

UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA AL GHAZALI CILACAP

LPPM (Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat)

Al-Munqidz: Jurnal Kajian Keislaman

Jl. Kemerdekaan Barat No.17 Kesugihan-Cilacap

<https://jurnal.unugha.ac.id/index.php/amk>

Issn SK no.: 0005.235/JI.3.2/SK.ISSN/2012.07 || 0005.27158462/JI.3.1/SK.ISSN/2020.01

KONSEP HIDUP SEDERHANA DALAM AL-QUR'AN:

Telaah Tafsir Surat al-A'raf 31, al-Furqon 67 dan Luqman 18-19

Muhammad Fajar Adyatama¹, Auliya Utami²,

Achmad Abubakar³, Muhammad Galib M.

Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar^{1,3,4}

Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung²

adyatamafajar26@gmail.com¹, auliya1797@gmail.com²,

achmad.abubakar@uin-alaududin.ac.id³, muhammad.galib@yahoo.com⁴

Abstract: Nowadays, most Muslims, especially young people, tend to live in a prosperous environment, have a lot of fun and are very consumptive individuals. Currently, they tend to follow and indulge their desires easily without considering that this is a futile and loss-making action. For this reason and so that a person's actions can have the value of worship and can also bring goodness in this world and the hereafter, it is necessary to know and understand the arguments of naqli and aqli regarding the concept of a simple life according to Islamic law so that it can form a way of thinking about life that does not like extravagance and excessive. Living simply doesn't mean we are poor, let alone destitute. A simple life is about how we act submissively or humbly before Allah, the Lord of the Universe. This article contains about how the concept of simple living that has been taught in the Koran and how it is applied in everyday life.

Keywords: Al-Qur'an, Simple Life, Tafsir Studies

Abstrak: Dewasa ini, sebagian besar umat muslim, terlebih anak-anak mudanya, cenderung berada dalam lingkungan hidup yang glomur, banyak berhura-hura serta menjadi pribadi yang sangat konsumtif. Saat ini mereka cenderung mengikuti dan memperturutkan hawa nafsu dengan mudahnya tanpa memperhitungkan bahwa itu perbuatan yang sia-sia dan merugi. Atas alasan itu dan agar perbuatan seseorang dapat bernilai ibadah juga dapat mendatangkan kebaikan dunia dan akhirat, maka perlu untuk mengetahui dan memahami dalil naqli dan aqli tentang bagaimana konsep hidup sederhana sesuai syariat Islam agar hal dapat membentuk pola pikir hidup yang tidak suka foya-foya dan berlebihan. Hidup sederhana bukan berarti kita menjadi miskin apalagi fakir. Hidup sederhana adalah tentang bagaimana kita bersikap tunduk atau rendah diri di hadapan Allah, Tuhan Semesta Alam. Tulisan ini berisikan tentang bagaimana konsep hidup sederhana yang sudah

jauhari diajarkan di dalam al-Qur'an dan bagaimana penerapannya dalam kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci: Al-Qur'an, Hidup Sederhana, Kajian Tafsir.

A. Pendahuluan

Sudah menjadi tabiat manusia, ia akan lebih konsumtif menghamburkan uang, manakala mulai mengeyam kehidupan yang mapan dan kemudahan ekonomi. Seolah-olah kekayaan kurang berarti banyak bila pemiliknya tidak mempergunakannya untuk keperluan yang lebih besar dan kemewahan. Misalnya dengan banyak memenuhi kebutuhan-kebutuhan yang kurang penting baginya. Begitulah keadaan seseorang, ia lebih mudah beradaptasi dengan hidup enak ketimbang dengan hidup pas-pas-an apalagi susah. Al-Qur'an telah menegaskan bahwa tipologi manusia, menghamburkan uang dan berfoya-foya saat berada dalam kondisi berada, menghindari gaya kesederhanaan dan keseimbangan, sebagaimana termaktub dalam firman Allah surat asy-Syūrā ayat 27, yakni:

وَلَوْ بَسَطَ اللَّهُ الرِّزْقَ لِعِبَادِهِ لَبَغَوْا فِي الْأَرْضِ وَلَكِنْ يُنَزِّلُ بِقَدَرٍ مَّا يَشَاءُ إِنَّهُ بِعِبَادِهِ خَبِيرٌ بَصِيرٌ

Artinya: “Seandainya Allah melapangkan rezeki kepada hamba-hamba-Nya, niscaya mereka akan berbuat melampaui batas di bumi. Akan tetapi, Dia menurunkan apa yang Dia kehendaki dengan ukuran (tertentu). Sesungguhnya Dia Maha Teliti lagi Maha Melihat (keadaan) hamba-hamba-Nya.”

Dalam kehidupan sehari-hari kita, sebenarnya ada begitu banyak makna dan pelajaran yang terkandung di dalamnya. Salah satu makna itu yaitu mengenai ajaran kesederhanaan. Dimana dalam Islam, seseorang dilarang untuk bersikap sombong dan membanggakan diri. Ali bin Tsabit sebagaimana dikutip oleh Ibn Abdil Barr berkata:¹ “Kelemahan akal itu bangga diri dan emosi dan penyakit harta itu pemborosan dan perampokan”. Sikap rendah hati ini dapat diwujudkan dalam setiap perilaku kita, baik terhadap diri kita sendiri, terhadap orang lain, maupun terhadap Allah, Swt. Seorang muslim yang memiliki sifat rendah hati, maka ia akan mendapatkan keridhaan dan keberkahan dari Allah Swt. Dalam ajaran Islam sendiri, sikap seperti ini tentu sangat dianjurkan.

Sikap rendah hati seorang muslim dapat terlihat dari apa yang ia ucapkan dan apa yang ia lakukan. Dalam berucap misalnya, ia akan senantiasa berhati-hati, tidak menyinggung orang lain, tidak merendahkan dan sangat menghargai. Sebaliknya, segala kelebihan yang ia miliki,

¹ Yusuf Ibn Abdil Barr, *at Tahmid, Lima fi al-Muwattha' min al Ma'ani wa al-Asanid*, jilid 7 (Maghrib: Kementerian Agama Kerajaan Maroko, 2007), 250.

tidak ditampilkan secara sombong. Ia menganggap bahwa kelebihan yang ia miliki adalah sebuah nikmat yang harus disyukuri. Orang seperti inilah yang disebut dengan orang yang *tawādhū'* (rendah hati).

Allah sendiri sangat melarang manusia untuk memiliki sifat sombong. Bahkan Allah sangat menganjurkan manusia untuk bersikap rendah hati dan hidup secara sederhana sebagaimana tersebut dalam surat Luqman ayat 18-19: *“Dan janganlah kamu memalingkan mukamu dari manusia (karena sombong) dan janganlah kamu berjalan di muka bumi dengan angkuh. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong lagi membanggakan diri. Dan sederhanalah kamu dalam berjalan dan lunakkanlah suaramu. Sesungguhnya seburuk-buruk suara ialah suara keledai”*.

Tauladan sikap sederhana dan rendah hati ini sudah banyak dicontohkan langsung oleh Rasulullah SAW, di mana sebagai seorang Khalifah dan Rasul. Rasulullah sangat sederhana dalam hal berpakaian, bertutur kata lembut dan selalu mengasihi. Maka seseorang yang ada didekatnya akan merasa nyaman. Seseorang yang memiliki sikap rendah hati, dijanjikan oleh Allah Swt akan diangkat derajatnya. Namun sebaliknya, orang yang tinggi hati derajatnya akan diturunkan oleh Allah Swt. Pada suatu saat salah seorang sahabat bertanya mengenai “sikap rendah hati” kepada Rasulullah. Beliau menjawab dengan kalimat yang mulia, “Siapa yang tawadu” (bersikap rendah hati) kepada Allah satu derajat, niscaya Allah akan mengangkatnya satu derajat, dan siapa yang bersikap sombong kepada Allah satu derajat, maka Allah akan merendahkan satu derajat hingga derajat yang paling hina.” Para sahabat mendengarkan nasihat Rasulullah ini dengan penuh perhatian, mereka kemudian berusaha untuk mengamalkannya.² Sikap sederhana dalam pandangan Islam juga terlihat dalam surat Al-A'raf ayat ke-31: dimana Allah tidak suka dengan orang yang berlebih-lebihan. *“Hai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan”*.

Dalam konsep hidup bermasyarakat, tentu kita sering kali menemui betapa banyak diantara kita yang memiliki sikap sombong, berlebih-lebihan, merendahkan orang lain dan lain sebagainya. Paradigma hidup dan ingin bahagia sendirian tentu telah keluar dari nilai-nilai ajaran agama yang kita yakini selama ini. Sikap inilah yang bisa merusak tatanan dan keharmonisan dalam hidup bermasyarakat. Konsep hidup sederhana dalam al-Qur'an ini menjadi tema yang

² Muhammad al-Qazwini, *Sunan Ibn Majah*, Jilid 1, (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 2010), 456.

menarik untuk dibahas, melihat fenomena seperti yang penulis sebutkan sebelumnya. Tetapi perlu diketahui terlebih dahulu arti dari sebuah kesederhanaan yang diambil mulai dari secara epistemologi, seperti banyak diartikan sebagai cara hidup yang relatif cukup tidak berlebihan. Kalau dirujuk juga kata sederhana dalam berbagai kamus bahasa, seperti Indonesia, Arab atau Inggris artinya adalah bersahaja, mudah, gampang dan lapang. Seperti di dalam bahasa Arab (صار سهلا ولا تعقيد فيه), atau dalam bahasa Inggris; *simple, easily done or understood*.

Kalau dilihat dari beberapa perspektif arti daripada kehidupan sederhana, seperti di antaranya dari kelompok sufi mengartikan dengan arti *zuhud* artinya hidup sederhana atau mengurangi nafsu. Sedangkan Soetanto Soepiadhya berpandangan hidup sederhana adalah pola hidup bersahaja tidak melampaui batas atau berlebihan.

B. Literatur Review

Dalam kajian tentang konsep hidup sederhana, sudah ada beberapa penulis yang memuat tulisannya tentang hidup sederhana, namun masih secara umum dan tidak terfokus pada ayat-ayat tertentu, diantaranya adalah tulisan Khairil Ikhsan Siregar dengan judul: *Kesederhanaan Pribadi Nabi Muhammad dan Aplikasinya Dalam Fakta Sosial (Sebuah Kajian Nilai Al-Qur'an dan Hadis)*. Tulisan ini, dalam membahas tentang kesederhanaan, Khairil mengkaji nilainya dari al-Qur'an dan Hadits secara umum, tidak terfokus pada beberapa ayat. Ada lagi tulisan dari Najirah dengan judul *Pemahaman Hadis tentang Pola Hidup Sederhana (Kajian Fiqh al-Hadīts)*. Pola hidup sederhana yang ditulis Najirah ini hanya terfokus pada kajian fiqh al-hadits, tidak pada al-Qur'an khususnya surat al-A'raf 31, al-Furqon 67 dan Luqman 18-19.

Dari itu penulis tertarik mengangkat satu tema dari beberapa ayat al-Qur'an melihat tulisan tentang konsep hidup sederhana dalam al-Qur'an masih belum banyak dikaji khususnya pada surat al-A'raf 31, al-Furqon 67 dan Luqman 18-19.

C. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis dalam penelitian ini ialah penelitian perpustakaan (library research). Jadi, semua susunan penelitian ini difokuskan pada kajian terhadap buku-buku dan literatur yang memiliki keterkaitan dengan pokok bahasan dalam penulisan artikel ini.

Penelitian kepustakaan merupakan jenis penelitian yang menggunakan sumber-

sumber dari perpustakaan baik perpustakaan online maupun offline seperti jurnal, artikel, buku dan dokumen-dokumen lainnya untuk mendapatkan informasi atau data yang diperlukan dalam penelitian. Adapun langkah-langkah penelitiannya, sebagai berikut:³

- a. Mengidentifikasi secara jelas masalah dan tujuan penelitian.
- b. Mencari sumber data yang relevan dan terpercaya dari jurnal, buku, dan lain-lain
- c. Menganalisis, memilah, memilih, dan mengevaluasi sumber data yang ditemukan untuk menentukan validitas dan kelayakannya,
- d. Mengorganisasi dan mencatat hasil penelitian untuk memudahkan integrasi data dan informasi
- e. Mengintegrasikan hasil penelitian dan menyusun laporan secara logis dan sistematis.

Mary Jo Lynch membagi penelitian kepustakaan menjadi beberapa kelompok penelitian seperti penelitian praktis, penelitian bibliografi, *scholarly research*, *scientific research*. Tujuan penelitian praktis sebagai pemecahan masalah dengan informasi; penelitian bibliografi sebagai penataan ulang pemikiran orang lain; penelitian ilmiah (*scholarly research*) sebagai pengumpulan, pengorganisasian, dan analisis data secara sistematis; dan penelitian ilmiah (*scientific research*) sebagai penemuan pengetahuan baru.⁴ Adapun penelitian ini yaitu penelitian ilmiah (*scholarly research*) bertujuan untuk mengumpulkan dan mengorganisasikan data secara sistematis untuk menjelaskan suatu konsep.

2. Teknik Analisi Data

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik analisa isi (*Content Analysis*) yaitu suatu metode atau teknik untuk membuat kesimpulan atau hasil penelitian dengan mengidentifikasi karakteristik. Khusus secara objektif dan sistematis. Atau secara sederhana merupakan kegiatan penelitian dengan cara data-data yang sudah diperoleh dibaca, dipelajari kemudian dianalisis secara mendalam. Langkah-langkah dalam *content analysis* terdiri atas: Merumuskan dengan tepat apa yang ingin diteliti dan semua tindakan berdasarkan tujuan penelitian, memilih unit analisis yang akan dikaji, yaitu memilih objek penelitian yang menjadi sasaran analisis, menggunakan kata dan kalimat yang relevan, melakukan klasifikasi terhadap apa yang telah dilakukan dengan melihat sejauh mana satuan makna berhubungan

³ Guntur Putra Jaya, Idi Warsah, Muhammad Istan. "Kiat Penelitian Dengan Model Pendekatan Telaah Kepustakaan." *TIKILMEU: Jurnal ilmu Perpustakaan dan Informasi* (Vol 7, No1 Tahun 2023), 117

⁴ Basheer, Aeriefa. "Library and Information Science Research". *ComFin Research*, (Vol 10, No Tahun 2022), 81–86

dengan tujuan penelitian, menganalisis satuan makna dan kategori kemudian mencari hubungan satu dengan yang lainnya untuk menemukan arti dan isi tujuan komunikasi tersebut, dan mendeskripsikan hasil analisis.”

D. Pembahasan

1. Hidup Sederhana Merupakan Ajaran Pokok Islam

Agama Islam menganjurkan agar umatnya sentiasa hidup sederhana dalam semua tindakan, sikap dan amal. Islam adalah agama yang berteraskan nilai kesederhanaan yang tinggi. Kesederhanaan adalah satu ciri yang umum bagi Islam dan salah satu perwatakan utama yang membedakan dari umat yang lain. Ini selaras dengan firman Allah dalam Surah Al-Baqarah ayat 143:

وَكَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا لِتَكُونُوا شُهَدَاءَ عَلَى النَّاسِ

Artinya: *Demikian pula Kami telah menjadikan kamu (umat Islam) umat pertengahan agar kamu menjadi saksi atas (perbuatan) manusia.*

Atas prinsip inilah, maka umat Islam yang sejati merupakan umat yang adil dan sederhana. Merekalah yang akan menjadi saksi di dunia dan di akhirat di atas setiap penyelewengan, penindasan serta penyimpangan ke kanan maupun ke kiri dari jalan pertengahan yang lurus. Rasulullah SAW telah bersabda dalam hadisnya yang diriwayatkan oleh al-Baihaqi⁵ :

خَيْرُ الْأُمُورِ أَوْسَطُهَا

Artinya: *“Sebaik-baik perkara ialah yang paling sederhana”.*

Kesederhanaan adalah ajaran juga budaya yang telah diterapkan oleh Rasulullah SAW. Budaya sederhana dan sentiasa mendaulatkan prinsip keadilan serta kemanusiaan inilah yang membentuk generasi Islam yang begitu mantap dan berkualiti. Generasi yang dididik oleh Nabi Muhammad SAW dengan ciri kesederhanaan dan penghayatan memahami Islam yang sejati berlandaskan cahaya al-Quran itulah yang akhirnya berhasil mengangkat panji-panji Islam ke seluruh dunia.

Rasulullah SAW dan para Nabi yang lain menyukai hidup sederhana dan wajar. Beliau menikmati ketenangan hidup secara sederhana bukan berlebih-lebihan dan berfoya-foya.

⁵ Abu Bakr Ahmad al-Baihaqi, *al-Sunan al Kubro*, Jilid 2 (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 2008), 319.

Beliau hidup sederhana di segala urusannya sehari-hari baik itu dari segi makanan, berpakaian dan juga apa yang ada padanya. Beliau mencontohkan hidup yang baik pada umatnya dan bahkan penasehat mereka untuk hidup sederhana dan menahan diri dari hidup yang berfoya-foya. Dalam haditsnya Rasulullah mengajarkan pada umatnya untuk hidup sederhana. Sebagaimana diriwayatkan oleh imam Abu Nu'aim bahwa Rasulullah saw bersabda yang artinya: “Barang yang sedikit tetapi cukup (untuk memenuhi kebutuhan hidup) adalah lebih baik daripada banyak (tetapi menjadikan mereka lupa diri) dan menyesatkannya (dari jalan hidup yang sederhana”).⁶

Al-Quran mengajak untuk hidup sederhana, menurut Al-Quran jalan yang terbaik adalah jalan tengah sebagaimana tersebut di dalam surat al-Furqon ayat 67:

وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا ﴿٦٧﴾

Artinya: “Dan, orang-orang yang apabila berinfak tidak berlebihan dan tidak (pula) kikir. (Infak mereka) adalah pertengahan antara keduanya.”

Meskipun Rasulullah mempunyai sumber kekayaan yang banyak, beliau tetap hidup secara sederhana yaitu berdasarkan keperluan-keperluan yang sederhana saja. Ini adalah suatu keteladanan yang sangat berharga untuk dicontoh dan diikuti. Bahkan keempat khalifah setelah beliau tetap mempertahankan hidup yang sederhana. Anjuran Nabi ini tidak hanya terbatas pada pakaian saja tapi juga mencakup sandang, pangan, papan dan segala kebutuhan pokok. Begitu juga Allah melarang menjerat leher karena terlalu hemat sebagaimana dia melarang hambanya untuk hidup boros dan berpoya-poya, karena kedua sikap ini bertentangan dengan hidup sederhana. Kebahagiaan hakiki bukanlah di dunia. Tak apa bersakit di dunia, jika bisa menuai kebaikan di surga. Karena itu, jiwa, hati dan pikiran seorang Mukmin selalu bertaut dengan akhirat, dan terus bekerja untuk menjadikan kehidupan dunianya sebagai tiket menuju surga.⁷ Sejalan dengan ini, al-Ghazali mengutip perkataan Ibnu Abbas RA di dalam Ihya-nya:

إِنَّ اللَّهَ جَعَلَ الدُّنْيَا ثَلَاثَةَ أَجْزَاءٍ: جُزْءًا لِلْمُؤْمِنِ وَجُزْءًا لِلْمُنَافِقِ وَجُزْءًا لِلْكَافِرِ. فَاَلْمُؤْمِنُ يَتَزَوَّدُ وَالْمُنَافِقُ يَتَزِينُ وَالْكَافِرُ يَتَمَتَّعُ

Artinya: “Sesungguhnya Allah Ta'ala menjadikan dunia terdiri atas tiga bagian; sebagian bagi mukminin; sebagian bagi orang munafik; sebagian lagi bagi orang Kafir. Maka orang mukmin menyiapkan perbekalan, orang munafik menjadikannya perhiasan,

⁶ Abu Nu'aim al-Asfahani, *Hilyah al-Auliya*, Jilid 1 (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 2010), 104.

⁷ Permadi Alibasyah, *Sentuhan Kalbu*, (Bandung: Cahaya Makrifat, 2005), 201-202

*dan orang Kafir menjadikannya tempat bersenang-senang”.*⁸

2. Ayat-Ayat Tentang Konsep Hidup Sederhana dan Tafsirnya (Telaah surat al-A'raf 31, al-Furqon 67 dan Luqman 18-19)

a) Surat al-A'raf: 31

يٰۤاِبْنِيۤ اٰدَمَ خُذْ زِيْنَتَكَمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوْا وَاشْرَبُوْا وَلَا تُسْرِفُوْا اِنَّهٗ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِيْنَ ﴿٣١﴾

Artinya: “Wahai anak cucu Adam, pakailah pakaianmu yang indah pada setiap (memasuki) masjid dan makan serta minumlah, tetapi janganlah berlebihan. Sesungguhnya Dia tidak menyukai orang-orang yang berlebihan.”

Imam Ahmad Al-Maraghi menafsirkan :

يا بني آدم خذو زينتكُم عند كل مسجد

Perhiasan (*al-zīnah*) ialah yang menghiasi sesuatu atau seseorang, yang dia ambil untuk dijadikan hiasan. Sedang yang dimaksud perhiasan pada ayat ini ialah pakaian yang bagus, sebagaimana hal itu ditunjukkan oleh sebab turunnya ayat-ayat ini. Paling sedikit ialah pakaian yang mencegah seseorang dari hal yang menjadikannya sangat buruk di tengah orang banyak. Yakni pakaian yang dapat menutup auratnya, dan pakaian seperti itulah yang wajib dipakai demi sahnya shalat dan tawaf. Adapun yang lebih dari itu, yakni pakaian yang dipakai untuk memperelok diri dengan perhiasan pakaian, untuk melakukan shalat, terutama melakukan shalat Jumat dan shalat Ied, maka itu sunnah hukumnya, tidak wajib.

Sebagai ulama berpendapat bahwa memakai perhiasan di waktu ibadah di setiap mesjid, wajib sesuai dengan kebiasaan orang-orang di situ seperti menghiasi diri dalam pertemuan-pertemuan dan perkumpulan-perkumpulan, supaya seorang mukmin ketika menyembah Tuhannya bersama hamba mukmin yang lainnya tetap dalam keadaan yang paling elok tanpa mengurangi ibadah itu sendiri dan tidak berlebih-lebihan.⁹

Al-Thabrani telah meriwayatkan sebuah hadits dari Ibnu Umar, bahwa Rasulullah SAW bersabda:

إِذَا صَلَّى أَحَدُكُمْ فَلْيَلْبَسْ ثَوْبَيْهِ، فَإِنَّ اللَّهَ أَحَقُّ مَنْ تُزَيَّنُ لَهُ، فَمَنْ لَمْ يَكُنْ لَهُ ثَوْبَانِ فَلْيَتَزَيَّرْ إِذَا صَلَّى، وَلَا

⁸ Muhammad al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum ad-Dien*, Jilid 3 (Surabaya: al-Huramain, 2003), 2008

⁹ Ahmad Mustafa AL-Maraghi, *Tafsir al-Maraghi*, Jilid 8, Terj. Bahrin Abu Bakar, dkk, (Semarang: Toha Putra 1986), 234

يَسْتَمِلْ أَحَدُكُمْ فِي صَلَاتِهِ اسْتِمَالَ الْيَهُودِ¹⁰

Artinya: “Apabila seorang diantara kamu melakukan shalat, maka hendaklah mengenakan dua pakaiannya, karena sesungguhnya Allah „azza wa jalla Dzat yang paling patut dihadapi oleh orang yang berhias. Jika seseorang itu tidak mempunyai dua pakaian, maka pakailah kain apabila dia shalat dan jangan ada seorangpun berpakaian dalam shalatnya, seperti yang dilakukan orang-orang yahudi”.

Jadi garis besarnya, berhias itu berbeda-beda sesuai dengan keadaan masing-masing yang berkaitan dengan keluasan dan kesempitan rezekinya. Barangsiapa yang mempunyai sehelai pakaian yang bisa menutupi seluruh tubuhnya, maka ia boleh menutupi seluruh tubuhnya dengan pakaian yang salah itu, lalu melakukan shalat. Jika pakaian itu hanya bisa menutupi auratnya, atau hanya aurat besar saja, yaitu *qubul* dan *dubur*, maka tutuplah dengan pakaian itu, yang dapat tertutup dengannya. Dan barang siapa mempunyai dua pakaian atau lebih, maka shalatlah dengan pakaian itu.

Suruhan untuk berhias di setiap mesjid ini merupakan salah satu prinsip agama dan sosial di kalangan orang-orang Islam. Perintah itu merupakan sebab diajarkannya qabilah-qabilah yang biadab dalam gua-gua dan hutan, baik orang perorangan maupun kelompok, untuk memakai pakaian ketika masuk dalam lingkungan Islam. Sebelum itu mereka hidup dalam keadaan telanjang, baik laki-laki maupun perempuan, sehingga sebagian orientalis yang bersikap netral dan bangsa barat menyebutkan bahwa tersebarnya Islam di Afrika memberi Anugerah besar bagi Eropa. Karena Islam telah menyebarkan peradaban di tengah warga Afrika, dan Islam telah mewajibkan mereka meninggalkan telanjang dan mewajibkan mereka memakai pakaian. Hal itu menjadi sebab munculnya inisiatif untuk melakukan perdagangan kain. Dengan demikian berarti Islam telah mengubah bangsa dan umat yang banyak dari kebiasaan maju peradaban yang tinggi.

وكلوا واشربوا ولا تُسرفوا إنه لا يحب المُسرفين

Makan dan minumlah makanan dan minuman yang baik-baik, dan janganlah kamu berlebih-lebihan pada semua itu. Tetapi kamu wajib mengambil yang pertengahan pada semua itu, karena Allah yang Maha Pencipta akan segala

¹⁰ Sulaiman al-Thabrani, *Mu`jam al-Ausath*, Jilid 10, (Cairo: Daar al-Huramain, 1950), 170

kenikmatan tidak menyukai orang yang berlebihan pada semua itu. Bahkan Allah menghukum mereka atas sikap berlebih-lebihan ini, sesuai dengan bahaya dan kerusakan yang ditimbulkan oleh mereka. Karena hal itu berarti mereka telah melanggar sunnah-sunnah Fitrah dan berbuat jahat terhadap diri mereka sendiri mengenai tubuh dan harta mereka, dan berbuat jahat kepada keluarga dan tanah air mereka. Karena mereka adalah anggota dalam tubuh keluarga dan bangsa.¹¹ Al-Nasa'i telah meriwayatkan bahwa Nabi SAW, bersabda:

كُلُوا وَاشْرَبُوا وَتَصَدَّقُوا وَالْبَسُوا فِي غَيْرِ مَخِيلَةٍ، وَلَا سَرْفٍ فَإِنَّ اللَّهَ سُبْحَانَهُ يُحِبُّ أَنْ يَرَى أَثَرَ نِعْمَتِهِ عَلَى عَبْدِهِ¹²

Artinya: “Makanlah, minumlah dan bersedekahlah, pakailah pakaian tanpa bersikap sombong dan membanggakan diri, tanpa berlebih-lebihan, karena sesungguhnya Allah senang melihat bekas nikmat-nikmat-Nya kepada hamba-Nya.”

Berlebih-lebihan artinya melampaui batas. Adapun garis-garis batasnya antara lain ialah:

- 1) Batas *thabi'i* atau naluri, seperti lapar, kenyang, haus dan hilangnya dahaga. Barangsiapa yang makan ketika merasa lapar, atau berhenti makan ketika telah merasa kenyang, sekalipun masih enak rasanya untuk menambah makanannya; atau minum ketika merasa haus dan cukup dengan minuman yang dapat menghilangkan kehausan itu, maka dia tak bisa disebut berlebih-lebihan dalam makan dan minum. Makanan dan minumannya akan berguna baginya. Naluri manusia ini setiap orang berbeda, sebab hal ini tidak hanya dipengaruhi oleh rangsangan tetapi juga oleh pengalaman sebelumnya.¹³
- 2) Batas ekonomis, yaitu apabila pembelanjaan seseorang menurut ukuran tertentu dari pemasukannya. Yakni ukuran yang tidak menghabiskan seluruh hasil usahanya.
- 3) Batas syara'. Syariat telah mengharamkan beberapa jenis makanan. Yaitu bangkai, darah, daging, babi, dan sembelihan yang disandarkan kepada selain Allah. Allah

¹¹ Al-Maraghi, *Tafir Al Maraghi*, 235

¹² Ahmad anal-Nasa'i, *Sunan al-Nasa'i*, (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 2010), 1119.

¹³ Patel, S. B. “Is the role of instinct important in medicine?”. *Journal of the Royal Society of Medicine*, (Vol, 107, No. 12 Tahun 2014), 464–465.

juga mengharamkan sebagian minuman, yaitu khamar, Allah telah mengharamkan pula sebagian pakaian, yaitu sutera murni atau pakaian yang sebagian besar terdiri dari sutera bagi laki-laki, tidak bagi wanita. Telah diharamkan pula makan dan minum pada bejana-bejana yang dibuat dari emas atau perak.¹⁴

Hal-hal ini semua tidak diizinkan menggunakannya, kecuali karena suatu darurat yang bisa diukur menurut ukuran masing-masing. Dan bisa dijadikan pedoman dalam pembelanjaan harta pada setiap tingkatan, Iyalah kebiasaan orang-orang yang mengambil jalan tengah pada tingkatan itu. Maka barangsiapa yang melampaui batas kemampuannya dengan maksud berlomba dengan orang yang lebih kaya atau lebih mampu, maka dialah yang berlebih-lebihan.¹⁵ Memang, berapa banyak orang yang terserap oleh sikap berlebih-lebihan, sehingga menyebabkan hancurnya rumah tangga yang makmur, sebagaimana dikatakan seorang penyair:

ثلاثة تشقى بها الدار، العرس والمأتم والزّار¹⁶

Artinya: “Tiga perkara yang membuat sengsara rumah tangga : pesta kawin, pengurusan kematian, rekreasi”.

Berlebih-lebihan ini besar sekali bahayanya yang sangat mengancam kehidupan bangsa terhadap keselamatan individu, terutama di negara-negara yang didatangi bermacam-macam perlengkapan hidup dari negeri asing. Karena kekayaan akan mengalir kepada yang tidak berhak menerimanya, bahkan barangkali mengalir kepada orang yang akan menggunakan kekayaan tersebut untuk menindas dan memusuhi mereka.

Makanan dan minuman termasuk kebutuhan pokok dalam kehidupan Insani, akan tetapi ada dua kelompok yang tersesat dalam dua hal itu:

- 1) Kelompok orang-orang bakhil dan orang-orang yang keterlaluan dalam beragama. Rizki yang baik dan enak Adakalanya karena bakhil dan kikir atau karena mempersulit diri sendiri dan sengaja berbuat dosa, atau melakukan hanya dalam waktu-waktu tertentu saja dalam setahun.
- 2) Kelompok orang-orang mewah yang berlebih-lebihan dalam menikmati

¹⁴ Al-Maraghi, *Tafir Al Maraghi*, 236

¹⁵ Al-Maraghi, *Tafir Al Maraghi*, 237

¹⁶ Muhammad al-Amin al-Harari, *Tafsir Hadaiq al-Rauh wa al-Raihan*, Jilid 9, (Beirut: Dar Thauq an-Najah, 2001), 290

kelezatan-kelezatan badani, dan menjadikannya sebagai pokok segala perhatiannya. Mereka makan dan minum dan beranak-enakan, sebagaimana yang dilakukan oleh binatang ternak mereka tidak mempunyai batas penghentian yang dituju atau akhir batas mereka berhenti.¹⁷

b) Surat al-Furqon: 67

وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا ﴿٦٧﴾

Artinya: “Dan orang-orang yang apabila berinfak tidak berlebihan dan tidak (pula) kikir. (Infak mereka) adalah pertengahan antara keduanya”

Dalam tafsirnya, Ibnu Katsir menjelaskan: maksudnya, mereka tidak berlaku boros dalam membelanjakan harta mereka, hingga harta itu dipergunakan di atas kebutuhan pokok mereka. Mereka juga tidak berlaku bakhil (kikir) terhadap keluarga mereka, hingga keluarga tidak terpenuhi haknya dan tidak tercukupi kebutuhannya. Namun ia bersikap sederhana dan bersahaja. Karena sebaik-baiknya perkara adalah pertengahannya, tidak boros dan tidak juga kikir.¹⁸

c) Surat Luqman: 18-19

وَلَا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ ﴿١٨﴾ وَأَقْصِدْ فِي مَشْيِكَ
وَاعْصِصْ مِنْ صَوْتِكَ إِنَّ أَنْكَرَ الْأَصْوَاتِ لَصَوْتُ الْحَمِيرِ ﴿١٩﴾

Artinya: “Janganlah memalingkan wajahmu dari manusia (karena sombong) dan janganlah berjalan di bumi ini dengan angkuh. Sesungguhnya Allah tidak menyukai setiap orang yang sombong lagi sangat membanggakan diri. Berlakulah wajar dalam berjalan (600) dan lembutkanlah suaramu. Sesungguhnya seburuk-buruk suara ialah suara keledai.”

Ali al-Shabuni menerangkan: Maksudnya jangan kamu miringkan wajahmu dari mereka karena sombong kepada mereka. Al-Qurthubi berkata: yakni jangan miringkan pipimu dari orang lain karena congkak, membanggakan dirimu dan menghina mereka, demikian pendapat Ibnu Abbas RA. Dan janganlah kamu berlagak ketika berjalan disertai takabbur. Yakni karena Allah benci orang yang sombong dan memandang dirinya besar, merasa lebih baik dari orang lain, berlagak ketika berjalan dan merendahkan orang lain.

Setelah mencegah pekerti yang tercela, Luqman mengajarkan anaknya budi

¹⁷ Al-Maraghi, *Tafir Al Maraghi*, 238

¹⁸ Ismail ibn Katsir ad-Damasyiqi, *Tafsir Ibn Katsir al-Musamma Tafsir al-Qur'an al-Azhim*, Jilid 3 (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 2012), 292

pekerti yang mulia seraya berkata: “dan sederhanalah kamu dalam berjalan” maksudnya, pertengahanlah ketika berjalan, yaitu antara tergesa-gesa dan pelan. Ia juga berpesan lagi “dan lunakkanlah suaramu” janganlah kamu mengeraskannya, sebab tidak baik dan tidak layak bagi manusia yang berakal. Luqman menjelaskan bahwa “sesungguhnya seburuk-buruk suara ialah suara keledai”. Suara paling meresahkan adalah suara keledai. Barang siapa mengeraskan suaranya, maka dia menyerupai keledai dan melakukan kemungkaran yang buruk. Al-Hasan berkata: orang-orang kafir dulu saling membanggakan diri dengan kerasnya suara. Maka Allah menyanggah mereka, bahwa seandainya hal itu baik, tentu keledai lebih baik daripada mereka. Qatadah RA berkata: suara paling buruk adalah suara keledai, awalnya tarikan nafas dan akhirnya menghela nafas.¹⁹

3. Implementasi Kesederhanaan dan Manfaatnya Dalam Kehidupan Sehari-hari

Dalam kesederhanaan ada kebersahajaan yang menuntun kepada kebahagiaan nurani karena sesungguhnya yang kita butuhkan hanya sedikit dan tidak selalu berupa materi, selebihnya untuk memberi dan memenuhi hak orang lain. Kesederhanaan memiliki arti dan manfaat yang luar biasa sebagai energi kehidupan. Energi untuk bertahan, energi untuk memberi dan berbagi, serta energi untuk mensyukuri hidup itu sendiri. Tidak mudah memang untuk menerapkan kesederhanaan dalam diri dan kehidupan kita sehari-hari.

Hidup sederhana tidak berarti hidup dalam kesengsaraan, kemiskinan, kemelaratan dan serba kekurangan. Kesederhanaan merupakan pola pikir dan pola hidup yang proporsional, tidak berlebihan dan mampu memprioritaskan sesuatu yang lebih dibutuhkan. Kesederhanaan ialah kemampuan untuk ikhlas menerima yang ada, berusaha untuk berlaku adil dan bersyukur atas setiap rezeki yang diberikan dengan tetap menggunakannya pada hal-hal yang bermanfaat dan berarti. Kemampuan itulah yang memberikan manfaat dan menjadi energi dalam kehidupan kita. Lalu apa manfaat kesederhanaan sebagai energi kehidupan?. Dalam buku *Simplify Your Life*, Elaine St. James²⁰ menyatakan bahwa sepanjang sejarah orang-orang bijak, *The key to happiness is live the simple life* (Kehidupan sederhana adalah kunci kebahagiaan). Secara psikologis, kesederhanaan bermanfaat dalam menyeimbangkan energi positif dan negatif dalam diri dan kehidupan kita. Energi syukur dan ikhlas dalam

¹⁹ Muhammad Ali al-Shobuni, *Shofwah al-Tafasir*, Jilid 2, (Beirut: Dar al-Qur'an al-Karim, 1981), 453

²⁰ Seornag penulis yang tinggal di Santa Barbara, California. Ia adalah mantan makelar yang cukup glamor kemudian berjuang mengubah hidupnya menjadi lebih sederhana bersama suaminya dan kemudian menjadi seorang penulis. <http://fabulousover60.com/tag/elaine-st-james/> Diunduh pada 18 Maret 2024.

kesederhanaan merupakan nutrisi untuk mencapai kebahagiaan, sehingga hati kita senantiasa dipenuhi perasaan-perasaan positif dan pikiran pun lebih jernih dan tenang. Ketenangan psikis akan bersinergi dengan kematangan spiritual. Dalam tataran spiritual, kesederhanaan dapat memberikan energi untuk membuat kita fokus dalam menjalankan sesuatu. Dengan fokus kepada usaha dan keyakinan akan kekuatan Yang Maha Perkasa, kita mampu menghadapi hambatan dan ujian, sehingga hidup terasa lebih ringan dan mudah karena ada kepasrahan dan penyerahan diri yang utuh kepada kekuatan maha melalui doa. Itulah energi kehidupan yang bisa memanusiakan manusia.

Sinergi antarenergi dalam kesederhanaan tersebut, pada akhirnya akan bermuara pada keutuhan energi yang bermanfaat untuk mengontrol dan mengendalikan hawa nafsu serta mengelola emosi dengan baik. Mengendalikan emosi dan mengontrol hawa nafsu memang bukan sekedar retorika, tetapi dibutuhkan latihan dan kesungguhan dalam aplikasi sehari-hari. Paling tidak, kita tetap berusaha melatihnya seiring dengan proses hidup yang kita jalani. Kendali atas hawa nafsu ini akan melahirkan energi positif berupa kemampuan menentukan prioritas, yakni mendahulukan kebutuhan daripada keinginan.

Memprioritaskan kebutuhan merupakan esensi dari kesederhanaan yang juga bermanfaat sebagai *management of life* kita. *Desire is nature, but being able to limit excessive desires is a gift* (Keinginan merupakan fitrah, tetapi mampu membatasi keinginan yang berlebihan merupakan anugerah). Kemampuan kita terbatas untuk memenuhi keinginan yang tiada batas. Karena itu, menelusuri arti kesederhanaan membuat kita terus belajar untuk lebih realistis dan peduli terhadap kebutuhan, baik diri sendiri maupun orang lain. Jika kebutuhan lebih mendesak, kesampingkan dulu keinginan kita. Tuhan lebih mengetahui apa yang kita butuhkan sekalipun tidak sesuai dengan keinginan kita. Karena itu, kesederhanaan merupakan cara proporsional dalam menyeimbangkan kebutuhan dengan keinginan.²¹

Keuntungan lain dari hidup sederhana adalah tidak menimbulkan kecemburuan sosial, kesibukan yang berkurang, sehingga lebih banyak waktu untuk istirahat, mengembangkan diri, berbagi dengan orang lain dan lain sebagainya. Keuntungan yang terpenting adalah kita menjadi lebih bahagia dengan apapun yang kita miliki. Sementara keuntungan selalu ada dari hidup sederhana adalah biaya hidup menjadi lebih ekonomis. Henry Wadsworth

²¹ <https://www.niahidayati.net/arti-dan-manfaat-kesederhanaan-sebagai-energi-kehidupan.html>. Diunduh pada 19 Maret 2024.

Longfellow²² mengatakan : “*In character, in manner, in style, in all things, the supreme excellence is simplicity*” (Dalam karakter, sikap, gaya, dalam segala hal, kesederhanaan adalah hal yang terindah).

Kesederhanaan itu adalah cerminan dari kematangan, semakin matang seseorang maka ia akan berlaku lebih sederhana dan simpel. Kesederhanaan yang paling baik adalah peristiwa ketika Allah mencipta segala sesuatu. Allah hanya mengatakan *kun fayakun*, maka jadilah apa yang diinginkan Allah. Ini merupakan gambaran kesederhanaan tingkat tinggi.

E. Kesimpulan

Menurut analisis penulis bahwa dalam kehidupan dunia yang cenderung semakin materialistis ini, sikap sederhana adalah sesuatu yang langka. Banyak orang cenderung mempertontonkan kemewahan dan berlebihan dengan apa yang mereka miliki. Banyak orang merasa tidak pernah puas dengan apa yang telah mereka miliki. Mereka berlomba-lomba menumpuk harta dan kekayaan. Mereka seakan tidak puas dengan apa yang telah mereka miliki. Mereka lupa, bahwa semua yang mereka miliki itu hanyalah titipan semata dari Allah swt. Orang-orang seperti itu adalah orang yang tidak tau akan arti hidup sebenarnya. Mungkin hal itu disebabkan oleh kebodohan mereka sendiri yang minim akan pengetahuan ilmu agama sehingga diri mereka dikuasai oleh hawa nafsu, harta yang dimiliki yang seharusnya dijadikan sebagai sarana untuk meraih kebahagiaan akhirat malah dijadikan sebagai pelampiasan hawa nafsu belaka. Al-Qur'an jauhari telah mengajarkan dan menganjurkan agar umat manusia senantiasa hidup sederhana dalam semua tindakan, sikap dan amal. Islam adalah agama yang berteraskan nilai kesederhanaan yang tinggi. Kesederhanaan adalah satu ciri yang umum bagi Islam dan salah satu perwatakan utama yang membedakan dari umat yang lain.

Daftar Pustaka

- Ad-Dimasyqi, Ismail ibn Katsir. *Tafsir Ibn Katsir al-Musamma Tafsir al-Qur'an al'Azhim*. Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 2012.
- Ahmad al-Baihaqi, Abu Bakr. *Al-Sunan Al-Kubra*. Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 2008.
- Al-Amin Al-Harari, Muhammad. *Tafsir Hadaiq al-Rauh wa al-Raihan*. Beirut: Dar Thauq an-Najah, 2001.
- Al-Asfahani, Abu Nu'aim. *Hilyah al-Auliya*. Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 2010.

²² Seorang penyair berkebangsaan Amerika Serikat. Ia menulis syair-syair sentimental, yang paling terkenal adalah Paul Revere's Ride, Evangeline (1847) dan The Song of Hiawatha (1855). https://id.wikipedia.org/wiki/Henry_Wadsworth_Longfellow. Diunduh pada 19 Maret 2024.

- Al-Ghazali, Muhammad. *Ihya', Ulum ad-Dien*. Surabaya: al-Haramain, 2003.
- Ali al-Shobuni, Muhammad. *Shofwah al-Tafasir*. Beirut: Dar al-Qur'an al-Karim, 1981.
- Alibasyah, Permadi. *Sentuhan Kalbu*. Bandung: Cahaya Makrifat, 2005.
- Al-Maraghi, Ahmad Mustafa. *Tafsir Al-Maraghi*, Terj. Bahrin Abu Bakar, Dkk. Semarang: CV. Toha Putra, 1986).
- Al-Nasa'i, Ahmad. *Sunan al-Nasa'i*. Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 2010.
- Al-Qazwini, Muhammad. *Sunan Ibn Majah*. Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 2010.
- Al-Thabrani, Sulaiman. *Mu'jam al-Ausath*. Cairo, Dar al-Haramain, 1995.
- <http://fabulousover60.com/tag/elaine-st-james/>
- https://id.wikipedia.org/wiki/Henry_Wadsworth_Longfellow.
- <https://www.niahidayati.net/arti-dan-manfaat-kesederhanaan-sebagai-energi-kehidupan.html>.
- Ibn Abdil Barr, Yusuf. *At-Tamhid, Lima fi al-Muwattha' min al-Ma'ani wa al-Asanid*. Maghrib: Kementrian Agama Kerajaan Maroko, 2007.
- Basheer, A. (2022). Library and Information Science Research. ComFin Research, 10(S1-Oct), 81–86. <https://doi.org/10.34293/commerce.v10is1-oct.6153>
- Jaya, G. P., Warsah, I., & Istan, M. (2023). Kiat Penelitian Dengan Model Pendekatan Telaah Kepustakaan. Tik Ilmeu: Jurnal Ilmu Perpustakaan Dan Informasi, 7(1), 117. <https://doi.org/10.29240/tik.v7i1.6494>
- Patel, S. B. (2014). "Is the role of instinct important in medicine?". *Journal of the Royal Society of Medicine*, 107(12), 464–465. <https://doi.org/10.1177/0141076814557302>