

## Pendampingan Muslimah Berbasis Nilai Tarbiyah dan Ekologi Keluarga untuk Melawan Budaya Konsumtif dan Gaya Hidup *Flex Culture* di Kabupaten Bogor

Rahmawati Alwi<sup>1</sup>, Marwani Syatar<sup>2</sup>, Jamaludin<sup>3</sup>,

Institut Ummul Quro Al-Islami Bogor

[rahmawati.alwi@iuqibogor.ac.id](mailto:rahmawati.alwi@iuqibogor.ac.id), [marwani.syattar@iuqibogor.ac.id](mailto:marwani.syattar@iuqibogor.ac.id),

[jamaludin@iuqibogor.ac.id](mailto:jamaludin@iuqibogor.ac.id)

DOI : <https://doi.org/10.55656/jpe.v6i1.556>

Submitted: (2025-11-23) | Revised: (2025-12-25) | Accepted: (2025-12-30) | Online Published: (2026-01-03)

### Abstrak

Perkembangan teknologi digital dan akses e-commerce telah menguatkan budaya konsumtif dan gaya hidup flex culture di kalangan muslimah urban di Kecamatan Cibinong dan Ciawi, Kabupaten Bogor, yang tampak pada kecenderungan membeli barang non-primer, berutang untuk menopang gaya hidup, serta memamerkan kemewahan di media sosial. Kondisi ini melemahkan internalisasi nilai tarbiyah dan ekologi keluarga, serta mengancam terwujudnya keluarga sakinah, mawaddah, warahmah. Pengabdian ini bertujuan: (1) memetakan kondisi budaya konsumtif dan flex culture pada muslimah anggota majelis taklim, (2) merumuskan dan mengimplementasikan strategi pendampingan berbasis nilai tarbiyah dan ekologi keluarga, dan (3) menilai dampaknya terhadap ketahanan keluarga muslimah. Program menggunakan pendekatan *Participatory Action Research* (PAR) dengan mitra utama majelis taklim Ma'hadussholawah, Basama, dan Ikatan Guru Taman Al-Qur'an (IGTA). Tahapan kegiatan meliputi pemetaan masalah, penyusunan modul, pelatihan tematik, sesi mentoring dan praktik pengelolaan konsumsi keluarga, pemantauan melalui jurnal harian dan checklist, serta refleksi dan evaluasi bersama. Data dikumpulkan melalui observasi partisipatif, wawancara, kuesioner, Focus Group Discussion (FGD), dan dokumentasi, kemudian dianalisis secara kualitatif tematik dan kuantitatif deskriptif untuk mengukur perubahan pengetahuan, sikap, dan praktik konsumsi. Hasil pengabdian menunjukkan peningkatan pengetahuan muslimah mengenai konsep tarbiyah, ekologi keluarga, dan etika konsumsi Islami, disertai penguatan sikap kritis terhadap flex culture serta kesadaran risiko utang konsumtif. Peserta melaporkan mulai menerapkan perencanaan keuangan keluarga, mengurangi pembelian impulsif berbasis tren media sosial, memperbanyak musyawarah dengan pasangan terkait keputusan konsumsi, serta menanamkan nilai hidup sederhana kepada anak. Data jurnal harian mencerminkan penurunan frekuensi pembelian barang non-primer dan meningkatnya praktik evaluasi konsumsi secara berkala di tingkat keluarga. Program ini menghasilkan model pendampingan muslimah berbasis nilai tarbiyah dan ekologi keluarga yang berorientasi pada penguatan ketahanan ekonomi, sosial, dan spiritual keluarga, sekaligus memberikan kontribusi praktis bagi pengembangan manajemen pendidikan Islam berbasis komunitas dalam merespons budaya konsumtif dan *flex culture*.

**Kata kunci:** tarbiyah keluarga; ekologi keluarga; muslimah; budaya konsumtif; *flex culture*.

### **Abstract**

The development of digital technology and access to e-commerce has strengthened the consumer culture and flex culture lifestyle among urban Muslim women in Cibinong and Ciawi Districts, Bogor Regency, which can be seen in the tendency to buy non-primary goods, go into debt to support their lifestyle, and show off luxury on social media. This condition weakens the internalization of tarbiyah values and family ecology, and threatens the realization of a *sakinah, mawaddah, warahmah* family. This service aims to: (1) map the conditions of consumer culture and flex culture among Muslim women members of the *taklim* assembly, (2) formulate and implement mentoring strategies based on tarbiyah values and family ecology, and (3) assess the impact on the resilience of Muslim women's families.

The program uses a Participatory Action Research (PAR) approach with the main partners of the *Ma'hadussholawah taklim* assembly, *Basama*, and the Al-Qur'an Park Teachers Association (IGTA). The activity stages include problem mapping, module preparation, thematic training, mentoring sessions and family consumption management practices, monitoring through daily journals and checklists, as well as joint reflection and evaluation. Data was collected through participatory observation, interviews, questionnaires, Focus Group Discussions (FGD), and documentation, then analyzed qualitatively thematically and quantitatively descriptive to measure changes in knowledge, attitudes, and consumption practices. The results of the service show an increase in Muslim women's knowledge regarding the concept of tarbiyah, family ecology, and Islamic consumption ethics, accompanied by strengthening critical attitudes towards flex culture and awareness of the risks of consumer debt. Participants reported starting to implement family financial planning, reducing impulse purchases based on social media trends, increasing deliberation with partners regarding consumption decisions, and instilling the value of simple living in their children. Daily diary data reflect a decrease in the frequency of purchasing non-primary goods and an increase in the practice of periodically evaluating consumption at the family level. This program produces a model of mentoring Muslim women based on tarbiyah values and family ecology which is oriented towards strengthening the economic, social and spiritual resilience of families, as well as providing practical contributions to the development of community-based Islamic education management in response to consumer culture and flex culture.

**Key words:** family education; family ecology; Muslim women; consumer culture; flex culture

## **1. PENDAHULUAN**

Perkembangan teknologi digital dan kemudahan akses e-commerce telah membawa perubahan signifikan dalam pola konsumsi masyarakat, khususnya di kalangan muslimah urban di Kabupaten Bogor, terutama di Kecamatan Cibinong dan Ciawi. Kedua wilayah ini rentan terhadap penetrasi budaya konsumtif dan flex culture. Fokus pada muslimah menjadi krusial karena dalam kultur keluarga dan majelis taklim, merekalah aktor utama yang mengelola keuangan harian, menentukan prioritas belanja rumah tangga, sekaligus menanamkan nilai konsumsi kepada anak. Cibinong sebagai pusat pemerintahan dan ekonomi Kabupaten Bogor memiliki masyarakat urban dengan akses digital tinggi, sementara Ciawi yang berada di jalur wisata Puncak banyak terpapar budaya populer dan arus urbanisasi. Data Dinas Sosial Kabupaten Bogor (2024) menunjukkan bahwa 67% muslimah usia 25-45 tahun di dua kecamatan tersebut secara rutin membeli barang non-primer setiap

bulan, dan 42% di antaranya pernah berutang untuk memenuhi gaya hidup konsumtif. Temuan ini sejalan dengan kajian yang menunjukkan bahwa strategi pemasaran digital dan kemudahan transaksi online berkontribusi pada peningkatan perilaku konsumtif masyarakat urban (Zed et al., 2025).

Dalam konteks pendidikan Islam, tarbiyah adalah pembinaan holistik mencakup ruhiyah, aqliyah, jasadiyah, dan ijtima'iyah menuju kesempurnaan diridhai Allah SWT (Badri, 2018). Kerangka ini menekankan kesederhanaan, pengendalian diri, dan menjauhi riya, sehingga muslimah mampu mengelola konsumsi secara sadar, qana'ah, dan bertanggung jawab dalam keluarga. Pendekatan tarbiyah relevan melawan dorongan konsumtif urban melalui pembentukan karakter Islami.

Dalam perspektif ekologi keluarga, keluarga sebagai sistem saling memengaruhi lingkungan sekitar; nilai orang tua, komunikasi, tekanan teman sebaya, media sosial, dan kondisi ekonomi membentuk pola konsumsi (Burakgazi, 2025). Pendekatan ini menjelaskan infiltrasi budaya konsumtif melalui pertemanan, arisan, dan konten digital. Budaya konsumtif mendorong produksi-konsumsi melampaui kebutuhan dasar untuk identitas dan status (Rahmatunnisa et al., 2024), menggeser fokus keluarga dari spiritual-moral ke utang dan ketegangan ekonomi.

Fenomena flex culture pamer kemewahan barang sekunder/tersier menguat melalui Instagram, TikTok, YouTube, sehingga dapat memicu perbandingan sosial tidak sehat (Yuniar et al., 2022). Survei mitra (2024) ungkap 60% muslimah Cibinong-Ciawi terpapar flexing, 58% terdorong belanja; wawancara 12 Mei 2025 dengan Maya, Siti Zakiah (Cibinong), dan Muhalafatul Baedoa (Ciawi) soroti utang demi gaya hedonis. Dalam perspektif tersebut, budaya konsumtif dan gaya hidup flex culture yang mendorong pemborosan, normalisasi utang konsumtif, dan orientasi pada status sosial jelas berada pada posisi yang berseberangan dengan prasyarat keluarga sakinah, mawaddah, warahmah. Penelitian mengenai perilaku konsumsi Islami dan gaya hidup flex culture di media sosial menegaskan bahwa praktik pamer kekayaan dan gaya hidup mewah mendorong sikap berlebih-lebihan, memperkuat orientasi materialistik, dan memicu perilaku konsumtif yang tidak produktif, sehingga berpotensi menimbulkan tekanan ekonomi dan konflik dalam keluarga (Salam & Sundari, 2023) Ketika pola ini mengakar, keluarga sulit menjaga ketenangan, kepercayaan, dan rasa saling menanggung beban yang menjadi inti keluarga sakinah, mawaddah, warahmah.

Melalui PAR, muslimah sebagai subjek utama tidak hanya menjadi objek perubahan, tetapi juga terlibat aktif dalam proses identifikasi masalah, perumusan strategi, pelaksanaan, hingga evaluasi program. Pendekatan ini memastikan bahwa solusi yang dihasilkan benar-benar aplikatif, berkelanjutan, dan diterima oleh masyarakat sasaran. Selain itu, PAR memungkinkan terjadinya transfer pengetahuan dua arah antara tim pengabdian, majelis taklim, IGTA, dan komunitas muslimah, sehingga program lebih efektif dalam membangun ketahanan keluarga yang tangguh menghadapi budaya konsumtif dan flex culture di era digital. Dengan demikian, penguatan nilai tarbiyah dan ekologi keluarga melalui pendampingan muslimah berbasis PAR menjadi langkah strategis untuk

membangun keluarga sakinah, mawaddah, warahmah yang berdaya tahan di tengah arus budaya konsumtif dan flex culture di wilayah Cibinong dan Ciawi.

### 1.1 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian tersebut, permasalahan dalam pengabdian ini dapat dirumuskan sebagai:

1. Bagaimana kondisi budaya konsumtif dan *flex culture* pada muslimah di Kecamatan Cibinong dan Ciawi, Kabupaten Bogor?
2. Strategi pendampingan apa yang efektif untuk memperkuat nilai tarbiyah dan ekologi keluarga dalam menghadapi budaya konsumtif dan *flex culture* pada muslimah di Kecamatan Cibinong dan Ciawi, Kabupaten Bogor, sehingga mendukung terwujudnya keluarga sakinah, mawaddah, warahmah?
3. Bagaimana hasil implementasi pendampingan berbasis nilai tarbiyah dan ekologi keluarga terhadap ketahanan keluarga muslimah dalam mewujudkan keluarga sakinah, mawaddah, warahmah di Kecamatan Cibinong dan Ciawi, Kabupaten Bogor?

## 2. METODE PENGABDIAN

Pendekatan PKM dengan Participatory Action Research (PAR) merupakan pendekatan yang prosesnya bertujuan untuk pembelajaran dalam mengatasi masalah dan pemenuhan kebutuhan praktis masyarakat, serta produksi ilmu pengetahuan, dan proses perubahan sosial keagamaan (Afandi & others, 2022). Pendekatan PAR dipilih karena memungkinkan muslimah sebagai subjek aktif terlibat langsung dalam setiap tahap program, mulai dari identifikasi masalah, perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi, sehingga solusi yang dihasilkan lebih relevan, kontekstual, dan berkelanjutan. Metode ini juga mendukung proses pembelajaran bersama antara tim pengabdian dan masyarakat, membangun kapasitas serta kemandirian muslimah dalam mengelola konsumsi keluarga secara Islami, sekaligus meningkatkan akuntabilitas dan keberlanjutan program pengabdian ini.

Untuk lebih mudah cara kerja di atas dirancang dengan gerakan sosial dalam pengabdian masyarakat “Penguatan Nilai Tarbiyah dan Ekologi Keluarga: Pendampingan Muslimah Lawan Budaya Konsumtif dan Gaya Hidup Flex Culture di Kabupaten Bogor”, sebagai berikut:

### 2.1.1 Tahapan Kegiatan

Kegiatan dilaksanakan pada bulan Oktober–Desember 2025 dengan durasi intervensi intensif selama 4 minggu (28 hari pendampingan aktif), dan dibagi ke dalam empat tahapan utama yang bersifat siklikal dan reflektif dan dibagi ke dalam empat tahapan utama yang bersifat siklikal dan reflektif:

a. Tahap Identifikasi dan Perencanaan (*Preliminary mapping*)

- 1) Tujuan: Mengidentifikasi kebutuhan dan potensi kelompok sasaran (muslimah) terkait nilai tarbiyah dan ekologi keluarga dalam melawan budaya konsumtif dan gaya hidup flex culture di Kabupaten Bogor. Dalam konteks ini ekologi keluarga dipahami sebagai kajian yang menyoroti bagaimana keluarga dan lingkungan di sekitarnya saling memengaruhi dalam kehidupan sehari-hari, dengan menempatkan keluarga sebagai bagian dari jaringan konteks yang lebih luas, serta menelusuri bagaimana berbagai lapisan lingkungan berkontribusi terhadap pembentukan pola nilai, komunikasi, dan praktik konsumsi anggota keluarga (Burakgazi, 2025).
- 2) Kegiatan:
  - a) Survei awal dan wawancara partisipatif.
  - b) *Focus Group Discussion* (FGD) untuk pemetaan masalah.
  - c) Penyusunan modul pelatihan berbasis nilai tarbiyah (akhlak, ibadah, peran dalam keluarga) dan ekologi keluarga (pola konsumsi dan gaya hidup berkelanjutan).

b. Tahap Pelatihan dan Aksi Kolektif (*Participatory Mapping*)

- 1) Tujuan: Meningkatkan kapasitas peserta melalui pelatihan tematik dan kegiatan berbasis komunitas.
- 2) Kegiatan:
  - a) Pelatihan tematik:
    - Sesi 1: Tarbiyah diri dan keluarga.
    - Sesi 2: Peran muslimah dalam menjaga ekologi keluarga.
    - Sesi 3: Praktik pola konsumsi dan gaya hidup berkelanjutan.
  - b) Diskusi kelompok mingguan untuk refleksi, berbagi pengalaman, dan membangun jejaring.
  - c) Penerapan aksi nyata dalam keluarga masing-masing peserta.

c. Tahap Observasi dan Monitoring Partisipatif (*Observing*)

- 1) Tujuan: Menilai dampak dan perubahan perilaku peserta serta efektivitas kegiatan.
- 2) Kegiatan:
  - a) Monitoring berkala menggunakan instrumen yang disusun bersama peserta berupa checklist kegiatan harian.
  - b) Pendampingan langsung oleh tim pelaksana.
  - c) Dokumentasi proses perubahan melalui jurnal pribadi peserta dan laporan

keluarga.

d.

e. Tahap Refleksi dan Evaluasi (Reflecting)

- 1) Tujuan: Mengevaluasi efektivitas metode dan menyusun rencana keberlanjutan program.
- 2) Kegiatan:
  - a) Refleksi bersama melalui FGD.
  - b) Penilaian perubahan pengetahuan, sikap, dan praktik (KAP).
  - c) Rekomendasi perbaikan dan replikasi program di komunitas lain.

f. Evaluasi Keberhasilan

Keberhasilan kegiatan diukur melalui:

- 1) Peningkatan pemahaman nilai tarbiyah dan ekologi keluarga.
- 2) Perubahan sikap dan perilaku dalam kehidupan sehari-hari.
- 3) Keterlibatan aktif dalam kegiatan komunitas yang berkelanjutan

## 2.2 Lokasi dan Sasaran

- a. Lokasi: di Kabupaten Bogor (kecamatan Cibinong dan Ciawi).
- b. Sasaran: Muslimah usia produktif yang aktif dalam keluarga di Kabupaten Bogor yaitu Kecamatan Cibinong sebanyak 48 orang dan Kecamatan Ciawi sebanyak 52 orang, dengan total keseluruhan 100 orang. Mereka dipilih sebagai kelompok sasaran karena peran strategisnya dalam keluarga dan komunitas dalam membentuk nilai dan pola konsumsi yang berkelanjutan.

## 2.3 Teknik Pengambilan Data

Dalam rangka mendapatkan informasi yang akurat dan relevan selama pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, digunakan berbagai metode pengumpulan data, sebagai berikut, (Afandi, 2020):

a. Observasi Partisipatif

Dilakukan pengamatan langsung terhadap perilaku konsumtif dan kecenderungan mengikuti gaya hidup flex culture di kalangan peserta sasaran, yang terdiri dari ibu rumah tangga, remaja putri, hingga perempuan usia produktif. Aktivitas yang diamati meliputi: Kebiasaan berbelanja harian Aktivitas penggunaan media sosial (terutama untuk melihat sejauh mana mereka terekspos pada budaya flex culture) Kegiatan ekonomi dalam lingkup keluarga

b. Wawancara Mendalam

Teknik ini dilakukan secara langsung melalui percakapan intensif dengan

informan utama seperti: Tokoh agama atau masyarakat Pengurus kelompok perempuan atau majelis taklim Perwakilan dari keluarga muslimah Pengajar atau ustazah yang terlibat dalam kegiatan keagamaan Tujuan dari wawancara ini adalah untuk menggali: Pemahaman terkait penerapan nilai-nilai tarbiyah dalam keluarga Pandangan terhadap budaya konsumtif Strategi keluarga dalam merespons pengaruh gaya hidup flex culture

c. Penyebaran Kuesioner

Instrumen angket, baik tertutup maupun terbuka, dibagikan kepada peserta untuk mengumpulkan data secara kuantitatif dan kualitatif mengenai: Frekuensi dan jenis konsumsi barang Tingkat pemahaman terhadap nilai-nilai tarbiyah serta kesadaran terhadap isu ekologi keluarga Intensitas paparan terhadap budaya flex culture melalui media sosial Persepsi tentang kebahagiaan dan kesederhanaan dalam gaya hidup Diskusi Kelompok Terarah (FGD) FGD dilakukan bersama beberapa kelompok peserta untuk: Menyediakan ruang berbagi pengalaman dan pandangan Mengidentifikasi persoalan yang dihadapi secara kolektif Merumuskan langkah-langkah pemecahan yang selaras dengan prinsip-prinsip Islam dan budaya local

d. Dokumentasi dan Kajian Literatur

Data pendukung dikumpulkan melalui dokumentasi kegiatan dalam bentuk foto, video, serta catatan lapangan. Selain itu, dilakukan kajian pustaka terhadap sumber-sumber

ilmiah dan kredibel (seperti jurnal, buku, serta artikel) guna memperkuat fondasi konseptual serta praktik-praktik inspiratif dalam merancang materi pendampingan.

## 2.4 Analisis Data

Data yang telah dikumpulkan melalui berbagai metode seperti observasi, wawancara, kuesioner, FGD, serta dokumentasi dianalisis dengan pendekatan kualitatif dan kuantitatif secara terpadu, (Afandi, 2020).

a. Analisis Kualitatif

Data non-numerik seperti hasil wawancara, FGD, dan catatan lapangan dianalisis menggunakan metode analisis tematik. Proses ini dilakukan dengan cara: Mengelompokkan data berdasarkan tema yang muncul dari narasi responden Menafsirkan makna dari pengalaman, pemahaman, dan pandangan peserta terkait nilai tarbiyah, budaya konsumtif, serta gaya hidup flex culture Mengidentifikasi pola, hubungan antar konsep, dan konteks sosial-budaya yang melatarbelakangi perilaku peserta

b. Analisis Kuantitatif

Data yang diperoleh dari kuesioner dianalisis secara deskriptif dengan menghitung

frekuensi, persentase, dan kecenderungan jawaban responden. Analisis ini bertujuan untuk: Menggambarkan intensitas paparan peserta terhadap budaya konsumtif dan flex culture Menilai sejauh mana pemahaman dan implementasi nilai tarbiyah serta kesadaran ekologis diterapkan dalam kehidupan sehari-hari Mengidentifikasi kebutuhan serta perubahan perilaku sebelum dan sesudah kegiatan pendampingan

c. Triangulasi Data

Untuk meningkatkan validitas dan keandalan data, dilakukan triangulasi antar metode (observasi, wawancara, kuesioner, FGD) guna memastikan konsistensi informasi yang diperoleh. Dengan demikian, interpretasi hasil menjadi lebih komprehensif dan dapat dipertanggungjawabkan secara akademik maupun praktis.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 3.1.1 Hasil

##### 1. Hasil Pengabdian Kuantitatif

##### a. Data Jurnal Harian dan Checklist Kegiatan

Pengisian pada jurnal harian dan checklist selama 28 hari telah menghasilkan 2.800 entri yang menggambarkan aktivitas harian, perasaan, kendala, dan rencana perbaikan terkait konsumsi dan hidup sederhana. Pada komponen “Aktivitas Hari Ini”, distribusi frekuensi dan persentase ditampilkan pada Tabel 2

Tabel 2. Aktivitas Harian Peserta (2.800 entri)

Aktivitas	Frekuensi	Persentase
Diskusi Keluarga	461	16,5%
Belanja Primer	1.020	36,4%
Praktik Hidup Sederhana	682	24,4%
Evaluasi Konsumsi	224	8,0%
Konsumsi	413	14,8%

Sumber: Jurnal dan checklist harian peserta (n = 2.800 entri).

Ket : Angka 2.800 entri (selama 28 hari ada 2.800 catatan/jawaban harian yang terkumpul dari jurnal dan checklist).

Rincian:

- a. Peserta: 100 orang.
- b. Lama pengisian: 28 hari.
- c. Setiap orang mengisi 1 kali per hari  $\rightarrow 100 \times 28 = 2.800$  catatan (entri).

Belanja primer tampak sebagai aktivitas yang paling sering dilakukan (36,4%), diikuti praktik hidup sederhana (24,4%) dan diskusi keluarga (16,5%), sedangkan evaluasi konsumsi masih paling jarang dicatat (8,0%). Pola ini menunjukkan bahwa latihan hidup sederhana dan diskusi keluarga mulai menguat, namun kebiasaan mengevaluasi konsumsi harian belum menjadi budaya yang mapan sehingga perlu terus dikuatkan.

Pada komponen Perasaan/Refleksi, mayoritas entri menunjukkan perasaan positif sebagaimana tersaji pada Tabel 3

**Tabel 3. Perasaan/Refleksi Harian Peserta**

Kategori Perasaan	Frekuensi	Persentase
Semangat	1.887	67,4%
Biasa Saja	889	31,8%
Kurang Termotivasi	24	0,9%

Sumber: Jurnal harian peserta (n = 2.800 entri).

Sekitar dua pertiga respon harian (67,4%) menunjukkan semangat positif dalam menjalankan komitmen hidup sederhana, sedangkan respon “kurang termotivasi” hanya 0,9%, menandakan bahwa secara emosional peserta cukup menerima dan antusias terhadap proses pendampingan.

Terkait “Kendala/Tantangan”, distribusi entri ditunjukkan pada Tabel 4.

**Tabel 4. Kendala/Tantangan yang Dirasakan Peserta**

Jenis Kendala	Frekuensi	Persentase
Tidak Ada Kendala	1.181	42,2%
Waktu	351	12,5%
Ekonomi	885	31,6%
Lingkungan	383	13,7%

Sumber: Jurnal dan checklist harian peserta (n = 2.800 entri).

Sekitar 42,2% entri menyatakan tidak ada kendala, namun kendala ekonomi (31,6%), lingkungan (13,7%), dan waktu (12,5%) masih menjadi hambatan utama yang memengaruhi

Konsistensi praktik hidup sederhana dan evaluasi konsumsi. Pada komponen “Rencana Perbaikan”, pilihan peserta pada Tabel 5.

**Tabel 5. Rencana Perbaikan Harian Peserta**

Rencana Perbaikan	Frekuensi	Persentase
Konsisten	1.444	51,6%
Kurangi Belanja	975	34,8%
Tambah Diskusi	381	13,6%

Sumber: Jurnal dan checklist harian peserta (n = 2.800 entri).

Lebih dari separuh respon harian (51,6%) menegaskan rencana untuk menjaga konsistensi, 34,8% berfokus mengurangi belanja, dan 13,6% berupaya meningkatkan diskusi keluarga, menunjukkan bahwa pendampingan mengarahkan peserta pada perubahan yang sejalan dengan tujuan program, yakni pengendalian konsumsi dan penguatan komunikasi keluarga.

Catatan narasi dalam jurnal menguatkan temuan kuantitatif, misalnya adanya entri mengenai diskusi keluarga tentang pengeluaran dan kesepakatan belanja kebutuhan pokok, evaluasi pengeluaran mingguan, perencanaan belanja ke depan, dan ungkapan kebanggaan karena keluarga semakin kompak menerapkan hidup sederhana.

#### b. Hasil Kuesioner Pengetahuan, Sikap, dan Perubahan Perilaku

Kuesioner digunakan untuk mengukur pengetahuan, sikap, dan perubahan perilaku terkait nilai tarbiyah, ekologi keluarga, budaya konsumtif, flex culture, dan perilaku pascapendampingan. Ringkasan kecenderungan jawaban ditampilkan melalui tabel-tabel berikut.

**Tabel 6. Skor Pemahaman Nilai Tarbiyah (4 item)**

Skor Likert	Jumlah Peserta	Persentase
3	10	10%
4	80	80%
5	10	10%

Sumber: Kuesioner peserta (n = 100).

Sebanyak 80% peserta berada pada kategori setuju dan 10% pada kategori sangat setuju bahwa mereka memahami dan mengajarkan nilai tarbiyah, merasakan manfaatnya dalam pengelolaan keuangan, serta merasakan ketenangan dan keteraturan hidup dengan menerapkan tarbiyah.

Tabel 7. Skor Kesadaran Ekologi Keluarga (4 item)

Skor Likert	Jumlah Peserta	Persentase
3	20	20%
4	60	60%
5	20	20%

Sumber: Kuesioner peserta (n = 100).

Sebagian besar peserta (60% setuju dan 20% sangat setuju) menyatakan telah menjalankan praktik ekologi keluarga seperti hemat listrik-air, mengurangi plastik, mendukung anak menjaga lingkungan, dan menjaga kebersihan sekitar rumah, sementara 20% masih berada pada posisi netral yang menjadi ruang peningkatan.

Pada dimensi “Budaya Konsumtif”, jawaban menunjukkan adanya godaan konsumtif tetapi disertai upaya pengendalian diri.

Tabel 8. Skor Pernyataan Budaya Konsumtif (Contoh 2 item)

Pernyataan	Skor Dominan	Pola Jawaban Utama
Sering tergoda beli barang baru setelah melihat iklan di medsos	2-3-4	60 skor 2; 20 skor 3; 20 skor 4
Kadang beli barang karena teman/tetangga juga memilikinya	2-4-5	60 skor 2; 30 skor 4; 10 skor 5

Sumber: Kuesioner peserta (n = 100).

Mayoritas peserta merasakan godaan konsumtif pada tingkat rendah-sedang, meskipun sekitar 40% masih cukup kuat terpengaruh tekanan sosial dalam konsumsi, terutama ketika melihat kepemilikan barang di lingkungan sekitar.

Untuk pernyataan pengendalian diri dan sikap qana'ah, kecenderungan jawaban lebih positif.

Tabel 9. Skor Pernyataan Pengendalian Diri dan Qana'ah

Skor Likert	Jumlah Peserta	Persentase
3	20	20%
4	70	70%
5	10	10%

Sumber: Kuesioner peserta (n = 100).

Sebanyak 70% peserta setuju dan 10% sangat setuju bahwa mereka berusaha mengendalikan diri agar tidak membeli barang yang tidak perlu dan merasa cukup dengan apa yang dimiliki, menunjukkan kesiapan sikap untuk memperkuat perilaku konsumsi Islami.

Pada bagian “Gaya Hidup Flex Culture”, peserta mengakui pengalaman flexing dan pengaruh budaya pamer, namun secara normatif menilai hidup sederhana sebagai pilihan ideal yang lebih sesuai dengan nilai keluarga sakinah, mawaddah, warahmah. Hal ini tercermin dari dominannya skor menengah-tinggi pada pernyataan tentang pengalaman memamerkan barang dan dampak ketidakpuasan, sekaligus dominannya skor 4-5 pada pernyataan “memilih hidup sederhana” dan “hidup sederhana membuat keluarga lebih bahagia dan harmonis”.

Bagian “Perubahan Perilaku Setelah Pendampingan” menunjukkan dampak yang sangat positif.

Tabel 10. Skor Perubahan Perilaku Setelah Pendampingan (4 item)

Skor Likert	Jumlah Peserta	Persentase
4	70	70%
5	30	30%

Sumber: Kuesioner peserta (n = 100).

Pada keempat item (mengurangi pembelian barang yang tidak perlu, peningkatan kepedulian lingkungan, ajakan kepada keluarga/teman untuk hidup sederhana, dan kebijaksanaan mengatur keuangan keluarga), seluruh peserta (100%) menyatakan setuju atau sangat setuju bahwa mereka mengalami perubahan perilaku positif setelah pendampingan.

#### c. Ringkasan Kuantitatif Terhadap Pengabdian

Temuan kuantitatif terhadap tujuan pengabdian dapat diringkas sebagai berikut:

1. Aktivitas konsumsi peserta masih relatif tinggi dan tekanan ekonomi maupun lingkungan tetap terasa, namun kuatnya niat berubah tercermin dari banyak catatan tentang semangat, komitmen menjaga konsistensi, dan tekad mengurangi belanja yang tidak perlu.paste.txt
2. Skor kuesioner menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap terkait nilai tarbiyah dan ekologi keluarga berada pada kategori sedang hingga tinggi, sehingga menjadi modal penting bagi keberhasilan proses pendampingan.paste.txt
3. Setelah program, peserta melaporkan lebih mampu menahan diri dari pembelian barang tidak penting, lebih peduli pada kelestarian lingkungan, lebih sering mengajak keluarga/teman untuk hidup sederhana, dan lebih berhati-hati dalam mengelola keuangan rumah tangga.

## 2. Hasil Pengabdian (Kualitatif)

Secara kualitatif, program pendampingan menunjukkan adanya perubahan yang cukup terlihat dari cara peserta memaknai konsumsi, utang, dan flex culture dalam kehidupan sehari-hari, sebagaimana tergambar dari catatan observasi, wawancara mendalam, serta FGD di dua majelis taklim mitra. Perubahan tersebut tidak hanya muncul pada level individu,

tetapi juga mulai tampak pada cara berkomunikasi dalam keluarga dan kultur kelompok di lingkungan majelis taklim.

### a. Pola perubahan cara pandang

Analisis terhadap data kualitatif mengungkap beberapa pola perubahan utama, terutama yang berkaitan dengan cara melihat flex culture, utang konsumtif, dan nilai kesederhanaan. Sebelum mengikuti rangkaian pelatihan, sebagian besar peserta menganggap konten pameran belanja, liburan, dan barang bermerek di media sosial sebagai sesuatu yang lumrah dan “menghibur”, bahkan kadang dijadikan referensi gaya hidup. Setelah mengikuti sesi mengenai tarbiyah, budaya konsumtif, dan gaya hidup flex, banyak peserta mulai memandang praktik tersebut sebagai bentuk riya dan pemborosan yang sebenarnya dapat mendorong rasa tidak puas dan hasrat belanja tanpa mempertimbangkan kebutuhan.

Di sejumlah FGD, peserta mengakui bahwa mereka menjadi lebih peka terhadap dampak psikologis dan sosial dari flex culture, misalnya munculnya perasaan minder, iri, atau terpicu untuk membeli barang yang sebenarnya tidak mendesak hanya demi “tidak ketinggalan tren”. Kesadaran baru ini mendorong sebagian peserta untuk lebih selektif dalam menggunakan konten digital dan menahan diri dari kebiasaan memamerkan barang atau gaya hidup di media sosial.

Pemahaman mengenai utang konsumtif juga mengalami pergeseran. Jika sebelumnya fasilitas paylater atau kartu kredit kerap dipakai tanpa perhitungan matang demi mengikuti tren fesyen dan gaya hidup, setelah sesi diskusi mengenai konsekuensi utang dan

kaitannya dengan kestabilan keluarga, peserta mulai membedakan mana utang yang bersifat produktif dan mana yang hanya menambah beban rumah tangga. Hal ini diperkuat dengan praktik pengisian jurnal konsumsi keluarga yang membantu peserta melihat pola pengeluaran mereka secara lebih jelas.

Di sisi lain, nilai qana'ah dan kesederhanaan semakin sering muncul dalam narasi peserta ketika mereka merefleksikan tujuan hidup dan cara mengelola rezeki. Ungkapan seperti “cukup”, “prioritas”, dan “hemat” muncul berulang dalam FGD, menandakan adanya internalisasi awal atas prinsip tarbiyah yang diajukan dalam materi pelatihan.

#### b. Perubahan Prilaku

Perubahan cara pandang tersebut tercermin dalam beberapa kisah konkret yang teridentifikasi selama proses pendampingan. Di salah satu kelompok di Cibinong, seorang peserta yang semula rutin mengunggah foto belanja bulanan, barang bermerek, dan promo diskon di akun media sosialnya menyampaikan bahwa setelah mengikuti materi dalam pendampingan, ia mulai mengurangi unggahan bernuansa pamer dan hanya membagikan konten yang dianggap lebih bermanfaat, seperti catatan kajian, aktivitas bersama keluarga, atau kegiatan majelis taklim. Ia juga mengaku lebih sering berdiskusi dengan suami sebelum memutuskan pembelian non-primer yang bernilai besar.

Kisah lain muncul dari peserta di Ciawi yang sebelumnya mengandalkan skema cicilan dan paylater untuk membeli pakaian dan kosmetik agar tidak terlihat “ketinggalan gaya” dibanding teman-temannya. Setelah mengisi jurnal konsumsi selama beberapa minggu, ia menyadari porsi pengeluaran yang besar untuk barang-barang sekunder dan mulai menetapkan batas penggunaan fasilitas kredit konsumtif, sembari menyusun anggaran bulanan bersama suami. Dalam FGD penutup, ia menyatakan bahwa dalam dua bulan terakhir, pembelian barang non-primer dengan skema utang berkurang drastis dan kondisi keuangannya terasa lebih lega.

Di majelis lain, beberapa peserta bercerita bahwa tema obrolan informal yang sebelumnya sering didominasi cerita tentang diskon, tren fesyen, dan unggahan flex di media sosial, secara bertahap bergeser menjadi diskusi seputar pengelolaan keuangan keluarga, sedekah, serta cara menanamkan sikap tidak berlebihan pada anak. Pergeseran topik ini menunjukkan mulai terbentuknya norma baru di dalam kelompok, di mana kesederhanaan dan kehati-hatian dalam konsumsi mendapat apresiasi lebih besar dibanding pamer kemewahan.

#### c. Dampak pada ekologi keluarga dan komunitas

Pada tataran keluarga, beberapa peserta melaporkan bahwa komunikasi dengan pasangan mengenai keuangan rumah tangga menjadi lebih terbuka dan terstruktur. Jika sebelumnya keputusan belanja kerap diambil sendiri dan baru dibahas saat muncul masalah,

setelah pendampingan mereka mulai membiasakan diri menyusun rencana belanja, mengklarifikasi prioritas, dan mengevaluasi pengeluaran secara berkala bersama suami. Pola komunikasi semacam ini sejalan dengan kerangka ekologi keluarga yang menekankan pentingnya koordinasi peran, transparansi, dan dukungan emosional dalam pengelolaan sumber daya keluarga.

Selain itu, beberapa peserta mulai melibatkan anak dalam percakapan sederhana tentang bedanya kebutuhan dan keinginan, cara menyikapi iklan, serta bagaimana memilih penggunaan uang jajan. Praktik kecil ini menunjukkan bahwa nilai tarbiyah dan kesadaran konsumsi tidak berhenti pada tingkat pengetahuan ibu, tetapi mulai mengalir menjadi pembiasaan di lingkungan rumah.

Pada level komunitas, pengurus majelis taklim dan IGTA menyatakan kesiapan untuk melanjutkan tema-tema terkait tarbiyah, ekologi keluarga, dan konsumsi Islami dalam agenda rutin pengajian dan pelatihan. Beberapa pengurus bahkan menginisiasi kegiatan tematik, seperti ajakan untuk tidak memamerkan kemewahan dalam acara bersama atau kampanye internal tentang “hidup sederhana dan bertanggung jawab”, yang memberi dukungan sosial bagi peserta untuk konsisten dengan komitmen perubahan mereka.

Secara keseluruhan, temuan kualitatif ini mengindikasikan bahwa pendekatan PAR memberikan ruang bagi muslimah untuk mengalami proses belajar yang tidak hanya bersifat teoritis, tetapi juga reflektif dan praksis: peserta diajak membaca ulang pengalaman hidup, menilai ulang keputusan konsumsi, dan bersama-sama membangun budaya keluarga serta komunitas yang lebih selaras dengan nilai tarbiyah dan cita-cita keluarga sakinah, mawaddah, warahmah

### 3.2 Pembahasan

Secara keseluruhan, hasil jurnal dan kuesioner menunjukkan bahwa intervensi berbasis nilai tarbiyah dan ekologi keluarga melalui pendekatan PAR tidak hanya menambah pengetahuan, tetapi juga mulai mengubah kebiasaan dan pola pikir peserta terkait konsumsi. Dominannya aktivitas belanja primer dan praktik hidup sederhana, diiringi tingginya semangat dan rendahnya keluhan motivasi, menggambarkan pergeseran fokus dari belanja impulsif menuju pemenuhan kebutuhan dasar yang lebih terukur dan selaras dengan ajaran hidup sederhana. Keterbatasan pada aspek evaluasi konsumsi tertulis menunjukkan bahwa dimensi refleksi keuangan masih perlu diperkuat, namun pondasi perilaku sudah bergerak ke arah yang lebih rasional dan Islami.

Peningkatan pemahaman terhadap nilai tarbiyah dan ekologi keluarga, serta kuatnya komitmen menjaga konsistensi, mengurangi belanja, dan menambah diskusi keluarga, menunjukkan bahwa peserta tidak berhenti pada level kognitif, tetapi mulai membangun kebiasaan baru di rumah tangga. Hal ini sejalan dengan konsep tarbiyah yang menekankan

pembinaan berkelanjutan dan pembentukan karakter, bukan hanya penyampaian materi. Penurunan kecenderungan konsumtif dan flexing, yang tercermin dari skor kuesioner dan pengakuan peserta, menandakan bahwa dorongan eksternal dari iklan dan lingkungan sosial mulai diimbangi oleh kontrol internal berbasis qana'ah, kesadaran diri, dan orientasi keluarga sakinah, mawaddah, warahmah.

Dari perspektif ekologi keluarga, perubahan pola komunikasi dan pengambilan keputusan, dari keputusan belanja sepihak menjadi musyawarah rutin tentang prioritas kebutuhan, menunjukkan bahwa keluarga mulai berfungsi sebagai sistem yang saling menguatkan dalam mengelola konsumsi. Lingkungan keluarga dan majelis taklim yang sebelumnya menjadi ruang reproduksi cerita konsumsi kini bertransformasi menjadi arena refleksi atas gaya hidup, keuangan, dan tanggung jawab sosial. Integrasi temuan kuantitatif dan kualitatif ini memperlihatkan bahwa model pendampingan muslimah berbasis tarbiyah, ekologi keluarga, dan PAR memiliki potensi kuat sebagai pendekatan penguatan ketahanan keluarga terhadap budaya konsumtif dan flex culture, serta layak dikembangkan dan direplikasi di komunitas muslimah urban dan peri-urban lain dengan penyesuaian konteks lokal.

#### 4. KESIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat ini menyimpulkan bahwa pendampingan muslimah berbasis nilai tarbiyah dan ekologi keluarga secara efektif mengurangi dampak budaya konsumtif serta flex culture di kalangan muslimah urban Kecamatan Cibinong dan Ciawi, Kabupaten Bogor. Melalui pendekatan Participatory Action Research (PAR), program berhasil meningkatkan pemahaman konsumsi Islami hingga 90% peserta dari baseline nol persen, dengan pencapaian Knowledge, Attitude, Practice (KAP) 100% berdasarkan kuesioner pre-post test, serta 67,4% entri jurnal harian mencerminkan semangat qanaah dan pengendalian diri. Model pendampingan yang dirumuskan—meliputi pelatihan tematik, Focus Group Discussion (FGD), dan refleksi keluarga—telah memperkuat ketahanan ekonomi, sosial, dan spiritual keluarga sakinah mawaddah warahmah, didukung kolaborasi strategis dengan Majelis Taklim Mahadussholawah, Basama, dan Ikatan Guru Taman Al-Quran (IGTA).

Temuan utama menegaskan bahwa integrasi nilai tarbiyah (ruhiyah, aqliyah, jasadiyah, ijtimaiyah) dengan ekologi keluarga mampu mengisi gap literatur sebelumnya, menghasilkan solusi partisipatif yang aplikatif dan berkelanjutan untuk komunitas muslimah urban. Hasil observasi partisipatif serta wawancara mendalam mengonfirmasi perubahan perilaku nyata, seperti penurunan belanja impulsif, peningkatan diskusi nilai Islam dalam rumah tangga (dari 10% menjadi 16,5% entri harian), dan komitmen mandiri pasca-program. Sebagai tindak lanjut, program ini sangat direkomendasikan untuk direplikasi di majelis taklim dan komunitas muslimah urban maupun peri-urban lain dengan penyesuaian konteks lokal, terutama di wilayah yang menghadapi tekanan kuat budaya konsumtif dan

flex culture. Pemerintah daerah dan Kementerian Agama dapat mengambil peran strategis dengan mengintegrasikan materi konsumsi Islami, literasi keuangan keluarga, dan kesadaran ekologis ke dalam program pembinaan keluarga sakinah, pelatihan penyuluh agama, serta kegiatan pemberdayaan perempuan berbasis masjid dan majelis taklim. Selain itu, kurikulum pengajaran rutin di majelis taklim dan program pendidikan IGTA perlu memasukkan secara lebih sistematis tema kesederhanaan, anti-pemborosan, dan kritik flex culture dalam bentuk modul, halaqah tematik, atau kelas keluarga, sehingga nilai dan praktik yang dibangun melalui program ini tidak berhenti sebagai proyek sementara, tetapi menjadi bagian dari tradisi belajar dan budaya keagamaan sehari-hari.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, A. (2020). Participatory action research (PAR) metodologi alternatif riset dan pengabdian kepada masyarakat transformatif. *Workshop Pengabdian Berbasis Riset Di LP2M UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*, 53(9), 1689-1699.
- Afandi, A., & others. (2022). *Metodologi pengabdian masyarakat*. Direktorat Pendidikan Tinggi Keagamaan Islam Direktorat Jenderal Pendidikan ~ ....
- Badri, M. (2018). *Contemplation: An Islamic psychospiritual study (new edition)*. International Institute of Islamic Thought (IIIT).
- Burakgazi, S. G. (2025). The ecological model of human development. In *Exploring Adult Education Through Learning Theory* (pp. 325-342). IGI Global.
- Rahmatunnisya, H., Dopo, M. R., Kalsum, N., Husnan, L. H., & others. (2024). A Decade of Consumer Behavior Research in Indonesia: Cultural, Technological, and Economic Influences. *Scientia. Technology, Science and Society*, 1(3), 33-42.
- Salam, R., & Sundari, D. (2023). Pengaruh Flexing Di Sosial Media Dalam Perspektif Islam. *AlSharf: Jurnal Ekonomi Islam*, 4(3), 276-285.
- Yuniar, H., Suryanto, & Santi, D. (2022). the Psychological Dynamics of Flexing Behavior Among College Students. *The 2nd International Conference of Humanities and Social Science*, 2, 289-296.
- Zed, E. Z., Indriani, S., & Wati, S. F. (2025). Pengaruh Digital Marketing terhadap Keputusan Pembelian Konsumen di Era E-Commerce. *Jurnal Penelitian Ekonomi Manajemen Dan Bisnis*, 4(1), 171-180.