

# PEMIKIRAN ZUHUD ABU TALIB AL-MAKKI : RELEVANSI DAN IMPLEMENTASI BAGI SIKAP HEDONISME PADA REMAJA

Ahmad Farhan Nasution \*1)

Email: ahmadfarhan001100@gmail.com

<p><b>Keywords:</b> Abu Talib al-Makki, Hedonism, Zuhud</p>	<p><b>Abstract</b> <i>Hedonism is a view of life that states that the pleasure of enjoying everything is the goal of human life. Such a life is not only found in adolescents, students, and young people; it is widespread everywhere. At the same time, zuhud is an attitude of life that prefers something good than that is not good or chooses something better than something good. Something good is somethins worth worshiping, not just worldly. Abu Talib al-Makki was one of the early Sufi figures who comprehensively formulated the concept of zuhud. This article will try to expose Abu Talib al-Maki's concept of zuhud and its his contribution to overcoming the hedonic attitude problems of modern humans life today. This study uses primary data sources, especially the work of Abu Talib al-Makki entitled Qut al-Qulub fi Mu'amalat al-Mahbub, and various secondary data relevant to the research topic. The data in this study will be analyzed using a deductive analysis method. This study concludes that the concept of zuhud, according to al-Makki, is turning away from everything worldly for everything that is ukhrawi. The attitude of asceticism does not mean to reject the world completely; but to treat the world as it should, namely that the world is not sought for herself but is achieved because of ukhrawi goals. An attitude that avoids everything worldly will play an important role in stemming the hedonic attitude and lifestyle only concerned with everything worldly.</i></p>
<p><b>Kata Kunci:</b> Abu Talib al-Makki, Hedonisme, Zuhud</p>	<p><b>Abstrak</b> <i>Hedonisme merupakan sebuah pandangan hidup yang menyatakan kesenangan untuk menikmati segalanya adalah tujuan hidup manusia. Kehidupan seperti itu bukan hanya ditemukan pada remaja, pelajar, dan anak-anak muda atau mahasiswa, tampaknya sudah menyeluruh keberbagai kalangan masyarakat. Sementara zuhud adalah sebuah sikap hidup yang lebih memilih sesuatu yang baik dari yang tidak baik atau memilih yang lebih baik dari yang baik. Sesuatu yang baik itu ialah sesuatu yang bernilai ibadah kepada Allah, bukan sekadar duniawi. Salah seorang tokoh sufi masa awal yang merumuskan konsep zuhud secara komprehensif adalah Abu Talib al-Makki. Tulisan akan mencoba mengekspose konsep zuhud Abu Talib al-Maki dan kontribusinya untuk mengatasi problem sikap hedon yang dihadapi manusia modern saat ini. Penelitian ini menggunakan sumber data primer terutama karya Abu Talib al-Makki yang berjudul Qut al-Qulub fi Mu'amalat al-Mahbub dan berbagai data sekunder yang relevan dengan topik penelitian. Data dalam penelitian ini akan dianalisis menggunakan metode deduktif analisis. Penelitian ini menyimpulkan bahwa konsep zuhud menurut al-Makki adalah berpaling dari segala sesuatu yang bersifat duniawi demi segala sesuatu yang bersifat ukhrawi. Sikap zuhud tidak berarti menolak samasekali keduniaan, tetapi memperlakukan dunia sebagaimana mestinya yaitu bahwa dunia itu bukan dicari untuk dirinya sendiri, tetapi digapai karena tujuan yang bersifat ukhrawi. Sikap yang menghindarkan diri dari segala sesuatu yang bersifat duniawi akan sangat berperan penting dalam membendung sikap dan gaya hidup hedon yang hanya mementingkan segala sesuatu yang bersifat duniawi.</i></p>
<p><b>Article History:</b></p>	<p>Received: 2023-08-26      Revised: 2023-11-29      Accepted: 2023-11-30</p>
<p><b>Cite</b></p>	<p>Ahmad Farhan Nasution, Pemikiran Zuhud Abu Talib Al-Makki : Relevansi dan</p>

\* Universitas Darussalam Gontor

## PENDAHULUAN

Seiring berkembangnya zaman, kehidupan di era modern ini merupakan kehidupan yang telah mengalami banyak sekali transformasi dari berbagai hal seperti pada bidang ilmu pengetahuan, teknologi, dan juga gaya hidup. Kemajuan teknologi ini telah banyak menciptakan berbagai hal yang dapat mempermudah manusia dalam segala aspeknya. Akan tetapi, di sisi lain terdapat nilai kehidupan manusia yang telah bergeser apabila tidak diimbangi dengan mentalitas dan keimanan yang kuat. Sebagian besar manusia menjadi lebih materialistik atau mengejar kemewahan duniawi saja dan meninggalkan kehidupan setelah di dunia yaitu kehidupan di akhirat (Fatah 1996).

Globalisasi membawa dampak positif dan sekaligus negatif bagi semua lapisan masyarakat. Dampak positifnya adalah kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi sebagai basis globalisasi yang semakin memudahkan manusia mengakses berbagai informasi yang dibutuhkan untuk menunjang kebutuhan hidupnya. Selain itu, perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi telah membuat mereka lebih banyak membawa manfaat bagi kehidupan masyarakat melalui pengembangan ide dan karya mereka. Sedangkan aspek negatif globalisasi adalah berkembangnya sikap hedonisme dan gaya hidup konsumtif (Iqbal A. dkk., 2021).

Gaya hidup hedonis merupakan gaya hidup yang menarik bagi remaja. Dengan fenomena tersebut, para remaja hidup lebih mewah, nyaman dan berkecukupan tanpa harus bekerja keras. (Gushevinalti 2010) Nadzir dan Ingarianti mengatakan bahwa gaya hidup hedonis adalah cara hidup seseorang yang melakukan aktivitas untuk mencari kesenangan dalam hidup saja, menghabiskan waktu di luar rumah untuk bersenang-senang bersama teman, suka membeli barang yang tidak dibutuhkan, dan selalu ingin membeli barang-barang. Serta selalu ingin menjadi pusat perhatian orang-orang di sekitarnya.

Secara umum gaya hidup hedonis bersumber dari dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal seperti sikap, pengalaman, persepsi, kepribadian, dan citra diri. Sikap didefinisikan di sini sebagai perspektif dan kecenderungan untuk bertindak. Pengalaman diperoleh dari hasil interaksi antara manusia dengan lingkungannya. Sedangkan persepsi dipengaruhi oleh hasil persepsi panca indera dan dipahami melalui proses pengenalan. Sedangkan kepribadian adalah susunan karakteristik individu dan juga perilaku yang menentukan perbedaan perilaku setiap individu. Faktor eksternal yang mempengaruhi gaya hidup hedonis adalah kelompok afinitas, keluarga, kelas sosial, dan budaya. Peer group di sini berarti kelompok yang baik secara langsung maupun tidak langsung mempengaruhi sikap dan perilaku seseorang. Interaksi individu dengan teman sebaya dapat mempengaruhi perilaku hedonis seseorang.

Berdasarkan uraian mengenai hedonisme, maka dapat disimpulkan bahwa pengertian gaya hidup hedonis adalah pola-pola perilaku sebagai cara hidup seseorang yang didapatkan melalui hasil interaksi dengan lingkungannya dan digambarkan dalam aktivitas, minat, dan opini yang bertujuan hanya untuk memperoleh kesenangan dan kenikmatan semata.

Zuhud yang juga dikenal dengan sebutan asketisme menurut Harun Nasution dan Abdul Muhayya berasal dari bahasa Arab zahada, yang berarti kebencian dan pengabaian. (S. M. Amin 2012) Secara terminologis zuhud itu berarti meninggalkan sesuatu yang tidak baik untuk meraih yang baik. Sesuatu yang tidak baik dan tidak diinginkan itu adalah sesuatu yang bersifat keduniawian. Zuhud termasuk kepada salah satu ajaran yang penting dalam agama Islam yang mempunyai makna sebagai pengendalian diri manusia dari pengaruh kehidupan yang sifatnya keduniaan. (Nata 2002)

Lebih jauh, zuhud itu sebenarnya bisa dilihat dan dinilai dari sikap dan ciri khas yang melekat pada seseorang. Seseorang yang memiliki sifat zuhud, sudah terbiasa selalu dihiasi dengan sifat merasa cukup dengan apa yang telah diberikan Allah SWT kepadanya. (Nata 2002) Konsep Zuhud menurut Abu Talib Al-Makki ialah tidak menyukai dunia dan berpaling daripadanya dari dalam hati. Malah hati tersebut juga tidak ada sedikit pun sesuatu perkara berkaitan keduniaan. Justru, zuhud dapat dicapai dengan meninggalkan segala keinginan yang bersifat keduniaan dan beribadah secara bersungguh-sungguh kepada Allah SWT. (Nata 2002)

Kebencian terhadap dunia dan berpaling daripadanya menurut al-Makki bukanlah bermaksud membuang dunia sama sekali, tetapi itu berarti tidak menjadikan dunia bertahta di hati sehingga menyebabkan seseorang hanyut di dalamnya. Meskipun manusia itu hidup di dunia, tetapi hatinya untuk akhirat. Karena itu, tidak semua perbatian manusia terhadap dunia itu dianggap buruk, malah al-Makki menjelaskan siapa yang bersikap zuhd terhadap dunia dengan mencari dan mengumpulkan harta dunia tetapi digunakan ke jalan Allah S.W.T. dan berjihad kerana Allah S.W.T., mereka juga digolongkan sebagai zahid (Al-Makki 1997)

Tulisan akan mencoba untuk mengungkapkan ajaran Abu Talib al-Makki tentang zuhud dalam karya monumentalnya *Qut al-Qulub fi Mu'amalat al-Mahbub*. Konsep zuhud al-Makki akan diuraikan mulai dari definisi, tujuan zuhud, tingkatan zuhud, dan bagaimana cara mencapai kezuhudan. Sedangkan tentang hedonisme sendiri akan dikaji mulai dari definisinya, dampaknya terhadap kehidupan, dan faktor-faktor yang mendorong tumbuhnya sikap hedon ini. Setelah kedua konsep itu terungkap, penulis akan mencoba mengkontekstualisasikan nilai-nilai zuhud dan menganalisis kontribusinya saat diimplementasikan dalam mengatasi sikap hedon yang banyak dialami oleh manusia modern.

## Metode

Jenis penelitian yang digunakan penulis adalah kualitatif. Penelitian Kualitatif adalah penelitian yang mencari makna, pemahaman, dan pengertian dari suatu fenomena, kejadian maupun kehidupan manusia dengan terlibat langsung atau tidak dengan hal yang sedang ia teliti tersebut (Yusuf, 2007). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deduktif analisis. Deduktif adalah penelitian dari pengetahuan yang bersifat umum kemudian kita nilai menjadi kejadian-kejadian yang bersifat khusus (Yusuf, 2007). Analisis adalah upaya yang dilakukan penulis dengan cara bekerja dengan data, mengorganisasikan data memilah milihnya hingga menjadi keastua yang dapat dikelola, mensintesiskan,

mencari dan menemukan pola, menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari dan memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain (Sandu, 2015). Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan tasawwuf. Pendekatan Tasawwuf adalah salah satu bidang studi islam yang memusatkan perhatian pada pembersihan jiwa sehingga melahirkan akhlak yang mulia (Sandu, 2015).

## **Hasil dan Pembahasan**

### **Literatur Review**

Penelitian tahun 2012, ditulis oleh Sharifah Basirah Binti Syed Muhsin Mahasiswi Pascasarjana Universitas Malaya Kuala Lumpur Dengan Judul Kaedah Psikoterapi Berasaskan Konsep Maqamat: Kajian Terhadap Kitab Qut Al - Qulub Abu Talib Al-Makki dalam pembahasan ini, penulis bertujuan untuk menjelaskan konsep Maqomatnya Abu Talib Al - Makki yaitu mengenai maqam al-yaqin yang dibahagikan kepada sembilan maqam iaitu tawbah, sabr, shukr, raja, khauf, zuhud, tawakkal, rida, dan mahabbah. Selain perbincangan mengenai sembilan maqam tersebut, pengkaji juga telah menyenaraikan beberapa amalan-amalan wirid yang dianjurkan oleh al-Makki. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu yaitu terdapat pada implementasinya. Pada penelitian kali ini akan membahas Zuhud Abu talib Al-Makki sebagai terapi terhadap budaya hedonisme.

Penelitian berupa Jurnal Afkar vol 20 issue 1 tahun 2018, ditulis oleh Sharifah Basirah binti syed muhsin mahasiswa pascasarjana Universitas Malaya Kuala Lumpur dengan judul Sumbangan Abu Talib Al-Makki Terhadap Pembangunan Psikologi Insan Berdasarkan Maqamat Dalam Qut Al-Qulub menjelaskan tingkatan – tingkatan spiritual seseorang yang memerlukan usaha untuk mencapai dan berpindah dari satu maqom ke maqom yang lebih tinggi dengan usaha sendiri. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu yaitu dalam menjelaskan tingkatan spiritual seseorang dalam kitab Qutul Qulub, sedangkan penelitian yang akan dibahas yaitu konsep Zuhudnya Abu Talib Al-Makki dalam mengobati budaya hedonisme.

Maka dari itu penelitian yang membahas Zuhud Abu Talib Al Makki sebagai terapi terhadap Sikap Hedonisme merupakan penelitian baru yang akan peneliti bahas pada kesempatan kali ini. Bagaimana zuhud ini bisa relevan sebagai terapi terhadap sikap hedonisme ini.

### **A. Biografi Singkat Abu Talib al-Makki**

Nama lengkap Abu Talib al-Makki ialah Abu Talib Muhammad Ibn 'Ali Ibn 'Atiyyah al-Harith al-'Ajami al- Makki (Khalikhan, 1977). Beliau dilahirkan di wilayah al-Jibal (Khalikhan, 1977 ) satu daerah yang terletak antara kota Baghdad dan Wasith. Namun tarikh kelahiran al-Makki tidak dapat ditentukan disebabkan tidak banyak penulisan atau maklumat mengenai kehidupan awal beliau. Beliau telah meninggal dunia pada tahun 386H/ 996M dan dikatakan beliau sempat hidup sezaman dengan Ibn Salim (350H/ 960M). Selain itu, al Makki juga telah mendapat pendidikan awal daripada Abu Said Ibn al-Arabi (341H/ 950M).(W. M. A. B. M. Amin 1991) Kemudian beliau telah berhijrah ke Mekah bersama-sama keluarganya ketika masih kecil. Setelah sekian lama menjalankan kehidupan

dan menimba ilmu di Mekah, beliau berhijrah pula ke Basrah dan seterusnya ke Baghdad (Bowering, 1980) untuk berdakwah dan menyampaikan ilmu-ilmu khususnya ilmu tasawuf.

## B. *Zuhud* Menurut Pandangan Tokoh Sufi

Ibnu Taimiyah rahimahullah berkata, "*Zuhud* yang bermanfaat, disyari'atkan, dan yang dicintai oleh Allah dan RasulNya, adalah *zuhud* (meninggalkan dan mengecilkan arti) segala sesuatu yang tidak bermanfaat di akhirat. Berkaitan dengan hal-hal yang berguna di akhirat dan piranti yang dapat mendukungnya, maka *zuhud* terhadap hal-hal ini, berarti meremehkan satu jenis ibadah kepada Allah dan ketaatan kepadaNya. Yang dimaksud *zuhud* hanyalah dengan meninggalkan semua yang membahayakan atau segala sesuatu yang tidak bermanfaat. Adapun *zuhud* terhadap hal-hal yang bermanfaat, ini adalah sebuah bentuk ketidaktahuan dan kesesatan (Bowering 1980 ).

Untuk memberikan gambaran secara jelas tentang *Zuhud* , maka harus diketahui dulu pengertiannya, baik secara etimologi maupun terminologi. *Zuhud* secara literal berarti meninggalkan, tidak tertarik dan tidak menyukai (Lois, 1986 ) dalam al Quran surah yusuf ayat 20 :

وَشَرَوْهُ بِثَمَنٍ بَخْسٍ دَرَاهِمَ مَعْدُودَةٍ وَكَانُوا فِيهِ مِنَ الزَّاهِدِينَ

Artinya: Dan mereka menjual Yusuf dengan harga yang murah, yaitu beberapa dirham saja, dan mereka merasa tidak tertarik hatinya kepada Yusuf.

Maksud dari Al- Zahidin pada ayat tersebut mengandung arti tidak tertarik hatinya kepada harga jual yusuf. Menurut abu Bakr Muhammad Waroq *Zuhud* memiliki 3 arti didalamnya yang mesti ditinggalkan. Huruf ز berarti زينة ( perhiasan, kehormatan) huruf و berarti هو ( keinginan ) dan huruf د menunjuk kepada دنيا ( dunia / materi ). ( Muhammad 1971 ) Dalam perspektif tasawuf, *Zuhud* diartikan dengan kebencian hati terhadap hal – ihwal keduniaan dan menjauhkan diri darinya karena taat kepada Allah Swt, padahal ada kesempatan untuk memperolehnya.

Didalam kamus besar bahasa indonesia ( KBBI ) , *Zuhud* berarti "Tapa" pertapaan. (Muhammad, 1971). *Zuhud* menurut Amin Syukur berarti Roqoo'a an syai'in wa tarakahu, artinya tidak tertarik terhadap sesuatu dan meninggalkannya (Syukur, 1997) Zahada fi ad dunyaa berarti mengosongkan diri dari kesenangan dunia.

*Zuhud* adalah Maqom yang telah diketengahkan oleh Abu Talib Al- Makki agar seseorang itu beramal dengannya. Pengertian *Zuhud* menurut beliau ialah tidak menyukai dunia dan berpaling daripadanya didalam hati. Bahkan hati pun tidak ada sedikitpun perkara berkaitan dengan keduniaan. ( Al- Athir 1928 ) Justru *zuhud* dapat dicapai dengan meninggalkan segala perkara yang berkaitan dengan keduniaan dan focus beribadah kepada Allah SWT. (Al-Makki 1997).

Menurut Al-Makki, bukan membenci dunia dan berpaling darinya berarti menolak dunia sepenuhnya, bahkan berarti tidak menobatkan dunia hati yang mendorongmu. mereka adalah manusia hidup di dunia ini, tetapi hatinya ada di masa depan. Namun, tidak semua orang membenci dunia apa yang dianggap buruk bahkan al-Makki menjelaskan kepada siapa saja yang berperilaku *zuhud* dunia, mencari dan mengumpulkan kekayaan

duniawi, tetapi digunakan di jalan Allah SWT dan jihad demi Allah, mereka juga tergolong *zuhud* (Al-Makki 1997).

Lawan dari kata *Zuhud* yaitu cinta atau suka terhadap dunia, Abu Talib Al- Makki telah memberi perumpamaan kepada dunia seperti bangkai yang tidak ada nilainya. Ini meunjukkan hal – hal dunia tidak mempunyai nilai, bahkan membawa kemudharatan bagi manusia serta mendapatkan kemurkaan dari Allah Swt. (Al-Makki 1997).

Maka dari itu *zuhud* , mengharuskan meninggalkan dunia secara keseluruhan, yaitu dunia dan seisinya serta sebab – sebabnya. Dengan demikian keluarlah rasa benci terhadap dunia, dan bertambah kecintaan seorang hamba yang *zuhud* kepada Allah Swt. (Al-Ghazali 1998)

### ***Zuhud* menurut Abu Talib al-Makki**

Terdapat 6 perkara yang disebut sebagai *zuhud* menurut Abu Talib Al- Makki;

1. *Zuhud* dinyatakan sebagai menunggu kematian dan memendekkan angan angan, dengan begini seseorang akan terhalang dari angan angan duniawi dan senantiasa akan melakukan amal kebajikan. (Al-Makki 1997).
2. *Zuhud* tidak memakai pakaian mewah, pakaian dapat mempengaruhi keimanan seseorang, menurut al-makki tahap awal dalam beribadah yaitu pakaiannya.
3. *Zuhud* juga tidak berlebih – lebih dalam membangun dan membina kediaman, tidak terlalu tinggi dan tidak terlalu mewah.
4. Mencintai kefakiran dan mencintai orang – orang fakir serta bergaul dengan mereka, menurut al makki , orang yang sudah mencapai maqom *zuhud* akan takut jikalau kefakirannya itu hilang darinya.
5. Meninggalkan ilmu yang sia-sia yang menjurus ke arah keduniaan serta mendorong untuk mendapatkan keagungan dan kemegahan yang mengakibatkan kelalaian terhadap Allah S.W.T. (Al-Makki 1997).
6. Menghindari hal – hal yang syubhat , dan hanya makan dan minum dengan cara yang halal. (Al-Makki 1997)

### **Pengertian Hedonisme**

*Hedone* dalam bahasa Grik berarti kesenangan, pleasure, istilah ini mula – mula digunakan Jeremy bentham pada tahun 1781. Prinsip aliran ini menganggap bahwa sesuatu dianggap baik, sesuai dengan kesenangan yang didatangannya. ( Burhanuddin 1997) Teori hedonistik menegaskan bahwa semua tindakan manusia, sadar atau tidak sadar, pada dasarnya didorong oleh kekuatan internal atau eksternal. memiliki satu tujuan, yaitu mencari hal-hal yang menyenangkan dan menghindari hal-hal yang menyakitkan. Hedonisme adalah salah satu teori motivasi yang sesuai dengan arah utama objek yang menurutnya paling menarik ( Utami, 2012)

Kehidupan hedonisme menjadi gairah di era ini. gaya hidup aktifhanya untuk kesenangan dan kenikmatanmateri, percaya akan pentingnya harta batinuntuk hidup dan menjadikan materi sebagai sumber daya kepuasan dan ketidakpuasan. Orang yang Komitmen terhadap aliran hedonis biasanya dimiliki fashion melihat dan membayar perhatian penampilan dan kemewahan. Pendukung hedonisme keluar orang kaya dan

punya banyak uang karena banyaknya bahan yang dibutuhkan untuk mendukung gaya hidupnya. gaya hidup hedonis, Pakaian dan khayalan ini adalah hasil dari pengaruh zaman Globalisasi dan era informasi. ( Aji 2019 )

### **Faktor Penyebab Hedonisme**

Hedonisme adalah perilaku yang ditandai dengan mengejar kesenangan dan pemanjaan diri, seringkali dengan mengorbankan nilai-nilai moral dan tanggung jawab. Ada beberapa faktor yang dapat berkontribusi terhadap perilaku hedonistik:

1. Pengaruh Eksternal: Faktor eksternal seperti norma sosial, tekanan teman sebaya, dan pengaruh media dapat berperan dalam mempromosikan perilaku hedonistik. Misalnya, keinginan untuk menyesuaikan diri dengan kelompok sosial tertentu atau meniru gaya hidup selebriti dapat menyebabkan individu memprioritaskan pencarian kesenangan di atas nilai-nilai lain.
2. Materialisme: Pola pikir materialistis, di mana perolehan harta benda dan kekayaan diprioritaskan, dapat berkontribusi pada perilaku hedonistik. Mengejar kemewahan dan pemborosan dapat membayangi aspek kehidupan lainnya, yang mengarah ke fokus pada kepuasan dan kesenangan langsung.
3. Kurangnya Pendidikan Moral dan Agama: Kurangnya pendidikan moral dan agama dapat berkontribusi pada perilaku hedonistik. Tanpa kompas moral yang kuat ataupun pemahaman tentang prinsip-prinsip etika, individu dapat memprioritaskan kesenangan dan keinginan mereka sendiri tanpa mempertimbangkan konsekuensi atau dampak pada orang lain.
4. Kontrol diri yang lemah: Individu dengan kontrol diri yang lemah mungkin lebih rentan terhadap perilaku hedonistik. Mereka mungkin berjuang untuk menolak kepuasan langsung dan memprioritaskan tujuan atau nilai jangka panjang.
5. Harga diri rendah: Harga diri rendah dapat berkontribusi pada perilaku hedonistik karena individu dapat mencari validasi eksternal dan kesenangan sebagai sarana untuk meningkatkan harga diri mereka

Penting untuk dicatat bahwa faktor-faktor ini dapat bervariasi dalam pengaruhnya terhadap perilaku hedonistik dan dapat berinteraksi satu sama lain dengan cara yang kompleks. Selain itu, tidak semua individu yang terlibat dalam perilaku mencari kesenangan dapat diklasifikasikan sebagai hedonistik, karena mungkin ada berbagai motivasi dan keadaan yang terlibat. (Studi, Sastra, and Brawijaya 2015)

### **Implementasi Zuhud Abu Talib Al – Makki dalam mengatasi hedonisme**

*Zuhud* merupakan salah satu tradisi dalam islam yang diagungkan dalam islam, *Zuhud* merupakan cara hidup yang mulia, dimana seluruh orang salih telah menjalani, dan dengan begitu hal tersebut menjadi teladan bagi orang-orang setelahnya. Untuk menempuh jalan *zuhud* Al-Quran telah memberikan rambu-rambu dan panduannya agar setiap manusia tidak salah dalam memahami jalan hidup *zuhud* . Diantara ayat-ayat yang berkaitan dengan *zuhud* adalah pada Q.S. Al-Hadīd [57] : 20 dan 23, Q.S. AlQashāsh [28]: 77, dan Q.S. Al-Mā'idah [5]: 87. Adapun hasil penelitian pada kasus ini dapat mengeluarkan empat sikap

*zuhud* dalam Al-Quran; kesederhanaan, kesabaran, wara“ dan keseimbangan hidup (tawāzun).

Jika dilihat dari budaya hedonisme sangat jauh dan sangat kontra terhadap kehidupan yang diajarkan oleh agama islam itu sendiri, islam mengajarkan hidup yang sederhana, tidak bermewah-mewahan, bahkan sampai berlebih-lebihan, jika dianalisa lebih dalam, ternyata *Zuhud* itu bisa mengobati orang-orang yang telah terpengaruh budaya hedonisme, bahkan sampai ke akar-akarnya.

Jika seseorang telah mendalami islam secara mendalam terkait hakikat akhirat, maka dia akan paham, hakikat hidup di dunia ini, bahwasanya hidup di dunia ini tujuan akhirnya yaitu kebahagiaan akhirat lebih utama daripada kebahagiaan dunia. Kebahagiaan sejati ialah akhirat, didalam al quran Allah menjelaskan bahwa kehidupan di dunia hanya senda gurau dan main main saja. Maka dari itu didalam islam memiliki konsep *zuhud* yang didalamnya mengajarkan tentang menjauhkan hal-hal terkait keduniaan, dengan maksud jangan sampai diperbudak dengan dunia. Ketika seseorang sudah diperbudak oleh dunia maka tujuan dia hidup didunia ini sudah menyimpang dari ajaran agama islam itu sendiri.

### **Kesimpulan**

Dalam pandangan Abu Talib al-Makki, hedonisme adalah suatu sikap atau pandangan hidup yang didasarkan pada pencarian kenikmatan dan kesenangan materi. Seseorang yang terlalu mementingkan kenikmatan dunia sering kali dapat terperangkap dalam siklus keinginan yang tidak pernah puas. Hedonisme dapat mengarah pada ketidakpuasan batin dan menghalangi kemungkinan pencarian makna spiritual.

Penerapan *zuhud* ini terhadap orang-orang yang sudah terkena paham hedonisme ini sangat ampuh, kenapa? karena *zuhud* sendiri dengan pengertian melawan/menahan hawa nafsu yang bergejolak terhadap kehidupan didunia ini seperti seorang pemuda yang selalu mempunyai keinginan hidup mewah dan bermegah-megahan. Didalam alquran surah al hadid ayat 20 yang berbunyi, ketahuilah bahwa sesungguhnya kehidupan di dunia ini hanyalah permainan dan suatu yang melalaikan, perhiasan dan bermegah-megahan antara kamu serta berbangga-bangga tentang banyaknya harta dan anak, seperti hujan yang tanam-tanamannya mengagumkan para petani.

Konsep *zuhud*, sebaliknya, mengajarkan kebijaksanaan dalam menghadapi kenikmatan dan kekayaan dunia. Sikap *zuhud* mengajarkan bahwa dunia ini bersifat sementara dan tidak boleh dijadikan tujuan utama kehidupan. Dengan mengembangkan sikap *zuhud*, seseorang mampu mengatasi dorongan-dorongan hedonis yang berlebihan. pandangan alternatif terhadap sikap hedonisme. Dengan mengajarkan sederhana, mengurangi ketergantungan pada dunia, dan mencari makna spiritual, konsep *zuhud* dapat berfungsi sebagai terapi yang membantu individu mengatasi orientasi hidup yang terlalu dipenuhi oleh pencarian kenikmatan duniawi. Dari sinilah *Zuhud* ini sangat penting dipahami setiap muslimin dan mu'minin. Dengan mendalami dan memahami tentang *zuhud* ini hidup kita bisa diselamatkan dari dunia yang fana ini, karena hidup yang sesungguhnya itu kehidupan setelah di dunia yaitu kehidupan di akhirat.



## Daftar Pustaka

- Aji, S. F. *Nalar Pendidikan Islam Kritis Transformatif Abad 21*. Penerbit Mangku Bumi, 2019
- Al-Makki, Abu Talib, *Quantum Qalbu: Nutrisi Untuk Hati*, Indonesia: Pustaka Hidayah, 2018.
- Anggraini, Ranti Tri, Fauzan Heru Santhoso. "Hubungan antara Gaya Hidup Hedonis dengan Perilaku Konsumtif pada Remaja." *Gajah Mada Journal of Psychology*. Vol 3, No 3 (2017). DOI: 10.22146/gamajop.44104
- Rabb, Muhammad Abdul, *The life, Thought and Historical Importance of Abu> Yazid al-Bustami* (Dacca: The Academy For Pakistan Affairs. 1971), h. 82
- Arinda, Dina. "Konformitas Dengan Gaya Hidup Hedonisme Pada Mahasiswa." *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*. Vol 9, No 3 (2021). DOI: <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6497>.
- Choiriyah, Ummu Ihsan dan Al-Atsary ,Abu Ihsan. *Terapi Penyakit Wahn (Cinta Dunia)*. Bekasi: Rumah Ilmu, 2015.
- Eliza. "Makna Dan Sejarah Ajaran Zuhud Dalam Tasawuf," *Al-Munir*, Vol Iv No.8 Oktober 2018.
- Fatah, Abdul, *Kehidupan manusia ditengah-tengah Alam Materi* (Jakarta: Rineka Cipta, 1996,
- Fitria, Tira Nur, Iin Emy Prastiwi. "Budaya Hedonisme dan Konsumtif dalam Berbelanja Online Ditinjau dari Perpektif Ekonomi Syariah," *Jurnal Ilmiah Ekonomi Islam*. Vol 6, No 3 (2020). DOI: <http://dx.doi.org/10.29040/jiei.v6i3.1486>
- Gushevinalti, 2010 *Telaah kritis perspektif Jean Baudrilard pada Perilaku Hedonisme Remaja*. *Jurnal Idea Fisipol UMB*, 4(15).
- Hafiun, Muhammad. "Zuhud Dalam Ajaran Tasawuf," *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, Vol. 14, No. 1, Juni 2017.
- Hidayati, Tri Wahyu. *Perwujudan Sikap Zuhud dalam Kehidupan*," *Millatī, Journal of Islamic Studies and Humanities*, Vol. 1, No. 2, Desember 2016: h. 91-106. DOI: 10.18326/millati.v1i1.243-258
- Ihsan, Nur Hadi, Moh. Isom Mudin, Amir Sahidin. "Implementation Of Zuhd In The Islâh Movement Of Shaykh Abdul Qadir Al-Jilani (D. 561 H./1161 Ce.)." *Madania*. Vol. 25, No. 1, Juni 2021.
- Ismail, Maryam, 'Hedonisme Dan Pola Hidup Islam', *Jurnal Ilmiah Islamic Resources*, 16.2, 193 (2020), <<https://doi.org/10.33096/jiir.v16i2.21>>.
- Jennyya, Vionnalita, Maria Heny Pratiknjo, Selvie Rumampuk. "Gaya Hidup Hedonisme Di Kalangan Mahasiswa Universitas Sam Ratulangi," *Jurnal Holistik*. Vol. 14. No. 3 / Juli – September 2021.
- Khairat, Masnida, Nur Aisyiah Yusri, Shanty Yuliana. "Hubungan Gaya Hidup Hedonis Dengan Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswi." *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam*. Vol 9, No 2 (2018). DOI: <https://doi.org/10.15548/alqalb.v9i2.861>
- Muqit, Abdul. "Makna Zuhud Dalam Kehidupan Prespektif Tafsir Al-Qur'an," *Ta'wiluna: Jurnal Ilmu Al-Qur'an, Tafsir dan Pemikiran Islam*, Volume 1, Number 2, September 2020. e-ISSN: 2723-0422. <https://ejournal.iaifa.ac.id/index.php/takwiluna>

- Ranti Tri Anggraini and Fauzan Heru Santhoso, 'Hubungan Antara Gaya Hidup Hedonis Dengan Perilaku Konsumtif Pada Remaja', *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 3.3, 131. (2019) <<https://doi.org/10.22146/gamajop.44104>>.
- Saputri, Ardilla, Risana Rachmatan. "Religiusitas Dengan Gaya Hidup Hedonisme: Sebuah Gambaran Pada Mahasiswa Universitas Syiah Kuala." *Jurnal Psikologi*, Vol 12, No 2 (2016). DOI: <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v12i2.3230>.
- Setiawan, David Firna, 'Equilibria Pendidikan Jurnal Ilmiah Pendidikan Ekonomi', *Equilibria Pendidikan*, 3.2, (2018) 48.
- Thamrin, Hasnidar, dan Adnan Achiruddin Saleh. "Hubungan Antara Gaya Hidup Hedonis dengan Perilaku Konsumtif pada Mahasiswa," *Komunida: Media Komunikasi dan Dakwah*. Volume 11 Nomor 01 2021; pp.1-14; DOI: 10.35905/komunida.v11i01
- Triana, Rumba, 'Zuhud Dalam Al-Quran', *Al - Tadabbur: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*, 2.03, (2017) <<https://doi.org/10.30868/at.v2i03.195>>.
- Trimartati, Novita, 'Studi Kasus Tentang Gaya Hidup Hedonisme Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Angkatan 2011 Universitas Ahmad Dahlan', *Psikopedagogia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3. 1, 20, 2014 <<https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v3i1.4462>>.
- Utami, Christina Whidya, *Manajemen Ritel Strategi Dan Implementasi Ritel Modern*, Jakarta: Salemba Empat., 2019.
- Wahid, Abd. "Karakteristik Sifat Zuhud menurut Hadis Nabi," *Al-Mu'ashirah*. Vol. 13, No. 1, Januari 2016.
- Triana, Rumba, (2017) 'Zuhud Dalam Al-Quran', *Al - Tadabbur: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*, 2.03, 57–90 <<https://doi.org/10.30868/at.v2i03.195>>.