Memilih Hobi yang Bermanfaat



Daftar Isi

Toggle

Waktu luang: Nikmat besar yang sering terlupakan

Islam tidak melarang hiburan

Hobi yang mendekatkan diri kepada Allah

Mengubah hobi menjadi ibadah

Hobi yang menguatkan fisik dan mental

Bahaya hobi yang tidak terarah

Setiap manusia pasti memiliki waktu luang. Di sela kesibukan belajar, bekerja, atau menjalani berbagai aktivitas kehidupan, selalu ada saat-saat ketika seseorang bebas memilih apa yang ingin ia lakukan. Pada waktu itulah manusia biasanya melakukan sesuatu yang ia sukai, yang sering disebut sebagai hobi.

Sumber: https://ibnutaimiyyah.ponpes.id/memilih-hobi-yang-bermanfaat/
Tanggal download: 13 November 2026, 02:23 WIB

Bagi sebagian orang, hobi dianggap sebagai hal yang ringan, sekadar hiburan untuk mengisi waktu senggang. Namun bagi seorang Muslim, hobi bukanlah sekadar kegiatan pengisi waktu. Ia merupakan bagian dari bagaimana seseorang menggunakan umur yang Allah amanahkan kepadanya.

Setiap detik kehidupan manusia sangat berharga. Waktu yang telah berlalu tidak akan pernah kembali, dan setiap detik itu akan dimintai pertanggungjawaban di hadapan Allah pada hari kiamat. Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda,

?? ???? ???? ??? ??? ??????? ??? ???? ?? [????]: ???? ??? ?????? ??? ???? ??? ???? ??? ???? ?? ??? ??????? ???? ?????? ??? ???? ??? ?????

“Kedua kaki seorang hamba tidak akan bergeser pada hari kiamat sampai ia ditanya tentang empat perkara: (1) tentang umurnya, untuk apa ia habiskan; (2) tentang ilmunya, bagaimana ia mengamalkannya; (3) tentang hartanya, dari mana ia memperolehnya dan untuk apa ia membelanjakannya; (4) serta tentang tubuhnya, untuk apa ia gunakan.” (HR. Tirmidzi)

Hadis ini mengingatkan bahwa umur adalah amanah. Maka bagaimana seseorang mengisi waktu luangnya juga merupakan bagian dari amanah tersebut.

Waktu luang: Nikmat besar yang sering terlupakan

Di antara nikmat terbesar yang Allah berikan kepada manusia adalah kesehatan dan waktu luang. Namun ironisnya, dua nikmat ini justru sering tidak disadari oleh banyak manusia. Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda,

?????? ????? ????? ???? ?? ?????: ????? ???????

“Dua nikmat yang banyak manusia tertipu di dalamnya: kesehatan dan waktu luang.” (HR. Bukhari)

Banyak orang baru menyadari nilai waktu setelah kehilangan kesempatan. Ketika masa muda telah berlalu, ketika kesehatan mulai melemah, atau ketika kesempatan telah hilang, barulah seseorang menyesal karena tidak memanfaatkan waktunya dengan baik.

Allah bahkan bersumpah dengan waktu dalam Al-Qur’an,

?????? ?? ??????? ??? ???

Sumber: https://ibnutaimiyyah.ponpes.id/memilih-hobi-yang-bermanfaat/
Tanggal download: 13 November 2026, 02:23 WIB

“Demi waktu. Sesungguhnya manusia benar-benar berada dalam kerugian.” (QS. Al-‘Asr: 1–2)

Islam tidak melarang hiburan

Sebagian orang beranggapan bahwa agama melarang kesenangan atau hiburan. Anggapan ini tidak sepenuhnya benar. Islam adalah agama yang sangat memahami dan menjaga fitrah manusia. Allah menciptakan manusia dengan kebutuhan untuk beristirahat, bersantai, dan menikmati kehidupan dunia dalam batas yang diperbolehkan.

Allah berfirman,

?? ?? ??? ???? ???? ???? ???? ?????? ???????? ?? ????? ?? ?? ????? ????? ?? ?????? ?????? ????? ??? ??????? ???? ???? ?????? ???? ??????

“Katakanlah (Muhammad), ‘Siapakah yang mengharamkan perhiasan dari Allah yang telah Dia keluarkan untuk hamba-hamba-Nya dan rezeki yang baik-baik?’ Katakanlah, ‘Semua itu untuk orang-orang yang beriman dalam kehidupan dunia, dan khusus (untuk mereka saja) pada hari kiamat.’ Demikianlah Kami menjelaskan ayat-ayat itu untuk kaum yang mengetahui.” (QS. Al-A‘raf: 32)

Ayat ini menunjukkan bahwa pada dasarnya, menikmati hal-hal yang baik adalah sesuatu yang diperbolehkan, selama tidak melanggar batas syariat.

Di antara hadis tentang permainan dan hiburan yang dilakukan pada masa Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallam bersama para sahabat adalah hadis tentang orang-orang Habasyah yang bermain tombak di masjid. Dari Aisyah binti Abu Bakar radhiyallahu ‘anha, beliau berkata,

???? ????? ??? ???? ???? ???? ?????? ??????? ???? ???? ??? ?????? ?????? ?? ??????? ??? ???? ??? ???? ????? ??????? ??? ??????? ??????? ????? ??????? ??? ?????

“Aku melihat Nabi shallallahu ‘alaihi wa sallam menutupiku dengan selendang beliau, sementara aku melihat orang-orang Habasyah bermain di masjid. Beliau membiarkanku melihat hingga aku sendiri yang merasa bosan. Maka pahamilah keadaan seorang gadis muda yang senang terhadap hiburan.” (HR. Bukhari dan Muslim)

Dalam riwayat lain disebutkan bahwa mereka bermain dengan tombak dan perisai sebagai bentuk latihan ketangkasan.

Ada pula hadis tentang Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallam berlomba lari dengan Aisyah binti Abu Bakar radhiyallahu ‘anha,

????? ???? ???? ??? ???? ???? ???? ?????? ? ???? ???? ????? ?????? ?????? ? ???? : ??? ????

Sumber: https://ibnutaimiyyah.ponpes.id/memilih-hobi-yang-bermanfaat/
Tanggal download: 13 November 2026, 02:23 WIB

“Aku pernah berlomba lari dengan Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallam, lalu aku mengalahkannya. Ketika tubuhku mulai berisi, aku berlomba lagi dengan beliau. Beliau pun mengalahkanku. Beliau berkata, ‘Kemenangan ini sebagai balasan kemenangan yang dahulu.’” (HR. Ath-Thahawi dan Abu Dawud)

Ini menunjukkan bahwa Islam tidak melarang hiburan, tetapi mengaturnya agar tetap berada dalam batas yang benar. Hiburan yang diperbolehkan dapat menjadi sarana untuk menyegarkan jiwa setelah kelelahan menjalani aktivitas. Namun, hiburan tidak boleh menjadi tujuan hidup atau membuat seseorang lalai dari kewajiban.

Hobi yang mendekatkan diri kepada Allah

Hobi yang paling baik adalah hobi yang membantu seseorang menjadi lebih baik dalam agama maupun dalam kehidupan. Allah Azza wa Jalla berfirman,

????? ???? ???? ???? ????? ?????? ??? ??? ????? ?? ??????

“Carilah dengan apa yang Allah berikan kepadamu negeri akhirat, dan janganlah engkau melupakan bagianmu di dunia.” (QS. Al-Qashash: 77)

Ayat ini mengajarkan keseimbangan. Seorang Muslim tidak meninggalkan dunia sepenuhnya, tetapi juga tidak menjadikan dunia sebagai tujuan utama.

Beberapa contoh hobi yang bermanfaat antara lain:

– Membaca buku dan menuntut ilmu;

– Menghafal Al-Qur’an;

– Menulis dan berdakwah;

– Berolahraga untuk menjaga kesehatan;

– Berkebun atau memelihara tanaman;

– Belajar keterampilan baru yang bermanfaat.

Aktivitas seperti ini bukan hanya mengisi waktu, tetapi juga memberi nilai positif bagi kehidupan seseorang.

Mengubah hobi menjadi ibadah

Salah satu keindahan ajaran Islam adalah bahwa perkara yang mubah bisa berubah menjadi ibadah jika disertai niat yang benar. Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda,

Sumber: https://ibnutaimiyyah.ponpes.id/memilih-hobi-yang-bermanfaat/
Tanggal download: 13 November 2026, 02:23 WIB

???? ??????? ???????

“Sesungguhnya amal itu tergantung pada niatnya.” (HR. Bukhari dan Muslim)

Misalnya:

– Olahraga diniatkan untuk menjaga kesehatan agar kuat beribadah;

– Menulis diniatkan untuk menyebarkan ilmu;

– Berkebun diniatkan untuk memberi manfaat bagi keluarga.

Dengan niat yang benar, aktivitas yang tampaknya sederhana bisa menjadi amal yang bernilai pahala.

Hobi yang menguatkan fisik dan mental

Islam juga mendorong umatnya untuk memiliki fisik yang kuat. Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda,

?????? ????? ??? ???? ??? ???? ?? ?????? ?????? ??? ?? ???

“Mukmin yang kuat itu lebih baik dan lebih dicintai Allah daripada mukmin yang lemah, dan pada masing-masing ada kebaikan.” (HR. Muslim)

Dalam beberapa riwayat, disebutkan anjuran untuk mempelajari keterampilan seperti:

– Memanah;

– Berkuda;

– Berenang.

Aktivitas seperti ini tidak hanya melatih kekuatan fisik, tetapi juga melatih disiplin, kesabaran, dan keberanian.

Bahaya hobi yang tidak terarah

Sebaliknya, tidak semua hobi membawa kebaikan. Sebagian hobi justru dapat menghabiskan waktu tanpa manfaat. Allah berfirman,

??????? ???? ??????? ????

“Apakah kalian mengira bahwa Kami menciptakan kalian secara sia-sia?” (QS. Al-Mu’minun:

Sumber: https://ibnutaimiyyah.ponpes.id/memilih-hobi-yang-bermanfaat/
Tanggal download: 13 November 2026, 02:23 WIB

115)

Hobi yang tidak terarah dapat menyebabkan berbagai dampak negatif, seperti:

– Lalai dari ibadah;

– Menghabiskan waktu berlebihan;

– Menimbulkan kecanduan hiburan;

– Mengurangi produktivitas;

– Melemahkan semangat menuntut ilmu.

Padahal, setiap detik waktu adalah bagian dari umur yang tidak akan kembali.

Pada akhirnya, hobi bukan sekadar aktivitas pengisi waktu luang, tetapi bagian dari bagaimana seseorang menjalani hidupnya. Seorang Muslim hendaknya memahami bahwa waktu adalah nikmat sekaligus amanah yang akan dipertanggungjawabkan di hadapan Allah Subhanahu wa Ta'ala. Oleh karena itu, memilih hobi yang bermanfaat merupakan bentuk kecerdasan dalam memanfaatkan umur.

Islam tidak melarang hiburan dan kesenangan, selama tetap berada dalam batas yang halal dan tidak melalaikan dari kewajiban. Bahkan, hobi dapat menjadi sarana mendekatkan diri kepada Allah apabila dilakukan dengan niat yang baik dan memberi manfaat bagi diri sendiri maupun orang lain.

Maka hendaknya seorang Muslim memilih aktivitas yang dapat menambah ilmu, menjaga kesehatan, menguatkan mental, serta memperbaiki akhlak dan produktivitas. Jangan sampai waktu habis hanya untuk hal yang sia-sia, sementara umur terus berkurang setiap harinya.

Semoga Allah menjadikan waktu-waktu kita penuh keberkahan, memberikan taufik untuk memanfaatkan usia dalam kebaikan, dan menjadikan setiap aktivitas yang kita lakukan bernilai ibadah di sisi-Nya. Aamiin.

Wallahu Ta'ala a'lam.

***

Penulis: Gazzeta Raka Putra Setyawan

Artikel Muslim.or.id

Sumber: https://ibnutaimiyyah.ponpes.id/memilih-hobi-yang-bermanfaat/
Tanggal download: 13 November 2026, 02:23 WIB

Sumber: Muslim.or.id

Sumber: https://ibnutaimiyyah.ponpes.id/memilih-hobi-yang-bermanfaat/
Tanggal download: 13 November 2026, 02:23 WIB