

## BAB II

### KAJIAN TEORI QANA'AH DAN HEDONISME

#### A. Qana'ah

##### 1. Definisi *Qana'ah*

Secara etimologi *qana'ah* berasal dari kata *qana'a* (قنع) merupakan bentuk *fi'il madhi*. Merupakan bentuk *isim fa'il* dari kata *qani'* (قانع) berarti “menerima sesuatu dengan lapang dada”. *Qana'a, yaqna'u, qana'ah* (قنع, يقنع, قناعة) yang berarti “puas dan senang”. *Qana'a, yaqna'u, qanu'an* (قنع, يقنع, قنوعا) yang berarti “meminta.” Kedua pengertian yang disebutkan terakhir ini, dapat dikembalikan kepada pengertian dasarnya sehingga kedua arti tersebut dapat dipertemukan, yakni seseorang disebut *qani'* (قانع) apabila ia meminta, tetapi perilaku tersebut sama sekali tidak memperlihatkan adanya desakan, apalagi paksaan agar permintaannya dipenuhi dan ia sudah merasa cukup dan puas dengan apa yang diberikan kepadanya.

Kata tersebut kemudian mengalami perkembangan makna di dalam bentuk *aqna'a* (اقنع) yang berarti “mengangkat tangan pada waktu berdoa”. Dikatakan demikian karena seorang hamba yang berdoa kepada tuhan, menunjukkan bahwa dia butuh kepada-Nya. Pada sisi lain, seorang meminta apabila permintaannya diterima, akan mengangkat tangannya untuk menerima sesuatu yang diminta.

Di dalam al-Qur'an, kata yang berakar dari huruf *qaf, nun, dan 'ain*, ditemukan dua kali, keduanya diungkapkan dalam bentuk *isim fa'il*. Yang pertama diungkapkan dalam bentuk *ism fail* dari kata kerja *qana'a* (قنع) yakni *qani'* (قانع) (Q.S. Al-Hajj [22]:36), sedangkan yang kedua diungkapkan dalam

bentuk *isim fa'il* dari kata kerja *aqna'a* (اقنع) yakni *muqni'* (مقنع) (Q.S. Ibrahim [14]:43).

Kata *al-qani'* (القانع) (Q.S. Al-Hajj [22]:36), disebut dalam konteks penyembelihan binatang korban dan pembagian dagingnya kepada orang-orang yang membutuhkan, yaitu mereka yang dianggap sebagai *al-qani'* (القانع) dan *al-mu'tar* (المعتز). Kalangan mufasir berbeda pendapat tentang makna *al-qani'* (القانع) dan *al-mu'tar* (المعتز). Di dalam ayat ini sebagian berpendapat bahwa *al-qani'* (القانع) adalah orang yang rela dengan apa yang ada padanya dan tidak meminta-minta, sedangkan *al-mu'tar* (المعتز) adalah orang yang meminta. Meskipun begitu penggunaan kata *al-qani'* (القانع) berkaitan dengan kefakiran, yakni mengundang pengertian orang yang fakir yang merasa puas dan merasa cukup dengan apa yang diberikan kepadanya, baik dia meminta maupun tidak.

Sementara itu kata *al-muqni'* (المقنع) (Q.S. Ibrahim [14]:43). Disebut dalam konteks kepada orang-orang dzalim berikut siksaan yang disiapkan bagi mereka di hari akhirat. Dijelaskan pula bahwa di akhirat nanti mereka akan datang bergegas seraya mengangkat kepalanya dalam keadaan terhina. Dengan begitu kata *al-muqni'* (المقنع) menunjukkan pengertian “*mengangkat*” dan “*menengadahkan kepala*”, sebagai tanda penyesalan dan memohon ampunan dari Tuhan agar dibebaskan dari siksaan. Hal tersebut juga memberikan pengertian bahwa mereka tidak mungkin terhindar dari siksaan sehingga mereka pun harus menerima apa yang telah ditetapkan Allah atasnya.<sup>31</sup>

Secara terminologi *qana'ah* menurut tokoh ahli hadis Muhammad bin Ali at-Tirmidzi adalah kepuasan jiwa atas rezeki yang

---

<sup>31</sup> M. Qurays Shihab, *Ensiklopedia Al-Qur'an : Kajian Kosakata* (Jakarta : Lentera Hati, 2007), 756-757.

dilimpahkan kepadanya.<sup>32</sup> Menurut Imam Nawawi *qana'ah* adalah tidak berlebihan dan tidak tamak terhadap sesuatu.<sup>33</sup> Menurut tokoh ahli tasawuf al-Ghazali definisi *qana'ah* adalah orang yang keinginannya lemah, dan meninggalkan mencari (orang yang mencukupkan apa adanya) yaitu orang-orang yang mencukupkan dirinya dengan yang ada.<sup>34</sup>

Menurut Abu 'Abdillah bin Khafifah sebagai seorang tokoh sufi menyatakan *qana'ah* adalah meninggalkan keinginan terhadap sesuatu yang hilang atau yang tak dimiliki, dan menghilangkan ketergantungan kepada apa yang dimiliki.<sup>35</sup> Menurut tokoh ahli tafsir Syekh Mutawalli Asy-Sya'rawi dalam bukunya yang berjudul Tafsir Sya'rawi, القانع والمعتر maknanya ialah orang yang memiliki sifat rela dengan apa yang telah dimilikinya (tidak meminta-minta). Kata *qani'* ialah orang miskin tapi tidak meminta-minta, sedangkan kata *mu'tar* ialah orang miskin yang masih senang meminta-minta.

Menurut Abu ja'far at-Thabari seorang tokoh tafsir menjelaskan bahwa seorang ahli takwil pernah berpendapat tentang lafadz القانع memiliki makna orang yang *qana'ah* dengan sesuatu yang dia miliki serta senantiasa berusaha untuk tidak meminta kepada orang lain. Sedangkan lafadz المعتر memiliki makna seseorang yang mendatangimu dengan tujuan untuk meminta-minta.<sup>36</sup>

Berdasarkan pemaparan definisi *qana'ah* di atas maka dapat disimpulkan bahwa *qana'ah* secara istilah adalah seseorang yang selalu merasa

<sup>32</sup> Alwazir Abdussomad, "Penerapan Sifat Qana'ah dalam Mengendalikan Hawa Nafsu Duniawi," Jurnal Asy-Syukhriyyah, Vol. 21 Nomor 1 (Februari, 2020), 23.

<sup>33</sup> Repository UIN Banten, "Qana'ah dalam Pandangan Ulama'," Repository.uinbanten.ac.id, Agustus, 2017, <https://repository.uinbanten.ac.id>.

<sup>34</sup> Al-Ghazali, *Ihya 'Ulumuddin*, diterjemahkan Ismail Zakub, Jilid VII, (Jakarta Selatan : CV Faizan, 1985), 136.

<sup>35</sup> Abd Al-Karim Ibn Hawazin Al Qusyairy, *Risalah Sufi Al-Qusyayri*, terjemahan Ahsin Muhammad, (Bandung: Pustaka, 1994), 106-107.

<sup>36</sup> Rahmi Rahmawati, Mulyana dan Adnan, "Peran Qana'ah dalam Mengatasi Masalah Ekonomi Rumah Tangga," Jurnal Riset Agama, Vol. 2 Nomor 2 (Agustus, 2022,) 8.

cukup dan ridha terhadap apa yang telah Allah Swt berikan. Orang yang memiliki sifat *qana'ah* akan senantiasa terhindar dari rasa ingin meminta-minta dan akan terhindar dari rasa ketidak cukupan dalam hidupnya.

## 2. Urgensi dan Keutamaan *Qana'ah*

Kehidupan yang menyenangkan di dunia ini hanya milik orang yang puas dengan sesuatu yang tak seberapa. Orang yang puas dengan sesuatu yang ada tak perlu bergaul dengan orang yang lebih tinggi darinya dan tak peduli kesenangan yang dinikmati orang yang setingkat dengannya, karena ia telah memiliki apa yang dimiliki.<sup>37</sup>

Diantara orang yang *qanâ'ah* ialah orang yang paling kaya merasa bahagia karena tidak pernah iri terhadap orang lain. Seorang dikatakan beruntung tatkala memperoleh apa yang diinginkan dan disukai serta selamat dari segala yang mendatangkan ketakutan dan kekhawatiran.

Di dalam Al-Qur'an pun Allah berfirman bahwa orang yang berbuat baik dan memiliki sifat *qanâ'ah* akan mendapatkan kemuliaan. Sebagaimana dalam QS. Al-Insan [76]: 7-12 yang artinya: *Mereka memenuhi nazar dan takut akan suatu hari yang azabnya merata dimana-mana. (7) Dan mereka memberikan makanan yang disukainya kepada orang miskin, anak yatim dan orang yang ditawan. (8) (sambil berkata), "Sesungguhnya kami memberi makanan kepadamu hanyalah karena mengharapkan keridhaan Allah, kami tidak mengharapkan balasan dan terima kasih dari kamu. (9) Sungguh, kami takut akan (azab) tuhan pada hari (ketika) orang-orang berwajah masam penuh kesulitan."(10) Maka Allah melindungi mereka dari kesusahan hari itu, dan memberikan kepada mereka keceriaan dan kegembiraan.(11) Dan Dia memberi balasan kepada mereka karena kesabarannya (berupa) surga dan (pakaian) sutera.*"<sup>38</sup>

Ayat ini dan beberapa ayat berikutnya menyebutkan beberapa sifat orang-orang *abrar* (berbuat kebaikan) yaitu mereka menunaikan nazarnya, memberikan makanan yang sangat diperlukan dan disukainya kepada orang

<sup>37</sup> Ibnu Al-Jauzi, *Shaid Al-Khatir Nasehat Bijak Penyegar Iman*, (Jakarta: Darul uswah, 2010), 77.

<sup>38</sup> Darus Salaf, Tadabbur Surat al-Insan Ayat 7-12," Darussalaf.or.id, Juni 11, 2014, <https://darussalaf.or.id/tadabbur-surat-al-insaan-ayat-7-12>.

miskin, anak yatim, dan orang yang ditawan. Inilah keikhlasan orang-orang *abrar* yang menyatakan bahwa mereka berbuat baik hanya untuk mengharapkan ridha Alla semata tidak menghendaki balasan dan tidak pula mengharapkan ucapan terima kasih. Jiwa keikhlasan dan sifat *qanā'ah* yang mereka miliki sangat besar karena kesabaran mereka dalam berbuat kebaikan, ketabahan menahan diri dari godaan nafsu, dan terkadang harus menahan lapar dan kurang pakaian (kerena berbuat sosial dalam keadaan miskin), sehingga mereka mendapatkan kemuliaan di sisi Allah yaitu Allah memelihara mereka dari kesusahan dan memberikan kepada mereka keceriaan wajah dan kegembiraan hati. Tampak pada wajah mereka kegembiraan yang berseri-seri sebagai tanda kepuasan hati karena anugerah Allah yang telah mereka terima. Allah juga memberi mereka ganjaran karena kesabaran mereka dengan surga dan pakaian sutera.<sup>39</sup>

### 3. Cara Meraih *Qana'ah*

Sifat *qanā'ah* tidak dapat diraih oleh seseorang sebelum terpenuhi beberapa syarat, diantaranya:

#### a. Usaha maksimal yang halal

Seseorang baru dikatakan *qanā'ah* kalau terlebih dahulu melakukan usaha yang maksimal untuk meraih sesuatu dari anugerah Allah, khususnya dalam persoalan mencari rezeki. Yang dimaksud dengan mencari rezeki atau bekerja adalah menggunakan nikmat yang diperoleh itu sesuai dengan tujuan penciptaan atau penganugerahannya. Ini berarti nikmat yang diperoleh menuntut penerimanya agar merenungkan tujuan

---

<sup>39</sup> Ahmad bin Utsman al-Mazyad, *Penjelasan tuntas Tentang Sabar dan Syukur (Sebagai Jalan Untuk Meraih Kehidupan)*, (Jakarta: Darul Haq, 2016), 5-6.

dianugerahkannya nikmat tersebut.<sup>40</sup>

b. Keberhasilan meraih hasil

Setelah berusaha dengan baik maka tahap selanjutnya adalah telah berhasil meraih hasil dari usahanya. Hasil yang diraih tidak mesti harus sesuai dengan target rencananya, karena manusia memang tidak diberi wewenang oleh Allah menentukan hasil usaha. Namun demikian sekiranya manusia bersungguh-sungguh maka Allah tidak akan pernah menyia-nyiakannya hamba-Nya.<sup>41</sup>

c. Memiliki rasa syukur

Seseorang yang *qanâ'ah* terhadap rezeki yang diterima niscaya akan bersyukur kepada Allah sebaliknya ketika tidak memiliki rasa syukur, yang ada adalah perasaan selalu merasa kurang.

d. Berdo'a

Memohon do'a agar dianugerahi sifat *qanâ'ah*. Sebagaimana Nabi pun memohon agar Allah memberikan sifat *qanâ'ah*:

اللهم قنعني بما رزقتني وبارك لي فيه واخلف على كل غائبة لي بخير<sup>42</sup>

Artinya: “Ya Allah, jadikanlah aku merasa *qanâ'ah* (merasa cukup, puas, rela) terhadap apa yang telah Engkau rizkikan kepadaku di dalamnya dan gantikanlah bagiku semua yang hilang dariku dengan yang lebih baik.”

e. Merasa puas dan dengan sukarela berbagi

Inilah inti dari sifat *qanâ'ah*, seseorang yang memiliki sifat *qanâ'ah* tidak fokus dengan berapa banyak ia diberi tetapi dia fokus dengan siapa

<sup>40</sup> Tim Penulis Mushaf Al-Qur'an, *Spiritualitas Dan Akhlak (Tafsir Al-Qur'an Tematik)*, (Jakarta: Lajnah Pentashihan Al-Qur'an, 2010), 403-404.

<sup>41</sup> Tim Penulis Mushaf Al-Qur'an, *Spiritualitas Dan Akhlak (Tafsir Al-Qur'an Tematik)*, (Jakarta: Lajnah Pentashihan Al-Qur'an, 2010), 407.

<sup>42</sup> Abu Muhammad 'Abdurrahmân bin Muhammad, *Tafsir Al-Qur'an al-'Adzîm Libni Abî Hâtim*, (Al-Malikah al-'Arabiyah as-Sa'udiyah: Maktabah Nazâr) Bab. Qauluhû Hayâtan Thayyibah, Juz 7, 2301.

yang memberi. Keyakinan dalam hatinya bahwa yang memberi Zat Yang Maha Sempurna, maka berapa pun ia beri berarti juga bernilai sempurna. Tidak ada yang kurang jika berasal dari Allah, tidak ada yang sedikit kalau dari Zat Yang Maha Memberi. Keyakinan seperti inilah yang menjadikan pemilik sifat *qanā'ah* akan selalu merasa tenang hidupnya dan inisiatif berbagi kepada yang lain.<sup>43</sup>

#### 4. Bahaya Orang Yang Tidak *Qana'ah*

Sudah seharusnya seorang mukmin itu memiliki sifat *qanā'ah* (menerima apa yang diberikan oleh Allah SWT kepadanya) yang dapat menghilangkan ketamakan serta tidak melirik apa yang ada ditangan orang lain, juga tidak rakus (serakah) dalam mencari dan mendapatkan harta bagaimanapun caranya. Dia tidak akan bisa memiliki sifat-sifat seperti ini melainkan dengan mengambil dunia ini sekedarnya saja dan sebatas kebutuhan pokok seperti makan, minum, dan pakaian.

Tamak dan serakah adalah penyebab kehinaan dan kerendahan martabat. Dan termasuk diantara sebab-sebab runtuhnya kehormatan dan kedudukan. cinta kepada harta adalah suatu yang akan mengeluarkan kelembutan dari hati seseorang, dan menempatkan kekakuan dan kekerasan sebagai pengganti tempatnya. Dan apabila ketamakan dan kerakusan telah memenuhi hati maka akan merasakan kehinaan yang akan menguasainya dan kerendahan akan mengitarinya.<sup>44</sup>

---

<sup>43</sup> Tim Penulis Mushaf Al-Qur'an, *Spiritualitas Dan Akhlak (Tafsir Al-Qur'an Tematik)*, (Jakarta: Lajnah Pentashihan Al-Qur'an, 2010), 409.

<sup>44</sup> Muhammad bin Ibrahim Al-Hamad, *AKHLAK-AKHLAK BURUK Fenomena, Sebab Terjadinya, Cara Mengatasinya*, Pustaka Darul Ilmi, (Jakarta: Pustaka Darul Ilmi, 2007), 56.

a. Tamak

Tamak ialah hati yang mengincar sesuatu yang dimiliki atau berada pada orang lain. Tamak termasuk penyakit hati yang harus dibuang oleh orang yang ingin hidup sehat dan *qanâ'ah*. Sebab penyakit ini disebabkan oleh sikap yang terlalu cinta pada dunia tidak mengerti hidup bermasyarakat bahwa orang harus saling menolong bukan saling menjatuhkan. Penyakit hati ini juga disebabkan oleh sikap yang tidak mempercayai takdir Allah yang telah ditentukan nasib hamba-hambanya.<sup>45</sup>

Allah memuji sikap yang tidak tergantung pada orang lain, namun mencela sifat tamak. Sebagaimana firman-Nya dalam QS. AnNisâ (4): 32 yang artinya : *“Janganlah kamu iri hati terhadap karunia yang telah dikehendaki Allah kepada sebagian kamu atas sebagian yang lain. Karena bagi laki-laki ada bagian dari apa yang mereka usahakan, dan bagi perempuan (pun) ada bagian dari apa yang mereka usahakan. Mohonlah kepada Allah sebagian dari karunia-Nya. Sungguh, Allah maha Mengetahui segala sesuatu.”*

Lalu Ali bin Abi Thalib menuturkan:

*“Barang siapa mampu berdiri tanpa sesuatu (bantuan orang lain), maka ia akan dapat menjadi kawan setaranya. Barang siapa sangat mencintai sesuatu, maka dia akan menjadi tawanannya dan barang siapa bermurah hati kepadanya akan menjadi tuan.”*

Adapun sifat tamak disebabkan oleh oleh rasa cinta dunia yang berlebihan. Juga karena tidak memahami arti hidup bermasyarakat yang di dalamnya ada kewajiban saling menolong bukan mengincar hak miliknya. Kemudian juga tidak beriman kepada takdir Allah yang telah menentukan nasib setiap manusia.

Dengan demikian tamak berhubungan dengan keadaan jiwa yang

---

<sup>45</sup> Muhyidin Tahir, “Tamak dalam Perspektif Hadis,” Jurnal Al-Hikmah, Vol. XIV Nomor 1 (2013), 16.



mendorong untuk mengambil atau merebut hak milik orang lain, sehingga kadang berkembang menjadi iri hati yaitu rasa tidak suka terhadap apa yang dicapai oleh orang lain dan ingin agar nikmat yang dicapai orang lain menjadi hilang.

b. Serakah

Serakah ialah suatu keadaan jiwa yang membuat manusia tidak puas dengan apa yang dimilikinya dan berusaha ingin memiliki lebih banyak lagi. Keserakahan ini tidak hanya pada pemilikan harta tetapi juga terhadap makanan, minuman, kegiatan seksual dan lain-lain. Ini termasuk penyakit yang tercela dan tidak sehat karena hati orang serakah tidak pernah tenang, puas, dan selalu merasa kekurangan, dan karena itu bisa mendorong untuk berbuat buruk. Seperti menipu, manipulasi, korupsi, dan sebagainya untuk memenuhi nafsu serakahnya terhadap harta dan kedudukan.<sup>46</sup>

Kecintaanya terhadap dunia bisa membuat seseorang terlena dari perjalanan hidup untuk menuju akhirat. Sebab dirinya lalai dari ketaatan kepada Allah, karena hati sibuk dengan dunia dari pada akhirat. Abu Ja'far al-Baqir berkata: "Orang yang serakah pada dunia adalah seperti ulat sutra. Semakin ia menyelimuti dirinya dalam kepompong, semakin berkurang kesempatannya untuk melepaskan diri darinya sehingga akhirnya ia mati dalam kepedihan."

Jadi orang yang tamak dan serakah tidak pernah merasa puas terhadap nikmat yang diperoleh. Sebaliknya orang yang *qanâ'ah* selalu

---

<sup>46</sup> Fatina al-Izzah, "Serakah VS Sabar dan Syukur," Acadmia.edu, 2014, <https://www.academia.edu/SerakahvsSabardanSyukur>.

merasa puas terhadap apa yang dimiliki dan rasa puas itu menimbulkan kebahagiaan.<sup>47</sup>

## **B. Hedonisme**

### **1. Definisi Hedonisme**

Secara etimologi hedonisme berasal dari bahasa Yunani, yaitu “*hedone*” yang artinya kesenangan. Hedonisme adalah jenis ideologi atau pandangan hidup yang menyatakan bahwa kebahagiaan hanya didapatkan dengan mencari kesenangan pribadi sebanyak-banyaknya dan menghindari perasaan-perasaan yang menyakitkan. Hedonisme mengajarkan bahwa kenikmatan atau kesenangan merupakan tujuan hidup dan acuan dalam berperilaku dalam sebuah anggota masyarakat. Dalam paham hedonisme, kesenangan pribadi atau kelompoknya merupakan yang utama, mereka tidak peduli dengan perasaan atau kesenangan orang lain. Oleh karena itu dapat dikatakan bahwa hedonisme merupakan pandangan hidup yang berdasarkan atas hawa nafsu. Penganut paham hedonisme disebut hedonis. Hedonisme sangat berhubungan dengan kekayaan, kenikmatan batin, kenikmatan seksual, kekuasaan dan kebebasan.

Hedonisme mulai muncul pada masa awal sejarah ilmu filsafat pada tahun 433 SM (sebelum masehi). Tokoh utama yang menjadi pencetus hedonisme adalah Aristippos dari Kyrene (433 – 355 SM) yang menjawab sebuah pertanyaan filsafat terkenal. Pertanyaan itu ditanyakan oleh Sokrates, “Apa yang menjadi tujuan hidup manusia?”. Aristippos menjawab bahwa yang terbaik adalah “kesenangan”.

---

<sup>47</sup> Entin Sholihat, Skripsi: *Qana'ah dalam Perspektif al-Qur'an (Telaah Tafsir Al-Azhar Karya Buya Hamka)*, (Jakarta: IIQ, 2018), 38-41.

Pengertian hedonisme menurut kamus Besar Bahasa Indonesia ialah pandangan yang menganggap kesenangan dan kenikmatan materi sebagai tujuan utama dalam hidup. Secara terminologi hedonisme adalah pandangan hidup yang menganggap bahwa orang akan menjadi bahagia dengan mencari kebahagiaan sebanyak mungkin dan sedapat mungkin menghindari perasaan-perasaan yang menyakitkan. Hedonisme merupakan ajaran atau pandangan bahwa kesenangan atau kenikmatan merupakan tujuan hidup dan tindakan manusia.<sup>48</sup>

Adapun hedonisme menurut Burhanuddin dalam Antonius Sepriadi adalah “sesuatu itu dianggap baik, sesuai dengan kesenangan yang didatangkannya”. Disini jelas bahwa sesuatu yang hanya mendatangkan kesusahan, penderitaan dan tidak menyenangkan, dengan sendirinya dinilai tidak baik. Orang-orang yang mengatakan ini dengan sendirinya menganggap atau menjadikan kesenangan itu sebagai tujuan hidupnya. Hedonisme merupakan suatu anggapan bahwa kesenangan atau kenikmatan adalah tujuan akhir hidup dan yang baik yang tertinggi. Namun, kaum hedonis memiliki kata kesenangan menjadi kebahagiaan.

Suratno dan Rismiati dalam Antonius Sepriadi, menyatakan bahwa “gaya hidup adalah pola hidup seseorang dalam dunia kehidupan sehari-hari yang dinyatakan dalam kegiatan, minat dan pendapat yang bersangkutan”. Gaya hidup mencerminkan keseluruhan pribadi yang berinteraksi dengan lingkungan. Pendapat lain juga diungkapkan oleh Sepriadi yakni gaya hidup secara luas didefinisikan sebagai cara hidup yang diidentifikasi oleh

---

<sup>48</sup> Admin BFI, “Gaya Hidup Hedonisme : Definisi, Penyebab, dan Cara Mengatasinya, “ BFI Finance, Februari 3, 2023, <https://www.bfi.co.id/id/blog/gaya-hidup-hedonisme>.

bagaimana manusia menghabiskan waktu mereka, apa yang mereka pikirkan tentang diri mereka sendiri dan juga dunia sekitarnya. Oleh karenanya hal ini berhubungan dengan tindakan dan perilaku sejak lahir. Sedangkan menurut Kottler dalam Antonius “gaya hidup adalah pola hidup seseorang di dunia yang diekspresikan dalam aktivitas, minat, dan opininya”.

Gaya hidup hedonis merupakan suatu dorongan individu untuk berperilaku dengan memegang prinsip kesenangan. Gaya hidup adalah pola hidup seorang dalam dunia kehidupan yang dinyatakan dalam kegiatan, minat, dan pendapat (opini) yang bersangkutan.<sup>49</sup>

Berdasarkan definisi di atas gaya hidup mempengaruhi perilaku seseorang yang pada akhirnya seseorang akan menentukan pilihan-pilihan mengenai apa yang akan ia lakukan, cara ia melakukan sesuatu dalam hidupnya, serta apa yang akan dikonsumsi atau digunakan oleh seseorang tersebut. Perilaku seseorang yang ditunjukkan dalam aktivitas, minat dan opini khususnya yang berkaitan dengan citra diri untuk merefleksikan status sosialnya. Banyak anak-anak dan remaja yang cenderung mengikuti budaya barat bahwa kebiasaan meniru kebudayaan barat tersebut, terjadi karena remaja merupakan masa yang penuh kebingungan, pada tahap ini anak termasuk tahap pencarian identitas diri sehingga mereka pun mudah terpengaruh lingkungan sekitarnya terutama pada fase remaja atau kalangan anak muda.

Paham inilah yang saat ini sedang mewabah di kalangan pelajar atau anak muda. Seperti contoh di mana para pelajar berdandan tak semestinya, lebih mementingkan gaya hidup (*fashionable*). Contoh lain seperti kebiasaan

---

<sup>49</sup> Admin BFI, “Gaya Hidup Hedonisme : Definisi, Penyebab, dan Cara Mengatasinya, “ BFI Finance, Februari 3, 2023, <https://www.bfi.co.id/id/blog/gaya-hidup-hedonisme>.

suka berfoya-foya, menyukai barang-barang *branded* dan mahal. Dan merasa malu jika ketinggalan zaman hingga melakukan segala cara untuk dapat memiliki apa yang diinginkan demi kesenangannya semata.<sup>50</sup>

## 2. Maraknya Hedonisme di Kalangan Anak Muda

Perkembangan teknologi saat ini sangat berpengaruh terhadap perubahan sosial masyarakat terutama di kalangan anak muda. Kondisi ini pastinya memunculkan beberapa perubahan sifat terutama yang paling terlihat adalah sifat hedonisme. Sifat hedonisme ini merupakan salah satu bagian dari identifikasi perubahan sosial seseorang. Sifat hedonisme ini lebih mengacu kepada anak muda karena dapat diketahui bahwa mereka memiliki peranan penting dalam perkembangan zaman dan kondisi mental yang masih labil, sehingga menjadikan mereka jauh lebih mudah terpengaruh terhadap perubahan sosial yang ada.

Sifat atau budaya hedonisme ini merupakan sebuah gaya hidup yang semakin marak memberikan pengaruh bagi kehidupan para anak muda. Rasa haus akan suatu hal yang baru menjadikan mereka juga memiliki gaya hidup konsumtif yang cukup tinggi.

Gaya hidup konsumtif ini menjadikan para anak muda berusaha untuk selalu menggali dan memanfaatkan waktu mereka untuk melakukan suatu hal yang baru tanpa mempertimbangkannya terlebih dahulu. Akhirnya, budaya hedonisme dan gaya hidup yang konsumtif menjadikan anak muda selalu ingin hidup mewah dan serba kecukupan.<sup>51</sup>

---

<sup>50</sup> Eka Sari Setianingsih, "Wabah Gaya Hidup Hedonisme Mengancam Moral Anak," Jurnal MALIH PEDDAS, Vol. 8 No. 2 (Desember, 2018), 141-142.

<sup>51</sup> Mouza Afifah, "Budaya Hedonisme dan Konsumtif Dikalangan Remaja," Juli 16, 2021, <https://kumparan.com/mouzaafifah12/budaya-hedonisme-dan-konsumtif-di-kalangan-remaja>.

Kehidupan berfoya-foya, "*nongki*" dengan teman-teman di *cafe* yang *hits* lalu berfoto dan kemudian diunggah di sosial media menjadikan mereka memiliki rasa atau keinginan untuk selalu memperlihatkan kehidupan mereka ke seluruh masyarakat lewat dunia maya. Hal ini bertujuan untuk menunjukkan status sosial mereka lewat postingan di sosial media tersebut. Budaya ini menjadikan anak muda memiliki tingkat gaya hidup kelas menengah ke atas yang melekat dengan adanya modernisasi.

Dengan gaya hidup hedonisme ini, anak muda memiliki kecenderungan sifat untuk selalu merasakan hidup yang jauh lebih enak, mewah, nyaman dan pasti serba berkecukupan tanpa harus bekerja keras. Anak muda penganut budaya hedonisme menjadikan mereka memiliki standarisasi terhadap kondisi pergaulannya saat ini.

Dapat di amati, ketika anak muda sudah mampu dikatakan '*gaul*' dan mengikuti '*trend*' maka mereka merasa puas dan cenderung mengapresiasi diri mereka sendiri secara berlebih. *Fashion* yang selalu mengikuti *trendy*, *handphone* yang canggih serta selalu membagikan *history* mengenai kunjungan mereka ke tempat *hits* atau tempat-tempat yang banyak diminati lewat sosial media mereka, hal ini menimbulkan rasa kepuasan tersendiri bagi para anak muda.

Beruntung bagi mereka yang memang sudah terlahir dari keluarga kelas menengah ke atas sehingga mereka dapat memenuhi tuntutan kebutuhan modernisasi ini tanpa harus bekerja keras. Akan tetapi, bagi mereka yang lahir dalam keluarga golongan kelas menengah ke bawah menjadikan mereka harus menempuh jalan pintas untuk dapat memenuhi standarisasi kehidupan yang

berkembang saat ini.

Budaya hedonisme dan juga gaya hidup konsumtif pasti memiliki dampak yang sangat berpengaruh di kalangan anak muda. Hal ini akan menghancurkan cara berpikir para generasi muda yang cenderung kritis menjadi hanya berpikir egois dan cenderung apatis akan segala bentuk perubahan lingkungan. Maka peranan orang tua dan teman-teman lingkungan sangat berpengaruh bagi perubahan sifat sosial mereka. Mereka harus saling mengingatkan satu sama lain dan kontrol diri harus dikedepankan. Jangan terburu-buru dan selalu mempertimbangkan terhadap segala dampak yang mungkin dapat terjadi.<sup>52</sup>

### **3. Dampak Perilaku Hedonisme**

Setiap kesenangan bisa dinilai baik, tapi setiap kesenangan itu tidak harus dimanfaatkan secara berlebihan. Dalam hal ini, Epicuros seorang filsuf Yunani kuno mengajukan perbedaan dari tiga macam keinginan yaitu: keinginan alamiah yang perlu seperti makanan, keinginan alamiah yang tidak perlu seperti makanan yang istimewa, dan keinginan yang sia-sia seperti kekayaan. Hidup yang baik adalah memenuhi keinginan alamiah yang perlu semacam pola hidup sederhana sebagaimana anjuran dari Epikuros. Orang yang bijaksana akan berusaha untuk sebisa mungkin terlepas dari keinginan. Dengan demikian manusia akan mencapai ketenangan jiwa atau keadaan jiwa yang seimbang yang tidak membiarkan diri terganggu oleh hal-hal lain.

Kesenangan yang berlebihan tanpa melihat orang-orang disekitar sekitarnya sudah mulai nampak di Indonesia. Sudah banyak masyarakat di

---

<sup>52</sup> Mouza Afifah, "Budaya Hedonisme dan Konsumtif Dikalangan Remaja," Juli 16, 2021, <https://kumparan.com/mouzaafifah12/budaya-hedonisme-dan-konsumtif-di-kalangan-remaja>.

Indonesia tidak lagi mempedulikan budaya silaturahmi antara individu satu dengan individu yang lainnya, padahal budaya Indonesia sudah sangat terkenal dengan keramahannya dengan masyarakat lain. Dan salah satu penyebab dari masalah ini adalah pengaruh hedonisme. Hedonisme adalah pandangan hidup bahwa kesenangan dan kenikmatan sebagai tujuan utama. Jadi bisa dikatakan bahwa para penganut hedonisme ini lebih mementingkan kesenangannya, tidak lagi peduli oleh orang yang berada disekitar mereka, karena yang terpenting buat mereka adalah kesenangan. Salah satu contoh hedonisme seperti berfoya-foya dan hura-hura. Para penganut hedonisme kebanyakan dari kalangan menengah ke atas, karena dalam melampiaskan kesenangannya pasti uang yang mereka keluarkan sangat banyak, tapi mereka tidak begitu mempedulikannya karena yang terpenting bagi penganut hedonisme adalah kesenangan dan kepuasan.<sup>53</sup>

Saat ini budaya hedonisme sudah menjadi propaganda yang sukses dan mengakar dalam jiwa-jiwa anak muda. Namun ironismya lagi para anak muda tak menyadari hal yang mereka lakukan adalah perilaku hedon. Oleh karena itu, paham ini memberikan kontribusi negatif terhadap ideologi para generasi muda yang berani membuat mereka berani menghalalkan segala cara demi tercapainya kesenangan dan menjadikan remaja saat ini memiliki mental lemah disertai dengan pemikiran yang sempit.

Ada beberapa dampak buruk dari hedonisme diantaranya : 1) Pergaulan bebas. Pengikut paham hedonisme dapat terjebak dalam pergaulan dan mereka selalu berada dalam dunia malam. Seperti clubbing, pesta narkoba, dan seks

---

<sup>53</sup> Vionnalita Jennyya, dkk. "Gaya Hidup Hedonisme Di Kalangan Mahasiswa Universitas Sam Ratulangi," *Jurnal Holistik*, Vol. 14 Nomor 3 (Juli-September, 2021), 6.



bebas. 2) Sex bebas. Free sex atau seks bebas merupakan dampak dari hasil budaya hedonisme. Bagi penganut hedonisme, menganggap seks bebas hanya perbuatan biasa, karena mereka sudah tidak lagi memikirkan salah atau benar, tapi yang mereka pikirkan hanyalah kepuasan dirinya sendiri. Ironisnya, pada diri mereka sudah tidak ada lagi rasa malu, bahkan mereka merasa bangga apabila sudah melakukan perbuatan yang diharamkan oleh agama (perbuatan zina), kemudian divideokan dan menyebarkannya melalui internet. Perbuatan tersebut sungguh tidak sesuai dengan budaya bangsa Indonesia, karena bangsa Indonesia menganut adat istiadat timur yang menganggap seks sebagai hal yang sakral. 3) Narkoba. Narkotika dan obat-obatan berbahaya, tidak lain adalah bom waktu yang siap menghancurkan generasi-generasi penerus.<sup>54</sup>

Narkoba menjadi barang pelarian dari setiap masalah yang mereka hadapi. Tujuannya agar mereka tidak dirundung kesedihan dan akhirnya diliputi dengan suasana senang dan nikmat. 4) Tawuran. Saat ini tawuran sudah menjadi tren di kalangan sebagian remaja. Mereka merasa senang sekali jika melakukan perbuatan anarkis, memperdaya dan menganiaya orang lain. Dalam dirinya sifat empati dan simpati sudah hilang. Apalagi sikap saling menghargai dan solidaritas. Hal ini disebabkan karena mereka selalu mempertimbangkan untung dan rugi dalam bersosialisasi dan bermasyarakat. 5) Musik dan Seni. Dunia sepertinya sepi tanpa musik dan kehidupan seakan hampa tanpa seni, itulah beberapa ungkapan para musisi dan seniman serta para penikmatnya. Konser-konser musik digelar di setiap kota, namun tak jarang konser musik berlangsung banyak korban yang berjatuh karena berdesak-desakkan saat

---

<sup>54</sup> Eka Sari Setianingsih, "Wabah Gaya Hidup Hedonisme Mengancam Moral Anak," Jurnal MALIH PEDDAS, Vol. 8 No. 2 (Desember, 2018), 145-147.

mereka asyik menikmati alunan musik sang idola. Banyak di antara korban meninggal dunia. Namun, peristiwa demi digelar walaupun bahaya maut menjadi taruhan. Musik dan seni sudah menjadi hal yang penting dalam kehidupan para hedonis. Jiwa dan perasaan mereka semakin nikmat dan melayang jika mendengarkan musik. 6) Pariwisata. Salah satu upaya untuk menyalurkan kesenangan ialah dengan berwisata. Pada dasarnya seseorang boleh-boleh saja berwisata selama kreativitas tersebut tidak melanggar nilai-nilai syar'i. Adapun yang sering jadi pembahasan saat ini adalah tempat-tempat wisata serta kreativitasnya yang senantiasa menjurus kepada kemaksiatan. Banyak tempat wisata terkadang menjadi area yang tepat untuk pesta narkoba dan miras. Biasanya mereka melakukan hal tersebut di tempat-tempat penginapan. 7) Perfilman. Acara-acara yang disuguhkan kepada anak muda maupun masyarakat kerap tidak pernah terlepas dari perilaku hedonis. Tidak hanya di layar kaca, kehidupan selebriti pun sangat kental dengan budaya hedonisme. Kehidupan glamour senantiasa melekat dalam keseharian para bintang film.

Penayangan tindakan kekerasan dan seksual di media-media masa, televisi, telah menyebabkan masyarakat negeri ini dilanda gelombang kejahatan. Kondisi ini memprihatinkan dan membahayakan bagi generasi muda, karena adegan-adegan kekerasan seringkali ditiru. Dengan kata lain, film dan acara-acara televisi yang ditayangkan adalah jalan yang sangat mulus dalam upaya penyebaran budaya hedonisme dan kebebasan. 8) Matrealistis. Merupakan bagian dari budaya hedonisme yang merasa tidak puas dengan sesuatu yang sudah dimilikinya. Dan selalu iri jika melihat orang lain. 9)

Pemalas. Malas merupakan akibat yang ditimbulkan dari budaya hedonisme karena mereka selalu menyia-nyiakan waktu. Manusia menjadi tidak menghargai waktu. Kurangnya kesadaran dalam mempergunakan waktu, komunitas, dan pergaulan. 10) Tidak Bertanggung Jawab. Menjadi individu yang tidak bertanggung jawab terutama kepada dirinya sendiri, seperti menyia-nyiakan waktu, dan mementingkan kesenangannya saja. 11) Konsumtif dan boros. Hedonisme cenderung konsumtif karena menghabiskan uang untuk membeli barang-barang yang hanya untuk kesenangan semata tanpa didasari kebutuhan. Menghambur-hamburkan uang untuk membeli berbagai barang yang tidak penting hanya untuk sekedar pamer merk ternama atau barang mahal.<sup>55</sup>

---

<sup>55</sup> Eka Sari Setianingsih, "Wabah Gaya Hidup Hedonisme Mengancam Moral Anak," Jurnal MALIH PEDDAS, Vol. 8 No. 2 (Desember, 2018), 145-147.