

Self Reward Malah Bikin Boros

Ditulis oleh Annisa Diana Putri pada Senin, 15 November 2021



Baru baru ini, sedang trend yang Namanya *self reward*. *Self reward* adalah sebuah bentuk penghargaan kepada diri sendiri. Biasanya, ketika seseorang telah berhasil menyelesaikan sebuah pekerjaan yang sulit. *Self reward* sebagai bentuk penghargaan atas pencapaian tersebut. Biasanya Ketika diri sendiri telah melewati hari-hari yang dirasa berat dan banyak ujian lalu berhasil melewati hari tersebut.

Sebenarnya setiap insan yang hidup pasti akan mengalami cobaan yang diberikan Tuhan, dan Tuhan selalu yakin makhluknya bisa menyelesaikan ujian tersebut. Tapi cara menyelesaikannya tiap orang pasti berbeda-beda. Ada yang semangat dalam menjalani hari-harinya, tapia da juga yang mudah putus asa.

Self reward sebenarnya dapat membangkitkan semangat dan motivasi. Dengan cacra

menghargai diri sendiri melakukan hal-hal yang disukai atau membeli barang-barang yang disukai untuk membangkitkan motivasi agar tetap hidup. Bisa menjadi ajang dalam mencintai diri sendiri dan menghargai diri sendiri.

Apresiasi tidak harus selalu diberikan oleh orang lain. Diri sendiri juga dapat memberikan apresiasi kepada diri sendiri. Jika harus menunggu orang lain untuk memberikan apresiasi tentu akan sangat sulit dan secara tidak langsung akan menumbuhkan rasa kecewa dalam diri sendiri. Oleh karena itu, apresiasikan diri sendiri dengan membeli makanan kesukaan, menonton bioskop, karaoke, mengunjungi wahana hiburan, dan hal apapun yang dapat membuat diri sendiri merasa bahagia.

Baca juga: [Ihwal Nazam al-Syathibiyyah \(Buat Para Penghafal Alquran\)](#)

Meski dilakukan untuk diri sendiri, seringkali orang-orang terutama kaum hawa atau perempuan ingin melakukan *self-reward* hanya saja tanpa disadari membeli sesuatu yang memboroskan. Apabila seperti ini, harus tahu betul perbedaan dari [self reward](#) dan [boros](#). Jangan sampai memang ingin menghamburkan uang tetapi berkedok *self reward* di dalamnya.

Ketika terpikir untuk membeli suatu barang, biasanya akan diiringi dengan pemikiran bahwa ‘tidak apa beli barang, kan *self reward*’. Nah, pemikiran seperti itu yang seharusnya dihilangkan agar tidak dengan mudah membeli suatu barang. Dengan begitu, secara otomatis, diri sendiri bisa dengan mudah membatasi agar tidak mudah membeli suatu barang.

Islam dan puasa sebenarnya memberi pelajaran untuk lebih mudah disiplin mengatur pengeluaran agar tidak boros. Terdapat mulai dari firman Allah yang tertulis di Al-Quran, hadis, sampai pendapat ulama yang melarang hidup boros. Karna sudah di jelaskan di ayat Al-Isra Ayat 26-27 Di mana Allah SWT bersabda = “Dan berikanlah haknya kepada kerabat dekat, juga kepada orang miskin dan orang yang dalam perjalanan ; dan janganlah kamu menghambur-hamburkan (hartamu) secara boros (26) Sesungguhnya orang-orang yang pemboros itu adalah saudara setan dan setan itu sangat ingkar kepada Tuhannya” (27) (QS. Al-Isra’/17 : 26-27). Islam sangat melarang sikap boros dan berlebihan dalam menggunakan harta. Islam meminta agar umatnya menjadi umat yang hemat dan selalu

menggunakan hartanya untuk hal-hal yang bermanfaat.

Baca juga: Islam Itu Seni Kehidupan

Tak ada larangan Ketika ingin melakukan *Self reward*, karena pada dasarnya manusia butuh apresiasi atau apa yang sudah berusaha untuk dilakukan, dan salah satu bentuk apresiasi kepada diri sendiri ya dengan memberikan *self reward* agar tidak tergantung juga dengan orang lain.

Yang salah adalah Ketika perbuatan *Self reward* ini dilakukan secara terus menerus bahkan memberli barang yang sepertinya tidak dibutuhkan, atau sengaja terus terusan makan-makanan yang mahal yang malah kelamaan akan membuat uang tabungan terkuras hanya untuk memenuhi kebutuhan yang tidak penting. Banyak hal yang bis akita lakukan dengan uang tersebut dikemudian hari untuk memenuhi kebutuhan hidup kita, jangan sampai boros hanya untuk memenuhi nafsu dengan kedok *Self Reward*.

Self reward tidak harus dipenuhi dengan membeli suatu barang, ada banyak cara lain yang termasuk ke dalam *self reward* namun sama sekali tidak mengeluarkan [uang](#). Kegiatan tersebut dinamakan dengan *me time* atau menghabiskan waktu luang seorang diri. Biasanya, kegiatan yang dilakukan tidak jauh dari menonton film, tidur dalam kurun waktu yang cukup lama, ataupun membaca buku.

Seperti yang diketahui, *self reward* merupakan suatu penghargaan karena telah melakukan [pekerjaan](#) dengan baik, ketika mencari barang apa yang dapat dijadikan sebagai *self reward*, usahakan barang tersebut mudah untuk didapatkan. Sebab jangan sia-siakan waktu hanya untuk menunggu barang tersebut daripada suatu saat malah menyesal telah membeli barang tersebut.

Baca juga: Kawruh Rasuk dan Deradikalisasi

