstrim (al-hadd al-a'la) dan batas bawah atau batas terendah (al-hadd al-adna). Sedapat mungkin dapat diambil dari empat semboyan utama, yaitu israf, tabair, dan taraf atau batar. Sampai saat ini keempat slogan tersebut harus dilihat secara subyektif. Namun, memahami cara berkonsumsi dalam perspektif Islam setidaknya bisa terbantu dengan melihat indikatornya. Mengenai melebihi batas konsumsi minimum, dua kata yaitu kikir (qatr) dan kikir (bukhl) yang dapat digunakan untuk menggambarkan (Mochlasin, 2013: 124).

Selain tidak melebihi batas atas (al-hadd al-a'la), membelanjakan dan menggunakan harta untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari tidak boleh melebihi batas bawah (al-hadd al-adna). Kata "kikir" (qatr) mengacu pada kurangnya kehidupan, makanan, atau ruang. Sedangkan (bukhl) menahan diri dari menghilangkan apa yang masuk akal dan cukup untuk sementara (Mochlasin, 2013: 124).

### 3. Tidak kikir

Kikir dalam artian luas adalah enggan menolong orang yang berada dalam penderitaan atau kesengsaraan. Orang yang kikir adalah termasuk golongan pecinta dunia yang berlebihan, sehingga lupa terhadap yang Maha Memberi rezeki (Solihah, 2018: 7). Berhemat bukan berarti tidak bisa membeli barang atau berbagi dengan orang lain. Mampu memprioritaskan dan memilih kebutuhan yang benar-benar dibutuhkan adalah inti dari hidup hemat, jadi berhati-hatilah di mana membelanjakan harta benda. Oleh karena itu, tidak mau memberi sedekah bukan berarti menjalani gaya hidup hemat. Sedekah, menurut ajaran Islam, memiliki banyak dampak positif bagi kehidupan seseorang. Misalnya, mereka yang bersedekah akan memiliki kekayaan spiritual dan material yang lebih besar. Selain itu, hidup hemat bukan berarti pelit atau kikir, sebab kikir berarti menerima semua kebutuhan yang tidak perlu sehingga tidak perlu mengeluarkan uang. Orang yang kikir akan lebih mementingkan pengeluaran uang daripada keuntungan yang akan mereka terima (Pudjiani dan Mustakim, 2019: 16).

### 4. Makan dan minum secukupnya

Konsumsi didefinisikan sebagai tindakan menghabiskan harta atau menggunakan barang dan jasa untuk memenuhi kebutuhan manusia dalam ekonomi. Dengan kata lain, "konsumsi" mengacu pada tindakan membelanjakan atau membelanjakan uang, barang, atau sumber daya lain untuk mendapatkan keuntungan dari sumber daya tersebut. Definisi ini sangat mirip dengan definisi tradisional yang menyatakan bahwa "konsumsi" mengacu pada proses pengeluaran harta. Ini termasuk makan dan minum di dalamnya (Sukiati, 2013: 117). Dengan menunjukkan batas atas atau maksimal dan batas bawah atau minimal, Zakiyuddin Baidhawi memberikan penjelasan mendalam tentang praktik konsumsi moderat. Batas tersebut memungkinkan maksimum hal-hal berikut:

- a. Perilaku berlebihan (*israf*), yang meliputi mengkonsumsi lebih dari sepertiga dari pendapatan seseorang, mengkonsumsi lebih dari satu kebutuhan, dan mengkonsumsi semua yang diinginkan.
- b. Pemborosan (*tabir*) yang menyinggung tentang tindakan menghambur-hamburkan kekayaan, merendahkan uang dan berinfak. atau berwasiat lebih dari sepertiga penghasilan.
- c. Bermewah-mewahan (*taraf/batar*) yang meliputi *at-tana'um* atau konsumsi lebih dari sepertiga penghasilan, investasi lebih dari sepertiga penghasilan dan konsumsi serta investasi yang merampas hak orang lain dalam kekayaan atau harta. Sedangkan batas minimal meliputi kikir dan bakhil yang menunjuk pada



tindakan menyembunyikan harta, menahan harta yang harus diinfakan, enggan atau takut berinfak, dan bagi yang mampu memenuhi kebutuhan kurang dari sepertiga penghasilan (Munfarida, 2012).

#### 5. Bersabar atas segala kepunyaan

Menurut Wahbah Zuhaili, kesabaran adalah cinta kepada Allah dan takut akan akhirat. Menurut Quraish Shihab, arti sabar adalah menahan dan mematahkan semangat dari kerinduannya untuk mencapai sesuatu yang besar atau lebih baik (Faiq, 2022: 49). Fahlevi (2022:120) menyatakan dalam tulisannya bahwa orang yang hidup hemat dalam kesehariannya hampir pasti sabar dan selalu mensyukuri harta yang dimilikinya. Ketika seseorang ingin membeli sesuatu tetapi tidak memiliki cukup uang, mereka menunjukkan sikap sabar ini. Orang itu untuk sementara waktu akan menyerah pada rencananya untuk membeli barang yang dia inginkan dan sebagai gantinya menabung. Meski tidak memiliki harta atau harta sebanyak orang lain, namun orang yang hidup hemat akan selalu bersyukur kepada Allah SWT. Seseorang itu tidak akan memiliki rasa iri dalam hati sebab ia sudah merasa cukup dalam kehidupannya.

#### **D. PENUTUP**

Melihat dari segi bahasa frugal living dan sejarahnya, maka pemilihan ayat-ayat yang digunakan merupakan dalil ayat Al-Qur'an tentang pola hidup hemat menurut fatwa MUI yang dikeluarkan pada tanggal 2017. Ayat-ayat Al-Qur'an tersebut yaitu surah Al-Furqan ayat 67, Al-Isra ayat 26-27 dan 29, Muhammad ayat 38, Ali Imran ayat 180, Al-A'raf ayat 38. Dari hasil penafsiran ayat-ayat Al-Qur'an dengan menggunakan pendekatan ma'na cum maghza tentang frugal living yang telah disebutkan, maka dapat ditemukan makna frugal living dalam Al-Qur'an: Makna frugal living dalam Al-Qur'an adalah sikap tidak boros dan tidak pula kikir dalam menggunakan harta, melainkan seimbang antara keduanya. Inilah yang disebut cermat dan bijak dalam mengelola keuangan. Dengan tidak boros maka tidak akan terjadi sikap mubadzir, dan dengan tidak kikir akan menjadikannya dermawan. selain itu, dengan investasi maka telah mencapai pada tujuan frugal living yaitu perencanaan untuk masa depan dengan menikmati masa tua dengan beribadah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdusshomad, Alwazir. 2020. "Penerapan Sifat Qanaah Dalam Mengendalikan Nafsu Duniawi". *Jurnal Asy-Syukriyyah*. Volume 21 Nomor 1.
- Ali, Muhammad Hasan, dan Dadan Rusmana. 2021. "Konsep Mubazir dalam Al-Qur'an: Studi Tafsir Maudhui'i". *Jurnal Riset Agama*. Volume I nomor 3, edisi Desember 2021.
- Amir, Amri. 2015. "Ekonomi dan Keuangan Islam". Jambi: Pustaka Muda.
- Anggraini, Ranti Tri dan Fauzan Heru Santhoso. 2017. "Hubungan antara Gaya Hidup Hedonis dengan Perilaku Konsumtif pada Remaja". *Jurnal Gadjah Mada Journal Of Psychology*. Volume 3, No 3.
- Arifin, Zainal. 2020. "Tafsir Ayat-Ayat Menejemen Hikmah Idariyah dalam Al-Qur'an". Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Asnawi, Arif. 2017. "Tuntunan Al-Qur'an Tentang Pendayagunaan Harta", dalam Skripsi. Padang: UIN Imam Bonjol Padang.
- Az-Zuhaili, Wahbah. "Tafsir Al-Munir Aqidah, Syari'ah, Manhaj (al-Israa-Thaahaa) Juz 15 & 16 terj. Wahbah Az-Zuhaili"ä. Jakarta: Gerna Insani.
- Baidan, Nasruddin. 2001. "Tafsir Maudü'i Solusi Qur'ani atas Masalah Sosial Kontemporer". Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fahlevi, Mohd. Reza. 2022. "Pola Hidup Sederhana Dalam Al-Qur'an (Analisis Tematik Tafsir Fi Zilal Al-Qur'an)", dalam *Skripsi*. Surabaya: UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Faiq, Alwan. 2022. "Sukses Menurut Al-Qur'an Studi Tafsir Tematik", dalam *Skripsi*. Jakarta: Institut Perguruan Tinggi Ilmu Al-Qur'an.