

Peran *Hifz Al-Mal* dalam Membentuk Praktik *Frugal Living* dan Kontribusinya Terhadap Gaya Hidup Berkelanjutan di Kalangan Rumah Tangga Muslim Watampone

Surya Karmila Sari, Hukmiah Husain, Ida Farida.

Pascasarjana Institut Agama Islam Negeri Bone

suryakarmilasari202@gmail.com

ABSTRACT

This study examines the role of the principle of hifz al-mal in shaping frugal living practices and its contribution to sustainable lifestyles among Muslim households in Watampone. It is motivated by the growing trend of excessive consumption, which negatively impacts both financial stability and the environment. Using a descriptive qualitative approach, data were collected through interviews with ten informants to explore their understanding and daily practices. The findings reveal that most informants perceive hifz al-mal as a religious obligation to protect wealth from wasteful and non-beneficial use. This principle is applied through careful financial management, prioritizing essential needs, and avoiding consumptive behavior. The practice of frugal living is not solely rooted in religious values but is also reinforced by family upbringing and social influences. The contribution to sustainable living is reflected in efforts to conserve energy, water, and other resources. However, most of these actions are driven by a desire for cost efficiency rather than an awareness of environmental impacts, due to limited knowledge about sustainable lifestyles. Awareness of waste management and environmental responsibility also varies among informants. In conclusion, the study finds that hifz al-mal plays a significant role in encouraging frugality that aligns with sustainable living principles. Therefore, comprehensive education is needed to strengthen the connection between Islamic teachings particularly hifz al-mal and environmental sustainability responsibilities.

Keywords: *Hifz al-Mal; Frugal Living, Gaya Hidup Berkelanjutan.*

ABSTRAK

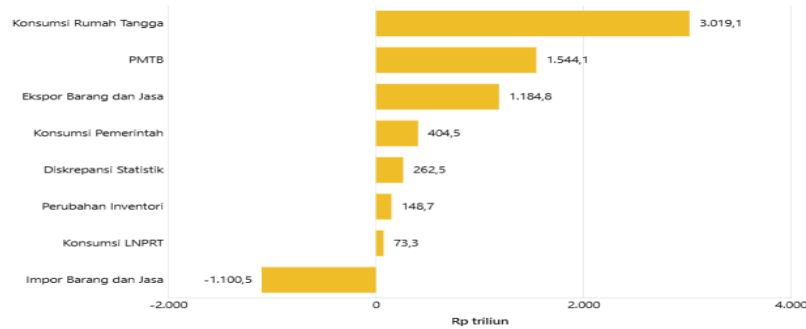
Penelitian ini mengkaji peran prinsip *hifz al-mal* dalam membentuk praktik *frugal living* serta kontribusinya terhadap gaya hidup berkelanjutan pada rumah tangga Muslim di Watampone. Adanya kecenderungan konsumsi berlebihan yang berdampak negatif terhadap kondisi finansial dan lingkungan hidup. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik wawancara terhadap sepuluh informan untuk menggali pemahaman dan praktik yang dijalankan sehari-hari. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas informan memahami *hifz al-mal* sebagai kewajiban menjaga harta dari pemborosan dan penggunaan yang tidak bermanfaat. Prinsip ini diterapkan melalui pengelolaan keuangan yang cermat, memprioritaskan kebutuhan pokok, serta menghindari perilaku konsumtif. Praktik *frugal living* yang muncul tidak hanya bersumber dari nilai agama, tetapi juga diperkuat oleh pola asuh keluarga dan pengaruh lingkungan sosial. Kontribusi terhadap gaya hidup berkelanjutan tercermin dalam upaya menghemat penggunaan energi, air, serta sumber daya lainnya. Namun, sebagian besar tindakan ini masih didorong oleh pertimbangan efisiensi biaya, bukan karena kesadaran akan dampak lingkungan karena masih kurangnya informasi mengenai gaya hidup berkelanjutan. Kesadaran terhadap pentingnya pengelolaan limbah juga belum merata di antara informan. Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa

prinsip *hifz al-mal* memiliki peran penting dalam membentuk perilaku hemat yang mendukung keberlanjutan. Oleh karena itu, diperlukan edukasi yang lebih menyeluruh mengenai keterkaitan antara ajaran Islam, khususnya *hifz al-mal*, dengan tanggung jawab terhadap keberlanjutan lingkungan.

Kata Kunci: Hifz al-Mal, *Frugal Living*, Gaya Hidup Berkelanjutan

PENDAHULUAN

Di tengah tantangan ekonomi di era modern yang ditandai dengan pola konsumsi berlebihan sebagai akibat dari kemudahan akses untuk mendapatkan berbagai produk, maka menjadi perlu untuk mencari cara menekan konsumsi yang dilakukan. Langkah yang lebih bijaksana adalah mengalihkan perhatian pada penerapan pola konsumsi yang lebih efisien dalam mengelola pengeluaran (Nur et al., 2024). Menurut katadata (2024) Konsumsi rumah tangga pada kuartal II 2024 mencatat nilai sebesar Rp3.019,1 triliun, yang merepresentasikan 54,53% dari total PDB harga berlaku nasional.



Gambar 1. Nilai PDB Harga Berlaku Indonesia berdasarkan Komponen Pengeluaran 2024

Sumber: databoks, 2024

Fakta ini menunjukkan bahwa permintaan domestik dan daya beli masyarakat tetap berada pada level yang cukup kuat. Namun peningkatan konsumsi rumah tangga dalam hal ini tidak sejalan dengan kesejahteraan masyarakat sebab menurut sebuah studi kasus oleh Candra Aditia menunjukkan bahwa Praktik pinjaman *online* yang dilakukan masyarakat Desa Tanjungjaya tidak sesuai dengan tujuan dari ekonomi Islam yaitu masalah (kemaslahatan) bagi umat manusia. Karena dalam perilaku konsumsinya masyarakat sebagian masyarakat membelanjakan uang hasil pinjaman *online* tersebut lebih memilih barang atau jasa yang tidak memberikan masalah seperti gaya hidup konsumtif (*Israf*) dan digunakan untuk bermain judi slot. (Aditia et al., 2024) Selain pinjaman *online*, Shopee PayLater juga marak digunakan sebagaimana yang ditunjukkan pada grafik berikut:



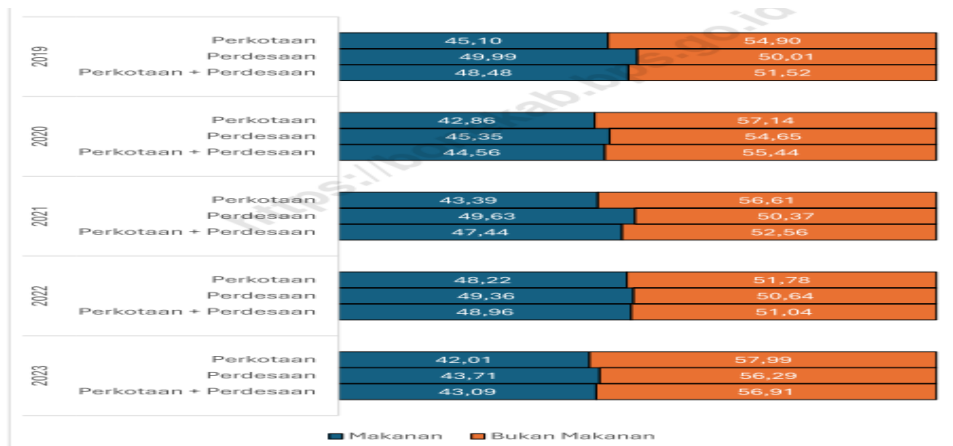
Gambar 2. Pertumbuhan Penggunaan Paylater di Indonesia (2019-2023)

Sumber: GoodStats, 2024.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Oleh Alfina Nur Kholizah dan Muhammad Sulthon (2024) bahwa Gaya hidup yang cenderung hedonis dan materialistis yang dalam Islam dikenal dengan *Israf* dapat menjadi faktor utama yang memengaruhi perilaku konsumtif generasi Z di Kota Lamongan. Persepsi terhadap kemudahan layanan Shopee PayLater, seperti proses pengajuan yang cepat dan fleksibilitas dalam pembayaran, berpotensi mendorong individu untuk bersikap lebih boros atau konsumtif terhadap suatu produk (Kholizah & Sulton, 2025). Hal ini menunjukkan bahwa dengan perilaku boros, konsumtif atau yang dikenal sebagai *Israf* dalam Islam akan memberikan tekanan finansial bagi masyarakat.

Menurut (Tasya Jadidah et al., 2023) Fenomena ini tidak hanya memengaruhi individu secara finansial, tetapi juga berdampak signifikan terhadap lingkungan. Konsumsi berlebihan juga berkontribusi pada peningkatan volume limbah, termasuk limbah plastik, elektronik, dan tekstil, yang memiliki tingkat biodegradabilitas rendah sehingga memperburuk beban lingkungan. Penggunaan bahan sintesis seperti plastik dalam industri ini turut menyumbang pada penumpukan limbah yang sulit terurai, sehingga memperburuk kerusakan lingkungan. Dampak lainnya adalah pengaruh negatif terhadap kesehatan mental konsumen, di mana masyarakat cenderung membeli produk berdasarkan tren atau keinginan pribadi tanpa mempertimbangkan kebutuhan nyata. Kebiasaan ini tidak hanya memengaruhi kesejahteraan emosional, tetapi juga stabilitas keuangan mereka secara keseluruhan (Pratitis & Yumarnis, 2024).

Kabupaten Bone, sebagai salah satu daerah dengan mayoritas penduduk Muslim, memiliki potensi besar untuk menjadi contoh dalam mengadopsi gaya hidup berkelanjutan berbasis nilai-nilai Islam. Namun, perubahan pola konsumsi di kalangan masyarakat, menunjukkan adanya peningkatan pengeluaran rumah tangga dari tahun ke tahun.



Gambar 3. Persentase Rata-rata Pengeluaran per kapita sebulan Kabupaten Bone 2019-2024.

Sumber: BPS Susenas Maret 2023

Berdasarkan keterangan Zulkifli (2023) Pengeluaran Untuk Konsumsi Penduduk Kabupaten Bone Berdasarkan Hasil Susenas Maret 2023, Sustainability (Switzerland), 2023 dapat dilihat bahwa pada pengeluaran rumah tangga terjadi peningkatan dari tahun ke tahun sejak tahun 2019-2023 yang didominasi oleh pangsa pengeluaran non-pangan. Pada Maret 2023, alokasi pengeluaran makanan terbesar masyarakat tercatat pada makanan dan minuman jadi, yang menyumbang 22,50 persen dari total pengeluaran makanan. Posisi berikutnya diisi oleh rokok (16,80 persen), ikan, udang, cumi, dan kerang (15,18 persen), padi-padian (15,10 persen), sayur-sayuran (6,51 persen), serta telur dan susu (4,55 persen). Sementara itu, kelompok komoditas lain, seperti umbi-umbian, daging, kacang-kacangan, buah-buahan, minyak dan kelapa, bahan minuman, bumbu-bumbuan, serta bahan makanan lainnya, memberikan kontribusi sebesar 19,37 persen terhadap pengeluaran makanan. di sisi lain, pengeluaran non-makanan masyarakat didominasi oleh kebutuhan perumahan dan fasilitas rumah tangga, yang mencapai 52,59 persen dari total pengeluaran per kapita per bulan untuk kelompok non-makanan. Pengeluaran ini diikuti oleh alokasi untuk barang tahan lama (14,99 persen), aneka barang dan jasa (13,69 persen), pajak, pungutan, dan asuransi (7,37 persen), keperluan pesta dan kenduri (5,85 persen), serta pakaian, alas kaki, dan tutup kepala (5,52 persen).

Berdasarkan uraian tersebut dapat dilihat bahwa pengeluaran untuk makanan dan minuman jadi mendominasi pangsa pengeluaran makanan, dengan rokok menduduki posisi kedua. Konsumsi makanan dan minuman jadi sering kali dianggap kurang efisien karena umumnya memiliki harga yang lebih tinggi dibandingkan dengan memasak sendiri. Selain itu, makanan dan minuman jadi cenderung menghasilkan limbah tambahan, seperti kemasan sekali pakai, yang dapat berdampak negatif terhadap lingkungan. Menurut laporan dari detik.com pada April 2024, Tempat Pembuangan Akhir (TPA) Passippo yang terletak di Kabupaten Bone, Sulawesi Selatan, kini menjadi sorotan warga akibat bau sampah yang cukup menyengat. Sekitar 30 persen sampah rumah tangga tidak dapat diangkut setiap harinya. Hal ini disebabkan oleh keterbatasan armada pengangkut sampah, yang

semakin diperburuk oleh kerusakan armada yang ada. Koordinator TPA Passippo, Joko, menjelaskan bahwa luas lahan TPA tersebut sekitar 5 hektare, namun sampah yang dapat diangkut per hari hanya sekitar 60 hingga 70 ton. Padahal, seandainya armada mencukupi, sampah yang bisa diangkut bisa mencapai 110 hingga 120 ton per hari. Kekurangan armada ini menyebabkan Dinas Lingkungan Hidup (DLH) Kabupaten Bone mengalami kesulitan dalam mengelola sampah yang terus meningkat, yang memerlukan perhatian lebih dalam perencanaan dan pengadaan sarana yang lebih memadai untuk pengelolaan sampah yang optimal.

Sebagai upaya mengurangi dampak negatif yang ditimbulkan oleh perilaku konsumtif terhadap akumulasi limbah, diperlukan upaya untuk mendorong pola konsumsi yang berkelanjutan. Langkah-langkah yang dapat dilakukan meliputi pengurangan pembelian barang-barang yang tidak esensial, mendukung penggunaan produk yang memiliki daya tahan tinggi, serta menerapkan praktik daur ulang terhadap barang-barang yang sudah tidak terpakai (Haryanto et al., 2022). Menghadapi tantangan ekonomi yang semakin kompleks serta maraknya fitur-fitur teknologi yang memicu perilaku konsumtif, konsep "*frugal living*" kembali menjadi topik yang relevan. Pendekatan ini dianggap sebagai salah satu strategi yang diadopsi oleh masyarakat modern untuk bertahan di tengah tekanan ekonomi yang terus meningkat. Menurut (Maisyarah & Nurwahidin, 2022) Pendekatan ini tidak hanya fokus pada penghematan, tetapi juga pada pengelolaan sumber daya secara bijaksana untuk mencapai kesejahteraan finansial (Nur et al., 2024). Dengan demikian gaya hidup berkelanjutan bisa terwujud, sebab *frugal living* berperan penting dalam mengurangi pemborosan dan konsumsi berlebihan, sehingga dapat mendukung kelestarian lingkungan dan meminimalkan dampak negatif terhadap sumber daya alam. Dengan cara ini, *frugal living* menjadi langkah praktis untuk hidup lebih efisien dan bertanggung jawab, baik dalam aspek finansial maupun lingkungan.

Sejauh ini penelitian mengenai *frugal living* telah dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya. Dessy Nur Isna Inayati, Isnawati Jamilah dan Agus Eko Sujianto (Nur et al., 2024), Rizki Hartantri, Bakti Setyadi, dan Muji Gunarto (Hartantri et al., 2024), Naimatul Hasanah dan Nuril Badriah (Hasanah & Badria, 2024), Perdana Putra Sunawang, Rijal Padlilah dan Dwipa Adi Saputra (Sunawang et al., 2024), Lusiana, Ema Fathimah Wasti, dan Indah Haryani Daulay (Lusiana et al., 2024), Kuni Zakiyah (Zakiyah, 2023), John White (White, 2021), Novi Susanti, Ifa Nurmasari, dan Diana Riyana Harjayanti (Susanti et al., 2023), Asriyana, Nasrullah bin Sapa, Abdi Widjaja dan Daryanti (Asriyana et al., 2024), Umi Yuniatin Maulidah dan Abdullah Afif (Maulidah & Afif, 2024), Valentina D Marchi, Maria A. Penida-Escobar, Rachel Howell, Michelle Verheij dan Petter Knorringa (De Marchi et al., 2022), Muhammad Arief Al Hakim, Khoirul Umam, Aynul Yaqqin, Ali Trigiyat dan Ali Muhtarom (M. A. Al Hakim et al., 2024), Moustapha Kemal dan Najma Mohamed (Kamal & Mohamed, 2023), K. G. Sofi Dinesh, Suddhachit Mitra, Gyanendra Singh Sisodia, Oluwatobi A. Ogunmoku, Yogita Abichandai, Poonam Kumar (Sofi Dinesh et al., 2024), Muhammad Farhan Bagja Naufal, Neneng Nurhasanah, dan Intan Nurrachmi (Naufal et al., 2024), Mutia Urdatul Usqho, Basri Naali, dan Nurul Arifa (Usqho et al., 2024), Eeng Juli Efrianto dan Suharyono (Efrianto & Suharyono, 2023), Lukmanul Hakim dan Rofida Syakiroh (L.

Hakim & Syakiroh, 2023), Anisa Masiyaroh dan Nurwahidin (Maisyarah & Nurwahidin, 2022), Martini Dwi Pusparini (Pusparini, 2022).

Beberapa penelitian terdahulu sebelumnya lebih menekankan pada aspek pengelolaan keuangan pribadi, kebebasan finansial, atau nilai-nilai sosial-ekonomi dalam konteks generasi tertentu, seperti Generasi Z atau Milenial. Beberapa penelitian tersebut juga mengintegrasikan nilai-nilai Islam dalam analisis perilaku konsumsi secara umum seperti konsep ekonomi syariah, maqashid syariah dan etika bisnis Islam dan penelitian juga membahas mengenai konsep *sustainability* dalam Islam. Sementara itu, penelitian ini mengisi kekosongan literatur mengenai *frugal living* dari aspek sosial dan lingkungan yaitu gaya hidup berkelanjutan dengan prinsip *Hifz al-Mal* dalam konteks ekonomi Islam, khususnya di Kabupaten Bone.

Penelitian ini bertujuan untuk menggali bagaimana peran *Hifz al-Mal* dapat membentuk *frugal living* dan kontribusinya terhadap gaya hidup berkelanjutan di kalangan Rumah Tangga Muslim Watampone. Implementasi nilai-nilai Islam dalam pola konsumsi diharapkan tidak hanya memberikan dampak positif bagi kesejahteraan individu, tetapi juga mendukung keberlanjutan lingkungan sebagai bagian dari tanggung jawab kolektif umat manusia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk memahami secara mendalam peran prinsip *hifz al-mal* dalam membentuk praktik *frugal living* serta kontribusinya terhadap gaya hidup berkelanjutan di kalangan rumah tangga Muslim di Watampone. Data primer dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan sepuluh informan yang dipilih secara *purposive sampling*, sedangkan data sekunder diperoleh dari studi literatur yang relevan dengan topik penelitian, seperti kajian ekonomi Islam, prinsip *hifz al-mal*, dan konsep keberlanjutan. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis tematik, yang bertujuan untuk mengidentifikasi pola-pola makna dari jawaban informan yang berkaitan dengan pemahaman agama, praktik konsumsi, serta kesadaran terhadap dampak lingkungan. Dalam pelaksanaannya, penelitian ini menghadapi beberapa keterbatasan, seperti keterbatasan jumlah informan yang membuat hasil tidak dapat digeneralisasi secara luas, serta variasi tingkat pemahaman informan yang memengaruhi kedalaman data yang diperoleh. Selain itu, terbatasnya literatur yang secara langsung mengaitkan prinsip *hifz al-mal* dengan isu keberlanjutan lingkungan menjadi tantangan tersendiri dalam penguatan analisis teoritis. Meskipun demikian, metodologi yang digunakan telah mampu menggambarkan secara keterkaitan antara nilai-nilai Islam dan praktik hidup hemat yang mendukung prinsip keberlanjutan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil Penelitian berdasarkan Hasil Wawancara dengan Informan

No.	Nama Informan	Pemahaman & Penerapan Hifz al-Mal	Penerapan <i>Frugal Living</i>	Penerapan Gaya Hidup Berkelanjutan
1	Informan 1	Menjaga harta dari pencurian dan pemborosan, hidup sederhana, utamakan kebutuhan pokok, ada dana darurat.	Membedakan kebutuhan dan keinginan, tidak boros, beli yang diperlukan, evaluasi belanja.	Hemat energi, matikan alat elektronik. Tidak memilah sampah, masih pakai plastik.
2	Informan 2	Tidak boros, hemat demi masa depan, dana darurat, evaluasi pengeluaran.	Tidak ada strategi khusus, beli kebutuhan saja, evaluasi jika ada barang tidak terpakai.	Gunakan barang tahan lama, karung bekas, hemat listrik dan air.
3	Informan 3	Mengelola harta dengan bijak, dana darurat, pengeluaran diprioritaskan, hindari pemborosan.	Tidak beli barang tidak penting, daftar belanja, evaluasi kebutuhan.	Berikan barang bekas ke orang lain, hemat energi, masih pakai barang sekali pakai.
4	Informan 4	Gunakan harta untuk hal bermanfaat, prioritaskan kebutuhan pokok, cek ulang keinginan, dana darurat.	Membuat daftar belanja dan mencatat pengeluaran, beli berdasarkan kebutuhan.	Gunakan botol sendiri, hemat listrik dan air, belum pilah sampah.
5	Informan 5	Manfaatkan harta untuk kebutuhan dan amal, perencanaan keuangan, dana darurat dipisah sejak awal.	Anggarkan dana nafkah, evaluasi keuangan jika ada pengeluaran tidak penting.	Gunakan botol sendiri, hemat listrik, barang tahan lama, beri barang ke orang lain.
6	Informan 6	Anggarkan dan catat pengeluaran, prioritaskan kebutuhan	Anggaran belanja, prioritaskan	Memilah sampah, kompos, hemat

		pokok, memiliki dana darurat.	kebutuhan pokok, evaluasi belanja rutin.	listrik dan air, hindari plastik.
7	Informan 7	Kelola pendapatan dengan cermat, dana darurat, evaluasi anggaran, hindari pemborosan.	Anggaran rinci, evaluasi berkala, bedakan kebutuhan dan keinginan.	Belum pilah atau daur ulang sampah, hemat listrik, masih pakai plastik.
8	Informan 8	Menghindari belanja berlebih, belanja sesuai kebutuhan, dana darurat disiapkan, evaluasi pengeluaran.	Pikirkan manfaat barang sebelum beli, target belanja bulanan.	Kurangi kantong plastik, hemat listrik, belum pilah sampah.
9	Informan 9	Anggaran dan prioritas kebutuhan pokok, dana darurat tersedia, cek ulang keinginan.	Anggaran belanja, catat keuangan, evaluasi jika kelebihan pengeluaran.	Pilah sampah, botol sendiri, hemat listrik, pertimbangkan lingkungan.
10	Informan 10	Perencanaan, dana darurat, hindari kikir dan boros, sadari pentingnya berkah harta.	Buat catatan pengeluaran, cari barang murah, bandingkan harga, menabung.	Pilah sampah, lampu hemat energi, hindari alat makan sekali pakai.

Pemahaman dan Penerapan Prinsip *Hifz Al-Mal* dalam Konteks Pengelolaan Keuangan dan Konsumsi Rumah Tangga Muslim di Watampone.

Pemahaman Prinsip *Hifz al-Mal* Kalangan Rumah Tangga di Watampone

Hifz al-mal merupakan satu langkah dalam mewujudkan kesejahteraan bersama serta menjaga kekayaan dari penggunaan yang tidak tepat atau merugikan. Dalam dimensi *Hifz al-Mal* juga ditekankan pentingnya menjaga dan mengatur harta dengan cara yang etis dan bertanggung jawab (Arifa et al., 2023), *Hifz al-Mal* atau perlindungan harta menitikberatkan pada pengelolaan kekayaan secara bijak, antara lain dengan menjauhi perilaku boros dan konsumsi yang berlebihan, mengalokasikan sebagian harta untuk tabungan dan investasi, serta membelanjakannya pada hal-hal yang memiliki nilai manfaat dan produktivitas (Nadhifah & Syakur, 2025). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar informan memiliki pemahaman yang cukup baik mengenai prinsip *Hifz al-Mal* sebagai upaya menjaga dan mengelola harta secara bertanggung jawab sesuai dengan tuntunan syariat. Pemahaman ini meliputi

perlindungan harta dari hal-hal yang membahayakan secara eksternal seperti pencurian, maupun dari ancaman internal seperti pemborosan dan kemubaziran.

Informan 1 dan 2, misalnya, memaknai *Hifz al-Mal* sebagai bentuk perlindungan harta dari gangguan luar. Informan 1 menyatakan bahwa hal ini berarti “menjaga harta dari gangguan orang lain, misal pencurian atau yang merugikan pemilik harta”, sedangkan Informan 2 menyebutnya sebagai cara melindungi dan memelihara harta dari gangguan pihak lain maupun dari perbuatan yang merugikan diri sendiri.

Beberapa informan lainnya seperti informan 4, 5, dan 7 menekankan aspek tanggung jawab dan kebijaksanaan dalam pemanfaatan harta. Informan 5 menyebutkan bahwa *Hifz al-Mal* adalah “menggunakan harta secara benar dan bertanggung jawab sesuai syariat, termasuk menghindari pemborosan.” Sementara informan 2, meskipun mengaku tidak terlalu familiar dengan istilah *Hifz al-Mal*, tetap memahami substansinya sebagai upaya “menjaga agar harta tidak digunakan untuk hal yang membahayakan atau sia-sia.”

Berdasarkan pernyataan informan di atas, dapat disimpulkan bahwa pemahaman dan penerapan prinsip *Hifz al-Mal* telah menjadi bagian dari kesadaran moral dan spiritual rumah tangga Muslim di Watampone. Mereka tidak hanya memahami *Hifz al-Mal* sebagai upaya melindungi harta dari kerugian fisik seperti pencurian, tetapi juga dari kerusakan nilai akibat pemborosan dan konsumsi berlebihan. Sebagaimana penelitian oleh Siti Nurun Nadhifah (Nadhifah & Syukur, 2025), bahwa *Hifz al-Mal* bertentangan dengan perilaku hedonisme yang memicu perilaku boros yang mencerminkan bahwa *Hifz al-Mal* bukan sekadar konsep ekonomi, tetapi juga bagian dari tanggung jawab keagamaan yang mendorong umat untuk mengelola harta secara bijaksana, etis, dan produktif. Sehingga, prinsip *Hifz al-Mal* tidak hanya berfungsi sebagai pedoman pengelolaan harta secara finansial, tetapi juga sebagai mekanisme spiritual untuk membentengi umat Muslim dari gaya hidup yang melalaikan dan menjauhkan dari nilai-nilai keberkahan dalam rezeki.

Penerapan Prinsip Hifz al-Mal di Kalangan Rumah Tangga Watampone

Konsep mengelola harta *Hifz al-Mal* merupakan komponen dalam *maqashid* syariah. Secara mendalam pengelolaan harta dapat disusun berdasar pada konsep *maqashid* syariah yaitu *dhpenguaruriyat*, *hajiyat* dan *tahsiniyat*, diantaranya (Irwan, 2021): Mengelola Pendapatan, mengelola kebutuhan dengan memprioritaskan kebutuhan yang bersifat *dharuriyat*, mengelola keinginan, keinginan yang dimaksud adalah hal hal dipenuhi setelah kebutuhan terpenuhi, mengelola kelebihan dan kekurangan anggaran dengan melihat faktor yang menyebabkan defisit dan surplus anggaran, dan mengelola ketidakpastian, dengan mempersiapkan anggaran sebagai dana darurat.

Pengelolaan harta, khususnya dalam konteks konsumsi, harus dilakukan secara proporsional dan sesuai dengan kebutuhan yang wajar, mengingat bahwa Allah SWT tidak meridhai perilaku boros dan mubadzir. Sebagaimana firman-Nya:

إِنَّ الْمُبَذِّرِينَ كَانُوا إِخْوَانَ الشَّيْطَانِ وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِرَبِّهِ كَفُورًا

Terjemahnya:

Sesungguhnya para pemboros itu adalah saudara-saudara setan dan setan itu sangat ingkar kepada Tuhannya. (Q.S Al-Isra/17: 27) (Kementerian Agama Republik Indonesia, 2024).

Masalah sering timbul ketika individu melakukan pembelian yang melampaui batas kebutuhan yang rasional. Proses konsumsi memerlukan pertimbangan yang mendalam dan analisis yang matang dalam pengambilan keputusan, untuk memastikan bahwa setiap pengeluaran dilakukan dengan tepat (Sari et al., 2025).

Berdasarkan indikator di atas dapat dilihat bahwa kalangan rumah tangga Watampone dalam penerapan *Hifz al-Mal*, Dalam praktik pengelolaan keuangan rumah tangga Muslim di Watampone, penerapan prinsip *Hifz al-Mal* tercermin secara komprehensif. Pertama, dalam mengelola pendapatan, mayoritas informan secara tegas memprioritaskan kebutuhan pokok (*dharuriyat*) di atas keinginan. Sebagaimana dinyatakan Informan 2, "*membeli hanya yang dibutuhkan misal listrik, cicilan rumah, makanan, wifi dan kebutuhan lain,*" dan Informan 1 menegaskan "*tidak membeli sesuatu yang diinginkan kalau kebutuhan belum terpenuhi.*" Pendekatan ini menunjukkan adanya skala prioritas yang ketat, didukung oleh perencanaan dan pencatatan anggaran. Informan 6 menyebutkan "*membuat rencana anggaran dan mencatat pengeluaran,*" sementara informan lain juga "*mencatat pengeluaran, membedakan kebutuhan dan keinginan, serta menyisihkan dana untuk tabungan dan investasi,*" guna memastikan pendapatan digunakan secara bijak dan efisien.

Kedua, pengelolaan keinginan dilakukan dengan cermat setelah kebutuhan pokok terpenuhi, mempertimbangkan kemanfaatan dan kemampuan finansial. Informan 1 dan 2 menyatakan, "*kalau kebutuhan sudah terpenuhi kita membeli hal-hal yang diinginkan sekali-kali misal beli baju tapi tetap pastikan semua kebutuhan sudah terpenuhi.*" Informan 4 menambahkan, "*biasanya saya lihat dulu apakah keinginan itu bermanfaat atau hanya untuk kesenangan sementara.*" Sikap ini mencerminkan upaya menghindari *israf* (pemborosan) dan *tabdzir* (penghamburan harta) yang dilarang dalam Islam. Dalam menghadapi kelebihan atau kekurangan anggaran, informan menunjukkan strategi adaptif. Saat kekurangan, Informan 1 kadang "*pinjam ke teman*" atau melakukan "*evaluasi dengan melihat apakah ada hal-hal yang dibeli di luar kebutuhan*" sebagaimana disebutkan oleh Informan 4, Informan 2, dan Informan 5. Jika ada surplus, dana cenderung "*ditabung atau disedekahkan*" (Informan 3), atau "*mengalihkan ke tabungan emas*" (Informan 1) sebagai bentuk investasi yang likuid.

Terakhir, mengelola ketidakpastian dengan dana darurat adalah praktik kunci. Para informan secara rinci memiliki dan mengalokasikan dana darurat untuk mengantisipasi "*keadaan yang tidak terduga ke depannya*" (Informan 2), seperti "*dana kesehatan, atau misal situasi darurat kalau motor rusak*" (Informan 1). Informan 3 menekankan bahwa dana darurat "*sangat penting karena kebutuhan tidak ada yang bisa memprediksi jadi ketika kita butuh kita bisa pakai tanpa harus meminjam ke orang lain.*" Praktik pengelolaan keuangan ini secara kolektif menunjukkan internalisasi *Hifz al-Mal* yang efektif, berkontribusi pada stabilitas finansial dan pemeliharaan harta sesuai nilai-nilai Islam.

Peran Prinsip *Hifz Al-Mal* Dalam Membentuk Praktik *Frugal Living* di Kalangan Rumah Tangga Muslim di Watampone

Gaya hidup *frugal living* adalah gaya hidup hemat yang menekan pengeluaran untuk mencapai tujuan keuangan (Susanti et al., 2023). Gaya hidup ini menjadi tren ekonomi saat ini karena menekankan pada prioritas yang benar-benar penting dengan harapan mempercepat pencapaian impian keuangan. Gaya hidup hemat yang mencerminkan disiplin dan kecerdasan dalam pengelolaan barang. Gaya hidup ini adalah salah satu cara untuk mengendalikan diri dari perilaku konsumtif yang berlebihan guna mencapai tujuan jangka panjang (Sari et al., 2025). *Frugal living* jelas berbeda dari gaya hidup irit atau bahkan pelit. Irit cenderung mengarah pada sifat kikir karena mengurangi kebutuhan pokok. Oleh karena itu, hemat dan irit adalah dua hal yang berbeda. menunjukkan bahwa banyak orang setuju bahwa gaya hidup hemat baik untuk dipraktikkan. Mereka yang menerapkan gaya hidup hemat cenderung lebih dewasa dalam berpikir, berhati-hati dalam bertindak, dan bijaksana dalam pengambilan keputusan. Selain itu, gaya hidup hemat juga mengajarkan kebijaksanaan dalam mengelola keuangan (Maisyarah & Nurwahidin, 2022).

Berdasarkan hasil temuan lapangan, praktik *frugal living* di kalangan rumah tangga Muslim di Watampone tercermin dalam tiga indikator utama sejalan dengan penelitian oleh Dessy Nur Isna Inayati, et al (Nur et al., 2024), dalam Amalia Putri Isyanti, et al (Isyanti et al., 2025), diantaranya bijak dalam mengelola kebutuhan dan keinginan, kemampuan mengoptimalkan pengeluaran, serta kecermatan dalam berbelanja melalui perencanaan anggaran.

Pertama, sebagian besar informan menunjukkan kemampuan membedakan secara jelas antara kebutuhan dan keinginan. Mereka memahami bahwa kebutuhan adalah hal-hal yang tidak dapat ditunda pemenuhannya, seperti makanan dan tempat tinggal, sementara keinginan bersifat pelengkap dan dapat ditangguhkan. Kesadaran ini menjadi dasar dalam menentukan prioritas konsumsi sehari-hari. Kemampuan dalam penerapan *frugal living*, yang selaras dengan prinsip *Hifz al-Mal*, adalah kapasitas untuk secara bijaksana membedakan antara kebutuhan (*daruriyat*) dan keinginan (*hajiyyat* atau *tahsiniyat*). Informan seperti Informan 1 dan Informan 2 secara lugas menyatakan bahwa "*kebutuhan memang tidak bisa ditunda misal makanan dan cicilan yang sudah jatuh tempo,*" sementara "*keinginan masih bisa ditunda*" atau bahkan "*tidak dibeli.*" Informan 3 memperjelasnya dengan mendefinisikan "*kebutuhan pokok adalah hal untuk bertahan hidup sedangkan keinginan bisa ditunda.*"

Kedua, dalam hal pengelolaan pengeluaran, informan menerapkan berbagai strategi sederhana namun efektif. Beberapa informan memilih untuk hanya membeli barang yang dibutuhkan, sementara yang lain menggunakan metode seperti pencatatan pengeluaran, alokasi dana bulanan, pemanfaatan diskon, serta evaluasi berkala terhadap pos-pos pengeluaran. Strategi ini menunjukkan adanya kemampuan dalam menyesuaikan konsumsi dengan kondisi finansial agar terhindar dari pemborosan.

Ketiga, praktik kecermatan dalam berbelanja terlihat dari kebiasaan menyusun anggaran atau daftar belanja, memperkirakan harga barang, serta

menyesuaikan belanja dengan kebutuhan aktual. Meskipun tidak semua informan menggunakan perencanaan tertulis, hampir seluruhnya melakukan evaluasi terhadap pembelian sebelumnya untuk mencegah pengeluaran yang sia-sia di masa mendatang.

Secara keseluruhan, praktik *frugal living* yang dilakukan oleh para informan bukan hanya menunjukkan perilaku hemat dalam konteks finansial, tetapi juga mencerminkan kesadaran untuk mengelola konsumsi secara bijak dan terencana. Hal ini memperlihatkan bahwa nilai-nilai kehati-hatian, efisiensi, dan refleksi dalam mengatur pengeluaran telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari masyarakat yang diteliti. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Najmi Qolbiyah, et al. (Qolbiyah et al., 2024), bahwa *Frugal living* menanamkan nilai penting berupa kesadaran finansial serta kemandirian dari tekanan gaya hidup konsumtif yang berlebihan. Pendekatan ini mendorong individu untuk menghindari dorongan emosional seperti *fear of missing out* (FOMO) seperti yang diungkapkan oleh informan 8 "saya pikirkan dulu, saya tidak langsung membelanjakan keinginan saya, pertimbangannya itu apakah yang akan dibeli ini benar-benar diperlukan, jadi saya pikirkan matang-matang dulu apakah yang akan saya beli ini betul-betul dibuthkan atau fomo-fomoan" yang sering kali menjadi pemicu perilaku konsumsi tidak rasional, seperti pembelian barang yang tidak dibutuhkan atau mengikuti tren semata tanpa pertimbangan kebutuhan yang nyata.

Praktik cermat dalam berbelanja merupakan bentuk nyata dari implementasi prinsip *Hifz al-Mal*, atau menjaga harta dalam ajaran Islam. Prinsip ini menekankan pada penggunaan harta secara bertanggung jawab, menghindari pemborosan, serta mengelola pengeluaran secara bijak dan terencana. Sejalan dengan prinsip konsumsi dalam Islam bahwa dalam konteks konsumsi, ajaran Islam menekankan pentingnya menjalani kehidupan yang sederhana dan berorientasi pada prinsip kehati-hatian serta penghindaran terhadap perilaku pemborosan. Aktivitas konsumsi seharusnya dilandaskan pada pemenuhan kebutuhan yang esensial, bukan didorong oleh keinginan bersifat duniawi semata atau kecenderungan hedonis (Qoiriyah et al., 2024).

Mayoritas informan setuju bahwa membelanjakan harta secara berlebihan (boros) atau kikir bertentangan dengan prinsip *Hifz al-Mal*. Informan 1 mencontohkan Nabi Muhammad SAW yang tidak boros, sementara Informan 3 menjelaskan bahwa pemborosan "menghamburkan harta tanpa manfaat dan bertentangan dengan pengelolaan harta yang bijak." Informan 5 bahkan secara lugas menyatakan bahwa "boros adalah bentuk ketidakhati-hatian dalam membelanjakan," sedangkan "kikir berarti tidak melaksanakan hak orang lain seperti zakat atau sedekah," yang keduanya dapat "merusak keberkahan harta." Pernyataan ini selaras dengan firman Allah:

وَاتِ ذَا الْقُرْبَىٰ حَقَّهُ وَالْمِسْكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ وَلَا تُبَذِّرْ تَبْذِيرًا

Terjemahnya:

Berikanlah kepada kerabat dekat haknya, (juga kepada) orang miskin, dan orang yang dalam perjalanan. Janganlah kamu menghambur-hamburkan (hartamu) secara boros. (Q.S Al-Isra /17: 26). (Kementrian Agama Republik Indonesia, 2019)

Berdasarkan hasil wawancara, mayoritas informan menunjukkan kesadaran dalam mengendalikan perilaku konsumsi dengan cara merencanakan pengeluaran, menyusun anggaran, serta melakukan evaluasi berkala terhadap kebutuhan belanja. Informan seperti Informan 4, Informan 7, Informan 6, dan Informan 10 menyebutkan bahwa mereka secara rutin membuat anggaran belanja dan mencatat kebutuhan yang harus dibeli dengan tujuan untuk memastikan agar pengeluaran tidak melampaui pendapatan dan tidak digunakan untuk membeli barang-barang yang tidak penting. Informan 7 menyatakan “*Untuk mengatur pengeluaran bulanan agar cukup dan tidak boros, gunakan strategi berikut: buat anggaran bulanan, catat semua pengeluaran, evaluasi keuangan secara berkala, prioritaskan kebutuhan, bedakan keinginan dan kebutuhan, hindari hutang, manfaatkan promo dan diskon, serta terus belajar tentang pengelolaan keuangan.*”

Meskipun ada informan seperti Informan 1 dan Informan 2 yang tidak secara eksplisit menyusun daftar belanja, mereka tetap melakukan evaluasi terhadap pembelian sebelumnya. Ketika mendapati bahwa suatu barang ternyata tidak berguna atau jarang dipakai, maka barang tersebut tidak dibeli lagi di masa mendatang. Pendekatan ini menunjukkan perilaku adaptif dalam pengelolaan harta, yang juga merupakan bagian dari menjaga kebermanfaatan harta sebagaimana dianjurkan dalam Islam. Ulfah Lutfia Buhari bahkan membagi nafkah suami ke dalam beberapa pos seperti kebutuhan pokok, tabungan, dan dana darurat. Hal ini merupakan bentuk perencanaan kehidupan yang tidak hanya memenuhi kebutuhan sesaat, tetapi juga dapat menjamin keberlanjutan kebutuhan di masa mendatang.

Hampir seluruh informan mengakui pentingnya mengevaluasi ulang pengeluaran yang sudah dilakukan. Proses evaluasi ini tidak hanya membantu mengidentifikasi pemborosan, tetapi juga menjadi sarana perbaikan untuk pengelolaan keuangan yang lebih baik di masa yang akan datang. Dengan demikian, praktik cermat dalam berbelanja yang diterapkan oleh informan tidak hanya menunjukkan perilaku *frugal living*, tetapi juga mencerminkan internalisasi nilai-nilai *Hifz al-Mal* dalam kehidupan sehari-hari. Mereka tidak sekadar menghemat, tetapi juga mengelola harta dengan penuh pertimbangan, prioritas, dan tanggung jawab sesuai tuntunan syariah. Prinsip ini penting dalam menjaga keberkahan dan keberlanjutan harta, baik dalam konteks rumah tangga maupun dalam konteks sosial yang lebih luas. Sejalan dengan penelitian oleh Muhammad Farhan Bagja Naufal, et. al. bahwa praktik *frugal living* yang berfokus pada pemenuhan kebutuhan primer mencerminkan pengelolaan keuangan yang selaras dengan prinsip *maqashid syariah*, tidak hanya *Hifz al-Mal* tetapi juga menjaga agama (*Hifz al-Din*), jiwa (*Hifz al-Nafs*), dan akal (*Hifz al-Aql*) (Naufal et al., 2024). *Hifz al-Mal* menekankan melindungi kekayaan melalui manajemen keuangan yang bertanggung jawab, selaras dengan prinsip-prinsip hidup hemat. Keduanya menganjurkan penganggaran, meminimalkan pengeluaran yang tidak perlu, dan membuat keputusan keuangan yang tepat untuk memastikan stabilitas jangka panjang dan optimalisasi sumber daya di rumah tangga (Yani & Purwanti, 2024).

Kontribusi Praktik *Frugal Living* yang Terbentuk oleh Prinsip *Hifz Al-Mal* terhadap Gaya Hidup Berkelanjutan di Kalangan Rumah Tangga Muslim di Watampone

Tindakan mubazir dan israf tidak hanya merugikan individu secara finansial, tetapi juga berpotensi memperburuk ketimpangan sosial dan menciptakan tekanan terhadap lingkungan. Konsumsi yang berlebihan dapat mendorong eksploitasi sumber daya alam secara tidak berkelanjutan, yang pada akhirnya mengancam keberlangsungan hidup manusia dan merusak bumi sebagai amanah yang harus dijaga dan dipelihara. Dengan demikian, penghindaran terhadap mubazir dan israf bukan hanya merupakan perintah moral-religius, tetapi juga merupakan kontribusi nyata terhadap keadilan sosial dan kelestarian lingkungan hidup. (Fauzi, 2024)

Berdasarkan pembahasan sebelumnya akan dibahas korelasi antara praktik *frugal living* (gaya hidup hemat dan cermat) yang dibentuk oleh prinsip *hifz al-mal* (menjaga harta) dalam Islam, serta kontribusi gaya hidup berkelanjutan di kalangan rumah tangga Muslim di Watampone. Kontribusi ini terangkum dalam empat indikator utama (Suharsono et al., 2023), diantaranya konsumsi bertanggung jawab, pengurangan limbah, penghematan energi, dan minimisasi penggunaan sumber daya, di mana motivasi *Hifz al-Mal* menjadi pendorong utama, meskipun kesadaran akan dampak lingkungan oleh beberapa informan bervariasi.

Praktik *frugal living* yang dijalankan oleh rumah tangga Muslim di Watampone, yang dipengaruhi oleh prinsip Islam *Hifz al-Mal* (menjaga harta), memiliki kontribusi signifikan terhadap gaya hidup berkelanjutan mereka. Meskipun tidak semua informan mengaitkan tindakan mereka dengan kelestarian lingkungan, motivasi utama untuk tidak boros dan mengelola harta dengan bijak secara otomatis mengarah pada kebiasaan yang lebih ramah lingkungan.

Pada konsumsi bertanggung jawab, prinsip *Hifz al-Mal* mendorong informan seperti Informan 2 dan Informan 10 untuk mempertimbangkan daya tahan produk dan menghindari pembelian barang yang tidak sepenuhnya digunakan, yang secara langsung mengurangi pemborosan sumber daya dan potensi limbah. Bahkan bagi mereka yang belum terlalu memikirkan dampak lingkungan, kebiasaan membeli hanya "apa yang dibutuhkan" (seperti Informan 1 dan Informan 2) yang dilandasi ajaran tidak boros, secara efektif meminimalkan konsumsi berlebihan.

Pada aspek pengurangan limbah, meskipun praktik memilah sampah dan mendaur ulang belum umum diterapkan, Informan seperti Informan 3 dan Ulfah Lutfia Buhari lebih memilih memberikan barang tidak terpakai kepada orang lain, sementara Informan 2 mendaur ulang pakaian melalui penjualan *preloved*. Tindakan ini secara efektif memperpanjang siklus hidup produk dan mengurangi sampah yang langsung dibuang ke TPA, mencerminkan semangat untuk tidak menyia-nyiaakan harta.

Penghematan energi juga sangat dominan dan didorong kuat oleh prinsip *Hifz al-Mal* yang menekankan pada larangan *israf*. Perilaku *israf* tidak terbatas pada aspek makanan saja, melainkan mencakup pula penggunaan energi, air, keuangan, serta konsumsi barang-barang mewah secara berlebihan (Fauzi, 2024). Hal ini menegaskan bahwa Islam mendorong umatnya untuk bersikap moderat dan bijak dalam memanfaatkan segala bentuk sumber daya, guna mencegah pemborosan dan menjaga keberlanjutan hidup bersama. Mayoritas informan secara aktif mematikan lampu dan alat elektronik saat tidak digunakan, dengan alasan utama untuk "*menghemat*

pengeluaran listrik." Pemilihan alat elektronik hemat energi atau lampu berdaya rendah saat membeli juga menunjukkan integrasi antara efisiensi energi dan penghematan biaya, yang selaras dengan upaya menjaga harta. Bahkan pilihan berjalan kaki untuk jarak dekat (Dian Sapitri) atau membatasi penggunaan AC (Isnawati Nurman) dilakukan sebagian besar karena pertimbangan penghematan biaya.

Terakhir, dalam upaya meminimalkan penggunaan sumber daya, terlihat informan aktif mengurangi barang sekali pakai. Informan 9 dan Informan 10 membawa botol minum sendiri, Informan 2 menggunakan karung bekas sebagai kantong sampah, dan Informan 4 membawa tas belanja pribadi. Motivasi ekonomis "mengurangi pengeluaran" atau "lebih hemat" menjadi pendorong utama di balik kebiasaan ini, membuktikan bahwa praktik *frugal living* yang berakar pada *Hifz al-Mal* secara langsung berkontribusi pada pengurangan penggunaan barang sekali pakai.

Secara keseluruhan, *frugal living* yang didorong oleh *Hifz al-Mal* menciptakan pola pikir dan kebiasaan yang mendukung gaya hidup berkelanjutan di Watampone. Keinginan untuk menjaga harta dari pemborosan dan mengelolanya dengan bijak, meskipun mungkin tidak selalu didasari kesadaran lingkungan yang eksplisit, pada akhirnya menghasilkan tindakan-tindakan yang selaras dengan prinsip-prinsip keberlanjutan.

Perilaku *israf* dan *mubazir* dalam konsumsi memiliki konsekuensi yang tidak hanya berdampak pada aspek ekonomi dan sosial, tetapi juga memberikan tekanan serius terhadap lingkungan. Penggunaan energi, air, dan sumber daya alam secara berlebihan berkontribusi pada kerusakan ekosistem, polusi, serta mempercepat degradasi lingkungan. Hal ini bertentangan dengan prinsip dasar Islam yang menekankan pentingnya pengelolaan alam secara bijaksana dan berkelanjutan, sebagai bentuk tanggung jawab manusia dalam menjaga amanah penciptaan bagi generasi mendatang. (Fauzi, 2024)

﴿ وَإِذِ اسْتَسْقَىٰ مُوسَىٰ لِقَوْمِهِ فَقُلْنَا اضْرِبْ بِعَصَاكَ الْحَجَرَ فَانفَجَرَتْ مِنْهُ اثْنَتَا عَشْرَةَ عَيْنًا ۗ قَدْ عَلِمَ كُلُّ أُنَاسٍ مَّشْرِبَهُمْ ۗ كَلُوا وَاشْرَبُوا مِنْ رِزْقِ اللَّهِ وَلَا تَعْتُوا فِي الْأَرْضِ مُفْسِدِينَ ۗ ۖ ﴾

Terjemahnya:

(Ingatlah) ketika Musa memohon (curahan) air untuk kaumnya. Lalu, Kami berfirman, "Pukullah batu itu dengan tongkatmu!" Maka, memancarlah darinya (batu itu) dua belas mata air. Setiap suku telah mengetahui tempat minumnya (masing-masing). Makan dan minumlah rezeki (yang diberikan) Allah dan janganlah melakukan kejahatan di bumi dengan berbuat kerusakan. (Q.S. Al-Baqarah/2: 60). (Kementerian Agama Republik Indonesia, 2019)

Ajaran Islam menegaskan pentingnya tanggung jawab manusia dalam menjaga keseimbangan ekologi. Konsumsi yang berlebihan dipandang sebagai perilaku yang tidak hanya merugikan diri sendiri, tetapi juga berpotensi mengganggu tatanan alam yang telah diciptakan secara seimbang. Al-Qur'an mengingatkan bahwa seluruh makhluk diciptakan dengan tujuan yang jelas, dan manusia diberi amanah

sebagai khalifah di bumi untuk menjaga dan merawat ciptaan-Nya. Oleh karena itu, menjaga lingkungan hidup serta menghindari perilaku boros dan eksploitatif merupakan bagian dari kewajiban moral dan spiritual, demi memastikan keberlanjutan hidup bersama dan keharmonisan antara manusia dengan alam (Arici & Ak, 2022).

KESIMPULAN

Rumah tangga Muslim di Watampone umumnya memiliki pemahaman yang cukup baik mengenai prinsip *hifz al-mal* sebagai bagian dari ajaran Islam yang menekankan pentingnya menjaga dan mengelola harta dengan bijak. Pemahaman ini tercermin dalam perilaku mereka yang cenderung membedakan antara kebutuhan dan keinginan, menyusun anggaran rumah tangga, serta menghindari perilaku boros dan konsumtif. Penerapan prinsip ini tampak melalui usaha penghematan, perencanaan belanja yang matang, serta keterlibatan dalam kegiatan produktif seperti menabung, berdagang, dan mengelola pengeluaran agar tetap proporsional dengan pendapatan.

Pemahaman terhadap *hifz al-mal* mendorong terbentuknya gaya hidup hemat atau *frugal living*. Rumah tangga tidak hanya menahan diri dari pemborosan, tetapi juga berusaha hidup secukupnya sesuai prinsip kesederhanaan Islam. *Frugal living* di sini terwujud dalam perilaku seperti membeli barang berkualitas agar tahan lama, memperpanjang umur pakai barang dengan merawat dan memperbaiki, serta memanfaatkan diskon atau promo secara bijak. Nilai-nilai seperti *qana'ah* (merasa cukup) dan *zuhud* (tidak tergantung pada dunia) menguatkan praktik ini sebagai bentuk pengamalan dari prinsip *hifz al-mal*.

Frugal living yang dibentuk oleh pemahaman *hifz al-mal* memberi kontribusi terhadap gaya hidup berkelanjutan. Hal ini tercermin dari praktik ramah lingkungan yang dilakukan rumah tangga, seperti meminimalisir limbah, menggunakan barang secara berulang, dan menghindari perilaku konsumsi berlebihan yang berdampak negatif terhadap lingkungan. Gaya hidup ini juga memperkuat ketahanan ekonomi rumah tangga dengan mengurangi ketergantungan terhadap utang dan mendorong kemandirian finansial. Dengan demikian, prinsip *hifz al-mal* tidak hanya menjaga stabilitas ekonomi rumah tangga, tetapi juga turut menciptakan dampak positif bagi kelestarian lingkungan dan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditia, C., Amirullah, M., & Mumtahaen, I. (2024). Analisis Dampak Praktik Aplikasi Pinjaman Online Terhadap Perilaku Konsumsi Masyarakat Dalam Perspektif Ekonomi Syariah. *JIBEMA: Jurnal Ilmu Bisnis, Ekonomi, Manajemen, Dan Akuntansi*, 2(2), 142–152.
- Arifa, N., Usqho, M. U., & Dinul, M. (2023). Eefektivitas Peluang Transaksi Online di Era Digital Persektif Maqasid Syariah (Hifz al-). *Al Hurriyah: Jurnal Hukum Islam*, 7(1).

- Arıcı, H. Y., & Ak, H. (2022). OPUS Journal of Society Research A Perspective on Sustainable Ecology in the Light of the Qur'an. *OPUS-Journal of Society Research*, 19(46), 380–392.
- Asriyana, Sapa, B. N., Widjaja, A., & Daryanti. (2024). Gaya Hidup Frugal Living Dalam Penggunaan Kartu Kredit Menurut Pandangan Islam. *Jurnal Ilmiah Manajemen Dan Bisnis*, 6(3), 1650–1659. <http://ejurnal.ung.ac.id/index.php/JIMB>
- De Marchi, V., Pineda-Escobar, M. A., Howell, R., Verheij, M., & Knorrninga, P. (2022). Frugal innovation and sustainability outcomes: findings from a systematic literature review. *European Journal of Innovation Management*, 25(6), 984–1007. <https://doi.org/10.1108/EJIM-02-2022-0083>
- Efrianto, E. J., & Suharyono. (2023). Gaya Hidup “Frugal Living” Masyarakat Kota Bengkulu dalam Tinjauan Etika Ekonomi Islam. *Baabu Al-Ilmi: Ekonomi Dan Perbankan Syariah*, 8(1), 91–101. <https://doi.org/10.31000/jkip.v4i2.7221.2>
- Fauzi, A. A. (2024). Penyikapan Islam terhadap Mibazir dan Isrof dalam Konsumsi Studi tentang Etika Penggunaan Sumber Daya Alam. *Jurnal Riset Ekonomi Islam*, 3(2), 33–40.
- Hakim, M. A. Al, Umam, K., Yaqqin, A., Trigiyatno, A., & Muhtarom, A. (2024). Islamization Consumption Behavior Concept (Islamic Offer in Consumption Behavior in the Alfa Generation). *Istinbath: Jurnal Hukum Dan Ekonomi Islam*, 23(1), 189–201. <https://doi.org/10.20414/ijhi.v23i1.667>
- Hakim, L., & Syakiroh, R. (2023). Twitter as a Mirror: Examining Public Sentiments Towards Frugal Living from an Islamic Ethical Perspective. *Sosial Budaya*, 20(1), 12–21.
- Hartantri, R., Setyadi, B., & Gunarto, M. (2024). Analysis of the Effect of Frugal Living on Employee Financial Management in Achieving Financial Freedom. *International Journal of Finance Research*, 5(1), 103–113. <https://doi.org/10.47747/ijfr.v5i1.1700>
- Haryanto, H. C., Wiadi, I., & Mayasari, I. (2022). Bagaimana Perilaku Konsumsi Pro Lingkungan pada Lintas Generasi? (Studi Kualitatif pada Generasi X, Y dan Z). *Jurnal Ecopsy*, 9(2), 97. <https://doi.org/10.20527/ecopsy.2022.10.009>
- Hasanah, N., & Badria, N. (2024). Frugal Living : Perspektif Generasi Z Melalui Pendekatan Kualitatif. *Ekspektasi: Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 9(1), 1–8. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
- Irwan, M. (2021). Kebutuhan Dan Pengelolaan Harta Dalam Maqashid Syariah. *Elastisitas: Jurnal Ekonomi Pembangunan*, 3(2), 160–174. <https://doi.org/10.29303/e-jep.v3i2.47>

- Isyanti, A. P., Azizah, S. W. N., & Amalia, S. R. (2025). Literasi Keuangan dalam Memoderasi Pengaruh Frugal Living terhadap Perilaku Keuangan pada Mahasiswa Santri Pondok Pesantren An- Nur Yogyakarta. *IJAA: Indonesian Journal of Auditing and Accounting*, 2(1), 111–124.
- Kamal, M., & Mohamed, N. (2023). An Islamic Perspective on Ecology and Sustainability. *Ecotheology - Sustainability and Religions of the World*, 1–17. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.5772/intechopen.105032>
- Kementerian Agama Republik Indonesia. (2019). *Al-Baqarah: 60*.
- Kementerian Agama Republik Indonesia. (2024). *QS. Al-Isra: 27*. Quran Kemenag.
- Kementrian Agama Republik Indonesia. (2019). *Q.S Al-Isra: 26*.
- Kholizah, A. N., & Sulton, M. (2025). YUME : Journal of Management Pengaruh Gaya Hidup , Persepsi Kemudahan Dan Literasi Keuangan Terhadap Perilaku Konsumtif Pengguna Shopee Pay Latter Pada Gen Z. *YUME: Journal of Management*, 8(1), 127–137.
- Lusiana, L., Fathimah, E., & Daulay, W. I. H. (2024). Exploration of Frugal Living in Facing the Flexing Phenomenon in the Millennial Generation (Sharia Economic Concept). *Muamalatuna*, 15(2), 205–224. <https://doi.org/10.37035/mua.v15i2.9651>
- Maisyarah, A., & Nurwahidin, N. (2022). Pandangan Islam Tentang Gaya Hidup Frugal Living (Analisis Terhadap Ayat Dan Hadits). *Tadarus Tarbawy : Jurnal Kajian Islam Dan Pendidikan*, 4(2). <https://doi.org/10.31000/jkip.v4i2.7221>
- Maulidah, U. Y., & Afif, A. (2024). Konsep Frugal Living dalam Menciptakan Keluarga Sakinah Perspektif Maqashid Al-Syari'ah. *Jurnal Sains Student Research*, 2(5), 220–234.
- Nadhifah, S. N., & Syakur, A. (2025). Etika Konsumsi dan Tantangan Hedonisme Perspektif Al-Qur'an dan Hadis. *Jesya (Jurnal Ekonomi Dan Ekonomi Syariah)*, 8(1), 557–568.
- Naufal, M. F. B., Nurhasanah, N., & Nurrachmi, I. (2024). Analisis Maqashid Syariah terhadap Perilaku Konsumsi dari Pengguna Gaya Hidup Frugal living. *Bandung Conference Series: Islamic Economic Law*, 4(2), 422–431.
- Nur, D. I. I., Jamilah, I., & Sujianto, A. E. (2024). Penerapan Konsep Frugal Living dalam Perencanaan Keuangan Pribadi. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4(1), 2264–2278.
- Pratitis, R. A., & Yumarnis, R. A. A. (2024). Dampak Fast Fashion Terhadap Lingkungan Dan Masyarakat: Studi Kasus Brand H&M. *Jurnal Ilmu Hukum, Sosial, Dan Humaniora*, 2(1), 327–334.
- Pusparini, M. D. (2022). Maqasid Sharia-Based Financial Plan to Prevent Conspicuous Consumption Among Muslim Household. *Al-Tijary: Jurnal Ekonomi Dan Bisnis Islam*, 8(1), 15–30. <https://doi.org/10.21093/at.v8i1.5040>

- Qoiriyah, M., Yanti, N. K., Budiono, C. M. V., & Oktafia, R. (2024). Perilaku Ekonomi dalam Perspektif Islam. *ISLAMICA: Jurnal Studi Keislaman*, 2(2), 4–10. <https://doi.org/10.15642/islamica.2008.3.1.26-35>
- Qolbiyah, N., Carissa, V., & Juliandra, V. R. (2024). Fenomenologi Komunikasi Generasi Z Dalam Menghadapi Tantangan Konsep Hidup Frugal Living. *Al-Mikraj: Jurnal Studi Islam Dan Humaniora*, 6(2), 426–441.
- Sari, S. K., Kirana, A. P., & Karyono, O. (2025). *OVERCOMING ISRAF: AN EXPLORATION OF FRUGAL LIVING WITHIN THE FRAMEWORK OF HIFDZ AL-MAL*. 8(1), 1–21.
- Sofi Dinesh, K. G., Mitra, S., Sisodia, G. S., Ogunmokun, O. A., Abichandani, Y., & Kumar, P. (2024). Measuring the consumer's choice for edible cutlery: A sustainable lifestyle perspective. *Journal of Infrastructure, Policy and Development*, 8(6), 1–17. <https://doi.org/10.24294/jipd.v8i6.4072>
- Suharsono, S., Aini, K., & Irbah, A. N. (2023). Keberadaan Prinsip (Maqashid Al-Syariah) Hifdzul Mal Dalam Kegiatan Investasi Konvensional Non Maisir. *Investama: Jurnal Ekonomi Dan Bisnis*, 9(2), 135–146. <https://doi.org/10.56997/investamajurnalekonomidanbisnis.v9i2.1006>
- Sunawang, S. P. P., Padlilah, R., & Saputra, D. A. (2024). An Exploration of Frugal Living's Lifestyle Among Migrant Students of Pertamina University: Implications for Identity in Intercultural Communication. *Jurnal Indonesia Sosial Sains*, 5(08), 2015–2021. <https://doi.org/10.59141/jjiss.v5i08.1214>
- Susanti, N., Nurmasari, I., & Harjayanti, D. R. (2023). Penerapan Konsep Frugal Living pada Keuangan dan Bisnis Keluarga. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat: Kreasi Mahasiswa Manajemen*, 3(4), 363. <https://doi.org/10.32493/kmm.v3i4.37133>
- Tasya Jadidah, I., Anisah, N., Nabila Zakiyah, A., Kumala Sari, E., Dewi, M., & Panca Putri, S. (2023). Pengaruh Pola Konsumsi Masyarakat Urban Dan Dampaknya Terhadap Lingkungan. *SIGNIFICANT: Journal Of Research And Multidisciplinary*, 2(02), 242–251. <https://doi.org/10.62668/significant.v2i02.876>
- Usqho, M. U., Naali, B., & Arifa, N. (2024). Menolak Hedonisme: Memilih Trend Frugal Living dalam Perspektif Ekonomi Islam Indonesia. *Al-Hurriyah: Jurnal Hukum Islam*, 7(1), 112–124.
- White, J. (2021). The Frugal Life and Why We Should Educate For It. *London Review of Education*, 19(1), 0–12. <https://doi.org/10.14324/LRE.19.1.13>
- Yani, A., & Purwanti, L. (2024). Optimizing Family Financial Stability Through Islamic Household Accounting Practices: A Literature Review. *East Asian Journal of Multidisciplinary Research*, 3(5), 1721–1732. <https://doi.org/10.55927/eajmr.v3i5.8818>
- Zakiyah, K. (2023). Frugal Living, Strategi Mengelola Aset Ataupun Life style. *Al-Ujrah: Jurnal Ekonomi Islam*, 2(02), 105–120.

Zulkifli. (2023). Pengeluaran untuk Konsumsi Penduduk Kabupaten Bone berdasarkan Hasil Susenas Maret 2023. In *Sustainability (Switzerland)*. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI