

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut Pusat Data dan Teknologi Informasi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, jumlah siswa SMA di Indonesia berdasarkan data statistik SMA tahun 2020/2021 adalah sebanyak 5.017.314 siswa. Jumlah tersebut secara visual dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1.1 Jumlah Siswa SMA Tahun 2020/2021

No.	Variabel	Negeri		Swasta		Jumlah
		Jumlah	%	Jumlah	%	
1.	Menurut Kelompok Umur					
	< 16 Tahun	827.280	73,85	292.994	26,15	1.120.274
	16 - 18 Tahun	2.772.072	74,44	951.779	25,56	3.723.851
	> 18 Tahun	105.442	60,88	67.747	39,12	173.189

Sumber: Pusdatin Kemendikbud, (diolah)¹

Berdasarkan tabel 1.1. di atas dilihat dari kelompok umur maka siswa SMA digolongkan ke dalam kelompok masa remaja. Menurut Hurlock masa remaja dibagi menjadi 2 (dua) periode yaitu periode awal masa remaja dengan perkiraan usia 13-16 tahun dan periode akhir masa remaja dengan rentang usia 16-18 tahun.² Sedangkan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah.³ Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Masa remaja sering juga disebut sebagai masa krisis yang jika tidak dikelola secara baik akan menimbulkan dampak negatif. Data Komisi Perlindungan Anak Indonesia menyebutkan bahwa pada tahun 2020 jumlah anak yang berhadapan dengan hukum mencapai 1098 kasus dan

¹ Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, Pusat Data dan Teknologi Informasi, *Statistik SMA 2020/2021*, (Jakarta: Setjen, Kemendikbud, 2021), h. 1

² Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (terjemahan), Edisi Kelima, (Jakarta: Erlangga, 1991), h. 206

³ Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, ISSN 2442-7659, h. 1, diakses pada 17 Desember 2021 dari <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-reproduksi-remaja.pdf>

jumlah anak pengguna narkoba, psikotropika dan zat adiktif (napza) mencapai 70 kasus.⁴

Selain itu masa remaja juga sering disebut sebagai masa perubahan. Dimana tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat maka perubahan sikap dan perilaku juga berlangsung pesat demikian pula sebaliknya ketika perubahan fisik menurun maka perubahan sikap dan perilaku juga menurun.⁵ Salah satu bentuk perubahan perilaku yang terjadi pada siswa SMA adalah munculnya perubahan gaya hidup. Dalam kamus besar bahasa Indonesia gaya hidup didefinisikan sebagai pola tingkah laku sehari-hari tergolong manusia di dalam masyarakat.⁶ Perubahan gaya hidup ditunjukkan oleh siswa SMA dengan menggunakan simbol status dalam bentuk penampilan, cara bersikap dan pemilihan terhadap barang-barang yang bernilai ekonomis agar dapat menarik perhatian orang lain terutama teman sebaya.

Penggunaan simbol status seringkali membuat para siswa SMA terjebak pada gaya hidup hedonis yakni gaya hidup berlebihan yang mengutamakan kesenangan dan kenikmatan materi semata sebagai tujuan hidup. Dari pengamatan penulis, gaya hidup hedonis yang terjadi dikalangan siswa SMA tercermin dari perilaku sehari-hari, antara lain banyaknya siswa SMA yang sering menghabiskan waktu di luar rumah seperti mall dan kafe, berpakaian dengan pemilihan merek yang terkenal, penggunaan HP dengan merek yang bagus dan harga yang mahal, dalam membeli barang-barang tidak berdasarkan kepada kebutuhan tapi hanya mendasarkan diri pada keinginan bahkan seringkali membeli sesuatu tanpa rencana (*impulse buying*), penggunaan gadget secara intensif serta selalu terkini di media sosial.

Hasil survei yang dilakukan oleh Kasali sebagaimana dikutip Misbahun dan Tri Muji menyebutkan bahwa:

⁴ Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), Kasus Pengaduan Anak Berdasarkan Klaster Perlindungan Anak Tahun 2016-2020, diakses pada 17 Desember 2021 dari <https://bankdata.kpai.go.id/tabulasi-data/data-kasus-pengaduan-anak-2016-2020>

⁵ Elizabet B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*....., h. 207

⁶ Kamus Besar Bahasa Indonesia, diakses pada 30 Desember 2021 dari <https://kbbi.web.id/gaya-2>

Mall adalah tempat nongkrong paling populer untuk mengisi waktu luang remaja (30,8%), sedangkan jajan merupakan prioritas pertama pengeluaran remaja (49,4%), setelah itu membeli alat sekolah (19,5%), jalan-jalan atau hura-hura (9,8%), selain itu pengeluaran untuk membeli pakaian (9,4%), menabung (8,8%), membeli kaset (2,3%), membeli aksesoris mobil (0,6%) dan adapula yang tidak menjawab sebanyak (0,4%).⁷

Selanjutnya dari hasil survei yang dilakukan Misbahun dan Tri Muji terkait gaya hidup hedonis di kalangan mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang ditemukan bahwa:

Jalan-jalan ke mall (24%) dan nongkrong di café (24%) menjadi kegiatan yang sering dilakukan oleh mahasiswa, nonton ke bioskop (17%), pergi ke toko buku (10%), karaoke dengan teman-teman (9%), belajar memahami materi dari dosen (7%), bermain game (5%), dan pergi ke perpustakaan hanya (3%).⁸

Imarodewi dalam penelitiannya juga menyimpulkan bahwa remaja menghabiskan waktunya untuk berbelanja, jalan-jalan, nonton, karaoke dan nongkrong di mall hingga 3-6 jam/perhari. Sedangkan menghabiskan waktunya bersama teman sebaya sebanyak 3-4 kali/perminggu.⁹ Penelitian yang sama dilakukan oleh Estalita, dari hasil penelitiannya terhadap 100 siswa SMA Ma'arif NU Pandaan disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara gaya hidup hedonis dengan *impulse buying* pada remaja putri.

Hal ini mengindikasikan bahwa ketika gaya hidup hedonis tinggi maka *impulse buying* cenderung juga akan tinggi, demikian juga sebaliknya.¹⁰

Dari hasil survey dan penelitian sebagaimana tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa gaya hidup hedonis sedang melanda kalangan remaja khususnya siswa SMA tak terkecuali siswa SMAN 2 Kota Tangerang Selatan.

⁷ Misbahun Nadzir dan Tri Muji Ingarianti, "Psychological Meaning of Money dengan Gaya Hidup Hedonis Remaja di Kota Malang", dalam *Seminar Psikologi & Kemanusiaan, Psychology Forum UMM*, 2015, ISBN: 978-979-796-324-8, h. 583

⁸ Misbahun Nadzir dan Tri Muji Ingarianti, "Psychological Meaning of Money, h. 583

⁹ Hikmatu Imarodewi W., "Gaya Hidup Hedonisme Pada Remaja Putri", (Naskah Publikasi, Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2018), h. 9

¹⁰ Estalita Kelly, "Gaya Hidup Hedonis dan *Impulse Buying* Pada Kalangan Remaja Putri", dalam *Jurnal Sketsa Bisnis*, Vol. 2, No. 1, Agustus 2015, h. 14

Dari hasil wawancara dengan Ketua OSIS dan Ketua MPK SMAN 2 Kota Tangerang Selatan diperoleh data bahwa gaya hidup hedonis juga melanda kalangan mereka. Baik Ketua OSIS maupun Ketua MPK mengatakan bahwa sepulang sekolah mereka terbiasa nongkrong dulu di coffee shop untuk sekedar ngobrol-ngobrol. Demikian juga saat *weekend*, mereka selalu janji-janji dengan sesama teman untuk menentukan tempat nongkrong dan jalan-jalan. Adapun dalam hal pengelolaan uang saku maupun membeli barang ada kecenderungan yang berbeda antara siswa, dimana siswa perempuan cenderung berfikir dalam menggunakan uang saku dan membandingkan harga saat hendak membeli barang dan lebih menentukan prioritas, hal ini berbeda dengan siswa laki-laki yang cenderung lebih hemat dalam mengelola uang saku di tanggal-tanggal awal bulan namun lebih boros di akhir bulan dan dalam hal belanja lebih fokus terhadap barang yang disukainya tanpa membandingkan harga.¹¹

Hasil wawancara di atas mendukung hasil analisis terhadap kategori skor dari kuesioner uji coba yang disebarkan peneliti terhadap 50 siswa SMAN 2 Kota Tangerang Selatan yang menunjukkan bahwa gaya hidup hedonis siswa SMAN 2 Kota Tangerang Selatan lebih mengarah pada kategori sedang. Hal ini terlihat bahwa 4% siswa SMAN 2 Kota Tangerang Selatan berada pada kategori tinggi, 64% berada pada kategori sedang, dan 32% berada pada kategori rendah. Secara rinci dapat dilihat pada tabel kategorisasi skor gaya hidup hedonis siswa SMAN 2 Kota Tangerang Selatan berikut:

Tabel 1.2 Kategorisasi Skor Gaya Hidup Hedonis

No	Skor	Frekuensi			Kategori
		Absolut (F _i)	Kumulatif	Relatif	
1	$89 \leq X$	2	2	4%	Tinggi
2	$66 \leq X < 89$	32	34	64%	Sedang
3	$X < 66$	16	50	32%	Rendah
	Σ	50		100%	

¹¹ Wawancara pribadi dengan Ketua OSIS (Anggi) dan Ketua MPK (Gatran), Tangerang Selatan, 25 Mei 2022.

Trend gaya hidup hedonis yang merebak di kalangan siswa SMA dapat menimbulkan dampak negatif diantaranya adalah keinginan untuk berfoya-foya. Merebaknya gaya hidup hedonis pada siswa SMA antara lain disebabkan oleh karena rendahnya pengamalan nilai-nilai agama. Jika seseorang rendah dalam pengamalan nilai-nilai agamanya, maka cenderung melakukan tindakan-tindakan yang dilarang agama seperti bersikap boros atau berlebih-lebihan. Chatijah dan Purwadi sebagaimana dikutip Ardilla dan Risana menjelaskan bahwa “salah satu penyebab meningkatnya gaya hidup hedonis pada usia remaja adalah karena merosotnya iman. Apabila seseorang mengalami kemerosotan iman, maka cenderung melakukan hal-hal yang dilarang oleh agama. Salah satu larangan agama adalah bersikap berlebih-lebihan atau bersikap boros”.¹²

Oleh karena itu salah satu tindakan yang dapat dilakukan untuk mengendalikan gaya hidup hedonis dikalangan siswa SMA adalah berupa pengamalan nilai-nilai agama dengan cara menanamkan sifat *qana'ah*. *Qana'ah* merupakan salah satu sifat terpuji dimana seseorang senantiasa merasa cukup terhadap pemberian Allah SWT. Siswa yang memiliki sifat *qana'ah* akan mampu menyeimbangkan antara kebutuhan hidupnya dengan standar kemampuannya sehingga tidak tergoda dengan gaya hidup hedonis yang sedang merebak. *Qana'ah* merupakan salah satu akhlak terpuji yang menjadi basis dalam menghadapi hidup dan menimbulkan energi dalam mengatasi berbagai keinginan-keinginan hidup.¹³

Dari hasil wawancara dengan Ketua OSIS dan Ketua MPK SMAN 2 Kota Tangerang Selatan diperoleh kesimpulan sementara bahwa *qana'ah* siswa SMAN 2 Kota Tangerang Selatan cenderung fluktuatif, hal ini terlihat dari penjelasan mereka yang mengatakan bahwa ketika mereka mengalami

¹² Ardilla Saputri dan Risana Rachmatan, “Religiusitas Dengan Gaya Hidup Hedonisme: Sebuah Gambaran Pada Mahasiswa Universitas Syiah Kuala”, dalam *Jurnal Psikologi*, Volume 12, Nomor 2, Desember 2016, h. 60

¹³ Pemerintah Daerah Khusus Ibukota Jakarta, *Materi Dakwah Terurai Dalam Pembangunan: Kehidupan Mental Spritual (Akhlak)*, (Jakarta: Proyek Peningkatan LBIQ DKI Jakarta, 1993/1994), h. 89

kegagalan dalam suatu kegiatan lomba, mereka menyikapinya dengan sesuatu yang wajar bahwa kalah atau menang dalam perlombaan adalah hal yang biasa, disini terlihat bahwa siswa telah mampu mengaflikasikan sikap *qana'ah*. Namun disisi lain ketika keagalannya itu menyangkut prestasi akademik terutama untuk mata pelajaran yang disukainya, mereka cenderung kecewa dan menyalahkan diri sendiri secara terus menerus tanpa berusaha melakukan evaluasi terhadap faktor penyebab dari keagalannya tersebut. Hal berbeda jika keagalannya menyangkut prestasi akademik dari mata pelajaran yang tidak disukainya mereka cenderung biasa-biasa saja tidak ada beban sama sekali apalagi dalam proses pengerjaannya bukan upaya maksimal dari diri sendiri tapi merupakan hasil kerjasama sesama teman. Demikian juga saat *personal performance* (kemampuan diri) sedang berada pada titik terendah, mereka cenderung menyalahkan orang lain sampai berakibat pada gangguan fisik seperti mual-mual ketika berjumpa dengan orang lain.¹⁴

Fenomena ini sangat menarik bagi peneliti mengingat dari hasil analisis terhadap kategori skor dari kuesioner uji coba yang disebarkan peneliti terhadap 50 siswa SMAN 2 Kota Tangerang Selatan menunjukkan bahwa *qana'ah* siswa SMAN 2 Kota Tangerang Selatan lebih mengarah pada kategori tinggi. Hal ini terlihat bahwa 76% siswa SMAN 2 Kota Tangerang Selatan berada pada kategori tinggi, 24% berada pada kategori sedang, dan 0% berada pada kategori rendah. Secara rinci hal ini dapat dilihat pada tabel kategorisasi skor *qana'ah* siswa SMAN 2 Kota Tangerang Selatan berikut:

Tabel 1.3 Kategorisasi Skor *Qana'ah*

No	Skor	Frekuensi			Kategori
		Absolut (F _i)	Kumulatif	Relatif	
1	$104 \leq X$	38	38	76%	Tinggi
2	$76 \leq X < 104$	12	50	24%	Sedang
3	$X < 76$	0	50	0%	Rendah
	Σ	50		100%	

¹⁴ Wawancara pribadi dengan Ketua OSIS (Anggi) dan Ketua MPK (Gatran), Tangerang Selatan, 25 Mei 2022.

SMAN 2 Kota Tangerang Selatan merupakan sekolah menengah atas yang terletak 35 km sebelah barat Jakarta dan 95 km sebelah tenggara Serang. Lokasi SMAN 2 Kota Tangerang Selatan berada pada wilayah yang sangat menguntungkan karena berada di luar lingkaran kawasan bisnis perkotaan dan perkantoran yang padat dengan aktivitas. Hal ini sangat menguntungkan bagi kenyamanan dan ketenangan siswa dan guru dalam melaksanakan kegiatan belajar-mengajar. SMAN 2 Kota Tangerang Selatan memiliki visi “mewujudkan Insan berkualitas yang berahlak mulia dan menguasai IPTEK yang berbudaya lingkungan serta mampu bersaing di era global”.¹⁵ Untuk mewujudkan visi tersebut maka SMAN 2 Kota Tangerang Selatan memiliki berbagai program unggulan diantaranya program iman dan taqwa. Melalui program iman dan taqwa ini siswa SMAN 2 Kota Tangerang Selatan diharapkan mampu menerapkan dan mengamalkan ajaran agama Islam dalam kehidupan sehari-hari dalam rangka membentuk mental spiritual peserta didik yang tangguh, memiliki kepribadian muslim yang kokoh, dan mampu menghadapi tantangan negatif baik yang datang dari dalam dirinya maupun dari luar dirinya.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara *Qana'ah* Dengan Gaya Hidup Hedonis Pada Siswa SMA Negeri 2 Kota Tangerang Selatan”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah yang dikaji melalui penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana *qana'ah* pada siswa SMA Negeri 2 Kota Tangerang Selatan?
2. Bagaimana gaya hidup hedonis pada siswa SMA Negeri 2 Kota Tangerang Selatan?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *qana'ah* dengan gaya hidup hedonis pada siswa SMA Negeri 2 Kota Tangerang Selatan?

¹⁵ Letak Geografis dan Visi SMAN 2 Kota Tangerang Selatan, diakses pada 17 Desember 2021 dari <https://sman2tangsel.sch.id/web/>

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui *qana'ah* pada siswa SMA Negeri 2 Kota Tangerang Selatan.
2. Untuk mengetahui gaya hidup hedonis pada siswa SMA Negeri 2 Kota Tangerang Selatan.
3. Untuk mengetahui hubungan antara *qana'ah* dengan gaya hidup hedonis pada siswa SMA Negeri 2 Kota Tangerang Selatan.

D. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan Secara Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang Tasawuf dan Psikoterapi, khususnya bidang kajian mengenai hubungan antara *qana'ah* dengan gaya hidup hedonis.

2. Kegunaan Secara Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan memiliki arti penting dan manfaat bagi beberapa pihak:

- a. Bagi UIN Sunan Gunung Djati Bandung, khususnya Fakultas Ushuluddin, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan kajian untuk pengembangan akademik selanjutnya.
- b. Bagi sekolah, hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan oleh sekolah dalam rangka meningkatkan perannya, dalam upaya mewujudkan visi dan misi sekolah.

E. Tinjauan Pustaka

Terdapat beberapa hasil penelitian yang berhubungan dengan tema hubungan antara *qana'ah* dengan gaya hidup hedonis, diantaranya sebagai berikut:

1. Annisa Nabila Zulfa, Skripsi, Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Institut Ilmu Al-Qur'an Jakarta, Tahun 2020, dengan judul "*Pandangan Al-Qur'an Terhadap Gaya Hidup*

Hedonisme (Studi Analisis Kitab Tafsir Risâlah an-Nûr Karya Badî' az-Zamân Sa'îd an-Nûrsî)'. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan menggunakan metode kepustakaan. Dari Penelitian Annisa Nabila Zulfa diperoleh kesimpulan sebagai berikut: *pertama* term *isrâf* merupakan istilah yang menggambarkan perilaku hedonisme dalam pandangan Sa'îd an-Nûrsî. Ia memaknai *isrâf* dengan perilaku berlebihan dalam mencintai dunia. *Kedua*, Menurut Sa'îd an-Nûrsî gaya hidup hedonisme merupakan gaya hidup yang menyimpang dari prinsip hidup dan tujuan hidup yang telah ditetapkan oleh Allah SWT di dalam Al-Qur'an , yaitu prinsip hidup berupa hidup sederhana/ hemat, tujuan diciptakannya manusia yaitu mensyukuri setiap kenikmatan dari Allah SWT serta menjadikan dunia sebagai tempat pengumpulan amal-amal kebaikan. Agar terhindar dari perilaku hedonisme Sa'îd an-Nûrsî memberikan solusi terbaik, yakni dengan memperkuat rasa syukur dalam diri. *Ketiga*, Fenomena-fenomena yang terjadi pada masa perkembangan zaman dan teknologi saat ini sangat mencerminkan gaya hidup hedonisme dan sangat relevan dengan ciri-ciri gaya hidup hedonisme menurut Sa'îd an-Nûrsî.¹⁶ Penelitian yang dilakukan oleh Annisa Nabila Zulfa berbeda dengan penulis dari aspek metodologi maupun hasil yang akan dicapai. Namun demikian penelitian yang dilakukan oleh Annisa Nabila Zulfa memberi kontribusi terhadap penelitian penulis dalam memahami gaya hidup hedonis dalam perspektif al-Qur'an.

2. Muhammad Husni Mubarak, Skripsi, Jurusan Tasawuf Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, Tahun 2018, dengan judul "*Qana'ah Sebagai Cara Mencegah Perilaku Hedonis (Perspektif Hamka)*". Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan menggunakan metode *library research*. Dari penelitiannya diperoleh kesimpulan bahwa *qana'ah* dapat

¹⁶ Annisa Nabila Zulfa, "Pandangan Al-Qur'an Terhadap Gaya Hidup Hedonisme (Studi Analisis Kitab Tafsir Risâlah an-Nûr Karya Badî' az-Zamân Sa'îd an-Nûrsî)", (Skripsi, Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Institut Ilmu Al-Qur'an Jakarta, 2020), h. xv-xvi

dijadikan cara untuk mencegah perilaku hedonis, karena dalam perspektif Hamka, *qana'ah* itu mencakup lima hal, yaitu: 1) menerima dengan rela apa yang ada, 2) memohon kepada Allah tambahan yang pantas, 3) menerima dengan sabar akan ketentuan Allah, 4) bertawakal kepada Allah, 5) tidak tertarik oleh tipu daya dunia.¹⁷ Penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Husni Mubarak berbeda dengan penulis dalam hal objek yang diteliti dan pendekatan serta metode yang digunakan. Namun demikian penelitian penulis bersifat mengembangkan dari penelitian sebelumnya.

3. Hijrah Pratiwi, Skripsi, Program Studi Pendidikan Sosiologi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Makassar, Tahun 2018, dengan judul “*Gaya Hedonisme Anak Remaja di Café (Tinjauan Gaya Hidup Anak Remaja Di Kecamatan Manggala, Kota Makassar)*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apa saja alasan yang melatar belakangi anak remaja di cafe bergaya hidup hedonis dan juga untuk mengkaji bentuk gaya hidup hedonis remaja di café. Penelitian ini termasuk jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Dari Penelitian Hijrah Pratiwi diperoleh kesimpulan sebagai berikut: (i) alasan yang melatar belakangi serta bentuk gaya hidup hedonis remaja yang sering nongkrong di cafe. Terdapat dua faktor yang mempengaruhi remaja bergaya hidup hedonis yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internalnya yaitu mengharapkan pujian, memperoleh kepuasan diri, memperoleh eksistensi dalam lingkungan pergaulan, dan memperluas lingkungan pergaulan. Sedangkan faktor eksternal yaitu lingkungan pergaulan yang hedonis, pengaruh media massa dan media sosial, dan lingkungan keluarga. (ii) bentuk dari gaya hidup remaja hedonis yang ada di cafe yaitu diantaranya berpenampilan *trendy*,

¹⁷ Muhammad Husni Mubarak, “*Qana'ah* Sebagai Cara Mencegah Perilaku Hedonis (Perspektif Hamka)”, (Skripsi, Jurusan Tasawuf Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, 2018), h. xviii

menghabiskan waktu luang / waktu akhir pekannya diluar rumah.¹⁸ Penelitian ini meskipun menyangkut aspek gaya hidup hedonis anak remaja namun terdapat perbedaan dengan penulis pada aspek pendekatan, metode yang digunakan, maupun hasil yang akan dicapai.

4. Reiza Julitasari, Skripsi, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Tahun 2017, dengan judul “*Hubungan Antara Qana’ah Dengan Perilaku Konsumtif Pada Siswa SMA Plus Negeri 2 Banyuasin III*”. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara *qana’ah* dengan perilaku konsumtif. Penelitian ini termasuk jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan lapangan (*field research*). Dari Penelitiannya diperoleh kesimpulan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *qana’ah* dengan perilaku konsumtif pada siswa SMA Plus Negeri 2 Banyuasin III.¹⁹ Penelitian ini meskipun menyangkut aspek *qana’ah* namun berbeda dengan penulis dari aspek metodologi.
5. Jihan Zul Fahmi, dkk, Jurnal, dengan judul “*Teknik Self-Management sebagai Upaya Mereduksi Gaya Hidup Hedonis Siswa SMA*”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan metode eksperimen dan *nonequivalent control group design*. Dari penelitiannya diperoleh kesimpulan diantaranya bahwa teknik *self-management* efektif untuk mereduksi gaya hidup hedonis siswa SMAN 8 Malang. Hal ini diketahui adanya penurunan skor gaya hidup hedonis yang didukung adanya perubahan pemikiran dan perilaku negatif siswa ke arah yang lebih positif terhadap kegiatan yang memicu gaya hidup hedonis.²⁰ Penelitian yang dilakukan oleh Jihan Zul Fahmi, dkk., meskipun

¹⁸ Hijrah Pratiwi, “Gaya Hedonisme Anak Remaja di Café (Tinjauan Gaya Hidup Anak Remaja Di Kecamatan Manggala, Kota Makassar)”, (Skripsi, Program Studi Pendidikan Sosiologi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Makassar, 2018), h. viii

¹⁹ Reiza Julitasari, “Hubungan Antara *Qana’ah* Dengan Perilaku Konsumtif Pada Siswa SMA Plus Negeri 2 Banyuasin III”, (Skripsi, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, 2017), h. vi

²⁰ Jihan Zul Fahmi, dkk., “Teknik Self-Management sebagai Upaya Mereduksi Gaya Hidup Hedonis Siswa SMA”, dalam *Jurnal Pendidikan*, Vol. 4, No. 10, Bulan Oktober, 2019., h. 1415

menyangkut aspek gaya hidup hedonis siswa SMA namun terdapat perbedaan dengan penulis pada aspek metode yang digunakan, maupun hasil yang akan dicapai.

Berdasarkan tinjauan pustaka di atas dapat diketahui bahwa penelitian tentang gaya hidup hedonis telah banyak disinggung dan dibahas oleh para peneliti. Namun demikian belum terlihat adanya penelitian yang sama dengan yang akan penulis teliti. Penelitian sebelumnya seperti skripsi yang ditulis oleh Muhammad Husni Mubarak lebih menjadikan *qana'ah* sebagai cara dalam mencegah perilaku hedonis. Sedangkan penelitian skripsi ini mengkaji tentang hubungan antara *qana'ah* dengan gaya hidup hedonis pada siswa SMA Negeri 2 Kota Tangerang Selatan. Penelitian ini belum pernah dilakukan oleh peneliti sebelumnya. Disinilah letak perbedaan penelitian skripsi ini dibandingkan penelitian-penelitian sebelumnya.

F. Kerangka Pemikiran

Qana'ah adalah merasa cukup dengan apa-apa yang ada dan hilangnya rasa tamak kepada apa-apa yang tidak didapatkan.²¹ Muhammad bin Ali At-tirmidzi sebagaimana dikutip Abu Shalih menjelaskan bahwa *qana'ah* adalah ridha dalam hati terhadap apa yang telah diberikan oleh Allah berupa rezeki.²² Amin Syukur sebagaimana dikutip Husni Mubarak menjelaskan bahwa *qana'ah* adalah menerimanya hati terhadap apa yang ada, walaupun sedikit, lalu tidak lupa disertai sikap aktif, serta terus berusaha, karena orang yang *qana'ah* akan menganggap cukup apa yang ada sebagai karunia dari Allah.²³

Abdullah Gymnastiar memaknai *qana'ah* sebagai “puas dan merasa cukup”, yakni merasakan kecukupan dan kepuasan atas harta dan dunia miliknya. Menurutnya, *qana'ah* merupakan kunci ketentraman hidup. Karena, salah satu sebab yang membuat hidup ini tidak tentram adalah terpedayanya

²¹ Khalid Abu Shalih, *Kanzu al-Su'ada*, Penerjemah Asmuni, *Qana'ah: Obat Anti Sres*, Cetakan I, (Jakarta: Darul Falah, 2005), h. 14

²² Khalid Abu Shalih, *Kanzu al-Su'ada*, Penerjemah Asmuni, *Qana'ah: Obat*, h. 13

²³ Muhammad Husni Mubarak, “*Qana'ah* Sebagai Cara Mencegah

diri oleh kecintaan kepada harta dan dunia. Orang yang terpedaya dengan harta akan senantiasa merasa tidak cukup dengan apa yang dimilikinya. Akibatnya, dalam dirinya lahir sikap-sikap yang mencerminkan bahwa ia sangat jauh dari rasa syukur kepada Allah Sang Maha Pemberi Rezeki.²⁴

Menurut Hamka, *qana'ah* adalah menerima dengan cukup yang diwujudkan dalam bentuk:

1. Menerima dengan rela akan apa yang ada;
2. Memohonkan kepada Tuhan tambahan yang pantas dan berusaha;
3. Menerima dengan sabar akan ketentuan Tuhan;
4. Bertawakal kepada Tuhan; dan
5. Tidak tertarik oleh tipu daya dunia.²⁵

Qana'ah merupakan kekayaan yang tidak akan pernah habis. Dengan *qana'ah* kondisi batin menjadi lapang sehingga tidak diburu oleh pemandangan disekitarnya. Siswa SMA yang memiliki sifat *qana'ah* tidak akan memperbudak diri untuk mengejar illusi kebahagiaan sebagaimana yang tampak pada orang lain. Dengan demikian maka tidak akan tergoda dengan gaya hidup hedonis yang sedang merebak.

Gaya hidup hedonis adalah sebuah istilah yang terdiri dari dua kata yakni gaya hidup dan hedonis. Berkaitan dengan gaya hidup, Kekes menjelaskan bahwa gaya hidup adalah, "*The combination of such interdependent attitudes, manners, and patterns of action forms what I am calling a style of life. It is an expression of individuality that guides how one wants to live in the particular circumstances that constitute the context of one's life*".²⁶ Artinya: "gaya hidup terbentuk dari kombinasi sikap, cara, dan pola tindakan. Gaya hidup adalah ekspresi individualitas yang membimbing bagaimana seseorang ingin hidup dalam keadaan tertentu yang membentuk

²⁴ Sulaiman Al-Kumayi, *Kearifan Spiritual dari Hamka ke Aa Gym*, (Semarang: Pustaka Nuun, 2004), h. 194, lihat juga dalam Entin Solihat, "Qana'ah Dalam Perspektif Al-Qur'an (Telaah Tafsir Al-Azhar Karya Buya Hamka)", (Skripsi, Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin, Institut Ilmu Al Quran (IIQ) Jakarta, 1439 H/ 2018 M), h. 22.

²⁵ Hamka, *Tasawuf Modern*, (Jakarta: Republika, 2020), h. 267

²⁶ John Kekes, *Enjoyment : The Moral Significance of Styles of Life*, (New York: Oxford University Press, 2008), h. 4-5

konteks kehidupan seseorang”. Hal ini berarti bahwa gaya hidup membimbing cara hidup individu yang berwujud dalam sikap, cara dan pola tindakan.

Adapun Kotler mengungkapkan bahwa, “*A lifestyle is a person’s pattern of living in the world as expressed in activities, interests, and opinion*”.²⁷ Artinya: “gaya hidup adalah pola interaksi seseorang yang diungkapkan dalam kegiatan, minat, dan pendapat”. Dengan demikian gaya hidup merupakan pola tingkah laku sehari-hari segolongan manusia yang berupa sikap, cara, dan pola tindakan di dalam masyarakat yang mencakup tujuan, konsep diri, perasaan terhadap orang lain, dan sikap terhadap dunia yang diungkapkan dalam kegiatan, minat, dan pendapat.

Sedangkan berkaitan dengan hedonis, Lopez menjelaskan hedonisme sebagai berikut:

*The related term hedonism is the doctrine that pleasure is the sole good. Philosophical hedonism claims that pleasure is the moral good, suggesting that the definitive social norm is to provide the greatest amount of pleasure for the greatest number of people. Psychological hedonism holds that everyone aims only at pleasure as the ultimate end, and that at any given moment there is an ordering of events along a continuum of hedonic tone ranging from very aversive through neutral, to very desirable.*²⁸

Artinya: “Hedonisme adalah doktrin bahwa kesenangan adalah satu-satunya kebaikan. Hedonisme dalam perspektif filosofis memandang bahwa kesenangan adalah moral yang baik, hal ini menunjukkan bahwa secara definitif norma sosial adalah untuk memberikan kesenangan terbesar bagi mayoritas manusia. Adapun dalam perspektif psikologis, hedonisme memandang bahwa setiap orang hanya bertujuan untuk kesenangan sebagai tujuan akhir”.

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa gaya hidup hedonis adalah pola tingkah laku yang dinyatakan dalam bentuk sikap, cara, tindakan,

²⁷ Philip Kotler and Kevin Lane Keller, *Marketing Management, (14th Ed)*, (New Jersey: Prentice Hall, 2012), h. 157

²⁸ Shane J. Lopez, *The Encyclopedia of Positive Psychology*, (United Kingdom: Blackwell Publishing Ltd., 2009), h. 474

kegiatan, minat, dan pendapat sebagai pencerminan dari keinginan untuk mencari kesenangan atau kenikmatan dalam hidupnya. Amstrong sebagaimana dikutip Trimartati menjelaskan bahwa gaya hidup hedonis adalah suatu pola hidup yang aktivitasnya untuk mencari kesenangan hidup, seperti lebih banyak menghabiskan waktu diluar rumah, lebih banyak bermain, senang pada keramaian kota, senang membeli barang mahal yang disenanginya, serta selalu ingin menjadi pusat perhatian.²⁹

Gaya hidup hedonis merupakan bagian dari akhlak tercela yang harus dihindari oleh setiap orang. Di dalam Al-Qur'an terdapat beragam istilah yang menggambarkan gaya hidup hedonis antara lain: *Al-Takâtsûr* (bermegah-megahan) terdapat pada Q.S. Al-Takâtsûr (102):1, *Al-Israf* (berlebih-lebihan) terdapat pada Q.S. Al-A'râf (7):31, dan *Hubu al-Syahawât* (cinta kepada syahwat) terdapat pada Q.S. Ali 'Imran (3):14.

Fase atau periode perubahan yang sedang dialami siswa SMA dalam usianya sebagai remaja telah mendorong terhadap munculnya perubahan gaya hidup yang cenderung mengarah kepada gaya hidup hedonis. Hurlock menjelaskan bahwa pada fase atau periode perubahan, remaja dihadapkan dengan lima bentuk perubahan pada dirinya yaitu: 1) perubahan emosi, 2) perubahan tubuh, 3) perubahan minat dan peran, 4) perubahan nilai, dan 5) perubahan sikap.³⁰

Virus hedonisme yang mewabah dikalangan siswa SMA telah merubah orientasinya dari yang seharusnya berorientasi belajar menjadi mencari kesenangan dan kenikmatan dengan bergaya hidup mewah dan membangun kebiasaan buruk. Merebaknya gaya hidup hedonis pada siswa SMA antara lain disebabkan oleh karena rendahnya pengamalan nilai-nilai agama. Salah satu tindakan yang dapat dilakukan untuk mengontrol dan mengendalikan gaya hidup hedonis dikalangan siswa SMA adalah berupa

²⁹ Novita Trimartati, "Studi Kasus Tentang Gaya Hidup Hedonisme Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan", dalam *Jurnal Psikopedagogia*, Vol. 3, No. 1, 2014, h. 21-22

³⁰ Elizabet B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*....., h. 207

pengamalan nilai-nilai agama diantaranya dengan cara menanamkan sifat *qana'ah*.

Berdasarkan analisis kerangka berpikir diatas, maka dapatlah ditarik kesimpulan bahwa jika *qana'ah* ditingkatkan/diterapkan dalam kehidupan sehari-hari maka gaya hidup hedonis akan menurun. Demikian pula sebaliknya jika *qana'ah* menurun maka gaya hidup hedonis akan meningkat. Hal ini merupakan bentuk dari adanya hubungan korelasional dari suatu stimulus dengan respon.

Model kerangka pemikiran yang menjelaskan kerangka hubungan antara *qana'ah* dengan gaya hidup hedonis secara visual dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 1.1 Skematik Kerangka Pemikiran

Penjelasan:

↔ : Hubungan

Gambar 1.1 di atas menunjukkan hubungan yang berlawanan arah antara *qana'ah* dengan gaya hidup hedonis. Artinya, makin tinggi *qana'ah*, maka makin rendah gaya hidup hedonis. Demikian pula sebaliknya makin rendah *qana'ah* maka makin tinggi pula gaya hidup hedonis.