

Date Received : April 2026
Date Revised : Mei 2026
Date Accepted : Mei 2026
Date Published : Mei 2026

KONSEP *SELF-LOVE* DALAM PERSPEKTIF TAFSIR AL-AZHAR

Cucu Samsiyah¹

UIN Raden Intan Lampung, Indonesia (cucusamsiyah743@gmail.com)

Arsyad Sobby Kesuma

UIN Raden Intan Lampung, Indonesia (arsyadsobbykesuma@gmail.com)

Kiki Muhamad Hakiki

UIN Raden Intan Lampung, Indonesia (kiki.hakiki@radenintan.ac.id)

Kata Kunci:

Self-love, Al-Qur'an,
Tafsir al-Azhar,
HAMKA.

ABSTRACT

Fenomena *self-love* dalam budaya populer saat ini sering dipandang sebagai bentuk pemberdayaan diri dan upaya menjaga kesehatan mental. Namun beberapa penerapannya terkadang berlebihan sehingga menimbulkan sikap permisivisme, individualisme, dan egoisme dan bertentangan dengan nilai-nilai moral dan spiritual Islam. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis konsep *self-love* dalam perspektif Al-Qur'an melalui pendekatan *tafsir mauḍhu'i* menggunakan sumber primer tafsir al-Azhar karya Buya HAMKA. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kepustakaan (*library research*). Data penelitian ini yaitu menelusuri ayat-ayat yang berkaitan dengan konsep *self-love* seperti *karāmah*, *'izzah*, *tazkiyatun nafs*, serta penerimaan diri dan kesadaran tanggung jawab. Sebanyak 6 ayat Al-Qur'an dipilih berdasarkan empat konsep utama tersebut di antaranya QS. Al-Isra [17]:70, QS. Al-Munafiqun [63]:8, QS. Al-Fathir [35]: 10, QS. Asy-Syams [91]:9-10, QS. Al-Ghafir [40]:64. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa HAMKA menjelaskan konsep *self-love* Islami dengan berlandaskan spiritual dan tanggung jawab moral. Konsep cinta diri dalam Al-Qur'an menurut HAMKA adalah usaha mengenali, menghargai, dan memperbaiki diri disertai ketakwaan kepada Allah. Konsep *self-love* dalam perspektif Al-Qur'an sebagaimana ditafsirkan HAMKA merupakan cinta diri yang seimbang dengan menghindarkan manusia dari sikap permisivisme, individualisme, dan egoisme serta menumbuhkan kesadaran diri untuk berbuat baik dan mendekatkan diri kepada Allah.

¹ Correspondence author

Keywords:	ABSTRACTS
Self-love, Quran, Tafsir Al-Azhar, HAMKA.	<i>The phenomenon of self-love in today's popular culture is often seen as a form of self-empowerment and an effort to maintain mental health. However, some of its applications are sometimes excessive, giving rise to attitudes of permissiveness, individualism, and egoism, and are contrary to Islamic moral and spiritual values. This study aims to identify and analyze the concept of self-love from the perspective of the Qur'an through the tafsir maudhu'i approach using the primary source of tafsir al-Azhar by Buya HAMKA. This study uses a qualitative method with a library research approach. The data for this study are tracing verses related to the concept of self-love such as karāmah, 'izzah, tazkiyatun nafs, as well as self-acceptance and awareness of responsibility. A total of 6 verses of the Qur'an were selected based on these four main concepts, including QS. Al-Isra [17]:70, QS. Al-Munafiqun [63]:8, QS. Al-Fathir [35]: 10, QS. Asy-Syams [91]:9-10, QS. Al-Ghafir [40]:64. The results of this study reveal that HAMKA explains the concept of Islamic self-love based on spirituality and moral responsibility. The concept of self-love in the Qur'an according to HAMKA is an effort to recognize, appreciate, and improve oneself accompanied by piety to Allah. The concept of self-love in the perspective of the Qur'an as interpreted by HAMKA is a balanced self-love by preventing humans from permissiveness, individualism, and egoism and fostering self-awareness to do good and get closer to Allah.</i>

A. PENDAHULUAN

Kesehatan mental telah menjadi isu global yang semakin mendapat perhatian serius dalam beberapa dekade terakhir. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengungkapkan bahwa masalah gangguan mental adalah salah satu penyebab terjadinya disabilitas global, di Indonesia isu ini juga terus menunjukkan peningkatan yang signifikan. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2023 menyebutkan, prevalensi gangguan kesehatan mental emosional mencapai 20% dari populasi, dengan 6,1% mengalami depresi dan 10% mengalami gangguan kecemasan emosional (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Salah satu pendekatan yang berkembang dalam kajian psikologi sebagai respon adaptif terhadap peningkatan masalah mental adalah konsep *self-love* atau penerimaan diri. Konsep *self-love* muncul sebagai bentuk penghargaan terhadap diri sendiri dengan menerima segala kelebihan dan kekurangan dalam dirinya (Neff, 2023). Penerapan konsep *self-love* dalam kehidupan memungkinkan individu untuk lebih menerima dirinya secara utuh dan memusatkan perhatian pada nilai-nilai serta tujuan hidup, sehingga mampu mengupayakan keberhasilan melalui potensi dan usaha yang dimilikinya sendiri. Konsep *self-love* secara baik mengajarkan bahwa mencintai diri sendiri adalah cara untuk menerima segala sesuatu yang berhubungan dengan diri kita dan mendukung perkembangan fisik, mental, serta spiritual.

Perlu diperhatikan bahwa di tengah dominasi perkembangannya, muncul pertanyaan penting mengenai sejauh mana konsep *self-love* ini sejalan dengan nilai-nilai Islam. Hal ini perlu dilakukan sebab konsep *self-love* berarti penerimaan terhadap diri yang di dalamnya mencakup tidak hanya aspek positif tetapi juga sikap terhadap kelemahan dan kecenderungan negatif manusia (Yasmin & Fardani, 2020: 107). Tanpa kerangka nilai yang jelas, *self-love* sangat berpotensi disalahpahami dan dipraktikkan secara keliru. Banyak dari penerapan konsep *self-love* digunakan sebagai pembenaran atas perilaku egois khususnya banyak dilakukan pada generasi muda (Naufal Waliyuddin, 2022). Fenomena ini terlihat pada tren perilaku

konsumsi berlebihan, berbelanja hanya untuk memenuhi keinginan pribadi bukan berdasarkan kebutuhan serta istilah *healing* yang sering dilakukan dengan pembenaran sebagai bentuk *self-love*. Kegiatan ini juga didukung dengan adanya budaya digital *Fear of Missing Out* (FOMO) yang mendorong individu lebih memikirkan pengakuan diri dan kepuasan personal dengan mengabaikan tanggung jawab dan kepentingan bersama (Fitria & dkk, 2022: 45-46). Selain itu juga popularitas *self-love* dalam ruang digital cenderung bersifat narsistik akibat kebutuhan validasi sosial melalui laman media sosial. Banyak dari penerapannya hanya berorientasi pada kebahagiaan yang berpusat pada diri sehingga menurunkan kesadaran tanggung jawab sosial dan memperkuat kecenderungan individualistik (Nuraini & Yamini, 2024). Sehingga terdapat kesenjangan antara pemahaman konsep *self-love* dan penerapannya dalam kehidupan sehari-hari, yang pada akhirnya dapat berpotensi merusak hubungan sosial dan tanggung jawab individu terhadap masyarakat. Realitas sosial tersebut menunjukkan adanya berbagai kontradiksi dan problematik yang hadir dalam penerapan *self-love* yang justru mengarah pada sikap permisivisme, individualisme, dan egoisme.

Sejumlah penelitian terdahulu telah mengkaji konsep *self-love* dalam Al-Qur'an, di antaranya: Firtotun Nisa yang berjudul "Nilai Cinta Diri (*Self-love*) dalam Perspektif Al-Qur'an (Studi Tematik)" serta penelitian Gendhis Prameswari dengan judul "*Self-love* dan Relevansinya Terhadap Pencegahan Depresi Perspektif Tafsir Al-Azhar". Meskipun demikian, berdasarkan penelusuran literatur yang dilakukan sebelumnya, belum ditemukan kajian yang secara khusus menelaah konsep *self-love* dengan mengaitkan pada kesadaran akan *karāmah*, *izzah*, *tazkiyatun nafs* dan tanggung jawab sebagai upaya meluruskan konsep *self-love* yang diterapkan secara berlebihan.

Penelitian ini memiliki signifikansi teoritis dalam memperkaya kajian tafsir Al-Qur'an, khususnya dalam merumuskan konsep *self-love* yang berlandaskan nilai-nilai Ilahiyah. Selain itu, penelitian ini juga memberikan kontribusi konseptual dalam menghadirkan pemahaman *self-love* yang tidak hanya berorientasi pada kepuasan pribadi, tetapi juga selaras dengan ajaran Islam yang bersumber pada Al-Qur'an. Maka urgensi penelitian ini terletak pada kebutuhan pemahaman *self-love* yang sesuai dengan ajaran Al-Qur'an di tengah kecenderungan penerapannya yang berlebihan. Dengan tujuan agar dapat mencegah dampak yang dapat ditimbulkan dari penerapan konsep *self-love* yang berlebihan seperti sikap permisivisme, individualisme dan egoisme. Tafsir Al-Azhar yang ditulis oleh H. Abdul Malik Karim Amrullah (HAMKA) dipilih sebagai objek kajian karena menggunakan pendekatan *Adabi Al-Ijtima'i* yang menekankan dimensi sosial dan kemanusiaan. Dalam menafsirkan ayat-ayat Al-Qur'an HAMKA menggabungkan pesan spiritual, moral, dan nilai-nilai kemanusiaan yang bersifat universal, sehingga mudah untuk dipahami dan menghidupkan nilai-nilai Al-Qur'an dalam masyarakat Islam lebih nyata (Hidayati, 2018: 35). HAMKA tidak hanya menjelaskan makna linguistik sebuah ayat, tetapi juga mengaitkan dengan dimensi psikologis, etis, dan kehidupan manusia (Zainuddin, 2021: 15-17). Dalam karyanya HAMKA sering kali menyoroti aspek nilai dan etika yang langsung berkaitan dengan masalah eksistensial manusia termasuk cara mencintai diri secara seimbang dan dalam kerangka keimanan (HAMKA, 2007) lihat khususnya Tafsir QS. Al-Syams ayat 7-10 dan QS. Al-Baqarah ayat 286. Hal ini menjadikan Tafsir al-Azhar sangat relevan untuk mengkaji isu

kontemporer mengenai penerapan konsep *self-love* yang benar. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat diperoleh pemahaman mengenai bagaimana Al-Qur'an menempatkan *self-love* sebagai bagian dari pengembangan kepribadian yang seimbang, sehingga penerapan *self-love* tidak mengarah pada sikap permisivisme, individualisme, dan egoisme.

B. METODE

Metode merupakan teknik atau strategi yang digunakan untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Secara umum metode melibatkan serangkaian langkah-langkah atau prosedur yang diikuti sesuai dengan sistem atau aturan tertentu (Widyastuti, 2024: 319). Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kepustakaan (*library research*). Pendekatan ini dipilih untuk memahami secara mendalam konsep *self-love* dalam Al-Qur'an berdasarkan penafsiran HAMKA melalui Tafsir Al-Azhar tanpa melibatkan pengukuran numerik ataupun statistik. Penelitian difokuskan pada analisis ayat Al-Qur'an dan tafsir untuk mengungkap makna yang terkandung.

Pendekatan yang di gunakan adalah tafsir tematik (*maudhu'i*), yaitu menghimpun dan mengkaji ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan tema *self-love* secara komprehensif. Pendekatan tafsir tematik fokus pada pengelompokan ayat-ayat Al-Qur'an berdasarkan tema-tema tertentu (Shihab, 2020: 89), dalam hal ini *self-love* yang akan dikaji untuk di analisis secara mendalam. HAMKA dalam Tafsir Al-Azhar menggunakan pendekatan yang menggabungkan metode *bil ma'tsur* (berdasarkan pada Al-Qur'an, hadis dan pendapat para sahabat Nabi) dan metode *bi ra'yi* (berdasarkan akal dan konteks sosial). Pendekatan ini relevan karena memungkinkan penelitian ini untuk menghubungkan ayat-ayat Al-Qur'an dengan isu-isu sosial modern, seperti penerapan konsep *self-love* yang berlebihan.

Sumber data primer penelitian ini adalah Al-Qur'an dan Tafsir Al-Azhar karya HAMKA. Sedangkan sumber data sekunder meliputi buku, jurnal, dan artikel ilmiah yang relevan dengan tema penelitian. Pengumpulan data dilakukan melalui tahapan tafsir tematik, mulai dari penetapan tema, penghimpunan dan pengelompokan ayat-ayat terkait, dan menyusun analisis tematik yang utuh. Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik analisis isi (*content analysis*) dengan pendekatan tafsir tematik, yaitu menginterpretasikan teks secara sistematis untuk menemukan nilai-nilai *self-love* dalam Al-Qur'an serta relevansinya dalam meluruskan penerapan konsep *self-love* yang berlebihan.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Konsep *Self-love* dalam Kajian Kontemporer

Self-love atau mencintai diri sendiri merupakan kemampuan seseorang untuk menghargai dirinya sendiri melalui penerimaan, penghargaan, tanggung jawab, serta mengapresiasi semua kelebihan dan kekurangan secara utuh. Konsep ini tidak hanya merujuk pada perasaan positif terhadap diri, tetapi juga memungkinkan seseorang memahami keterbatasan dan potensi yang ada dalam dirinya secara seimbang. Dalam psikologi, *self-love* dimaknai sebagai positif individu terhadap dirinya yang mencakup penerimaan diri, penghargaan terhadap nilai personal, serta upaya menjaga kesejahteraan secara berkelanjutan. *Self-love* tidak dimaknai sebagai sikap egois, melainkan sebagai kesadaran diri (*healthy self-regard*) yang

memungkinkan seseorang merawat diri, mengenali batasan diri, dan mengembangkan potensi secara optimal (Neff, 2023: 21). Dalam kerangka ini, *self-love* berfungsi sebagai fondasi bagi kesehatan mental dan pembentukan kepribadian yang stabil. Konsep *self-love* melibatkan penerimaan diri, penghormatan terhadap nilai personal, serta komitmen menjaga kesejahteraan fisik, emosional, dan psikologis secara berkelanjutan. (Seligman, 2021).

Dalam pendekatan psikologi, Carl Rogers mengemukakan gagasan *self-love* yang memiliki keterikatan erat dengan teori penerimaan diri tanpa syarat (*unconditional positive regard*) yaitu *self-love*, yang menekankan bahwa seseorang mampu menerima dirinya tanpa penolakan yang berlebihan akan lebih mudah mencapai aktualisasi diri, sebagai bentuk perkembangan psikologi yang baik (Sari & Faradina, 2024: 98). Penerimaan diri tersebut bukan bentuk egoisme, melainkan kesadaran realistis terhadap kondisi diri yang memungkinkan seseorang bertumbuh secara sehat. Hal ini juga disampaikan Erich Fromm, yang mengatakan mencintai diri sendiri merupakan suatu kebajikan karena kita adalah objek dari cinta tersebut. Cinta terhadap diri sendiri dan cinta terhadap orang lain tidak harus dipilih secara terpisah, karena hanya mereka yang mampu mencintai orang lain yang dapat mencintai diri sendiri (Fromm, 2020: 76).

Dalam perkembangan psikologi, konsep *self-love* banyak didekatkan melalui pendekatan *self-compassion*. Kristin Neff menjelaskan bahwa *self-love* dilakukan dengan penerimaan ketidaksempurnaan yang ada dan memperlakukan diri kita dengan kebaikan yang sama seperti yang kita berikan kepada orang lain (Neff, 2023: 9). Terdapat empat macam aspek *self-love* yang dijelaskan Sarah-Len Mutlwasekwa, yaitu *self-awareness*, *self-worth*, *self-esteem* dan *self care*:

- a. *Self-awareness* atau kesadaran diri adalah kemampuan yang dimiliki seseorang dalam mengetahui kelemahan, dorongan, nilai serta dampaknya terhadap orang lain. *Self-awareness* dapat menghubungkan seseorang dengan pikiran, perasaan dan tindakan pribadinya sehingga mendapatkan persepsi yang jelas dalam menemukan tujuan hidup yang akan dicapai.
- b. *Self-worth* atau harga diri adalah keyakinan individu terhadap dirinya. Keyakinan terhadap dirinya mendatangkan kesadaran mengenai pencapaian dan kualitas yang telah di dapatkan.
- c. *Self-esteem* atau penghargaan diri yang terikat pada kualitas dan pencapaian diri. *Self-esteem* yakni sikap dalam bagaimana seseorang menilai dirinya sehingga akan mempengaruhi sikap dan perilakunya.
- d. *Self care* atau perawatan diri adalah tindakan penting yang dilakukan seseorang untuk menjaga kesehatan dirinya secara fisik maupun mental. *Self care* dapat dilakukan dengan menjaga pola konsumsi dan istirahat yang cukup, sehingga dapat berdampak pada keseimbangan dan menambah energi bagi diri sendiri. Dalam penerapannya, *self care* dapat mengurangi stress, depresi, dan kecemasan yang terjadi. (Afifah, 2022: 33-36).

Berbagai kajian menegaskan bahwa *self-love* yang dilepaskan dari regulasi nilai dan etika berpotensi mengalami distorsi makna. Dalam praktik sosial, *self-love* yang dilakukan hanya terfokus pada kenyamanan dan keamanan diri sendiri (Larasati, 2022: 43). Penerapan tersebut menyebabkan *self-love* tidak lagi menjadi proses pertumbuhan dan mengacu pada satu tujuan yakni rasa kebahagiaan yang sangat berdampak pada kesehatan mental. *Self-love* dapat bergeser menjadi pembenaran

diri atau pemanjaan diri yang pada akhirnya melahirkan sikap permisivisme, individualisme, dan egoisme (Zhang & Chen, 2022: 512). Oleh karena itu, *self-love* membutuhkan kerangka nilai normatif yang mampu mengarahkan batas dan tujuan penerapannya agar tetap berorientasi pada keseimbangan antara kesejahteraan individu dan tanggung jawab sosial.

b. Konsep *Self-love* di dalam Al-Qur'an

Ayat-ayat Al-Qur'an memang tidak secara eksplisit membahas mengenai konsep *self-love* tetapi berbagai nilai ada dan berhubungan erat dengan penerapan konsep *self-love* yaitu setiap orang harus memperhatikan dirinya. Dalam perspektif Al-Qur'an, *self-love* bukan sekedar menerima secara psikologis, tetapi juga mengandung aspek spiritual, moral, dan eksistensial yang mendalam. Konsep *self-love* bukanlah bentuk pemujaan terhadap diri sendiri (*self-worship*), melainkan penghargaan terhadap diri yang disandarkan pada kesadaran tauhid. Dengan berdasarkan kepada Al-Qur'an dan Hadis, umat Islam diajarkan untuk mencintai diri mereka sendiri dengan tidak melewati batas-batas yang ditetapkan Allah (Raras & Sa'adah, 2023: 44). Manusia di ingatkan untuk mengapresiasi dirinya sebagai makhluk yang mulia (*karāmah al-insān*), tetapi kemuliaan itu haruslah disertai dengan tanggung jawab besar sebagai hamba dan khalifah. Seperti dalam penafsiran HAMKA QS. Al-Baqarah [2]:286, manusia hanya dibebani sesuai dengan kemampuannya, yang menunjukkan bahwa Allah menyadarkan kapasitas dan potensi manusia sekaligus mengingatkan manusia atas pertanggungjawaban dalam segala hal (HAMKA, 2007). Oleh karena itu, mencintai diri dalam pandangan Al-Qur'an bukanlah berarti menerima segala sesuatu tentang diri tanpa kritik, melainkan mencintai diri dengan cara menyucikan jiwa (*tazkiyatun nafs*), dan melakukan tanggung jawab sebagai hamba dan khalifah di muka bumi. Dalam Al-Qur'an manusia diperintahkan untuk merawat diri baik secara fisik, mental maupun spiritual sebagai bentuk penghargaan terhadap eksistensi diri, sebagaimana firman Allah SWT dalam QS. At-Tahrim [66]:6:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ

Wahai orang-orang yang beriman, jagalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu. Penjaganya adalah malaikat-malaikat yang kasar dan keras. Mereka tidak durhaka kepada Allah terhadap apa yang Dia perintahkan kepadanya dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan.

Dalam ayat tersebut Allah memerintahkan kepada setiap individu untuk bertanggung jawab atas keselamatan dirinya dan keluarganya, baik secara lahir maupun batin. Setiap orang memiliki tanggung jawab yang meliputi pendidikan moral, akhlak, serta penguatan iman. Kata *qū anfusakum*” (peliharalah dirimu) menunjukkan bahwa seseorang tidak boleh membiarkan dirinya jatuh ke dalam kebodohan, kelalaian, dan perbuatan maksiat. HAMKA menyampaikan melalui penafsiran ayat di atas, bahwa cinta diri dalam pandangan Al-Qur'an adalah tentang menunjukkan bahwa cinta diri haruslah melahirkan tanggung jawab spiritual, bukan kebebasan yang terlalu longgar (HAMKA, 2007). Konsep tersebut menunjukkan bahwa Al-Qur'an memandang *self-love* keseimbangan antara

penghargaan terhadap diri dan tanggung jawab moral kepada Allah serta manusia. Konsep ini mengarah pada kesadaran manusia sebagai makhluk mulia (*karāmah*), harga diri (*‘izzah*), penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*), dan tanggung jawab sebagai hamba dan khalifah di bumi.

Setelah dilakukan penelitian terkait ayat-ayat Al-Qur’an mengenai kata *karāmah*, *‘izzah*, *tazkiyatun nafs*. Peneliti menemukan banyak sekali ayat yang menyebutkan kata tersebut. Kata *karāmah* sebanyak 46 kali, kata *‘izzah* sebanyak 13 kali, kata *tazkiyah* sebanyak 19 kali (Baqi, 2007). Adapun diuraikan sebagai berikut:

Kata *karāmah* terdapat dalam QS. An-Nisa [4]:31; QS. Al-Anfal [8]:4,74; QS. Yusuf [12]:21,31; QS. Al-Isra [17]:23,62,70; QS. Al-Anbiya [21]:26; QS. Al-Hajj [22]:18,50, QS. Al-Mu’minun [23]:116; QS. An-Nur [24]:26; QS. Al-Furqan [25]:72; QS. An-Naml [27]:29,40; QS. Luqman [31]:10; QS. Al-Ahzab [33]:31,44; QS. Saba [34]:4; QS. Yasin [36]:11,27; QS. As-Shaffat [37]:42; QS. Asy-Syu’ara [42]:7, 58; QS. Ad-Dhukhan [44]:17,26,49; QS. Al-Hujurat [49]:13; QS. Az-Zariyat [51]:24; QS. Ar-Rahman [55]:27,78; QS. Al-Waqi’ah [56]:55,77; QS. Al-Hadid [57]:11,18; QS. Al-Haqqah [69]:40; QS. Al-Ma’arif [70]:35; QS. Abasa [80]:16,13; QS. At-Takwir [81]:19; QS. Al-Infithar [82]:6,11; QS. Al-Fajr [89]:15,17; QS. Al-Alaq [96]:3.

Kata *Izzah* terdapat dalam QS. Al-Baqarah [2]:206; QS. Al-Imran [3]:26; QS. An-Nisa [4]:139; QS. Yunus [10]:65; QS. Maryam [19]:81; QS. As-Shaffat [37]:180; QS. Sad [38]:2,23,82; QS. Asy-Syu’ara [42]:44; QS. Fathir [35]:10; QS. Yasin [36]:14; QS. Al-Munafiqun [63]:8.

Kata *Tazkiyah* terdapat dalam QS. Al-Baqarah [2]:129,151,174; QS. Al-Imran [3]:77,164; QS. Nisa [4]:49; QS. At-Taubah [9]:103; QS. Taha [20]:76; QS. An-Nur [24]:21; QS. Fathir [35]:18; QS. An-Najm [53]:32; QS. Al-Jumu’ah [62]:2; QS. An-Naziat [79]:18; QS. Abasa [80]:3,8; QS. Al-A’la [87]:14; QS. Asy-Syams [91]:9,10; QS. Al-Lail [92]:18

Kemudian dari banyaknya ayat yang memuat istilah *karāmah*, *‘izzah*, *tazkiyatun nafs*, dan *khalifah* hanya dipilih 6 ayat yang paling eksplisit berkaitan dengan nilai-nilai berkaitan dengan konsep *self-love*. Pemilihan ayat-ayat tersebut di dasarkan pada pertimbangan kesesuaian makna tematik terhadap konsep *self-love* dengan tujuan meluruskan kesenjangan penerapan yang banyak dilakukan saat ini, seperti QS. Al-Isra [17]:70, ayat ini menegaskan manusia sebagai makhluk mulia yang diberikan tanggung jawab moral dan spiritual (Kurniawan & Pulungan, 2025: 28). Ayat ini menjadi landasan normatif untuk memahami bahwa penghargaan diri berasal dari konsep *karāmah al-insān* yaitu kemuliaan yang diberikan Allah kepada manusia. Kemudian QS. Al-Munafiqun [63]:8 dan QS. Fathir [35]:10, yang di dalamnya menegaskan konsep *‘izzah* yang berasal dari Allah bukan dari orang lain. Hal ini sejalan dengan tujuan *self-love* yang benar yaitu tidak boleh melahirkan kesombongan atau sikap egoisme, tetapi memunculkan sikap kerendahan hati dan ketundukan kepada Allah SWT. QS. Asy-Syams [91]:9-10, ayat ini menjadi cukup menjadi dasar utama dari konsep *tazkiyatun nafs*. Ayat tersebut menegaskan keberhasilan manusia bergantung pada kemampuannya menyucikan jiwa. Nilai ini sejalan dengan konsep *self-love* yang menekankan pada perbaikan diri dan pengelolaan emosi dalam menjaga kualitas diri. Terakhir, QS. Al-Ghafir [40]:64 ayat ini dipilih untuk melengkapi konsep *self-love* dalam penerimaan diri dengan menyadari bahwa dirinya telah diciptakan dengan diberikan nilai dan potensi yang terbaik.

1. *Karāmah*

Konsep *karāmah insaniyah* (kemuliaan manusia) adalah salah satu prinsip utama dalam Al-Qur'an, yaitu manusia dimuliakan Allah dengan keistimewaan yang tidak diberikan kepada makhluk lainnya (Napis & dkk, 2025: 322). *Karāmah* disebutkan di dalam Al-Qur'an sebagai bentuk penghargaan dan penerimaan terhadap diri sendiri sebagai makhluk yang diciptakan Allah dengan mulia. Allah berfirman dalam QS. Al-Isra [17]:70

وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا

Dan sesungguhnya, Kami telah memuliakan anak cucu Adam dan Kami angkat mereka di darat dan di laut. Kami anugerahkan pula kepada mereka rezeki dari yang baik-baik dan Kami lebihkan mereka di atas banyak makhluk yang Kami ciptakan dengan kelebihan yang sempurna.

Ayat ini menjadi landasan bahwa manusia diciptakan dengan kemuliaan yang diberikan oleh Allah. HAMKA menafsirkan ayat tersebut, “Allah telah memuliakan anak Adam dengan akal, budi, dan perasaan yang tidak diberikan kepada makhluk lain. Karunia ini tidak boleh disia-siakan, sebab kemuliaan yang diberikan Allah itu menuntut manusia untuk memuliakan dirinya sendiri dengan menjaga tauhid dan akhlak mulia” (HAMKA, 2007). Ayat ini menegaskan kedudukan manusia sebagai ciptaan Allah yang mulia, dan kesadaran ini merupakan bagian dari *self-love* yang benar. (Shihab, 2013: 247) Dalam konsep *self-love*, *karāmah* menegaskan bahwa penghargaan terhadap diri harus didasarkan pada kesadaran bahwa kemuliaan manusia berasal dari Allah, bukan dari faktor duniawi seperti rupa, status, atau harta (Hidayat, 2023: 56). Kesadaran ini menjauhkan manusia dari sikap permisivisme yang timbul akibat penerapan *self-love* yang berlebihan dan tidak sesuai dengan Al-Qur'an, sebab kemuliaan sejati tidak dapat diraih dari kepuasan pribadi, tetapi dari ketaatan kepada Allah.

2. *‘izzah*

Kata *‘izzah* memiliki makna dasar “kekuatan, kemuliaan, martabat atau kehormatan yang bersumber dari Allah. Konsep *izzah* dipahami sebagai kemuliaan spiritual yang menjadikan seseorang memiliki harga diri yang kokoh, tidak tunduk kepada selain Allah, serta menjaga harga diri dari kehinaan moral dan spiritual. Allah SWT berfirman dalam QS. Al-Munafiqun [63]: 8

وَلِلَّهِ الْعِزَّةُ وَلِرَسُولِهِ وَلِلْمُؤْمِنِينَ وَلَكِنَّ الْمُنَافِقِينَ لَا يَعْلَمُونَ

Padahal kekuatan itu hanyalah milik Allah, Rasul-Nya, dan orang-orang mukmin. Akan tetapi, orang-orang munafiq itu tidak mengetahuinya.

Menurut penafsiran HAMKA ayat ini turun sebagai jawaban atas perkataan Abdullah bin Ubay yang merasa lebih mulia di antara lainnya, karena dia merupakan penduduk asli Madinah. HAMKA menjelaskan Allah memberikan keterangan yang sebenarnya melalui ayat ini, *yaitu yang mulia sejati ialah Allah, dari Dia datang kemuliaan, diberikannya kepada barangsiapa yang Dia kehendaki*. Sebagaimana Firman Allah lainnya dalam QS. Ali Imran ayat 26 (HAMKA, 2007).

HAMKA menjelaskan di dalam ayat ini kata *‘izzah* berarti kemuliaan. Pada Allah itu menjadi sifat *‘Aziz*, yang diartikan gagah perkasa. Kata-kata ini dapat kita bandingkan dengan ujung ayat QS. Al-Munafiqun ayat 5 tentang

orang munafik yang “*mustakbiruun*” yang berarti membesarkan diri. Dan sebaliknya, orang yang beriman dan tidak munafik mereka itu adalah *tawadhu*’ artinya merendahkan diri. Orang yang beriman mengakui dia kecil dihadapan Tuhan, dan hanya Allah yang besar, tidak pula menyombong. Karena itu dengan tidak disadarinya dia pun dimuliakan Allah, diberikan ‘*izzah* yaitu kemuliaan, harga diri, prestige kepada orang-orang yang beriman dan tidak munafik (HAMKA, 2007). HAMKA juga menguatkan makna tersebut dengan sabda Rasulullah: “*tidaklah bertawadhu*’ (merendahkan diri) seorang hamba karena Allah, melainkan akan ditambah Allah untuk kemuliaan” (HR. Imam Ahmad). Hadis ini menunjukkan bahwa kemuliaan dalam Islam tidak lahir dari sikap membesarkan diri, tetapi ketundukan kepada Allah yang melahirkan kepribadian yang kuat dan bermartabat.

Dengan demikian ‘*izzah* adalah kehormatan spiritual yang muncul dari hubungan antara manusia dengan Allah. Dengan memiliki ‘*izzah*, seseorang memiliki kepribadian yang kuat dan tidak mudah tunduk kepada hawa nafsu atau tekanan sosial serta menjaga kehormatannya sebagai hamba yang mulia (Mubarak, 2022: 56). Dalam konteks *self-love*, ‘*izzah* mengajarkan pentingnya rasa percaya diri dan penghargaan diri yang berakar pada keimanan. Penerapan ‘*izzah* di dalam *self-love* dapat menjadikan seseorang mampu mengendalikan dirinya agar tidak bersikap permisivisme, sebab memahami bahwa mencintai diri adalah dengan menjaga kemuliaan dan kekuatan yang telah diberikan kepadanya (Hidayat, 2023: 124). Kekuatan yang diberikan kepada Allah didapatkan dari keimanan seseorang kepada Allah. Kemudian di dalam menghadapi berbagai tekanan sosial, ‘*izzah* hadir sebagai pembatas agar manusia tidak melampaui batas dengan tidak membiarkan dirinya dikuasai oleh hal-hal yang bersifat duniawi karena *self-love* yang berlandaskan ‘*izzah* akan menolak segala bentuk penghinaan diri termasuk tunduk terhadap hawa nafsu dan kehilangan nilai-nilai iman di dalam dirinya. Mencintai diri sendiri dengan kesadaran atas apa yang Allah anugerahkan kepada manusia dengan bentuk ketaatan kepada Nya adalah fondasi konsep spiritual *self-love* yang ada di dalam Al-Qur’an.

Allah SWT berfirman dalam QS. Fathir [35]: 10

مَنْ كَانَ يُرِيدُ الْعِزَّةَ فَلِلَّهِ الْعِزَّةُ جَمِيعًا

Siapa yang menghendaki kemuliaan (ketahuilah) kemuliaan itu semuanya milik Allah.

HAMKA menafsirkan ayat tersebut, “kemuliaan yang sejati hanya ada pada Allah. Sumber kemuliaan hanya Allah. Lebih baik kalau ingin kepada kemuliaan, dekatilah Allah. Sebab Allah akan sanggup memercikkan setetes dari kemuliaan-Nya itu kepada orang yang percaya tulus kepada Allah”. HAMKA juga menjelaskan bahwa ayat ini menjadi isyarat bagi manusia yang beriman, agar jangan salah dalam mencari kemuliaan. Ia mengatakan “Manusia ini sangat ingin kepada kemuliaan, tetapi kalau dia lupa kepada Allah sebagai sumber dari segala kemuliaan, dia akan mengejar-ngejar kemuliaan dan kemegahan karena dorongan hawa nafsu yang tidak terbatas” (HAMKA, 2007). Ayat ini menjadi petunjuk kepada manusia apabila menginginkan kemuliaan, maka jangan sampai lupa kepada Allah. Sebab segala kemuliaan di dapatkan dengan mendekatinya, bukan dengan cara mengejar kemuliaan dan kemegahan yang didorong oleh hawa

nafsu saja. Dengan demikian seseorang yang memiliki ‘*izzah* akan menjaga dirinya, kehormatannya, dan tidak mudah tunduk pada hawa nafsu terlebih pada tekanan sosial untuk mencapai kemuliaan. Konsep ‘*izzah* menjadi pembatas pada penerapan konsep *self-love* yang dapat berubah menjadi sikap egoisme atau narsisme di dalam penerapannya yang berlebihan.

3. *Tazkiyatun Nafs*

Tazkiyatun Nafs atau penyucian jiwa diartikan sebagai upaya membersihkan jiwa atau diri manusia dari kotoran moral dan spiritual agar dapat tumbuh menjadi pribadi yang baik dan dekat kepada Allah (Al-Ghazali, 2004). Allah SWT berfirman dalam QS. Asy-Syams [91]:9-10

قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا

Sungguh beruntung orang yang menyucikan (jiwa itu) [9] dan sungguh rugi orang yang mengotorinya [10].

Ayat di atas menjadi dasar konsep *tazkiyatun nafs* yang di dalam konteks *self-love*, *tazkiyah* yaitu cara mencintai diri sendiri dengan memperbaiki dan tidak membiarkan dirinya larut dalam hawa nafsu atau terjerumus pada kesalahan yang sama (Majid, 2023: 220). Orang yang benar-benar mencintai dirinya akan berusaha untuk mengendalikan hawa nafsu dan senantiasa memperbaiki akhlak agar tidak merusak kemuliaan dirinya. Dengan demikian, *tazkiyatun nafs* menjadikan penerapan *self-love* sejalan dengan tujuannya yaitu menuju ketenangan batin dan kebahagiaan yang sejati (Latifah, 2024: 89). *Tazkiyatun nafs* adalah bentuk *self-love* yang diwujudkan dalam usaha memperbaiki akhlak, membersihkan hati, dan mendekatkan diri kepada Allah. HAMKA menulis bahwa seseorang yang benar-benar mencintai dirinya akan berusaha menjauhkan diri dari perbuatan dosa yang dapat merendahkan dirinya di hadapan Allah (HAMKA, 2016: 72). Pada hakikatnya, *tazkiyatun Nafs* menekankan penyucian lahir dan batin manusia untuk meraih keridhoan Allah dengan tujuan membersihkan diri dengan cara *riyadhah an-nafs* sehingga akan menumbuhkan *ma'rifat* kepada Allah (Amin, 2025: 7). Dengan kata lain, penyucian jiwa adalah upaya *self-love* dengan bentuk pengendalian diri yang benar dan terarah. *Tazkiyah* dapat dijadikan sebagai strategi pengembangan diri yang relevan untuk kehidupan saat ini (Zuhri, 2021: 22). Konsep *tazkiyatun nafs* menjadi batasan pada penerapan *self-love* agar tidak menjadikannya alasan sebagai pembenaran untuk mengikuti keinginan pribadi, bahkan mengabaikan orang lain dan cenderung bersikap individualisme dan egoisme.

Seseorang yang menerapkan konsep *tazkiyatun nafs* akan memiliki kesadaran diri tinggi dan mampu mengendalikan emosi. Hal ini karena penerapan konsep tersebut menumbuhkan empati dan kepedulian seseorang karena ia melihat nilai kemanusiaan dalam dirinya dan orang lain. Konsep *self-love* yang diiringi pada penerapan konsep *tazkiyatun nafs* akan menuntun manusia pada kebahagiaan sejati. Dengan senantiasa memperbaiki diri dan terus menyebarkan kasih sayang kepada orang lain, seseorang akan mendapatkan kebahagiaan tanpa harus bersikap egoisme.

4. Penerimaan Diri dan Kesadaran Tanggung Jawab

Konsep syukur sebagai penerimaan dan penghargaan diri sebagai makhluk ciptaan Allah yang diberikan nilai dan tanggung jawab adalah bentuk

self-love yang Allah ingatkan kepada manusia di dalam Al-Qur'an. Syukur dan *self-love* memiliki keterkaitan yang erat, dengan mengakui bahwa semua yang diterima oleh manusia adalah anugerah dari Allah (Husna & Sa'adah, 2023: 48). Sebagaimana Allah berfirman dalam QS. Al-Ghafir [40]:64

اللَّهُ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ الْأَرْضَ قَرَارًا وَالسَّمَاءَ بِنَاءً وَصَوَّرَكُمْ فَأَحْسَنَ صُورَكُمْ وَرَزَقَكُم مِّنَ الطَّيِّبَاتِ ۚ ذَلِكُمُ اللَّهُ رَبُّكُمْ فَتَبَرَّكُ اللَّهُ رَبُّ الْعَالَمِينَ

Allah-lah yang menjadikan bumi untukmu sebagai tempat menetap dan langit sebagai atap. (Dia pula yang) membentukmu, lalu memperindah bentukmu, serta memberimu rezeki dari yang baik-baik. Demikianlah Allah Tuhanmu. Maha Suci Allah, Tuhan semesta alam.

Penerimaan manusia sebagai ciptaan Allah juga tidak lepas dari tanggung jawab dan kesadaran manusia sebagai khalifah di muka bumi ini. HAMKA menjelaskan tanggung jawab diri merupakan bagian dari bentuk ketaatan kepada Allah, seseorang tidak dapat mencintai dirinya tanpa memiliki keterkaitan dengan makhluk lain dan ciptaan Allah lainnya (Ahmad, 2020). Tanggung jawab menuntut manusia untuk mencintai dirinya secara proporsional dengan menjaga hubungan dan tidak lalai akan kenikmatan dunia. Bentuk syukur tertinggi adalah ketika seseorang menggunakan potensi dirinya untuk memberi manfaat kepada sesama (HAMKA, 2016: 184). Manusia tidak dapat berhenti hanya sebatas pada kebahagiaan diri sendiri tetapi harus berbuah pada kebaikan sosial dan spiritual dengan menjadikan nikmat yang didapat berguna untuk orang lain.

Dalam penerapan konsep *self-love* yang berkembang sering kali tidak sesuai dengan tujuannya, di antaranya mengenai penerimaan diri. Pembeneran terhadap kelemahan tanpa usaha memperbaiki diri bahkan menolak tanggung jawab moral. Kecenderungan ini muncul ketika seseorang menempatkan kebahagiaan dirinya di atas nilai etika dan spiritual, sehingga kehilangan keseimbangan antara *self-love* dan tanggung jawab sosial (Aminah, 2024: 21). Sebab itu penerimaan diri haruslah diikuti dengan rasa syukur dan kesadaran akan tanggung jawab agar dapat membentuk *self-love* secara utuh tanpa adanya penyimpangan kepada arah negatif.

Konsep *self-love* di dalam Al-Qur'an yakni dengan menghormati dan menjaga kemuliaan diri yang telah diberikan Allah. Cinta diri dalam Islam melibatkan tanggung jawab spiritual, memandang tubuh sebagai amanah yang harus dirawat sehingga menawarkan alternatif yang lebih mendalam dibandingkan narasi sekuler yang fokus pada validasi emosional dan sosial. Penerimaan tubuh dalam konteks ini, bukan sekadar reaksi terhadap tekanan sosial tetapi merupakan refleksi dari rasa syukur dan pengakuan atas kebijaksanaan ilahi (al-Fikry & dkk, 2025: 26). Islam menolak segala bentuk diskriminasi fisik dan menegaskan ketakwaan sebagai ukuran sejati martabat manusia. Maka di dalam penerapan konsep *self-love* haruslah diikuti dengan nilai-nilai spiritual yang sesuai dengan ajaran Al-Qur'an agar tujuan dari penerapan konsep *self-love* yaitu kebahagiaan didapatkan secara utuh.

c. *Self-love* dalam pandangan HAMKA

HAMKA dalam Tafsir Al-Azhar memandang manusia sebagai makhluk mulia (*karīm*), berakal dan memiliki tanggung jawab yang diberikan Allah untuk menjaga

kemuliaannya. Dalam menafsirkan QS. Al-Isra [17]: 70, HAMKA menekankan bahwa *karāmah* (kemuliaan) manusia itu terletak pada akal dan kemampuan berpikirnya yang menjadikannya berbeda dari makhluk lain (HAMKA, 2007). Kemuliaan manusia tidak karena rupa ataupun keturunan yang dimiliki, melainkan karena ilmu dan akhlak yang dimilikinya. HAMKA memaknai *karāmah* sebagai kesadaran bahwa manusia memiliki nilai yang luhur atas hubungannya dengan Tuhan. Dengan menyadari dirinya sebagai makhluk yang mulia, ia bersikap rendah diri, tidak sombong, dan tetap tunduk kepada Allah agar tidak menjatuhkan martabat kemanusiaannya dengan perbuatan dosa. Kesadaran ini akan mendorong manusia untuk tidak merendahkan diri dengan perbuatan yang akan menjatuhkan kehormatannya dengan cara menuruti hawa nafsu semata (*permisivisme*). Kesadaran itu juga mengingatkan manusia bahwa kemuliaan sejati hanya dapat dimiliki dengan cara bertakwa kepada Allah (Aidha & Kusroni, 2024: 106). Hal ini juga diperkuat dengan pandangan Ibnu Katsir yang menegaskan bahwa kemuliaan manusia mencakup pada pemberian akal, kemampuan berbicara, bentuk tubuh terbaik serta rezeki yang melimpah, sehingga kedudukan manusia lebih tinggi dibanding makhluk lain (Ibn Katsir, 2000). Kelebihan yang telah diberikan kepada manusia dapat dilihat pada kemajuan hidup manusia, sebab itu manusia harus menggunakan kemuliaan tersebut dengan sebaik-baiknya. Karena kemuliaan itu tidaklah terhenti hanya di dunia saja (HAMKA, 2007). Dengan demikian, konsep *karāmah* menjadi penyeimbang antara penghargaan diri dan kerendahan hati. Sebab itu dengan menyadari dan memahami kemuliaan diri, kita dapat mencegah dari perbuatan *permisivisme* yang timbul akibat penerapan *self-love* berlebihan dengan membiarkan diri berbuat sesuka hati dan menghilangkan kemuliaan yang telah diberikan Allah kepada manusia.

Selain *karāmah*, HAMKA menekankan pentingnya *‘izzah* sebagai nilai kehormatan yang muncul dari ketaatan kepada Allah. Dalam menafsirkan QS. Al-Munafiqun [63]: 8 “...padahal kekuatan itu hanyalah milik Allah, Rasul-Nya, dan orang-orang mukmin. Akan tetapi, orang-orang munafik itu tidak mengetahuinya”. HAMKA menjelaskan bahwa kemuliaan (*‘izzah*) seseorang terletak pada keteguhan iman dan moralnya. *‘izzah* menjadi pedoman agar manusia tidak kehilangan arah saat mencintai dirinya sendiri. Seseorang yang memiliki *‘izzah* akan mencintai dirinya dengan menjaga kemuliaan, tidak tunduk pada keinginan yang mengikuti hawa nafsu, dan tidak membiarkan dirinya dikuasai oleh kepuasan sesaat. HAMKA menegaskan di dalam menafsirkan QS. Fathir ayat 10, bahwa seseorang yang kehilangan *‘izzah* berarti kehilangan harga diri sejati, karena nilai kemuliaan manusia terletak pada hubungannya dengan Allah yang didapatkan dengan beramal shalih dan senantiasa mengingat Allah (HAMKA, 2007). Ibnu Katsir juga menegaskan bahwa kemuliaan dapat diberikan orang-orang beriman hanya dengan ketakwaan mereka, bukan melalui status atau penilaian manusia (Ibn Katsir, 2000). Al-Tabari menambahkan bahwa orang munafiklah yang berharap memperoleh *‘izzah* dari harta dan kelompok sosial (At-Tabari, 2000). Maka dengan demikian, cinta terhadap diri yang berlandaskan *‘izzah* dapat menjauhkan seseorang dari kecenderungan bersikap *permisivisme* yang sering muncul dalam penerapan *self-love* saat ini.

Kemudian HAMKA menjelaskan konsep *taziyatun nafs* sebagai inti dari penerapan konsep *self-love*. Dalam menafsirkan QS. Asy-Syams [91]: 9-10 “*sungguh*

beruntung orang yang menyucikan jiwanya dan sungguh rugi orang yang mengotorinya". HAMKA menjelaskan bahwa kebahagiaan sejati bukan berasal dari kekayaan atau kedudukan melainkan dari kemampuan seseorang menjaga kebersihan jiwanya dari sifat iri, sombong dan kecenderungan mencintai dunia (HAMKA, 2007). Penerapan *tazkiyatun nafs* mengajarkan bahwa mencintai diri berarti berusaha memperbaiki dan menyelamatkan dirinya dari perbuatan dosa. Ibnu Katsir menjelaskan bahwa penyucian jiwa dalam ayat ini berarti membersihkan jiwa dari syirik, dan mengotori jiwa berarti membiarkan dirinya dikuasai hawa nafsu (At-Tabari, 2000). Sedangkan HAMKA menjelaskan di dalam buku karangannya yang berjudul "renungan tasawuf" bahwa orang yang benar-benar mengenal dan mencintai dirinya tidak akan membiarkan nafsu merusak nilai kemanusiaannya, melainkan berusaha menumbuhkan potensi kebaikan dalam dirinya (HAMKA, 2016: 113). Dibeberapa lainnya yang berjudul "Falsafah Hidup", HAMKA mengembangkan makna penyucian jiwa menjadi nilai moral yang dapat menjadi benteng dari bentuk penyimpangan. Manusia yang mencintai dirinya dengan benar akan menjaga akalanya dari kebodohan, hatinya dari kebencian, dan tubuhnya dari kemalasan (HAMKA, 2015). *Tazkiyah* menjadi bentuk cinta diri yang aktif bukan hanya sekarang penerimaan diri, tetapi juga perjuangan untuk menjadi pribadi yang lebih baik (Arrasyid, 2024: 45). Dengan penyucian jiwa, seseorang mampu mencapai kebahagiaan hakiki, *tazkiyah* juga berfungsi sebagai penuntun yang disebutkan dalam Al-Qur'an agar penerapan *self-love* tidak berubah menjadi alasan pembenaran seseorang melakukan perilaku permisivisme, individualisme, dan egoisme. HAMKA menjelaskan seseorang yang beriman akan mengusahakan pembersihan pada luar dan dalam dirinya, serta tidak mengotorinya. Sebab dengan kotoran akan membuka semua pintu kejahatan yang besar (HAMKA, 2007). Maka, ketika seseorang mencintai dirinya dengan kesadaran yang diiringi dengan penerapan Al-Qur'an, ia akan menjaga diri dari perilaku merusak, menolak permisivisme, menghindari egoisme, dan berperan aktif menebar kebaikan di masyarakat (Hidayah, 2021: 96).

Kemudian HAMKA menjelaskan mengenai penerimaan diri dan kesadaran tanggung jawab manusia sebagai khalifah dalam menerapkan konsep *self-love* dengan benar. Dalam menafsirkan QS. Al-Ghafir [40]: 64 "*Allah-lah yang menjadikan bumi untukmu sebagai tempat menetap dan langit sebagai atap. (Dia pula yang) membentukmu, lalu memperindah bentukmu, serta memberimu rezeki dari yang baik-baik. Demikianlah Allah Tuhanmu. Maha Suci Allah, Tuhan semesta alam.*" HAMKA menafsirkan, bahwa manusia diciptakan dengan bentuk terbaik agar mereka sadar akan kehormatan dan tanggung jawabnya di muka bumi (HAMKA, 2007). Dengan bersyukur, manusia tidak hanya mencintai dirinya tetapi juga menggunakan potensi yang dimiliki agar menjadikan dirinya bermanfaat bagi orang lain (Aidha & Kusroni, 2024: 110). HAMKA menafsirkan ayat di atas sebagai pengingat bahwa manusia harus menyadari kehormatannya sebagai ciptaan Allah yang disempurnakan dengan akal dan potensi untuk berbuat kebaikan (HAMKA, 2007). Ibnu Katsir juga menyampaikan bahwa ayat ini merupakan penegasan tentang kesempurnaan penciptaan manusia dan anugerah ayat ini sebagai tempat hidup, sehingga manusia berkewajiban menggunakan anugerah tersebut dengan benar. At-Tabari menambahkan bahwa nikmat penciptaan yang diterima manusia harus mendorong manusia menjalankan amanah Tuhan. Kemudian dibalik keindahan dan keistimewaan yang dimiliki manusia menjadikan landasan rasa syukur dan di

dalamnya juga terdapat amanah dan tanggung jawab untuk berbuat baik dan menegakkan kemanusiaan (HAMKA, 2015: 98). Dengan bersyukur, manusia akan lebih menghargai dan mencintai dirinya. *Self-love* yang timbul dengan bersyukur tidak hanya sebagai bentuk apresiasi terhadap dirinya, tetapi juga melihat kebaikan dan potensi yang ada di dalam diri dengan menghargai diri sebagai ciptaan Allah yang sempurna. Sebagaimana firman Allah dalam QS. At-Tin [95]:4 “*Sungguh, Kami benar-benar telah menciptakan manusia dalam bentuk yang terbaik*”.

d. Relevansi penafsiran HAMKA dalam penerapan konsep *self-love*

Penafsiran HAMKA terhadap nilai-nilai *karāmah*, *‘izzah*, *tazkiyatun nafs*, kesadaran dan tanggung jawab sebagai *khalifah* memberikan kerangka konseptual yang sangat relevan untuk memahami *self-love* secara proporsial. Menurut HAMKA, *self-love* bukan hanya perasaan mencintai diri sendiri, melainkan sebuah kesadaran spiritual yang menempatkan manusia dalam hubungannya dengan Allah, sesama manusia, dan dirinya sendiri. Pandangan ini sejalan dengan teori kesadaran diri dalam konsep *self-love* yaitu *self-awareness* yang menegaskan bahwa seseorang hanya dapat memahami dirinya secara utuh jika ia menyadari keberadaan Tuhan sebagai sumber nilai dan tujuan hidupnya (Rahayu, 2025: 22). HAMKA memandang *self-love* sebagai bentuk kesadaran diri atas nilai kemanusiaan dan tanggung jawab kepada Allah dengan mencintai diri agar lebih dekat kepada Allah, memperbaiki akhlak dan memberikan manfaat kepada orang lain (HAMKA, 2015: 90). HAMKA menegaskan bahwa kesadaran spiritual tidak hanya sebatas mengenal diri sendiri, melainkan juga mencakup kesadaran akan hubungan manusia dengan Tuhannya, manusia lainnya serta lingkungannya. Melalui penafsiran terhadap nilai-nilai *karāmah*, *‘izzah*, *tazkiyatun nafs*, penerimaan diri dan kesadaran tanggung jawab menunjukkan arah penerapan konsep *self-love* yang selaras dengan nilai-nilai Islam.

Dalam mengatasi sikap *permisivisme*, *individualisme*, dan *egoisme* yang disebabkan penerapan konsep *self-love* yang tidak sesuai, HAMKA memberikan batasan moral dan spiritual yang tegas agar di dalam penerapan *self-love* agar sesuai dengan ajaran Islam dan tujuan yang benar. Penafsiran HAMKA terhadap nilai-nilai kemanusiaan dalam Tafsir Al-Azhar sangat relevan di dalam menata kembali pemahaman dan penerapan konsep *self-love* di masa kini di mana istilah *self-love* sering dimaknai secara sempit sebagai pembenaran terhadap sikap mencintai diri tanpa batas, bahkan cenderung permisif terhadap kesalahan dan egoisme (Rahmawati, 2023: 35). HAMKA menjelaskan bahwa *karāmah* menjadi dasar bagi seorang muslim dalam mencintai dirinya. Seorang mukmin harus menyadari nilai dirinya sebagai makhluk mulia, dan menjaga kehormatan diri dari perbuatan hina. Tidak memanfaatkan kemuliaan untuk melegitimasi kebebasan tanpa batas (Hidayat, 2023: 60). Dengan demikian, cinta terhadap diri sejati adalah cinta yang berorientasi pada pemeliharaan martabat dan moralitas manusia sebagai hamba. Kemudian HAMKA menekankan dalam penafsiran QS. Fathir [35]:10 bahwa *‘izzah*, kemuliaan sejati hanya dapat diraih melalui keimanan dan keteguhan spiritual. Ia mengatakan bahwa orang beriman memiliki kemuliaan batin yang tidak dapat digoyahkan oleh dunia (HAMKA, 2007). Hal ini menunjukkan bahwa *‘izzah* bukanlah kebanggaan diri yang menutup diri dari kritik, tetapi kekuatan moral yang menuntun manusia untuk tetap teguh menjaga prinsip (Mubarak, 2022: 3). Dalam konsep *self-love*, *‘izzah* menjadi penyeimbang antara penghargaan diri dan kerendahan hati. Seorang mukmin yang memiliki *‘izzah* memahami bahwa

mencintai dirinya berarti menjaga kehormatan, menolak kehinaan moral, dan menolak pada ketergantungan terhadap pengakuan manusia (Mubarak, 2022). Dengan menerapkannya, dapat mencegah munculnya *self-love* yang individualisme, dan egoisme. HAMKA juga menekankan konsep *tazkiyatun nafs* yang menjadi pilar spiritual bagi penerapan konsep *self-love* yang benar.

Pembersihan jiwa bukan hanya usaha moral, tetapi bentuk cinta terhadap diri yang tertinggi, *tazkiyah* berarti mencintai diri melalui perbaikan diri, bukan dengan membiarkan nafsu menguasai diri (Majid, 2023: 220). Pandangan ini kontras dengan pemahaman *self-love* saat ini yang sering mengutamakan penerimaan diri tanpa adanya evaluasi moral. HAMKA mengajarkan bahwa mencintai diri justru menuntut perjuangan dan pengendali diri (HAMKA, 2016: 91). Konsep ini juga memperlihatkan relevansi spiritual Islam dengan psikologi modern yang menekankan pentingnya *self-regulation* dan *self-growth* sebagai bentuk cinta diri yang sehat (Latifah, 2024). HAMKA menjelaskan penerimaan diri dan kesadaran tanggung jawab manusia sebagai khalifah bahwa manusia harus menyadari dan mensyukuri nikmat penciptaan dengan cara menggunakan potensi yang diberikan Allah untuk kemaslahatan. Syukur menurut HAMKA bukan sekedar ucapan lisan, tetapi kesadaran akan tugas hidup yang menuntut manusia berbuat baik kepada sesama manusia dan menjaga bumi (Aidha & Kusroni, 2024: 108). Dengan demikian, penerimaan diri dalam Al-Qur'an tidak hanya berhenti pada rasa puas terhadap keadaan diri, melainkan harus diiringi tanggung jawab moral (Shihab, 2021). Penerimaan diri yang demikian menjadi wujud *self-love* yang sejati dengan menghargai diri sambil menunaikan amanah sosial dan spiritual (Aminah, 2024: 20).

Penafsiran HAMKA terhadap keempat poin tersebut menunjukkan bahwa *self-love* yang benar di dalam Islam dengan berlandaskan Al-Qur'an selalu berdimensi ganda yakni antara spiritual dan sosial. Dalam konteks spiritual, mencintai dirinya sendiri dengan menyucikan jiwa, menjaga martabat dan bersyukur kepada Allah. Dalam konteks sosial, manusia mencintai dirinya dengan cara berbuat baik, menebarkan kasih sayang, dan menunaikan tanggung jawabnya terhadap masyarakat (Herlina, 2023: 56). Dengan keseimbangan ini, HAMKA menegaskan bahwa *self-love* tidak boleh jatuh pada sikap permisivisme dengan membenarkan semua keinginan diri sendiri, individualisme dengan mengutamakan diri atas orang lain, dan egoisme dengan menolak tanggung jawab sosial (Rahmawati, 2023). Penafsiran HAMKA ini sangat penting di tengah krisis moral masa kini yang ditandai dengan meningkatnya narsisme dan isolasi sosial akibat interpretasi *self-love* yang berlebihan (Putri & Larasati, 2024: 73). HAMKA menawarkan pendekatan religius yang menyeimbangkan antara cinta diri dan cinta kepada Allah. Dalam pandangannya, hanya dengan mengenal Allah manusia dapat mengenal dirinya secara benar, sebagaimana pepatah sufistik "*Man'arafa nafsahu faqad 'arafa rabbahu*" (barang siapa ingin mengenal dirinya, maka ia mengenal Tuhannya). Maka mencintai diri berarti mengenal potensi dan kelemahan diri dalam bingkai pengabdian kepada Allah. Melalui pendekatan tersebut, HAMKA berhasil mengembalikan makna *self-love* kepada akar spiritualnya yakni cinta yang membawa manusia pada keikhlasan, kesadaran diri, dan keseimbangan hidup (Ibrahim, 2020: 247). Dengan demikian penafsiran HAMKA terhadap konsep *self-love* berhasil mengembalikan maknanya kepada spiritual dan tanggung jawab moral. Konsep ini menawarkan pendekatan yang seimbang, membawa manusia pada

keikhlasan, kesadaran diri, dan keseimbangan hidup. Konsep ini juga menjadi solusi spiritual bagi isu krisis moral dan mental di masa kini.

D. KESIMPULAN

Pertama, konsep *self-love* dalam Al-Qur'an sebagaimana ditafsirkan HAMKA dalam Tafsir Al-Azhar menunjukkan bahwa mencintai diri tidak dimaknai sebagai pemanjaan diri atau kebebasan tanpa batas, melainkan berakar pada tauhid dan menempatkan manusia sebagai makhluk bermartabat sekaligus bertanggung jawab. *Self-love* dipahami melalui empat konsep nilai yaitu *karāmah*, *izzah*, *tazkiyatun nafs*, penerimaan diri dan kesadaran tanggung jawab. Melalui penafsiran HAMKA, *self-love* yang benar terwujud melalui keseimbangan antara penghargaan terhadap potensi diri dan ketaatan kepada Allah, sehingga *self-love* menjadi bagian dari pembentukan kepribadian seorang mukmin yang utuh.

Kedua, nilai-nilai *self-love* dalam Tafsir Al-Azhar memiliki peran penting untuk meluruskan dan menjadi pembatas dalam penerapan konsep *self-love* yang mengalami pergeseran makna sehingga mengarah pada sikap permisivisme, individualisme dan egoisme. Konsep *karāmah* menumbuhkan kesadaran menjaga martabat diri, *'izzah* menegaskan bahwa harga diri bersumber dari keimanan, sedangkan *tazkiyatun nafs* mengarahkan cinta diri pada proses penyucian jiwa dan perbaikan akhlak secara berkelanjutan. Penerimaan diri yang disertai kesadaran tanggung jawab menegaskan bahwa *self-love* tidak berhenti pada penerimaan diri semata, tetapi diwujudkan melalui sikap syukur, menjaga amanah diri, serta pemanfaatan potensi untuk kebaikan personal dan sosial.

Keseluruhan penelitian ini menyimpulkan bahwa penafsiran HAMKA terhadap nilai-nilai *karāmah*, *'izzah*, *tazkiyatun nafs*, serta kesadaran tanggung jawab memberikan kerangka konseptual yang komprehensif untuk meluruskan penerapan konsep *self-love* yang berlebihan. *Self-love* dalam Tafsir Al-Azhar mampu menjadi solusi normatif dan spiritual dalam menghadapi kecenderungan permisivisme, individualisme, dan egoisme dalam praktik *self-love* yang berlebihan. Dengan menempatkan *self-love* dalam bingkai tauhid, akhlak, dan tanggung jawab sosial, HAMKA mengembalikan makna *self-love* sebagai jalan menuju keseimbangan batin, moral, dan kebahagiaan yang sebenarnya.

DAFTAR PUSTAKA

- A, Fitria., & dkk. (2022). Fear of Missing Out (FOMO) dan Perilaku Individualitis pada Generasi Z. *Jurnal Psikologi Sosial*.
- Afifah, Faradila Nur. (2022). Mencintai Diri Sendiri dalam Al-Quran dan Implikasinya Terhadap Kesehatan Mental (Analisis Penafsiran Ayat-ayat *Self-love* dengan Pendekatan Psikologi). UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Ahmad, A. Z. (2020). Khalifah dalam Perspektif HAMKA: Antara Tanggung Jawab Spiritual dan Sosial. *Jurnal Ulul Albab*.
- Aidha, Siti., & Kusroni. (2024). Konsep Self-Acceptance Terhadap Body Shaming: Studi Komparatif Psikologi Abraham Maslow dan Tafsir Al-Azhar Karya HAMKA. *Jurnal Cendekia Ilmiah*.
- al-Fikry, M. Nabih Zaky., & dkk. (2025). The Quran's View on Body Positivity: Thematic Interpretation Study. *Jurnal HIKAMI*.
- Al-Ghazali. (2004). *Ihya Ulum ad-Din* (Juz 3). Dar al-Ma'arif.
- Amin, Muhammad. (2025). Konsep Tazkiyatun Al-Nafs dalam Tafsir Al-Azhar Karya HAMKA. *Jurnal QURANICUM*.
- Aminah. (2024). Syukur sebagai Dimensi Psikologis Self-love. *Jurnal Psikologi Islam*.
- Arrasyid. (2024). Konsep Kebahagiaan dalam Tasawuf Modern HAMKA. *Jurnal Filsafat dan Pemikiran Islam*.
- At-Tabari, Muhammad Ibn Jarir. (2000). *Jami al-Bayan Ta'wil Ay al-Quran*. Mu'assasah al-Risalah.
- Baqi, M. F. A. (2007). *al-Mu'jam al-Mufahras li alfa zal-Quran Al-Karim*. al-Azhar: Dar al-Hadist.
- Fromm, E. (2020). *The Art of Loving: Memaknai Hakikat Cinta* (A. Kristiawan, Penerj.). Gramedia Pustaka Utama.
- HAMKA. (2007). *Tafsir Al-Azhar: Vol. Juz 3*. Pustaka Panjimas.
- HAMKA. (2015). *Falsafah Hidup*. Republika.
- HAMKA. (2015). *Tasawuf Modern*. Republika.
- HAMKA. (2016). *Lembaga Budi*. Pustaka Abdi Bangsa.
- HAMKA. (2016). *Renungan Tasawuf*. Republika.
- Herlina. (2023). Konsep Khalifah dalam Psikologi Qurani. *Jurnal Spiritual Islam*.
- Hidayah, N. (2021). Tazkiyatun Nafs dalam Pembentukan Kepribadian Islami. *Jurnal Ulul Albab*.
- Hidayat. (2023). Keseimbangan Self-love dan Tanggung Jawab Sosial. *Jurnal Psikologi Islam*.

- Hidayat, Nur. (2023). Karamah dan Etika Diri dalam Al-Quran. *Jurnal Ulumul Quran*, 5(2), 56.
- Hidayati, Husnul. (2018). Metodologi Tafsir Kontekstual al-Azhar Karya Buya HAMKA. *Jurnal el-Umdah*.
- Husna, & Sa'adah, N. (2023). Self-love dalam Perspektif Islami: Menjaga Kesehatan Mental dan Mengoptimalkan Potensi. *NUANSA*.
- Ibn Katsir, Ismail ibn Umar. (2000). *Tafsir Al-Quran al-Azim*. Dar al-Kutub al-Ilmiyyah.
- Ibrahim. (2020). HAMKA's Da'wah Reform. *Jurnal Al-Itqan*.
- J, Moleong Lexy. (2021). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Remaja Rosdakarya.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2023*. sayasehat.kemkes.go.id.
- Kurniawan, Sandriya., & Pulungan, Juli Julaiha. (2025). Martabat Kemanusiaan dalam Al-Quran Menurut Tafsir al-Azhar Karya Prof.HAMKA. *Jurnal Ulumuddin*.
- Larasati, Ayu Festian. (2022). *Self-love Perpspektif Tafsir Haqa'iq at-Tafsir Karya Abu Abdurrahman As-Sulami*. UIN Maulana Malik Ibrahim.
- Latifah. (2024). Self-love dalam Perspektif Tazkiyah. *Jurnal Psikologi Qurani*.
- Majid, Abdul. (2023). Tazkiyatun Nafs dan Pengembangan Diri. *Jurnal Fikri Islami*.
- Mubarak, Ahmad Zaki. (2022). Konsep 'izzah dalam Perspektif Al-Quran. *Jurnal At-Tibyan*.
- Muda, Zainuddin. (2021). Corak Tafsir HAMKA dalam Tafsir Al-Azhar: Pendekatan Sosial Kemanusiaan dalam Penafsiran Ayat-ayat Al-Quran. *Jurnal Tafsir Nusantara*.
- Napis, Achmad., & dkk. (2025). Analisis Karamah Insaniyah dalam QS. al-Isra dan Relevansinya Terhadap Kehidupan Kontemporer. *Jurnal Amsal Al-Qur'an*.
- Naufal Waliyuddin. (2022, April 19). *Glorifikasi Self-love, Self-healing dan Mekanisme Anak Muda*. Artikel The Columnist.
- Neff, Kristin. D. (2023). *Self Compassion: The Proven Power of Being Kind to Yourself*. New York: HarperOne.
- Nisa, Fitrotun. (2022). *Konsep Self-love Menurut M. Quraish Shihab (Studi Ayat-ayat Dalam Tafsir Al-Misbah)*. UIN Sunan Kalijaga.
- Nuraini, Danisa Sabril & Yamini, Era Agustina. (2025). Pengaruh *Self-esteem* Terhadap Gaya Hidup Hedonisme Pada Generasi Z. *Jurnal Psikologi*.
- Prameswari, Gendhis. (2024). *Self-love dan Relevansinya Terhadap Pencegahan Depresi Perspektif Tafsir Al-Azhar*. IAIN Salatiga.
- Priyanti, Julinar Ulul Azmi. (2022). *Makna Self-love dalam Perspektif Dakwah Islam*. UIN Walisongo.

- Putri, & Larasati. (2024). Narsisme dalam Tren Self-love di Media Sosial. *Jurnal Komunikasi Islam*.
- Rahayu, Pangesti Dwi. (2025). *Konsep Kesadaran Diri Perspektif Al-Quran (Analisis Teori Self-Awareness Goleman)* [Skripsi]. UIN Kiai Ageng Muhammad Besari.
- Rahmawati. (2023). Kritik Terhadap Self-love dalam Budaya Populer. *Jurnal Etika Islam*.
- Raras, & Sa'adah, Nurus. (2023). Self-love dalam Perspektif Islami: Menjaga Kesehatan Mental dan Mengoptimalkan Potensi. *NUANSA*.
- Sari, Kartika Indah., & Faradina, Nelly. (2024). The Applivation of Unconditional Positive Regard in Counseling Based on Carl Rogers Person Centered Therapy. *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling*.
- Seligman, Martin. E. P. (2021). *Positive Psychology: A New Understanding of Happiness and Well-Being*. Routledge.
- Shihab, M. Quraish. (2013). *Wawasan Al-Quran*. Mizan.
- Shihab, M. Quraish. (2020). *Membumikan Al-Quran: Fungsi dan Peran Wahyu dalam Kehidupan Masyarakat*. Mizan.
- Shihab, M. Q. (2021). *Tafsir Al-Misbah (Juz 24)*. Lentera Hati.
- Widyastuti, Ratna. (2024). *Metodologi Penelitian*. Sonpedia Publishing.
- Yasmin, Attia Nabilla., & Fardani, Rhae Ayu. (2020). Konstruksi Makna Love Your Self dan Mental Health Awareness Bagi Army (Kelompok Penggemar BTS) Terhadap Lagu dan Campaign Milik BTS. *Jurnal ilmu komunikasi*.
- Zhang, Y., & Chen, S. (2022). Self-love, Self-Indugence and Moral Responsibility. *Journal of Positive Psychology*.
- Zuhri, Saifuddin. (2021). Konsep Tazkiyatun Nafs dalam Psikologi Islam. *Jurnal Ilmu Agama dan Psikologi*

