

KONSEP PENERIMAAN DIRI DALAM TAFSIR *AL-AZHAR* TERHADAP QS. AT-TIN AYAT 4 DAN RELEVANSINYA DENGAN FENOMENA *SELF-LOVE*

SKRIPSI

Oleh

Alya Amalia

220204110081



PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR

FAKULTAS SYARI'AH

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

2025

KONSEP PENERIMAAN DIRI DALAM TAFSIR *AL-AZHAR* TERHADAP QS. AT-TIN AYAT 4 DAN RELEVANSINYA DENGAN FENOMENA *SELF-LOVE*

SKRIPSI

Oleh

Alya Amalia

220204110081



PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR

FAKULTAS SYARI'AH

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

2025

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Demi Allah,

Dengan kesadaran dan rasa tanggung jawab terhadap keilmuan, penulis menyatakan bahwa skripsi dengan judul :

KONSEP PENERIMAAN DIRI DALAM TAFSIR *AL-AZHAR* TERHADAP QS. AT-TIN AYAT 4 DAN RELEVANSINYA DENGAN FENOMENA *SELF-LOVE*

Benar benar merupakan skripsi yang disusun sendiri berdasarkan kaidah penulisan karya ilmiah yang dapat dipertanggungjawabkan. Jika dikemudian hari laporan penelitian ini merupakan hasil plagiasi karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, maka skripsi sebagai prasyarat mendapat predikat gelar sarjana dinyatakan batal demi hukum.

Malang, 5 Desember 2025



Alya Amalia

NIM 220204110081

HALAMAN PERSETUJUAN

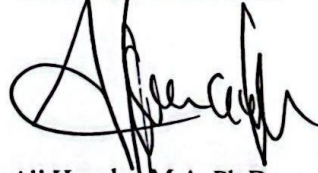
Setelah membaca dan mengoreksi skripsi saudara Alya Amalia NIM 220204110081 Program Studi Ilmu Al-Quran dan Tafsir Fakultas Syariah Universitas Maulana Malik Ibrahim Malang dengan judul:

KONSEP PENERIMAAN DIRI DALAM TAFSIR *AL-AZHAR* TERHADAP QS. AT-TIN AYAT 4 DAN RELEVANSINYA DENGAN FENOMENA *SELF-LOVE*

Maka pembimbing menyatakan bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat-syarat ilmiah untuk diajukan dan diuji oleh Majelis Dewan Penguji.


Malang, 5 Desember 2025

Mengetahui,
Ketua Program Studi
Ilmu Al-Quran dan Tafsir



Ali Hamdan, M.A, Ph.D.
NIP 197601012011011004

Dosen Pembimbing



Dr. Muhammad Robith Fuadi Lc., M.Th.I
NIP 198101162011011009

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dewan penguji skripsi saudara Alya Amalia NIM 220204110081 Program Studi Ilmu Al-Quran dan Tafsir Fakultas Syariah Universitas Maulana Malik Ibrahim Malang dengan judul:
**KONSEP PENERIMAAN DIRI DALAM TAFSIR *AL-AZHAR* TERHADAP QS. AT-TIN
AYAT 4 DAN RELEVANSINYA DENGAN FENOMENA *SELF-LOVE***

Telah dinyatakan lulus dalam sidang ujian skripsi yang dilaksanakan pada tanggal 12 Desember 2025

Dengan Penguji :

1. Dr. Muhammad, Lc., M.Th.I
NIP. 198904082019031017

Ketua

2. Dr. Muhammad Robith Fuadi Lc, M.Th.I
NIP. 198112232011011009

Sekretaris

3. Prof. Dr. Nasrullah, Lc. M. Th.I.
NIP. 198112232011011002

Penguji Utama

Malang, 17 Desember 2025

Dekan,



Dr. Hj Umi Sumbulah, M.Ag
NIP. 197108261998032002

MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمُ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

“Janganlah kamu merasa lemah dan bersedih hati, kamu pasti lebih tinggi derajatnya jika kamu beriman.”

(QS. Ali ‘Imran: 139)

" Tuhan menilai apa yang kita beri dengan melihat apa yang kita simpan.”

(Buya Hamka)

“Long story short, I survived.”

(Taylor Swift — *Long Story Short*, 2020)

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT, Tuhan semesta alam, atas limpahan rahmat, karunia, serta pertolongan-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “KONSEP PENERIMAAN DIRI DALAM TAFSIR *AL-AZHAR* TERHADAP QS. AT-TIN AYAT 4 DAN RELEVANSINYA DENGAN FENOMENA *SELF-LOVE*” dengan baik. Shalawat dan salam semoga senantiasa tercurah kepada junjungan kita, Nabi Muhammad SAW, yang telah menjadi suri teladan (*uswatun hasanah*) dalam menjalani kehidupan sesuai tuntunan syariat. Semoga kita semua termasuk golongan orang-orang beriman yang kelak memperoleh syafaat beliau di hari akhir.

Atas segala ilmu, bimbingan, arahan, dukungan, serta fasilitas yang telah penulis terima selama masa perkuliahan hingga tahap penyusunan skripsi ini, dengan penuh kerendahan hati penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Prof. Dr. Hj. Ilfi Nur Diana, M.Si selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Prof. Dr. Hj Umi Sumbulah, M.Ag selaku Dekan Fakultas Syariah Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Ali Hamdan, M.A., Ph.D., selaku Ketua Program Studi Fakultas Syariah Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

4. Dr. Muhammad Robith Fu'adi, Lc., M.Th.I, selaku dosen pembimbing, yang dengan ketulusan, keikhlasan, dan kesabaran telah membimbing penulis dari tahap perancangan hingga penyelesaian penelitian ini. Setiap arahan dan nasihat beliau menjadi dorongan berharga dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Segenap dosen Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir khususnya, serta seluruh dosen Fakultas Syariah Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang pada umumnya, yang telah memberikan ilmu, bimbingan, dan pengajaran dengan penuh keikhlasan serta ketulusan selama penulis menempuh studi.
6. Kepada ayah dan ibu tercinta, Jamiul Ilmi dan Rahma Arifiah, dua sosok yang sangat berjasa dalam kehidupan penulis. Terima kasih atas doa, cinta, kepercayaan, serta segala bentuk dukungan yang telah diberikan, sehingga penulis selalu merasa dikuatkan dalam setiap langkah dan keputusan yang diambil. Terima kasih pula atas kesabaran tanpa batas dalam mendengarkan setiap keluh kesah hingga penulis dapat berada di titik ini. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan keberkahan, kesehatan, dan kebahagiaan di dunia, serta menyiapkan tempat terbaik di akhirat kelak bagi keduanya, sebagai balasan atas kasih sayang yang tiada tergantikan. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada adik-adik tercinta, Nayla Ilma dan Muhammad Hanif, yang selalu memberikan semangat, doa, dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa, penulis juga menyampaikan terima

kasih dan doa khusus untuk almarhumah nenek tercinta, atas kasih sayang, nasihat, dan doa yang pernah diberikan semasa hidup. Semoga Allah SWT menempatkannya di tempat terbaik di sisi-Nya.

7. Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada seluruh teman-teman Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir angkatan 2022, yang telah menjadi teman belajar, berdiskusi, dan berjuang bersama sejak semester pertama hingga akhir. Kehadiran kalian membawa warna, semangat, dan cerita tersendiri dalam perjalanan akademik penulis di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
8. Kepada teman-teman Koperasi Mahasiswa Padang Bulan, terima kasih atas kebersamaan, kerja sama, dan dukungan yang telah diberikan selama penulis bergabung. Pengalaman belajar dan berorganisasi bersama kalian menjadi bagian berharga yang mengajarkan arti tanggung jawab, solidaritas, serta semangat berbagi dalam lingkup kehidupan kampus.
9. Terima kasih kepada sahabat-sahabat terdekat, yang selalu menjadi tempat berbagi cerita, tawa, semangat, dan doa selama proses penyusunan skripsi ini. Kehadiran kalian membuat setiap langkah terasa lebih ringan dan penuh makna.
10. Kepada seluruh teman-teman yang telah menemani dan mengajak penulis menikmati kota Malang, terima kasih atas kebersamaan, tawa, dan pengalaman

berharga yang telah tercipta. Setiap momen bersama menjadi kenangan indah yang memperkaya perjalanan penulis selama menempuh studi.

11. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada diri sendiri, yang telah berusaha untuk tetap bertahan, berproses, dan berjuang hingga akhirnya mampu menyelesaikan skripsi ini. Semoga langkah kecil ini menjadi awal dari perjalanan besar berikutnya.

Dengan selesainya penelitian ini, penulis berharap ilmu yang diperoleh selama masa perkuliahan dapat menjadi bekal yang bermanfaat, baik di dunia maupun di akhirat kelak. Penulis juga menyadari sepenuhnya bahwa sebagai manusia, tentu tidak luput dari kekhilafan dan keterbatasan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis memohon maaf serta sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan dan penyempurnaan karya ini di masa yang akan datang.

Malang, 4 Desember 2025

Penulis,

Alya Amalia

NIM 220204110081

PEDOMAN TRANSLITERASI

A. Umum

Transliterasi ialah pemindah alihan tulisan Arab dalam tulisan Indonesia (Latin), bukan terjemahan bahasa Arab ke dalam bahasa Indonesia. Termasuk dalam kategori ini ialah nama Arab dari bangsa Arab, sedangkan nama Arab dari bangsa selain Arab ditulis sebagaimana ejaan bahasa nasionalnya, atau sebagaimana yang tertulis dalam buku yang menjadi rujukan. Penulis judul buku dalam *footnote* maupun daftar pustaka, tetap menggunakan ketentuan transliterasi ini.

Banyak pilihan dan ketentuan transliterasi yang dapat digunakan dalam penulisan karya ilmiah, baik yang berstandar internasional, nasional maupun ketentuan yang khusus penerbit tertentu. Transliterasi yang digunakan Fakultas Syariah Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang menggunakan EYD plus, yaitu transliterasi yang didasarkan atas surat keputusan bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, tanggal 22 Januari 1998, No. 158/1987 dan 0543. B/U/1987, sebagaimana tertera dalam buku pedoman Transliterasi Bahasa Arab (*A Guide Arabic Transliterasi*), INIS Fellow 1992.

B. Konsonan

Daftar huruf bahasa Arab dan transliterasinya ke dalam huruf Latin dapat dilihat pada halaman berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak Dilambangkan	Tidak Dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Ṣa	Ṣ	Es (Titik diatas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ḥa	Ḥ	Ha (Titik diatas)
خ	Kha	Kh	Ka dan Ha
د	Dal	D	De
ذ	Ẓ	Ẓ	Zet (Titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan Ye
ص	Ṣad	Ṣ	Es (Titik di Bawah)
ض	Ḍad	Ḍ	De (Titik di Bawah)
ط	Ṭa	Ṭ	Te (Titik di Bawah)
ظ	Ẓa	Ẓ	Zet (Titik di Bawah)
ع	‘Ain	‘.....	Apostrof Terbalik
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef

ق	Qof	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء/أ	Hamzah	.	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

Hamzah (أ) yang terletak di awal kata mengikuti vokalnya tanpa diberi tanda apapun. Jika ia terletak di tengah atau di akhir, maka ditulis dengan tanda (').

C. Vokal Panjang dan Diftong

Setiap penulisan bahasa Arab dalam bentuk tulisan latin vokal *fathah* ditulis dengan “a”. *Kasroh* dengan “i”, *dlommah* dengan “u”, sedangkan bacaan panjang masing-masing ditulis dengan cara berikut:

Vokal Pendek		Vokal Panjang		Diftong	
ا	A	آ	Ā	اي	Ay
ي	I	إ	Ī	او	Aw
و	U	ؤ	Ū	او	Ba'

Vokal (a) panjang=	Ā	Misalnya	قال	Menjadi	Qāla
Vokal (i) panjang =	Ī	Misalnya	قيل	Menjadi	Qīla
Vokal (u) panjang=	Ū	Misalnya	دون	Menjadi	Dūna

Khusus untuk bacaan ya' nisbat, maka tidak boleh digantikan dengan "I", melainkan tetap ditulis dengan "iy" agar dapat menggambarkan ' nisbat di akhirnya. Begitu juga, untuk suara diftong wawu dan ya' setelah *fathah* ditulis dengan "aw" dan "ay". Perhatikan contoh berikut:

Diftong (aw) =		Misalnya	قول	Menjadi	Qawlun
Diftong (ay) =		Misalnya	خير	Menjadi	Khayrun

D. Ta' Marbuthah

Ta' Marbuthah ditransliterasi dengan "t" jika berada di tengah kalimat, tetapi apabila *Ta' Marbuthah* tersebut berada di akhir kalimat, maka ditransliterasikan dengan menggunakan "h" misalnya الرسالة المدرسة menjadi *al risalat li al-mudarrisah*, atau apabila berada di tengah-tengah kalimat yang terdiri dari susunan *mudhaf* dan *mudhaf ilayh*, maka ditransliterasikan dengan menggunakan "t" yang diambungkan dengan kalimat berikutnya, misalnya في رحمة ٥ menjadi *fi rahmatillah*.

E. Kata Sandang dan Lafadh Al-Jalalah

Kata sandang berupa “al” (ال) ditulis dengan huruf kecil terletak di awal kalimat, sedangkan “al” dalam lafaz *jalalah* yang berada di tengah-tengah kalimat yang disandarkan (*idhafah*) maka dihilangkan. Perhatikan contoh-contoh berikut ini:

1. Al-Imam al-Bukhariy mengatakan....
2. Al-Bukhariy dalam muqaddima kitabnya menjelaskan
3. Billa ‘azza wa jalla

F. Nama dan Kata Arab Terindonesiakan

Pada prinsipnya setiap kata yang berasal dari bahasa Arab harus ditulis dengan menggunakan sistem transliterasi. Apabila kata tersebut merupakan nama Arab dari orang Indonesia atau bahasa Arab yang sudah terindonesiakan, tidak perlu ditulis dengan menggunakan sistem transliterasi. Perhatikan contoh berikut: “.....Abdurrahman Wahid, mantan Presiden RI keempat, dan Amin Rais, mantan Ketua MPR pada masa yang sama, telah melakukan kesepakatan untuk menghapuskan nepotisme, kolusi, dan korupsi dari muka bumi Indonesia, dengansalah satu caranya melalui pengintensifan salat di berbagai kantor pemerintahan, namun....” Perhatikan penulisan nama “Abdurrahman Wahid”, “Amin Rais” dan kata “salat” ditulis dengan menggunakan tata cara penulisan bahasa Indonesia yang disesuaikan dengan penulisan namanya. Kata-kata tersebut sekaligus berasal dari bahasa Arab, Namun ia berupa nama dari orang Indonesia dan terindonesiakan, untuk itu tidak ditulis dengan cara “Abdal-Rahman Wahid”, “Amin Rais”, dan bukan ditulis dengan “Shalat”.

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
PEDOMAN TRANSLITERASI	xi
A. Umum.....	xi
B. Konsonan	xi
C. Vokal Panjang dan Diftong	xiii
D. Ta' Marbutah.....	xiv
E. Kata Sandang dan Lafadh Al-Jalalah	xv
F. Nama dan Kata Arab Terindonesiakan	xv
DAFTAR ISI.....	xvi
DAFTAR TABEL.....	xviii
ABSTRAK	xix
ABSTRACT	xx
الملخص	xxi
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Batasan masalah	8
C. Rumusan masalah.....	9
D. Tujuan penelitian.....	9
E. Manfaat Penelitian	10
F. Definisi Operasional.....	12
G. Penelitian terdahulu.....	15

H. Kerangka Teori.....	33
I. Metode penelitian.....	38
J. Sistematika Penulisan	46
BAB II.....	50
TINJAUAN PUSTAKA	50
A. Konsep Penerimaan Diri	50
B. Kajian Literatur tentang Tafsir, Biografi Buya Hamka, dan Makna QS. At-Tin.....	51
C. Teori Relevansi oleh Dan Sperber dan Deirdre Wilson.....	60
D. Fenomena <i>Self-Love</i> dalam Kajian Psikologi Modern.....	62
BAB III	66
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	66
A. Penafsiran Buya Hamka terhadap QS. At-Tin Ayat 4 dalam Tafsir <i>Al-Azhar</i>	66
B. Relevansi Penafsiran Buya Hamka dengan Fenomena Kontemporer Self-Love atau Penerimaan Diri dalam Masyarakat Modern.....	72
BAB IV	78
PENUTUP.....	78
A. Kesimpulan	78
B. Saran.....	78
DAFTAR PUSTAKA	81

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Persamaan dan Perbedaan Penelitian.....	25
---	----

ABSTRAK

Alya Amalia, 220204110081, *KONSEP PENERIMAAN DIRI DALAM TAFSIR AL-AZHAR TERHADAP QS. AT-TIN AYAT 4 DAN RELEVANSINYA DENGAN FENOMENA SELF-LOVE*, Skripsi, Jurusan Ilmu Al-Quran dan Tafsir, Fakultas Syariah, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Dosen Pembimbing: Dr Muhammad Robith Fuadi Lc. M.Th.I

Fenomena *self-love* semakin marak di kalangan generasi muda sebagai upaya menjaga kesehatan mental, namun sering disalahpahami hingga bergeser pada sikap egoisme dan narsistik. Dalam Islam, konsep mencintai diri memiliki landasan spiritual sebagaimana ditegaskan dalam QS. At-Tin ayat 4 tentang kesempurnaan penciptaan manusia. Penelitian ini bertujuan mengkaji penafsiran Buya Hamka dalam Tafsir Al-Azhar terhadap QS. At-Tin ayat 4 serta relevansinya dengan fenomena *self-love* di masyarakat modern. Penelitian ini menggunakan metode kepustakaan dengan pendekatan kualitatif deskriptif dan analisis isi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa menurut Buya Hamka, kesempurnaan manusia mencakup aspek fisik, akal, moral, dan ruhani. Konsep penerimaan diri dalam tafsir tersebut menjadi dasar bagi *self-love* yang proporsional, yaitu cinta diri yang berlandaskan tauhid, rasa syukur, dan tanggung jawab moral sebagai hamba dan *khalifah* Allah, sehingga relevan sebagai solusi dalam membangun kesehatan mental generasi muda secara seimbang.

Kata Kunci: Penerimaan diri, QS. At-Tin ayat 4, Tafsir *Al-Azhar*, Buya Hamka, *Self-Love*

ABSTRACT

Alya Amalia, 220204110081. *The Concept of Self-Acceptance in Tafsir Al-Azhar on QS. At-Tin Verse 4 and Its Relevance to the Self-Love Phenomenon*. Undergraduate Thesis, Department of Qur'anic Studies and Exegesis, Faculty of Sharia, Maulana Malik Ibrahim State Islamic University of Malang. Advisor: Dr. Muhammad Robith Fuadi, Lc., M.Th.I.

The phenomenon of self-love has increasingly emerged among young people as an effort to maintain mental well-being; however, it is often misunderstood and shifts toward egoistic and narcissistic attitudes. In the Islamic perspective, the concept of self-love is rooted in a strong spiritual foundation, as stated in Qur'an Surah At-Tin verse 4, which affirms that human beings are created in the best form. This study aims to examine Buya Hamka's interpretation of Surah At-Tin verse 4 in *Tafsir Al-Azhar* and to analyze its relevance to the contemporary phenomenon of self-love. The research employs a library research method using a descriptive qualitative approach and content analysis. The findings reveal that, according to Buya Hamka, human perfection is not limited to physical aspects but also includes intellect, morality, and spiritual potential. The concept of self-acceptance derived from this interpretation serves as a foundation for proportional self-love, which is grounded in monotheism, gratitude, and moral responsibility as servants and vicegerents of God. Therefore, this perspective offers a balanced framework for promoting mental well-being and personal development among today's youth.

Keywords: Self-Acceptance, QS. At-Tin verse 4, Tafsir Al-Azhar, Buya Hamka, Self-Love.

الملخص

علياء أماليا ، ٢٠٢٠/١١/٠٨. مفهوم تقبل الذات في تفسير الأزهر لسورة التين الآية الرابعة وصلته بظاهرة محبة الذات بحث تحرّج لنيل درجة الإجازة في قسم علوم القرآن والتفسير، كلية الشريعة، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانغ. المشرف: الدكتور محمد روبيث فؤادي، ليسانس، ماجستير في علوم التفسير.

تُعَدُّ ظاهرة حبِّ الذات من القضايا التي يكثر الحديث عنها بين فئة الشباب في العصر الحديث بوصفها وسيلةً للحفاظ على الصحة النفسية، إلا أن هذا المفهوم كثيرًا ما يُساء فهمه فينحرف إلى سلوكياتٍ أنانيةٍ أو نرجسية. وفي المنظور الإسلامي، يقوم مفهوم محبة الذات على أساسٍ روحيٍّ راسخ، كما ورد في قوله تعالى في سورة التين الآية الرابعة، التي تؤكد أن الإنسان خُلِقَ في أحسن تقويم. تهدف هذه الدراسة إلى تحليل تفسير بُؤيا حَمَكَة في تفسيره الأزهر لقوله تعالى في سورة التين الآية الرابعة، وبيان مدى صلته بظاهرة حب الذات في المجتمع المعاصر. اعتمدت الدراسة على المنهج المكتبي بأسلوبٍ وصفيٍّ تحليليٍّ مع تحليل المحتوى. وتُظهر نتائج البحث أن كمال الإنسان عند بُؤيا حَمَكَة لا يقتصر على الجانب الجسدي، بل يشمل العقل والأخلاق والقدرات الروحية. ويُعدّ مفهوم تقبل الذات في هذا التفسير أساسًا لحب الذات المتوازن، القائم على التوحيد، والشكر، وتحمل المسؤولية الأخلاقية بوصف الإنسان عبدًا لله وخليفةً في الأرض، مما يجعله ذا صلة وثيقة بتعزيز الصحة النفسية لدى الشباب بصورة متوازنة.

الكلمات المفتاحية

تقبل الذات، سورة التين الآية ٤، تفسير الأزهر، بُؤيا حَمَكَة، محبة الذات

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan zaman pada era modern telah membawa perubahan besar dalam kehidupan manusia, terutama di sektor teknologi dan komunikasi. Media sosial menyajikan kemudahan untuk terhubung, berbagi informasi, hingga mengekspresikan diri secara bebas. Namun, di balik manfaatnya, media sosial juga menciptakan tantangan serius khususnya dalam hal kesehatan mental. Standar sosial yang dibentuk di ranah digital seringkali tidak realistis, yaitu menuntut kesempurnaan tampilan, prestasi akademik tinggi, serta gaya hidup ideal. Semua ini berpotensi menjadi sumber kecemasan, stres, bahkan depresi, terutama bagi remaja dan mahasiswa.¹

Fenomena *self-love* kemudian muncul sebagai respons terhadap tekanan tersebut. Dalam psikologi modern, *self-love* diartikan sebagai sikap menghargai, menerima, dan merawat diri, baik secara fisik maupun psikologis. Praktik ini diyakini dapat membantu mengurangi kecemasan, meredam stres, serta meningkatkan rasa percaya diri.² Pandangan ini sejalan dengan pemikiran Kristin Neff, tokoh psikologi yang memperkenalkan konsep *self-compassion*

¹ Ahmad Riyadi, *Psikologi Media Sosial: Dampak dan Solusi* (Jakarta: Rajawali Pers, 2020), hlm. 45.

² Ellya Rosana, "Self-Compassion dan Self-Love dalam Psikologi Modern," *Jurnal Psikologi Islami* 6, no. 1 (2021): 77.

sebagai inti dari *self-love*. Neff menegaskan bahwa mencintai diri tidak berarti harus memenuhi standar kesempurnaan luar, melainkan mampu menerima diri apa adanya dengan penuh kebaikan. Menurutnya, seseorang yang memiliki *self-love* yang sehat tidak terjebak dalam kebutuhan untuk tampil sempurna, termasuk dalam hal penampilan fisik, tetapi lebih fokus pada penerimaan diri dan kesejahteraan batin.³

Selain itu, Carl Rogers, tokoh psikologi humanistik, menjelaskan bahwa kesehatan mental hanya dapat dicapai ketika seseorang mampu memberikan “*unconditional positive regard*” kepada dirinya sendiri, yaitu penerimaan tanpa syarat atas kelebihan maupun kekurangan diri.⁴ Penerimaan diri ini bukan berarti pasrah, melainkan menjadi dasar untuk tumbuh dan berkembang secara optimal. Senada dengan Rogers, Abraham Maslow melalui teorinya tentang *self-actualization* menekankan bahwa manusia yang sehat secara psikologis adalah mereka yang mampu menerima dirinya secara realistis, kemudian mengarahkan potensi terbaiknya untuk berkembang dan berkontribusi bagi

³ Kristin Neff, “A Healthier Way to Relate to Oneself: The Role of Self-Compassion,” *Human Development* 47, no. 2–3 (2004): hlm. 89, <https://self-compassion.org/wp-content/uploads/publications/human-development.pdf>.

⁴ Carl R. Rogers, *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy* (Boston: Houghton Mifflin, 1961), hlm. 33.

lingkungan.⁵ Dengan kata lain, *self-love* tidak sekadar menerima diri apa adanya, tetapi juga mendorong individu untuk memperbaiki diri secara berkelanjutan.

Namun, dalam realitasnya, konsep *self-love* sering disalahartikan. Alih-alih menjadi sarana penyembuhan, ia kadang bergeser ke arah narsisme, egoisme, dan individualisme. Misalnya, kecenderungan mencari validasi berlebihan di media sosial atau membangun citra diri yang tidak realistis. Hal ini menimbulkan masalah baru, *self-love* yang salah kaprah justru berpotensi memperburuk kondisi kesehatan mental.⁶

Masalah tersebut semakin relevan jika dikaitkan dengan data kesehatan mental di Indonesia. Berdasarkan Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) 2022, satu dari tiga remaja Indonesia memiliki masalah kesehatan mental, sementara lima persen mengalami gangguan mental serius yang membutuhkan intervensi profesional.⁷ Data Riskesdas 2018 bahkan

⁵ Abraham H. Maslow, *Motivation and Personality*, 3rd ed. (New York: Harper & Row, 1987), hlm. 153.

⁶ Rachmatul Husna dan Nurus Sa'adah, "Self-Love dalam Perspektif Islami: Menjaga Kesehatan Mental dan Mengoptimalkan Potensi," *Nuansa: Jurnal Studi Islam dan Kemasyarakatan* 16, no. 2 (2023): hlm. 3, <https://ejournal.iainkediri.ac.id/index.php/nuansa/article/view/4562>

⁷ Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS), *Laporan Nasional 2022* (Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2022), <https://www.kemkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasil-riskesdas-2022.pdf>.

menyebutkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional pada usia 15 tahun ke atas mencapai 9,8 persen, dengan angka depresi sebesar 6,1 persen.⁸ Angka-angka ini menunjukkan bahwa isu kesehatan mental pada generasi muda merupakan problem serius yang harus mendapat perhatian, bukan sekadar fenomena ringan.

Krisis makna *self-love* yang dihadapi generasi muda ini menunjukkan perlunya rujukan nilai yang lebih mendasar. Dalam Islam, konsep cinta terhadap diri memiliki akar spiritual yang kuat sebagaimana ditegaskan dalam Al-Qur'an. QS. At-Tin ayat 4 menyatakan, "*Sesungguhnya telah Kami ciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya (ahsani taqwīm).*"⁹ Ayat ini bukan hanya menegaskan kesempurnaan fisik manusia, tetapi juga menanamkan kesadaran tentang nilai dan martabat diri sebagai ciptaan Allah. Buya Hamka dalam *Tafsir Al-Azhar* menjelaskan bahwa manusia diciptakan Allah dengan kesempurnaan jasmani, akal, dan ruhani. Dengan anugerah akal dan nurani, manusia memiliki kemampuan untuk mengenal Tuhannya,

⁸ Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, *Laporan Nasional Riskesdas 2018* (Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2019), hlm. 226, <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasar-riskesdas-2018/>

⁹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya* (Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2019), hlm. 597.

membedakan baik dan buruk, serta mengembangkan potensi sebagai khalifah di bumi.¹⁰

Pemahaman ini selaras dengan esensi *self-love* sejati, yaitu mencintai diri dengan menyadari kesempurnaan dan kehormatan sebagai ciptaan Allah. Dengan demikian, *self-love* dalam perspektif Islam bukanlah kebebasan mutlak untuk memuaskan diri, melainkan bentuk kesadaran spiritual untuk menjaga amanah tubuh, akal, dan jiwa. Melalui perspektif ini, *self-love* tidak hanya menjadi praktik psikologis, tetapi juga ibadah sebagai wujud syukur atas kesempurnaan ciptaan Allah sekaligus tanggung jawab moral untuk menjaganya. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk menjembatani kesenjangan antara makna *self-love* modern yang sering disalahpahami dengan nilai-nilai Islam yang menempatkan cinta diri sebagai ekspresi spiritual dan bentuk keseimbangan hidup manusia.

Dari sinilah muncul urgensi penelitian, saat tren *self-love* modern cenderung bias dan rawan disalahpahami, tafsir Al-Qur'an dapat memberikan kerangka nilai yang lebih utuh. *Self-love* menurut Islam bukan sekadar

¹⁰ Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, Jilid 9 (Jakarta: Gema Insani, 2015), 618.

kebebasan melakukan apa pun, melainkan kesadaran spiritual untuk menjaga kehormatan, mensyukuri ciptaan Allah, dan mengembangkan potensi diri secara seimbang. Maka, penelitian ini menjadi penting untuk menjembatani pemahaman antara konsep *self-love* modern dengan nilai-nilai Islam, khususnya melalui penafsiran Buya Hamka atas QS. At-Tin ayat 4.

Pemilihan judul penelitian “Konsep Penerimaan Diri dalam Tafsir *Al-Azhar* terhadap QS. At-Tin ayat 4 dan Relevansinya dengan Fenomena *Self-Love*” didasarkan pada beberapa pertimbangan akademis maupun praktis. Fenomena *self-love* saat ini sedang marak dibicarakan, khususnya di kalangan generasi muda, namun kerap dipahami secara keliru. Alih-alih menjadi sarana untuk merawat kesehatan mental, konsep tersebut sering bergeser menjadi pembenaran bagi sikap narsistik, individualistik, bahkan perilaku konsumtif.¹¹ Kondisi ini menunjukkan perlunya kerangka nilai yang lebih kokoh agar *self-love* tidak kehilangan esensi positifnya.

Di sisi lain, Tafsir *Al-Azhar* karya Buya Hamka menawarkan penafsiran Al-Qur'an dengan corak *adabi ijtima'i* yang relevan untuk menjawab problem

¹¹Raras Rachmatul Husna dan Nurus Sa'adah, “*Self-Love dalam Perspektif Islami: Menjaga Kesehatan Mental dan Mengoptimalkan Potensi*,” Nuansa: Jurnal Studi Islam dan Kemasyarakatan 16, no. 1 (2023), hlm. 45. <https://ejournal.iainkediri.ac.id/index.php/nuansa/article/view/4562>

psikologis dan sosial kontemporer.¹² Buya Hamka tidak hanya menafsirkan teks Al-Qur'an secara teologis, tetapi juga mengaitkannya dengan persoalan kemanusiaan universal, termasuk aspek moral, spiritual, dan sosial. Karena itu, penafsirannya terhadap QS. At-Tin ayat 4 yang menekankan kemuliaan manusia menjadi landasan penting untuk memahami konsep penerimaan diri.

Selain itu, penelitian terdahulu tentang QS. At-Tin ayat 4 umumnya lebih banyak berfokus pada aspek teologis dan tafsir klasik.¹³ Kajian yang secara khusus menghubungkan penafsiran Buya Hamka dengan fenomena *self-love* masih jarang dilakukan. Hal ini membuka ruang orisinalitas penelitian sekaligus menunjukkan kontribusi baru dalam ranah tafsir kontemporer.

Dengan mengangkat judul ini, peneliti berharap dapat memberikan kontribusi tidak hanya pada pengembangan literatur akademik, tetapi juga manfaat praktis bagi generasi muda Indonesia. Melalui kajian ini, konsep *self-love* dapat dipahami secara lebih proporsional, tidak hanya sebagai tren media sosial, melainkan sebagai proses spiritual yang menghubungkan penerimaan

¹² Avif Alfiah, "Metode Penafsiran Buya Hamka dalam Tafsir Al-Azhar," Jurnal Ilmiah Ilmu Ushuluddin 15, no. 1 (2017): hlm.31, <https://jurnal.uinantasari.ac.id/index.php/ushuluddin/article/view/1063>

¹³ Syahputri Wulan Pratiwi dan Muh. Syahrul Mubarak, "Pemaknaan Konsep Ahsani Taqwim (Suatu Kajian Tahlili pada QS. At-Tin/95:4)," *El-Maqra': Tafsir, Hadis, dan Teologi* 1, no. 2 (2021), hlm. 45, <https://ejournal.uin-suka.ac.id/ushuluddin/elmaqra/article/view/232>.

diri dengan kesadaran akan martabat manusia menurut ajaran Islam.¹⁴ Dengan demikian, penelitian ini diharapkan mampu menjembatani antara nilai-nilai tafsir klasik dengan kebutuhan psikologis modern.

B. Batasan masalah

Penelitian ini dibatasi pada penafsiran Buya Hamka dalam Tafsir *Al-Azhar* terhadap Surah At-Tin ayat 4, khususnya pada makna penciptaan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya (*ahsani taqwīm*). Fokus penelitian tidak diarahkan pada keseluruhan tafsir Buya Hamka maupun ayat-ayat Al-Qur'an lain yang membicarakan tentang manusia secara umum, melainkan secara spesifik hanya menyoroti relevansinya dengan fenomena *self-love* dalam kehidupan masyarakat kontemporer.

Kajian ini menekankan pada pemahaman konsep *self-love* dalam perspektif Islam menurut Buya Hamka. Dengan demikian, penelitian tidak bermaksud membahas konsep tersebut secara luas dari pandangan berbagai ulama tafsir atau tokoh psikologi modern, tetapi lebih kepada bagaimana

¹⁴ Miftahhul Cornila Qurbah, *Konsep Self-Love Perspektif Al-Qur'an dan Implikasinya dalam Mencapai Kebahagiaan* (Skripsi, IAIN Ponorogo, 2023), hlm. 7, <http://etheses.iainponorogo.ac.id/23179/>.

penafsiran Buya Hamka dapat dipahami dan dihubungkan dengan dinamika *self-love* yang berkembang di era sekarang.

Konteks yang digunakan dalam penelitian difokuskan pada fenomena yang dialami oleh generasi muda, khususnya kalangan remaja dan mahasiswa di Indonesia, mengingat kelompok ini merupakan salah satu yang paling rentan mengalami tekanan akademik, sosial, dan mental. Dengan batasan tersebut, diharapkan penelitian tetap terfokus dan mendalam pada keterkaitan tafsir Buya Hamka dengan fenomena *self-love* dalam realitas masyarakat modern.

C. Rumusan masalah

Berdasarkan paparan latar belakang diatas, peneliti menyajikan rumusan masalah dengan beberapa pertanyaan sebagai pedoman penelitian:

1. Bagaimana Penafsiran Buya Hamka QS. At-Tin ayat 4 dalam Tafsir *Al-Azhar* terhadap konsep penerimaan diri?
2. Bagaimana relevansi ayat tersebut dengan fenomena *self-love*?

D. Tujuan penelitian

1. Mengetahui penafsiran Buya Hamka QS. At-Tin ayat 4 dalam *Tafsir Al-Azhar* .

2. Mengkaji relevansi penafsiran Buya Hamka dengan fenomena kontemporer mengenai *self-love* atau penerimaan diri dalam masyarakat modern.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam pengembangan ilmu tafsir, khususnya dalam upaya mengontekstualisasikan teks-teks keagamaan klasik dengan realitas sosial modern. Tafsir *Al-Azhar* karya Buya Hamka merupakan salah satu warisan intelektual Islam di Indonesia yang tidak hanya memiliki nilai historis, tetapi juga kaya akan pemikiran yang relevan dengan dinamika kehidupan masa kini. Melalui kajian ini, akan ditunjukkan bagaimana penafsiran ayat Al-Qur'an, khususnya QS. At-Tin ayat 4, dapat dibaca ulang secara kontekstual untuk menjawab isu-isu kontemporer seperti penerimaan diri dan fenomena *self-love*.

Manfaat teoritis lainnya adalah memperluas khazanah kajian tafsir dengan mempertemukan perspektif klasik dan isu modern, sehingga ilmu tafsir tidak hanya dipahami dalam ranah historis dan normatif, tetapi juga mampu berdialog dengan problematika kemanusiaan yang aktual. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur akademik yang

menghubungkan antara teks suci, tafsir ulama, dan kebutuhan psikologis manusia dalam menghadapi tekanan sosial di era globalisasi.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi berbagai pihak. Bagi peneliti sendiri, kajian ini akan menjadi pengalaman akademik yang berharga sekaligus memberikan referensi baru yang dapat dijadikan pijakan untuk penelitian-penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan tafsir tematik, isu kesehatan mental, atau integrasi antara nilai-nilai keislaman dan psikologi modern.

Bagi pembaca umum, penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan wawasan baru dalam memahami konsep *self-love* dari perspektif Islam, sehingga tidak hanya mengandalkan narasi populer di media sosial atau pendekatan psikologi Barat semata. Pemahaman yang diperoleh diharapkan mampu membantu individu untuk menempatkan makna mencintai diri sendiri secara lebih proporsional, tidak jatuh pada sikap egois atau individualistik, melainkan mengarah pada penerimaan diri yang sehat secara spiritual, emosional, dan moral.

Bagi dunia akademik, khususnya program studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam memperkaya kajian keilmuan. Kajian ini menunjukkan bahwa tafsir tidak hanya berbicara tentang dimensi teologis atau hukum, tetapi juga dapat dikaitkan dengan persoalan psikologis dan sosial yang dihadapi generasi masa kini. Dengan demikian, penelitian ini dapat menjadi salah satu rujukan dalam mengembangkan pendekatan tafsir tematik yang lebih relevan dengan kebutuhan zaman.

Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberi kontribusi terhadap peningkatan literasi keagamaan masyarakat. Dengan membaca Tafsir *Al-Azhar* dalam bingkai isu kontemporer, masyarakat akan terdorong untuk lebih menghargai warisan tafsir ulama nusantara sekaligus memahami bagaimana nilai-nilai Al-Qur'an dapat menjadi pedoman hidup yang aktual sepanjang masa.

F. Definisi Operasional

Agar penelitian ini lebih terarah dan tidak terjadi kerancuan makna, maka istilah-istilah penting dalam judul penelitian didefinisikan secara operasional sebagai berikut:

1. Konsep Penerimaan Diri

Penerimaan diri adalah sikap individu untuk mengakui, menghargai, dan menerima keadaan dirinya, baik kelebihan maupun kekurangan, tanpa adanya penolakan diri yang berlebihan. Dalam perspektif Islam, penerimaan diri tidak hanya mencakup aspek psikologis, tetapi juga kesadaran spiritual bahwa manusia diciptakan Allah dalam keadaan sebaik-baiknya (QS. At-Tin: 4). Dengan demikian, penerimaan diri menjadi bentuk syukur atas karunia Allah sekaligus landasan untuk mengembangkan potensi diri.¹⁵

2. Tafsir *Al-Azhar*

Tafsir *Al-Azhar* adalah karya monumental Buya Hamka yang ditulis pada masa beliau menjadi imam di Masjid *Al-Azhar*, Jakarta. Tafsir ini dikenal menggunakan pendekatan kontekstual dengan bahasa yang komunikatif, menghubungkan pesan Al-Qur'an dengan kehidupan sosial, budaya, dan psikologis masyarakat. Dalam penelitian ini, Tafsir

¹⁵ Elsi Putri Nengsih, “*Konsep Self-Love dalam Psikologi Islam*,” Nuansa: Jurnal Studi Islam dan Kemasyarakatan 15, no. 2 (2023): hlm. 113, <https://ejournal.uinfasbengkulu.ac.id/index.php/nuansa/article/view/4047>.

Al-Azhar digunakan sebagai sumber primer untuk memahami penafsiran QS. At-Tin ayat 4 mengenai kemuliaan dan kesempurnaan manusia.¹⁶

3. QS. At-Tin Ayat 4

Ayat ini berbunyi: “*Laqad khalaqnal-insāna fī aḥsani taqwīm*” yang artinya: “*Sungguh, Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.*” (QS. At-Tin: 4). Ayat ini dijadikan landasan teologis bahwa manusia memiliki kesempurnaan ciptaan serta kemuliaan fitrah. Penelitian ini membatasi kajian pada pemaknaan ayat tersebut dalam kerangka penerimaan diri, sebagaimana ditafsirkan oleh Buya Hamka.¹⁷

4. Fenomena *Self-Love*

Self-love atau mencintai diri sendiri adalah suatu bentuk penghargaan terhadap diri yang diwujudkan dalam perawatan kesehatan fisik, emosional, serta psikologis. Dalam masyarakat modern, konsep

¹⁶ Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, hlm. 618.

¹⁷ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, hlm. 597.

ini sering dijadikan sarana untuk meningkatkan kesehatan mental dan harga diri, tetapi berpotensi disalahartikan menjadi sikap egoisme jika tidak diimbangi dengan nilai moral dan spiritual. Dalam penelitian ini, *self-love* dipahami sebagai fenomena sosial-psikologis yang relevan untuk dianalisis dalam ajaran Islam.¹⁸

G. Penelitian terdahulu

Pada tahap ini, peneliti meninjau sejumlah penelitian terdahulu yang relevan dengan topik sebagai dasar pendukung kajian yang dilakukan. Telaah terhadap penelitian sebelumnya penting untuk menegaskan orisinalitas penelitian, sekaligus menjadi acuan dalam pengembangan studi lanjutan serta sebagai sarana menemukan inspirasi guna memperjelas arah penelitian.

Meninjau dari penelitian sebelumnya, penulis menemukan sejumlah kajian yang relevan dengan isu penerimaan diri, salah satunya karya Syahputri Wulan Pratiwi dan Muh. Syahrul Mubarak berjudul “*Pemaknaan Konsep Ahsani Taqwim (Suatu Kajian Tahlili pada QS. At-Tin/95:4)*” yang diterbitkan dalam *El-Maqra’* tahun 2021. Penelitian tersebut menelaah makna *ahsani*

¹⁸ Fakultas Psikologi UMSIDA, “*Self-Love dari Sudut Pandang Psikologi*,” Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, diakses 16 Agustus 2025, <https://psikologi.umsida.ac.id/self-love-dari-sudut-pandang-psikologi/>.

taqwīm dalam QS. At-Tin ayat 4 dengan metode tafsir tahlili, yang menafsirkan ayat secara runtut sesuai urutan mushaf dengan memperhatikan aspek bahasa, konteks, serta hubungan antar ayat. Hasil kajiannya menegaskan bahwa konsep *ahsani taqwīm* tidak hanya merujuk pada kesempurnaan fisik, tetapi juga pada aspek spiritual yang berkaitan dengan rasa syukur, kesadaran moral, serta penghambaan manusia kepada Allah, sehingga nilai sejati manusia ditentukan oleh kualitas hubungan rohaninya dengan Sang Pencipta.

Jika dibandingkan dengan penelitian yang sedang penulis lakukan, terdapat persamaan dan perbedaan yang signifikan. Keduanya sama-sama menjadikan QS. At-Tin ayat 4 sebagai objek kajian utama dan menyoroti konsep *ahsani taqwīm* yang menegaskan kemuliaan manusia melalui pendekatan tafsir. Namun, penelitian terdahulu berfokus pada dimensi teologis dan spiritual melalui metode tafsir tahlili, sedangkan penelitian ini menitikberatkan pada penafsiran Buya Hamka dalam *Tafsir Al-Azhar* serta mengaitkannya dengan fenomena *self-love* di era modern. Dengan demikian,

penelitian ini diharapkan mampu menghadirkan perspektif baru yang lebih kontekstual terhadap problem psikologis manusia masa kini.¹⁹

Salah satu penelitian lain yang relevan dengan pembahasan QS. At-Tin ayat 4 dilakukan oleh Yuslam A'yunin melalui artikel berjudul "*Konsep Ahsanu Taqwim pada Penciptaan Manusia dalam Kajian Tafsir QS. Ath-Thin Ayat 4*" yang diterbitkan dalam *Tafsiruna: Journal of Qur'anic and Islamic Studies* tahun 2025. Penelitian ini menelaah konsep *ahsanu taqwīm* dengan metode tafsir tahlili yang menelusuri ayat-ayat Al-Qur'an sesuai urutan mushaf, disertai kajian aspek bahasa, konteks ayat, dan pandangan ulama klasik. Berdasarkan penafsiran Imam Ibnu Katsir, *ahsanu taqwīm* dipahami sebagai kesempurnaan penciptaan manusia, baik dari proses biologis hingga peniupan ruh oleh Allah. Kesempurnaan tersebut mencakup dimensi fisik dan spiritual yang menegaskan kemuliaan manusia sebagai makhluk berakal dan beramanah, sehingga setiap individu memiliki tanggung jawab moral dan spiritual untuk bersyukur serta menjalankan peran kekhalifahan di bumi.²⁰

¹⁹ Syahputri Wulan Pratiwi dan Muh. Syahrul Mubarak, "*Pemaknaan Konsep Ahsani Taqwīm (Suatu Kajian Tahlili pada QS. At-Tin/95:4)*," hlm. 121, <https://ejournal.iainbone.ac.id/index.php/elmaqra/article/view/1443>

²⁰ Yuslam A'yunin, "*Konsep Ahsanu Taqwim pada Penciptaan Manusia dalam Kajian Tafsir QS. Ath-Thin Ayat 4*," *Tafsiruna: Journal of Qur'anic and Islamic Studies*, Vol. 1, No. 1 (2025), hlm. 8. <https://ejournal.iaipd-nganjuk.ac.id/index.php/tafsiruna/article/view/1118>

Jika dibandingkan dengan penelitian yang sedang dilakukan, keduanya memiliki kesamaan dalam menjadikan QS. At-Tin ayat 4 sebagai objek utama dan sama-sama menyoroti konsep *ahsanu taqwīm* sebagai wujud kesempurnaan dan martabat manusia, baik secara fisik maupun spiritual. Namun, penelitian Yuslam A'yunin berfokus pada penafsiran klasik melalui tafsir Ibnu Katsir dengan orientasi teologis dan filosofis, sementara penelitian ini menitikberatkan pada penafsiran Buya Hamka dalam *Tafsir Al-Azhar* yang dikontekstualisasikan dengan fenomena *self-love* di era modern. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat menghadirkan perspektif baru yang lebih relevan terhadap problematika psikologis manusia masa kini.

Penelitian terkini yang relevan dengan kajian QS. At-Tin ayat 4 dilakukan oleh Mhd. Andika Sejati Hsb, Raja Amanda Loviani, Muhammad Aznil, Nurul Ain Sarida, dan Edi Hermanto melalui artikel berjudul “*Membangun Kepercayaan Diri Melalui Tafsir Al-Munir dalam Surah At-Tin Ayat 4: Telaah Fenomena Insecure dalam Islam*” yang dimuat dalam *Ibn Abbas: Jurnal Ilmu Alquran & Tafsir* Volume 7 Nomor 2 tahun 2024. Penelitian ini menggunakan pendekatan tafsir *Al-Munir* dan metode kualitatif untuk menyoroti fenomena rasa tidak aman (*insecure*) pada generasi muda. Surah At-Tin ayat 4 dijadikan sebagai dasar spiritual dalam membangun

kepercayaan diri dan kesadaran akan potensi manusia yang diciptakan dalam bentuk terbaik. Hasil kajian menunjukkan bahwa pemahaman mendalam terhadap ayat tersebut dapat menjadi fondasi spiritual yang kuat dalam mengatasi *insecurity* serta memperkuat identitas psikologis dan spiritual generasi digital masa kini.²¹

Dibandingkan dengan penelitian yang sedang dilakukan, terdapat persamaan dan perbedaan yang signifikan. Keduanya sama-sama mengkaji QS. At-Tin ayat 4 dan menyoroti makna *ahsani taqwīm* sebagai dasar spiritual untuk memperkuat kesehatan mental dan identitas manusia, serta menegaskan relevansinya dengan fenomena psikologis modern. Namun, penelitian Mhd. Andika Sejati Hsb dkk. berfokus pada isu *insecure* dan upaya membangun kepercayaan diri melalui tafsir *Al-Munir*, sedangkan penelitian ini menitikberatkan pada konsep penerimaan diri (*self-acceptance*) dalam *Tafsir Al-Azhar* karya Buya Hamka dan mengaitkannya secara lebih spesifik dengan fenomena *self-love* pada generasi muda masa kini.

²¹ Mhd. Andika Sejati Hsb et al., “Membangun Kepercayaan Diri Melalui Tafsir Al-Munir dalam Surah At-Tin Ayat 4: Telaah Fenomena Insecure dalam Islam,” *Ibn Abbas: Jurnal Ilmu Alquran & Tafsir* 7, no. 2 (2024), hlm. 116-118. <https://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/ibnabbas/article/view/22738>

Penelitian lain yang mengangkat tema penerimaan diri dilakukan oleh Natalia Christy, Wahyuni Kristinawati, dan Adi Setiawan melalui penelitian berjudul “*Mindfulness dan Penerimaan Diri pada Remaja di Era Digital.*” Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi pustaka (*library research*), yaitu menelaah berbagai literatur psikologi dan hasil penelitian terdahulu yang berkaitan dengan konsep *mindfulness* dan *self-acceptance*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerimaan diri dapat ditumbuhkan melalui praktik *mindfulness*, yaitu kemampuan untuk hadir penuh pada saat ini serta menerima pikiran dan emosi tanpa penilaian. Praktik ini dinilai lebih sederhana dibandingkan pelatihan berpikir positif atau *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* yang memerlukan pendampingan ahli. *Mindfulness* dapat dilakukan melalui meditasi maupun penerapan kesadaran penuh dalam aktivitas harian, dan didukung oleh berbagai aplikasi seperti *Headspace*, *Calm*, dan *The Mindfulness App* yang terbukti membantu individu mengurangi stres serta meningkatkan *self-compassion*. Meskipun belum menunjukkan bukti empiris langsung terhadap peningkatan penerimaan diri, penelitian ini

menegaskan bahwa *mindfulness* berperan penting dalam membangun *self-acceptance* di tengah tantangan kehidupan digital modern.²²

Apabila dibandingkan dengan penelitian yang sedang dilakukan, keduanya sama-sama menyoroti tema penerimaan diri (*self-acceptance*) dan menekankan pentingnya kesadaran diri sebagai fondasi kesehatan mental. Namun, penelitian Natalia Christy dkk. berfokus pada *mindfulness* sebagai pendekatan psikologis modern untuk membangun penerimaan diri remaja di era digital, sedangkan penelitian ini mengkaji konsep penerimaan diri dalam perspektif religius-normatif melalui penafsiran Buya Hamka terhadap QS. At-Tin ayat 4 dalam *Tafsir Al-Azhar*, serta mengaitkannya dengan fenomena *self-love* pada generasi muda masa kini.

Penelitian yang berfokus pada tema *self-love* dilakukan oleh Raras Rachmatul Husna dan Nurus Sa'adah melalui karya berjudul "*Self-Love dalam Perspektif Islami: Menjaga Kesehatan Mental dan Mengoptimalkan Potensi.*" Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi pustaka (*library research*). Hasil penelitian menegaskan bahwa konsep

²² Natalia Christy Waney, Wahyuni Kristinawati, dan Adi Setiawan, "Mindfulness dan Penerimaan Diri pada Remaja di Era Digital," *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi* 22, no. 2 (2020): 76–79, <https://dx.doi.org/10.26486/psikologi.v22i2.969>.

self-love dalam Islam tidak hanya mencakup kecintaan dan penghargaan terhadap diri sendiri, tetapi juga meliputi cinta kepada Allah sebagai Sang Pencipta serta kepada sesama manusia sebagai makhluk ciptaan-Nya. Dengan demikian, *self-love* dalam perspektif Islam bersifat holistik karena menghubungkan dimensi personal, spiritual, dan sosial. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa *self-love* berperan penting dalam menjaga kesehatan mental dan mengoptimalkan potensi individu, sebab dengan mencintai diri secara proporsional, seseorang mampu merawat kondisi psikologisnya dan menghadapi tekanan hidup dengan lebih sehat dan produktif.²³

Apabila dibandingkan dengan penelitian yang sedang dilakukan, keduanya memiliki kesamaan dalam menekankan pentingnya penerimaan diri (*self-acceptance*) dan *self-love* sebagai faktor utama dalam menjaga kesehatan mental dan membentuk pribadi yang seimbang. Namun, penelitian Raras Rachmatul Husna dan Nurus Sa'adah mengulas *self-love* secara konseptual dalam perspektif Islam yang bersifat umum dengan menyoroti dimensi personal, spiritual, dan sosial. Sementara itu, penelitian ini difokuskan secara

²³ Avif Rahmatul Husna dan Nurus Sa'adah, "*Self-Love dalam Perspektif Islami: Menjaga Kesehatan Mental dan Mengoptimalkan Potensi*," hlm. 46, <https://ejournal.uinfasbengkulu.ac.id/index.php/nuansa/article/view/4047/3248>.

lebih spesifik pada penafsiran Buya Hamka terhadap QS. At-Tin ayat 4 dalam *Tafsir Al-Azhar* serta relevansinya dengan fenomena *self-love*, sehingga bersifat lebih tekstual dan tafsiriyyah dibandingkan kajian konseptual sebelumnya.

Salah satu penelitian lain yang relevan dengan tema *self-love* dalam perspektif Al-Qur'an adalah karya Miftahhul Cornila Qurbah berjudul "*Konsep Self-Love Perspektif Al-Qur'an dan Implikasinya dalam Mencapai Kebahagiaan (Analisis Penafsiran Ayat-Ayat Bertema Self-Love)*" yang disusun pada tahun 2023 di Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah, IAIN Ponorogo. Penelitian ini menggunakan pendekatan tafsir *maudhū'ī* (tematik) dengan menghimpun sejumlah ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan konsep *self-love*, seperti muhasabah (QS. Al-Baqarah: 286), tawakkul (QS. At-Taubah: 51), syukur (QS. An-Naml: 40), dan taqarub (QS. Saba': 37). Konsep-konsep tersebut dipandang sebagai fondasi spiritual yang menegaskan bahwa *self-love* bukan sekadar kecintaan terhadap diri dalam konteks psikologis, tetapi juga sebagai ekspresi keimanan dan ketaatan kepada Allah. Penelitian ini menyimpulkan bahwa *self-love* dalam perspektif Al-Qur'an berfungsi sebagai jalan menuju kebahagiaan hakiki yang

berakar pada syukur, penerimaan diri, dan hubungan harmonis dengan Allah serta sesama manusia.²⁴

Jika dibandingkan dengan penelitian yang sedang dilakukan, keduanya memiliki kesamaan dalam menekankan makna spiritual manusia berdasarkan Al-Qur'an, terutama terkait penerimaan diri dan kesehatan mental, serta sama-sama menggunakan pendekatan kepustakaan dengan analisis deskriptif terhadap ayat-ayat Al-Qur'an. Namun, penelitian Miftahhul Cornila Qurbah bersifat tematik karena menghimpun berbagai ayat yang relevan dengan konsep *self-love* dan kebahagiaan, sedangkan penelitian ini lebih spesifik menitikberatkan pada penafsiran QS. At-Tin ayat 4 dalam *Tafsir Al-Azhar* untuk mengkaji makna penerimaan diri. Dengan demikian, penelitian terdahulu berfokus pada konstruksi konseptual yang luas, sementara penelitian ini diarahkan pada eksplorasi tafsir satu ayat secara mendalam melalui pendekatan klasik-modern.

²⁴ Miftahhul Cornila Qurbah, *Konsep Self-Love Perspektif Al-Qur'an dan Implikasinya dalam Mencapai Kebahagiaan (Analisis Penafsiran Ayat-Ayat Bertema Self-Love)*, hlm. 74.

Tabel 1. 1

Persamaan dan Perbedaan Penelitian

No	Penelitian Terdahulu	Persamaan	Perbedaan
1	Pemaknaan Konsep Ahsani Taqwim (Suatu Kajian Tahlili pada QS. At- Tin/95:4)/ Syahputri Wulan Pratiwi dan Muh. Syahrul Mubarak/ El-Maqra': Tafsir, Hadis dan Teologi, Vol. 1, No. 2/ 2021	Penelitian sama- sama menjadikan QS. At-Tin ayat 4 sebagai objek kajian utama. Keduanya menyoroti konsep <i>ahsani taqwīm</i> yang menegaskan kesempurnaan serta kemuliaan manusia. Selain itu, penelitian juga sama-sama menggunakan pendekatan tafsir	Perbedaan mendasar terletak pada arah fokus kajian. Penelitian sebelumnya lebih menekankan pada aspek teologis dan spiritual, dengan menafsirkan konsep <i>ahsani taqwīm</i> melalui pendekatan tafsir tahlili, yang membahas keterkaitan bahasa, konteks, dan runtutan

		untuk menggali makna ayat.	ayat. Sedangkan calon penelitian akan berfokus pada penafsiran Buya Hamka dalam Tafsir <i>Al-Azhar</i> , yang kemudian direlevansikan dengan fenomena <i>self-love</i> di era modern.
2	Konsep Ahsanu Taqwim pada Penciptaan Manusia dalam Kajian Tafsir QS. Ath-Thin Ayat 4/ Yuslam A'yunin/ Tafsiruna: Journal of	Penelitian ini sama-sama mengkaji QS. At-Tin ayat 4 dan mengangkat tema <i>ahsanu taqwīm</i> dalam hubungannya dengan martabat manusia. Keduanya	Penelitian sebelumnya menekankan aspek penafsiran klasik (tafsir Ibnu Katsir) dengan orientasi pada pemahaman teologis dan filosofis

	<p>Qur'anic and Islamic Studies/ 2025</p>	<p>juga sama-sama menekankan bahwa kesempurnaan manusia tidak hanya mencakup aspek fisik, tetapi juga dimensi ruhaniah dan spiritual yang menentukan nilai sejati kemanusiaan.</p>	<p>mengenai kesempurnaan manusia dalam konteks penciptaan dan fungsi kekhalifahan. Sementara itu, calon penelitian ini berfokus pada penafsiran Buya Hamka dalam <i>Tafsir Al-Azhar</i> terhadap QS. At-Tin ayat 4, dengan mengaitkannya secara lebih spesifik pada fenomena kontemporer <i>self-love</i>.</p>
--	---	--	--

3	<p>Membangun Kepercayaan Diri Melalui Tafsir Al-Munir dalam Surah At-Tin Ayat 4: Telaah Fenomena Insecure dalam Islam/ Mhd. Andika Sejati Hsb, Raja Amanda Loviani, Muhammad Aznil, Nurul Ain Sarida, dan Edi Hermanto/ Ibn Abbas: Jurnal Ilmu Alquran & Tafsir, Volume 7, Nomor 2/ 2024</p>	<p>Penelitian ini sama-sama menyoroti QS. At-Tin ayat 4 dan menggali makna ahsani taqwīm sebagai dasar spiritual untuk memperkuat identitas dan kesehatan mental manusia. Selain itu, penelitian terdahulu maupun calon penelitian sama-sama berfokus pada relevansi ayat tersebut dengan fenomena psikologis modern.</p>	<p>Penelitian terdahulu lebih menekankan pada fenomena insecure dan penguatan kepercayaan diri generasi muda dengan merujuk pada tafsir <i>al-Munir</i>, sedangkan calon penelitian akan membahas konsep penerimaan diri (<i>self-acceptance</i>) dalam Tafsir <i>Al-Azhar</i> karya Buya Hamka terhadap QS. At-Tin ayat 4 serta relevansinya dengan fenomena <i>self-love</i> melalui</p>
---	--	---	--

			pendekatan tafsir dan kajian pustaka.
4	Mindfulness dan Penerimaan Diri pada Remaja di Era Digital/ Natalia Christy, Wahyuni Kristinawati, dan Adi Setiawan/ <i>Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi</i> , Vol. 22, No. 2/ 2020	Penelitian sebelumnya dan calon penelitian sama-sama mengangkat tema utama penerimaan diri (<i>self-acceptance</i>) dan menekankan pentingnya praktik spiritual maupun psikologis sebagai fondasi dalam memperkuat kesehatan mental individu.	Penelitian sebelumnya menekankan praktik mindfulness sebagai pendekatan psikologis modern untuk membangun penerimaan diri remaja di era digital. Sementara itu, calon penelitian ini lebih berfokus pada kajian religius-normatif dengan menelaah penafsiran Buya Hamka terhadap QS. At-Tin ayat 4 dalam

			Tafsir <i>Al-Azhar</i> serta relevansinya dengan fenomena <i>self-love</i> .
5	Self-Love dalam Perspektif Islami: Menjaga Kesehatan Mental dan Mengoptimalkan Potensi/ Raras Rachmatul Husna dan Nurul Sa'adah/ Nuansa: Jurnal Studi Islam dan Kemasyarakatan/ 2023	Penelitian ini dan calon penelitian sama-sama menekankan pentingnya penerimaan diri (<i>self-acceptance</i>) dan <i>self-love</i> sebagai faktor kunci dalam menjaga kesehatan mental serta membangun pribadi yang seimbang.	Perbedaan utama terletak pada fokus kajian. Penelitian sebelumnya mengulas <i>self-love</i> secara konseptual dalam perspektif Islami yang bersifat umum, mencakup dimensi personal, spiritual, dan sosial. Sementara itu, calon penelitian ini berfokus lebih spesifik pada penafsiran Buya Hamka terhadap QS.

			At-Tin ayat 4 dalam Tafsir <i>Al-Azhar</i> dan relevansinya dengan fenomena <i>self-love</i> , sehingga bersifat lebih tekstual dan tafsiriyyah dibandingkan konseptual umum.
6	Konsep Self-Love Perspektif Al-Qur'an dan Implikasinya dalam Mencapai Kebahagiaan (Analisis Penafsiran Ayat-ayat Bertema Self-love)/ Miftahhul Cornila Qurbah/ Skripsi Jurusan Ilmu	Penelitian sama-sama menekankan pada makna spiritual manusia berdasarkan Al-Qur'an, khususnya terkait dengan penerimaan diri dan nilai-nilai yang mendukung kesehatan mental.	Perbedaannya terletak pada ruang lingkup kajian. Penelitian sebelumnya secara tematik menghimpun berbagai ayat yang berkaitan dengan konsep <i>self-love</i> dan kebahagiaan, sedangkan calon

	Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah, IAIN Ponorogo/ 2023	Keduanya juga menggunakan pendekatan kepustakaan dan analisis deskriptif dalam membahas ayat-ayat Al-Qur'an.	penelitian ini lebih spesifik menitikberatkan pada penafsiran QS. At-Tin ayat 4 dalam Tafsir <i>Al-Azhar</i> untuk menyoroti makna penerimaan diri. Dengan demikian, penelitian terdahulu berfokus pada konstruksi konsep self-love yang luas, sementara calon penelitian mengarah pada eksplorasi makna satu ayat tertentu dengan
--	---	--	--

			pendekatan tafsir klasik-modern.
--	--	--	-------------------------------------

H. Kerangka Teori

Kerangka teori merupakan wadah yang berisi teori atau konsep yang digunakan sebagai landasan teoritis untuk pengkajian dan analisis masalah. Kerangka teori ini nantinya akan dipergunakan untuk menganalisis permasalahan yang dikaji dalam penelitian ini. Berdasarkan rumusan masalah serta tujuan penelitian, penulis memandang bahwa Buya Hamka dengan Tafsir *Al-Azhar* merupakan teori yang tepat untuk dijadikan pisau analisis dalam penelitian ini.

Dalam penelitian ini, langkah penting yang dilakukan adalah menghubungkan konsep penerimaan diri sebagaimana tercermin dalam QS. At-Tin ayat 4 menurut penafsira Buya Hamka dengan fenomena *self-love* yang berkembang di masyarakat modern. QS. At-Tin ayat 4 menegaskan bahwa manusia diciptakan dalam bentuk yang sebaik-baiknya (*ahsani taqwim*). Buya Hamka dalam *Tafsir Al-Azhar* menjelaskan bahwa ayat ini bukan hanya menggambarkan kesempurnaan fisik manusia, tetapi juga menekankan kemuliaan potensi akal, ruh,

dan moral yang dimiliki manusia.²⁵ Konsep ini dapat dipahami sebagai landasan spiritual bagi terbentuknya penerimaan diri, yaitu kesadaran manusia untuk menerima dirinya sebagai makhluk mulia yang dianugerahi potensi dan kemampuan oleh Allah.

Dalam tafsirnya, Buya Hamka menafsirkan ayat secara berurutan dengan penuh kehati-hatian agar maknanya tetap sejalan dengan bahasa aslinya. Setelah menerjemahkan ayat, Buya Hamka menjelaskan maksudnya dengan tingkat perincian yang beragam. Penjelasan tersebut sering kali dikaitkan dengan nilai moral, sosial, serta kondisi kehidupan masyarakat, sehingga pembaca dapat memperoleh pemahaman yang lebih kontekstual.²⁶ Ia juga mengaitkan makna ayat dengan fenomena kemanusiaan universal, yang pada konteks penelitian ini dapat dijadikan pijakan untuk memahami isu psikologis kontemporer, termasuk konsep *self-love*.

Penafsiran Buya Hamka didominasi oleh corak *Adabi Ijtima'i*, yang bercirikan pendekatan sosial dan humanis.²⁷ Hal ini selaras dengan tema penelitian, sebab corak penafsiran tersebut tidak hanya mengkaji teks ayat dari sisi bahasa,

²⁵Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, hlm. 618.

²⁶ Avif Alfiyah, "Metode Penafsiran Buya Hamka dalam Tafsir Al-Azhar," hlm.29.

²⁷ Avif Alfiyah, "Metode Penafsiran Buya Hamka dalam Tafsir Al-Azhar," hlm.31,

melainkan juga mengaitkannya dengan kondisi psikologis dan sosial manusia. Dengan demikian, penafsiran Buya Hamka terhadap QS. At-Tin ayat 4 menjadi kerangka teoretis yang kuat dalam menjelaskan bagaimana nilai religius Islam dapat berhubungan dengan konsep penerimaan diri dan fenomena *self-love* dalam masyarakat modern.

Analisis dalam penelitian ini akan menggunakan pendekatan tafsir *Adabi Ijtima'i* Buya Hamka, dengan menyoroti bagaimana ayat Al-Qur'an dapat menjadi landasan normatif sekaligus inspiratif bagi manusia untuk menerima dirinya secara utuh. Hal ini kemudian dibandingkan dengan konsep *self-love* dalam kajian psikologi kontemporer, baik yang bersifat positif seperti *self-compassion*, maupun yang berlebihan hingga jatuh pada narsisme. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan menilai relevansi dan perbedaan antara tafsir Islam tentang penerimaan diri dan konsep *self-love* modern, serta bagaimana keduanya dapat dipadukan untuk memberikan pemahaman yang lebih utuh dan seimbang mengenai kesehatan mental manusia.

Dalam penelitian ini, langkah-langkah yang akan dilakukan adalah sebagai berikut:

- 1) Tafsir Tahlili Buya Hamka

Peneliti akan menganalisis penafsiran Buya Hamka terhadap QS. At-Tin ayat 4 dengan menggunakan pendekatan tafsir tahlili. Buya Hamka dalam *Tafsir Al-Azhar* menjelaskan ayat ini dengan menekankan bahwa manusia diciptakan Allah dalam bentuk sebaik-baiknya (*ahsani taqwīm*), yang menunjukkan kesempurnaan fisik, akal, dan potensi rohani. Menurutnya, manusia diciptakan dalam bentuk terbaik karena memiliki keindahan jasmani, akal, serta ruh yang membedakannya dari makhluk lain. Kesempurnaan ini menjadikan manusia layak disebut *basyar*, makhluk yang memiliki wajah cerah dan ekspresi gembira, tanda kehormatan ciptaan Allah. Dengan anugerah akal dan hati nurani, manusia diberi tanggung jawab untuk memaknai kehidupan secara moral dan spiritual sebagai khalifah di bumi.²⁸

Dari penafsiran ini, peneliti akan mengidentifikasi nilai-nilai religius yang berkaitan dengan konsep penerimaan diri. Buya Hamka menegaskan bahwa manusia seharusnya mensyukuri kelebihan yang dimiliki sekaligus menerima kekurangan diri sebagai bagian dari fitrah ciptaan Allah. Dengan demikian, tafsir *tahlili* yang digunakan Buya Hamka tidak hanya memberikan penjelasan tekstual atas ayat, tetapi juga menghadirkan panduan praktis bagi

²⁸Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, hlm. 618.

manusia untuk menjaga keseimbangan hidup. Inilah yang menjadikan tafsirnya relevan dengan isu *self-love*, karena konsep penerimaan diri dalam Islam memiliki landasan spiritual yang kokoh dan mampu meluruskan praktik *self-love* yang kerap disalahpahami dalam konteks modern.

2) Analisis Teori Relevansi Oleh Dan Sperber dan Deirdre Wilson

Peneliti akan menggunakan teori relevansi yang dikembangkan oleh Dan Sperber dan Deirdre Wilson sebagai kerangka analisis dalam penelitian ini. Teori ini berangkat dari pemikiran bahwa suatu informasi akan dianggap relevan apabila memberikan manfaat kognitif dengan usaha pemrosesan yang minimal. Dengan kata lain, sebuah pesan bernilai apabila mampu menambah pemahaman baru atau memperkaya pengetahuan, sekaligus mudah dipahami oleh penerimanya.²⁹ Dalam konteks penelitian ini, teori relevansi dipakai untuk menjelaskan mengapa tafsir Buya Hamka terhadap QS. At-Tin ayat 4 dapat dikaitkan dengan fenomena *self-love*.

Peneliti memandang bahwa tafsir Buya Hamka memiliki nilai relevansi karena memberikan manfaat kognitif berupa pemahaman mendalam tentang

²⁹Dan Sperber & Deirdre Wilson, *Teori Relevansi* (Editor: Abd. Syukur Ibrahim), (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009), hlm. 2-4.

martabat manusia, yang sangat dibutuhkan dalam menjawab problem psikologis generasi muda saat ini. Selain itu, gaya penulisan Buya Hamka yang sederhana dan komunikatif menjadikan tafsirnya mudah dipahami masyarakat luas. Dari sinilah prinsip relevansi yang dikemukakan Sperber dan Wilson menemukan aplikasinya, sebab tafsir *Al-Azhar* mampu menghadirkan makna yang bermanfaat dengan usaha pemahaman yang ringan.

3) Menghubungkan Tafsir QS. At-Tin ayat 4 dengan Fenomena *Self-Love*

Tahap terakhir adalah menghubungkan penafsiran Buya Hamka dalam Tafsir *Al-Azhar* terhadap QS. At-Tin ayat 4 dengan fenomena *self-love* yang berkembang di masyarakat modern. Peneliti akan menilai apakah konsep penerimaan diri dalam tafsir Al-Qur'an selaras dengan prinsip-prinsip *self-love*, atau terdapat perbedaan mendasar. Analisis ini bertujuan untuk menunjukkan relevansi tafsir klasik dengan kebutuhan psikologis manusia di era globalisasi, sekaligus menegaskan bahwa Al-Qur'an tetap menjadi pedoman dalam memahami martabat dan identitas diri manusia.

I. Metode penelitian

Untuk melaksanakan penelitian ini secara optimal, diperlukan metode penelitian yang jelas, sistematis, dan terarah. Metode penelitian dipahami sebagai

cara atau langkah yang dipakai untuk memperoleh hasil penelitian yang akurat, jelas, dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

1. Jenis penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kepustakaan (*library research*), dengan fokus utama pada penafsiran Buya Hamka terhadap QS. At-Tin ayat 4 sebagaimana termuat dalam Tafsir *Al-Azhar*, serta relevansinya dengan fenomena *self-love* dalam perspektif psikologi modern.³⁰

Subjek utama dalam penelitian ini adalah karya monumental Buya Hamka, yakni Tafsir *Al-Azhar*, yang dijadikan rujukan utama untuk menggali makna ayat tentang kemuliaan manusia (*ahsani taqwīm*).³¹ Tafsir tersebut dianalisis secara mendalam untuk menemukan konsep penerimaan diri sebagaimana dijelaskan Buya Hamka, lalu dikaitkan dengan diskursus psikologi kontemporer mengenai *self-love*. Dengan demikian, penelitian ini berusaha menunjukkan bahwa tafsir Al-Qur'an tidak hanya bernilai teologis,

³¹ Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, hlm. 618.

tetapi juga dapat memberi kontribusi pada pengembangan konsep psikologi modern.

Objek penelitian mencakup dua aspek pokok, yaitu penafsiran Buya Hamka terhadap QS. At-Tin ayat 4 dan fenomena psikologis yang berkaitan dengan penerimaan diri serta *self-love*. Analisis dilakukan dengan menggunakan metode analisis-deskriptif, yakni menelaah, menguraikan, serta mendeskripsikan isi tafsir Buya Hamka, kemudian menghubungkannya dengan literatur psikologi yang relevan.³² Melalui pendekatan ini, penelitian diharapkan dapat menemukan titik temu antara ajaran Islam yang terkandung dalam tafsir Al-Qur'an dengan konsep *self-love* yang berkembang dalam ranah psikologi positif.

2. Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini berusaha memahami makna yang terkandung dalam penafsiran Buya Hamka terhadap QS. At-Tin ayat 4, khususnya mengenai konsep kemuliaan manusia (*ahsani*

³² Mestika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan*, (Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2008), hlm. 3–4.

taqwīm) yang berkaitan erat dengan penerimaan diri. Pendekatan ini bersifat deskriptif-analitis, dengan cara menelaah secara mendalam sumber-sumber tertulis, terutama Tafsir *Al-Azhar* karya Buya Hamka sebagai rujukan utama.

Dalam penelitian ini, analisis tidak hanya terbatas pada aspek linguistik atau bahasa ayat, melainkan juga mencakup konteks sosial, filosofis, serta nilai-nilai spiritual yang terkandung dalam penafsiran Buya Hamka. Melalui pendekatan ini, peneliti berusaha memahami bagaimana tafsir tersebut menjelaskan hakikat penciptaan manusia yang sempurna, kemudian mengaitkannya dengan konsep penerimaan diri (*self-acceptance*) yang menjadi dasar dari fenomena *self-love* dalam psikologi modern. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya bersifat tekstual, tetapi juga kontekstual, karena menghubungkan tafsir klasik dengan isu psikologis kontemporer.

3. Jenis Data

Jenis data dalam penelitian ini dibagi menjadi dua, yaitu data primer dan data sekunder.

a) Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh langsung dari sumber utama yang berkaitan dengan penelitian. Dalam konteks ini, sumber primer adalah Tafsir *Al-Azhar* karya Buya Hamka, khususnya penafsirannya terhadap QS. At-Tin ayat 4. Tafsir tersebut menjadi rujukan utama dalam mengkaji konsep penerimaan diri yang berhubungan dengan penciptaan manusia dalam bentuk yang terbaik (*ahsani taqwīm*).³³

b) Data Sekunder

Data sekunder adalah data pendukung yang berfungsi melengkapi serta memperkaya analisis. Sumber sekunder diperoleh dari buku, artikel jurnal, skripsi, disertasi, dan penelitian ilmiah lainnya yang membahas tentang penerimaan diri (*self-acceptance*), *self-love*, serta kajian tafsir tematik terkait nilai-nilai kemanusiaan dalam Al-Qur'an. Data ini digunakan untuk memperluas perspektif, sekaligus menghubungkan antara pemikiran Buya Hamka dengan fenomena psikologis modern.

4. Metode Pengumpulan Data

³³ Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, hlm.618.

Pengumpulan data merupakan tahapan penting dalam penelitian, sebab tanpa data yang memadai penelitian tidak dapat menghasilkan temuan yang valid. Karena penelitian ini bersifat kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (*library research*), maka metode pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran berbagai sumber tertulis. Sumber tersebut meliputi karya primer berupa Tafsir *Al-Azhar* karya Buya Hamka, khususnya penafsirannya terhadap QS. At-Tin ayat 4, yang menjadi rujukan utama dalam mengkaji konsep penerimaan diri.

Selain itu, penelitian ini juga menghimpun sumber sekunder berupa literatur pendukung, seperti buku-buku tafsir, jurnal akademik, artikel ilmiah, skripsi, disertasi, serta penelitian lain yang membahas tema penerimaan diri (*self-acceptance*), fenomena *self-love*, dan kajian psikologi Islam. Dengan demikian, pengumpulan data tidak hanya berfokus pada penjelasan tafsir semata, melainkan juga mengaitkannya dengan fenomena psikologis modern untuk memperkaya analisis.

5 .Metode Pengolahan Data

Dalam penelitian ini, data yang terkumpul akan diolah menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan tujuan untuk menginterpretasikan

penafsiran Buya Hamka dalam Tafsir *Al-Azhar* terhadap QS. At-Tin ayat 4, kemudian menghubungkannya dengan konsep penerimaan diri (*self-acceptance*) dan fenomena *self-love* dalam psikologi modern. Proses pengolahan data dilakukan melalui beberapa tahapan berikut:

a) Pemeriksaan Data (*Editing*)

Editing adalah tahap awal pengolahan data yang dilakukan dengan memeriksa kembali data mentah dari sumber primer maupun sekunder. Tujuannya adalah memastikan kelengkapan, kejelasan, dan konsistensi data. Informasi yang tidak relevan akan disaring, sementara kesalahan penulisan atau pencatatan diperbaiki, agar data yang dipakai dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.³⁴

b) Klasifikasi (*Classifying*)

Data yang sudah melewati proses editing selanjutnya dikelompokkan berdasarkan kategori atau tema tertentu, misalnya: penafsiran Buya Hamka tentang QS. At-Tin ayat 4, konsep fitrah manusia dalam Islam, serta perspektif

³⁴ Tim Penyusun Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Fakultas Syariah, *Pedoman Penulisan Karya Tulis Ilmiah Tahun 2022* (Malang: Fakultas Syariah UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2022), hlm. 24.

psikologi mengenai penerimaan diri dan *self-love*. Proses klasifikasi ini bertujuan agar data lebih sistematis, sehingga memudahkan peneliti dalam menemukan pola, makna, maupun relevansi antar konsep.³⁵

c) Verifikasi (*Verifying*)

Tahap ini bertujuan untuk memastikan keabsahan dan keandalan data melalui teknik triangulasi, yaitu membandingkan data dari berbagai sumber, metode, maupun waktu pengumpulan. Dengan cara ini, peneliti dapat memastikan bahwa data yang dipakai tidak hanya valid, tetapi juga konsisten serta bebas dari bias.

d) Analisis Data (*Analysing*)

Analisis data dilakukan dengan pendekatan deskriptif-analitis. Tahapan analisis dimulai dengan reduksi data, yakni memilih informasi yang relevan lalu merangkum tanpa menghilangkan makna inti. Setelah itu, data disajikan dalam bentuk narasi ilmiah agar lebih mudah dipahami. Dari penyajian tersebut kemudian ditarik kesimpulan yang menghubungkan antara penafsiran Buya

³⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2019), hlm. 247-248.

Hamka dengan kajian psikologi modern mengenai *self-acceptance* dan *self-love*.

e) Kesimpulan (Concluding)

Tahap akhir penelitian ini adalah penyusunan kesimpulan yang menjawab rumusan masalah, yakni bagaimana penafsiran Buya Hamka terhadap QS. At-Tin ayat 4 dapat dikontekstualisasikan dengan fenomena penerimaan diri dan *self-love*. Kesimpulan ini merupakan hasil sintesis antara perspektif tafsir dan psikologi, menggambarkan realitas penafsiran Buya Hamka yang menekankan konsep penerimaan diri (*self-acceptance*) sebagai bagian dari fitrah manusia. Hasil penelitian diharapkan memberikan kontribusi akademis dan praktis, sekaligus memperkaya wacana integrasi antara nilai-nilai Islam dan psikologi modern. Dengan demikian, kesimpulan ini tidak hanya berfungsi sebagai penutup, tetapi juga menjadi pijakan penting untuk memahami makna penerimaan diri dalam Islam serta menjembatani antara tafsir klasik dan kebutuhan psikologis manusia masa kini.

J. Sistematika Penulisan

Sesuai dengan pedoman penulisan tugas akhir/skripsi Fakultas Syari'ah UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tahun 2022, penelitian ini disusun dalam empat bab

utama. Bab I adalah pendahuluan yang memuat latar belakang masalah, khususnya mengenai pentingnya konsep penerimaan diri dalam kehidupan manusia modern yang dihadapkan pada berbagai fenomena psikologis dan sosial, termasuk tren *self-love*. Pada bagian ini, penulis menjelaskan rumusan masalah penelitian yang terdiri dari dua hal, yaitu bagaimana konsep penerimaan diri dijelaskan oleh Buya Hamka dalam Tafsir *Al-Azhar* terhadap QS. At-Tin ayat 4, serta bagaimana relevansi konsep tersebut dengan fenomena *self-love* di era kontemporer. Selain itu, Bab I juga berisi tujuan penelitian, manfaat penelitian baik secara teoretis maupun praktis, metode penelitian yang digunakan, serta sistematika pembahasan.

Bab II berisi tinjauan pustaka yang menguraikan berbagai kajian terdahulu yang relevan dengan topik penelitian ini. Dalam bab ini dibahas dua fokus kajian utama. Pertama, penelitian-penelitian terkait penerimaan diri yang menjadi dasar psikologis dalam memahami fenomena *self-love*. Kedua, kajian-kajian yang menyinggung penafsiran QS. At-Tin ayat 4, baik dari perspektif Buya Hamka maupun mufassir lainnya. Dengan demikian, tinjauan pustaka ini tidak hanya menampilkan gambaran umum dari penelitian sebelumnya, tetapi juga menunjukkan posisi penelitian ini sebagai kajian yang mengintegrasikan perspektif tafsir Al-Qur'an dengan fenomena psikologis modern.

Bab III merupakan bagian inti penelitian yang menyajikan hasil analisis terhadap penafsiran Buya Hamka dalam Tafsir *Al-Azhar* mengenai QS. At-Tin ayat 4. Dalam ayat ini dijelaskan mengenai penciptaan manusia dalam bentuk sebaik-baiknya, yang oleh Buya Hamka ditafsirkan sebagai dasar martabat, potensi, dan kehormatan manusia. Penelitian ini mengkaji lebih dalam bagaimana konsep tersebut dapat dimaknai sebagai landasan penerimaan diri, sehingga manusia mampu menyadari nilai dan potensi yang dimilikinya tanpa harus terjebak pada inferioritas atau superioritas. Selanjutnya, analisis ini dihubungkan dengan fenomena *self-love* di era modern, yaitu bagaimana pemahaman keagamaan dalam tafsir dapat menjadi pijakan spiritual yang selaras dengan kebutuhan psikologis kontemporer dalam mencintai dan menerima diri sendiri secara proporsional.

Bab IV berisi penutup yang terdiri dari dua bagian, yaitu kesimpulan dan saran. Kesimpulan merangkum hasil penelitian yang menegaskan relevansi penafsiran Buya Hamka terhadap QS. At-Tin ayat 4 dengan konsep penerimaan diri dan fenomena *self-love*. Sementara itu, saran diberikan sebagai rekomendasi praktis dan akademis. Secara praktis, saran diarahkan kepada individu dan masyarakat agar mampu menumbuhkan sikap penerimaan diri yang seimbang antara nilai spiritual dan kebutuhan psikologis. Secara akademis, saran ditujukan untuk peneliti selanjutnya agar dapat memperluas kajian tentang hubungan tafsir Al-Qur'an dengan isu-isu psikologi modern. Dengan

demikian, bab ini menjadi penutup yang menyajikan arah pengembangan penelitian lebih lanjut sekaligus kontribusi nyata terhadap penguatan nilai religius dan kesejahteraan psikologis manusia.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Penerimaan Diri

Penerimaan diri (*self-acceptance*) merupakan kemampuan seseorang untuk menerima dirinya secara menyeluruh, mencakup kelebihan, kekurangan, potensi, dan keterbatasannya. Carl Rogers menyebut penerimaan diri sebagai bentuk *unconditional positive regard*, yaitu sikap menerima diri tanpa syarat yang menjadi fondasi bagi kesehatan mental dan pertumbuhan pribadi yang optimal.³⁶

Abraham Maslow menempatkan penerimaan diri sebagai salah satu ciri individu yang telah mencapai aktualisasi diri. Individu yang menerima dirinya secara realistis tidak menolak kekurangan yang dimiliki, melainkan menjadikannya sarana untuk belajar dan tumbuh menjadi pribadi yang lebih baik.³⁷

Kristin Neff kemudian memperkenalkan konsep *self-compassion* sebagai inti dari penerimaan diri, yakni memperlakukan diri dengan kasih sayang, memahami kesalahan sebagai bagian dari pengalaman manusiawi, serta

³⁶ Carl R. Rogers, *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*, hlm. 33.

³⁷ Abraham H. Maslow, *Motivation and Personality*, hlm. 153.

tidak menghakimi diri secara berlebihan.³⁸ Dengan demikian, penerimaan diri bukanlah sikap pasif, melainkan dasar bagi keseimbangan antara pengakuan diri dan upaya pengembangan pribadi yang berkelanjutan.

B. Kajian Literatur tentang Tafsir, Biografi Buya Hamka, dan Makna QS. At-Tīn

1. Pengertian Tafsir

Secara etimologis, kata *tafsīr* berasal dari akar kata *fassara* (فَسَّرَ) yang berarti “menjelaskan” atau “menyingkap sesuatu yang tertutup.” Dalam terminologi ulama, tafsir diartikan sebagai usaha menjelaskan makna ayat-ayat Al-Qur’an agar dapat dipahami oleh manusia sesuai konteks bahasa, sejarah, dan syariat.

Menurut al-Zarkasyi dalam *Al-Burhān fī ‘Ulūm al-Qur’ān*, tafsir adalah ilmu yang digunakan untuk memahami makna firman Allah, menjelaskan maksudnya, dan menarik hukum-hukum darinya berdasarkan kaidah kebahasaan.³⁹ Al-Suyuthi dalam *Al-Itqān fī ‘Ulūm al-Qur’ān*

³⁸ Kristin Neff, “A Healthier Way to Relate to Oneself: The Role of Self-Compassion,” *Human Development* 47, no. 2–3 (2004): hlm. 89, <https://self-compassion.org/wp-content/uploads/publications/human-development.pdf>.

³⁹ Badr al-Dīn al-Zarkasyī, *Al-Burhān fī ‘Ulūm al-Qur’ān* (Beirut: Dār al-Ma‘rifah, 1988), hlm. 15.

menambahkan bahwa tafsir tidak hanya menyingkap arti literal, tetapi juga menguraikan sebab turunnya ayat (*asbāb al-nuzūl*), hukum yang dikandungnya, dan nilai moral yang tersirat di dalamnya.⁴⁰

Al-Ṭabarī, dalam mukadimah *Jāmi‘ al-Bayān ‘an Ta’wīl Āy al-Qur’ān*, menyebut tafsir sebagai penjelasan makna firman Allah yang mengandung keterangan tentang halal-haram, janji, ancaman, dan pelajaran.⁴¹ Sedangkan al-Rāghib al-Aṣfahānī memandang tafsir sebagai upaya menjelaskan makna-makna yang sulit dipahami dalam ayat melalui pendekatan kebahasaan dan rasional.⁴²

Dari berbagai pandangan tersebut dapat disimpulkan bahwa tafsir berfungsi sebagai jembatan antara teks ilahi dan pemahaman manusia agar nilai-nilai Al-Qur’an dapat diterapkan secara kontekstual sepanjang zaman.

2. Biografi Buya Hamka dan Tafsir *Al-Azhar*

Tafsir *Al-Azhar* merupakan salah satu karya tafsir monumental di dunia Islam modern yang ditulis oleh Haji Abdul Malik Karim Amrullah, atau

⁴⁰ Jalāl al-Dīn al-Suyūṭī, *Al-Itqān fī ‘Ulūm al-Qur’ān* (Kairo: Maktabah al-Taūfiqiyyah, 2008), hlm. 56.

⁴¹ Al-Ṭabarī, *Jāmi‘ al-Bayān ‘an Ta’wīl Āy al-Qur’ān* (Kairo: Dār al-Ma‘ārif, 2001), jilid 1, hlm. 12.

⁴² Al-Rāghib al-Aṣfahānī, *Mufradāt Alfāz al-Qur’ān* (Beirut: Dār al-Ma‘rifah, 1997), hlm. 48.

yang lebih dikenal sebagai Buya Hamka. Beliau lahir di Maninjau, Sumatera Barat, pada 17 Februari 1908, dari keluarga ulama terkemuka. Ayahnya, Syekh Abdul Karim Amrullah (Haji Rasul), adalah pionir gerakan pembaruan Islam di Minangkabau, yang sangat mempengaruhi corak pemikiran dan keilmuan Buya Hamka. Sejak kecil, Buya Hamka tumbuh dalam tradisi keilmuan dan dakwah, meskipun pendidikan formalnya tidak panjang. Beliau lebih banyak belajar melalui bacaan, pergaulan, dan perjalanan intelektual ke berbagai daerah, termasuk Makkah.⁴³

Pada masa mudanya, Buya Hamka aktif dalam organisasi Muhammadiyah dan dikenal sebagai tokoh yang produktif menulis. Beliau tidak hanya berkiprah sebagai ulama, tetapi juga sebagai sastrawan, jurnalis, pemikir, dan budayawan. Karya-karya terkenalnya meliputi Tasawuf Modern, Lembaga Budi, Falsafah Hidup, serta novel-novel seperti Di Bawah Lindungan Ka'bah dan Tenggelamnya Kapal Van der Wijck yang menunjukkan kedalaman psikologis dan spiritualitasnya.

⁴³ Yunan Nasution, *Buya Hamka dan Pemikiran Keislaman di Indonesia* (Jakarta: Bulan Bintang, 1985), hlm. 22–24.

Proses penulisan Tafsir *Al-Azhar* dimulai sejak tahun 1959, saat beliau menjabat sebagai Imam Besar Masjid Al-Azhar di Jakarta. Namun, penulisan tafsir ini mencapai puncaknya selama Buya Hamka dipenjara pada masa pemerintahan Orde Lama (1964–1966). Dalam kesendiriannya, beliau menelaah Al-Qur'an dengan lebih mendalam, sehingga menghasilkan tafsir yang kuat dalam aspek spiritual, reflektif, dan moral. Buya Hamka sendiri menyebut bahwa penjara menjadi tempat ia menemukan ketenangan untuk menulis, sehingga tafsir ini sarat dengan perenungan tentang kehidupan, ujian, dan keteguhan iman.⁴⁴

Tafsir *Al-Azhar* memiliki corak *adabī ijtīmā'ī*, yakni pendekatan sosial kemanusiaan yang mengaitkan pesan Al-Qur'an dengan realitas kehidupan masyarakat. Buya Hamka berupaya menampilkan ajaran Al-Qur'an sebagai pedoman akhlak, etika, dan kemasyarakatan yang relevan dengan konteks bangsa Indonesia. Beliau menafsirkan ayat tidak hanya berdasarkan syarah bahasa atau hukum, tetapi juga mengangkat aspek moral, nilai-nilai kemanusiaan universal, serta pesan sosial yang dekat dengan pengalaman hidup masyarakat.

⁴⁴ Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, Jilid 1 (Jakarta: Gema Insani, 2015), hlm. xv–xvii.

Gaya bahasa dalam tafsir ini sangat komunikatif dan sastra. Hal tersebut tidak terlepas dari latar belakang Buya Hamka sebagai sastrawan. Beliau menuliskan tafsir dengan alur naratif yang hidup, sehingga nilai-nilai Al-Qur'an dapat dipahami oleh berbagai kalangan, dari akademisi hingga masyarakat umum. Tafsirnya tidak kaku, tetapi memadukan kedalaman ilmu agama dengan pengalaman hidup, sejarah, budaya, dan tasawuf yang moderat.⁴⁵

Buya Hamka juga dikenal sebagai pemikir yang mengedepankan moderasi, kebebasan berpikir, toleransi, dan nilai-nilai kemanusiaan. Tafsir *Al-Azhar* sangat mencerminkan pandangan tersebut. Dalam banyak bagian, Buya Hamka membahas persoalan moral, persaudaraan, kemuliaan manusia, integritas, dan spiritualitas, yang membuat tafsirnya tetap relevan hingga masa kini.

Dengan demikian, Tafsir *Al-Azhar* merupakan karya penting yang tidak hanya menjelaskan ayat-ayat Al-Qur'an, tetapi juga memberikan pedoman hidup yang selaras dengan konteks sosial budaya Indonesia. Ia menjadi

⁴⁵ Syaripah Aini, "Studi Corak Adabi Ijtima'i Dalam Tafsir *Al-Azhar* Karya Hamka," *Al-Kauniyah* 1, no. 1 (2020), hlm. 98–104.

salah satu rujukan utama dalam kajian tafsir modern dan terus digunakan dalam dunia akademik maupun masyarakat luas.

3. QS. At-Tin

Surah At-Tin merupakan salah satu surah Makkiyah dalam Al-Qur'an yang menempati urutan ke-95 dalam mushaf. Surah ini terdiri atas delapan ayat dan termasuk dalam wahyu yang diturunkan pada masa awal kenabian di Makkah. Dalam urutan wahyu, Surah At-Tin menempati posisi ke-28, tepatnya setelah Surah Al-Buruj dan sebelum Surah Al-'Alaq.⁴⁶ Secara tematik, Surah At-Tin memiliki fokus utama pada penghormatan terhadap kemuliaan dan peringatan mengenai potensi degradasi manusia jika tidak beriman.

Pengertian surah Makkiyah sendiri Merujuk pada surah-surah yang diwahyukan kepada Nabi Muhammad SAW selama masa kenabiannya di Makkah sebelum hijrah ke Madinah. Ciri khasnya adalah panjang ayat yang relatif pendek, dengan kandungan yang menitikberatkan pada prinsip-prinsip aqidah, keesaan Allah, serta pengingat tentang hari kiamat dan

⁴⁶ Bersama Dakwah, “*Surat At Tin beserta Artinya, Tafsir, dan Asbabun Nuzul*,” diakses 4 Desember 2025, <https://bersamadakwah.net/surat-at-tin/> .

kehidupan akhirat, berbeda dengan surah Madaniyah yang lebih banyak mengatur hukum dan sosial-ekonomi.⁴⁷

Asbabun nuzul Surah At-Tin secara terutama terkait 6 di mana dikisahkan adanya pertanyaan dari sekelompok orang tua mengenai amal mereka ketika sudah tidak mampu berakal secara baik, sehingga Allah SWT menurunkan penjelasan bahwa pahala bagi orang beriman yang beramal saleh tidak akan terputus. Hal ini diriwayatkan melalui Ibnu Abbas dan Ibnu Jarir dan dikonfirmasi dalam tafsir-tafsir seperti Al-Munir karya Wahbah Az-Zuhaili. Sebaliknya, untuk ayat 4 yang menyatakan “*Laqad khalaqnal-insana fī aḥsanī taqwīm*” tidak terdapat asbabun nuzul yang spesifik, melainkan berfungsi sebagai jawaban atas sumpah-sumpah sebelumnya dalam ayat 1-3, menekankan bahwa manusia diciptakan dalam bentuk terbaik tanpa mengacu pada suatu peristiwa penurunan wahyu tertentu.⁴⁸

Munasabah Surah At-Tin dengan surah-surah lain menunjukkan kesinambungan tematik yang signifikan. Surah ini berdampingan dengan

⁴⁷ Ika Rahmadiningsih et al., “*Makiah Dan Madaniyah*,” Jurnal Al-Mubarak: Jurnal Kajian Al-Qur’an Dan Tafsir7, no. 1 (2022): 43–61, <https://doi.org/10.47435/al-mubarak.v7i1.1023>.

⁴⁸ Bersama Dakwah, “*Surat At Tin beserta Artinya, Tafsir, dan Asbabun Nuzul*,” diakses 4 Desember 2025, <https://bersamadakwah.net/surat-at-tin/>.

Surah Al-Buruj (ke-85) sebelumnya dan Surah Al-'Alaq (ke-96) sesudahnya, yang bersama-sama membangun kesatuan tematik dalam juz 30 yang menempatkan iman sebagai inti dalam menjaga kemuliaan manusia. Surah Al-Buruj tekanan kekuatan janji Allah dalam menegakkan kebenaran dan hukuman bagi orang-orang yang zalim, serta memuat kisah tentang keteguhan iman dalam menghadapi kesaksian; Tema ini memahami kesadaran tentang pentingnya keteguhan iman dan hakikat keadilan ilahi, yang kemudian disambung oleh Surah At-Tin dengan pengingat asal mula penciptaan manusia sebagai dasar tanggung jawab keimanan. Surah Al-'Alaq menyambung dengan membahas proses penciptaan dari setetes darah beku dan menekankan pentingnya perintah membaca sebagai wahyu pertama, tekanan asal-usul manusia dan kebutuhan mendasar akan wahyu sebagai petunjuk hidup. Dengan demikian, Surah At-Tin berdiri sebagai jembatan yang menghubungkan tema pengujian dan keteguhan di Al-Buruj dengan tema asal-usul penciptaan dan wahyu di Al-'Alaq, menunjukkan bahwa kemuliaan manusia yang ditekankan di At-Tin hanya mungkin dipertahankan jika manusia menerima wahyu dan bertakwa kepada Allah.⁴⁹

⁴⁹ Scribd, "Munasabah Juz 30," diakses 4 Desember 2025
<https://id.scribd.com/document/549365285/munasabah-juz-30> .

Salah satu aspek penting dalam surah ini adalah sumpah yang tertuang pada ayat 1 hingga 3: “*Wa at-tini wa az-zaitun, wa thuri siniin, wa hadza al-balad al-amiin.*” Sumpah ini menggunakan simbol empat yang berkaitan erat dengan lokasi dan figur kenabian, yakni buah timah dan zaitun yang diasosiasikan dengan Baitul Maqdis sebagai tempat dakwah Nabi Isa AS, gunung Sinai yang merupakan tempat wahyu Nabi Musa AS, serta kota Makkah yang merupakan tanah kelahiran dan pusat dakwah Nabi Muhammad SAW. Keempat simbol tersebut berperan sebagai dasar argumentasi yang membuktikan keagungan penciptaan manusia dalam ayat berikutnya. Secara retorik, sumpah ini merupakan bentuk mujaz mursal dengan 'ilaqah haaliyah, yang menyiratkan hubungan yang melandasi dan bersifat pembuktian antara sifat-sifat tempat wahyu dan kekayaan ciptaan manusia.⁵⁰

Dalam kajian tafsir lain, seperti yang dipaparkan oleh Sayyid Qutb dalam *Fi Zhilalil Qur'an*, sumpah ini diinterpretasikan sebagai lambang kemanisan, kejernihan, keteguhan, dan keamanan dari fitrah manusia yang

⁵⁰ Bersama Dakwah, "Surat Di Timah"; Markaz Imam Malik, “*Tadabbur Surah At-Tin Ayat 1-3*,” diakses 4 Desember 2025, <https://mim.or.id/tadabbur-surah-at-tin-ayat-1-3-sumpah-allah-pada-buah-dan-negeri/>.

membutuhkan iman sebagai landasan untuk bertahan. Sementara itu, pendekatan Amru Khalid dalam karya *Khawatir Qur'aniyah* menekankan peran tiga pusat wahyu *ulul azmi* (Isa, Musa, Muhammad) yang menegaskan bahwa kemuliaan manusia tidak terlepas dari akuntabilitas terhadap Tuhannya.⁵¹ Pendekatan-pendekatan ini memperkaya pemaknaan sumpah tersebut tanpa disertainya dengan riwayat asbabun nuzul spesifik pada ayat 4.

C. Teori Relevansi oleh Dan Sperber dan Deirdre Wilson

Teori relevansi diperkenalkan oleh Dan Sperber dan Deirdre Wilson dalam buku *Relevance: Communication and Cognition* (1986).¹⁷ Teori ini menegaskan bahwa komunikasi manusia berpusat pada prinsip relevansi, yakni sejauh mana pesan memberikan efek kognitif yang maksimal dengan usaha pemahaman yang minimal.⁵²

Secara umum, teori ini menjelaskan bahwa suatu informasi dianggap relevan apabila menghasilkan efek kognitif yang signifikan, seperti memperkuat keyakinan, memberikan pengetahuan baru, atau mengubah asumsi

⁵¹ Bersama Dakwah, “*Surat At Tin beserta Artinya, Tafsir, dan Asbabun Nuzul*,” diakses 4 Desember 2025, <https://bersamadakwah.net/surat-at-tin/> .

⁵² Dan Sperber & Deirdre Wilson, *Teori Relevansi* (Editor: Abd. Syukur Ibrahim), hlm. 2-4.

sebelumnya dengan upaya pemrosesan yang minimal. Dengan demikian, manusia secara alami akan memilih informasi yang memberikan manfaat pemahaman terbesar dengan usaha paling sedikit.

Klaim utama teori relevansi adalah bahwa ekspektasi relevansi yang ditimbulkan oleh sebuah ujaran cukup tepat, dan cukup dapat diprediksi, untuk membimbing pendengar menuju makna pembicara. Tujuannya adalah untuk menjelaskan dalam istilah kognitif yang realistis apa saja ekspektasi relevansi ini, dan bagaimana ekspektasi tersebut dapat berkontribusi pada penjelasan pemahaman yang masuk akal secara empiris.⁵³

Dalam konteks kajian tafsir, teori ini membantu menjelaskan bagaimana seorang mufasir berusaha menyampaikan pesan Al-Qur'an agar relevan dengan audiensnya. Tafsir yang baik tidak hanya menjelaskan makna literal ayat, tetapi juga menghubungkannya dengan konteks sosial, budaya, dan psikologis pembaca.

⁵³ Deirdre Wilson dan Dan Sperber, "*Relevance Theory*," dalam *The Handbook of Pragmatics*, ed. Laurence R. Horn dan Gregory Ward (Oxford: Blackwell, 2004), 607-632, diakses 20 November 2025, <https://www.dan.sperber.fr/?p=93>.

Dengan pendekatan relevansi, penafsiran Buya Hamka dapat dipahami sebagai upaya menjadikan makna wahyu tetap hidup di tengah perubahan zaman menghubungkan teks ilahi dengan realitas kemanusiaan secara efektif dan bermakna.

D. Fenomena *Self-Love* dalam Kajian Psikologi Modern

Self-love dalam psikologi modern dipahami sebagai sikap positif terhadap diri yang mencakup kemampuan untuk menghargai, menerima, dan merawat diri secara menyeluruh, baik dari aspek fisik, mental, emosional, maupun spiritual. *Self-love* menekankan pentingnya seseorang untuk menyadari nilai dirinya, memahami kelebihan dan kekurangannya, serta memperlakukan diri dengan kebaikan, tanpa harus bergantung pada validasi eksternal untuk merasa berharga sebagai individu.

Kristin Neff adalah tokoh yang memperkenalkan konsep *self-compassion* menjelaskan bahwa mencintai diri bukan berarti memprioritaskan kesempurnaan fisik atau pencapaian sosial, tetapi mempraktikkan sikap welas asih terhadap diri sendiri, terutama ketika menghadapi kegagalan atau kekurangan. Menurut Neff, individu yang memiliki *self-love* yang sehat tidak terjebak dalam *self-criticism* yang berlebihan, namun tetap mampu

mengembangkan diri secara realistis dan fleksibel. *Self-love* juga mengandung elemen *mindfulness*, yaitu kesadaran penuh terhadap kondisi diri saat ini tanpa memberikan penilaian negatif yang merusak.⁵⁴

Selain itu, Carl Rogers melalui konsep *unconditional positive regard* menegaskan bahwa penerimaan tanpa syarat terhadap diri menjadi landasan penting bagi kesehatan psikologis seseorang. Rogers menyatakan bahwa seseorang baru dapat tumbuh secara optimal apabila ia mampu menerima dirinya sebagai pribadi yang layak dan bernilai, bukan semata-mata berdasarkan pandangan orang lain.⁵⁵ Senada dengan itu, Abraham Maslow menempatkan *self-love* dalam kerangka kebutuhan hierarkis, di mana penghargaan terhadap diri merupakan prasyarat untuk mencapai tingkat tertinggi perkembangan manusia, yaitu *self-actualization*. Dalam pandangannya, mencintai diri adalah pemicu untuk mengembangkan potensi diri secara maksimal dan berkontribusi secara positif terhadap lingkungan sosial.⁵⁶

⁵⁴ Kristin Neff, "A Healthier Way to Relate to Oneself: The Role of Self-Compassion," *Human Development* 47, no. 2–3 (2004): hlm. 89

⁵⁵ Carl R. Rogers, *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*, hlm. 33.

⁵⁶ Abraham H. Maslow, *Motivation and Personality*, hlm. 153.

Jika disimpulkan dari berbagai teori tersebut, *self-love* dalam kajian psikologi modern merupakan konsep yang menuntut keseimbangan antara penerimaan diri dan pertumbuhan diri. *Self-love* tidak dapat dipahami hanya sebagai bentuk memanjakan diri, mencari kenyamanan, atau melakukan apa pun yang diinginkan tanpa batas. Sebaliknya, *self-love* adalah proses kedewasaan, yaitu bagaimana seseorang mampu merawat diri secara emosional, menetapkan batasan yang sehat, mengambil keputusan yang baik untuk masa depan, serta menjaga integritas moral dan mentalnya. *Self-love* yang sehat membantu individu mengelola stres, meredam kecemasan, meningkatkan resiliensi, serta membangun relasi interpersonal yang lebih stabil.

Namun, jika konsep ini disalahartikan atau dipraktikkan secara berlebihan, *self-love* dapat bergeser menjadi bentuk negatif seperti *narsisme*, *egosentrisme*, atau *hedonisme*, yang justru dapat merusak kesehatan mental jangka panjang. Hal ini sering terlihat dalam budaya modern, khususnya media sosial, di mana konsep “mencintai diri” kadang dipersempit menjadi pencarian perhatian atau validasi publik. Dalam keadaan demikian, *self-love* tidak lagi menjadi praktik penyembuhan diri, tetapi dapat menjadi sumber tekanan baru karena individu terus merasa harus tampil sempurna atau disukai banyak orang.

Oleh sebab itu, penting untuk memahami *self-love* secara proporsional, sebagaimana dipaparkan oleh psikolog-psikolog modern: mencintai diri berarti menerima diri secara utuh, menyadari nilai diri yang intrinsik, serta berupaya mengembangkan potensi secara sehat dan berkelanjutan.

BAB III

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Penafsiran Buya Hamka terhadap QS. At-Tin Ayat 4 dalam Tafsir *Al-Azhar*

QS. At-Tin ayat 4 merupakan salah satu ayat yang paling terkenal dalam menjelaskan kemuliaan dan keistimewaan manusia. Allah SWT berfirman:

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَن تَقْوِيمٍ

"Laqad khalaqnal-insāna fī aḥsani taqwīm"

“Sesungguhnya telah Kami menciptakan manusia itu dalam bentuk yang terbaik-baiknya.”⁵⁷

Buya Hamka dalam Tafsir *Al-Azhar* memberikan penjelasan yang sangat mendalam mengenai ayat ini. Ia menulis:

“Ayat inilah permulaan dari apa yang telah Allah muliakan lebih dulu dengan sumpah. Yaitu, bahwasanya di antaramakhluk Allah di atas permukaan bumi ini, manusialah yang diciptakan oleh Allah dalam bentuk sebaik-baik; bentuk

⁵⁷ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, hlm. 597.

lahir dan bentuk batin. Bentuk tubuh dan bentuk nyawa. Bentuk tubuh melebihi keindahan bentuk tubuh hewan yang lain, tentang ukuran dirinya, tentang manis air-mukanya, sehingga dinamai *basyar*, artinya wajah yang mengandung gembira, sangat berbeda dengan binatang yang lain. Dan manusia diberi pula akal, bukan semata-mata nafsunya yang naik turun. Maka dengan persepadian tubuh sebaik-baiknya dan sepadan pada akalnya, didapatilah dia di permukaan bumi ini menjadi penguasa. Kemudian itu Tuhan pun mengutus pula Rasul-rasul membawakan petunjuk bagaimana cara menjalani hidup ini supaya selamat.”⁵⁸

QS. At-Tin ayat 4 merupakan salah satu ayat yang sangat penting dalam memahami pandangan Islam mengenai hakikat manusia. Ayat “*Laqad khalaqnal-insāna fī ahsani taqwīm*” menyatakan bahwa manusia adalah makhluk yang diciptakan Allah dalam bentuk paling sempurna, baik secara fisik, batin, maupun potensi spiritualnya. Dalam Tafsir Al-Azhar, Buya Hamka menjelaskan ayat ini dengan penjabaran yang sangat mendalam dan menyentuh inti kemanusiaan. Menurut beliau, ayat ini merupakan kelanjutan dari sumpah Allah pada ayat sebelumnya (demi Tin, Zaitun, Bukit Sinai, dan negeri yang aman), menandakan bahwa informasi yang akan

⁵⁸ Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, 618.

disampaikan memiliki nilai agung, yaitu penegasan tentang kemuliaan manusia yang belum tentu dipahami secara benar oleh setiap individu.

Buya Hamka menjelaskan bahwa kesempurnaan manusia mencakup bentuk lahir dan batin. Secara lahiriah, manusia memiliki postur yang seimbang, penampilan yang indah, wajah yang memancarkan ekspresi dan kegembiraan, sehingga disebut *basyar*, yaitu makhluk yang wajahnya menunjukkan tanda kehidupan, tidak seperti binatang yang tidak memiliki keluwesan ekspresi semacam itu. Penegasan ini menunjukkan bahwa tubuh manusia bukan hanya wadah fisik, tetapi juga bagian dari keindahan penciptaan yang harus dihargai. Di sisi batiniah, manusia memiliki akal yang membedakannya dari makhluk lain. Akal inilah yang menjadikan manusia mampu berpikir, merenung, membuat pilihan, serta membedakan baik dan buruk. Buya Hamka menekankan bahwa kelebihan ini bukan hasil usaha manusia, melainkan anugerah yang diberikan langsung oleh Allah.

Dalam penjelasannya, Buya Hamka menekankan bahwa perpaduan antara tubuh yang sempurna dan akal yang jernih membuat manusia mampu menjadi penguasa di bumi. Namun, kesempurnaan ini tidak berarti manusia bebas semaunya. Allah mengutus para rasul sebagai pembimbing agar manusia tidak tersesat dalam penggunaan akalnya. Tanpa bimbingan wahyu, manusia mudah terjerumus ke dalam

keburukan, bahkan dapat kehilangan martabatnya hingga jatuh ke dalam derajat *asfala sāfilīn*, yaitu kondisi manusia yang terdegradasi karena meninggalkan petunjuk Allah.⁵⁹ Semua ini menunjukkan bahwa kesempurnaan manusia adalah potensi, bukan jaminan. Potensi tersebut harus dijaga, dikembangkan, dan diarahkan dengan benar.

Buya Hamka melihat ayat ini bukan hanya sebagai definisi tentang penciptaan manusia, melainkan juga sebagai ajakan untuk merenungi identitas diri. Dalam pemahaman ini, manusia adalah makhluk yang lebih dari sekadar fisik dan naluri. Mereka memiliki dimensi spiritual yang membuat mereka dapat menjadi *khalifah* di bumi. Dengan demikian, penafsiran Buya Hamka menunjukkan bahwa manusia memiliki nilai intrinsik dan kehormatan dasar yang tidak dapat digantikan oleh pencapaian duniawi. Kesadaran akan martabat ini menjadi kunci dalam memahami bagaimana manusia seharusnya memandang diri sendiri secara benar, menghargai potensi yang diberikan, dan menjaga keseimbangan antara jasmani, akal, dan ruhani.

Penafsiran Buya Hamka terhadap ayat ini memiliki relevansi yang kuat dengan konsep penerimaan diri (*self-acceptance*) dalam psikologi modern. Dalam perspektif Islam, penerimaan diri tidak dipahami sebagai sikap pasrah atau membenaran terhadap kekurangan, tetapi sebagai kesadaran bahwa manusia memiliki martabat dan nilai

⁵⁹ Hamka, *Tafsir Al-Azhar*, Jilid 9 (Jakarta: Gema Insani, 2015), hlm. 618-619.

intrinsik sejak diciptakan Allah. Pemahaman bahwa manusia telah diciptakan dalam *ahsani taqwīm* menjadi fondasi utama bagi seseorang untuk menghargai dirinya, bukan berdasarkan standar kecantikan, produktivitas, atau validasi sosial, tetapi berdasarkan fitrah penciptaannya. Kesempurnaan yang dikemukakan dalam ayat ini mencakup akal, moralitas, dan spiritualitas, yang sejalan dengan pandangan psikologi positif bahwa penerimaan diri melibatkan pengakuan atas kekuatan dan keterbatasan pribadi secara utuh.

Buya Hamka juga menekankan bahwa penerimaan diri harus dibarengi dengan tanggung jawab moral. Kesempurnaan batin dan akal mengharuskan manusia untuk senantiasa memperbaiki diri, bukan terjebak dalam stagnasi. Hal ini sejalan dengan konsep *self-compassion* yang dikembangkan Kristin Neff, yakni sikap penuh kasih terhadap diri sendiri sambil tetap mendorong pertumbuhan pribadi secara realistis.⁶⁰ Penerimaan diri dalam Islam tidak berpusat pada ego, tetapi pada kesadaran sebagai hamba Allah; mencintai diri berarti mensyukuri dan menjaga amanah tubuh, akal, dan jiwa yang diberikan oleh-Nya. Dengan demikian, ayat ini sekaligus menjadi bentuk terapi spiritual bagi krisis identitas modern, terutama di tengah tekanan media sosial, body shaming, dan standar kesempurnaan yang tidak realistis. Tafsir Buya Hamka

⁶⁰ Kristin Neff, “A Healthier Way to Relate to Oneself: The Role of Self-Compassion,” hlm. 89.

mengingatkan bahwa manusia tidak perlu memenuhi standar dunia untuk menjadi berharga, karena nilai dirinya telah ditetapkan oleh Allah sejak penciptaannya.

Melalui penafsiran ini, Buya Hamka memberikan pemahaman bahwa penerimaan diri adalah bagian dari syukur, kesadaran spiritual, dan pengakuan atas potensi manusia sebagai khalifah di bumi. Kesempurnaan manusia adalah modal yang harus dijaga dengan keseimbangan antara jasmani, akal, dan ruhani. Dengan demikian, tafsir Buya Hamka terhadap QS. At-Tin ayat 4 tidak hanya memberikan penjelasan teologis mengenai penciptaan manusia, tetapi juga menawarkan kerangka filosofis dan spiritual yang relevan bagi masyarakat modern dalam membangun penerimaan diri dan kesehatan psikologis yang sehat.

Pemahaman yang diberikan Buya Hamka ini sangat relevan dengan konteks masyarakat modern yang mengalami krisis identitas dan nilai diri. Ketika banyak orang kehilangan rasa percaya diri atau merasa tidak berharga, tafsir Buya Hamka mengingatkan bahwa manusia telah dianugerahi kesempurnaan sejak lahir, bukan berdasarkan standar materi atau penampilan. Inilah dasar penting yang menghubungkan tafsir ini dengan pembahasan mengenai *self-love* pada masa kini.

B. Relevansi Penafsiran Buya Hamka dengan Fenomena Kontemporer Self-Love atau Penerimaan Diri dalam Masyarakat Modern

Fenomena *self-love* dalam masyarakat modern semakin menguat seiring perkembangan teknologi dan media sosial. Banyak individu, khususnya remaja dan mahasiswa, mengalami tekanan psikologis akibat standar sosial yang tidak realistis, mulai dari tuntutan tampil sempurna, produktif, hingga memiliki gaya hidup ideal.⁶¹ Dalam kondisi seperti ini, *self-love* muncul sebagai kebutuhan psikologis untuk memulihkan kesehatan mental dan membantu individu mengenali nilai dirinya. Dalam psikologi modern, *self-love* dimaknai sebagai kemampuan menghargai diri, menerima kekurangan, dan merawat diri secara fisik maupun emosional.⁶² Konsep ini sejalan dengan gagasan Kristin Neff tentang *self-compassion*, yakni sikap lembut terhadap diri ketika menghadapi kegagalan. Menurut Neff, seseorang yang memiliki self-love sehat tidak mengejar kesempurnaan, tetapi mengutamakan penerimaan diri dan kesejahteraan batin.

Senada dengan itu, Carl Rogers menekankan bahwa penerimaan diri tanpa syarat (*unconditional positive regard*) adalah fondasi kesehatan mental, karena individu yang mampu menerima dirinya akan lebih mudah berkembang secara

⁶¹ Ahmad Riyadi, *Psikologi Media Sosial: Dampak dan Solusi*, hlm. 45.

⁶² Ellya Rosana, "Self-Compassion dan Self-Love dalam Psikologi Modern," *Jurnal Psikologi Islami* 6, no. 1 (2021): 77.

positif.⁶³ Abraham Maslow juga menjelaskan bahwa individu yang mencapai aktualisasi diri adalah mereka yang menerima dirinya secara realistis dan kemudian mengarahkan potensinya untuk berkembang dan memberi manfaat bagi lingkungan⁶⁴. Dengan demikian, *self-love* bukan sekadar menerima diri apa adanya, tetapi juga kemampuan untuk memperbaiki diri secara berkelanjutan.

Akan tetapi, konsep *self-love* juga memiliki potensi disalahartikan. Di era media sosial, sebagian orang memahami *self-love* sebagai bentuk kebebasan tanpa batas untuk memprioritaskan keinginan pribadi atau pembenaran bagi perilaku hedonistik. Fenomena seperti *narsisme* digital, kebutuhan berlebih untuk tampil sempurna, atau kecenderungan mengejar validasi eksternal adalah bentuk distorsi dari *self-love* yang sehat. Distorsi ini justru dapat memperburuk kesehatan mental, karena individu terjebak dalam siklus perbandingan sosial, ketidakpuasan terhadap diri, serta ketergantungan pada penghargaan orang lain untuk merasa berharga. Karena itu, perlu pembacaan yang lebih mendalam agar *self-love* tidak sekadar menjadi slogan media sosial, tetapi benar-benar menjadi praktik yang menyehatkan secara psikologis.

⁶³ Carl R. Rogers, *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*, hlm. 33.

⁶⁴ Abraham H. Maslow, *Motivation and Personality*, hlm. 153.

Penafsiran Buya Hamka terhadap QS. At-Tīn ayat 4 memberikan kerangka relevan untuk memahami cinta diri yang benar. Hamka menegaskan bahwa manusia diciptakan dalam bentuk terbaik (*ahsani taqwīm*), baik lahir maupun batin, yang berarti tubuh dan jiwa adalah amanah Allah yang harus dihargai. Kesadaran ini mendorong penerimaan diri yang disingkirkan pada spiritualitas, bukan ego, karena kesempurnaan adalah karunia, bukan pencapaian pribadi. Misalnya, dalam konteks modern, seseorang yang merasa tidak cukup cantik atau berhasil dapat menemukan penghiburan: tubuh dan potensi mereka sudah sempurna secara fitri, sehingga fokusnya adalah pada pengembangan akal dan ruhani, bukan perbandingan sosial.

Untuk mengkaji relevansi ini secara lebih mendalam, teori relevansi yang dikembangkan oleh Dan Sperber dan Deirdre Wilson menjelaskan bahwa komunikasi akan dianggap bermakna apabila pesan yang diterima oleh seseorang memberikan efek kognitif yang jelas dengan usaha pemahaman (*processing effort*) yang minimal.⁶⁵ Artinya, suatu informasi dipandang relevan jika ia bermanfaat dan mudah dipahami dalam konteks kehidupan penerimanya.

⁶⁵ Dan Sperber & Deirdre Wilson, *Teori Relevansi* (Editor: Abd. Syukur Ibrahim), hlm. 2-4.

Dalam konteks ini, QS. At-Tīn ayat 4 memiliki nilai relevansi yang sangat tinggi bagi manusia modern. Pesan dalam ayat bahwa manusia diciptakan dalam bentuk terbaik, secara langsung menjawab kebutuhan psikologis remaja saat ini: rasa rendah diri, tekanan standar kecantikan, dan kecemasan sosial yang muncul akibat media sosial. Dengan membaca ayat ini, individu memperoleh efek kognitif positif berupa rasa yakin bahwa dirinya bernilai, mulia, dan pantas dicintai. Selain itu, bahasa tafsir Buya Hamka yang sederhana dan komunikatif melalui corak *adabī ijtīmā'ī* menjadikan pesan ayat mudah dipahami dan relevan dengan kehidupan sehari-hari, sehingga memenuhi prinsip relevansi karena memberikan dampak psikologis yang kuat dengan proses pemahaman yang efisien.

Lebih jauh, penafsiran Buya Hamka memperkuat relevansi ayat ini. Ketika Buya Hamka menjelaskan bahwa manusia sempurna bukan hanya fisiknya, tetapi juga akal dan ruhani, pesan tersebut semakin mudah diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Individu dapat memahami bahwa *self-love* bukan hanya tentang penampilan luar yang ideal, tetapi juga mengembangkan akal, memperkuat iman, dan menjaga moralitas sebagai bentuk penerimaan diri.

Relevansi ini juga terlihat dalam perbandingan dengan konsep psikologis Barat. Kristin Neff menggambarkan *self-compassion* sebagai cinta diri yang penuh kasih

sayang,⁶⁶ sementara Carl Rogers menekankan *unconditional positif regard* sebagai penerimaan tanpa syarat. Buya Hamka melampaui ini dengan menambahkan dimensi spiritual: penerimaan diri adalah bentuk syukur kepada Allah, yang mencegah manusia jatuh ke dalam kekecewaan atau kekecewaan. Dalam masyarakat modern, ini membantu mengatasi fenomena seperti *body shaming* atau *imposter syndrome*, di mana individu belajar menerima kekurangan sebagai bagian dari kesempurnaan ciptaan Allah, sambil mengembangkan potensi melalui tanggung jawab sosial (misalnya, membantu orang lain).

Penafsiran Hamka dapat diterapkan dalam terapi psikologis Islam atau program pendidikan remaja. Misalnya, kampanye *self-love* yang berbasis ayat ini dapat mendorong generasi muda untuk mencintai diri sendiri dengan tanggung jawab menjaga kesehatan tubuh, mengasah akal melalui belajar, dan memperdalam ruhani melalui ibadah sehingga menghindari distorsi *self-love* menjadi hedonisme. Ini menunjukkan bahwa tafsir Buya Hamka tetap komunikatif dan efektif, memberikan panduan holistik untuk penerimaan diri di tengah tantangan modern seperti isolasi digital atau standar kecantikan yang tidak realistis.

⁶⁶ Kristin Neff, "A Healthier Way to Relate to Oneself: The Role of Self-Compassion," hlm. 89.

Maka dari itu, pesan ini sangat bermakna. Ketika seseorang merasa kurang cantik, kurang berhasil, atau tertekan oleh standar kecantikan dan kesuksesan buatan manusia, ayat ini mengingatkan bahwa nilai dirinya tidak ditentukan oleh penilaian sosial, tetapi oleh kedudukannya sebagai makhluk yang dimuliakan Allah. Hal ini memberikan efek kognitif positif yang sangat besar: rasa aman, rasa syukur, dan penghargaan terhadap diri. Di sinilah keterkaitan antara tafsir Buya Hamka dan konsep *self-love* dalam psikologi modern tampak jelas. Jika dalam psikologi *self-love* menjadi dasar kesehatan mental, maka dalam Islam kesadaran akan *ahsani taqwīm* menjadi dasar spiritual untuk membangun penghargaan dan penerimaan diri.

Dengan demikian, penafsiran Buya Hamka relevan dengan fenomena *self-love* karena menawarkan pemahaman yang seimbang: manusia mulia secara fitri, tetapi harus menjaganya dengan spiritualitas dan tanggung jawab. Ini menjawab tujuan kedua penelitian, menunjukkan bagaimana tafsir klasik dapat menjadi jembatan untuk isu kontemporer, mendorong cinta diri yang autentik dan meyakinkan.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Penelitian ini menyimpulkan mengenai konsep penerimaan diri dalam Tafsir Al-Azhar terhadap QS. At-Tīn ayat 4 bahwa ayat tersebut mengandung pesan mendalam mengenai kemuliaan dan martabat manusia. Buya Hamka menafsirkan bahwa manusia telah dianugerahi bentuk paling sempurna, baik secara jasmani, akal, maupun ruhani, sehingga memiliki kemampuan untuk berpikir, merasa, dan menentukan arah hidupnya dengan sadar. Kesempurnaan ini sekaligus menjadi landasan spiritual bahwa setiap manusia memiliki nilai keberhargaan yang tidak boleh direndahkan, baik oleh dirinya sendiri maupun oleh orang lain. Dengan demikian, penerimaan diri menurut perspektif tafsir Buya Hamka bukan hanya upaya menerima kekurangan dan kelebihan diri secara psikologis, tetapi juga pengakuan penuh bahwa segala sesuatu yang ada pada diri manusia adalah ciptaan Allah yang mengandung hikmah dan amanah. Pemahaman ini menegaskan bahwa penerimaan diri yang sejati hanya dapat dicapai apabila manusia mampu mengenali jati dirinya sebagai makhluk paling sempurna ciptaan Allah, menyadari potensinya, serta memperbaiki kekurangannya secara berkelanjutan dalam bingkai tauhid.

2. Penelitian ini juga menyimpulkan bahwa penafsiran Buya Hamka terhadap QS.

At-Tin ayat 4 memiliki relevansi yang sangat kuat dengan fenomena *self-love* atau penerimaan diri dalam masyarakat modern. Di tengah tekanan sosial, standar kesempurnaan semu, dan tuntutan validasi yang banyak dialami remaja dan mahasiswa, ayat ini memberikan pesan fundamental bahwa manusia telah diciptakan dalam bentuk terbaik (*ahsani taqwīm*) dan memiliki nilai intrinsik yang tidak ditentukan oleh penilaian sosial. Penafsiran Buya Hamka menegaskan bahwa kesempurnaan manusia mencakup aspek fisik, akal, dan ruhani, sehingga penerimaan diri tidak berhenti pada aspek lahiriah, tetapi juga diarahkan pada pengembangan potensi intelektual dan spiritual. Melalui pendekatan adabī *ijtimā'ī* yang komunikatif dan kontekstual, tafsir Buya Hamka menjadikan pesan Al-Qur'an mudah dipahami dan relevan dengan realitas kehidupan modern. Jika dikaitkan dengan teori relevansi Dan Sperber dan Deirdre Wilson, penafsiran ini memenuhi prinsip relevansi karena mampu memberikan efek kognitif yang signifikan, yaitu berupa rasa percaya diri, ketenangan batin, dan penghargaan terhadap diri dengan usaha pemahaman yang minimal. Dengan demikian, tafsir Buya Hamka tidak hanya meluruskan pemaknaan *self-love* agar tidak terjebak pada egoisme dan narsisme, tetapi juga menawarkan kerangka spiritual yang seimbang antara cinta diri, rasa syukur,

dan tanggung jawab moral. Hal ini menunjukkan bahwa tafsir klasik tetap memiliki daya jawab yang kuat terhadap persoalan psikologis kontemporer dan dapat menjadi landasan penting dalam membangun penerimaan diri yang sehat dan bermakna..

B. Saran

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan karena hanya berfokus pada satu ayat dan satu sumber tafsir. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperluas kajian dengan menelaah ayat-ayat lain yang membahas martabat manusia atau melakukan penelitian empiris mengenai pengaruh pemahaman penerimaan diri berbasis nilai Qur'ani terhadap kesehatan mental. Akhirnya, penulis berharap bahwa penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu tafsir serta menjadi pijakan dalam menguatkan makna *self-love* yang selaras dengan ajaran Islam sehingga mampu menghadirkan keseimbangan antara kecintaan terhadap diri dan ketaatan kepada Allah SWT.

DAFTAR PUSTAKA

- A'yunin, Yuslam. "Konsep Ahsanu Taqwim pada Penciptaan Manusia dalam Kajian Tafsir QS. Ath-Tin Ayat 4." *Tafsiruna: Journal of Qur'anic and Islamic Studies* 1, no. 1 (2025). <https://ejurnal.iaipd-nganjuk.ac.id/index.php/tafsiruna/article/view/1118>.
- Ahmad Riyadi. *Psikologi Media Sosial: Dampak dan Solusi*. Jakarta: Rajawali Pers, 2020.
- Aini, Syaripah. "Studi Corak Adabi Ijtima'i dalam Tafsir Al-Azhar Karya Hamka." *Al-Kauniah* 1, no. 1 (2020): 98–104.
- Al-Asfahānī, Al-Rāghib. *Mufradāt Alfāz al-Qur'ān*. Beirut: Dār al-Ma'rifah, 1997.
- Alfiyah, Avif. "Metode Penafsiran Buya Hamka dalam Tafsir Al-Azhar." *Jurnal Ilmiah Ilmu Ushuluddin* 15, no. 1 (2017). <https://jurnal.uinantasari.ac.id/index.php/ushuluddin/article/view/1063>.
- Al-Qur'an dan Terjemahannya. Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, Kementerian Agama RI, 2019.

Al-Suyūṭī, Jalāl al-Dīn. *Al-Itqān fī ‘Ulūm al-Qur’ān*. Kairo: Maktabah al-Tauḥīdiyyah, 2008.

Al-Ṭabarī. *Jāmi‘ al-Bayān ‘an Ta’wīl Āy al-Qur’ān*. Kairo: Dār al-Ma‘ārif, 2001.

Al-Zarkasyī, Badr al-Dīn. *Al-Burhān fī ‘Ulūm al-Qur’ān*. Beirut: Dār al-Ma‘rifah, 1988.

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2019.
<https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-ri-set-kesehatan-dasar-riskesdas-2018/>.

Bersama Dakwah. “Surat At-Tin Beserta Artinya, Tafsir, dan Asbabun Nuzul.” Diakses 4 Desember 2025. <https://bersamadakwah.net/surat-at-tin/>.

Christy Waney, Natalia, Wahyuni Kristinawati, dan Adi Setiawan. “Mindfulness dan Penerimaan Diri pada Remaja di Era Digital.” *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi* 22, no. 2 (2020). <https://dx.doi.org/10.26486/psikologi.v22i2.969>.

Departemen Agama RI. *Al-Qur’an dan Terjemahannya*. Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur’an, 2019.

Elsi Putri Nengsih. "Konsep Self-Love dalam Psikologi Islam." *Nuansa: Jurnal Studi Islam dan Kemasyarakatan* 15, no. 2 (2023).
<https://ejournal.uinfasbengkulu.ac.id/index.php/nuansa/article/view/4047>.

Fakultas Psikologi UMSIDA. "Self-Love dari Sudut Pandang Psikologi." Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Diakses 16 Agustus 2025.
<https://psikologi.umsida.ac.id/self-love-dari-sudut-pandang-psikologi/>.

Hamka. Tafsir Al-Azhar, Jilid 1. Jakarta: Gema Insani, 2015.

Hamka. *Tafsir Al-Azhar*. Jilid 9. Jakarta: Gema Insani, 2015.

Ika Rahmadiningsih, et al. "Makiyah dan Madaniyah." *Jurnal Al-Mubarak: Jurnal Kajian Al-Qur'an dan Tafsir* 7, no. 1 (2022): 43–61.
<https://doi.org/10.47435/al-mubarak.v7i1.1023>.

Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS). *Laporan Nasional* 2022. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2022.
<https://www.kemkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasil-risikesdas-2022.pdf>.

Markaz Imam Malik. “Tadabbur Surah At-Tin Ayat 1–3.” Diakses 4 Desember 2025.

<https://mim.or.id/tadabbur-surah-at-tin-ayat-1-3-sumpah-allah-pada-buah-dan-negeri/>.

Maslow, Abraham H. *Motivation and Personality*. 3rd ed. New York: Harper & Row, 1987.

Mestika Zed. *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2008.

Mhd. Andika Sejati Hsb, Raja Amanda Loviani, Muhammad Aznil, Nurul Ain Sarida, dan Edi Hermanto. “Membangun Kepercayaan Diri Melalui *Tafsir Al-Munir* dalam Surah At-Tin Ayat 4: Telaah Fenomena Insecure dalam Islam.” *Ibn Abbas: Jurnal Ilmu Al-Qur’an & Tafsir* 7, no. 2 (2024).
<https://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/ibnabbas/article/view/22738>.

Miftahhul Cornila Qurbah. *Konsep Self-Love Perspektif Al-Qur’an dan Implikasinya dalam Mencapai Kebahagiaan (Analisis Penafsiran Ayat-Ayat Bertema Self-Love)*. Skripsi, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah, IAIN Ponorogo, 2023.
<http://etheses.iainponorogo.ac.id/23179/>.

Moleong, Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2019.

Nasution, Yunan. *Buya Hamka dan Pemikiran Keislaman di Indonesia*. Jakarta: Bulan Bintang, 1985.

Neff, Kristin. "A Healthier Way to Relate to Oneself: The Role of Self-Compassion." *Human Development* 47, no. 2–3 (2004). <https://self-compassion.org/wp-content/uploads/publications/human-development.pdf>.

Rachmatul Husna, Raras, dan Nurus Sa'adah. "Self-Love dalam Perspektif Islami: Menjaga Kesehatan Mental dan Mengoptimalkan Potensi." *Nuansa: Jurnal Studi Islam dan Kemasyarakatan* 16, no. 2 (2023). <https://ejournal.uinfasbengkulu.ac.id/index.php/nuansa/article/view/4047/3248>.

Riyadi, Ahmad. *Psikologi Media Sosial: Dampak dan Solusi*. Jakarta: Rajawali Pers, 2020.

Rogers, Carl R. *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin, 1961.

Rosana, Ellya. "Self-Compassion dan Self-Love dalam Psikologi Modern." *Jurnal Psikologi Islami* 6, no. 1, 2021.

Scribd. "Munasabah Juz 30." Diakses 4 Desember 2025.
<https://id.scribd.com/document/549365285/munasabah-juz-30>.

Sperber, Dan, dan Deirdre Wilson. *Teori Relevansi*. Diedit oleh Abd. Syukur Ibrahim. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009.

Sperber, Dan, dan Deirdre Wilson . "Teori Relevansi." Dalam The Handbook of Pragmatics, disunting oleh Laurence R. Horn dan Gregory Ward. Oxford: Blackwell. Diakses 20 November 2025. <https://www.dan.sperber.fr/?p=93> .

Sugiyono. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta, 2019.

Syahputri Wulan Pratiwi, dan Muh. Syahrul Mubarak. "Pemaknaan Konsep Ahsani Taqwīm (Suatu Kajian Tahlili pada QS. At-Tin/95:4)." *El-Maqra': Tafsir, Hadis dan Teologi* 1, no. 2 (2021).
<https://ejournal.iainbone.ac.id/index.php/elmaqra/article/view/1443>.

Tim Penyusun Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Fakultas Syariah. *Pedoman Penulisan Karya Tulis Ilmiah Tahun 2022*. Malang: Fakultas Syariah UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2022.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



A. IDENTITAS DIRI

Nama : : Alya Amalia

Tempat/Tanggal Lahir : Puruk Cahu, 25 Januari 2004

Alamat : Jl.Merdeka. RT 2, RW 1, No.17, Puruk Cahu,
KAB. MURUNG RAYA, MURUNG,
KALIMANTAN TENGAH, ID, 73911

Email : alyaamalia2514@gmail.com

B. RIWAYAT PENDIDIKAN

Pendidikan Formal

2010 – 2016 : MIN Beriwit Puruk Cahu

2016 – 2019 : SMPIT Ar-Rahman Banjarbaru

2019 – 2022 : SMAIT Ar-Rahman Banjarbaru