



E-ISSN 3032-601X & P-ISSN 3032-7105

Vol. 2, No. 1b, Januari 2025

MISTER

**Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science,
Technology and Educational Research**

**Jurnal Penelitian Multidisiplin dalam Ilmu
Pengetahuan, Teknologi dan Pendidikan**

**UNIVERSITAS SERAMBI MEKKAH
KOTA BANDA ACEH**

mister@serambimekkah.ac.id

Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science Technology
and Educational Research

Journal of MISTER

Vol. 2, No. 1b, Januari 2025

Pages : 1680–1685

Mengoptimalkan Sumber Daya: Panduan Konsumsi dalam Perspektif Al-Quran QS. Al-A'raf/7: 31

Lisa Wahyuni¹, Taufik Warman Mahfudz², Syamhudian Noor³

Ekonomi Syariah Pascasarjana Institut Agama Islam Negeri Palangka
Raya^{1,2}

Fakultas Hukum Universitas Palangka Raya³

Article in Journal of MISTER

Available at : <https://jurnal.serambimekkah.ac.id/index.php/mister/index>

DOI : <https://doi.org/10.32672/mister.v2i1b.2735>

How to Cite this Article

APA : Wahyuni, L., Mahfudz, T. W., & Noor, S. (2024). Mengoptimalkan Sumber Daya: Panduan Konsumsi dalam Perspektif Al-Quran QS. Al-A'raf/7: 31. *Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science, Technology and Educational Research*, 2(1b), 1680 – 1685. <https://doi.org/10.32672/mister.v2i1b.2735>

Others Visit : <https://jurnal.serambimekkah.ac.id/index.php/mister/index>

MISTER: *Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science, Technology and Educational Research* is a scholarly journal dedicated to the exploration and dissemination of innovative ideas, trends and research on the various topics include, but not limited to functional areas of Science, Technology, Education, Humanities, Economy, Art, Health and Medicine, Environment and Sustainability or Law and Ethics.

MISTER: *Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science, Technology and Educational Research* is an open-access journal, and users are permitted to read, download, copy, search, or link to the full text of articles or use them for other lawful purposes. Articles on Journal of MISTER have been previewed and authenticated by the Authors before sending for publication. The Journal, Chief Editor, and the editorial board are not entitled or liable to either justify or responsible for inaccurate and misleading data if any. It is the sole responsibility of the Author concerned.



ISSN 3032-7105

ISSN 3032-601X



9 773032 710001 9 773032 601002

Mengoptimalkan Sumber Daya: Panduan Konsumsi dalam Perspektif Al-Quran QS. Al-A'raf/7: 31

Lisa Wahyuni^{1*}, Taufik Warman Mahfudz², Syamhudian Noor³
Ekonomi Syariah Pascasarjana Institut Agama Islam Negeri Palangka Raya^{1,2}
Fakultas Hukum Universitas Palangka Raya³

*Email: lisawahyuni1213@gmail.com; taufik.warman.mahfuzh@iain-palangkaraya.ac.id;
syamhudian@law.upr.ac.id

Diterima: 24-12-2024

| Disetujui: 25-12-2024

| Diterbitkan: 26-12-2024

ABSTRAK

Penelitian ini ingin melihat konsumsi dalam pandangan Islam menurut Alquran Qs. Al Araf Ayat 31. Hasil kajian penelitian didapatkan bahwa mengonsumsi makan makanan yang baik dan minum minuman yang bermanfaat adalah dalam rangka mengatur dan memelihara kesehatan untuk dapat beribadah kepada Allah dengan baik. Karena kesehatan badan banyak hubungannya dengan makanan dan minuman. Makanan dan minuman yang berlebihan berakibat terganggunya kesehatan. Karena itu, Allah melarang berlebihan dalam makan dan minum. Didalam al Qur'an Terdapat empat prinsip utama dalam sistem ekonomi Islam yang diisyaratkan: Hidup hemat tidak berlebihan, Mengeluarkan Zakat, Tidak Riba, Mengonsumsi yang halal dan bekerja yang halal. Serta terdapat etika konsumsi yaitu Larangan bersikap kikir/bakhil dan menumpuk harta, larangan Bersikap Israf (Royal), dan Tabzir (Sia-sia), Seimbang dalam konsumsi Islam mewajibkan kepada pemilik harta agar menafkahkan sebagian hartannya untuk kepentingan diri, keluarga, dan fi sabilillah, Membelanjakan harta pada bentuk yang dihalalkan dan dengan cara yang baik.

Katakunci: Konsumsi; Alquran

ABSTRACT

This study aims to see consumption in the Islamic perspective according to the Qur'an Qs. Al Araf Verse 31. The results of the study found that consuming good food and drinking beneficial drinks is in order to regulate and maintain health in order to worship Allah properly. Because body health is closely related to food and drink. Excessive food and drink can disrupt health. Therefore, Allah forbids excessive eating and drinking. In the Qur'an, there are four main principles in the Islamic economic system that are indicated: Living frugally not excessively, Paying Zakat, Not Usury, Consuming what is halal and working halal. And there are consumption ethics, namely the prohibition of being stingy / stingy and accumulating wealth, the prohibition of being Israf (Royal), and Tabzir (Wasteful), Balanced in consumption Islam requires owners of wealth to spend part of their wealth for the benefit of themselves, their families, and fi sabilillah, Spending wealth in a form that is permissible and in a good way.

Keywords: Consumption; Al-Qur'an

PENDAHULUAN

Perilaku konsumtif (konsumsi) nampaknya telah menjadi bagian penting dari kehidupan manusia. Bahkan, perilaku ini merupakan perilaku yang sulit dihindarkan atau dihilangkan dari manusia karena hampir setiap hari manusia melakukan kegiatan konsumsi. Islam sendiri tidak melarang perbuatan konsumtif selama perbuatan itu tidak dilakukan secara berlebihan. Sifat berlebihan merupakan salah satu sikap yang dilarang dalam Islam. Dengan demikian, seorang muslim harus memperhatikan prinsip-prinsip konsumsi Islam.

Dalam sistem perekonomian, konsumsi memainkan peranan penting. Adanya konsumsi akan mendorong terjadinya produksi dan distribusi. Dengan demikian akan menggerakkan roda-roda perekonomian. Konsumsi yang dibolehkan diantaranya adalah konsumsi yang halal, tidak haram, baik dan mempunyai faedah/manfaat serta mendapat Ridho' dan barakah Allah SWT. Konsumsi pada hakikatnya adalah mengeluarkan sesuatu dalam rangka memenuhi kebutuhan.

Dalam konteks globalisasi dan konsumsi yang semakin meningkat, penting bagi umat Islam untuk memahami panduan yang diberikan dalam Al-Quran mengenai perilaku konsumsi. Salah satu ayat yang sangat relevan adalah QS. Al-A'raf/7: 31, yang menekankan pentingnya tidak berlebihan dalam mengonsumsi sumber daya.

كَلِّدْنِ عِيْكُمْ تَنْزُو يَزِيْنَ خَمْ بَيْنَ آدَابِكَّيْلُ وَ دِحْيَسْم و بُشْرَاوَاو اَو يَرْفُسُّ لَتَاوُهُبُ
اَلَيْ يُبَيِّي يَرْفُسُّ اَلْمُ) ٣١)

”Hai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) mesjid, makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan.” (al-A'raf/7: 31).

Tafsir ayat (al-Araf/7: 31): Dalam ayat ini, Allah mengatur urusan makan dan minum. Kalau pada masa Jahiliyah, manusia yang mengerjakan haji hanya makan makanan yang mengenyangkan saja, tidak makan makanan yang baik dan sehat yang dapat menambah gizi dan vitamin yang diperlukan oleh badan, maka dengan turunnya ayat ini, makanan dan minuman itu harus disempurnakan gizinya dan diatur waktu menyantapnya dengan terpelihara kesehatannya. Dengan begitu manusia lebih kuat mengerjakan ibadah. Dalam ayat ini diterangkan bahwa memakai pakaian yang bagus, makan makanan yang baik dan minum minuman yang bermanfaat adalah dalam rangka mengatur dan memelihara kesehatan untuk dapat beribadah kepada Allah dengan baik. Karena kesehatan badan banyak hubungannya dengan makanan dan minuman. Makanan dan minuman yang berlebihan berakibat terganggunya kesehatan. Karena itu, Allah melarang berlebihan dalam makan dan minum. Larangan berlebihan itu mengandung beberapa arti, di antaranya:

1. Jangan berlebihan dalam porsi makan dan minum itu sendiri. Sebab, makan dan minum dengan porsi yang berlebihan dan melampaui batas akan mendatangkan penyakit. Makan kalau sudah merasa lapar, dan kalau sudah makan, janganlah sampai terlalu kenyang. Begitu juga dengan minuman, minumlah kalau merasa haus dan bila rasa haus hilang, berhentilah minum, walaupun nafsu makan atau minum masih ada.
2. Jangan berlebihan dalam berbelanja untuk membeli makanan atau minuman, karena akan mendatangkan kerugian. Kalau pengeluaran lebih besar dari pendapatan, akan menyebabkan hutang yang banyak. Oleh sebab itu, setiap orang harus berusaha agar jangan besar pasak dari pada tiang
3. Termasuk berlebihan juga adalah makan dan minum yang diharamkan Allah. Dalam hal ini Rasulullah telah bersabda:

"Makanlah, minumlah, bersedekahlah, dan berpakaianlah dengan cara yang tidak sombong dan tidak berlebihan. Sesungguhnya Allah suka melihat penggunaan nikmat-Nya kepada hamba-Nya." (Riwayat Ahmad, at-Tirmidzi dan al-hakim dari Abu Hurairah).

Perbuatan berlebihan yang melampaui batas selain merusak dan merugikan, juga Allah tidak menyukainya. Setiap pekerjaan yang tidak disukai Allah, kalau dikerjakan juga, tentu akan mendatangkan bahaya.

Ayat di atas memberikan penegasan kepada setiap individu agar menjaga etika dan prinsip dalam hal berpakaian, makan dan minum. Secara khusus, terkait kegiatan konsumsi hendaknya menjaga keseimbangan dengan tidak makan secara berlebih-lebihan namun juga tidak pelit atau kikir. Frasa di akhir ayat Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan mengisyaratkan bahwa dalam kegiatan konsumsi terdapat nilai spiritualitas. Artinya, ada ketelibatan Allah Swt dalam hal terpenuhinya kebutuhan konsumsi manusia. Islam mengajarkan bahwasanya setiap makanan yang dimakan, begitu pula hal-hal lain yang dinikmati manusia bersumber dari nikmat dan karunia pemberian-Nya.

PEMBAHASAN

Pengertian Konsumsi dalam Islam

Dalam kamus Besar Bahasa Indonesia disebutkan bahwa konsumsi yaitu pemakaian barang hasil produksi (bahan makanan, pakaian dan sebagainya); barang-barang yang langsung memenuhi keperluan hidup kita. Dalam mendefinisikan konsumsi terdapat perbedaan di antara para pakar ekonom, namun konsumsi secara umum didefinisikan dengan penggunaan barang dan jasa untuk memenuhi kebutuhan manusia.

Dalam ekonomi islam konsumsi juga memiliki pengertian yang sama, tapi memiliki perbedaan dalam setiap yang melingkupinya. Perbedaan yang mendasar dengan konsumsi ekonomi konvensional adalah tujuan pencapaian dari konsumsi itu sendiri, cara pencapaiannya harus memenuhi kaidah pedoman syariah islamiyyah.

Teori Konsumsi menurut pusat pengkajian dan pengembangan ekonomi Islam (P3EUII, 2011) adalah pemenuhan kebutuhan barang dan jasa yang memberikan masalah/kebaikan dunia dan akhirat bagi konsumen itu sendiri. Secara umum pemenuhan kebutuhan akan memberikan tambahan manfaat fisik, spiritual, intelektual, ataupun material, sedangkan pemenuhan keinginan akan menambah kepuasan atau manfaat psikis disamping manfaat lainnya. Jika suatu kebutuhan diinginkan oleh seseorang maka pemenuhan kebutuhan tersebut akan melahirkan masalah sekaligus kepuasan, namun jika pemenuhan kebutuhan tidak dilandasi oleh keinginan, maka hanya akan memberikan manfaat semata, artinya jika yang diinginkan bukan kebutuhan maka pemenuhan keinginan tersebut hanya akan memberikan kepuasan saja.

Sifat barang konsumsi menurut Al Ghazali dan Al Syatibi dalam Islam adalah AtTayyibat. Prinsip konsumsi dalam Islam adalah prinsip keadilan, kebersihan, kesederhanaan, kemurahan hati, dan moralitas. Monzer Kahf 29 mengembangkan pemikiran tentang Teori Konsumsi Islam dengan membuat asumsi : Islam dilaksanakan oleh masyarakat, zakat hukumnya wajib, tidak ada riba, mudharabah wujud dalam perekonomian, dan pelaku ekonomi mempunyai perilaku memaksimalkan. Konsep Islam yang dijelaskan oleh Hadits Rasulullah SAW yang maknanya adalah, "Yang kamu miliki adalah apa yang telah kamu makan dan apa yang kamu infakkan."

Terdapat empat prinsip utama dalam sistem ekonomi Islam yang diisyaratkan dalam al Qur'an:

1. Hidup hemat dan tidak bermewah-mewah, yang bermakna bahwa, tindakan ekonomi diperuntukan hanya sekedar pemenuhan kebutuhan hidup(needs) bukan pemuasan keinginan (wants).
2. Implementasi zakat dan mekanismenya pada tataran negara. Selain zakat terdapat pula instrumen sejenis yang bersifat sukarela (voluntary) yaitu infak, shadaqah, wakaf, dan hadiah.
3. Penghapusan Riba; menjadikan system bagi hasil (profit-loss sharing) dengan instrumen mudharabah dan musyarakah sebagai pengganti sistem kredit (credit system) termasuk bunga (interest rate).
4. Menjalankan usaha-usaha yang halal, jauh dari maisir dan gharar; meliputi bahan baku, proses produksi, manajemen, output produksi hingga proses distribusi dan konsumsi harus dalam kerangka halal. Dari empat prinsip demikian, terlihat model perilaku muslim dalam menyikapi harta. Harta bukanlah tujuan, ia hanya sekedar alat untuk menumpuk pahala demi tercapainya falah (kebahagiaan dunia dan akhirat). Harta merupakan pokok kehidupan (an-Nisa(4) :5)30 yang merupakan karunia Allah (an-Nisa(4) :32).

Etika Dalam Konsumsi

- a. Seimbang dalam Konsumsi Islam mewajibkan kepada pemilik harta agar menafkahkan sebagian hartanya untuk kepentingan diri, keluarga, dan fi sabilillah. Islam mengharamkan sikap kikir. Di sisi lain, islam juga mengharamkan sikap boros dan menghamburkan harta. Inilah bentuk keseimbangan yang diperintahkan dalam Al-Quran yang mencerminkan sikap keadilan dalam konsumsi. Seperti yang diisyaratkan dalam Q.S Al-Isra' [17]: 29: "Dan janganlah engkau jadikan tanganmu terbelenggu pada lehermu dan jangan (pula) engkau terlalu mengulurkannya (sangat pemurah) nanti kamu menjadi tercela dan menyosal."
- b. Membelanjakan harta pada bentuk yang dihallowkan dan dengan cara yang baik Islam mendorong dan memberi kebebasan kepada individu agar membelanjakan hartanya untuk membeli barang-barang yang baik dan halal dalam memenuhi kebutuhan hidup. Kebebasan itu diberikan dengan ketentuan tidak melangga batas-batas yang suci serta tidak mendatangkan bahaya terhadap keamanan dan kesejahteraan masyarakat dan negara.⁹ Senada dengan hal ini Abu al-A'la al-Maududi menjelaskan, islam menutup semua jalan bagi manusia untuk membelanjakan harta yang mengakibatkan kerusakan akhlak di tengah masyarakat, seperti judi yang hanya memperturutkan hawa nafsu. Dalam QS. AlMaidah (5) : 88 ditegaskan : "Dan makanlah dari apa yang telah diberikan Allah kepadamu sebagai rezeki yang halal dan baik, dan bertakwalah kepada Allah yang kamu beriman kepada-Nya."
- c. Larangan Bersikap Israf (Royal), dan Tabzir (Sia-sia) Adapun nilai-nilai akhlak yang terdapat dalam konsep konsumsi adalah pelarangan terhadap sikap hidup mewah.¹⁰ Gaya hidup mewah adalah perusak individu dan masyarakat, karena menyibukkan manusia dengan hawa nafsu, melalaikannya dari hal-hal yang mulia dan akhlak yang luhur. Disamping itu, membunuh semangat jihad. Ali Abd ar-Rasul juga menilai dalam masalah ini bahwa gaya hidup mewah (israf) merupakan faktor yang memicu terjadinya dekadensi moral masyarakat yang akhirnya membawa kehancuran masyarakat tersebut. Bagi Afzalur Rahman, kemewahan (israf) merupakan berlebihan dalam kepuasan pribadi atau membelanjakan harta untuk hal-hal yang tidak perlu. Dalam QS. Al-A'raf [7]: 31. Allah telah memperingatkan akan sikap : "Wahai anak cucu Adam! Pakailah

pakaianmu yang bagus pada setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah, tetapi jangan berlebihan. Sungguh, Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan.”

- d. Larangan bersikap kikir/bakhil dan menumpuk harta. Kesadaran untuk membantu penderitaan yang dialami orang-orang yang kekurangan sangat mendapatkan porsi yang besar di dalam Islam. Keseimbangan yang diciptakan Allah dalam bentuk aturan- aturan yang bersifat komprehensif dan universal yaitu al-Qur'an dalam konteks hubungan sosial, apabila diimplementasi- kan dengan mengambil suri teladan para Nabi dan Rasul dan orang-orang beriman masa lalu(As salaf sholeh) membawa dampak terhadap distribusi pemerataan tingkat kesejahteraan. Sikap kikir sebagai salah satu sifat buruk manusia harus dikikis dengan menumbuhkan kesadaran bahwa harta adalah amanah Allah swt yang harus dibelanjakan sebahagian dari harta tersebut kepada orang-orang yang berhak mendapatkannya.

Sumber yang berasal dari Sunnah Rasul, yang artinya : Abu Said Al-Chodry r.a berkata : Ketika kami dalam bepergian bersama Nabi SAW, mendadak datang seseorang berkendaraan, sambil menoleh ke kanan- ke kiri seolah-olah mengharapkan bantuan makanan, maka bersabda Nabi SAW : “Siapa yang mempunyai kelebihan kendaraan harus dibantukan pada yang tidak mempunyai kendaraan. Dan siapa yang mempunyai kelebihan bekal harus dibantukan pada orang yang tidak berbekal.” kemudian Rasulullah menyebut berbagai macam jenis kekayaan hingga kita merasa seseorang tidak berhak memiliki sesuatu yang lebih dari kebutuhan hajatnya. (H.R. Muslim).

Contoh Penerapan Q.s Al A'raf ayat 31 Didalam Kehidupan Sehari-Hari

1. Pemilihan Makan Halal : Saat berbelanja, pastikan untuk memilih makanan yang halal, baik itu daging, produk olahan, atau bahan makanan lainnya. Ini menunjukkan kepatuhan terhadap ajaran agama.
2. Menghindari Pemborosan: Ketika menyajikan makanan, baik untuk diri sendiri atau saat mengundang tamu, usahakan untuk tidak menyajikan makanan dalam jumlah berlebihan. Jika ada sisa, sebaiknya diolah kembali atau dibagikan.
3. Makan dengan Syukur: Sebelum makan, biasakan untuk membaca doa. Ini membantu kita lebih menghargai nikmat yang diberikan dan mengingatkan kita untuk tidak menyia-nyiakan makanan.
4. Keseimbangan dalam Diet: Mengonsumsi makanan dengan seimbang dan tidak berlebihan. Misalnya, memperhatikan asupan sayur dan buah, serta mengurangi makanan yang tinggi gula dan lemak.

KESIMPULAN

Dalam ayat ini menekan bahwa mengonsumsi makanan yang baik dan minum minuman yang bermanfaat adalah dalam rangka mengatur dan memelihara kesehatan untuk dapat beribadah kepada Allah dengan baik. Karena kesehatan badan banyak hubungannya dengan makanan dan minuman. Makanan dan minuman yang berlebihan berakibat terganggunya kesehatan. Karena itu, Allah melarang berlebihan dalam makan dan minum.

Didalam al Qur'an Terdapat empat prinsip utama dalam sistem ekonomi Islam yang diisyaratkan: Hidup hemat tidak berlebihan, Mengeluarkan Zakat, Tidak Riba, Mengonsumsi yang halal dan bekerja yang halal.

Serta terdapat etika konsumsi yaitu Larangan bersikap kikir/bakhil dan menumpuk harta, larangan Bersikap Israf (Royal), dan Tabzir (Sia-sia), Seimbang dalam konsumsi Islam mewajibkan kepada pemilik harta agar menafkahkan sebagian hartanya untuk kepentingan diri, keluarga, dan fi sabilillah, Membelanjakan harta pada bentuk yang dihalalkan dan dengan cara yang baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Andi Bahri S., "Etika Konsumsi Dalam Perspektif Ekonomi Islam," HUNafa: Jurnal Studia Islamika 11, no. 2 (2014): 347–370,
<http://www.jurnalhunafa.org/index.php/hunafa/article/view/360/346>
- Benjamin, "KONSUMSI DALAM PERSPEKTIF ILMU EKONOMI ISLAM."
- Lukman Hakim, Prinsip-prinsip Ekonomi Islam, Jakarta, Erlangga, 2012.
- M. Quraish Shihab, Tafsir al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qur'an, Jakarta: Lentera Hati, 2002, vol. 3,.
- Riwayat Ahmad, At-Tirmidzi Dan Al-Hakim Dari Abu Hurairah).
- Sri Wahyuni, "Teori Konsumsi Dan Produksi Dalam Perspektif Islam," Jurnal Akuntabel Vol 10, no. No 1 (2013): 74–79, <https://core.ac.uk/download/pdf/229018574.pdf>.
- Walter Benjamin, "KONSUMSI DALAM PERSPEKTIF ILMU EKONOMI ISLAM" 3 (2019): 1–9.
- WIDYA SARI, "Produksi, Distribusi, Dan Konsumsi Dalam Islam," ISLAMICONOMIC: Jurnal Ekonomi Islam 5, no. 2 (2014)