

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Agama Islam adalah agama yang universal dan dinamis ketika mengajarkan suatu persoalan (Khoiriyyah, 2021). Salah satu contoh yang sedang di beredar di masyarakat adalah *Toxic productivity*. Hal ini belum banyak diketahui orang, namun hal ini dapat terjadi pada siapapun namun dirinya tidak menyadari. Sebuah obsesi pasti dimiliki oleh setiap orang, menjadi hidup produktif itu penting, tapi ketika berusaha untuk menjadikan hidup yang Produktif, jangan menelantarkan hal hal yang berkaitan dengan berbagai kebutuhan dasar manusia. Ketika usaha untuk bisa produktif terlalu berlebihan sampai ketika hendak berhenti dan istirahat merasa bersalah untuk menghentikannya. Hal tersebutlah yang disebut *toxic*. Seperti istirahat sejenak pun diartikan mengkhianati productivitas.

Ketika seseorang melakukan kegiatan yang terlalu berlebih dalam upayanya mengejar aktivitas productivitas sampai lupa akan kesehatan dirinya baik itu fisik ataupun mentalnya, menghiraukan kegiatan interaksi sosial dan kehilangan relasi bahkan terhadap orang terdeaktanya sekalipun, menuntut terlalu banyak pada diri sendiri bahkan mencapai hal yang tidak realitis dan mendapatkan masalah ketika hendak rehat ataupun Istirahat, karena merasa dengan Rehat itu menghalangi produktivitas, maka orang yang mengalami hal tersebut sudah terjerumus kedalam *toxic productivity*.

*Toxic productivity* memiliki dua kategori. Pertama, Saat seseorang sibuk dan mnegeluhkan pekerjaannya. Kedua, Saat seseorang sangat terobsesi dengan pekerjaannya dan mengharuskan pekerjaannya tersebut harus selesai dalam keadaan apapun. Hal Ini biasanya ditandai dengan seseorang jarang melakukan hal yang disukainya, atau ketika seseorang jarang berinteraksi atau sekadar menghabiskan waktu luang dengan orang-orang terdekatnya. (Fahmi, 2021)

Ada Beberapa hal yang bisa diupayakan untuk mensiasati *toxic productivity* adalah menetapkan tujuan, sasaran dan goal pribadi yang bisa tercapai dan realistis

yang sesuai situasi dan keadaan yang ada dengan menerapkan batasan tertentu seperti luangkan waktu untuk istirahat yang cukup dan berkualitas karena tanpa hal itu, semua yang dikerjakan juga tidak menjadi efektif dan efisien sehingga tidak bisa dikatakan produktif, membuat diri sendiri nyaman, tenang dan fokus serta mengembangkan diri dengan semaksimal mungkin memang diperlukan namun dalam prosesnya tidak harus memaksakan terlalu berlebihan, Jangan merasa Insecure terhadap orang sekitar yang sibuk dengan pekerjaan dan kegiatan mereka, karena setiap orang berbeda porsi kebutuhan dan tujuannya.

Meski demikian *toxic productivity* mencul pada peribadatan agama islam. Umat muslim yang kurang memahami informasi, mereka dengan tidak sadar dirinya melakukan *toxic productivity* dalam beribadah. Sebenarnya, Allah melarang sikap yang berlebihan dalam beragama seperti dalam aspek beribadah dan berdakwah. Sikap *toxic productivity* dalam beribadah ini tidak terbentuk secara tiba-tiba melainkan karna ada factor yang menyebabkannya, salah satu contohnya yaitu karena nafsu (Khoiriyyah, 2021).

Seperti halnya yang dilakukan oleh masyarakat barat mereka membiarkan tindakan berlebihan dalam beribadah asal tidak menimbulkan kekerasan, kerusuhan dan tindakan yang melanggar Hak Asasi Manusia lainnya. Namun, para ilmuwan dan pakar agamawan mereka sepakat bahwa berlebihan dalam beribadah bukanlah sikap yang dapat dibenarkan dan termasuk perilaku yang buruk, bahkan pelakunya dianggap mengidap penyakit (Shihab, 2019).

Allah telah menyatakan bahwa agama islam telah sempurna dengan aturannya, terdapat dalam Q.s Al-Maidah:3

حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالِدَمُّ وَالْحُنْزِيرُ وَمَا أُهْلَ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ  
وَمَا أَكَلَ السَّبُعُ إِلَّا مَا ذَكَّيْتُمْ وَمَا ذُبِحَ عَلَى النُّصُبِ وَأَنْ تَسْتَقْسِمُوا بِالْأَزْوَاجِ ذَلِكَ فِسْقٌ الْيَوْمَ يَبْسُ الَّذِينَ كَفَرُوا  
مَنْ دِينَكُمْ فَلَا تَحْسَبُوهُمْ وَاحْسِنُوا الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتَمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيْتُ لَكُمُ الْإِسْلَامَ دِينًا فَمَنْ  
اضْطُرَّ فِي مَخْمَصَةٍ غَيْرِ مُتَجَانِفٍ لِإِثْمٍ فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ

“Diharamkan bagimu (memakan) bangkai, darah, daging babi, dan (daging) hewan yang disembelih bukan atas (nama) Allah, yang tercekik, yang dipukul, yang jatuh, yang ditanduk, dan yang diterkam binatang buas, kecuali yang sempat kamu sembelih. Dan (diharamkan pula) yang disembelih untuk berhala. Dan (diharamkan pula) mengundi nasib dengan azlam (anak panah), (karena) itu suatu perbuatan fasik. Pada hari ini orang-orang kafir telah putus asa untuk (mengalahkan) agamamu, sebab itu janganlah kamu takut kepada mereka, tetapi takutlah kepada-Ku. Pada hari ini telah Aku sempurnakan agamamu untukmu, dan telah Aku cukupkan nikmat-Ku bagimu, dan telah Aku ridai Islam sebagai agamamu. Tetapi barangsiapa terpaksa karena lapar, bukan karena ingin berbuat dosa, maka sungguh, Allah Maha Pengampun, Maha Penyayang.”

Ayat diatas menjelaskan bahwa sempurnanya islam itu diturunkan Allah Swt. Namun, karena berbagai pemikiran manusia yang tidak ditinjau kembali membuat islam menjadi agama yang beku. Tetapi, pemikiran-pemikiran manusia tersebut akan tetap dijaga oleh Allah Swt dengan menyatakan keberadaan golongan yang terus memperlihatkan kebenaran dan membela agamanya, sehingga agama ini akan tetal murni dan nyata kejelasannya. Salah satu penyebab rusaknya kemurnian agama dan menjatuhkan pelakunya terhadap terhadap perbuatan yang menyimpang ialah sikap *toxic productivity* dalam beribadah. Hal tersebut merupakan penyakit menular yang sangat berbahaya (Fauzan, 2003).

Sedangkan kaitannya dengan hadis bahwa perilaku *toxic productivity* dalam beribadah itu berbahaya bahkan banyak hadis yang menunjukkan hal tersebut. Allah swt tidak sebegitunya meminta untuk beribadah yang memaksakan dirinya bahkan dia mewajibkan untuk dirinya. Maka rasulullah saw mengatakan dan menegaskan bahwa: celakalah orang yang berlebih-lebihan dan beliau ulang sampai tiga kali untuk menunjukkan betapa dilarangnya sikap berlebih-lebihan dalam beragama. Sehingga rasulullah saw menyampaikan sabdanya seperti dalam hadis riwayat An-Nasa’I no.268, riwayat ibnu majah 3029, riwayat Muslim 4678, riwayat bukhori 3189 dan yang lainnya.

Dalam dunia psikologi, konsep ini digunakan untuk melihat sisi psikologis dari perilaku konsumen baik itu pembeli maupun pengguna jasa, dalam memilih dan pembelian barang, apakah konsumen membeli barang dikarenakan kebutuhannya yang memang mengharuskan para konsumen untuk membeli barang atau menggunakan jasa tersebut, ataukah hanya karena keinginan memiliki atau bahkan karena gengsi semata (Habibullah, 2019).

Berdasarkan uraian diatas diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai *toxic productivity* dalam beribadah perspektif hadis. Sebelumnya penelitian ini belum pernah dikaji secara spesifik, namun ada beberapa penelitian terdahulu yang meneliti tema ini. Oleh karena itu penulis tertarik untuk mengkajinya lebih dalam dengan didasari pendekatan psikologi yang dikemas dengan judul “ TOXIC PRODUCTIVITY DALAM BERIBADAH PERSPEKTIF HADIS (Studi Tematik dengan Pendekatan Psikologi ).”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pada latar belakang di atas terlihat bahwa banyak hadis nabi yang melarang berperilaku *toxic productivity* dalam beribadah dan mengisyaratkan agar umat islam menghindari perbuatan tersebut. Maka disusun rumusan masalah berikut ini:

1. Apa saja hadis yang termasuk dalam *toxic productivity* dalam beribadah ?
2. Bagaimana konsep hadis terkait dengan perilaku *toxic productivity* dalam beribadah dengan Pendekatan Psikologi ?

## **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan *toxic productivity* perspektif hadis.

1. Mengetahui tindakan yang termasuk *toxic productivity* dalam beribadah perspektif hadis.
2. Mengetahui bagaimana konsep hadis terkait perilaku *toxic productivity* dalam beribadah pendekatan psikologi .

## **D. Kegunaan Penelitian**

### **1. Kegunaan Teoritis**

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan penjelasan yang cukup baik mengenai *toxic productivity* serta dapat memberikan pengetahuan tentang *toxic productivity* dalam beribadah perspektif hadis.
- b. Untuk mencoba menafsirkan implementasi tentang *toxic productivity* dalam beribadah.

### **2. Kegunaan Praktis**

- a. Penulis berharap dengan adanya penelitian ini mampu memberikan pengetahuan mengenai *toxic productivity* dalam beribadah perspektif hadis.
- b. Penulis berharap penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam bidang ilmu pendidikan.
- c. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi masukan untuk para praktisi di UIN Sunan Gunung Djati Bandung

## **E. Kerangka Berpikir**

*Toxic productivity* dalam pandangan Dr. Julie Smith yang merupakan seorang psikolog Klinis dari Hampshire Inggris ialah sebuah obsesi untuk terus berbuat sesuatu apapun terutama dalam hal mengembangkan diri, serata merasa bersalah apabila tidak melakukan banyak hal. Seperti *toxic productivity* dalam beribadah. Ibadah merupakan suatu ritual keagamaan yang perlu dilakukan bagi pemeluk agama. Ibadah pula suatu proses penyatuan jiwa dan pikiran dalam diri untuk mendekatkan diri dengan pencipta (Husna & Arif, 2021). Dalam islam kewajiban ibadah bentuk jumlahnya sangat terbatas seperti dalam sehari melaksanakan shalat lima waktu, dalam setahun diharuskan untuk berpuasa sebulan, menunaikan haji sekali selama hidup, dan menunaikan zakat. Selain itu Allah memperbolehkan masing masing umatnya untuk bekerja dan berkarya sendiri (Mubakkirah, 2018). Oleh karena itu, *toxic productivity* dalam beribadah adalah perilaku dalam melaksanakan ibadah secara berlebih-lebihan yang tidak dianjurkan dalam agama.

Hadis merupakan semua perkataan, perbuatan, dan takrir nabi yang berkaitan dengan hukum syara' dan ketetapanannya. Terdapat hadis yang berkaitan dengan *toxic productivity* dalam beribadah ialah terdapat pada hadis riwayat Muslim, riwayat Bukhori, riwayat Nasa'I dan lainnya, yang dijelaskan melalui metode tematik. Metode tematik merupakan pengumpulan hadis-hadis yang terpecah-pecah dalam kitab-kitab yang berkaitan dengan topik yang dibahas lalu disusun dengan sebab munculnya dengan penjelasan dan pengkajian dalam masalah tersebut (Misbah, 2021).

Berikut Salah satu hadis yang berkaitan tentang *toxic productivity* dalam beribadah.

Dalam Shahih Bukhari No. 5669

حَدَّثَنَا إِسْحَاقُ بْنُ مَنْصُورٍ حَدَّثَنَا رَوْحُ بْنُ عُبَادَةَ حَدَّثَنَا حُسَيْنٌ عَنْ يَحْيَى بْنِ أَبِي كَثِيرٍ عَنْ أَبِي سَلَمَةَ بْنِ عَبْدِ الرَّحْمَنِ عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَمْرٍو قَالَ دَخَلَ عَلَيَّ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَ أَلَمْ أُخْبِرْ أَنَّكَ تَقُومُ اللَّيْلَ وَتَصُومُ النَّهَارَ قُلْتُ بَلَى قَالَ فَلَا تَفْعَلْ فَمَنْ وَنَمَ وَصُمَ وَأَفْطَرَ فَإِنَّ لِحَسْبِكَ عَلَيْكَ حَقًّا وَإِنَّ لِعَيْنِكَ عَلَيْكَ حَقًّا وَإِنَّ لِرُؤُوكَ عَلَيْكَ حَقًّا وَإِنَّ لِرُؤُوجِكَ عَلَيْكَ حَقًّا وَإِنَّكَ عَسَى أَنْ يَطُولَ بِكَ عُمُرٌ وَإِنَّ مِنْ حَسْبِكَ أَنْ تَصُومَ مِنْ كُلِّ شَهْرٍ ثَلَاثَةَ أَيَّامٍ فَإِنَّ بِكُلِّ حَسَنَةٍ عَشْرَ أَمْثَالِهَا فَذَلِكَ الدَّهْرُ كُلُّهُ قَالَ فَشَدَّدْتُ فَشَدَّدَ عَلَيَّ فَقُلْتُ فَإِنِّي أُطِيقُ غَيْرَ ذَلِكَ قَالَ فَصُمْ مِنْ كُلِّ جُمُعَةٍ ثَلَاثَةَ أَيَّامٍ قَالَ فَشَدَّدْتُ فَشَدَّدَ عَلَيَّ قُلْتُ أُطِيقُ غَيْرَ ذَلِكَ قَالَ فَصُمْ صَوْمَ نَبِيِّ اللَّهِ دَاوُدَ قُلْتُ وَمَا صَوْمُ نَبِيِّ اللَّهِ دَاوُدَ قَالَ يَصْنَفُ الدَّهْرَ

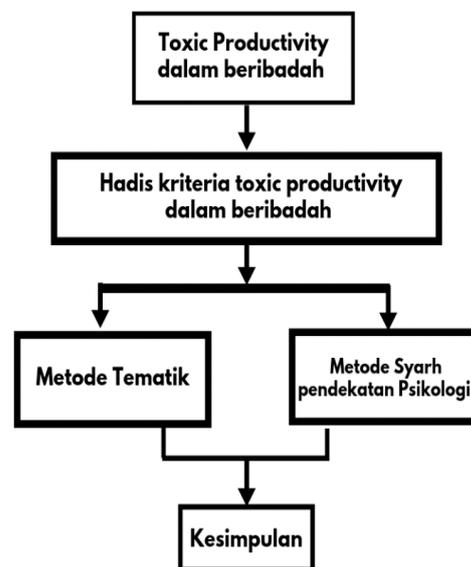
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUNAN GUNUNG DJATI  
BANDUNG

*Diriwayatkan kepada kami Ishaq bin Manshur diriwayatkan kepada kami Rauh bin 'Ubadah meriwayatkan kepada kami Husain atas nama Yahya bin Abu Katsir atas nama Abu Salamah bin Abdurrahman atas nama Abdullah bin 'Amru Dia berkata: "Rasulullah, Tuhan memberkati dia dan memberinya kedamaian bertemu saya, lalu dia berkata: "Saya menerima pesan bahwa Anda bangun di malam hari dan cepat di siang hari, apakah itu benar?" Saya berkata: "Benar." dan bangun, cepat dan cepat istirahat. Untuk badanmu berhak atasmu, matamu berhak atasmu, tamumu berhak atasmu, istrimu berhak atasmu, panjang umur dan cukup bagimu berpuasa tiga hari setiap bulan dan satu bulan sekali. kebaikan itu dibalas sepuluh kali lipat, itulah puasa Dahr. Abdullah bin*

'Amru berkata: "Saya keras dan dia keras pada saya, jadi saya berkata: "Apakah saya masih cukup kuat untuk aullah bin 'Amru berkata: "Saya keras dan dia keras terhadap saya, jadi saya berkata, 'Apakah saya benar-benar cukup kuat untuk melakukan lebih dari itu?' Dia berkata: "Kemudian saya berpuasa seperti Nabi Daud." Saya bertanya: "Bagaimana puasa Nabiullah Daud?" Dia berkata: "Ini adalah puasa setengah hari (sehari puasa dan sehari berbuka puasa).

*Toxic productivity* memang tidak dibenarkan dalam ajara islam, dan banyak akibat yang dapat terjadi akibat perilaku tersebut. Al-Quran dan hadis merupakan pedoman bagi umat islam, oleh karena itu penulis memfokuskan penelitian terhadap hadis saja dengan menjelaskan, menafsirkan dan membeberkan atau diartikan sebagai salah satu cara untuk menjelaskan dan mengungkap makna yang terdapat dalam teks hadis (Muhtador, 2016). Pada penelitian ini penulis memfokuskan pada analisis metode ijmal.

Tabel 1 Bagan kerangka pemikiran



## F. Hasil Penelitian Terdahulu

1. Sihabuddin Afroni (2016). Makna Ghuluw dalam Islam: Benih ekstremisme beragama. Penerbit: Jurnal Ilmiah Agama dan Sosial Budaya. Artikel ini menerapkan penelitian kualitatif dengan menerapkan metode analisis ini. Hasil dari penelitian ini ialah mengungkap bahwa berlebihan itu muncul dari sejarah islam dan bagaimana respon AL-Qur'an dan hadis. Penelitian ini menyimpulkan bahwa banyak pandangan keagamaan yang berkembang di masyarakat yang mengarah pada sikap ekstrem. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan diteliti ialah terletak pada pembahasan lebih mengarah ke moerasi dalam beragama sedangkan yang akan diteliti lebih ke pandangan hadis. Sedangkan persamaanya dengan yang akan diteliti terletak pada objeknya yaitu sikap berlebihan dalam beragama. (Afroni, 2016)
2. Zuzun Tri Ainun Fadhillah (2015). Perilaku obsesif kompulsif dalam beribadah pada santri di Pondok Pesantren Fathul Hidayah Pangean-Maduralamongan. Penerbit: Digital Library UIN Sunan Ampel Surabaya. Artikel ini menerapkan penelitian kualitatif dengan desain studi kasus pada penderita gangguan obsesif kompulsif. Hasil dari penelitian ini adalah gangguan obsesif kompulsif dalam ibadah tidak hanyaterjadi pada orang dewasa melainkan terdapat juga pada usia dini. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pada umumnya gangguan obsesif kompulsif dalam beribadah ialah dikarenakan orang tua terlalu menerapkan pola asuh dengan tanggung jawan yang besar. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah terdapat pada konteksnya yaitu berlebihan dalam beribadah. Adapun perbedaannya, jika pada artikel tersebut terfokus hanya terhadap salah satu golongan pada institusi pendidikan keagamaan, maka yang terjadi fokus penelitian ini yaitu pada perobatan (Fadhillah, 2015).
3. Nur Hasan (2021). Jangan terlalu berlebihan dalam beribadah hingga melupakan hak-hak tubuh. Penerbit: Diva Press. Penelitian ini menerapkan

metode research dengan menampilkan kisah-kisah pada kehidupan manusia. Hasil dari pembahasan penelitian ini menyajikan ajaran-ajaran kemanusiaan yang menjadi visi dan misi agama-agama dan tradisional spiritual. Penelitian ini menyimpulkan bahwa agama lahir sebagai lilin yang menerangi hati dan mencerahkan pikiran. Bukan berarti hati menjadi gelap dan pikiran menjadi beku. Agama juga dipeluk supaya menghadirkan keramahan dan kasih bukan kebencian ataupun kemarahan. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan diteliti terletak pada suatu ibadah yang dilakukan dengan berlebih lebihan. Adapun perbedaannya terletak pada kajian hadisnya yang akan lebih diperdalam pada penelitian yang akan diteliti (Hasan, 2012 ).

4. Arin Maulida Aulana (2022). Sikap berlebihan dalam beragama menurut AL-Quran. Penerbit: Skripsi IAIN Salatiga. Artikel ini menerapkan metode kualitatif yang menggunakan analisis deskriptif. Hasil dari pembahasan penelitian ini ialah menemukan maqasid dibalik larangan sikap berlebihan dalam beragama. Artikel ini menyimpulkan bahwa berlebihan dalam beribadah mengandung maqasid. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan diteliti ialah terletak pada metode yang akan dikaji yaitu metode kualitatif dan aspek yang akan dibahas yaitu berlebihan dalam beribadah. Adapun perbedaannya terletak pada kajiannya, jika penelitian ini menggunakan kajian Tafsir Maqasid, maka penelitian yang akan diteliti oleh penulis dengan kajian hadis (Aulana, 2022).
5. Wachhidatul Khoiriyah (2021). AL-Ghuluw al-din (studi maanil hadis an Nasa.i ). Penerbit: Skripsi UIN Sunan Ampel Surabaya. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dalam mengungkapkan fakta dan data yang berbentuk narasi verbal. Tujuan dari penelitian ini yaitu juntuk mengetahui bagaimana kulaitas *al-ghuluw fi al-din* dalm kitab Sunan An-Nasai. Penjelasan dalam penelitian ini ialah bagaimana ketrkaitan hadis pada kehidupan sosial di zaman modern ini. Manfaat dari penelitian ini adalah meminimalisir kekerasan yang mengatas namakan agama. Kesimpulan dalam penelitian ini ialah bahwa hadis dalam kehidupan

beragama itu shahih. *Ghuluw* yang dipandang buruk terhadap keyakinan orang lain yang tidak sesuai dengan keyakinannya. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan diteliti ialah dari konteksnya yaitu sikap berlebihan dalam beragama. Sedangkan perbedaannya terdapat pada istilah yang berbeda serta dalam kajian hadisnya (Khoiriyah, 2021).

Dari semua penelitian terdahulu diatas belum terdapat penelitian yang terfokus mengenai *toxic productivity* dalam beribadah beserta hadis yang spesifik dalam satu tema . Oleh karena itu peneliti akan berfokus pada pengumpulan hadis-hadis yang terkait dengan *toxic productivity* dalam beribadah dalam satu tema.

#### **G. Sistematika Penulisan**

Dalam penelitian skripsi yang akan dilakukan, penulis menyusun ke dalam lima bab agar mudah untuk dipahami dalam pembahasannya. Berikut rinciannya:

Bab pertama pada penelitian ini yaitu pendahuluan. Pada bab ini penulis menjelaskan latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, tinjauan pustaka, kerangka pemikiran, metode penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab kedua pada penelitian ini yaitu tinjauan teoritis mengenai *toxic productivity* dan konsep ibadah perspektif hadis. Sebagai landasan penelitian dan teori, maka dalam ini penulis menguraikan bagian yang akan diteliti yaitu pengertian *toxic productivity* dan ciri-ciri nya, konsep ibadah, dan definisi serta fungsi hadis.

Bab ketiga pada penelitian ini yaitu membahas tentang metodologi penelitian yaitu menggunakan metode syarah hadis mengenai *toxic productivity* dalam ibadah sebagai penjelas atas hadis hadis yang dibahas.

Bab keempat pada penelitian ini yaitu hadis yang termasuk dalam kriteria *toxic productivity* dalam beribadah dan syarah nya. Untuk mempermudah memahami hadis yang diteliti, maka dalam bab ini penulis memaparkan hadis

beserta syarahnya mengenai *toxic productivity* dalam beribadah melalui pendekatan psikologi.

Bab kelima pada penelitian ini yaitu penutup yang berisi kesimpulan dan saran. Pada bab ini penulis memberikan kesimpulan dari setiap bab yang telah dijelaskan pada pembahasan sebelumnya, juga dilengkapi dengan saran yang sifatnya membangun dan memberikan koreksi yang sangat membantu penulis untuk penelitian berikutnya.

