

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada saat ini, fase remaja sering digambarkan sebagai periode transisi yang penuh ketidakpastian. Batas antara masa kanak-kanak yang dihiasi oleh kenangan indah dan masa dewasa yang diimpikan sebagai sesuatu yang sempurna, terukir dalam dunia remaja. Keremajaan adalah sebuah titik balik yang mengandung kenangan masa lalu dan harapan di masa depan. Mengenang masa lalu dan menggambarkan peran keremajaan saat ini akan memaksa kita untuk melihat dunia remaja yang menjadi ciri zaman kita. Itu adalah sebuah subkultur yang terus tumbuh sebagai hasil dan sekaligus pemicu berkembangnya budaya populer, yang selanjutnya mencerminkan gaya hidup remaja (Bakar, 2019: 143-144).

Remaja dengan gaya hidup yang cenderung mengikuti arus globalisasi dengan perilaku bebas telah menjadi suatu isu yang mendalam. Gaya hidup remaja yang mencakup seks bebas, pakaian provokatif, dan merokok di tempat umum, semakin umum dan tidak lagi dianggap tabu. Namun, kondisi ini sebenarnya menciptakan permasalahan yang potensial dalam hal kesejahteraan mental dan karakter remaja. Generasi remaja adalah harapan masa depan bangsa dan umat manusia secara keseluruhan, dan perilaku tidak senonoh serta menyimpang ini dapat mengancam masa depan mereka. Yang menarik, fakta ini bukan hanya menjadi masalah di negara-negara maju, tetapi juga menyebar ke negara-negara berkembang (Umbase, 2015: 116).

Di tengah kemajuan masyarakat modern, terdapat sejumlah permasalahan serius, terutama di kalangan remaja. Dalam liputan media, masalah-masalah seperti penyalahgunaan obat, tawuran, bunuh diri, dan gaya hidup konsumtif

serta hedonis menjadi sorotan. Perubahan gaya hidup yang mengkhawatirkan terjadi ketika remaja mengidentifikasi diri mereka melalui pola hidup yang ditiru dari media, menyebabkan kehilangan kepercayaan diri. Tak heran jika banyak kasus negatif yang muncul sebagai akibat dari perilaku menyimpang dan pemaksaan diri, yang pada akhirnya dapat mengakibatkan tindakan criminal (Anggriany, 2006: 51).

Pada dasarnya, remaja sedang mencari identitas mereka sendiri, mengalami gejolak emosi, dan sering kali terpengaruh oleh perilaku meniru yang dianggap positif. Sayangnya, banyak perilaku remaja saat ini cenderung menuju hal-hal yang negatif. Pergaulan di Indonesia sudah terpengaruh oleh budaya asing, sehingga remaja kadang melupakan tradisi dan adat istiadat Indonesia. Mereka terlibat dalam pergaulan bebas tanpa mempertimbangkan nilai-nilai budaya lokal (Sundari, 2004: 53). Media sosial juga menjadi sarana di mana remaja berbagi cerita, baik yang bersifat pribadi maupun iseng. Remaja berpandangan bahwa tidak mengikuti tren akan dianggap sebagai ketinggalan jaman (Ferlitasari, 2020: 2). Pada penggunaan media sosial, remaja sering menghabiskan waktu mereka dalam dunia maya (Aprianta, 2017: 66).

Pada era saat ini, usia remaja sangat erat kaitannya dengan media sosial, dan sering kali mereka menghabiskan waktu lebih banyak di media sosial daripada untuk belajar atau berkumpul dengan keluarga. Ada berbagai tujuan yang mendorong mereka untuk mencuri perhatian, mengembangkan kecintaan terhadap hobi, dan memperluas pertemanan. Pembahasan mengenai anak remaja tidak dapat dilepaskan dari beberapa aspek yang erat kaitannya dengan mereka, terutama yang berusia belasan tahun. Mulai dari emosi yang labil, semangat yang tinggi untuk memulai karya, hingga tujuan untuk tampil eksis di mata publik. Remaja yang masih belia cenderung lebih menyukai memiliki pencapaian yang dapat dibanggakan, dan dalam konteks media sosial, mereka memiliki ruang yang luas untuk mengembangkan eksistensi diri (Mahendra, 2017: 153).

Dengan demikian, remaja menyadari bahwa mengikuti tren terkini memerlukan investasi finansial yang cukup besar. Terutama dalam konteks pergantian tren yang relatif cepat, sekitar 3-4 bulan, remaja menjadi lebih selektif dalam mengonsumsi pakaian mode terbaru. Mereka dengan rela mengalokasikan dana belanja, bahkan sampai mempengaruhi aspek keuangan mereka. Remaja tidak segan untuk mengeluarkan sejumlah uang untuk membentuk penampilan mereka, yang senantiasa mengalami perubahan setiap tahun. Upaya mereka untuk terus memperbarui penampilan sesuai dengan mode terkini mencerminkan kebutuhan global dalam mengikuti arus globalisasi di bidang pakaian dan mode (Crisnawati, 2011).

Perilaku gaya hidup remaja saat ini, selain dipengaruhi oleh perubahan masyarakat yang modern, juga terkait dengan dinamika perkembangan individu selama masa remaja. Pada masa ini, individu cenderung menjauh dari lingkungan keluarga dan lebih terlibat dalam masyarakat. Salah satu manifestasi gaya hidup ini adalah adopsi perilaku hedonis, yang tampaknya menjadi ciri khas dalam era saat ini. Di sisi lain, konsep *qana'ah*, yang mengacu pada sikap puas dan bersyukur dengan apa yang dimiliki, menjadi penting dalam konteks ini. *Qana'ah* menjadi landasan spiritual yang dapat memengaruhi cara remaja memilih dan menjalani gaya hidupnya (Safitri, 2012).

Dalam ajaran Islam, umatnya diajarkan untuk memiliki sikap *qana'ah* dalam kehidupan sehari-hari. *Qana'ah* merupakan suatu keadaan di mana seseorang menerima rezeki yang diberikan oleh Allah dengan penuh kerelaan dan merasa cukup dengan pemberian tersebut setelah melakukan usaha yang optimal (Rahmadani, 2018: 60).

Hadist yang dijelaskan dalam HR. Bukhari-Muslim menyatakan bahwa "Kekayaan sejati bukanlah kekayaan material, melainkan kekayaan jiwa." Hadist ini menggambarkan bahwa kekayaan jiwa seseorang terletak pada rasa cukup

dengan apa yang dimilikinya, tanpa terlalu rakus atau selalu merasa kekurangan. *Qana'ah* merupakan bagian dari ajaran Islam yang mengajarkan individu untuk menerima dan bersyukur atas apa yang telah Allah berikan serta menjauhi rasa tidak puas terhadap anugerah yang diberikan oleh Allah SWT (Rahmadani, 2018: 61).

Qana'ah adalah sifat terpuji yang mencerminkan sikap rela, merasa puas dengan apa yang dimiliki, sabar, ikhlas, dan tawakal kepada Allah SWT. Sikap *qana'ah* menunjukkan kepuasan terhadap pencapaian dan keberadaan saat ini, yang berhubungan dengan usaha untuk menjalani kehidupan yang baik dan sehat, yang dikenal dalam Islam sebagai hayattan tayyibah. *Qana'ah* memiliki peran penting dalam menangani masalah sosial dan lingkungan. Sebagai seorang muslim, melaksanakan akhlak yang baik dalam kehidupan sehari-hari merupakan kewajiban, karena akhlak yang baik menjadi pijakan masyarakat muslim dalam beribadah, berinteraksi dengan masyarakat, dan menghadapi segala macam masalah (Ahya, 2019: 17).

Seseorang yang memiliki sikap *qana'ah* tidak akan merasa kepemilikan atas harta yang dimiliki; bagi mereka, segala yang dimiliki hanyalah sarana untuk mencari ridha Allah. Individu yang memiliki sikap *qana'ah* cenderung memiliki ketulusan hati dan rasa ikhlas, yang kemudian mendorong mereka untuk berbuat kebaikan. Tindakan positif ini juga dapat berpengaruh terhadap lingkungan hidup, mengontraskan gaya hidup hedonis dan konsumtif. Mengasah sifat *qana'ah* berarti belajar untuk hidup sederhana, tidak terlalu berlebihan, dan menahan diri dari keserakahan terhadap harta dunia yang melupakan kehidupan akhirat (Guru, 2007).

Berdasarkan hasil observasi serta wawancara dengan siswa di SMA Negeri 1 Baleendah, terungkap bahwa gaya hidup mereka cenderung menunjukkan perilaku konsumtif yang berlebihan, di mana mereka cenderung

membeli barang-barang mewah atau mengikuti tren mode terbaru tanpa mempertimbangkan kebutuhan sebenarnya. Perilaku ini dipicu oleh tekanan sosial untuk terlihat 'keren' atau diterima dalam kelompok pergaulan tertentu. Siswa di SMA Negeri 1 Baleendah juga cenderung sangat dipengaruhi oleh media sosial, di mana mereka merasa perlu menampilkan citra tertentu agar diterima oleh teman-temannya. Hal ini sering kali menyebabkan mereka menghabiskan banyak waktu dan uang untuk mengikuti tren media sosial yang tidak sesuai dengan nilai-nilai mereka sendiri.

Beberapa siswa di SMA Negeri 1 Baleendah mengalami kesulitan dalam mengatur waktu antara belajar, aktivitas sosial, dan hiburan. Mereka cenderung lebih fokus pada kegiatan yang bersifat rekreatif atau hiburan dibandingkan dengan kewajiban belajar atau pengembangan diri. Siswa di SMA Negeri 1 Baleendah juga sering kali menghabiskan uang saku mereka untuk hal-hal yang kurang penting, seperti membeli makanan atau barang-barang yang tidak dibutuhkan, menghabiskan waktu di tempat-tempat yang kurang bermanfaat, sehingga tidak mampu menabung atau menggunakan uang mereka dengan bijak.

Berdasarkan uraian tersebut maka peneliti memutuskan melakukan penelitian untuk mengetahui pengaruh gaya hidup yang mempengaruhi anak remaja sehingga penerapan prinsip *qana'ah* diharapkan dapat menjadi landasan yang kuat untuk menanggulangi pengaruh negatif gaya hidup yang berlebihan, konsumtif, atau hedonis. Studi tentang pengaruh *qana'ah* terhadap gaya hidup remaja menjadi penting dalam upaya memahami bagaimana nilai-nilai agama dan spiritualitas dapat memengaruhi pilihan, perilaku, dan sikap mereka terhadap aspek materialisme yang dominan dalam budaya populer masa kini. Dengan memahami peran *qana'ah* dalam kehidupan remaja, dapat dikaji dampaknya terhadap pembentukan karakter, pola konsumsi, interaksi sosial, dan persepsi diri mereka. Sehingga sebagaimana kaitanya dengan anak remaja pada anak kelas 11 di SMAN 1 Baleendah yang sebagian besarnya menampilkan gaya hidup yang

mewah dan masih labil dalam bertindak. Oleh karena itu peneliti tertarik dengan melakukan penelitian ini yang berjudul “Pengaruh *Qana'ah* Terhadap Gaya Hidup Remaja”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkatan *qana'ah* pada remaja kelas 11 SMAN 1 Baleendah?
2. Bagaimana tingkatan gaya hidup pada remaja kelas 11 SMAN 1 Baleendah?
3. Bagaimana pengaruh sikap *qana'ah* terhadap gaya hidup remaja pada anak kelas 11 SMAN 1 Baleendah?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui tingkatan *qana'ah* pada anak remaja kelas 11 SMAN 1 Baleendah.
2. Mengetahui tingkatan gaya hidup pada remaja kelas 11 SMAN 1 Baleendah.
3. Mengetahui pengaruh sikap *qana'ah* terhadap gaya hidup remaja kelas 11 SMAN 1 Baleendah.

D. Manfaat Penelitian

Hasil yang diharapkan dapat bermanfaat baik secara akademis maupun praktis.

1. Manfaat Akademis
 - a. Memberikan kontribusi yang luas pada pengetahuan bagi Fakultas Ushuluddin dan jurusan Tasawuf Psikoterapi.
 - b. Mengembangkan dan memperkaya referensi yang telah ada serta memberikan dorongan kepada peneliti yang terlibat dalam studi “Pengaruh *Qana'ah* Terhadap Gaya Hidup Remaja”.

2. Manfaat Praktis

- a. Secara praktis, penelitian ini dapat memberikan kontribusi pada pemahaman tentang pentingnya sikap *qana'ah* dalam gaya hidup sehari-hari bagi siswa kelas 11 SMAN 1 Baleendah.
- b. Bagi peneliti, penelitian ini merupakan persyaratan kelulusan untuk mendapatkan gelar Sarjana Agama.

E. Kerangka Berpikir

Pada masa remaja, terjadi peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa awal. Dalam konteks Islam, masa remaja tidak hanya dilihat dari segi perkembangan fisik, tetapi juga penekanan pada aspek integrasi dalam agama, akhlak, iman, dan pengetahuan. Menurut Piaget, masa remaja merupakan periode di mana individu mulai berintegrasi dengan masyarakat dewasa, di mana sulit untuk mengatur usia remaja dan mereka merasa setara dengan orang dewasa (Indiri, 2017).

Menurut Dzakiah Drajat, masa remaja mencakup perubahan biologis, kognitif, serta aspek sosial-emosional dalam transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Siti Sundari menjelaskan bahwa masa remaja berlangsung dari usia 12 hingga 21 tahun bagi perempuan, dan 13 hingga 22 tahun bagi laki-laki. Saat ini, gaya hidup mencerminkan nilai-nilai moral masyarakat dan menggambarkan sejauh mana nilai-nilai itu tercermin dalam masyarakat (Zakiah, 2016: 50).

Di era saat ini, gaya hidup menjadi cerminan bagi banyak orang dan mencerminkan nilai moral dalam masyarakat. Menurut Kotler, gaya hidup adalah pola hidup yang diekspresikan melalui berbagai aktivitas, minat, dan opini seseorang. Artinya, gaya hidup seseorang secara umum dapat dilihat dari aktivitas rutin yang dilakukan sehari-hari. Setiap individu memiliki gaya hidupnya masing-masing, dan gaya hidup ini mempengaruhi pola konsumsi serta

jenis barang yang biasa mereka konsumsi. Hal ini dapat dimanfaatkan oleh pemasar untuk meningkatkan daya tarik penjualan (Sandy, 2013: 1).

Gaya hidup mempengaruhi karakteristik dari berbagai usia, dari muda hingga tua. Chaney menjelaskan bahwa gaya hidup adalah ciri khas perilaku yang membedakan individu satu dengan lainnya, bukan hanya pada aspek sosial, tetapi juga pada sikap atau perilaku yang masuk akal. Gaya hidup seseorang dipengaruhi oleh situasi, kelas sosial, kelompok sosial, keluarga, dan karakteristik pribadi. Remaja saat ini menunjukkan berbagai gaya hidup yang mencerminkan banyak aspek, seperti penampilan, bahasa, pergaulan, hingga tindakan-tindakan tidak sesuai. Latar belakang sosial, ekonomi, dan budaya berpengaruh pada langkah-langkah mereka. Mereka secara cepat menangkap perkembangan zaman, terlihat dari cara mereka menghabiskan uang untuk kuliner, mode, serta tetap terupdate dengan perkembangan musik, film, dan teknologi terbaru (Harisa, 2017: 7).

Menurut Nas Sande, gaya hidup remaja dapat memperkuat identitas individu dengan mengeksplorasi kemampuan tertentu sebagai sarana untuk mendukung perkembangan. Penggunaan barang-barang bermerek yang mahal dapat menjadi sarana untuk menilai rekan-rekan mereka (Cahyono, 2018: 14).

Berdasarkan pemahaman ini, perilaku yang didasarkan pada ajaran agama dapat menjauhkan individu dari dosa, salah satunya melalui prinsip *qana'ah*. *Qana'ah* merupakan perasaan puas dengan apa yang dimiliki, merasa cukup, dan menerima segala yang telah diberikan oleh Allah. Memiliki sikap *qana'ah* penting dalam menghadapi realitas kehidupan yang beragam, agar seseorang tidak terganggu oleh rasa ketidakpuasan terhadap apa yang dimilikinya.

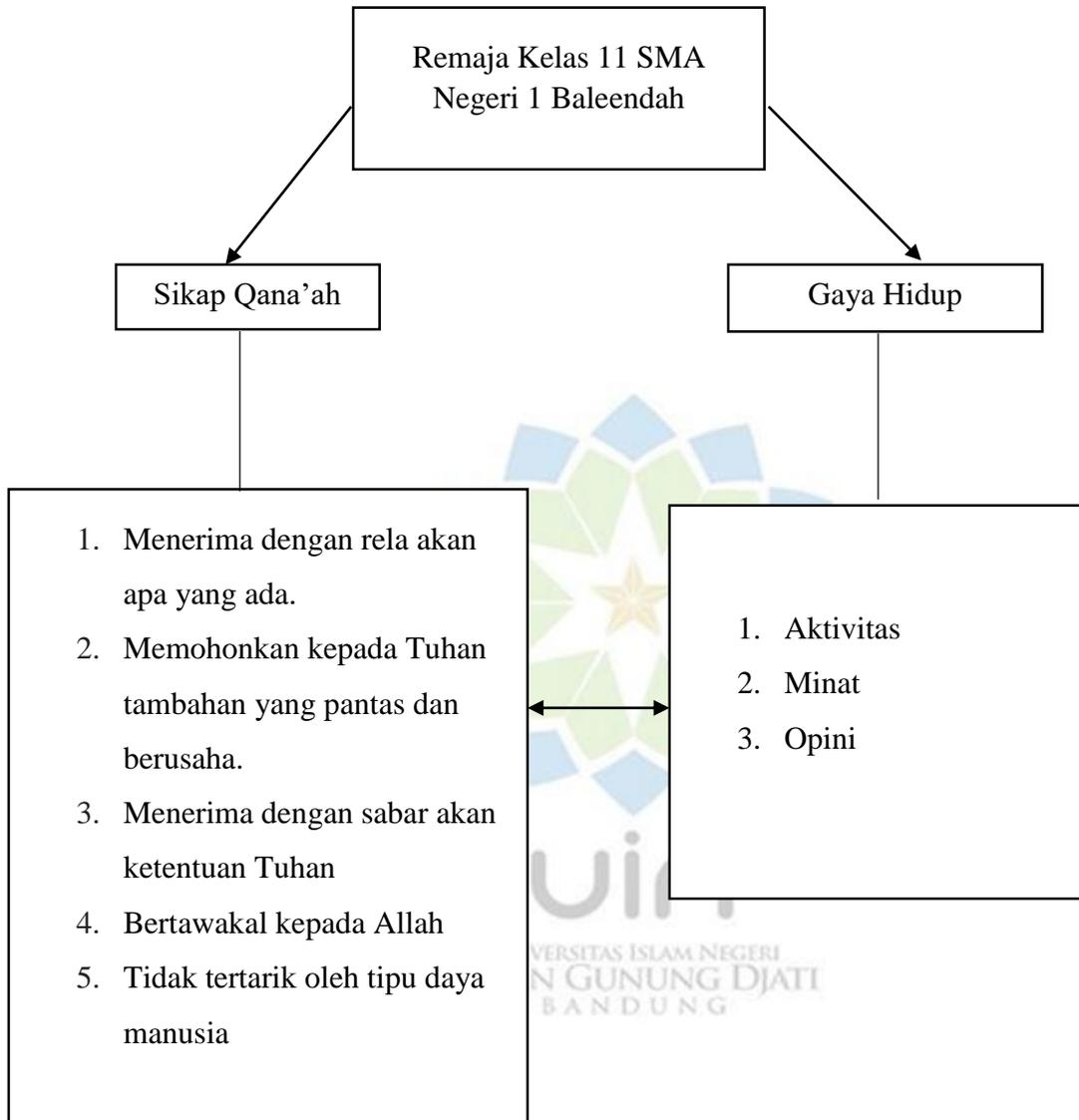
Al-Ghazali (2001) menyatakan bahwa manusia harus memahami konsep *qana'ah*, yakni merasa puas dengan apa yang dimiliki. Hal ini penting agar individu mampu mengontrol hawa nafsunya dan tidak mudah tergoda saat terpapar dengan hal-hal baru.

Ajaran Islam menekankan pentingnya gaya hidup sederhana, bersyukur dengan pemberian yang diterima, serta selalu memperhatikan kebutuhan orang lain sebagai pengendali terhadap kecenderungan untuk mengikuti gaya hidup yang tidak sesuai syariat islam. Individu yang memiliki *qana'ah* tidak akan melihat kepemilikan material sebagai tujuan utama; segala yang dimiliki dianggap sebagai sarana untuk mencapai keberkahan. Sikap *qana'ah* menciptakan rasa ikhlas dan ketulusan dalam hati, yang kemudian mendorong individu untuk melakukan kebaikan. Tindakan baik tersebut juga memiliki dampak pada lingkungan sekitar, termasuk dalam mengendalikan gaya hidup pada remaja (Rahmadani et al, 2018: 61).

Dari penjelasan diatas peneliti mampu menyimpulkan jika remaja mampu bersyukur dengan apa yang dimiliki, merasa cukup, hati-hati dalam mengambil tindakan gaya hidup yang menyimpang agar meningkatkan diri atau mendekatkan diri kepada Allah swt maka dapat digambarkan skema berfikir seperti berikut:



Gambar 1.1 Kerangka Berpikir

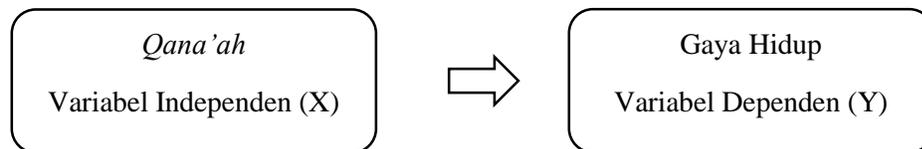


F. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban awal yang perlu diuji, atau ringkasan kesimpulan teoritis yang diperoleh dari studi literatur. Hipotesis menjadi elemen penting dalam penelitian karena menyediakan landasan yang konkret dan spesifik sebelum peneliti memilih sampel serta prosedur yang diperlukan untuk mencapai tujuan

penelitian tersebut (Martono, 2012: 63). Oleh karena itu, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Gambar 1.2 Variabel Penelitian



Ha : Terdapat pengaruh dari *qana'ah* terhadap gaya hidup remaja.

Ho : Tidak terdapat pengaruh dari *qana'ah* terhadap gaya hidup remaja.

G. Hasil Penelitian Terdahulu

Berdasarkan penelitian terdahulu yang peneliti lakukan, ditemukan sejumlah studi yang telah dilakukan sebelumnya. Studi-studi ini digunakan untuk mendapatkan landasan teori yang relevan serta menyoroti kelebihan dan kekurangan yang sudah ada. Penelitian-penelitian sebelumnya yang menjadi acuan untuk penelitian ini antara lain:

1. Skripsi Agus Kurniawan, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau melakukan penelitian pada tahun 2020 dengan judul “*Pengaruh Antara Qona'ah terhadap Perilaku Konsumtif pada Mahasiswa Universitas Islam Riau*”. Dalam penelitian ini 344 mahasiswa digunakan sebagai subjek penelitian dalam penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat adanya pengaruh antara qana'ah terhadap perilaku konsumtif pada mahasiswa Universitas Islam Riau. Berdasarkan dari hasil tersebut hipotesis dalam penelitian ini diterima. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh sifat qana 'ah terhadap perilaku konsumtif, seseorang yang *qana'ah* akan mempengaruhi perilaku konsumtif yang mana semakin tinggi sifat qana'ah nya makan semakin rendah pula perilaku konsumtif begitu pula sebaliknya. Hal ini

dapat di artikan bahwa sifat qana'ah ada pengaruh dalam mengontrol untuk tidak berperilaku berlebih-lebihan atau perilaku konsumtif.

2. Skripsi Rahmawati Nur Fitriyani, mahasiswi jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung melakukan penelitian pada tahun 2023 nya dengan judul “*Pengaruh Qona'ah Terhadap Ketenangan Jiwa Remaja*”. Temuan penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara qana'ah dan Ketenangan Jiwa pada remaja yang tinggal di panti asuhan Hikmah Mufakir Istiqomah. Tingkat pengaruh qana'ah terhadap Ketenangan Jiwa mencapai 54,2%. Dalam konteks ini, temuan menunjukkan bahwa qana'ah memiliki korelasi positif terhadap Ketenangan Jiwa. Semakin tinggi tingkat qana'ah, semakin tinggi pula tingkat Ketenangan Jiwa pada remaja yang tinggal di Panti Asuhan Hikmah Mufakir Istiqomah.
3. Artikel Jurnal Alwazir Abdusshomad melakukan penelitian pada tahun 2020 dengan judul “*Penerapan Sifat Qona'ah dalam Mengendalikan Hawa Nafsu Duniawi*” diterbitkan dalam jurnal Asy-Syukriyah Sekolah Tinggi Agama Islam Asy-Syukriyah. Menurut penelitian tersebut hawa nafsu merupakan faktor yang menghalangi seseorang dalam beribadah kepada Allah SWT, menjauhkannya dari ketaatan, serta mendorongnya ke arah dosa dan perilaku yang tercela. Melawan hawa nafsu dari hal-hal yang memicu murka Allah SWT merupakan langkah penting. Salah satu cara untuk menangani dominasi hawa nafsu duniawi adalah dengan menerapkan sifat Qana'ah, di mana seseorang merasa puas dengan apa yang dimiliki dan menerima segala anugerah yang diberikan oleh Allah, baik itu banyak maupun sedikit. Dengan menerapkan sifat Qana'ah ini, manusia dapat menghindari keinginan rakus, serakah, dan perilaku buruk lainnya yang ditimbulkan oleh hawa nafsu.
4. Skripsi Hanifa Nur Auliya, mahasiswi jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta melakukan penelitian pada tahun 2017 dengan judul “*Perilaku Sosial dan Gaya Hidup Remaja*”. Pada masa sekarang, remaja cenderung menyesuaikan diri dengan

perkembangan zaman dan tidak ingin tertinggal. Hal ini disebabkan oleh fokus mereka pada hal-hal yang menghibur dan kebebasan untuk menjalani keinginan mereka. Adopsi gaya hidup semacam ini dipengaruhi oleh globalisasi yang menekankan pentingnya mengikuti perkembangan zaman, termasuk tuntutan untuk mengikuti tren teknologi dalam semua aspek kehidupan. Dengan demikian, kesimpulannya adalah remaja saat ini ingin tetap selaras dengan zaman karena banyak perubahan terjadi dari fashion, bahasa, perilaku, dan hal lainnya seiring bergantinya waktu.

5. Skripsi Deli Nurul Fadillah mahasiswi jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung melakukan penelitian pada tahun 2020 dengan judul “*Pengaruh Wara Terhadap Gaya Hidup Remaja*”. Hasil dari penelitian ini adanya keterkaitan yang signifikan namun memiliki korelasi yang rendah antara wara' dan gaya hidup pada siswa-siswi SMK Muhammadiyah 2 Cibiru. Ini berarti semakin tinggi tingkat wara', semakin tinggi pula gaya hidup mereka, meskipun bukan berarti jika tingkat wara' rendah, maka gaya hidupnya juga rendah. Perilaku wara' hanya memiliki pengaruh kecil terhadap gaya hidup individu dalam faktor-faktor tertentu.