

ABSTRAK

Nuri Nurul Aulia, 1211010096, 2025, “Konsep *Frugal Living* dal buku *Your Money or Your Life* karya Vicki Robin: Tinjauan Ajaran Kesederhanaan Buya Hamka”.

Konsumerisme merupakan sebuah fenomena sosial yang muncul sebagai akibat dari modernisasi dan industrialisasi, dimana individu terdorong untuk terus mengonsumsi secara berlebihan tanpa mempertimbangkan nilai guna dan kebutuhan riil. Gaya hidup ini melahirkan ketergantungan terhadap kepemilikan materi serta mengikis kesadaran akan makna hidup yang lebih mendalam. Sebagai respons terhadap kondisi tersebut, muncul konsep *frugal living* yang menawarkan pendekatan hidup sederhana, hemat, dan sadar. Buku *Your Money or Your Life* karya Vicki Robin merupakan salah satu karya populer yang mengusung nilai-nilai tersebut secara sistematis. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana konsep *frugal living* dipaparkan dalam buku tersebut dan menganalisisnya melalui tinjauan ajaran kesederhanaan dalam Islam, khususnya melalui pemikiran Buya Hamka. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menemukan titik temu konseptual antara pemikiran Barat modern mengenai pengelolaan hidup dan keuangan dengan nilai-nilai kesederhanaan dalam Islam.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif-analitis berbasis kepustakaan (*library research*). Data primer yang digunakan adalah buku *Your Money or Your Life*, sedangkan data sekunder meliputi karya-karya Buya Hamka serta literatur yang relevan mengenai konsep konsumerisme, *frugal living*, dan kesederhanaan dalam Islam. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis isi (*content analysis*), dengan langkah-langkah reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan. Penelitian ini menelaah struktur nilai dalam buku Robin, kemudian menimbanginya berdasarkan prinsip-prinsip etika Islam yang dikembangkan Buya Hamka.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *frugal living* sebagaimana dikemukakan dalam buku *Your Money or Your Life* secara konseptual selaras dengan nilai-nilai kesederhanaan dalam ajaran Islam. Keduanya sama-sama menolak pola hidup konsumtif dan menekankan pentingnya hidup cukup, sadar, dan bertanggung jawab. Vicki Robin menekankan bahwa pengelolaan uang harus berdasarkan kesadaran atas waktu hidup yang dikorbankan untuk memperolehnya, sedangkan Buya Hamka menekankan bahwa kesederhanaan adalah wujud dari ketakwaan dan keikhlasan dalam menjalani hidup. Dari analisis ini, dapat disimpulkan bahwa konsep *frugal living* memiliki relevansi universal dan dapat

diperkaya dengan nilai-nilai spiritual Islam untuk membentuk gaya hidup yang lebih seimbang, bijak, dan bermakna..

