

Etika Konsumsi dan Tantangan Hedonisme Perspektif Al-Qur'an dan Hadis**Siti Nurun Nadhifah**

Institut Agama Islam Negeri Kediri

nadhifahimam@gmail.com**Ahmad Syakur**

Institut Agama Islam Negeri Kediri

eahmadsyakur@iainkediri.ac.id**Abstrak**

Praktik konsumsi berlebihan di kalangan umat Islam telah menjadi isu dalam konteks modernisasi dan globalisasi, yang berdampak luas pada individu, masyarakat, dan lingkungan. Fenomena ini bertentangan dengan prinsip-prinsip dasar Islam yang menekankan keselamatan, keadilan, dan tanggung jawab sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang mendorong perilaku konsumtif ini dan mencari solusi yang tepat. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus, meliputi wawancara observasi partisipatif dan analisis dokumen. Data yang diperoleh dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi pola dan hubungan antara faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi berlebihan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hedonisme bertentangan dengan prinsip-prinsip konsumsi Islam seperti zuhud, larangan israf dan tabdzir, serta konsep halal dan thayyib. Analisis berdasarkan Maqashid Syariah mengungkapkan dampak negatif hedonisme terhadap perlindungan agama, jiwa, akal, keturunan, dan harta. Faktor-faktor pendorong konsumsi berlebihan meliputi globalisasi, pengaruh media, materialisme, dan perubahan gaya hidup. Penelitian menekankan pentingnya pendekatan komprehensif dalam mengatasi hedonisme, termasuk penguatan pemahaman agama, edukasi konsumsi bertanggung jawab, dan pengembangan sistem ekonomi sesuai prinsip Islam. Upaya strategi yang direkomendasikan meliputi penerapan pola hidup sederhana, edukasi etika konsumsi, kolaborasi sosial, dan penguatan regulasi untuk menciptakan pola konsumsi yang seimbang dan bertanggung jawab.

Kata Kunci*Etika Konsumsi, Hedonisme, Al-Quran, hadis***PENDAHULUAN**

Praktik konsumsi berlebihan di kalangan umat Islam telah menjadi fenomena yang semakin mencolok dalam konteks modernisasi dan globalisasi. Perilaku konsumtif ini tidak hanya berdampak pada individu, tetapi juga berdampak luas terhadap masyarakat dan lingkungan. Fenomena ini bertentangan dengan prinsip-prinsip dasar Islam yang menekankan keselamatan, keadilan, dan tanggung jawab sosial. Dalam ajaran Islam, pola konsumsi yang berlebihan bertentangan dengan prinsip-prinsip dasar agama yang mengedepankan kesederhanaan, keadilan, dan tanggung jawab sosial. Oleh karena itu, penting untuk menganalisis faktor-faktor yang mendorong perilaku konsumtif ini serta mencari solusi yang tepat.

Salah satu aspek yang menjadi perhatian utama dalam masalah konsumsi berlebihan adalah hedonisme. Hedonisme, merupakan pandangan hidup yang menganggap kesenangan dan kenikmatan materi sebagai tujuan utama, telah menjadi pendorong utama perilaku konsumtif di kalangan umat Islam. Fenomena ini semakin ditolak karena bertentangan dengan ajaran Islam yang menekankan pentingnya dan moderasi dalam segala aspek kehidupan.

Hedonisme dalam konteks konsumsi dapat dilihat dari berbagai manifestasinya dalam kehidupan sehari-hari. Misalnya, kecenderungan untuk membeli barang-barang mewah yang

sebenarnya tidak diperlukan, mengikuti tren fashion terbaru tanpa mempertimbangkan manfaat dan kebutuhan, atau menghabiskan uang untuk hiburan dan gaya hidup yang berlebihan. Perilaku ini sering kali didorong oleh keinginan untuk mendapatkan pengakuan sosial atau meningkatkan status di mata orang lain.

Dalam perspektif Islam, hedonisme dianggap sebagai penyimpangan dari tujuan hidup yang sebenarnya. Al-Qur'an dan Hadis secara konsisten mengingatkan umat Islam untuk tidak terjebak dalam kesenangan duniawi yang sementara. Allah SWT berfirman dalam QS. Al-A'raf: 31

المُسْرِفِينَ ۖ يُحِبُّ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ تَسْرِفُونَ وَلَا تَأْكُلُوا مِمَّا حُرِّمَ عَلَيْكُمْ كَلِمًا لَّيْسَ بِهَا حُرْمٌ ۗ

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.”

Ayat ini menekankan pentingnya moderasi dalam konsumsi dan menghindari pemborosan.

Hedonisme dalam konsumsi juga berkaitan erat dengan materialisme, yaitu pandangan yang menganggap materi sebagai hal terpenting dalam hidup. Materialisme mendorong individu untuk terus-menerus mengejar kepemilikan barang sebagai sumber kebahagiaan dan kepuasan. Hal ini bertentangan dengan ajaran Islam yang menekankan bahwa kebahagiaan sejati bermula dari kedekatan dengan Allah SWT dan berbuat baik kepada sesama. Perkembangan teknologi dan media sosial telah memperparah masalah hedonisme dalam konsumsi. Platform media sosial sering kali menjadi ajang pamer gaya hidup mewah, yang pada gilirannya menciptakan tekanan sosial bagi individu untuk mengikuti tren tersebut. Iklan yang agresif dan strategi pemasaran yang canggih juga turut berperan dalam membentuk keinginan dan kebutuhan palsu di kalangan konsumen muslim.

Dampak hedonisme dalam konsumsi tidak hanya terbatas pada aspek ekonomi, tetapi juga merambah ke ranah spiritual dan sosial. Secara spiritual, fokus yang berlebihan pada kesenangan duniawi dapat mengalihkan perhatian umat Islam dari ibadah dan pengembangan diri. Hal ini dapat mengakibatkan kekeringan spiritual dan hilangnya makna hidup yang lebih dalam. Dari segi sosial, hedonisme dalam ekonomi dapat melemahkan perekonomian dalam masyarakat. Ketika sebagian orang sibuk mengejar gaya hidup mewah, yang lain mungkin kesulitan memenuhi kebutuhan dasar mereka. Hal ini dapat menimbulkan kebisingan sosial dan merusak kohesi masyarakat.

Hedonisme juga berdampak negatif terhadap lingkungan. Detiknya yang berlebihan seringkali mengakibatkan pemborosan sumber daya alam dan peningkatan produksi sampah. Hal ini bertentangan dengan peran manusia sebagai khalifah di bumi yang bertanggung jawab menjaga dan melestarikan alam.

Maqashid Syariah, atau tujuan syariah, menjadi landasan penting dalam analisis ini. Konsep ini menekankan perlunya menjaga lima aspek dasar kehidupan: agama, jiwa, akal, keturunan, dan harta. Dengan memahami maqashid syariah, umat Islam dapat lebih mudah menilai apakah perilaku konsumsi mereka sesuai dengan prinsip-prinsip agama atau tidak. Oleh karena itu, pendekatan ini sangat relevan dalam konteks mengatasi tantangan konsumsi berlebihan.

Strategi yang dapat diterapkan untuk mengatasi masalah ini meliputi peningkatan kesadaran tentang pentingnya pola konsumsi yang sesuai dengan nilai-nilai Islam. Beberapa strategi untuk meningkatkan kesadaran tersebut dapat diterapkan melalui:

- a. Pendidikan dan edukasi masyarakat, memasukkan nilai konsumsi Islami dalam kurikulum Pendidikan formal, terutama pada pelajaran pendidikan Islam. Serta mengintegrasikan topik tentang pola konsumsi pada kegiatan seminar atau workshop yang membahas tentang prinsip-prinsip pola konsumsi Islami, seperti larangan berlebihan (*Israf*), dan boros (*Tabzir*).
- b. Penggunaan media sosial, memanfaatkan platform media sosial untuk menyebarkan informasi atau konten edukatif tentang pentingnya pola konsumsi Islami.
- c. Sertifikasi produk halal, mendorong produsen untuk mendapatkan sertifikasi halal dengan membuat proses lebih mudah dan transparan, karena dapat memberikan jaminan kepada konsumen bahwa produk tersebut memenuhi standar kehalalan.

- d. Dukungan UMKM, Memberikan pelatihan kepada pelaku UKM tentang cara memenuhi standar halal dalam produk mereka. Hal ini tidak hanya meningkatkan kesadaran tetapi juga memperluas pasar produk halal. Serta dapat mendorong perusahaan untuk mengembangkan produk halal yang sesuai dengan preferensi konsumen modern.

Edukasi mengenai dampak negatif dari konsumsi berlebihan perlu disampaikan kepada masyarakat agar mereka lebih bijak dalam mengambil keputusan terkait pembelian barang dan jasa. Selain itu, pengembangan produk dan jasa yang sesuai dengan prinsip syariah juga menjadi langkah strategis dalam menciptakan alternatif bagi konsumen.

LANDASAN TEORI

Teori Konsumsi dalam Islam

Teori Konsumsi dalam Islam merupakan landasan penting untuk memahami etika konsumsi berdasarkan Al-Qur'an dan Hadis. Beberapa konsep kunci dalam teori ini yaitu Zuhud, Zuhud merupakan sikap sederhana dan tidak berlebihan dalam mengonsumsi barang atau jasa. Prinsip ini mengajarkan umat Islam untuk fokus pada kebutuhan dasar dan menghindari kemewahan yang berlebihan, mengutamakan kepuasan batin daripada kesenangan materi semata dan mengendalikan hawa nafsu dalam berbelanja

Rasulullah SAW bersabda: "Makanlah, minumlah, berpakaianlah, dan bersedekahlah tanpa sombong dan tidak berlebihan-lebihan." (Ibnu Mājah - Diriwayatkan oleh Bukhari)

Islam melarang keras perilaku konsumsi yang berlebihan (*israf*) dan pemborosan (*tabdzir*) seperti Israf melampaui batas wajar dalam mengonsumsi sesuatu yang halal dan *tabdzir* adalah menggunakan harta untuk hal-hal yang tidak bermanfaat atau dilarang agama. Allah SWT berfirman dalam QS. Al-A'raf: 31: "Makan dan minumlah, tapi jangan berlebihan. Sungguh, Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebihan"

Islam menekankan pentingnya mengonsumsi yang *halal* dan *thayyib* yaitu *Halal* berarti diperbolehkan secara syariat dan *thayyib* berarti baik, berkualitas, dan bermanfaat bagi tubuh dan jiwa. Umat Islam diwajibkan memperhatikan kehalalan dan kualitas barang yang dikonsumsi, bukan hanya kuantitasnya.

Teori Konsumsi Islam pentingnya menjaga keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan duniawi untuk hidup layak dan persiapan bekal untuk kehidupan akhirat melalui ibadah dan amal saleh

Konsep ini mendorong umat Islam untuk tidak hanya fokus pada akumulasi harta, tetapi juga memperhatikan aspek spiritual dalam berkonsumsi. Dengan menerapkan prinsip ini, diharapkan umat Islam dapat mencapai pola konsumsi yang seimbang, bertanggung jawab, dan sesuai dengan ajaran agama.

Teori Maqashid Syariah

Teori Maqashid Syariah merupakan konsep penting nihsaya hukum islam yangbertujuan untukk memahami tujuan-tujuan utama syariah dalam mengatur kehidupan manusia. Dalam konteks konsumsi, teori ini sangat relevan untuk menganalisis bagaimana cararilaku konsumsi seharusnya sesuaidengan tujuan-tujuan syariah. Berikut ppenjelasan rinci tentang limaaspek perlindungan dalam Maqashid Syariah:

Perlindungan Agama (*Hifz ad-Din*), Aspek ini pentingnya menjaga keimanan dan praktik keagamaan dalam perilaku konsumsi. Hal ini meliputi menanggapi bahwa barang yang dikonsumsi adalah halal dan tidak bertentangan dengan ajaran Islam, menghindari pemborosan yang dapat menjauhkan seseorang dari ibadah, dan mengutamakan pengeluaran untuk kebutuhan ibadah seperti zakat dan sedekah.

Perlindungan Jiwa (*Hifz an-Nafs*), Perlindungan jiwa berkaitan dengan menjaga kesehatan dan keselamatan diri dalam konsumsi meliputi mengonsumsi makanan dan minuman yang sehat dan bergizi, menghindari konsumsi zat-zat berbahaya seperti alkohol dan narkoba, mengubah keamanan produk yang digunakan sehari-hari

Perlindungan Akal (*Hifz al-'Aql*), Aspek ini fokus pada menjaga kemampuan berpikir dan kecerdasan seperti mengonsumsi makanan yang baik untuk perkembangan otak, menghindari

konsumsi yang dapat merusak akal seperti minuman keras dan mengalokasikan dana untuk pendidikan dan pengembangan diri

Perlindungan Keturunan (*Hifz an-Nasl*), Perlindungan keturunan berkaitan dengan menjaga keberlangsungan generasi mendatang seperti, mengonsumsi makanan yang baik untuk kesehatan reproduksi, menghindari perilaku konsumtif yang dapat merugikan masa depan anak cucu, menjaga lingkungan dengan konsumsi yang ramah lingkungan

Perlindungan Harta (*Hifz al-Mal*), Aspek ini fokus pada pengelolaan kekayaan secara bijaksana seperti menghindari pemborosan dan konsumsi berlebihan, menyisihkan sebagian harta untuk investasi dan tabungan, membelanjakan harta pada hal-hal yang bermanfaat dan produktif

Dengan memahami dan menerapkan prinsip-prinsip Maqashid Syariah dalam konteks konsumsi, umat Islam dapat mencapai keseimbangan antara menyediakan kebutuhan duniawi dan ukhrawi, serta berkontribusi pada kesejahteraan individu dan keseluruhan.

METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian yang akan digunakan dalam studi ini adalah pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus, yang bertujuan untuk memahami praktik konsumsi berlebihan di kalangan umat Islam secara mendalam. Penelitian ini akan melibatkan pengumpulan data melalui wawancara mendalam dengan individu dan kelompok yang terlibat dalam perilaku konsumsi, serta observasi partisipatif di komunitas yang berbeda. Selain itu, analisis dokumen dan literatur terkait ekonomi Islam dan etika konsumsi akan dilakukan untuk memperkuat pemahaman tentang konteks dan faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku konsumtif. Data yang diperoleh akan dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi pola dan hubungan antara faktor-faktor yang mendorong konsumsi berlebihan, serta dampaknya terhadap individu dan masyarakat. Dengan pendekatan ini, diharapkan dapat diperoleh wawasan yang komprehensif mengenai tantangan dan solusi yang relevan dalam konteks ajaran Islam, serta rekomendasi strategis untuk mengatasi masalah konsumsi berlebihan di kalangan umat Islam.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini membahas fenomena konsumsi berlebihan di kalangan umat Islam dalam konteks modernisasi dan globalisasi. Dijelaskan bahwa praktik konsumsi berlebihan tidak hanya berdampak pada individu, tetapi juga pada masyarakat dan lingkungan, bertentangan dengan prinsip-prinsip dasar Islam yang menekankan keselamatan, keadilan, dan tanggung jawab sosial.

Salah satu pendorong utama perilaku konsumtif ini adalah hedonisme, yang menganggap kesenangan materi sebagai tujuan utama hidup. Penelitian ini menggarisbawahi bahwa hedonisme berlawanan dengan ajaran Islam yang menekankan kemudahan dan moderasi. Konsumsi berlebihan sering kali dipicu oleh pengaruh budaya materialisme dan iklan yang mendorong keinginan di luar kebutuhan. Misalnya, kecenderungan membeli barang-barang mewah dan mengikuti tren tanpa mempertimbangkan kebutuhan nyata merupakan wujud dari hedonisme yang merugikan.

Dalam konteks ini, penting untuk menganalisis faktor-faktor yang mendorong perilaku konsumtif serta mencari solusi yang tepat. Penelitian juga menyoroti dampak negatif hedonisme terhadap aspek spiritual, sosial, dan lingkungan, serta perlunya pendekatan berbasis Maqashid Syariah untuk mengatasi tantangan ini. Dengan memahami tujuan syariah dalam konsumsi, diharapkan umat Islam dapat mencapai keseimbangan antara kebutuhan duniawi dan ukhrawi serta berkontribusi pada kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan.

Hedonisme dalam Konsumsi Islam

Hedonisme yang menekankan kesenangan dan kenikmatan materi sebagai tujuan utama hidup bertentangan dengan prinsip-prinsip konsumsi dalam Islam antara lain:

Prinsip praktis (*zuhud*), Islam mengajarkan pola hidup sederhana dan tidak berlebihan dalam mengonsumsi barang atau jasa. Hedonisme mendorong konsumsi berlebihan yang bertentangan dengan ajaran *zuhud*.

Larangan *israf* (berlebih-lebihan) dan *tabdzir* (pemborosan), Hedonisme sering mendorong perilaku konsumtif yang melampaui batas kewajaran dan cenderung boros. Hal ini dilarang dalam Islam sebagaimana firman Allah dalam QS. Al-A'raf: 31.

Konsep halal dan *thayyib*: Islam menekankan pentingnya mengonsumsi yang halal dan baik. Hedonisme seringkali mengabaikan aspek ini demi mengejar kesenangan semata.

Keseimbangan duniawi dan ukhrawi: Teori konsumsi Islam mendorong keseimbangan antara menyediakan kebutuhan dunia dan persiapan untuk akhirat. Hedonisme cenderung terfokus hanya pada kesenangan duniawi.

Analisis Hedonisme Berdasarkan Maqashid Syariah

Ditinjau dari lima aspek maqashid syariah, hedonisme memiliki dampak negative antara lain:

Perlindungan Agama (*Hifz ad-Din*), Hedonisme dapat menjauhkan seseorang dari ibadah dan nilai-nilai agama karena terlalu fokus pada kesenangan duniawi.

Perlindungan Jiwa (*Hifz an-Nafs*), Gaya hidup hedonis sering mengabaikan kesehatan dengan konsumsi berlebihan atau penggunaan zat berbahaya demi kesenangan.

Perlindungan Akal (*Hifz al-'Aql*), Hedonisme dapat merusak akal sehat dengan mendorong konsumsi yang tidak rasional atau penggunaan zat yang merusak kesadaran.

Perlindungan Keturunan (*Hifz an-Nasl*), Pola hidup hedonis dapat berdampak negatif pada generasi mendatang melalui perilaku konsumtif yang berlebihan dan tidak bertanggung jawab.

Perlindungan Harta (*Hifz al-Mal*), Hedonisme yang mendorong pemborosan harta untuk hal-hal yang tidak esensial, bertentangan dengan prinsip pengelolaan kekayaan secara bijaksana dalam Islam.

Dengan demikian, hedonisme bertentangan dengan tujuan-tujuan syariah dalam menjaga kemaslahatan manusia. Islam mengajarkan pola konsumsi yang seimbang dan bertanggung jawab, yang tidak hanya memenuhi kebutuhan individu tetapi juga memperhatikan dampaknya terhadap masyarakat dan lingkungan.

Keseimbangan Duniawi dan Ukhrowi

Keseimbangan antara duniawi dan ukhrawi merupakan prinsip fundamental dalam ajaran Islam yang mengarahkan umat untuk memenuhi kebutuhan hidup tanpa melupakan tanggung jawab spiritual. Dalam konteks ini, konsumsi tidak hanya dilihat sebagai aktivitas memenuhi kebutuhan fisik, tetapi juga sebagai sarana untuk mencapai keberkahan dan mendekatkan diri kepada Allah. Al-Qur'an menegaskan pentingnya moderasi dalam konsumsi melalui ayat-ayat yang melarang berlebihan, seperti dalam QS. Al-An'am: 141 dan QS. Al-A'raf: 31, yang mengingatkan umat untuk tidak terjebak dalam pola hidup hedonistik. Konsep *wasatiyyah* dalam Islam menekankan perlunya keseimbangan antara urusan dunia dan akhirat, di mana individu diharapkan dapat beraktivitas secara produktif sambil tetap menjaga hubungan spiritual dengan Tuhan.

Dalam kehidupan sehari-hari, tantangan untuk menjaga keseimbangan ini sering kali muncul akibat kesibukan yang menguras waktu dan energi, sehingga mengabaikan aspek spiritual. Oleh karena itu, penting bagi setiap Muslim untuk memprioritaskan kegiatan ibadah seperti sholat dan membaca Al-Qur'an di tengah rutinitas duniawi mereka. Sebagaimana sabda Nabi Muhammad SAW, "Kerjakanlah urusan-urusan duniamu seakan-akan engkau hidup untuk selama-lamanya, dan kerjakanlah urusan-urusan akhiratmu seakan-akan engkau mati esok" (HR. Ibnu 'Asakir). Hal ini menunjukkan bahwa keduanya harus berjalan beriringan, di mana aktivitas duniawi dapat menjadi sarana untuk mencapai tujuan ukhrawi.

Dalam aspek finansial, Islam mengajarkan agar umatnya tidak hanya fokus pada akumulasi harta, tetapi juga memberikan hak-hak kepada sesama melalui zakat dan sedekah. Mengelola keuangan dengan bijak adalah bagian dari menjaga keseimbangan; sebagian dari rezeki harus

dialokasikan untuk kebutuhan pribadi, sementara sebagian lainnya harus disisihkan untuk kepentingan sosial. Ini sejalan dengan ajaran Al-Qur'an yang menyatakan bahwa Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan.

Keseimbangan juga mencakup pengelolaan waktu antara pekerjaan dan istirahat. Dalam QS. Al-Furqan: 47, Allah menggambarkan malam sebagai waktu untuk istirahat dan siang sebagai waktu untuk berusaha. Prinsip ini mengingatkan kita akan pentingnya menjaga kesehatan fisik dan mental agar dapat menjalani kehidupan dengan optimal. Dengan demikian, keseimbangan antara duniawi dan ukhrawi bukan hanya sekadar teori, tetapi harus diterapkan dalam praktik sehari-hari agar individu dapat meraih kebahagiaan baik di dunia maupun di akhirat.

Keseimbangan antara kebutuhan duniawi dan ukhrawi merupakan inti dari kehidupan yang harmonis dalam Islam. Dengan memahami bahwa setiap aspek kehidupan saling terkait, umat Islam diajak untuk menjalani hidup dengan bijaksana memanfaatkan kenikmatan dunia sembari mempersiapkan bekal untuk akhirat. Keseimbangan ini tidak hanya akan membawa keberkahan dalam hidup individu tetapi juga memperkuat solidaritas sosial di tengah masyarakat.

Larangan-Larangan Konsumsi

- 1) **Konsumsi Berlebih (Israf)**, Praktik konsumsi berlebihan, atau israf, merupakan perilaku yang sangat dilarang dalam Islam. Larangan ini tidak hanya bersifat moral, tetapi juga memiliki dasar yang kuat dalam ajaran Al-Qur'an dan sunnah Nabi Muhammad SAW. Dalam QS. Al-A'raf: 31, Allah SWT menegaskan bahwa umat manusia diperbolehkan untuk makan dan minum, tetapi harus menghindari perilaku berlebihan: "*Makan dan minumlah, tetapi jangan berlebihan. Sungguh, Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebihan.*" Ayat ini menunjukkan bahwa konsumsi yang tidak terkendali dapat mengarah pada kerugian, baik bagi individu maupun masyarakat luas.

Larangan terhadap perilaku israf juga mencerminkan prinsip efisiensi dalam Islam. Konsumsi berlebihan tidak hanya merugikan individu dari segi kesehatan, tetapi juga berdampak pada ekonomi dan lingkungan. Ketika individu menghabiskan sumber daya secara berlebihan, hal ini dapat menyebabkan pemborosan yang pada akhirnya memperburuk ketimpangan sosial dan ekonomi dalam masyarakat. Dalam situasi di mana sumber daya semakin terbatas, perilaku konsumsi yang tidak bertanggung jawab dapat memicu konflik sosial dan ketidakpuasan di kalangan masyarakat.

Selain itu, Rasulullah SAW memperingatkan umatnya tentang bahaya sikap ghuluw (berlebih-lebihan) dalam agama dan kehidupan sehari-hari. Dalam hadis yang diriwayatkan oleh Ahmad, beliau bersabda: "*Jauhkanlah diri kalian dari ghuluw dalam agama, karena sesungguhnya sikap ghuluw ini telah membinasakan orang-orang sebelum kalian.*" Hal ini menunjukkan bahwa sikap berlebih-lebihan tidak hanya berdampak negatif pada aspek fisik dan sosial tetapi juga dapat merusak spiritualitas seseorang. Ketika seseorang terjebak dalam pola pikir materialistik dan hedonistik, hubungan mereka dengan Allah dapat terganggu.

Larangan terhadap perilaku konsumsi berlebihan dalam Islam mencerminkan upaya untuk menciptakan keseimbangan antara kebutuhan duniawi dan ukhrawi. Dengan menerapkan prinsip moderasi dan efisiensi dalam setiap aspek kehidupan, umat Islam dapat mencapai kebahagiaan sejati baik di dunia maupun di akhirat. Oleh karena itu, penting bagi setiap individu untuk menyadari dampak dari perilaku konsumsi mereka dan berusaha untuk hidup sesuai dengan ajaran Islam yang mengedepankan kesederhanaan dan tanggung jawab sosial.

- 2) **Bakhil dan Menimbun Harta**, Islam secara tegas melarang sikap kikir (bakhil) dan menimbun harta, yang dianggap sebagai perilaku yang merugikan baik bagi individu maupun masyarakat. Dalam QS. Ali Imran: 180, Ayat ini menegaskan bahwa sikap kikir tidak hanya merugikan orang lain, tetapi juga akan membawa kerugian bagi diri sendiri di akhirat. Kikir adalah bentuk penolakan terhadap tanggung jawab sosial, di mana individu lebih memilih untuk menyimpan harta daripada membagikannya kepada mereka yang membutuhkan.

Larangan terhadap menimbun harta juga tercermin dalam QS. An-Nisa': 37, yang menyebutkan tentang orang-orang yang kikir dan menyuruh orang lain berbuat kikir serta menyembunyikan karunia yang telah diberikan Allah kepadanya. Praktik ini tidak hanya

menghambat distribusi kekayaan dalam masyarakat, tetapi juga dapat menciptakan ketidakadilan sosial. Ketika harta terakumulasi pada segelintir orang, hal ini menyebabkan kesenjangan ekonomi yang semakin lebar dan mengakibatkan ketidakpuasan di kalangan masyarakat. Dalam konteks ini, Islam mendorong distribusi kekayaan melalui zakat, sedekah, dan infak sebagai cara untuk memastikan bahwa sumber daya dapat beredar di antara semua lapisan masyarakat.

Hadis Nabi Muhammad SAW juga menegaskan pentingnya berbagi dan menolak sikap bakhil. Beliau bersabda: "Tidaklah sedekah mengurangi harta. Tidaklah Allah menambahkan pada seorang hamba dengan sebab memaafkan kecuai kemuliaan" (HR. Muslim). Hadis ini menunjukkan bahwa memberi kepada sesama tidak akan mengurangi kekayaan seseorang, melainkan justru akan mendatangkan keberkahan dan kemuliaan. Ini sejalan dengan prinsip bahwa harta sebenarnya adalah amanah dari Allah yang harus dikelola dengan baik dan dibagikan kepada mereka yang membutuhkan.

Sikap bakhil dapat mengarah pada berbagai masalah sosial dan ekonomi. Individu yang terjebak dalam pola pikir kikir cenderung tidak peduli terhadap kebutuhan orang lain, bahkan mungkin merasa puas dengan kekayaan mereka sendiri tanpa mempertimbangkan dampaknya terhadap masyarakat. Hal ini dapat menciptakan rasa iri dan dengki di antara anggota masyarakat, serta memicu konflik sosial. Dalam jangka panjang, perilaku ini dapat merusak hubungan antar individu dan melemahkan solidaritas sosial.

Ketika individu lebih memilih untuk menyimpan harta daripada berinvestasi atau membelanjakannya untuk konsumsi produktif, hal ini dapat menghambat perputaran uang dalam perekonomian. Akibatnya, pertumbuhan ekonomi menjadi terhambat dan kesejahteraan masyarakat secara umum terganggu.

Dalam pandangan Islam, setiap individu memiliki tanggung jawab untuk berbagi rezeki dengan sesama. Oleh karena itu, penting bagi umat Muslim untuk memahami bahwa harta bukanlah tujuan akhir, melainkan alat untuk mencapai kebaikan dan membantu orang lain. Dengan berbagi dan menghindari sikap bakhil, kita tidak hanya memenuhi kewajiban agama tetapi juga berkontribusi pada kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan.

Larangan terhadap sikap bakhil dan penimbunan harta dalam Islam mencerminkan nilai-nilai keadilan sosial dan solidaritas kemanusiaan. Dengan menerapkan prinsip-prinsip ini dalam kehidupan sehari-hari, umat Islam dapat menciptakan masyarakat yang lebih adil dan sejahtera bagi semua anggotanya.

- 3) Konsumsi Yang Merusak, Larangan konsumsi barang-barang yang merusak, seperti khamar dan judi, merupakan salah satu aspek penting dalam ajaran Islam yang bertujuan untuk melindungi individu dan masyarakat dari dampak negatif yang ditimbulkan oleh perilaku tersebut. Al-Qur'an dengan tegas menyatakan bahwa "Pada keduanya terdapat dosa besar dan beberapa manfaat bagi manusia. Tetapi dosanya lebih besar daripada manfaatnya" (QS. Al-Baqarah: 219). Ayat ini menunjukkan bahwa meskipun ada beberapa keuntungan yang mungkin diperoleh dari khamar dan judi, risiko dan kerugian yang ditimbulkan jauh lebih besar, sehingga umat Islam diperintahkan untuk menjauhinya.

Khamar, yang secara harfiah berarti minuman yang memabukkan, dapat menghilangkan kesadaran dan akal sehat seseorang. Dalam konteks ini, Rasulullah SAW memperingatkan umatnya dengan sabdanya: "Jauhilah arak, sebab ia merupakan induk segala hal yang kotor (keji)" (HR. An-Nasa'i). Pernyataan ini menegaskan bahwa khamar bukan hanya sekadar minuman, tetapi juga menjadi pintu gerbang bagi berbagai perbuatan tercela lainnya. Ketika seseorang kehilangan kendali akibat pengaruh khamar, mereka berisiko melakukan tindakan yang merugikan diri sendiri dan orang lain, seperti kekerasan, kecelakaan, atau bahkan tindak kriminal.

Dampak negatif dari konsumsi khamar tidak hanya dirasakan oleh individu yang mengonsumsinya, tetapi juga meluas ke lingkungan sosial. Keluarga dan masyarakat dapat terkena dampak buruk dari perilaku peminum khamar. Misalnya, banyak kasus kekerasan dalam rumah tangga terjadi akibat pengaruh alkohol, di mana individu yang mabuk kehilangan kendali atas emosi dan perilaku mereka. Selain itu, konsumsi khamar sering kali

diiringi dengan perjudian, yang juga dilarang dalam Islam. Judi menciptakan ketidakpastian dan dapat menyebabkan kerugian finansial yang signifikan bagi individu dan keluarganya.

Islam menetapkan larangan terhadap khamar dan judi secara bertahap. Pada awalnya, Allah SWT mengingatkan umat-Nya tentang bahaya kedua praktik tersebut tanpa melarangnya secara langsung. Namun seiring waktu, larangan tersebut semakin tegas hingga mencapai titik di mana konsumsi khamar dianggap sebagai perbuatan keji dan harus dihindari sepenuhnya (QS. Al-Ma'idah: 90-91). Proses bertahap ini menunjukkan pemahaman bahwa masyarakat Arab pada masa itu sudah terbiasa dengan kebiasaan meminum khamar sehingga perubahan harus dilakukan dengan hati-hati agar tidak menimbulkan reaksi negatif.

Larangan konsumsi barang-barang yang merusak seperti khamar dan judi dalam Islam mencerminkan komitmen untuk menjaga kesejahteraan individu dan masyarakat. Dengan menghindari praktik-praktik ini, umat Islam diharapkan dapat menciptakan lingkungan sosial yang lebih aman dan harmonis serta menjaga akhlak dan moralitas dalam kehidupan sehari-hari. Melalui penerapan prinsip-prinsip ini, kita dapat menjalani hidup yang lebih baik sesuai dengan ajaran agama dan menjauhkan diri dari perilaku-perilaku yang merugikan.

Faktor-Faktor Yang Mendorong Konsumsi Berlebihan

Praktik konsumsi berlebihan di kalangan umat Islam merupakan fenomena yang semakin meluas, terutama dalam konteks globalisasi dan modernisasi. Berbagai faktor yang mempengaruhi perilaku ini, yang dapat dijelaskan dari perspektif sosial, ekonomi, dan budaya. Berikut adalah pembahasan mendalam mengenai faktor-faktor tersebut antara lain:

Globalisasi dan perubahan sosial, globalisasi telah membawa perubahan signifikan dalam pola konsumsi masyarakat, termasuk umat Islam. Dengan adanya akses yang lebih mudah terhadap barang dan jasa dari seluruh dunia, individu cenderung terpengaruh oleh gaya hidup konsumen yang ditawarkan oleh media massa dan iklan. Hal ini menciptakan tekanan sosial untuk memiliki barang-barang tertentu, yang sering kali tidak sesuai dengan prinsip penghematan dalam Islam.

Pengaruh media dan teknologi, media modern, termasuk televisi dan platform digital, memainkan peran besar dalam membentuk keinginan konsumsi. Konten yang menampilkan gaya hidup mewah dan barang mahal dapat memicu hasrat untuk meniru, sehingga mendorong perilaku konsumsi secara berlebihan. Umat Islam sering kali terjebak dalam siklus ini, mengabaikan ajaran agama yang mendorong penghematan.

Hedonism dan materialism, hedonisme, atau pencarian kesenangan materi, telah menjadi salah satu pendorong utama konsumsi berlebihan. Dalam konteks ini, banyak individu yang merasa bahwa kebahagiaan dapat dicapai melalui kepemilikan barang-barang mewah. Sikap materialistis ini bertentangan dengan ajaran Islam yang menekankan pentingnya zuhud (kesederhanaan) dan menghindari pemborosan.

Pengaruh teman, lingkungan sosial juga mempengaruhi perilaku konsumsi. Tekanan dari teman sebaya dapat mendorong individu untuk membeli barang-barang tertentu agar diterima dalam kelompok sosial mereka. Hal ini sering kali menyebabkan keputusan pengambilan yang tidak rasional dan berlebihan. Dan Perilaku yang meniru gaya hidup orang lain, terutama seperti tokoh masyarakat atau influencer di media sosial, dapat memicu keinginan untuk membeli barang-barang tertentu meskipun tidak sesuai dengan kebutuhan pribadi.

Iklan dan promosi, iklan yang agresif dan promosi penjualan sering kali menciptakan ilusi bahwa kebahagiaan dapat dicapai melalui pembelian barang-barang tertentu. Strategi pemasaran ini dapat membentuk pola pikir konsumen sehingga mereka merasa perlu membeli lebih banyak dari yang sebenarnya dibutuhkan.

Perubahan gaya hidup, perubahan gaya hidup akibat urbanisasi dan modernisasi juga mempengaruhi pola konsumsi umat Islam. Dalam lingkungan perkotaan yang serba cepat, individu sering kali merasa terpaksa mengikuti tren terbaru demi menjaga citra diri mereka di mata orang lain.

Ketergantungan pada kredit, meningkatnya penggunaan kartu kredit dan pinjaman juga mendorong perilaku konsumsi yang berlebihan. Dengan kemudahan akses ke kredit, banyak orang merasa tidak perlu menahan diri dalam pengeluaran mereka.

Melalui analisis faktor-faktor tersebut, jelas bahwa praktik konsumsi berlebihan di kalangan umat Islam merupakan hasil dari interaksi kompleks antara berbagai unsur sosial, ekonomi, dan budaya yang saling mempengaruhi satu sama lain.

Dampak konsumsi berlebihan terhadap individu dan masyarakat dapat dilihat dari berbagai aspek, termasuk sosial, ekonomi, dan lingkungan antara lain:

Dampak Sosial, Konsumsi berlebihan sering kali memperburuk ketimpangan ekonomi di dalam masyarakat. Ketika sebagian orang menghabiskan uang untuk barang-barang mewah, sementara yang lain berjuang untuk memenuhi kebutuhan dasar, hal ini menciptakan jurang pemisah yang signifikan antara si kaya dan si miskin. Ketimpangan ini dapat memicu ketidakpuasan sosial dan konflik, karena mereka yang kurang mampu merasa terpinggirkan dan tidak diperhatikan. Dalam konteks ini, perilaku konsumtif yang berlebihan dapat mengikis solidaritas sosial dan rasa kepedulian antar anggota masyarakat. Selain itu, gaya hidup hedonistik yang sering kali menyertai konsumsi berlebihan dapat merusak nilai-nilai moral dan etika dalam masyarakat, menyebabkan penurunan kualitas hubungan antar individu.

Dampak Ekonomi, Dari segi ekonomi, konsumsi berlebihan dapat menjebak individu dalam siklus utang yang sulit untuk diatasi. Banyak orang terpengaruh oleh iklan dan promosi yang menggoda, sehingga mereka membeli barang-barang yang tidak diperlukan dan melampaui batas kemampuan finansial mereka. Hal ini mengarah pada pemborosan sumber daya, di mana individu lebih fokus pada pengeluaran daripada menabung atau berinvestasi untuk masa depan. Dalam jangka panjang, pola konsumsi ini dapat melemahkan stabilitas ekonomi pribadi dan bahkan berdampak negatif pada perekonomian secara keseluruhan. Ketika banyak individu terjebak dalam utang, hal ini dapat menurunkan daya beli masyarakat dan memicu resesi ekonomi. Dampak Lingkungan, Konsumsi berlebihan juga memiliki dampak serius terhadap lingkungan. Eksploitasi sumber daya alam yang tidak terkendali untuk memenuhi permintaan barang-barang konsumen menyebabkan kerusakan ekosistem. Produksi barang-barang tersebut sering kali menghasilkan limbah yang menumpuk dan mencemari lingkungan. Selain itu, pola konsumsi yang tidak berkelanjutan berkontribusi pada perubahan iklim melalui emisi gas rumah kaca dari proses produksi dan distribusi barang. Dalam konteks ini, penting bagi umat Islam untuk menyadari bahwa menjaga lingkungan adalah bagian dari tanggung jawab sebagai khalifah di bumi. Dengan menerapkan prinsip-prinsip Islam tentang kesederhanaan dan keberlanjutan dalam konsumsi, masyarakat dapat mengurangi dampak negatif terhadap lingkungan dan menciptakan dunia yang lebih baik untuk generasi mendatang.

Dampak konsumsi berlebihan tidak hanya dirasakan oleh individu tetapi juga oleh masyarakat luas. Oleh karena itu, penting untuk mengedukasi masyarakat tentang nilai-nilai Islam terkait konsumsi yang bertanggung jawab dan berkelanjutan agar kita dapat mencapai keseimbangan antara kebutuhan duniawi dan ukhrawi serta menjaga kesejahteraan bersama.

Upaya Yang Dilakukan Umat Islam Untuk Mengatasi Hedonisme

Upaya strategis yang dapat dilakukan umat Islam untuk mengatasi tantangan konsumsi berlebihan sangat penting dalam menciptakan pola hidup yang seimbang dan bertanggung jawab. Beberapa langkah yang dapat diambil meliputi penerapan pola hidup sederhana, edukasi tentang etika konsumsi, kolaborasi sosial, dan penguatan regulasi.

Menanamkan sikap qanaah atau rasa cukup. Sikap ini penting untuk mengurangi keinginan berlebih dan meningkatkan rasa syukur atas rezeki yang diterima. Dengan bersyukur, individu akan lebih menghargai apa yang dimiliki dan menghindari perbandingan dengan orang lain yang dapat memicu keinginan untuk membeli barang-barang yang tidak diperlukan.

Pola Hidup Sederhana (Zuhud) merupakan salah satu cara utama untuk mengatasi masalah konsumsi berlebihan adalah dengan menerapkan pola hidup sederhana atau *zuhud*. Rasulullah SAW bersabda: "Makanlah, minumlah, berpakaianlah, dan bersedekahlah tanpa sombong dan tidak berlebih-lebihan" (HR. Ibnu Majah). Prinsip ini mendorong umat Islam untuk fokus pada

kebutuhan dasar dan menghindari perilaku konsumtif yang berlebihan. Dengan menginternalisasi nilai-nilai kesederhanaan ini, individu dapat mengurangi tekanan untuk memenuhi standar konsumsi yang ditetapkan oleh masyarakat modern. Hal ini juga membantu dalam mengembangkan sikap syukur atas rezeki yang diberikan Allah, serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya berbagi dengan sesama.

Edukasi tentang Etika Konsumsi untuk meningkatkan kesadaran umat Islam tentang pentingnya konsumsi yang bertanggung jawab adalah langkah krusial dalam menghadapi tantangan ini. Edukasi dapat dilakukan melalui seminar, workshop, atau program-program di masjid yang menjelaskan konsep-konsep seperti *qanaah* (merasa cukup) dan *istihsan* (memilih yang lebih baik). Masyarakat perlu diajarkan tentang bahaya israf (konsumsi berlebihan) dan tabzir (pemborosan) serta dampak negatifnya terhadap diri sendiri dan lingkungan. Dengan pemahaman yang baik mengenai etika konsumsi, umat Islam diharapkan dapat membuat keputusan yang lebih bijaksana dalam pengeluaran mereka.

Kolaborasi Sosial, kerjasama antara pemerintah, organisasi non-pemerintah, dan individu sangat penting untuk mempromosikan gaya hidup hemat. Pemerintah dapat menginisiasi program-program yang mendukung konsumsi berkelanjutan, seperti pasar lokal atau kampanye pengurangan sampah. Organisasi non-pemerintah juga bisa berperan aktif dalam memberikan pelatihan tentang pengelolaan keuangan dan konsumsi yang bertanggung jawab. Dengan kolaborasi ini, diharapkan masyarakat dapat lebih mudah mengakses informasi dan sumber daya yang mendukung pola hidup hemat.

Penguatan Regulasi bertujuan untuk mencegah perilaku konsumsi berlebihan, perlu adanya kebijakan yang membatasi promosi barang-barang konsumtif yang tidak sesuai dengan prinsip syariah. Regulasi ini bisa berupa pembatasan iklan produk-produk yang mendorong gaya hidup hedonistik atau produk-produk yang merugikan kesehatan. Selain itu, pemerintah juga bisa memberikan insentif bagi perusahaan yang memproduksi barang-barang halal dan ramah lingkungan. Dengan adanya regulasi yang ketat, diharapkan masyarakat akan lebih terjaga dari pengaruh negatif budaya konsumerisme.

Mengembangkan kebiasaan menabung sebagai bentuk disiplin finansial. Menyisihkan sebagian pendapatan untuk ditabung akan membantu individu merasa lebih aman secara finansial dan mengurangi kebutuhan untuk membeli barang-barang mewah.

Upaya strategis dalam mengatasi tantangan konsumsi berlebihan harus melibatkan pendekatan multidimensional yang mencakup pendidikan, kerjasama sosial, dan regulasi. Dengan menerapkan langkah-langkah ini secara konsisten, umat Islam dapat menciptakan lingkungan yang mendukung pola hidup sehat dan bertanggung jawab serta menjaga keseimbangan antara kebutuhan duniawi dan ukhrawi.

KESIMPULAN

Hedonisme merupakan tantangan serius bagi umat Islam dalam konteks konsumsi modern. Pandangan hidup yang menganggap kesenangan dan kenikmatan materi sebagai tujuan utama ini bertentangan dengan ajaran Islam yang menekankan kemudahan dan moderasi. Beberapa poin penting terkait hedonism antara lain:

Hedonisme mendorong perilaku konsumtif berlebihan, seperti membeli barang-barang mewah yang tidak diperlukan atau mengikuti tren fashion tanpa mempertimbangkan manfaat dan kebutuhan. Sebagaimana dinyatakan dalam Al-Qur'an, Allah SWT berfirman dalam QS. Al-A'raf: 31 yang menekankan pentingnya tidak berlebihan dalam konsumsi.

المُسْرِفِينَ ۖ يُحِبُّ لَا إِلَهَ إِلَّا تَشْرَفُوا وَلَا وَأَشْرَبُوا وَكُلُوا مَسْجِدٍ كُلِّ عِنْدَ رَبِّنَا خُذُوا أَدَمَ لَبِيَّةٍ ﴿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."

Al-Qur'an dan Hadis secara konsisten mengingatkan umat Islam untuk tidak terjebak dalam kesenangan duniawi yang sementara. Perkembangan teknologi dan media sosial telah memperparah masalah hedonisme dalam konsumsi, menciptakan tekanan sosial untuk mengikuti

gaya hidup mewah. Dampak hedonisme merambah ke ranah spiritual, sosial, dan lingkungan, mengakibatkan kekeringan spiritual, ketimpangan sosial, dan kerusakan ekosistem. Untuk mengatasi hedonisme, diperlukan pendekatan komprehensif yang meliputi penguatan pemahaman agama, edukasi tentang konsumsi bertanggung jawab, dan pengembangan sistem ekonomi yang sesuai dengan prinsip-prinsip Islam.

Dengan menerapkan prinsip-prinsip Islam dan menjaga keseimbangan antara kebutuhan duniawi dan ukhrawi, umat Islam diharapkan dapat mengatasi tantangan hedonisme dan menciptakan pola konsumsi yang lebih bertanggung jawab.

DAFTAR PUSTAKA

- “Allah Berfirman, Makan Dan Minumlah, Dan Jangan Berlebih-Lebihan.” Diakses 17 Desember 2024. <https://Kalam.Sindonews.Com/Read/15531/69/Allah-Berfirman-Makan-Dan-Minumlah-Dan-Jangan-Berlebih-Lebihan-1588489507>.
- “Al-Maidah Ayat 90 Tegaskan Dosa Minum Khamr Dan Berjudi.” Diakses 17 Desember 2024. <https://Www.Detik.Com/Hikmah/Khazanah/D-7559875/Al-Maidah-Ayat-90-Tegaskan-Dosa-Minum-Khamr-Dan-Berjudi>.
- “Berlebih-Lebihan Dalam Mengumpulkan Harta.” Diakses 17 Desember 2024. <https://Uin-Malang.Ac.Id/R/161001/Berlebih-Lebihan-Dalam-Mengumpulkan-Harta.Html>.
- “Bulan Ramadhan: Momentum Meminimalisir Perilaku Konsumtif – Page 2 – Uin Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan.” Diakses 17 Desember 2024. <https://Www.Uinsyahada.Ac.Id/Bulan-Ramadhan-Momentum-Meminimalisir-Perilaku-Konsumtif/2/>.
- “Cara Agar Terhindar Dari Sifat Konsumtif Menurut Islam | Kumparan.Com.” Diakses 17 Desember 2024. <https://Kumparan.Com/Berita-Hari-Ini/Cara-Agar-Terhindar-Dari-Sifat-Konsumtif-Menurut-Islam-21v7vgghup9>.
- “Dampak Minuman Khamr Perspektif Tafsir Al-Maqashidi.” Diakses 17 Desember 2024. [https://Iqt.Iainkudus.Ac.Id/Berita-58031-Dampak-Minuman-Khamr-Perspektif-Tafsir-Al-Maqashidi-\(Alvina-Damayanti-Miftahul-Fauzi-Muhammad-Luthfi.Html](https://Iqt.Iainkudus.Ac.Id/Berita-58031-Dampak-Minuman-Khamr-Perspektif-Tafsir-Al-Maqashidi-(Alvina-Damayanti-Miftahul-Fauzi-Muhammad-Luthfi.Html).
- “Dosa Besar Dalam Agama Islam: Hukum Meminum Khamar Dan Berjudi.” Diakses 17 Desember 2024. <https://Tirto.Id/Dosa-Besar-Dalam-Agama-Islam-Hukum-Meminum-Khamar-Dan-Berjudi-Gh34>.
- Fatahajjadbi, Thoha. “Bakhil Dalam Al-Qur’an,” T.T.
- “Hukum Makan Berlebihan Dalam Islam.” Diakses 17 Desember 2024. <https://Www.Suara.Com/Lifestyle/2021/07/19/051500/Hukum-Makan-Berlebihan-Dalam-Islam>.
- “Hukum Orang Pelit Menurut Al-Quran Dan Hadis | Kumparan.Com.” Diakses 17 Desember 2024. <https://Kumparan.Com/Berita-Hari-Ini/Hukum-Orang-Pelit-Menurut-Al-Quran-Dan-Hadis-21bghldpgfw>.
- “Islam Sangat Melarang Makan Dan Minum Berlebihan, Begini Penjelasannya.” Diakses 17 Desember 2024. <https://Kalam.Sindonews.Com/Read/1171563/69/Islam-Sangat-Melarang-Makan-Dan-Minum-Berlebihan-Begini-Penjelasannya-1691554109>.
- “Keseimbangan Dan Kemudahan Dalam Islam | Almanhaj.” Diakses 17 Desember 2024. <https://Almanhaj.Or.Id/2973-Keseimbangan-Dan-Kemudahan-Dalam-Islam.Html>.
- “Keseimbangan Dunia Dan Akhirat – Universitas Ahmad Dahlan.” Diakses 17 Desember 2024. <https://Perpustakaan.Uad.Ac.Id/Keseimbangan-Dunia-Dan-Akhirat/>
- “Kesuksesan Duniawi Dan Ukhrawi.” Diakses 17 Desember 2024. <https://Jabar.Nu.Or.Id/Taushiyah/Kesuksesan-Duniawi-Dan-Ukhrawi-Yh13t>.
- “Konsumsi Islam.” Diakses 17 Desember 2024. <https://Sef.Feb.Ugm.Ac.Id/Konsumsi-Islam/>.
- “Larangan Judi Dalam Islam Dan Dampaknya Bagi Pelaku.” Diakses 17 Desember 2024. <https://Www.Rri.Co.Id/Samarinda/Lain-Lain/777924/Larangan-Judi-Dalam-Islam-Dan-Dampaknya-Bagi-Pelaku>.
- “Larangan Menimbun Harta.” Diakses 17 Desember 2024. <https://Www.Republika.Id/Posts/15050/Larangan-Menimbun-Harta>.

-
- Maharani, Dewi, Dan Taufiq Hidayat. "Rasionalitas Muslim: Perilaku Konsumsi Dalam Perspektif Ekonomi Islam." *Jurnal Ilmiah Ekonomi Islam* 6, No. 3 (23 Oktober 2020): 409. <https://doi.org/10.29040/Jiei.V6i3.1374>
- "Makan Berlebihan Dalam Perspektif Islam." Diakses 17 Desember 2024. <https://kumparan.com/Amelianur8934/Makan-Berlebihan-Dalam-Perspektif-Islam-23p6mzmc3wg>.
- "Mengenal Konsep Keseimbangan Hidup Dalam Islam: Menjaga Harmoni Antara Spiritual Dan Duniawi - Jurusan Informatika - Fakultas Teknologi Industri - Universitas Islam Indonesia." Diakses 17 Desember 2024. <https://informatics.uin.ac.id/2023/09/29/Mengenal-Konsep-Keseimbangan-Hidup-Dalam-Islam-Menjaga-Harmoni-Antara-Spiritual-Dan-Duniawi/>.
- Nurbaeti, Ayi. "Konsumsi Dalam Perspektif Ekonomi Islam," T.T.
- "Prinsip Dan Batasan Konsumsi Islami," T.T.
- "Ramadan Dan Perilaku Konsumtif Kita - Provinsi Jawa Timur." Diakses 17 Desember 2024. <https://pmijawatimur.or.id/Ramadan-Dan-Perilaku-Konsumtif-Kita/>.
- Rizki, Atika, Abdul Wahab, Dan Rahman Ambo Masse. "Teori Konsumsi Islami Sebagai Pedoman Perilaku Dan Penerapannya Dalam Kehidupan." *Adzkiya : Jurnal Hukum Dan Ekonomi Syariah* 11, No. 2 (22 Desember 2023): 82. <https://doi.org/10.32332/Adzkiya.V11i2.7859>.