

KONSEP GAYA HIDUP MINIMALIS FUMIO SASAKI DALAM PERSPEKTIF ISLAM

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Agama (S.Ag) Pada Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam



Oleh:

DIAN TATA WANOVA
NIM: 12030123944

Pembimbing I
Drs. Saifullah, M.Us

Pembimbing II
Dr. Wilaela, M.Ag

FAKULTAS USHULUDDN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU
1445 H./2024 M.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



2. N SUSKA RIAU

1. Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
2. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© **UIN Suska Riau**

Drs. Saifullah, M.Us

Dekan Fakultas Ushuluddin
Universitas Islam Negeri
Sultan Syarif Kasim Riau

NOTA DINAS

Perihal: Skripsi Saudari

Dian Tata Wanova

Tempat dan Tanggal:

Pekanbaru, Fakultas Ushuluddin

UIN Sultan Syarif Kasim Riau

Di Pekanbaru

Bismillahirrahmanirrahim Bismillatu'ssalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah kami membaca, meneliti, mengoreksi dan mengadakan perbaikan terhadap isi Skripsi Saudari:

Nama : Dian Tata Wanova

NIM : 12030123944

Program Studi : Aqidah dan Filsafat Islam

Judul : Konsep Minimalis Fumio Sasaki Dalam Perspektif Etika Islam

Dengan ini dapat disetujui untuk diuji dan diberikan penilaian, dalam sidang ujian Munaqasyah Skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau.

Demikian kami sampaikan dan atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Bismillahirrahmanirrahim Bismillatu'ssalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekanbaru, Februari 2024

Pembimbing I

UIN SUSKA RIAU

Drs. Saifullah, M.Us

NIP. 196604021992031002



2. N SUSKA RIAU

©

Dr. Wilaela, M. Ag
Dekan Fakultas Ushuluddin
Universitas Islam Negeri
Sultan Syarif Kasim Riau

NOTA DINAS

Perihal: Skripsi Saudari
Dian Tata Wanova

Tempat dan Tanggal:
Pekanbaru, Fakultas Ushuluddin
UIN Sultan Syarif Kasim Riau
Jl. Pekanbaru Baru

Bismillahirrahmanirrahim Bismillatu'ssalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah kami membaca, meneliti, mengoreksi dan mengadakan perbaikan terhadap isi Skripsi Saudari:

Nama : Dian Tata Wanova
NIM : 12030123944
Program Studi : Aqidah dan Filsafat Islam
Judul : Konsep Minimalis Fumio Sasaki Dalam Perspektif Etika Islam

Dengan ini dapat disetujui untuk diuji dan diberikan penilaian, dalam sidang ujian Munaqasyah Skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau.

Demikian kami sampaikan dan atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Bismillahirrahmanirrahim Bismillatu'ssalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekanbaru, Februari 2024
Pembimbing II

UIN SUSKA RIAU

Dr. Wilaela, M. Ag

NIP. 196808021998032001

UIN Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Dilarang mengutip dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



PENGESAHAN

Teladan yang berjudul : Konsep Gaya Hidup Minimalis Fumio Sasaki Dalam Perspektif Islam

: Dian Tata Wanova

: 12030123944

: Aqidah dan Filsafat Islam

Teladan dimunaqasyahkan dalam Sidang Panitia Ujian Serjana Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, pada :

Hari : Kamis

Tanggal : 7 Maret 2024

Sehingga Skripsi ini dapat diterima sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Agama (S. Ag). Dalam Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Pekanbaru, 13 Maret 2024

Dekan,



Dr. H. Jamaluddin, M. Us

NIP. 19670423 199303 1 004

**Panitia Ujian Sarjana
MENGETAHUI**

Sekretaris/Penguji II

Usman, M.Ag

NIP. 19700126 199603 1 002

Penguji IV

Drs. H. Iskandar Arnel, M.A.,Ph.D

NIP/19691130 199403 1 003

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Ketua/Penguji I

Dr. Hj. Riya Rehayati, M.Ag

NIP. 19690129 200501 2 005

Penguji III

Prof. Dr. H. Afrizal, M. M.A

NIP. 19591115 198903 1 001



Lampiran Surat :
 Nomor : Nomor 25/2021
 Tanggal : 10 September 2021

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Dian Tata Wanova
 NIM : 12030123944
 Tempat/Tgl. Lahir : Tapan, 09 Oktober 2001
 Fakultas/Pascasarjana : Ushuuddin
 Prodi : Asidrah dan Filsafat Islam
 Judul Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya*:

Konsep Gaya Hidup Minimalis Fumpo Sasaki Dalam Perspektif Islam

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya* dengan judul sebagaimana tersebut di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya* saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apa bila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/(Karya Ilmiah lainnya)* saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikianlah Surat Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

UIN SUSKA RIAU
 Pekanbaru, 26 Maret 2021
 Yang membuat pernyataan



Dian Tata Wanova
 NIM : 12030123944

* pilih salah satu sesuai jenis karya tulis

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
 © Hak Cipta milik UIN Suska Riau
 State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim,

Alhamdulillah, ucapan puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberi rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi untuk melengkapi persyaratan agar dapat memperoleh gelar sarjana dalam ilmu Ushuluddin (S.Ag). Sholawat dan salam senantiasa disampaikan kepada baginda besar Rasulullah SAW yang telah menjadi suri tauladan bagi umat manusia dengan mengucapkan *Allahumma sholli 'ala sayyidina muhammad wa'ala aali sayyidina muhammad*.

Selanjutnya pembahasan dalam skripsi ini bertujuan untuk mengetahui konsep minimalis Fumio Sasaki yang dilihat dari perspektif etika Islam, dengan judul “Konsep Gaya Hidup Minimalis Fumio Sasaki Dalam Perspektif Islam”. Penelitian ini bisa dijadikan referensi tambahan dalam kajian Aqidah dan Filsafat Islam sekaligus menjadi syarat menyelesaikan tugas akhir di Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Penulis mengetahui bahwa menyelesaikan skripsi bukanlah hal yang mudah untuk melewati banyak sekali rintangan yang harus dihadapi oleh penulis, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih yang tidak terhingga kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penulisan skripsi ini, memberikan bimbingan, motivasi, saran dan *mensupport* hingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini :

1. Secara khusus kepada kedua orang tua saya yang selalu menyemangati, mendampingi anaknya untuk menyelesaikan skripsi ini dan terimakasih atas doa-doa yang selalu kedua orang tua saya panjatkan setiap hari-nya, Ayahanda Irwan dan ibu Eli Kasri Nova yang penulis sayangi dan Mak Gaek Ridas. Adik Demas Mariska dan Renada Nur Irwan, abang Agung Muhammad Iqbal, dan cik Foni Sri Hartuti serta penulis mengucapkan terimakasih kepada seluruh keluarga besar yang telah menyemangati penulis.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

2. Bapak Prof Dr. Khairunnas, M.Ag selaku rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, beserta jajarannya yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
3. Bapak Dekan Dr. H. Jamaluddin, M.Ush, wakil dekan I bunda Dr. Rina Rehayati, M.Ag, wakil dekan II bapak Dr. Afrizal Nur, M.Us dan Wakil Dekan III bapak Ridwan Hasbi, Lc. MA.
4. Bapak Dr. Sukiyat, M.Ag selaku ketua Program Studi Aqidah dan filsafat Islam, Bunda Khairiah, M.Ag selaku sekertaris prodi Aqidah dan Filsafat Islam, beserta jajarannya yang telah memberikan kemudahan perihal pengurusan berkas dari awal perkuliahan sampai pada tahap pengurusan skripsi ini.
5. Bapak Prof. Dr. H.M. Arafie Abduh, M.Ag selaku pembimbing Akademik yang telah memberikan motivasi, dan memberikan kemudahan ketika pengurusan perkuliahan hingga skripsi ini.
6. Bapak Drs. Saifullah, M.Us dan bunda Dr. Wilaela, M. Ag. selaku dosen pembimbing skripsi yang sangat banyak memberikan arahan mengenai skripsi ini, saya mengucapkan banyak-banyak terimakasih atas kritik, saran, motivasi, dan bimbingannya selama masa penulisan skripsi hingga selesai.
7. Prof. Dr. H.M. Arafie Abduh, M. Ag., Prof. Dr. H. Afrizal, M, MA, Bapak Dr. H. Kasmuri, MA., Bapak Dr. Iskandar Arnel, MA, Ph.D., Bapak Dr. Irwandra, MA., Bapak Dr. Sukiyat, M.Ag., Bapak Drs. Saleh Nur, MA., Bapak Dr. H. Saidul Amin, MA., Drs. Saifullah, M.Us., Bapak Andi Saputra, S.Ud, M.Ag. Bunda Dr. Rina Rehayati, M. Ag, Bunda Dr. Wilaela, M.Ag., Bunda Khairiah, M.Ag. serta Bapak/Ibu dosen prodi AFI, ILHA, IAT, SAA yang telah memberikan ilmu kepada penulis di dalam perkuliahan maupun diluar perkuliahan, semoga ilmu yang diberikan oleh bapak/ibu dosen semuanya akan berguna bagi penulis ketika penulis sudah terjun ke masyarakat, atau melanjutkan studi. Semoga ilmu-ilmu yang

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

bapak/ibu dosen berikan kepada penulis akan berguna untuk masa depan penulis.

8. Terima kasih juga kepada abang Agung Banderas atas semua kata-kata dan pengalaman hidup yang sempat dibagikan kepada penulis. Meskipun, tidak bisa kebersamai dari awal pengajuan judul, penulisan sinopsis, penulisan proposal, bahkan sampai ke titik penulisan skripsi ini, tetapi yakinlah setiap kata-kata baik yang abang sampaikan memberikan efek besar bagi kehidupan penulis. Semoga abang selalu diberkahi oleh Allah SWT dan diberi kelancaran dalam segala urusan.
9. Terima kasih kepada rekan-rekan seperjuangan saya terkhusus kawan-kawan AFI A. Kemudian untuk kawan-kawan dari AFI B dan AFI C angkatan 2020 yang tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu.

Penulis menyadari skripsi ini bukanlah skripsi yang sempurna, masih banyak salah dan khilaf dalam penulisannya, maka dari itu penulis membutuhkan kritik dan saran yang membangun untuk penulis jadikan sebagai perbaikan untuk kedepannya.

Pekanbaru, 7 Maret 2024

Penulis

Dian Tata Wanova

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
ABSTRAK.....	xi
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah.....	5
E. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	5
F. Sistematika Penulisan.....	6
BAB II : KAJIAN TEORETIS	
A. Landasan Teori.....	8
1. Toeri Pragmatis (kegunaan).....	8
2. Teori Utilitas.....	9
B. Kajian yang Relevan (<i>Literature Review</i>).....	10
BAB III : METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian dan Pendekatan.....	14
B. Sumber Data	15
C. Teknik Pengumpulan Data	16
D. Teknik Analisis Data	17
BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS	
A. Biografi Fumio Sasaki.....	20
B. Karya Fumio Sasaki.....	21
C. Konsep Gaya Hidup Minimalis Fumio Sasaki	22
1. Pengertian gaya hidup minimalis	22
2. Alasan memilih gaya hidup minimalis.....	27
3. Prinsip menjalani gaya hidup minimalis	29
4. Tujuan gaya hidup minimalis.....	35
D. Konsep Gaya Hidup Minimalis Fumio Sasaki ditinjau dari Konsep Qanaah dan Zuhud al-Ghazali.....	38

E. Kekuatan dan Kelemahan Konsep Gaya Hidup Minimalis Fumio Sasaki	51
--	----

BAB V : PENUTUP

A. Kesimpulan.....	55
B. Saran	56

DAFTAR PUSTAKA	57
-----------------------------	-----------

BIODATA PENULIS DAN PHOTO



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ABSTRAK

Dalam era globalisasi ini gaya hidup konsumtif menjadi budaya yang tidak bisa disisahkan dari kehidupan masyarakat. Tindakan membeli dan mengumpulkan barang secara berlebihan tanpa mempertimbangkan tujuan dan fungsi barang merupakan hal lazim dilakukan. Untuk itu, riset dan kajian mendalam terhadap fenomena konsumerisme sangat dibutuhkan. Salah satu yang mengemuka tentang penyikapian terhadap perilaku konsumerisme sekarang adalah konsep gaya hidup minimalis yang digaungkan oleh Fumio Sasaki. Menurut Fumio Sasaki, gaya hidup minimalis merupakan praktik menyederhanakan hidup melalui pengurangan kepemilikan barang yang berlebih guna mengetahui hal-hal apa saja yang memang benar-benar penting dan berguna bagi kehidupan. Penelitian ini memiliki dua permasalahan dasar, yaitu mengenai konsep gaya hidup minimalis dan penerapannya menurut Fumio Sasaki dan tentang bagaimana konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki ditinjau dari konsep qanaah dan zuhud al-Ghazali. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui konsep minimalis Fumio Sasaki dan penerapannya serta menelusuri konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki ditinjau dari konsep qanaah dan zuhud al-Ghazali. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif dengan cara studi kepustakaan (*library research*). Teknik pengumpulan data yang digunakan studi dokumen dengan menggunakan metode analisis isi dan metode interpretasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Sasaki menjelaskan konsep gaya hidup minimalis sebagai suatu cara atau gaya hidup yang dilakukan dengan mengurangi jumlah barang yang dimiliki dalam rangka menyisakan barang-barang yang memang penting dan dibutuhkan bagi kehidupan dengan tujuan untuk mencapai kebahagiaan. Prinsip minimalis mencakup prinsip butuh bukan ingin, *less is more*, dan *danshari*. Dalam Islam sebagaimana yang diproyeksikan oleh al-Ghazali menjelaskan bahwa gaya hidup minimalis disebut juga dengan hidup sederhana yang erat kaitannya dengan sikap qanaah dan zuhud. Hidup sederhana dideskripsikan melalui sikap menghindari tindakan berlebihan terhadap sesuatu, merasa cukup atas apa yang dimiliki, dan tidak menjadikan hati cinta berlebihan terhadap dunia. Sebagai kesimpulan akhir bahwasanya ternyata kedua perspektif ini sama-sama mendukung kearah minimalis hanya saja keduanya berbeda dari sisi sumber rujukan.

Kata kunci: Konsep Gaya Hidup Minimalis, Fumio Sasaki, Islam

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ABSTRACT

In this era of globalization, the consumer lifestyle has become a culture that cannot be separated from people's lives. The act of buying and collecting excessive items without considering the purpose and function of the items is a common practice. For this reason, in-depth research and study of the phenomenon of consumerism is urgently needed. One thing that has emerged regarding attitudes towards consumerist behavior today is the concept of a minimalist lifestyle promoted by Fumio Sasaki. According to Fumio Sasaki, a minimalist lifestyle is the practice of simplifying life by reducing the ownership of excess items in order to find out what things are truly important and useful for life. This research has two basic problems, namely regarding the concept of a minimalist lifestyle and its application according to Fumio Sasaki and regarding how Fumio Sasaki's minimalist lifestyle concept is viewed from al-Ghazali's concept of qanaah and asceticism. The aim of this research is to understand Fumio Sasaki's minimalist concept and its application as well as explore Fumio Sasaki's minimalist lifestyle concept in terms of al-Ghazali's concept of qanaah and asceticism. This research is a type of qualitative research by means of literature study (*library research*). The data collection technique used in document studies uses content analysis methods and interpretation methods. The results of this research show that Sasaki explains the concept of a minimalist lifestyle as a way or lifestyle that is carried out by reducing the number of items owned in order to leave behind items that are important and needed for life with the aim of achieving happiness. The minimalist principle includes the principle of need not want, *less is more*, and *dancer*. In Islam, as projected by al-Ghazali, he explains that a minimalist lifestyle is also called a simple life which is closely related to the attitude of qanaah and asceticism. A simple life is described through an attitude of avoiding excessive actions towards something, feeling content with what one has, and not making one's heart love the world too much. As a final conclusion, it turns out that these two perspectives both support minimalism, only they are different in terms of reference sources.

Keywords: Minimalist Lifestyle Concept, Fumio Sasaki, Islam

المخلص

في عصر العولمة هذا، أصبح أسلوب الحياة الاستهلاكي ثقافة لا يمكن فصلها عن حياة الناس. إن عملية شراء وجمع العناصر الزائدة دون النظر إلى غرض العناصر ووظيفتها هي ممارسة شائعة. لهذا السبب، هناك حاجة ماسة إلى بحث ودراسة متعمقة لظاهرة النزعة الاستهلاكية. أحد الأشياء التي برزت فيما يتعلق بالمواقف تجاه السلوك الاستهلاكي اليوم هو مفهوم أسلوب الحياة البسيط الذي روج له فوميو ساساكي. وفقاً لفوميو ساساكي، فإن أسلوب الحياة البسيط هو ممارسة تبسيط الحياة عن طريق تقليل ملكية العناصر الزائدة من أجل معرفة الأشياء المهمة والمفيدة حقاً للحياة. يحتوي هذا البحث على مشكلتين أساسيتين، وهما تتعلق بمفهوم نمط الحياة البسيط وتطبيقه عند فوميو ساساكي، وفيما يتعلق بكيفية النظر إلى مفهوم نمط الحياة البسيط عند فوميو ساساكي من مفهوم الغزالي للقناعة والزهد. يهدف هذا البحث إلى فهم المفهوم التبسيطي عند فوميو ساساكي وتطبيقه، وكذلك استكشاف مفهوم نمط الحياة التبسيطي عند فوميو ساساكي من حيث مفهوم القناعة والزهد عند الغزالي. هذا البحث هو نوع من البحث النوعي باستخدام البحث المكتبي. تستخدم تقنية جمع البيانات المستخدمة في دراسات الوثائق أساليب تحليل المحتوى وطرق التفسير. تظهر نتائج هذا البحث أن ساساكي يفسر مفهوم أسلوب الحياة البسيط كطريقة أو أسلوب حياة يتم من خلال تقليل عدد العناصر المملوكة من أجل ترك العناصر المهمة والمطلوبة للحياة بهدف تحقيق السعادة. تتضمن مبادئ الحد الأدنى مبادئ الحاجة لا الرغبة، والأقل هو أكثر، ودانشاري في الإسلام، كما أوضح الغزالي، يوضح أن أسلوب الحياة البسيط يسمى أيضاً حياة بسيطة تبسط ارتباطاً وثيقاً بموقف القناعة والزهد. توصف الحياة البسيطة من خلال تجنب التصرفات المفرطة في شئ ما، والشعور بالرضا عما لديه، وعدم جعل قلب المرء يجب العالم أكثر من اللازم. كنتيجة نهائية، يتبين أن كلا المنظورين يدعمان التقليلية، لكنهما مختلفان فقط من حيث المصادر المرجعية.

الكلمات المفتاحية: مفهوم أسلوب الحياة البسيط، فوميو ساساكي، الإسلام

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diararang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diararang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diararang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB I PENDAHULUAN

Latar Belakang

Hidup di era digital membuat manusia tidak bisa menghindari berbagai macam pengaruh yang timbul akibat dari arus globalisasi yang pertahunnya mengalami perubahan yang signifikan. Dampak ini tentu tidak hanya dirasakan oleh sebagian lini kehidupan manusia, akan tetapi seluruh bidang kehidupan ikut merasakannya. Pengaruh yang ditimbulkan tidak hanya bersifat positif saja, melainkan banyak pengaruh negatif yang mengancam kehidupan manusia.¹

Pengaruh buruk yang ditimbulkan disebabkan karena tidak adanya *self control* dalam diri manusia. Hal seperti ini bisa memperparah dampak buruk globalisasi, apalagi didukung dengan keberadaan *handphone* yang ada di genggam tangan. Dengan adanya berbagai variasi kecanggihan teknologi membuat manusia sering larut dengan kemudahan-kemudahan yang ditawarkan. Pada akhirnya kebiasaan seperti ini mampu melahirkan budaya konsumtif.²

Akhir-akhir ini timbul budaya hidup konsumtif yang sudah banyak ditemui di berbagai kelompok sosial masyarakat. Budaya konsumtif yang dimaksudkan di sini difokuskan pada aktivitas konsumsi, yaitu konsumtif dalam pembelian barang. Hal ini ditunjukkan dengan sikap berlebih-lebihan tanpa mempertimbangkan tujuan dan fungsi dari barang yang dibeli. Problematika seperti ini tidak bisa terlepas dari pengaruh globalisasi. Akibatnya banyak manusia yang secara perlahan kehilangan kemampuan akal nya untuk bisa mengetahui lebih jauh nilai dari barang yang dikonsumsi.³

Meskipun secara kasat mata keberadaan barang-barang yang dibeli menimbulkan kepuasan sendiri bagi si pembeli, akan tetapi perlu diingat bahwa

¹Nurhaidah, M. Insyah Musa, "Dampak Pengaruh Globalisasi Bagi Kehidupan Bangsa Indonesia", *Jurnal Pesona Dasar* Vol. 3 Tahun 2015, hlm. 6.

²Sri Wening, *Waspada Konsumerisme Kiat-Kiat Menghambat Melalui Pendidikan Karakter* (Sukoharjo: Rumahaksara, 2014), hlm. 7.

³Eni Lestarina, dkk, "Perilaku Konsumtif dikalangan Remaja", *Jurnal Riset Tindakan Indonesia (JRTI)* Vol. 2 Tahun 2017, hlm. 3.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kepuasaan yang didapatkan hanya bersifat sementara. Hal ini dikarenakan fungsi dan nilai dari barang tersebut bersifat keinginan saja bukan kebutuhan yang memang harus dipenuhi. Kebahagiaan tidak bisa didapatkan hanya dengan kepemilikan banyak materi, justru hal inilah yang kemudian membawa manusia sibuk mengurus keberadaan barang-barang yang menumpuk tersebut.⁴

Sisi negatif dari perilaku konsumtif banyak dan ini sudah dituangkan dalam berbagai kajian yang bersifat akademik. Misalnya buku yang ditulis oleh Sri Wening dengan judul *Waspada Konsumerisme*,⁵ jurnal-jurnal tentang perilaku konsumtif,⁶ hingga hasil keterangan dan analisis yang disampaikan oleh Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia (LIPI) bahwa Indonesia masuk menjadi salah satu kandidat dari daftar golongan negara yang sangat kompulsif dalam hal konsumsi, sehingga Indonesia menduduki urutan ke-3 dari 106 negara yang dijadikan sebagai sampel penelitian.⁷

Selain itu, survei yang sama juga dilaksanakan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) terhadap taraf konsumsi masyarakat Indonesia, didapati bahwa di tahun 2022 tingkat biaya konsumsi yang dikeluarkan oleh masyarakat Indonesia sekitar 2,56 kuadriliun.⁸ Hasil survei ini menunjukkan bahwa masyarakat Indonesia berada pada fase peningkatan konsumsi yang signifikan. Hal inilah yang kemudian tidak bisa dipandang ringan karena tingkat konsumsi masyarakat Indonesia telah mencapai indikator masyarakat konsumtif.

⁴Annisa Rizki Ananda, “Kebahagiaan Dalam Tren Gaya Hidup Minimalis Pada Komunitas Lyfe With Less: Perspektif Etika al-Ghazali”, *Skripsi*, Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2021, hlm. 72.

⁵Sri Wening, *Waspada...* hlm. 10.

⁶Wiwik Rachmarwi, “E-Commerce: Studi Tentang Belanja Online di Indonesia”, *Jurnal Manajemen Bisnis Krisnadwipayana* Vol. 6 Tahun 2018; Adiyaksa Lukmanul Hakim dan Emmy Yuniarti Rusadi, “Kritik Globalisasi: Fenomena Fast Fashion Sebagai Budaya Konsumerisme Pada Kalangan Pemuda Kota Surabaya”, *Jurnal Pendidikan Sosial dan Budaya* Vol. 4 Tahun 2022, hlm. 63.

⁷Eko Sutriyanto, “Konsumerisme Sudah Menjadi Budaya dan Jadi Persoalan Serius”, dikutip dari <https://www.tribunnews.com/nasional/2017/10/23/konsumerisme-sudah-menjadi-budaya-dan-jadi-persoalan-serius> diakses hari Sabtu, tanggal 19 November 2022 pukul 13.31 WIB.

⁸Viva Budy Kusnandar, “Ditopang Subsidi, Konsumsi Rumah Tangga Tumbuh 5,39% pada Kuartal III 2022”, dikutip dari <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/11/08/ditopang-subsidi-konsumsi-rumah-tangga-tumbuh-539-pada-kuartal-iii-2022> diakses hari Minggu, tanggal 12 Maret 2023 pukul 08.26 WIB.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Untuk itu, riset dan kajian mendalam terhadap fenomena konsumerisme ini sangat dibutuhkan. Salah satu yang mengemuka tentang penyikapan terhadap perilaku konsumtif sekarang adalah gaya hidup minimalis.⁹ Pembahasan mengenai minimalis bukanlah hal baru dalam dunia *lifestyle*. Prinsip gaya hidup ini menciptakan magnet baru bagi masyarakat Indonesia sehingga tertarik ingin mencoba gaya hidup yang berbeda dari sebelumnya. Ketertarikan ini dibuktikan dengan munculnya para penggiat hidup minimalis yang menggaungkan konsep hidup minimalis di tengah maraknya gaya hidup konsumtif.

Adapun tokoh terkenal yang menggaungkan konsep gaya hidup minimalis saat ini adalah Fumio Sasaki. Fumio Sasaki adalah seorang penulis dan editor sebuah penerbit di Jepang yang sudah menerapkan gaya hidup minimalis. Gaya hidup minimalis yang digaungkan oleh Fumio Sasaki tercipta setelah beliau bertahun-tahun menjalani kehidupan yang maksimalis. Lalu pada akhirnya, ia menemukan gaya hidup yang mampu mengubah cara pandangannya terkait dengan kepemilikan banyak barang, yaitu dengan menjalani gaya hidup minimalis. Gaya hidup minimalis yang digagas oleh Fumio Sasaki menekankan pelaku minimalis untuk fokus pada hal-hal yang penting dan berguna.¹⁰

Gaya hidup minimalis Fumio Sasaki merupakan gaya hidup yang menekankan seseorang untuk merasa cukup dengan apa yang telah dimiliki sembari berfokus pada hal-hal penting lainnya. Gaya hidup minimalis membimbing seseorang untuk menyederhanakan hidupnya melalui pengurangan barang-barang yang berlebih dan tidak dibutuhkan. Hidup sederhana bukan berarti hidup dalam kekurangan melainkan hidup dalam kondisi yang cukup disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing, sehingga hal pertama yang menjadi prioritas adalah pemenuhan kebutuhan. Oleh karena itu, gaya hidup minimalis Fumio Sasaki mengarahkan seseorang untuk mengurangi kepemilikan barang yang tidak terlalu penting sehingga yang tersisa adalah hal-hal yang benar-benar penting dan dibutuhkan.

⁹Rahmalia Wulan Azizah, "Konsep Diri Generasi Milenial Pelaku Minimalism Lifestyle", *Commercium* Vol. 5 Tahun 2022, hlm. 33.

¹⁰Fumio Sasaki, *Goodbye, Things: Hidup Minimalis ala Orang Jepang*, alih bahasa Anisa Cinantya Putri (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2018), hlm. 5.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kemudian, sejalan dengan gaya hidup minimalis yang digagas oleh Fumio Sasaki dalam Islam juga diajarkan tentang gaya hidup minimalis. Gaya hidup minimalis dalam Islam mengarah kepada pola hidup sederhana. Hidup sederhana membawa seseorang pada kehidupan yang seimbang yaitu kehidupan yang tidak berlebihan dan sesuai dengan kebutuhan. Hidup sederhana dalam Islam berkaitan erat dengan sikap qanaah dan zuhud. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Imam al-Ghazali bahwa hidup sederhana bisa tercapai jika seseorang mampu merasa cukup dengan apa yang sudah dimiliki dan tidak cinta berlebihan dengan dunia, sehingga melalui kedua sikap ini akan tercipta gaya hidup sederhana. Dalam Islam kedua sikap inilah yang dikenal dengan istilah qanaah dan zuhud.¹¹ Oleh karena itu, kehadiran penelitian ini bermaksud membahas bagaimana konsep gaya hidup minimalis yang digagas oleh Fumio Sasaki dan pandangan Islam terkait dengan konsep gaya hidup minimalis ini ditinjau dari konsep qanaah dan zuhud al-Ghazali.

Sejauh pengamatan penulis, pembahasan tentang konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki belum dikaji secara komprehensif dan belum ada kajian yang membahas konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki yang ditinjau dari sudut pandang Islam sebagaimana konsep qanaah dan zuhud al-Ghazali. Beberapa referensi yang tersedia meninggalkan beberapa kekurangan yang perlu dilengkapi untuk mendapatkan deskripsi yang lebih baik tentang konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki dan bagaimana tinjauan Islam terhadap konsep gaya hidup minimalis ini sebagaimana konsep qanaah dan zuhud al-Ghazali. Oleh karena itu, skripsi ini hadir untuk tujuan tersebut.

Identifikasi Masalah

Berdasarkan kerangka berpikir di atas dapat diketahui beberapa permasalahan yang muncul, diantaranya:

1. Belum ada kajian mengenai konsep gaya hidup minimalis menurut Fumio Sasaki;

¹¹M. Amin Abdullah, *Antara al-Ghazali dan Kant: Filsafat Etika Islam* (Bandung: Mizan, 2002), hlm. 15.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Belum ada kajian komprehensif yang membahas konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki yang ditinjau dari sudut pandang Islam sebagaimana konsep qanaah dan zuhud al-Ghazali.

Batasan Masalah

Demi menjaga konsistensi dan efektifitas penulisan ini, agar pembahasan tetap terfokus pada persoalan yang dituju, maka penulis membatasi pembahasan pada diskursus konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki dan pandangan Islam terhadap konsep gaya hidup minimalis Fumio ditinjau dari konsep qanaah dan zuhud al-Ghazali.

D. Rumusan Masalah

Agar pengkajian ini terencana sesuai dengan permasalahan yang dikaji, maka penulis merumuskan beberapa pertanyaan terkait dengan pembahasan, diantaranya:

1. Bagaimana konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki dan penerapannya?
2. Bagaimana konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki ditinjau dari konsep qanaah dan zuhud al-Ghazali?

E. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Sejalan dengan rumusan permasalahan di atas, adapun target penelitian yang ingin dicapai, yaitu

1. Untuk memaparkan konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki dan penerapannya;
2. Untuk menelusuri konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki ditinjau dari konsep qanaah dan zuhud al-Ghazali.

2. Manfaat Penelitian

Kajian ini memiliki beberapa manfaat, diantaranya:

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Dimensi Teoritis, penelitian ini menambah khazanah keilmuan di bidang filsafat khususnya tentang konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki.
2. Dimensi Institusional, penelitian ini memberikan kontribusi bagi terciptanya nama baik khususnya bagi program studi Aqidah dan Filsafat Islam, Fakultas Ushuluddin dan secara umum bagi UIN Suska Riau dalam menyuguhkan pembahasan yang sesuai dengan *trend* gaya hidup di zaman modern.
3. Dimensi Praktis, kajian ini menambah cakrawala berpikir terkhusus mengenai gaya hidup minimalis sebagai upaya meminimalisir konsumsi yang berlebih serta memberdayakan sikap bijak bagi masyarakat yang hidup di era digital ini.

F. Sistematika Penulisan

Agar penelitian pustaka dengan tema konsep gaya hidup minimalis diatas bisa dilakukan dengan efektif dan efisien, maka peneliti membagi pokok-pokok pembahasannya menjadi lima pembahasan dan dipecah lagi menjadi beberapa sub judul dengan sistematika sebagai berikut: Pembahasan pertama terdiri atas bagian pendahuluan. Bagian ini menggambarkan alur pemikiran permasalahan yang akan diteliti. Ada beberapa unsur yang dibahas di bagian bab pertama ini, yaitu latar belakang yang membahas permasalahan yang diangkat mengenai konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki. Selanjutnya ada bagian identifikasi masalah yang berisi beberapa poin permasalahan yang mendasari kajian, batasan masalah, rumusan masalah dalam bentuk pertanyaan yang akan dicari jawaban atau solusinya, serta tujuan dan manfaat penelitian yang memberikan pemaparan terkait target atau harapan peneliti kedepannya.

Setelah itu, penyusunan bab dua, yaitu kajian teoretis. Dalam bab ini dikaji landasan teori dan *literature review*. Landasan teori berisi uraian mengenai teori sosial yang membahas kegunaan atau manfaat suatu barang, yaitu teori pragmatis (kegunaan) dan teori utilitas. Teori ini dipilih dikarenakan gaya hidup minimalis berhubungan erat dengan kemanfaatan (*utility*) dari suatu barang. Terakhir, akan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dicantumkan juga mengenai *literature review* yang membahas kajian yang sama dengan tema penelitian. Bagian ini bertujuan untuk mengarahkan penelitian agar bisa mengevaluasi secara lebih mendalam berbagai penelitian terdahulu yang mempunyai topik pembahasan sama dengan penelitian ini serta membantu melengkapi kekurangan-kekurangan yang ada pada penelitian sebelumnya.

Setelah bab dua, sistematika penulisan dilanjutkan dengan menulis bab tiga yang berisi metode penelitian. Bab tiga membahas tentang bentuk penelitian dan pendekatan yang digunakan, sumber data penelitian, teknik pengumpulan data yang digunakan, dan teknik analisis data yang dipakai. Pada penelitian ini peneliti memakai metode deskriptif analitis, disebabkan karena pembahasan mengkaji konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki melalui deskripsi argumentasi Sasaki terkait konsep gaya hidup minimalis. Untuk pemaparan yang lebih jelas dapat dilihat secara langsung pada bab tiga mengenai metode penelitian.

Kemudian, agar bisa memahami hasil penelitian ini, maka pada bab empat disajikan hasil penelitian dan analisis mengenai topik pembahasan. Bagian ini merupakan unsur terpenting yang menjadi isi dari penelitian ini. Pertama, biografi Fumio Sasaki, mulai dari penjabaran mengenai kehidupan awal dan karya-karya yang dihasilkan. Pemaparan selanjutnya dijelaskan mengenai konsep minimalis dari Fumio Sasaki, lalu penjelasan mengenai prinsip hidup minimalis serta tujuan menjalani gaya hidup minimalis. Dan terakhir, pemaparan terkait dengan pandangan Islam sebagaimana konsep qanaah dan zuhud al-Ghazali terhadap konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki. Kemudian, dilakukan analisis terhadap data-data yang telah disajikan. Peneliti akan menganalisis konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki guna melihat kekuatan dan kelemahan konsep gaya hidup minimalis.

Terakhir, bagian bab lima. Pada bagian ini akan disajikan kesimpulan dari beberapa pembahasan terkait tema diatas, yaitu hasil yang didapatkan peneliti setelah menganalisis konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki dan disajikan saran akademis yang berisi sanggahan atau tambahan yang sifatnya membangun bagi penulis dan penulis-penulis berikutnya yang mengambil tema penelitian yang sama.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II KAJIAN TEORETIS

Landasan Teori

1. Teori Pragmatis (kegunaan)

Gaya hidup minimalis berhubungan erat dengan kemanfaatan (utility) suatu barang. Dalam teori sosial teori yang membahas kegunaan atau manfaat suatu barang adalah teori pragmatis (kegunaan). Istilah pragmatisme diambil dari dua kata, yaitu *pragma* dan *isme*. Secara etimologi kata *pragma* merupakan serapan dari bahasa Yunani yang berarti suatu perbuatan atau tindakan, sedangkan kata *isme* berarti suatu ajaran atau paham. Secara terminologi pragmatisme diartikan sebagai salah satu aliran dalam filsafat yang menekankan bahwa kebenaran suatu teori terletak pada bermanfaat tidaknya teori tersebut bagi kehidupan manusia. Oleh karena itu, dalam aliran pragmatisme ukuran kebenaran suatu teori terletak pada kebermanfaatannya teori tersebut ketika dipraktikkan sehingga mampu memajukan kehidupan manusia.¹²

Penelitian ini menggunakan teori pragmatis yang digagas oleh William James (1842-1910). Menurut William James pragmatisme adalah suatu paham yang mengatakan bahwa kebenaran suatu teori, hukum atau ucapan hanya berdasarkan pada asas manfaat yang diberikan. Adapun tolak ukur kebenaran dari suatu teori berdasarkan pada kriteria kegunaan bagi kehidupan praktis manusia. Suatu teori termasuk dalam kategori benar jika bersifat fungsional. Sebaliknya sesuatu termasuk dalam kategori salah jika tidak mendatangkan manfaat. Dengan demikian, dinyatakan bahwa kebenaran adalah segala sesuatu yang berlaku karena yang menjadi bukti kebenaran adalah kegunaan atau akibat dari suatu praktis.¹³

Teori ide atau hipotesis adalah benar jika ia memberikan akibat yang dapat memenuhi kebutuhan atau memberikan kepuasan. Apabila diaplikasikan secara

¹²A. Juanda, *Aliran-Aliran Filsafat Landasan Kurikulum dan Pembelajaran dari Yunani Kuno hingga Postmodern* (Bandung: CV Convident, 2015), hlm. 241.

¹³Yosephus Sudiantara, *Filsafat Ilmu Pengetahuan: bagian pertama, inti Filsafat Ilmu Pengetahuan* (Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata, 2020), hlm. 90.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

praktik dan memiliki nilai praktis, maka ia dapat dikategorikan benar dan memiliki nilai kebenaran. Suatu kebenaran terbukti oleh manfaatnya dan akibatnya yang praktisnya, sehingga kebenaran dijelaskan sebagai segala sesuatu yang berlaku. Bagi penganut pragmatism, sesuatu dikatakan benar jika memiliki manfaat dan kegunaan serta bisa memberikan pengaruh yang memuaskan.¹⁴

Sebagai contoh, suatu teori gaya hidup minimalis yang menyatakan bahwa hidup seseorang akan bahagia jika selektif dalam membeli barang dengan mengutamakan kebermanfaatan dan tidak berlebih-lebihan dalam kepemilikan barang, akan benar apabila teori tersebut setelah dijalankan memang dapat membuat orang bahagia. Sebaliknya, setelah dijalankan ternyata tidak memberikan dampak pada seseorang, bisa dinyatakan teori tersebut tidak benar. Jadi, teori pragmatis adalah teori yang mengukur kebenaran sesuatu berdasarkan manfaat atau kegunaannya bagi kehidupan seseorang.

2. Teori utilitas

Teori sosial berikutnya yang membahas kegunaan atau manfaat suatu barang adalah teori utilitas. Secara etimologi kata utilitas diserap dari bahasa latin, yaitu *utilis* diartikan dengan berguna atau bermanfaat. Sedangkan secara terminologi utilitas adalah suatu teori yang menyatakan bahwa standar baik atau buruknya suatu perbuatan ditetapkan berdasarkan seberapa besar manfaat yang diberikan atau dihasilkan bagi orang banyak.

Penelitian ini menggunakan teori utilitas Jhon Stuart Mill¹⁵. Konsep utilitas Jhon Stuart Mill membahas mengenai prinsip kebermanfaatan yang mengarah pada tindakan-tindakan benar dan baik jika mempunyai tujuan untuk sesuatu yang bermanfaat dan tindakan-tindakan buruk jika untuk mendukung

¹⁴*Ibid.*

¹⁵Jhon Stuart Mill, *Utilitarianisme*, alih bahasa Artika Sari (Yogyakarta: Basabasi, 2020), hal. 22. Jhon Stuart Mill adalah seorang filsuf etika dan sosial-politik yang mengagaskan konsep utilitarianisme. Beliau lahir di pada tahun 1806 di London. Salah satu karya terkenal dari Jhon Stuart Mill adalah Utilitarianisme. Dalam buku Jhon Stuart Mill yang berjudul *On Liberty*, konsep utilitarianisme dikenal dengan konten liberal gaya lama yang signifikan. Buku tersebut membahas standar utama, terutama tidak merugikan atau meyakiti orang lain. Hal ini mengindikasikan bahwa seseorang mempunyai hak prerogatif untuk melakukan apa saja selama tidak merugikan dan tidak menimbulkan kerugian bagi orang lain.

kejahatan. Teori utilitas adalah suatu paham etika yang menjadikan perbuatan-perbuatan yang dapat dikategorikan baik adalah perbuatan yang memberi manfaat, menguntungkan, dan berguna, sedangkan perbuatan-perbuatan yang dikategorikan buruk adalah perbuatan yang memunculkan kerugian dan penderitaan.

Teori utilitas Jhon Stuart Mill menggunakan rumus yang berlandaskan pada *principle of utility* (prinsip kebermanfaatan) dan *greatest happiness* (kebahagiaan terbesar). Konsep *utility* (nilai guna) dilakukan dengan menerapkan prinsip optimalisasi, sehingga seseorang dapat menggunakan barang dalam rangka mencukupi kebutuhan hidup.¹⁶ Sejalan dengan hal tersebut konsep minimalis Fumio Sasaki juga menekankan pada prinsip kebermanfaatan barang yang dibeli. Fungsionalitas suatu barang menjadi hal terpenting dalam pertimbangan pembelian barang dengan tujuan barang yang dibeli bisa memberikan manfaat yang maksimal bagi pemiliknya. Dalam konsep minimalis Fumio Sasaki pertimbangan fungsionalitas suatu barang berpedoman pada tiga prinsip, yaitu prinsip butuh bukan ingin, *less is more* dan prinsip *danshari*.

B. Kajian yang Relevan (*Literature Review*)

Sebagaimana telah diketahui bahwa kajian tentang konsep gaya hidup minimalis bisa dikatakan sebagai kajian yang sudah banyak diteliti. Sejauh ini belum ditemukan satu penelitian pun tentang konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki yang dilihat dalam perspektif Islam yang ditinjau dari konsep qanaah dan zuhud al-Ghazali. Menariknya Fumio Sasaki menjadi tokoh yang mempopulerkan gaya hidup minimalis di zaman modern ini dan konsep dari gaya hidup minimalisnya banyak dijadikan sebagai sumber rujukan ketika menjalani kehidupan yang minimalis. Adapun kekurangan kajian tersebut bisa dilihat pada beberapa karya dibawah ini.

Pertama, ada jurnal karya Rizky Susanti dan Ahmad Sulaiman yang berjudul “Minimalisme dan Zuhud: Perbandingan Gaya Hidup Barat dan Islam Serta Manfaatnya Bagi Kesehatan Mental” diterbitkan pada tahun 2022 dalam

¹⁶Franz Magnis Suseno, *13 Tokoh Etika: Sejak Zaman Yunani Sampai Abad Ke-19* (Jakarta: Kanisius, 1997), hlm. 181.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

jurnal *Cognicia*.¹⁷ Di dalam jurnal ini pembaca disuguhkan dengan pembahasan terkait asal-usul dan maksud dari konsep minimalisme dan zuhud serta perbandingan antara kedua konsep tersebut. Kajian ini berfokus kepada manfaat minimalisme dan zuhud bagi kesehatan mental. Padahal jika diteliti lebih cermat minimalisme dan zuhud merupakan sikap yang sudah jelas berbeda terutama dari segi orintasi yang ingin dicapai, meskipun dari sikap dan tindakan hidup yang dilakukan memiliki kesamaan serta tidak hanya berdampak bagi membaiknya kesehatan mental pelakunya, tetapi juga memberikan dampak yang signifikan bagi terciptanya kebahagiaan dalam kehidupan pelakunya. Lebih jauh lagi, jurnal ini hanya menghadirkan uraian secara umum terkait minimalisme dan zuhud begitu saja, tanpa dianalisis.

Kemudian kajian skripsi yang dilakukan oleh Nabila Ayu Ningrum dengan tajuk “Paralelitas Nilai-Nilai Tasawuf Dalam Buku *Goodbye Things: Hidup Minimalis ala Orang Jepang* Karya Fumio Sasaki dan Relevansinya Dengan Kehidupan Modern”¹⁸ sebagai salah satu kajian di tahun 2021 dari program studi Aqidah dan Filsafat Islam fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga. Fokus kajian diarahkan kepada nilai-nilai tasawuf yang terdapat dalam buku Fumio Sasaki yang berjudul *Goodbye, Things: Hidup Minimalis ala Orang Jepang*. Menurut hemat penulis bahwa skripsi ini memiliki relevansi dengan judul penelitian yang penulis lakukan. Namun, sayangnya sejalan dengan yang disebutkan di atas bahwa kajian saudari Nabila Ayu Ningrum berfokus kepada nilai-nilai tasawuf yang terdapat dalam buku karya Fumio Sasaki tentang gaya hidup minimalis. Sayangnya nilai-nilai tasawuf yang dijelaskan dalam skripsi ini tidak disajikan secara komprehensif.

Lalu, karya tulis ketiga yang dijadikan sebagai tinjauan kepustakaan ini, yaitu tesis Annisa Rizki Ananda yang berjudul “Kebahagiaan Dalam Tren Gaya

¹⁷Rizky Susanti dan Ahmad Sulaiman, “Minimalisme dan Zuhud: Perbandingan gaya hidup barat dan Islam serta manfaatnya bagi kesehatan mental”, *Cognicia. CIs*, Vol. 12 Tahun 2022, hlm. 20.

¹⁸Nabila Ayu Ningrum, “Paralelitas Nilai-Nilai Tasawuf Dalam Buku *Goodbye Things: Hidup Minimalis ala Orang Jepang* Karya Fumio Sasaki dan Relevansinya dengan Kehidupan Modern”, *Skripsi*, Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2021, hlm. 7.

Hak Cipta Ditindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hidup Minimalis Pada Komunitas Lyfe With Less: Perspektif Etika al-Ghazali”¹⁹ sebagai salah satu kajian di tahun 2021 dari program studi Aqidah dan Filsafat Islam fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga. Tesis ini memfokuskan penelitiannya pada pembahasan terkait kebahagiaan yang dirasakan oleh komunitas Lyfe With Less melalui tinjauan perspektif Etika al-Ghazali. Kebahagiaan yang dirasakan oleh komunitas Lyfe with Less tersebut secara umum sama dengan teori kebahagiaan yang disampaikan oleh al-Ghazali, yaitu ingin mencapai kebahagiaan yang hakiki (akhirat). Meskipun begitu, kajian ini tidak menjelaskan secara komprehensif mengenai tindakan apa saja yang dilakukan oleh komunitas Lyfe with Less guna mencapai kebahagiaan sehingga bisa membawa para pengikut komunitas tersebut memiliki tujuan kebahagiaan yang sama dengan kebahagiaan dalam perspektif al-Ghazali.

Kemudian ada artikel jurnal karya Anak Agung Istri Candrawati, dkk yang berjudul “Gaya Hidup Minimalis Orang Jepang Yang Dipengaruhi Oleh Ajaran Zen” diterbitkan pada tahun 2021 dalam jurnal Daruma: Linguistik, Sastra, dan Budaya Jepang.²⁰ Artikel jurnal ini berfokus pada pembahasan tentang pengaruh ajaran Zen terhadap kehidupan yang dijalankan di masyarakat Jepang terutama berkaitan dengan model tempat tinggal, kebudayaan, makanan hingga kesenian. Sayangnya, jurnal ini hanya menghadirkan uraian secara umum terkait pengaruh ajaran Zen terhadap gaya hidup minimalis orang Jepang begitu saja, tanpa dianalisis.

Terakhir, tulisan yang harus di masukan ke dalam tinjauan kepustakaan ini adalah artikel jurnal Novia Hamidah Yulianti yang berjudul “The Concept and Application Of The Minimalist Lifestyle On Quran Perspective” diterbitkan pada tahun 2021 dalam *Journal of al-Quran and Hadis Studies*.²¹ Artikel jurnal ini berfokus membahas konsep dari gaya hidup minimalis yang terdapat dalam al-

¹⁹Annisa Rizki Ananda, “Kebahagiaan dalam Tren Gaya Hidup Minimalis Pada Komunitas Lyfe With Less: Perspektif Etika al-Ghazali”, *Tesis*, Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2021, hlm. 10.

²⁰Anak Agung Istri Candrawati dkk, “Gaya Hidup Minimalis Orang Jepang Yang Dipengaruhi Oleh Ajaran Zen”, *Jurnal Daruma: Linguistik, Sastra dan Budaya Jepang* Vol. 1 Tahun 2021, hlm. 15.

²¹Novia Hamidah Yulianti, “The Concept and Application of the Minimalist Lifestyle On Quran Perspective”, *Journal of Quran and Hadist Studies* Vol. 1 Tahun 2021, hlm. 35.

Quran, yaitu dalam surat al-A'raf ayat 31, surat al-Isra' ayat 26 dan 27. Padahal jika ditelusuri lebih cermat perintah untuk menjalani gaya hidup minimalis dalam Islam tidak hanya dijelaskan dalam al-Quran semata tetapi juga dipraktikkan atau ditunjukkan langsung dalam kehidupan Rasulullah SAW yang diperkuat dengan hadis-hadis tentang anjuran hidup sederhana.

Berdasarkan pemaparan di atas diketahui bahwa konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki yang ditinjau dari konsep qanaah dan zuhud al-Ghazali masih merupakan penelitian yang belum diteliti sama sekali. Bagaimana konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki dan apakah konsep minimalis Fumio Sasaki ini memiliki persamaan dan perbedaan dengan konsep qanaah dan zuhud al-Ghazali. Oleh karena itu, skripsi ini hadir untuk melengkapi kekurangan-kekurangan tersebut.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian dan Pendekatan

Jenis penelitian yang dipakai dalam kajian ini adalah penelitian dengan cara studi kepustakaan (*library research*). Kajian kepustakaan (*library research*) adalah kajian yang dilangsungkan di pustaka untuk menemukan dan menghimpun sumber-sumber literatur yang dipakai dalam penulisan penelitian.²² Penelitian ini merupakan kajian yang pengumpulan datanya memanfaatkan berbagai sumber yang berasal dari buku, artikel jurnal, koran, majalah, youtube dan literatur lain yang membahas mengenai konsep gaya hidup minimalis yang digagas oleh Fumio Sasaki.²³

Adapun metode yang dipakai dalam penyusunan penelitian ini adalah metode penelitian deskriptif analitis. Metode ini bertujuan untuk menggambarkan suatu objek yang dikaji sesuai dengan informasi atau data yang diperoleh saat melakukan penelitian, lalu dilakukan analisis terhadap hasil penelitian tersebut guna mendapatkan sebuah kesimpulan,²⁴ dalam hal ini berupa deskripsi dari konsep gaya hidup minimalis yang digagas oleh Fumio Sasaki yang dilihat dari perspektif Islam, sehingga melalui metode ini akan didapatkan data, fakta, atau hasil tentang konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki.²⁵

Kemudian, jenis penelitian yang dipakai dalam kajian ini adalah penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan suatu jenis penelitian yang pembahasannya dicirikan dengan uraian-uraian dalam bentuk kalimat terkait dengan objek yang dikaji. Selain itu, penelitian kualitatif tidak bisa disajikan

²²M. Ahmadi Anwar, *Prinsip-prinsip Metodologi Research* (Yogyakarta: Sumbangsih, 1997), hlm. 52.

²³R. Poppy Yaniawati, *Penelitian Studi Kepustakaan (Library Research)*, dipresentasikan pada acara Penyamaan Persepsi Penelitian Studi Kepustakaan di Lingkungan Dosen FKIP Unpas pada 14 April 2020, hlm. 11.

²⁴Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2009), hlm. 29.

²⁵Munzir, *Metode Penelitian Pendidikan* (Jakarta: Rajawali Press, 1999), hlm. 62.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
 UIN Suska Riau
 State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dalam bentuk angka-angka atau grafik.²⁶ Oleh karena itu, penelitian ini berbentuk uraian-uraian terkait dengan konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki, lalu juga disajikan perspektif Islam sebagaimana yang diproyeksikan oleh al-Ghazali terkait dengan konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki.

Adapun pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan filosofis. Pendekatan ini diartikan sebagai suatu pendekatan atau cara diawali dalam proses yang terencana guna mencari solusi dari masalah yang berkenaan dengan kefilosofatan. Pendekatan filosofis berguna untuk mengkaji pemikiran tokoh dan menjelaskan hakikat segala hal yang terlihat. Pendekatan ini dipilih dikarenakan penelitian ini mengkaji pemikiran tokoh, yakni Fumio Sasaki dan berkenaan dengan gaya hidup minimalis yang merupakan salah satu kajian dalam Filsafat.²⁷

B. Sumber Data

Pada kajian ini dipakai dua literatur yang biasa ada didalam penelitian, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer adalah rujukan pustaka yang dipilih sebagai sumber utama selama proses penelitian yaitu tulisan yang berkaitan dengan karya dari Fumio Sasaki yang mempunyai kaitan dengan topik pembahasan penelitian ini berupa buku *Goodbye, Things: Hidup Minimalis ala Orang Jepang* (2018),²⁸ dan buku *Hello, Habits* (2021),²⁹

Sedangkan untuk data sekudernya adalah data-data yang sifatnya membantu melengkapi kekurangan penjelasan dari data utama. Adapun sumber sekunder dari kajian ini diantaranya ada buku yang ditulis oleh Sri Wening dengan judul *Waspada Konsumerisme* (2014),³⁰ karya dari Marie Kondo yang

²⁶M. Abrar, *Metode Penelitian Filsafat* (Jakarta: Kencana, 2013), hlm. 11.

²⁷R. Zulki Zulkifli Noor, (*Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif* (Sleman: Cendekia Budi Utama, 2015), hlm. 15.

²⁸Fumio Sasaki, *Goodbye, Things: Hidup Minimalis ala Orang Jepang*, alih bahasa Anisa Cinantya Putri (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2018).

²⁹Fumio Sasaki, *Hello, Habits: panduan sosok minimalis untuk kehidupan yang lebih baik*, alih bahasa Sofia Mansoor (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2021).

³⁰Sri Wening, *Waspada Konsumerisme Kiat-Kiat Menghambat Melalui Pendidikan Karakter* (Sukoharjo: rumahaksara, 2014).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

berjudul *The Life-Changing Magic of Tidying Up* (2023)³¹, buku Francine Jay yang berjudul *Seni Hidup Minimalis* (2018),³² buku Desy Wee yang berjudul *Perluakah Hidup Minimalis* (2021),³³ buku dari Ratnani Latifah yang berjudul *Hidup Minimalis ala Rasulullah* (2022),³⁴ buku dari DiPtra yang berjudul *Minimalisme: Seni Menyederhanakan Hidup* (2018),³⁵ buku dari Thomas Cleary yang berjudul *Inti Ajaran Zen* (2003),³⁶ dan kitab *Ihya Ulumuddin* Jilid 3, 6, dan 9 serta jurnal-jurnal yang pembahasannya mempunyai kaitan dengan pokok pembahasan kajian ini.

C Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan cara yang dipakai peneliti dalam mencari, mengumpulkan dan menggali informasi atau data-data yang memiliki topik yang relevan dengan kajian yang dibahas.³⁷ Hal utama yang harus dilakukan dalam mendapatkan data adalah dengan mencari dan mengumpulkan sebanyak mungkin data-data yang berkenaan dengan Fumio Sasaski, terutama dalam konsep gaya hidup minimalisnya. Adapun teknik pengumpulan data dalam kajian ini adalah melalui studi dokumen. Studi dokumen adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan meneliti berbagai dokumen baik yang berbentuk gambar, tulisan maupun karya dari seseorang yang berguna sebagai bahan analisis.

Dalam mencari dan mengumpulkan data, peneliti berusaha menggali berbagai sumber kepustakaan yang berkaitan dengan permasalahan yang diangkat sehingga didapatkan data yang sesuai dengan yang dibutuhkan. Adapun langkah-langkah pengumpulan data dalam penelitian ini, yaitu:

³¹Marie Kondo, *The Life-Changing Magic of Tidying Up*, alih bahasa Reni Indardini (Yogyakarta: Penerbit Bentang, 2023).

³²Francine Jay, *The Joy of Less*, alih bahasa Annisa Cinantya Putri (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2018).

³³Desy Wee, *Perluakah Hidup Minimalis?* (Yogyakarta:Penerbit Brilliant, cet. Kedua, 2021).

³⁴Ratnani Latifah, *Hidup Minimalis ala Rasulullah* (Semarang: Syalmahat Publishing, cet. ketiga, 2022).

³⁵DiPtra, *Minimalisme: Seni Menyederhanakan Hidup* (Jogjakarta: Trans Idea Publishing, 2018).

³⁶Thomas Cleary, *Inti Ajaran Zen* (Jakarta: Erlangga, 2003).

³⁷Nyoman Khuta Ratna, *Metodologi Penelitian: Kajian Budaya dan Ilmu Sosial Humaniora Pada Umumnya* (Jakarta: Pustaka Pelajar, 2010), hlm. 233.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Menentukan topik yang dibahas, dalam hal ini konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki menjadi topik penelitian. Kemudian, konsep gaya hidup minimalis tersebut dianalisis dengan menggunakan perspektif Islam ditinjau dari konsep qanaah dan zuhud al-Ghazali
2. Peneliti mencari dan menemukan data-data yang berkenaan dengan objek penelitian, seperti buku karya Fumio Sasaki atau literatur yang berkaitan dengan hidup minimalis. Selain itu, juga dikumpulkan data pendukung yang berkenaan dengan kesederhanaan Islam dalam perspektif Imam al-Ghazali terutama berkaitan dengan konsep qanaah dan zuhud.
3. Membaca data secara komprehensif. Dimulai dengan membaca buku yang ditulis oleh Fumio Sasaki tentang konsep gaya hidup minimalis, yaitu buku *Goodbye, Things: Hidup Minimalis ala Orang Jepang*, kemudian dilanjutkan dengan membaca referensi pendukung untuk menemukan materi mengenai konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki dan kesederhanaan dalam Islam yang ditinjau dari konsep qanaah dan zuhud al-Ghazali.
4. Mengamati isi keseluruhan data untuk mencari dan menemukan data yang sesuai dengan rumusan masalah penelitian.
5. Melakukan klasifikasi data sesuai dengan pembahasan yang akan disajikan.
6. Melakukan analisis terhadap data dengan teknik analisis deskriptif untuk menemukan berbagai fakta yang berkaitan dengan topik penelitian.
7. Terakhir, data-data yang telah didapatkan disusun secara sistematis berdasarkan pedoman penulisan karya ilmiah dari Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau.

Teknik Analisis Data

Untuk menganalisis data yang diteliti, peneliti akan memakai beberapa jenis metode analisis, diantaranya:

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Metode Analisis Isi (*Content Analysis*)

Teknik analisis isi diartikan sebagai suatu teknik penelitian yang mengkaji secara mendalam isi suatu karya sastra. Teknik ini menganalisis dan menarik kesimpulan sebuah pembahasan teks yang berkaitan dengan konsep dari gaya hidup minimalis Fumio Sasaki serta pandangan Islam yang ditinjau dari konsep qanaah dan zuhud al-Ghazali terhadap konsep gaya hidup minimalis tersebut.³⁸ Metode ini digunakan untuk memastikan objektivitas suatu data yang diteliti berdasarkan data yang didapatkan melalui pustaka.³⁹ Metode analisis isi ini biasanya dipakai untuk memahami secara mendalam isi dari suatu karya sastra dengan menekankan pada pemahaman makna dari setiap kata atau kalimat yang disampaikan melalui karya sastra tersebut termasuk buku. Oleh karena itu, melalui metode ini peneliti dapat memahami pesan dari pemikiran sasaki mengenai konsep minimalis yang disampaikan melalui bukunya yang berjudul *Goodbye: Things, Hidup Minimalis ala Orang Jepang* yang membahas gaya hidup minimalis. Kemudian, konsep minimalis Fumio Sasaki tersebut dilihat menurut tinjauan kesederhanaan Islam. Pemikiran kesederhanaan Islam yang digunakan untuk menganalisis konsep minimalis Fumio Sasaki adalah pemikiran al-Ghazali tentang qanaah dan zuhud yang terdapat dalam kitab *Ihya Ulumuddin* jilid 3, 6, dan 9.

2. Metode Interpretasi

Metode interpretasi merupakan salah satu metode filosofis. Metode ini adalah metode penelitian yang dilakukan dengan menafsirkan sebuah teks penelitian dengan tetap mempertahankan objektivitas dari isi teks sehingga keautentikan kebenaran yang ada tetap terjaga. Metode ini biasanya digunakan untuk memahami isi teks dengan membaca dan memahami isi

³⁸Eriyanto, *Analisis Isi: Pengantar Metodologi Untuk Penelitian Ilmu Komunikasi dan Ilmu-Ilmu Sosial Lainnya* (Kencana: Prenadamedia Grub, 2011), hlm. 10.

³⁹Ahmad Fauzy, dkk, *Metodologi Penelitian* (Banyumas: CV. Pena Persada, cet. Pertama, 2022), hlm. 5.

dari uraian teks yang disajikan.⁴⁰ Melalui metode ini peneliti akan menyelami pemikiran Fumio Sasaski tentang konsep gaya hidup minimalis terutama dari buku-buku karya Fumio Sasaki maupun sumber rujukan lain yang memiliki pembahasan yang sama dengan topik penelitian ini. Kemudian, konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki akan dilihat dalam perspektif Islam sebagaimana yang diproyeksikan oleh al-Ghazali dalam konsep qanaah dan zuhud yang erat kaitannya dengan hidup sederhana dalam Islam. Oleh karena itu, untuk menemukan tinjauan Islam berdasarkan pemikiran al-Ghazali tentang konsep qanaah dan zuhud, maka penulis akan menyelami dan menginterpretasi isi kitab *Ihya Ulumuddin* jilid 3, 6, dan 9 serta literatur lainnya yang membahas mengenai hidup sederhana dalam Islam.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



⁴⁰Kaelan, *Metode Penelitian Kualitatif Bidang Filsafat* (Yogyakarta: Paramadina, 2005), hlm. 79.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB V PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan deskripsi di atas, penelitian ini memiliki dua permasalahan dasar, yaitu mengenai konsep minimalis dan penerapannya menurut Fumio Sasaki dan tentang pandangan Islam terhadap konsep minimalis Fumio Sasaki. Terkait dengan permasalahan pertama Fumio Sasaki mengatakan bahwa minimalis adalah suatu metode atau cara hidup yang dipengaruhi oleh Zen Buddhisme yang dipraktikkan dengan kesediaan memilah kembali barang yang dibutuhkan dengan yang seharusnya disingkirkan melalui pengurangan jumlah kepemilikan barang sehingga seseorang bisa mengetahui dengan pasti hal-hal apa saja yang bersifat pokok bagi dirinya. Praktik gaya hidup minimalis diaplikasikan dengan berpedoman pada prinsip butuh bukan ingin, prinsip *less is more*, dan prinsip *danshari*. Ketiga prinsip inilah yang akan mengarahkan seseorang kepada praktik gaya hidup minimalis. Kemudian, tujuan dari menjalani gaya hidup minimalis adalah ingin mencapai makna kebahagiaan yang mendalam.

Rasa bahagia yang dijelaskan oleh Fumio Sasaki berfokus kepada kepuasan (rasa syukur) dan kedamaian batin yang terbebas dari keterikatan dengan unsur eksternal diri melalui praktik penyederhanaan hidup. Adapun hakikat kebahagiaan yang ditawarkan oleh Fumio Sasaki berorientasi kepada kesadaran akan ketidakkekalan objek eksternal terutama harta benda yang tidak bisa dijadikan objek pemenuhan kebahagiaan dikarenakan penderitaan muncul dari ketergantungan terhadap hal-hal diluar diri (eksternal), sementara kepuasan dan kedamaian batin berasal dari dalam diri (internal).

Kemudian, terkait dengan permasalahan kedua tentang pandangan etika Islam terhadap konsep minimalis Fumio Sasaki bahwa pada dasarnya praktik gaya hidup minimalis ini memiliki kesamaan dengan praktik hidup sederhana dalam Islam, hanya saja landasan atau sumber pijakan yang

dijadikan pedomannya berbeda. Konsep minimalis Fumio Sasaki mendapatkan pengaruh dari ajaran Zen Buddhisme, sementara hidup sederhana dalam Islam menjadikan al-Quran dan Hadis sebagai sumber ajaran dan Nabi Muhammad SAW sebagai contoh teladan.

Hidup sederhana dalam berkaitan erat dengan sikap qanaah dan zuhud. Tinjauan Islam sebagaimana yang diproyeksikan oleh Imam al-Ghazali memandang konsep gaya hidup minimalis sebagai suatu gaya hidup yang secara praktik dan prinsip memiliki kesamaan. Dilihat dari sisi praktik kedua konsep gaya hidup ini sama-sama berorientasi pada kesadaran mengeluarkan harta benda secara bijak, lebih mengutamakan kualitas dibandingkan kuantitas, menghindari sikap yang boros, dan mengupayakan pencapaian keseimbangan dalam kehidupan.

Lalu, secara prinsip kedua konsep gaya hidup ini sama-sama menerapkan konsumsi yang seimbang, pengendalian terhadap setiap keinginan, mengupayakan untuk merasa cukup dengan apa yang telah dimiliki, dan melepaskan keterikatan dengan materi dunia. Oleh karena itu, meskipun konsep gaya hidup minimalis Fumio Sasaki dan gaya hidup sederhana Islam yang ditunjukkan dengan sikap qanaah dan zuhud mempunyai orientasi yang berbeda, akan tetapi kedua konsep gaya hidup sederhana ini mengajarkan nilai-nilai yang baik bagi setiap orang yang mengaplikasikannya sebagai bagian pilihan hidup guna menghindari segala bentuk kekacauan dalam hidup, yaitu sama-sama mendukung kearah minimalis atau hidup sederhana.

Saran

Kelemahan penelitian ini adalah hanya sebatas kajian minimalis sebagai gaya hidup, sementara kajian-kajian pada tingkat spiritual seperti bagaimana kebahagiaan dalam perspetif minimalis belum tersajikan secara utuh. Oleh karena itu penulis menyarankan kepada peneliti berikutnya untuk mengkaji tinjauan konsep kebahagiaan gaya hidup minimalis Fumio Sasaki dalam perspektif Islam.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, M. Amin. 2002. *Antara al-Ghazali dan Kant: Filsafat Etika Islam*. Bandung: Mizan.
- Aggar, M. 2013. *Metode Penelitian Filsafat*. Jakarta: Kencana.
- Albaini, Nurul. “Gaya Hidup *Shopaholic* Pada Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa FISIP Universitas Riau Yang Kecanduan Berbelanja Pakaian)”. *Jom FISIP* Vol. 4 Tahun 2017, hlm. 5.
- Achhaini, Azkia Febi dan Radea Yuli A. Hambali, “Konsep Kebahagiaan dalam Ikigai”, *Gunung Djati Conference Series* Vol. 19 Tahun 2023, hlm. 501.
- Aldy, Muhammad Dimas. “Etika Konsumsi dalam Perspektif Islam”, *Jurnal Dakwah dan Sosial Humaniora*, Vol. 4 Tahun 2023, hlm. 211.
- Alfan, Muhammad. 2011. *Filsafat Etika Islam*. Bandung: Pustaka Setia.
- Al-Ghazali. 1985. *Ihya' Ulumuddin*, Jilid 3, alih bahasa Ismail Yakub. Jakarta: CV. Faizan.
- . 1985. *Ihya' Ulumuddin*, Jilid 6, alih bahasa Ismail Yakub. Jakarta: CV. Faizan.
- . 1985. *Ihya' Ulumuddin*, Jilid 9, alih bahasa Ismail Yakub. Jakarta: CV. Faizan.
- Al-Qasimi, Syaikh Jamaluddin. 2010. *Buku Putih Ihya' Ulumuddin Imam al-Ghazali*. Bekasi: PT. Darul Falah.
- Amanda, Annisa Rizki. “Kebahagiaan Dalam Tren Gaya Hidup Minimalis Pada Komunitas Lyfe With Less: Perspektif Etika al-Ghazali”, *Skripsi*, Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2021, hlm. 72.
- Aggreini, Ririn dan Sulis Mariyanti. “Hubungan Kontrol Diri dan Perilaku Konsumtif Mahasisiwi Universitas Esa Unggul”, *Jurnal Psikologi* Vol. 12 Tahun 2014, hlm. 37.
- Aswar, M. Ahmadi. 1957. *Prinsip-prinsip Metodologi Research*. Yogyakarta: Sumbangsih.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Abaini, Nurul. “Gaya Hidup *Shopaholic* Pada Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa FISIP Universitas Riau Yang Kecanduan Berbelanja Pakaian)”. *Jom FISIP* Vol. 4 Tahun, 2017, hlm. 5.
- Azizah, Rahmalia Wulan. “Konsep Diri Generasi Milenial Pelaku Minimalism Lifestyle”, *Commercium* Vol. 5 Tahun 2022, hlm. 33.
- Azra, Azyumardi. 2008. *Ensiklopedia Tasawuf*. Bandung: Angkasa.
- Bahuta, Leo. 2015. *Zen Habits: Master the Art of Change*. Pipe Dreams Publishing.
- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, KBBI Daring, dikutip dari <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/minimalis> pada tanggal 23 Februari 2023 jam 14.31 WIB.
- Baharuddin, M. 2013. *Dasar-Dasar Filsafat*. Lampung: Harakindo Publishing.
- Bertens, K. 2007. *Etika*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Candrawati, Anak Agung Istri., dkk. “Gaya Hidup Minimalis Orang Jepang Yang Dipengaruhi Oleh Ajaran Zen”, *Jurnal Daruma: Linguistik, Sastra dan Budaya Jepang* 1, No. 1 Tahun 2021, hlm. 15.
- Cawidu, Harifudin. 1991. *Konsep Kufr dalam al-Quran: Suatu Kajian Teologis dengan Pendekatan Tematik*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Clary, Thomas. 2003. *Inti Ajaran Zen*. Jakarta: Erlangga.
- Darmawan, Rifki Adha dan Malki Ahmad Nasir, “Analisis Deskriptif Pesan Dakwah dalam Buku *Goodbye, Things: Hidup Minimalis ala Orang Jepang*”, *Jurnal Riset Komunikasi Penyiaran Islam* Vol. 3 Tahun 2023, hlm. 3.
- Defriono, Ilham. dkk, “Zuhd and Minimalism in a Consumerist Society Exploring al-Ghazali and Fumio Sasaki’s Thoughts”, *Peradaban Journal of Religion and Society* Jil. 2, Edisi 2 Tahun 2023, hlm. 156.
- Diptra. 2018. *Minimalisme: Seni Menyederhanakan Hidup*. Jogjakarta: Trans Idea Publishing.
- Endi, Aisyah Tsabit. “Etika Utilitarianisme John Stuart Mill dalam Perspektif Islam”. *Skripsi*, Semarang: UIN Walisongo, 2021, hlm. 36.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Erlyanto. 2011. *Analisis Isi: Pengantar Metodologi Untuk Penelitian Ilmu Komunikasi dan Ilmu-Ilmu Sosial Lainnya*. Kencana: Prenadamedia Grub.
- Faiz, Fahrudin. MJS Channel, *Ngaji Filsafat 364: Minimalisme*, https://youtu.be/6N44krzYbvU?si=njidUvi_oHOFZuad, Desember 2023.
- Faizda, Quratul Aini. “Eksistensi Kesederhanaan di Era Industri 4.0 dalam Bingkai Kehidupan Sufistik Pada Santri Pondok Pesantren Kalisodo Bumi Nabung”, *Dimar: Jurnal Pendidikan Islam* Vol. 1 Tahun 2020, hlm. 154.
- Fauzy, Ahmad., dkk. 2022. *Metodologi Penelitian*. Banyumas: CV. Pena Persada.
- Ganawijaya, Rahmat. “Kebutuhan Manusia Dalam Pandangan Ekonomi Kapitalis dan Ekonomi Islam”, *al-Maslahah* Vol. 13 Tahun 2017, hlm. 131.
- Gough, Annette. “Yutori, Danshari, Mottainai and the War on Waste in Postwar Japan”, dikutip dari https://www.researchgate.net/publication/336715966_Yutori_Danshari_Mottainai_and_the_War_on_Waste_in_Postwar_Japan, pada tanggal 22 Desember 2023 jam 18.05 WIB.
- Hakim, Adiyaksa Lukmanul dan Emmy Yuniarti Rusadi, “Kritik Globalisasi: Fenomena Fast Fashion Sebagai Budaya Konsumerisme Pada Kalangan Pemuda Kota Surabaya”, *Jurnal Pendidikan Sosial dan Budaya* Vol. 4 Tahun 2022, hlm. 63.
- Hidayati, Tri Wahyuni. “Perwujudan Sikap Zuhud dalam Kehidupan”, *Journal Islamic Studies and Humanities* Vol. 1 Tahun 2016, hlm. 245.
- Hikmah, Syifa Nurul. “Minimalisme: Studi Kasus 3 Perempuan Karir Bergaya Hidup Minimalis di Makassar”, *Skripsi*, Makassar: Universitas Hasanudin, 2020, hlm. 12.
- Hiramatsu, Shin’ichi. 1971. *Zen and the Fine Arts*. Tokyo, Kodansha Internatinal.
- Ilyas, Rahmat. “Etika Konsumsi dan Kesejahteraan dalam Perspektif Ekonomi Islam”, *At-Tawassuth* Vol.1 Tahun 2016, hlm. 153.
- Jay, Francine. 2018. *The Joy of Less*, terj. Annisa Cinantya Putri. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Juwono, Firman Adi. “Makna Pencerahan Dalam Zen Buddhisme”. *Dharmasmrti* Vol. XIII Tahun 2015, hlm. 4.
- Keelan. 2005. *Metode Penelitian Kualitatif Bidang Filsafat*. Yogyakarta: Paramadina.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Khairiyah, Nadia. “Model , Warna, dan Bahan Pakaian Nabi dalam *al-Kutub al-Sittah*”. *Skripsi*, Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2023, hlm. 32.
- Kementerian Agama RI. 2014. *Al-Qur’an Terjemah al-Ikhlâs*. Jakarta: Samad.
- Kondo, Marie. 2023. *The Life-Changing Magic of Tidying Up*, terj. Reni Indardini. Yogyakarta: Penerbit Bentang.
- Kresdianto, Dwi. “Hubungan Gaya Hidup Hedonis dengan Perilaku Konsumtif Fashion Pakaian pada Mahasiswa di Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang”, *Skripsi*, Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim, 2014, hlm. 17.
- Kusnandar, Viva Budy. “Ditopang Subsidi, Konsumsi Rumah Tangga Tumbuh 5,39% pada Kuartal III 2022”, dikutip dari <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/11/08/ditopang-subsidi-konsumsi-rumah-tangga-tumbuh-539-pada-kuartal-iii-2022> pada hari Minggu tanggal 12 Maret 2023 jam 08.26 WIB.
- Latifah, Ratnani. 2022. *Hidup Minimalis ala Rasulullah*. Semarang: Syalmahat Publishing.
- Lawrence, Robyn Griggs. 2004. *The Wabi-Sabi House: The Japanese Art of Imperfect Beauty*. New York: Clarson Potter.
- Lestarina, Eni., dkk. “Perilaku Konsumtif Dikalangan Remaja”, *Jurnal Riset Tindakan Indonesia (JRTI)* Vol. 2 Tahun 2017, hlm. 3.
- Lloyd, K. & Pennington, “Towards a Theory of Minimalis and Wellbeing”, *International Journal of Applied Positive Psychology* Vol. 5 Tahun 2020, hlm. 121.
- Marsela, Ramadona Dwi dan Mamat Supriatna, “Kontrol Diri: Definisi dan Faktor”, *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research* Vol. 3 Tahun 2019, hlm. 66.
- Melinda, Lisbeth Lesawangen dan Fonny J. Waani, “Perilaku Konsumtif dan Kehidupan Sosial Ekonomi Mahasiswa Rantau (Studi Kasus Mahasiswa Toraja di Universitas Sam Ratulangi Manado)”, *Jurnal Ilmiah Society* Vol. 1 Tahun 2023, hlm. 96.
- Mil, Jhon Stuart. 2020. *Utilitarianisme*, alih bahasa Artika Sari. Yogyakarta: Basabasi.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Mordekai, “Studi Komparatif Terhadap Implikasi Kenosis Dalam Filipi 2:7 dan Jalan Menuju Pengosongan Diri dalam Buddhisme”, *MELO: Jurnal Studi Agama-Agama* Vol 2 Tahun 2022, hlm. 117.
- Mufidah, Jihan Eka. dkk, “Tinjauan Teori Menurut Imam al-Ghazali Terhadap Pola Konsumen Mahasiswa (Studi Kasus Mahasiswa Fakultas Syariah Universitas Islam Bandung)”, *Prosiding Hukum Ekonomi Syariah* Vol. 5 Tahun 2019, hlm. 423.
- Muhammad, Abu Abdillah bin Ismail bin Ibrahim bin Muin al-Bukhari. 1998. *Sahih Bukhari*. Bairut: Dar al-Fikr.
- Muharrir. “Konsep Utilitarianisme Jhon Stuart Mill Relevansinya Terhadap *Behavioral Economics*”. *Jurnal Pemikiran dan Pengembangan Ekonomi Syariah* Vol. 9 Tahun 2023, hlm. 117.
- Mulgan, Tim. 2020. *Utilitarianism*. New York: Cambridge University Press.
- Munzir. 1999. *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Press.
- Muqit, Abdul. “Makna Zuhud dalam Kehidupan Perspektif Tafsir al-Quran”, *Jurnal Ilmu Al-Quran, Tafsir dan Pemikiran Islam* Vol. 1 Tahun 2020, hlm. 40.
- Musa, Nurhaidah, M. Insyah. “Dampak Pengaruh Globalisasi Bagi Kehidupan Bangsa Indonesia”. *Jurnal Pesona Dasar* Vol. 3 Tahun 2015, hlm. 6.
- Ngrum, Nabila Ayu. “Paralelitas Nilai-Nilai Tasawuf Dalam Buku Goodbye Things: Hidup Minimalis ala Orang Jepang Karya Fumio Sasaki dan Relevansinya dengan Kehidupan Modern”, *Skripsi*, Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2021, hlm. 7.
- Nor, R. Zulki Zulkifli. 2015. *Metododologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Sleman: CV. Budi Utama.
- Namahata, Naoki dan Fumio Sasaki, *Minimal & Ism*, dikutip dari <https://minimalism.jp/121-2>, pada tanggal 29 September 2023 jam 20. 35 WIB.
- Nurhaidah, M. Insyah Musa, “Dampak Pengaruh Globalisasi Bagi Kehidupan Bangsa Indonesia”, *Jurnal Pesona Dasar* Vol. 3 Tahun 2015, hlm. 6.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Pambudi, Himawan T. "Spiritualitas Kesederhanaan (Simplicity) Sebagai Alternatif Bagi Gaya Hidup Materialis Kaum Muda", *Jurnal Youth Ministry* Vol. 3 Tahun 2015, hlm. 25.
- Prentiss, Chris. 2006. *Zen and the Art of Happiness*. Los Angeles: Power Press.
- Statistik Pengkajian dan Pengembangan Ekonomi Islam (P3EI) Universitas Islam Indonesia Yogyakarta. 2008. *Ekonomi Islam*. Jakarta: Rajawali Press.
- Statistik Pembinaan Bahasa Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. 1994. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Rachmarwi, Wiwik. "E-Commerce: Studi Tentang Belanja Online di Indonesia", *Jurnal Manajemen Bisnis Krisnadwipayana* Vol. 6 Tahun 2018, hlm. 8.
- Ratna, Nyoman Khuta. 2010. *Metodologi Penelitian: Kajian Budaya dan Ilmu Sosial Humaniora Pada Umumnya*. Jakarta: Pustaka Pelajar.
- Rahman, Shaleh, Abdul dan Muhibb Abdul Wahab. 2004. *Psikologi Suatu Pengantar dalam Perspektif Islam*. Jakarta: Penerbit Kencana.
- Ratna, Nyoman Khuta. 2010. *Metodologi Penelitian: Kajian Budaya dan Ilmu Sosial Humaniora Pada Umumnya*. Jakarta: Pustaka Pelajar.
- Rokayah. "Penerapan Etika dan Akhlak dalam Kehidupan Sehari-hari", *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Dasar* Vol. 2 Tahun 2015, hlm. 16.
- Rozalinda. 2014. *Ekonomi Islam Teori dan Aplikasinya pada Aktivitas Ekonomi*. Depok: PT. Raja Grafindo Persada.
- Saemini dan Henita Sri Mulyani. "Peranan Kebahagiaan terhadap Kehidupan Manusia Menurut Pandangan Agama Budha", *Prosiding Ilmu Agama dan Pendidikan Agama Budha* Vol. 1 Tahun 2020, hlm. 21.
- Saputro, Herdhianto Galuh. "Kajian Gaya Hidup Minimalis dan Mental", *Jurnal Pendidikan Transformatif* Vol. 2 Tahun 2023, hlm. 12.
- Sasaki, Fumio. 2021. *Hello, Habits: panduan sosok minimalis untuk kehidupan yang lebih baik*, alih bahasa Sofia Mansoor. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- . 2018. *Goodbye, Things: Hidup Minimalis ala Orang Jepang*, alih bahasa Annisa Cinantya Putri. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Schawhan, Daud. "Gaya Hidup Minimalis Perspektif DR. Fahrudin Faiz dan Relevansinya Terhadap Pendidikan Islam", *Skripsi*, Purwokerto: UIN Prof. K. H Saifuddin Zuhri, 2023, hlm. 27.
- Shaleh, Abdul dan Muhibb Abdul Wahab. 2004. *Psikologi Suatu Pengantar dalam Perspektif Islam*. Jakarta: Penerbit Kencana.
- Soi, Gaya Hidup Minimalis, Salahkah?, dikutip dari <https://www.djkn.kemenkeu.go.id/kpknl-bandung/baca-artikel/15371/GAYA-HIDUP-MINIMALIS-SALAHKAH.html#>: diakses hari Rabu, tanggal 4 Oktober 2023 pukul 16.34 WIB.
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sumaryono, "Peran Gaya Hidup Minimalis terhadap Subjective Well-being pada Mahasiswa", dikutip dari <https://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/222172> pada tanggal 29 Januari 2024 jam 09.30 WIB.
- Susanti, Ardina I. W. Yogik Adnyana Putra dan I Md. Sucita Ariasandika. "Keberlanjutan Minimalisme Dalam Arsitektur dan Desain Interior". *Prosiding Seminar Nasional Desain dan Arsitektur Vol. 2 Tahun 2019*, hlm. 610.
- Susanti, Rizky dan Ahmad Sulaiman. "Minimalisme dan Zuhud: Perbandingan gaya hidup barat dan Islam serta manfaatnya bagi kesehatan mental". *prepared using psyj. CIs*, Vol. 12 Tahun 2022, hlm. 20.
- Suheno, Franz Magnis. 1997. *13 Tokoh Etika: Sejak Zaman Yunani Sampai Abad Ke-19*. Yogyakarta: Kanisius.
- Suherisno, Muddi. 1993. *Buddhisme: Pengaruhnya dalam Abad Modern*. Yogyakarta: Kanisius.
- Sunyanto, Eko. "Konsumerisme Sudah Menjadi Budaya dan Jadi Persoalan Serius", dikutip dari <https://www.tribunnews.com/nasional/2017/10/23/konsumerisme-sudah-menjadi-budaya-dan-jadi-persoalan-serius> pada hari Sabtu tanggal 19 November 2022 jam 13.31 WIB.
- Suopoo, "Pemikiran Imam Ghazali Tentang Ekonomi", *Jurnal Ummul Qura Vol. III Tahun 2013*, hlm. 51.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Tansan, Robert, dkk, “Tren Gaya Hidup Minimalis di Sosial Media dan Dampaknya Pada Mahasiswa”, *Seminar Nasional Ilmu-Ilmu Sosial* Vol. 1 Tahun 2022, hlm. 554.
- Tiswara, Ni Nyoman Nadya dan Ni Luh Gede Meilantari. “Analisis Nilai Zen Buddhisme Pada Lagu Holiday Milik Hiraidai”, *Jurnal Taiyou* Vol. 4 Tahun 2023, hlm. 39.
- Tiswanto. 1995. *Buddha Dharma Mahayana*. Palembang: Majelis Buddha Mahayana.
- Wahid, Abdurrahman. “Praktik Zuhud Sebagai Bentuk Pengalaman Terhadap Ayat-Ayat Mengenai Keutamaan Akhirat di Pondok Pesantren Uicci Sulaimaniyah”. *Skripsi*, Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah, 2022, hlm. 29.
- Wahyuni, Isna Septi. Goodbye, Things: Metode Minimalis Upaya Hidup Manis, dikutip dari <https://wartafeno.com/2023/05/08/goodbye-things-metode-minimalis-upaya-hidup-manis/> diakses hari Rabu, tanggal 4 Oktober 2023 pukul 16.49 WIB.
- Wee, Desy. 2021. *Perluakah Hidup Minimalis?*. Yogyakarta:Penerbit Brilliant, cet. Kedua.
- Wening, Sri. 2014. *Waspada Konsumerisme Kiat-Kiat Menghambat Melalui Pendidikan karakter*. Sukoharjo: Rumahaksara.
- Weny. 2021. *Pembelajaran Etika dan Penampilan Bagi Millennial Abad 21*. Bogor: Guepedia.
- Wijoyo, Firman Adi. “Makna Pencerahan Dalam Zen Buddhisme”, *Dharmasmrti* Vol. XII Tahun 2015, hlm. 1.
- Yuniawati, R. Poppy. *Penelitian Studi Kepustakaan (Library Research)*, dipresentasikan pada acara Penyamaan Persepsi Penelitian Studi Kepustakaan di Lingkungan Dosen FKIP Unpas pada 14 April 2020, hlm. 11.
- Yulianti, Novia Hamidah. “The Concept and Aplication of the Minimalist Lifestyle On Quran Perspective”, *Journal of Quran and Hadist Studies* Vol. 1 Tahun 2021, hlm. 35.

Yuwono, Firman Adi. 1997. *Pencerahan Suatu Pencarian Makna Hidup dalam Zen Buddhisme*. Yogyakarta: Kanisius.

Zahrah, Nyayu Siti, “Bentuk-bentuk Etika Islam dan Rasionalisasinya”, *El-Afkar* Vol. 10 Tahun 2021, hlm. 152.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BIODATA PENULIS



Nama	: Dian Tata Wanova
Tempat/Tanggal Lahir	: Tapan, 09 Oktober 2001
NIM	: 12030123944
Fakultas/Jurusan	: Ushuluddin/Aqidah Filsafat Islam
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Alamat Rumah	: Desa Talang Koto Pulai Tapan, Kec. Ranah Ampek Hulu Tapan, Kab. Pesisir Selatan, Sumatera Barat.
No. HP	: 082283610876
Email	: Wanovadiantata@gmail.com
Nama Orang Tua	: Irwan Eli Kasri Nova

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SDN 02 Pasar Bukit (Tahun 2008-2014)
2. MTSN 09 Pesisir Selatan (Tahun 2014-2017)
3. SMAN 1 Basa Ampek Balai Tapan (Tahun 2017-2020)
4. UIN Suska Riau, Prodi Aqidah dan Filsafat Islam (Tahun 2020-Sekarang)