

BODY POSITIVITY DAN BODY NEUTRALITY
DALAM QS. AT-TIN AYAT 4
(ANALISIS PENDEKATAN *MA 'NĀ CUM MAGHZĀ*)

SKRIPSI



Oleh :

Lailatul Farokha
NIM. 212104010024
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
JEMBER

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SHIDDIQ JEMBER
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN HUMANIORA
JUNI 2025

BODY POSITIVITY DAN BODY NEUTRALITY
DALAM QS. AT-TIN AYAT 4
(ANALISIS PENDEKATAN *MA 'NĀ CUM MAGHZĀ*)

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri
Kiai Haji Achmad Siddiq Jember
untuk memenuhi salah satu persyaratan
Memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag.)
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora
Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
Oleh :
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
Lailatul Farokha
NIM. 212104010024
JEMBER

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SHIDDIQ JEMBER
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN HUMANIORA
JUNI 2025

BODY POSITIVITY DAN BODY NEUTRALITY
DALAM QS. AT-TIN AYAT 4
(ANALISIS PENDEKATAN *MA 'NĀ CUM MAGHZĀ*)

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri
Kiai Haji Achmad Siddiq Jember
Untuk memenuhi salah satu persyaratan
Memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag)
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora
Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Oleh :

Lailatul Farokha
NIM. 212104010024



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
Disetujui Pembimbing
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ

J E M B E R

Ibanah Suhwardiyah Shiam Mubarakah, S. Th.I., M.A.

NIP. 198006232023212018

**BODY POSITIVITY DAN BODY NEUTRALITY
DALAM QS. AT-TIN AYAT 4
(ANALISIS PENDEKATAN MA 'NĀ CUM MAGHZA)**

SKRIPSI

Telah diuji dan diterima untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag)
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora
Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Hari : Rabu

Tanggal : 25 Juni 2025

Tim Penguji

Ketua

Dr. Win Usuluddin, M.Hum.
NIP. 197001182008011012¹

Sekretaris

Irfa' Asy'at Firmansyah, M.Pd.I
NIP. 198304032023211021

Anggota :

1. Dr. Mohamad Barmawi, M.Hum.
NIP/NUP. 198305042023211014

2. Hj. Ibanah Suhwardiyah Shiam M, S Th.I., M.A.
NIP/NUP. 198006232023212018

Menyetujui

Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora



Prof. Dr. Ahidul Asror, M.Ag.
NIP. 197406062000031003

MOTTO

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَن تَقْوِيمٍ

"Sungguh, Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya."
(QS. at-Tin: 95:4)¹



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

¹ Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an Terjemah* (Bandung: sygma, 2007), 597.

PERSEMBAHAN

Dalam proses penulisan skripsi ini, dapat disadari bahwa tidak hanya pengetahuan yang diperoleh, tetapi juga kebijaksanaan dan pengalaman yang tak ternilai.

Dengan kerendahan hati dan rasa syukur yang mendalam, skripsi ini saya persembahkan kepada, Almamater ku Ilmu al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember dan civitas Akademika juga insan cita yang bergelut dengan Ilmu al-Qur'an dan Tafsir khususnya ayat-ayat analitik. Serta teman-teman, yang telah turut untuk mendukung, menemani kesulitan dan memberikan energi positif.

Terimakasih atas dukungan yang telah diberikan.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

ABSTRAK

Lailatul Farokha, 2025: *Body Positivity* dan *Body Neutrality* dalam QS. at-Tin ayat 4 (Analisis Pendekatan *Ma'nā Cum Maghza*)

Kata-kata Kunci: *Body Positivity*, *Body Neutrality*, QS. at-Tin: 4, *Ma'nā Cum Maghza*

Surah at-Tin ayat 4 menegaskan bahwa manusia diciptakan dalam bentuk yang yang sebaik-baiknya, sehingga mereka diharapkan memaksimalkan potensi dengan berfokus pada hal-hal positif, bukan hanya aspek fisik. Krisis kepercayaan diri yang terkait dengan penampilan fisik seringkali memicu masalah kesehatan mental. Fenomena *body positivity* dan *body neutrality* muncul sebagai solusi untuk mengatasi masalah tersebut. Menariknya, pesan yang terkandung dalam fenomena tersebut sejalan dengan ajaran dalam QS *at-Tin* ayat 4. Untuk menganalisis ayat tersebut, peneliti menggunakan teori *Ma'nā Cum Maghza*, yang mempertimbangkan makna literal dari tafsir klasik dan pemahaman al-Qur'an dengan perspektif kontemporer untuk menjawab permasalahan yang ada. Analisis ini melibatkan pemahaman makna historis dan signifikansi dinamis ayat tersebut dalam konteks *body positivity* dan *neutrality*, serta bagaimana teks al-Qur'an dapat diaplikasikan dalam realitas sosial budaya. Dengan langkah-langkah yang digunakan pada teori tersebut yaitu, menganalisis Makna (*al-Ma'nā al-Tārikhī*), signifikansi historis (*al-Maghza al-Tārikhī*) dan signifikansi dinamis (*al-Maghza al-Mutāharik*).

Dari latar belakang sebelumnya kemudian peneliti mengangkat rumusan masalah sebagai berikut: 1) Bagaimana analisis pendekatan *ma'nā cum maghza* (*al-Ma'nā al-Tārikhī*) dan (*al-Maghza al-Tārikhī*) terhadap QS. *at-Tin* ayat 4? 2) Bagaimana Implementasi *al-Maghza al-Mutāharik* dalam surah *at-Tin* ayat 4 dan kaitannya dengan *body positivity* dan *body neutrality*?. Dengan tujuan penelitian sebagai berikut 1) untuk mengetahui analisis pendekatan *ma'nā cum maghza* (*al-Ma'nā al-Tārikhī*) dan (*al-Maghza al-Tārikhī*) terhadap QS. *at-Tin* ayat 4. 2) untuk mengetahui implementasi *al-Maghza al-Mutāharik* dalam surah *at-Tin* ayat 4 dan kaitannya dengan *body positivity* dan *body neutrality*.

Untuk menjawab rumusan masalah tersebut, penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif-deskriptif yang berfokus pada kepustakaan (*library research*). Dengan teori tafsir kontekstual hermeneutika *ma'nā cum maghza*. Data diperoleh melalui studi pustaka dari berbagai sumber literatur seperti kitab tafsir, buku, kajian keislaman, artikel tentang fenomena yang dibahas.

Hasil penelitian ini menunjukkan bentuk implementasi penafsiran dari QS. *at-Tin* ayat 4 yang berkaitan dengan fenomena *body positivity* dan *neutrality* yaitu sebagai berikut: 1) Menerima keberagaman tubuh (bersyukur) 2) berfokus pada ruhiyah, potensi dan fungsi tubuh. Sikap tersebut dapat memperbaiki pola pikir dan hidup seseorang. Dengan melakukan ke dua hal tersebut seseorang lebih mengutamakan dan mengembangkan potensi untuk memperbaiki diri dari pada mendengarkan diskriminasi masyarakat tentang standar kecantikan atau standar kesempurnaan tubuh yang tidak realistis, yang dapat berpengaruh pada krisis kepercayaan diri bahkan kesehatan mental.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kepada Allah, peneliti panjatkan atas kekuatan dan kemampuan yang diberikan dalam proses penelitian dan penyusunan skripsi ini. Shalawat serta salam peneliti haturkan kepada Nabi Muhammad SAW, yang menjadi teladan dan inspirasi bagi kita semua. Kesuksesan dalam menyelesaikan skripsi ini dapat penulis peroleh karena dukungan banyak pihak. Oleh karena itu, penulis menyadari dan menyampaikan rasa terima kasih karena telah memberikan informasi, fasilitas, pelayanan dan ruang-ruang diskusi yang baik kepada:

1. Rektor Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, Bapak Prof. Dr. H. Hepni, S.Ag., M.M., CPEM.
2. Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora, Bapak Prof. Dr. H. Ahidul Asror, M.Ag.
3. Ketua Jurusan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora, Bapak Dr. Win Usuluddin, M.Hum.
4. Koordinator Program Studi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir, Bapak Abdullah Dardum, M.Th.I
5. Dosen Pembimbing Skripsi, Ibu Hj. Ibanah Suhwardiyah Shiam Mubarakah, S. Th.I., M.A.
6. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ushuluddin, Adab dan Humaniora.

Jember, 25 Juni 2025

Lailatul Farokha
NIM. 212104010024

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN

Penelitian ini menggunakan pedoman transliterasi Arab-Indonesia sesuai yang tercantum dalam Pedoman Karya Tulis Ilmiah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember edisi tahun 2021.

Awal	Tengah	Akhir	Sendiri	Latin/Indonesia
ا	ا	ا	ا	a/i/u
ب	ب	ب	ب	B
ت	ت	ت	ت	T
ث	ث	ث	ث	Th
ج	ج	ج	ج	J
ح	ح	ح	ح	H
خ	خ	خ	خ	Kh
د	د	د	د	D
ذ	ذ	ذ	ذ	Z
ر	ر	ر	ر	R
ز	ز	ز	ز	Z
س	س	س	س	S
ش	ش	ش	ش	Sh
ص	ص	ص	ص	ṣ
ض	ض	ض	ض	ḍ
ط	ط	ط	ط	ṭ
ظ	ظ	ظ	ظ	ẓ

ع	ع	ع	ع	'(ayn)
غ	غ	غ	غ	Gh
ف	ف	ف	ف	F
ق	ق	ق	ق	Q
ك	ك	ك	ك	K
ل	ل	ل	ل	L
م	م	م	م	M
ن	ن	ن	ن	N
ه	ه	ه, هـ	ه, هـ	H
و	و	و	و	W
ي	ي	ي	ي	Y

Transliterasi berupa huruf dan tanda pada bunyi atau vokal panjang (madd) yang dilambangkan harakat dan huruf , namun dalam tulisan latin yaitu sebagai berikut:

Tanda panjang pada huruf Arab	Keterangan Harakat & Huruf	Huruf Latin	Keterangan
أ...إ...	Fathah & alif	ā	a dan <i>macron</i> di atas
ي...	Kasrah & ya	ī	i dan <i>macron</i> di atas
ؤ...	Dammah & wau	ū	u dan <i>macron</i> di atas

DAFTAR ISI

Halaman Sampul	i
Lembar Persetujuan Pembimbing	ii
Lembar Pengesahan	iii
Motto	iv
Persembahan	v
Abstrak	vi
Kata Pengantar	vii
Pedoman Transliterasi	viii
Daftar Isi	x
BAB I : PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Penelitian	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Definisi Istilah	9
F. Sistematika Pembahasan	11
BAB II : KAJIAN PUSTAKA	13
A. Penelitian Terdahulu	13
B. Kajian Teori	19
BAB III : METODE PENELITIAN	24
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	24
B. Sumber Data	24

C. Teknik Pengumpulan Data	25
D. Analisis Data	26
BAB IV : PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS	27
A. <i>Body Positivity</i> dan <i>Body Neutrality</i> Secara Umum	27
B. <i>Body Positivity</i> dan <i>Body Neutrality</i> dalam al-Qur'an	34
C. Analisis Pendekatan <i>Ma'nā Cum Maghzā</i> (al-Ma'nā al-Tarikhī dan al-Maghzā al-Tarikhī)	36
a. al-Ma'nā al-Tarikhī	36
a) Analisis Penafsiran Linguistik	37
b) Analisis Intratekstualitas	42
c) Analisis Historis	54
b. al-Maghzā al-Tarikhī	58
D. Implementasi <i>al-Mghzā al-Mutaharik</i> dalam surah at-Tin ayat 4 dan kaitannya dengan <i>body positivity</i> dan <i>body neutrality</i>	67
BAB V : PENUTUP	81
A. Kesimpulan	81
B. Saran-saran	82
DAFTAR PUSTAKA	83
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	88
BIOGRAFI PENULIS	89

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Al-Qur'an sebagai kitab suci umat Islam tidak hanya menjadi pedoman hidup tetapi, juga sebagai sumber ilmu pengetahuan, hukum, etika, dan spiritualitas. Seperti yang dikatakan Imam Suyuti di dalam kitab *al-Itqān fī Ulūmil Qur'ān* bahwa Allah telah menjelaskan di dalam al-Qur'an mengenai segala sesuatu dan ilmu pengetahuan. Kemudian oleh para ulama diambil dan dijadikan pegangan. Sebagaimana ahli fikih mengeluarkan hukum halal dan haram, ayat mengenai kisah-kisah, nasihat dan ilustrasi-ilustrasi yang dapat dijadikan sebagai peringatan, pengingat dan sebagai pelajaran.²

Al-Qur'an hadir dengan keindahan bahasa dan sastra yang luar biasa, penuh dengan makna dan petunjuk yang dapat diinterpretasikan dalam berbagai konteks sesuai dengan zaman dan tempatnya. Petunjuk yang dimaksud adalah pembimbing untuk berbuat baik, dan meninggalkan perilaku yang dilarang oleh agama. Memahami al-Qur'an juga bergantung bagaimana ayat-ayat-Nya ditafsirkan, dengan mempertimbangkan latar belakang historis, budaya, bahasa, serta kebutuhan umat Islam dalam konteks kehidupan sehari-hari.

Al-Qur'an adalah *ṣālih fī kuli zamān wa makān* berarti al-Qur'an relevan sebagai jawaban kebutuhan manusia di setiap tempat dan waktu.

² Imam Suyuti, "*Al-Itqān fī Ulūm al-Qur'an*" terj. Tim Editor Indiva (Surakarta: Indiva Pustaka, t.t.), 2008, 16.

Kedatangan al-Qur'an tidak hanya merespon permasalahan pada zaman Nabi Muhammad, namun juga memecahkan permasalahan baru seiring waktu dan zaman. Salah satu persoalan pada zaman sekarang, yaitu terkait isu generasi muda yang dihadapkan pada standar kecantikan yang semakin tinggi dan sering kali tidak realistis. Bahkan menyebabkan krisis kepercayaan diri, kekecewaan terhadap tubuh, dan bahkan gangguan mental terkait dengan penampilan fisik.

Beberapa permasalahan mengenai krisis kepercayaan diri dapat disebabkan dari faktor fisik seperti, merasa ukuran badannya yang terlalu besar atau terlalu kecil, tinggi badan yang tidak ideal, dan juga disebabkan karena fisik yang dianggap kurang menarik. Krisis kepercayaan diri juga dipengaruhi oleh media sosial, iklan, dan industri mode yang cenderung menciptakan tekanan bagi individu untuk mencapai bentuk tubuh yang dianggap ideal, sempurna dan bahkan tidak realistis. Akibatnya dari sebagian mereka berlebihan untuk memenuhi standar kecantikan yang dianggap sempurna, contohnya dalam menggunakan kosmetik dan melakukan operasi plastik.

Krisis kepercayaan diri dapat mengganggu mental seseorang. Beberapa siswa senang menyendiri disebabkan karena dirinya tidak sebanding dengan teman-temannya. Kelemahan dalam cara berpikir seseorang juga menyebabkan tidak percaya diri. Mereka tidak berfikir mencari solusi yang positif, mereka lebih memilih berfikir negatif mengenai tubuhnya yang dianggap tidak sempurna. Selain itu krisis

kepercayaan diri juga disebabkan karena pengaruh lingkungan, sering diremehkan atau dikucilkan, pola asuh orang tua yang sering melarang dan membatasi kegiatan anak, orang tua yang selalu memarahi kesalahan anak tetapi tidak memberikan penghargaan ketika melakukan hal yang positif, kurang kasih sayang, dan trauma kegagalan dimasa lalu.³

Ketidakpercayaan diri karena faktor fisik berdampak signifikan terhadap kesehatan mental. Menurut penelitian Ihsan, hal ini dapat memicu gangguan *Body Dysmorphic*. Gangguan ini ditandai dengan ketidakpuasan atau kecemasan yang berlebihan terhadap penampilan fisik perilaku. Beberapa gejala yang terjadi ketika mengalami *Body Dysmorphic*, diantaranya mereka cenderung melakukan perawatan berlebihan, seperti operasi plastik, penggunaan *make-up* atau kosmetik secara berlebihan. Bahkan melakukan prosedur medis lain untuk mengubah penampilan fisik mereka yang dianggap buruk atau tidak sempurna. Selain itu, penderita sering menarik diri dari interaksi sosial dan menghindari situasi yang dapat memicu rasa cemas tentang penampilan mereka.⁴

Untuk meningkatkan rasa percaya diri, beberapa orang memutuskan melakukan operasi plastik. Meskipun anggota tubuh mereka sudah sempurna, namun tekanan dari penilaian orang lain terhadap standar kecantikan yang tidak realistis mendorong mereka mengubah penampilan,

³ Emria Fitri, Nilma Zola, dan Ifdil Ifdil, "Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi," dalam jurnal: *JPPi* (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia) 4, no. 1 (3 Juli 2018): 1–5, <https://doi.org/10.29210/02017182>.

⁴ Ihsan Budi Prakorso, Kondang Budiyan, dan Martaria Rizky Rinaldi, "*Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder dengan kepercayaan Diri pada Mahasiswa*", 2020 15, no. 1 (t.t.): 56–63.

akibatnya dapat terpengaruh pada psikologi. Mereka merasa minder dan berusaha mengatasi ketidakpuasan tersebut dengan operasi plastik, meskipun harus menghadapi risiko prosedurnya. Setelah melakukan operasi, mereka merasa berpenampilan lebih menarik dan percaya diri.⁵

Berangkat dari fenomena di atas, muncul gerakan *body positivity* dan *body neutrality* sebagai respon untuk menanggulangi masalah-masalah krisis kepercayaan diri agar terdorong menerima tubuh apa adanya, mencintai diri sendiri dan orang lain.⁶ Dengan berfokus pada kemampuan dan fungsi tubuh, bukan hanya penampilan fisiknya.⁷ Gerakan ini membawa dampak positif bagi seseorang, agar mereka berfikir optimis, bertanggung jawab, dan realistis terhadap dirinya. Gerakan *body positivity* dan *body neutrality* awalnya tidak membedakan gender, namun karena realita zaman modern yang menunjukkan banyak perempuan yang mengalami krisis kepercayaan diri akibat tekanan sosial tentang tubuh, maka gerakan ini lebih berfokus pada perempuan. Meskipun demikian, pria juga mengalami tekanan sosial terkait tubuh, seperti tekanan untuk memiliki tinggi badan yang dianggap ideal.

Bentuk penerapan gerakan *body positivity* dan *body neutrality* dapat dilihat dari tiga informan pada penelitian Irene Claudia tentang *body*

⁵ Aulia Medina Putri, Dwi Nur Rachmah, dan Neka Erlyani, “*Citra Tubuh pada Dewasa Madya yang melakukan Operasi Plastik Estetik*”, dalam jurnal: *Kognisia* 2, no. 2 (25 Februari 2020): no. 3, <https://doi.org/10.20527/jk.v2i2.1633>.

⁶ Irene Claudia Br Ginting Suka, Clarisa Fitria Salsabila Fachruddin, dan JA Wempi, “Analisis Body Positivity Movement Tentang Wanita Plus Size di Indonesia Melalui Tiktok,” 2024 8, no. 1 (t.t.): 151–64.

⁷ Mia L Pllizzer dan Tracey D Wade, “Developing a definition of body neutrality and strategies for an intervention,” 2023 46 (t.t.): 434–42, Akses 11 Des 2024 <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2023.07.006>.

positivity movement tentang wanita *plus size* di Indonesia melalui tiktok. *Plus size* merupakan sebutan bagi wanita yang memiliki berat badan berlebih.⁸ Informan pertama, seorang aktivis *body positivity*, menyatakan bahwa standar kecantikan tidak dapat dihindari, namun bagaimana cara kita menyikapinya. Informan kedua, seorang wanita *plus size*, mengatakan bahwa gerakan *body positivity* membantunya memiliki pandangan yang lebih positif tentang dirinya sendiri setelah mengalami *bullying*. Informan ketiga menyatakan bahwa *body positivity* adalah tentang mencintai diri sendiri, merasa cukup, dan menikmati hidup. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa gerakan *body positivity* dapat membantu meningkatkan kesadaran serta penerimaan terhadap diri sendiri.

Gerakan yang diterapkan pada *body positivity* dan *body neutrality* di dalam ajaran Agama Islam juga dijelaskan dengan landasan yang jelas. al-Qur'an menjelaskan mengenai solusi terhadap krisis kepercayaan diri akibat dari *bullying*. penegasan bahwa manusia diciptakan dengan bentuk yang terbaik. Adapun ayat yang relevan di dalam al-Qur'an tentang gerakan *body positivity* dan *body neutrality* yaitu QS. at-Tin ayat 4.

Allah menciptakan manusia dalam bentuk yang terbaik, agar manusia dapat menyadari dan bersyukur atas nikmat yang diberikan-Nya.

Seperti yang dijelaskan dalam al-Qur'an surah at-Tin: [95]: 4

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ (٤)

⁸ Irene Claudia Br Ginting Suka, Fachruddin, dan Wempi, "Analisis Body Positivity Movement Tentang Wanita Plus Size di Indonesia Melalui Tiktok." Jurnal Komunikasi Profesional, Vol.8, No.1,2024, 151-164, Hlm.152.

Artinya: Sungguh, Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya. (QS. at-Tīn: 4)⁹

Berdasarkan data dan argumen yang telah diuraikan diatas, maka penulis menganggap penting untuk melakukan penelitian dengan meninjau kembali ajaran Islam dalam mengatasi krisis kepercayaan diri, memperbaiki pola pikir seseorang, yang diterapkan pada gerakan *body positivity* dan *neutrality*, dengan solusi yang diajarkan oleh agama Islam, yang tertuang dalam QS. at-Tīn:4.

Memahami QS. at-Tin ayat 4 tersebut penulis menggunakan hermeneutika *ma'nā cum maghzā* sebagai pisau analisis. Pendekatan *ma'na cum maghzā* dirumuskan oleh Sahiron Syamsuddin untuk menengahi problematika diantara kelemahan dua golongan yaitu, aliran subjektivitas dan objektivitas. Pendekatan *ma'nā cum maghzā* tidak meninggalkan subjeknya (nalar) dan tidak meninggalkan objektivitas (teks literalnya). Namun, menggunakan keduanya.

Pendekatan tersebut digunakan dalam penelitian ini untuk meninjau kembali penafsiran terhadap ayat yang dikaji dengan menggunakan tinjauan tekstual berdasarkan kaidah-kaidah penafsiran klasik, serta tinjauan kontekstual berdasarkan pendekatan historis, baik secara mikro maupun makro. Dari kedua tinjauan tersebut, selanjutnya dilakukan perumusan kesimpulan untuk menemukan makna signifikansi fenomenal

⁹ Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an Terjemah*, (Bandung: sygma, 2007), 597.

historis dan makna signifikansi fenomenal dinamis untuk disesuaikan berdasarkan konteks kekinian.¹⁰

B. Fokus Penelitian

1. Bagaimana analisis pendekatan *ma'nā cum maghzā* (*al-Ma'nā al-Tarikhī*) dan (*al-Maghzā al-Tarikhī*) terhadap QS. *at-Tīn* ayat 4?
2. Bagaimana Implementasi *al-Mghzā al-Mutaharik* dalam surah *at-Tīn* ayat 4 dan kaitannya dengan *body positivity* dan *body neutrality*?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pada pemaparan mengenai fokus penelitian pada point sebelumnya, maka tujuan penelitiannya sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui analisis pendekatan *ma'nā cum maghzā* (*al-Ma'nā al-Tarikhī*) dan (*al-Maghzā al-Tarikhī*) terhadap QS. *at-Tīn* ayat 4.
2. Untuk mengetahui Implementasi *al-Mghzā al-Mutaharik* dalam surah *at-Tīn* ayat 4 dan kaitannya dengan *body positivity* dan *body neutrality*.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat teoritis dari penelitian ini yaitu, diharapkan dapat memberikan pemahaman lebih mendalam, dan juga memperluas wawasan masyarakat, pembaca, hususnya pelajar dalam bidang Ilmu al-Qur'an dan Tafsir, Tentang bagaimana al-Qur'an memandang tubuh manusia, baik dari aspek fisik maupun spiritualnya. Serta, konsep penerimaan tubuh, kesehatan mental dalam konteks modern. Pendekatan *ma'nā* dan *maghzā*

¹⁰ Sahiron Syamsuddin, *Pendekatan Ma'na Cum Maghza atas al-Qur'an dan Hadis: Menjawab Problematika sosial keagamaan di Era Kontemporer*, (Yogyakarta: Lembaga Ladang Kata, 2020), 8–17.

memungkinkan untuk memahami pesan-pesan al-Qur'an terkait tubuh dengan cara yang lebih holistik, yang tidak hanya menekankan pada aspek kebendaan, tetapi juga dimensi moral dan etika dalam merawat tubuh. Selain itu, juga sebagai kontribusi pada pengembangan dan pengetahuan mengenai Hermeneutika *Ma'nā Cum Maghzā* dengan menyoroti isu-isu modern seperti Konsep *body posititivity* dan *body neutrality* di dalam al-Qur'an.

Manfaat praktis dari penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi banyak pihak, diantaranya sebagai berikut :

1) Peneliti

Bagi peneliti, manfaat penelitian ini memberikan pengalaman dalam menerapkan pendekatan teori *Ma'nā Cum Maghzā* untuk mengkaji isu-isu modern, sehingga meningkatkan kompetensi akademik peneliti. Selain itu, juga memotivasi peneliti untuk menjadikan konsep *body positivity* dan *body neutrality* sebagai bentuk kajian ke Islaman, yang bersumber dari al-Qur'an.

2) Instansi

Dapat dijadikan sebagai sumbangsih positif seperti, panduan literasi pengetahuan dan menjadi referensi tambahan, bagi mahasiswa Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora, khususnya program studi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir.

3) Pembaca

Penelitian ini memberikan informasi dan pemahaman yang lebih mendalam tentang gerakan *body positivity* dan *body neutrality* dalam al-Qur'an. Serta memberikan panduan praktis kepada pembaca ataupun masyarakat Muslim untuk memahami dan mengaplikasikan nilai *body positivity* dan *body neutrality* sesuai ajaran Islam.

E. Definisi Istilah

1. *Body Positivity*

Body Positivity adalah Istilah dalam bahasa Inggris yang berarti, kepositifan tubuh. Dalam konteks ini, dimana setiap individu menghargai bentuk tubuh yang dapat berubah secara alamiah mulai dari bentuk, ukuran, hingga kemampuan tubuh seiring bertambahnya usia.¹¹ Memiliki sebuah rasa atau pemikiran untuk mengapresiasi mengenai bentuk tubuh yang dimiliki, dan bagaimana cara seseorang untuk mencintai dan menerima bentuk tubuh yang dimiliki apa adanya. Agar terciptanya penerimaan, penghargaan dan mencintai terhadap tubuh dengan segala bentuk, ukuran, dan kondisi kesehatannya. Gerakan ini berusaha melawan standar kecantikan yang sempit dengan mempromosikan pesan bahwa setiap tubuh adalah indah dan layak untuk dihargai. Gerakan ini tidak hanya tentang penerimaan, penghargaan dan perlawanan melainkan, bagaimana

¹¹ Nurul Istian Magafira dkk., “Analisis Konsep *Body Positivity* Melalui Resepsi Audiens Dalam Kampanye #Respectmybody Pada Instagram (Studi Kasus Kampanye Brand Somethinc),” dalam jurnal: JTIK (Jurnal Teknologi Informasi dan Komunikasi), 2024 8, no. 4 (20): 1192, <https://doi.org/10.35870/jti>.

sikap kita ketika dipandang bahwa, tubuh tidak sesuai dengan standar kecantikan.¹²

2. *Body Neutrality*

Body Neutrality adalah Istilah dalam bahasa Inggris yang memiliki arti, Netralitas Tubuh. Dalam artian penerimaan tubuh tanpa tekanan untuk mencintai atau membenci penampilan, melainkan menghargai tubuh dari fungsinya dalam kehidupan sehari-hari, lebih bersifat netral tidak bersifat ke arah positif seperti mencintai tubuh dan juga tidak mengarah pada hal negatif, membenci tubuh. *body neutrality* bertujuan untuk menghilangkan penekanan terhadap pentingnya kecantikan dalam masyarakat dengan mendorong individu untuk menghormati dan merawat tubuh mereka berdasarkan fungsinya, dari pada berfokus pada penampilan mereka. Seperti yang dikatakan oleh Bryan Karazsia, Ph.D., bahwa Netralitas Tubuh melangkah lebih jauh dari sebatas penerimaan tubuh.¹³

3. *Ma'nā Cum Maghza*

Ma'nā Cum Maghza adalah sebuah teori pendekatan sebagai pisau analisis atau alat yang digunakan untuk membedah objek yang dikaji. *Ma'nā Cum Maghza* adalah sebuah pendekatan di mana seseorang menggali atau mengkonstruksi makna dan pesan utama historis, yakni makna (*ma'nā*) dan pesan utama atau signifikansi

¹² Suka, Fachruddin, dan Wempi, "Analisis Body Positivity Movement Tentang Wanita Plus Size di Indonesia Melalui TikTok," dalam jurnal: (Jurnal Komunikasi Profesional), 2024, Vol.8 No.1, 151-164, hlm.155.

¹³ Veya seekis dan Rebecca K. Lawrence, "How exposure to body neutrality content on TikTok affects young women's body image and mood," dalam jurnal: Elsevier 2023, 22, 2.

(*Maghza*) yang mungkin dimaksud oleh pengarang teks atau dipahami oleh audiens dan kemudian mengembangkan signifikansi teks tersebut untuk konteks kekinian.¹⁴

F. Sistematika Pembahasan

Guna mempermudah pembaca, dalam penyusunan skripsi ini, diberikan alur gambaran yang sistematis. Adapun sistematika penelitian ini, terdiri dari lima bab bagian yaitu sebagai berikut:

BAB I, Terdiri dari beberapa pembahasan yaitu, pendahuluan yang berisi latar belakang, fokus penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi istilah dan yang terakhir sistematika pembahasan.

BAB II, Membahas mengenai kajian kepustakaan, yang berisi penelitian terdahulu yang memiliki persamaan dengan penelitian ini. Kemudian berisi, kajian Teori, yang membahas mengenai teori sebagai pondasi dalam penelitian ini, untuk menganalisis objek formal yang dikaji.

BAB III, Membahas mengenai metode penelitian yang di dalamnya menjelaskan mengenai, pendekatan dan jenis penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data dan yang terakhir analisis data.

BAB IV, Merupakan pembahasan inti atau isi dari skripsi nantinya yang membahas tentang konsep *Body Positivity* dan *Body Neutrality* dalam QS. At-Tin ayat 4 yang kemudian dianalisis menggunakan teori pendekatan *ma'na cum maghza*.

¹⁴ Sahiron Syamsuddin, "Pendekatan *Ma'na Cum Maghza* atas *al-Qur'an dan Hadis: Menjawab Problematika sosial keagamaan di Era Kontemporer*", (Yogyakarta: Ladang Kata, 2020), 8.

BAB V, Penutup yang berisi kesimpulan dan saran dari hasil penelitian yang telah dilakukan pada skripsi ini.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Penelitian Terdahulu

1. Skripsi dengan judul **“Wacana *Body Positivity* dalam Media Gaya Hidup Perempuan”** yang ditulis oleh Ahmad Raihan Fadhil, fakultas Ilmu Dakwah dan Komunikasi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta tahun 2023. Penelitian ini menjelaskan mengenai bagaimana wacana *Body Positivity* disajikan oleh Cosmopolitan dalam salah satu edisi majalah digitalnya.¹⁵ Persamaan skripsi Ahmad Raihan Fadhil dengan skripsi ini adalah persamaan menjelaskan mengenai *body positivity*. Sedangkan perbedaannya dengan skripsi ini yaitu, fokus penelitian Ahmad Raihan, menjelaskan gerakan *Body Positivity* secara umum dan dikaitkan dengan media gaya hidup Perempuan. Sedangkan penelitian ini, menjelaskan Gerakan *Body Positivity* dalam al-Qur'an dan dianalisis menggunakan Teori Pendekatan *Ma'nā Cum Maghza*.
2. Jurnal yang berjudul **“How Exposure to Body Neutrality Content on TikTok Affects Young Women's Body Image and Mood”**. Ditulis oleh dua psikolog yaitu Veya Seekls dan Rebecca K. Lawrence, tahun 2023. Jurnal ini membahas mengenai bagaimana paparan konten netralitas tubuh di Tiktok mempengaruhi citra tubuh dan suasana hati remaja putri. Dengan tujuan menjelaskan mengenai definisi netralitas tubuh dan memahami strategi utama yang direkomendasikan untuk

¹⁵ Ahmad Raihan Fadhil, “Wacana *Body Positivity* dalam Gaya Hidup Perempuan” (Skripsi: Jakarta, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2023),1-90.

meningkatkan netralitas tubuh sebagai pengujian dalam intervensi di masa depan.¹⁶ Persamaan jurnal Veya dan Rebecca dengan skripsi ini adalah menjelaskan mengenai *body neutrality*. Sedangkan perbedaannya dengan skripsi ini yaitu, fokus penelitian Veya Seekls dan Rebecca K. Lawrence menjelaskan *Body Neutrality* secara umum, mengenai bagaimana paparan konten netralitas tubuh di Tiktok, mempengaruhi citra tubuh dan suasana hati remaja putri. Sedangkan skripsi ini, menjelaskan Gerakan *Body Neutrality* dalam al-Quran dan dianalisis menggunakan teori pendekatan *Ma'nā Cum Maghza*

3. Jurnal yang berjudul **“Pemaknaan Konsep *Ahsan Taqwīm* (Suatu Kajian Tahlili pada Q.S at-Tīn/95:4)”**. Ditulis oleh Syahputri Wulan Pratiwi, Program Studi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir, IAIN Kediri 2021. Dalam artikel ini membahas pemaknaan kembali mengenai konsep *Ahsan Taqwīm* yang terdapat pada Q.S at-Tīn/95:4. Penelitian Syahputri menjelaskan bahwa makna *Ahsan Taqwīm* adalah keadaan fisik manusia yang sempurna dan sesuai fungsinya. Tetapi, faktanya keadaan fisik sempurna tidak terlahir pada semua manusia. Kemudian pada lafadz *Ahsan Taqwīm* dimaknai, bahwa manusia diciptakan dengan beragam bentuk meskipun dengan adanya keterbatasan fisik, namun hal tersebut tetaplah manusia diciptakan yang versi terbaik. Karena bagaimanapun bentuk tubuh, semuanya adalah anugerah yang diciptakan oleh Allah. Metode penelitian ini yaitu, kualitatif

¹⁶ Veya Seekis dan Rebecca K. Lawrence, “How exposure to body neutrality content on TikTok affects young women’s body image and mood,” dalam jurnal: Elsevier, 2023, 1–8.

kepastakaan dengan menggunakan metode tahlili dalam menganalisis data.¹⁷ Persamaan jurnal dari Syahputri dengan skripsi ini pada objek yang dikaji yaitu QS. at-Tin: 4. Sedangkan perbedaannya, pada penelitian Syahputri menggunakan metode tahlili dalam menganalisis data, sedangkan penelitian ini menggunakan teori pendekatan *Ma'nā Cum Maghzā* untuk menganalisis objek yang dikaji.

4. Skripsi oleh Khusnil Khotimah (2024) dengan judul "**Penafsiran Ahsan Taqwim dalam QS. at-Tin ayat 4 (Studi komparatif tafsir al-Munir dan tafsir al-Muyassar)**" menemukan bahwa menurut Wahbah az-Zuhaili, Qs. at-Tin ayat 4 yang menyebutkan "*ahsanu taqwim*" berarti Allah menciptakan manusia dengan bentuk yang sempurna dibandingkan makhluk lainnya, dilengkapi dengan akal dan pikiran untuk mencari ilmu pengetahuan dan menguasai alam. Sementara itu, 'Aidh al-Qarni menafsirkan "*ahsanu taqwim*" sebagai penciptaan manusia dalam bentuk fisik dan psikis yang optimal sesuai fungsi mereka sebagai hamba Allah. Persamaan antara Skripsi Khusnil dan skripsi ini terletak pada objek kajiannya, yaitu QS. at-Tin ayat 4. Perbedaan antara keduanya adalah metode analisis yang digunakan: penelitian Khusnil menggunakan metode *muqaraan*, sedangkan

¹⁷ Syahputri Wulan Pratiwi, Muh. Syahrul Mubarak, dan Ira Trisnawati, "*Pemaknaan Konsep Ahsan Taqwim (Suatu Kajian Tahlili pada Q.S al-Tin/95:4)*," dalam jurnal: *El-Maqra'* 2021 Vol.1, no. 2, 121–135.

penelitian ini menggunakan teori *Ma'na Cum Maghza* untuk menganalisis ayat tersebut.¹⁸

5. Skripsi oleh Mohammad Farhan Firdaus al Asyari (2024) dengan judul "**Budaya *Flexing* Perspektif al-Qur'an (Studi analisis *Ma'na Cum Maghza*)**" menemukan bahwa al-Qur'an melarang perilaku sombong dengan beberapa bentuk derivasi, seperti *mukhtal* dan *fakhur*, yang erat kaitannya dengan perilaku *flexing*. Pada masa Nabi, *flexing* diwujudkan dengan memamerkan perhiasan dan kekayaan untuk meningkatkan citra diri. Di era modern, *flexing* didukung oleh media sosial sebagai sarana ekspresi kesombongan. Skripsi Farhan dan skripsi ini memiliki kesamaan dalam menggunakan teori hermeneutika pendekatan *Ma'na Cum Maghza* untuk menganalisis ayat. Namun, keduanya memiliki perbedaan dalam objek kajian dan fenomena yang diteliti. Penelitian Farhan berfokus pada fenomena *flexing*, sedangkan penelitian ini mengkaji fenomena *body positivity* dan *body neutrality*.¹⁹
6. Jurnal yang berjudul "**Dinamika Konsep "*Uswatun Hasanah*": Pendekatan Hermeneutika *Ma'na Cum Maghza* terhadap QS. al-Baqarah [2]:143**". Ditulis oleh Aini Mutmainah, pada tahun 2024. Jurnal ini membahas tentang pemahaman QS. al-Baqarah: 143 terhadap dinamika konsep *uswatun hasanah*, di temukan bahwa Setiap

¹⁸ Khusnil Kotimah, "Penafsiran *Ahsan Taqwim* dalam QS. at-Tin ayat 4 (studi komparatif tafsir al-Munir dan tafsir al-Muyassar)," (Skripsi: Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, 2024), 8.

¹⁹ Mohammad Farhan Firdaus al-Asyari, "Budaya *Flexing* Perspektif al-Qur'an (Studi Analisis *Cum Maghza*)" (Skripsi: Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, 2024).

individu berkewajiban untuk bersikap sebagai umat yang adil, umat teladan yang mampu mengantarkan serta membawa manusia untuk berlaku dan bersikap adil. Perbedaan jurnal Aini dengan skripsi ini yaitu, fenomena yang dibahas mengenai dinamika konsep *uswatun hasanah* pada QS. Al-Baqarah ayat 143, skripsi ini membahas *body positivity* dan *neutrality* dalam Q. At-Tin ayat 4. Sedangkan persamaanya menggunakan pendekatan *Ma'nā cum Magzā* untuk menganalisis suatu ayat.²⁰

Tabel 1.1

Penelitian Terdahulu

No	Nama	Judul	Persamaan	Perbedaan
1	Ahmad Raihan Fadhil, Tahun 2023	“Wacana <i>Body Positivity</i> dalam Media Gaya Hidup Perempuan”	Menjelaskan mengenai Gerakan <i>Body Positivity</i>	Fokus penelitian Ahmad Raihan, menjelaskan gerakan <i>Body Positivity</i> secara umum. dan dikaitkan dengan media gaya hidup perempuan. Sedangkan skripsi ini, menjelaskan Gerakan <i>Body Positivity</i> dalam al-Qur'an dan dianalisis menggunakan teori pendekatan <i>Ma'nā Cum Maghza</i> .
2	Veya Seekls dan Rebecca K.	“ <i>How exposure to body neutrality</i> ”	Menjelaskan mengenai Gerakan <i>Body Neutrality</i>	Fokus penelitian Veya Seekls, menjelaskan <i>Body Neutrality</i> secara umum, mengenai

²⁰ Aini Mutmainah, “Dinamika Konsep ‘Ummatan Wasathan’: Pendekatan Hermeneutika Ma'nā Cum Maghza terhadap QS. al-Baqarah [2]:143,” dalam jurnal: al-Muhafidz Jurnal Ilmu al-Qur'an dan Tafsir 4, no. 1 (Februari 2024): 102–16, <https://doi.org/10.57163/almuhafidz.v4i1.93>.

	Lawrence, Tahun 2023	<i>content on TikTok affects young women's body image and mood</i> ".		bagaimana paparan konten netralitas tubuh di Tiktok mempengaruhi citra tubuh dan suasana hati remaja putri. Sedangkan skripsi ini, menjelaskan Gerakan <i>Body Neutrality</i> dalam al-Qur'an dan dianalisis menggunakan teori pendekatan <i>Ma'nā Cum Maghza</i> .
3	Syahputri Wulan Pratiwi, Muh. Syahrul Mubarak, Ira Trisnawati, Tahun 2021	"Pemaknaan Konsep <i>Ahsan Taqwīm</i> (Suatu Kajian Tahlili pada Q.S at-Tīn/95:4)"	Objek kajian menggunakan al-Qur'an surah at-Tīn Ayat 4	Pada jurnal Syahputri Wulan, menggunakan metode tahlili dalam menganalisis data. sedangkan penelitian ini, menggunakan teori pendekatan <i>Ma'nā Cum Maghza</i> untuk menganailis objek yang dikaji.
4	Khusnil Khotimah Tahun 2024	"Penafsiran Ahsan Taqwim dalam QS. at-Tin ayat 4 (Studi komparatif tafsir al-Munir dan tafsir al-Muyassar"	Objek kajian menggunakan al-Qur'an surah at-Tīn Ayat 4	Metode analisis yang digunakan skripsi Khusnil menggunakan metode <i>muqaraan</i> , sedangkan skripsi ini menggunakan <i>teori Ma'na Cum Maghza</i> untuk menganalisis ayat tersebut
5	Mohammad Farhan Firdaus al Asyari Tahun 2024	"Budaya <i>Flexing</i> Perspektif al-Qur'an (Studi analisis <i>Ma'na Cum</i>	Skripsi Farhan dan skripsi ini memiliki kesamaan dalam menggunakan teori	Perbedaan dari skripsi Farhan berfokus pada fenomena <i>flexing</i> , sedangkan skripsi ini mengkaji fenomena <i>body positivity</i> dan

		<i>Maghza)</i> ”	hermeneutika pendekatan <i>Ma’na Cum Maghza</i> untuk menganalisis ayat	<i>body neutrality</i>
6	Aini Mutmainah, 2024	<i>Dinamika Konsep “Uswatun Hasanah”</i> : Pendekatan Hermeneutik a <i>Ma’na Cum Maghza</i> terhadap QS. Al-al-Baqarah ayat 143.	Menggunakan pendekatan <i>Ma’nā cum Maghza</i> untuk menganalisis ayat.	Perbedaan jurnal Aini, dengan skripsi ini yaitu, pemahaman QS. al-Baqarah ayat 143 terhadap dinamika konsep uswatun hasanah. Sedangkan skripsi ini membahas mengenai <i>body positivity</i> dan <i>body neutrality</i> dalam al-Quran.

B. Kajian Teori

Penulis dalam skripsi ini menggunakan teori *Ma’nā Cum Maghza* yang ditulis oleh Sahiron Syamsuddin. Pendekatan ini termasuk dari kajian hermeneutika. Sahiron mengemukakan bahwa hermeneutika adalah cara praktis atau teknik untuk menafsirkan atau menjelaskan teks ketika makna itu tidak jelas ataupun perlu pemaknaan lebih.²¹ *Ma’nā Cum Maghza* adalah sebuah pendekatan di mana seseorang menggali makna dan pesan utama historis, yakni makna (*ma’nā*) dan pesan utama dalam al-Qur’an sebagaimana dipahami dan dikembangkan maknanya, dan (*Maghza*) yang mungkin dimaksud oleh pengarang teks atau dipahami oleh audiens dan

²¹ Sahiron Syamsuddin, *Hermeneutika Dan Pengembangan Ulumul Qur’an*, (Yogyakarta: Pesantren Nawasea Press, 2009.), 7.

kemudian mengembangkan signifikansi teks tersebut untuk konteks kekinian.

Teori Pendekatan *Ma'nā Cum Maghza* lahir dari tiga kelompok golongan penafsiran al-Qur'an pada era kontemporer. Yang pertama, Quasi Objektivis Konservatif, bahwa yang *ṣālih li kuli zamān wa makān* adalah makna literal yang diperhatikan sampai kapanpun. Makna literal yang ada sejak zaman Nabi diimplementasikan sampai *liyaum al-Qiyamāh* atau sampai kapanpun. Kelemahan dari aliran ini mereka tidak memperhatikan kenyataan, tidak tertarik untuk memperbarui pemahaman terhadap al-Qur'an untuk menjawab problem-problem modern. Dengan mempertimbangkan keadaan saat wahyu diturunkan dan keadaan pada masa kini.²²

Aliran yang kedua, Subyektivis. Aliran ini lebih menggunakan ilmu-ilmu baru dan meninggalkan *Ulūm al-Qur'an*. Kelompok ini yang dipengaruhi oleh Hermeneutika Barat. Mereka menegaskan bahwa setiap penafsiran sepenuhnya merupakan subyektivitas penafsir dan kebenarannya bersifat relatif. Kemudian, aliran ketiga Quasi Objektivis Progresif. Aliran ini mirip dengan aliran yang pertama yaitu, menggali makna yang dipahami waktu zaman nabi dan diterapkan sampai kapanpun. Namun juga memperhatikan pemahaman al-Quran dengan ilmu-ilmu baru untuk menjawab permasalahan modern.

²² Sahiron Syamsuddin, "Pendekatan *Ma'na Cum Maghza* atas al-Qur'an Hadis: menjawab problematika sosial keagamaan di era kontemporer" (Yogyakarta: Lembaga Ladang Kata, 2020). 3

Pendekatan *Ma'nā Cum Maghzā* tergolong dari kategori yang ke tiga yaitu Quasi Objektivis Progresif yang memperhatikan aspek kebahasaan, konteksnya, dan historisnya. Namun kaum progresif jarang menekankan dari aspek *Maghzā*. Pendekatan ini mirip dengan pemikirannya para tokoh pada quasi objektivis progresif seperti Fazlur Rahman (*double movement*), Muhammad Talbi (Tafsir Maqasidi), Nasr Hamid Abu Zayd memandang makna asal (bersifat historis). Namun, meskipun mirip tetap ada perbedaan yang melahirkan pendekatan *Ma'nā Cum Maghzā*. Letak perbedaannya dari pemikiran Fazlur Rahman dan Abdullāh Saeed menganalisis dari segi ayat-ayat hukum dan kajian Maqasid yang berkaitan dengan ayat-ayat hukum. Sedangkan pendekatan *Ma'nā Cum Maghzā* ini, bersifat Universal menerima semua ayat-ayat untuk ditafsirkan. Menurut Sahiron untuk mencapai rekonstruksi *Maghzā* yaitu menggali tiga hal. Pertama, *al-Ma'nā at-Tarīkh* (makna historis). Kedua, *al-Maghzā at-Tarīkh* (Signifikansi fenomenal historis). Ketiga, *al-Maghzā al-Mutahārik al-Mu'asir* (signifikansi fenomenal dinamis kontemporer/arti penting dinamis ayat al-Qur'an untuk masa kontemporer) dari ayat al-Qur'an yang ditafsirkan.

Langkah-langkah metodis penafsiran pendekatan *Ma'nā Cum Maghzā* yaitu sebagai berikut :

- a. Aspek bahasa, dari segi ilmu nahwu, *shorof*, gaya bahasa, balaghah dan kesesuaian bahasa dan konteksnya.

Dalam surah *at-Tīn* ayat 4 lafadz yang di analisis dari lafadz أَحْسَنَ تَقْوِيمًا “bentuk yang sebaik-baiknya” sebagai topik utama yang berkaitan dengan *body positivity* dan *body neutrality* tentang fisik yang baik dengan melawan diskriminasi tentang standar kecantikan yang tidak realistis.

- b. Intratektualitas, membandingkan dan menganalisa penggunaan kata yang sedang ditafsirkan itu dengan penggunaannya di ayat-ayat lain.

Dengan analisis intratektualitas peneliti menggunakan munasabah dari keterkaitan ayat sebelum dan sesudah surah *at-Tin* ayat 4. Selain itu, penggunaan kata أَحْسَنَ yang digunakan dengan penggunaan di ayat lain mengenai lafadz تَقْوِيمًا dan أَحْسَنَ.

- c. Konteks historis mikro (*Asbabun Nuzul*) dan makro (situasi dan kondisi pada zaman Nabi ketika pewahyuan al-Quran).

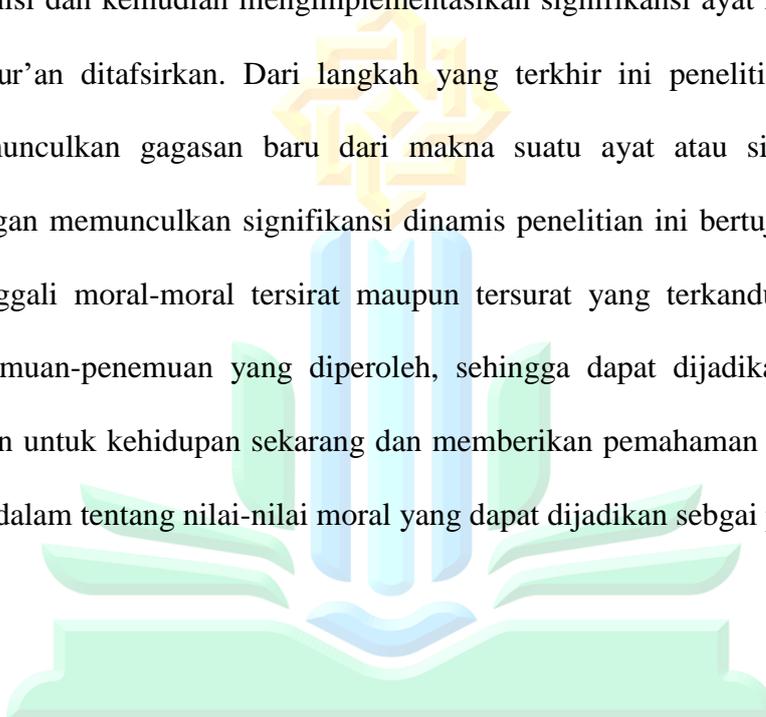
Peneliti menggunakan riwayat dari tafsir *ath-Thabari* untuk mengetahui makna historis dari surah *at-Tin* ayat 4.

- d. Menggali tujuan atau pesan utama ayat yang sedang ditafsirkan. (*Maghzā al-āyah*) atau (*al-Maghzā al-Tarikhī*)

Untuk menganalisis *al-Maghzā al-Tarikhī* peneliti menganalisis dari tafsir modern *fi dzilalil al-Qur’an* karya Sayid Quthb tentang pemaknaan dari أَحْسَنَ تَقْوِيمًا untuk menemukan signifikansi historis.

- e. Mengkontekstualisasikan dan mengembangkan dari *maghza al-ayah* untuk konteks kekinian (*al-Maghza al-Mutaharik*)²³

Maksud dari langkah terakhir yaitu, berusaha mengembangkan definisi dan kemudian mengimplementasikan signifikansi ayat ketika teks al-Qur'an ditafsirkan. Dari langkah yang terakhir ini peneliti berijtihad memunculkan gagasan baru dari makna suatu ayat atau signifikansi. Dengan memunculkan signifikansi dinamis penelitian ini bertujuan untuk menggali moral-moral tersirat maupun tersurat yang terkandung dalam penemuan-penemuan yang diperoleh, sehingga dapat dijadikan sebagai acuan untuk kehidupan sekarang dan memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang nilai-nilai moral yang dapat dijadikan sebagai pedoman.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

²³ Sahiron Syamsuddin, *Pendekatan Ma'na Cum Maghza atas al-Qur'an dan Hadis: Menjawab Problematika sosial keagamaan di Era Kontemporer*, (Yogyakarta: Lembaga Ladang Kata, 2020), 1–17.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, bertujuan untuk menjawab permasalahan yang akan diteliti secara mendalam dan menyeluruh. Sedangkan jenis penelitian ini tergolong dalam kualitatif kepustakaan (*library research*), karena peneliti membahas yang bersangkutan dengan teks atau data, yang tercantum pada buku, kitab, jurnal, kamus, dokumen, naskah, laporan dan informasi berasal dari media baik dari internet ataupun cetak, yang dapat menjawab persoalan-persoalan yang dibahas maupun *ibrah* atau ilmu baru yang bisa diterapkan di kehidupan.

B. Sumber Data

Penelitian ini bersifat kepustakaan, yang memerlukan beberapa data atau literatur yang berkaitan, jenis sumber data pada penelitian ini akan merujuk pada dua jenis, yaitu data primer dan data sekunder.

Sebagai berikut penjelasannya:

- a) Sumber data primer yaitu, *al-Qur'an al-Karim* sebagai patokan utama dalam penelitian. Ayat-ayat yang di ambil sesuai dengan topik pembahasan mengenai *body positivity* dan *body neutrality*.
- b) Sumber data sekunder, mengambil dari kitab-kitab Tafsir klasik Ibnu kasir, *al-Muharrar al-Wajiz*, *al-Burhān fi Ulumīl Qur'ān*,

Ruhul Ma'āni, Ad Durrul Mantsūr dan *ath-Thabāri*. Kitab tafsir Modern dan kontemporer *al-Misbah, al-Munīr* dan tafsir *Fi Zhilālil Qur'ān*. buku terkait pembahasan dan Teori, Pendekatan *Ma'nā Cum Maghzā* atas al-Qur'an dan Hadis: menjawab problematika sosial keagamaan, Munasabah dalam *al-Qur'ān* dan Manusia Sensitivitas Hermeneutika *al-Qur'ān*. beberapa artikel, jurnal dan pada penelitian-penelitian yang membahas mengenai *Body Positivity* dan *Neutrality* dan juga tentang teori pendekatan *Ma'nā Cum Maghzā*. Sumber-sumber data tersebut bertujuan untuk memenuhi hasil dari penelitian ini, melengkapi data agar tercapainya hasil analisis dari *Body positivity* dan *neutrality* dalam QS. *at-Tīn* ayat 4 yang menggunakan teori pendekatan *Ma'nā Cum Maghzā*.

C. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan penelitian pustaka, kemudian teknik pengumpulan datanya bersumber dari kepustakaan, baik itu berupa kitab, buku dan artikel jurnal, yang dikumpulkan dengan cara mencari beberapa karya tulis yang berkaitan dengan dengan pembahasan yang dikaji pada penelitian in. Baik itu dari data Primer maupun data Sekunder.

D. Analisis Data

Analisis data adalah, peneliti menjelaskan bagaimana prosedur pengolahan data yang diteliti seperti, pelacakan data dan klasifikasi data.²⁴ Dalam penelitian metode pendekatan kualitatif ini, peneliti mengumpulkan data-data yang berkaitan dengan judul penelitian “*Body Positivity* dan *Body Neutrality* dalam al-Qur’an (Analisis pendekatan *Ma’nā Cum Maghza*). Mencari dan menganalisis data yang berkaitan. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis Deskriptif, dengan tujuan menganalisis kemudian mendeskripsikan data. Meguraikan ayat-ayat al-Qur’an yang relevan pada gerakan *body positivity* dan *body neutrality*. Yang kemudian dari ayat-ayat yang berkaitan, dianalisis menggunakan teori pendekatan *Ma’nā Cum Maghza*. guna mengetahui arti penting dinamis ayat al-Qur’an untuk masa kontemporer ini, mendorong masyarakat untuk lebih mengamalkan pesan-pesan moral yang terdapat dari surah *at-Tīn* ayat 4 menerima diri sendiri dan orang lain dalam kerangka Islam yang menghormati tubuh sebagai amanah dari Allah. Selain menerima tubuh juga menjaga dan menghargainya tanpa melupakan tujuan hidup yang lebih besar, yaitu ketaatan kepada Allah.

²⁴ Tim Penyusun, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah* (Jember: UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, 2021.), 48.

BAB IV

PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS

A. *Body Positivity* dan *body Neutrality* Secara Umum

a. Pengertian dan sejarah *Body Positivity* dan *Body Neutrality*

Body Positivity adalah gerakan untuk mendorong seseorang mencintai dan merasa nyaman dengan tubuh, apa pun bentuknya. Gerakan *body positivity* sebagai respons atas diskriminasi dan stigma terhadap orang gemuk, yang dimulai dengan *Fat Acceptance Movement* (FAM) di Kanada dan Amerika Serikat pada tahun 1960. Gerakan ini kemudian berkembang dengan didirikannya organisasi *National Association to Advance Fat Acceptance* (NAAFA) oleh Bill Fabrey di New York pada tahun 1969. NAAFA merupakan organisasi hak-hak orang gemuk tertua di dunia yang lahir sebagai bentuk protes atas perlakuan tidak adil terhadap orang gemuk.²⁵

Pembebasan hak-hak kaum gemuk terus berkembang dari tahun 1970-an sampai tahun 1990-an, namun ketika itu masih belum dikenal dengan istilah *Body Positivity*. Kemudian komunitas orang gemuk mengembangkan secara digital, dari organisasi NAAFA ke Tumblr dan Instagram. Generasi baru menyebarkan semangat penerimaan dan penghargaan diri yang dikenal sebagai positività tubuh atau *body positivity*, yang menjadi istilah populer di media sosial untuk mengingatkan rasa percaya diri dan mencintai diri kita apa

²⁵ BBC Bitesize, "Body Positivity dimulai dengan gerakan Hak-hak Orang Gemuk," Dari New York ke Instagram: Sejarah gerakan body positivity, t.t., <https://www.bbc.co.uk/bitesize/articles/z2w7dp3#global-navigation-more-menu>.

adanya. Pada tahun 1996 gerakan *body positivity* menjadi tren sebagai penolakan atas standar kecantikan yang tidak realistis yang dibuat masyarakat.

Gerakan *body positivity* berkembang pesat pada tahun 2012 yang hadir bukan hanya menentang standar kecantikan saja. Tetapi juga mengedukasi masyarakat agar menerima dan mencintai segala keberagaman bentuk tubuh dan penampilan yang masing-masing memiliki keunikan tersendiri. *Body Positivity* belajar mengenai mencintai dan penerimaan atas citra tubuh dalam bentuk, ukuran, ataupun penampilan seperti lesung, jerawat, badan berbulu, badan gemuk, badan kurus, maupun badan yang cacat.²⁶ Namun, gagasan mengenai mencintai tubuh tampaknya tidak terjangkau bagi banyak orang.

Disitulah kemudian muncul netralitas tubuh atau *body neutrality* sebagai alternatif dari *body positivity*. *Body neutrality* adalah gerakan yang menyatakan bahwa sebagai pemilik tubuh, mampu menerima tubuh kita apa adanya sesuai fungsi dan kemampuannya. Gerakan *body neutrality* dipopulerkan oleh Anne Poirier pada tahun 2015. *Body Neutrality* berfokus pada pengembangan kualitas intrinsik individu, seperti kepribadian, kesehatan, dan sifat unik, serta mengurangi penekanan pada penampilan fisik. Dengan demikian, *Body Neutrality* mendorong sikap netral terhadap tubuh, yang lebih realistis,

²⁶ Malika Ilma Kautsar, Ikhsan Fuady, dan Kunto A Wibowo, "Reprementasi Nilai Body Positivity pada akun Instagram xyz", 2022 6, no. 3 (t.t.): 661, <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v6i3.19195.2022>.

penuh perhatian, dan fleksibel. Selain itu, konsep ini juga mengembangkan kontribusi eksternal terhadap harga diri, seperti hobi dan persahabatan.²⁷

b. Prinsip-prinsip *body positivity* dan *body neutrality*

Body Positivity adalah gerakan yang menekankan penerimaan, penghargaan dan mencintai terhadap tubuh dengan segala bentuk, ukuran, dan kondisi kesehatannya. Gerakan ini berusaha melawan standar kecantikan yang sempit dengan memberitahukan bahwa setiap tubuh adalah indah dan layak untuk dihargai. Adapun prinsip-prinsip dari *Body Positivity* yaitu, 1). Mengajak individu untuk mencintai tubuh mereka tanpa rasa malu atau perasaan negatif. 2). Menerima tubuh dalam segala ukuran dan bentuknya. 3). Melawan diskriminasi berbasis penampilan atau ukuran tubuh misalnya (*body shaming*). 4). Memberitahukan terhadap penerimaan keragaman tubuh. Tujuan utama dari gerakan ini, untuk meningkatkan rasa percaya diri, mengurangi kecemasan terkait penampilan, dan membanggakan keberagaman tubuh.²⁸

Sedangkan *Body Neutrality* adalah menerima tubuh tanpa tekanan untuk mencintai atau membenci penampilan. Melainkan menghargai tubuh dari fungsinya dalam kehidupan sehari-hari. Adapun prinsip dari *Body Neutrality* yaitu, 1). Menerima tubuh tanpa harus

²⁷ Pllizzer dan Wade, "Developing a definition of body neutrality and strategies for an intervention."

²⁸ Irene Claudia Br Ginting Suka, Clarisa Fitria Salsabila Fachruddin, dan JA Wempi, "Analisis *Body Positivity* Movement Tentang Wanita Plus Size di Indonesia Melalui Tiktok," 2024 8, no. 1 (t.t.): 151–164.

merasa perlu untuk mencintainya atau membanggakannya. 2). Fokus pada bagaimana tubuh bekerja dan apa yang bisa dilakukan oleh tubuh, seperti berjalan, bernafas, atau bergerak. 3). Mengurangi tekanan untuk selalu memiliki pandangan positif tentang tubuh. 4). Menyadari bahwa tubuh bukanlah sesuatu yang harus terus dipuji atau dicintai, tetap dihargai sebagai bagian dari diri kita. Tujuan utama dari gerakan ini, untuk mengurangi fokus pada penampilan fisik dan lebih menghargai tubuh karena fungsinya, yang dapat membantu mengurangi stres atau perasaan tidak puas dengan penampilan.²⁹

c. Dampak positif *body positivity* dan *body neutrality*

- 1) Kesehatan mental, *Body positivity* dan *body neutrality* dapat memiliki dampak positif terhadap kesehatan mental. Salah satu dampaknya adalah mengurangi stres dan kecemasan terkait penampilan fisik. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang memiliki *body positivity* dan *body neutrality* cenderung memiliki tingkat stres dan kecemasan yang lebih rendah terkait penampilan fisik mereka. Selain itu, *body positivity* juga dapat meningkatkan kepercayaan diri dan harga diri, sehingga individu lebih percaya diri dalam berinteraksi dengan orang lain. *Body positivity* juga dapat mengurangi gejala depresi dan meningkatkan kesehatan

²⁹ Plizzer dan Wade, "Developing a definition of body neutrality and strategies for an intervention."

mental secara keseluruhan.³⁰ kemudian dengan *body neutrality*, kita dapat mengurangi penilaian negatif terhadap diri sendiri dan orang lain, serta fokus pada sifat dan karakter dari pada penampilan fisik.³¹

- 2) Kesehatan fisik, *Body positivity* dan *body neutrality* juga dapat memiliki dampak positif terhadap kesehatan fisik. Salah satu dampaknya adalah meningkatkan perilaku hidup sehat. Individu yang menerapkan *body positivity* cenderung melakukan perilaku hidup sehat, seperti olahraga dan pola makan yang seimbang. Selain itu, *body positivity* juga dapat mengurangi risiko gangguan makan, seperti anoreksia dan bulimia. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang memiliki *body positivity* cenderung memiliki risiko gangguan makan yang lebih rendah. *Body positivity* dan *body neutrality* juga dapat meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan, sehingga individu lebih puas dengan hidupnya. Serta Masyarakat dapat menjadi lebih positif dengan tidak menginformasikan standar kecantikan yang kaku dan memaksa.³²

³⁰ .Ayu Maharani, “kenali body neutrality dan perbedaannya dengan body positivity,” *klikdokter* (blog), 27 Januari 2021, <https://www.klikdokter.com/psikologi/kesehatan-mental/kenali-body-neutrality-dan-perbedaannya-dengan-body-positivity>

³¹ Kevin Adrian, “Mengenal body neutrality dan manfaatnya bagi kesehatan Mental,” *Alodokter* (blog), 14 November 2024, <https://www.alodokter.com/mengenal-body-neutrality-dan-manfaatnya-bagi-kesehatan-mental>

³² Muhammad Razzan Rezqy Pratama dan Aura Rahmalyah Harun, “(BOPOSI) "Peranan Body Positivity Bagi kesehatan secara fisik maupun psikis, serta korelasinya dengan body image, self love, dan pencegahan peningkatan kasus bunuh diri,” *Talenta Indonesia* (blog), 3 Mei 2025.

d. Contoh implementasi *body positivity* dan *body neutrality* dalam kehidupan sehari-hari

- 1) Implementasi *body positivity* contohnya dalam media sosial dapat dilakukan dengan mempromosikan keberagaman bentuk tubuh, menghindari standar kecantikan yang tidak realistis, dan fokus pada kesehatan mental dan fisik. Contohnya, membagikan foto asli tanpa filter, berbagi pengalaman positif, dan menghindari komentar negatif tentang penampilan orang lain. Seperti unggahan video yang di upload oleh akun “sehat sunnah,” yang membagikan pengalaman positif dan tips praktis membangun *body positivity* dalam Islam. Video ini mendapat perhatian luas dengan 1.076 ribu like dari 838 pengikutnya, menunjukkan dampak positif dari konten yang dibagikan.³³
- 2) Selain itu, akun Instagram “sonyareneetaylor” dengan 343 ribu pengikut dan 1.865 postingan membagikan video, dan 97 like mengenai video tentang *body positivity* dan 7 komentar. Dia adalah penulis terlaris NYT dan pendiri “thebodyisnotanapology” yang mengatakan dalam bio instagramnya bahwa berkomitmen untuk mencintai diri sendiri secara radikal sebagai jalan menuju pembebasan. Belajar mencintai secara radikal berarti mencintai

³³ Sehat Sunnah, “Tips Praktis Membangun Body Positivity dala Islam,” Mei 7, 2025, Video, 7:13, <https://vt.tiktok.com/ZShhyBtPu/>.

bagian-bagian yang paling sulit namun terindah dari diri kita sendiri tanpa menyesal.³⁴

- 3) Implementasi *body Neutrality* contohnya praktik *mindfulness*. *Mindfulness* atau kesadaran penuh adalah praktik fokus pada saat ini dengan penuh perhatian dan tanpa penilaian. Dalam konteks *body neutrality*, *mindfulness* dapat membantu seseorang untuk lebih menerima dan menghargai tubuhnya tanpa penilaian atau kritik. Dalam psikologi modern, *mindfulness* dapat meningkatkan kesehatan mental dan fisik dengan mengurangi stres, kecemasan, dan depresi. Hal ini dilakukan dengan membantu individu mengelola emosi dan reaksi mereka terhadap lingkungan sekitar, sehingga meningkatkan kesadaran diri dan keseimbangan emosi.³⁵
- 4) Implementasi *body neutrality* dapat dilakukan dengan mengalihkan fokus dari penampilan fisik ke kemampuan dan fungsi tubuh. Contohnya, fokus pada aktivitas yang dapat dilakukan tubuh, seperti olahraga berlari atau berjalan, dan menghargai tubuh karena kemampuannya, bukan penampilannya. Dengan cara ini, dapat meningkatkan kesadaran dan penghargaan terhadap tubuh apa adanya.

³⁴ Sonya Renee Taylor, Instagram: How to Face Pluto and Keep Going, Mei 7, 2025, video, 11:18, <https://www.instagram.com/reel/DJUpDTuJeyT/?igsh=bjQxcWljbHRnYTc3>

³⁵ Bahron Ansori, "Mindfulness dalam Perspektif Psikologi dan Islam," <https://minanews.net/mindfulness-dalam-perspektif-psikologi-dan-islam/>, *MineNews.Net* (blog), 21 Agustus 2024.

B. *Body Positivity* dan *Body Neutrality* dalam QS. *at-Tīn* ayat 4

Kata *body positivity* dan *body neutrality* berasal dari bahasa modern yang bermakna kepositifan tubuh dan netralitas tubuh. Istilah *body positivity* dan *body neutrality* tidak disebutkan langsung dalam al-Qur'an, karena keduanya merupakan fenomena baru di era modern dan kontemporer yang berkembang seiring kemajuan teknologi dan media sosial yang memudahkan penyebaran dan penemuan informasi. Meskipun istilah *body positivity* dan *body neutrality* tidak disebutkan secara langsung dalam al-Qur'an, namun ajaran yang terkandung dalam kedua istilah tersebut memiliki kesesuaian dengan kandungan QS. *at-Tin* ayat 4, yang menunjukkan kesamaan substansi dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ ط

Artinya : “*Sungguh, Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya*”³⁶

Surah *at-Tīn* ayat 4 menjelaskan mengenai penegasan bahwa manusia dalam segala variasi bentuk dan kondisinya, diciptakan dengan sempurna oleh Allah. Ini menandakan bahwa setiap individu harus menerima, menghargai, dan merawat tubuh mereka, baik merawat dari segi fisik, jiwa, dan akal, agar menjadi manusia yang tidak kurang dari nilai-nilai agama, etika, dan pengetahuan. Dari penegasan QS. *at-Tīn* ayat 4 sama halnya dengan prinsip-prinsip yang diterapkan pada gerakan *body*

³⁶ Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an Terjemah*. (Bandung: sygma, 2007), 597.

positivity dan *body neutrality* mengenai prinsip mencintai dan menerima diri sendiri dari faktor fisik maupun fungsi dari tubuh.

Seperti yang dijelaskan dalam Tafsir al-Misbah oleh Muhammad Quraish Shihab, di dalam kitabnya yang tergolong tafsir modern yang bercorak adabi ijtimai. Menekankan pada nilai-nilai kemanusiaan dan sosial dalam kehidupan masyarakat. Pada surah *at-Tīn* ayat 4 kalimat *ahsan taqwīm* berarti bentuk fisik dan psikis yang sebaik-baiknya, yang menyebabkan manusia dapat melaksanakan fungsinya sebaik mungkin. Jadi, pada kata “sebaik-baiknya” tidak hanya mengarah pada bentuk fisik saja melainkan juga fungsinya. Bahkan Allah mengecam orang-orang yang dianugerahi bentuk fisik yang baik, namun jiwa dan akalunya kurang dari nilai-nilai agama, etika, dan pengetahuan.³⁷

Dalam kitab tafsir klasik Ibnu Kasir di dalam karyanya Abu *al-Fida’* ‘Imaduddin Isma’il bin Umar Kasir *al-Dimasyqi* juga dijelaskan, pada lafadz *لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ* Allah bersumpah dengan firmannya bahwa Dia telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sempurna, yaitu dengan wujud dan struktur tubuh yang sebaik-baiknya, mencakup perawakan yang ideal dan anggota badan yang normal.³⁸ Lafadz *Ahsanu Taqwīm* dalam Surat *at-Tīn* ayat 4 merujuk pada penciptaan manusia dalam bentuk yang paling sempurna, baik secara fisik dengan postur tubuh

³⁷ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah pesan, Kesan dan Keserasian al-Qur’an*, 2001 ed., vol. 15 (Jakarta: Lentera Hati, 2001.), 377–78.

³⁸ Abu al-Fida’ ‘Imaduddin Isma’il bin Umar Kasir *al-Dimasyqi*, *Tafsir Ibu Kasir*, terj. M. Abdul Ghoffar E.M., Abdurrahim Mu’thi, Abu Ihsan al-Atsari. (Bogor: Pustaka Imam Asy-Syafi’i, 2004), jilid 8, hlm. 29–31.

tegak, panca indera lengkap, dan kemampuan optimal. Maupun ruhani dengan kemampuan berpikir logis, bernalar, dan introspeksi diri. Allah menganugerahkan nikmat kehidupan, pendengaran, penglihatan, dan kesadaran akal, sehingga manusia dapat memahami dan berinteraksi dengan dunia. Dengan demikian, manusia seharusnya bersyukur atas nikmat tersebut dan mempersepsikan diri dan orang lain sebagai makhluk yang sempurna dan mulia, serta tidak memandang orang lain tersesat atau kurang mampu.³⁹

C. Analisis Pendekatan *Ma'nā cum Maghza* dalam QS. At-Tin ayat 4

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

Artinya : “Sungguh, Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya”⁴⁰

a. (*al-Ma'nā al-Tarikhī*)

al- Ma'nā al-Tarikhī adalah analisis mengenai penggalian Makna Historis atau makna yang mungkin dikehendaki atau yang dimaksud oleh Allah swt ketika menurunkan firmanNya kepada Nabi Muhammad. Selain maksud atau kehendak Allah untuk menyampaikan firmanNya, juga bagaimana ketika al-Qur'an difahami oleh audiens pertama yaitu Nabi Muhammad dan para sahabat. Dalam penelitian ini penggalian makna historis dari Surat at-Tin ayat 4, melibatkan beberapa langkah-langkah untuk pemahaman tentang kehendak dan maksud dari Allah SWT ketika menurunkan ayat tersebut kepada Nabi

³⁹ Yuslam A'yunin Nabilah, Salim Ashar, dan Abdul Holik, “Penciptaan Manusia menurut pandangan al-Qur'an (Konsep Ahsanu Taqwim dalam al-Qur'an Studi Tafsir Ibnu Katsir,” 2025 2, no. 4 (April): 41–43.

⁴⁰ Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an Terjemah*. (Bandung: sygma, 2007), 597.

Muhammad. Adapun dalam menggali al-Ma'nā al-Tarikhī adalah sebagai berikut:

a) Analisis Penafsiran Lingustik

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ : “*Sungguh, Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya*”. Kata

خَلَقْنَا berasal dari kata خلق. Makna asli dari kata الخلق yang bermakna

perhitungan yang pas. Namun juga digunakan untuk menunjukkan

makna menciptakan sesuatu, mewujudkan sesuatu. Kata الخلق yang

diartikan menciptakan sesuatu hanya boleh disandarkan kepada

Allah. Sedangkan kata الخلق yang diartikan dengan perubahan

bentuk, Allah menggunakan kata tersebut dalam beberapa konteks

untuk merujuk pada selain-Nya, seperti Nabi Isa, dalam surah al-

Maidah ayat 110. Penggunaan kata الخلق pada manusia terbatas

dalam dua kondisi. Pertama, bermakna perhitungan atau penentuan.

Kedua, bermakna dusta. الخلق juga dapat diucapkan untuk makna

مخلوق (makhluk).⁴¹

Kata الإنسان menurut al-Asfahani berarti “manusia” selain

itu dimaknai “setiap hal yang telah dijinakkan”. Oleh karena itu

terdapat orang yang berkata (إنسيِّ الدَّابَّةِ) pejinak binatang, (إنسيِّ القَوْسِ)

pejinak busur panah. Maka yang dinamakan “*insiyun*” dalam segala

⁴¹ ar-Raghib al-Ashfahani, *al-Mufrodat fi Ghorib al-Qur'an trj. Ahmad Zaini Dahlan* (Depok-Jawa Barat: Pustaka Khazanah Fawa'id, 2017), 687.

hal adalah sisi yang mengiringi manusia (jinak).⁴² Menurut Wahbah az-Zuhaili, maksud lafadz *الإنسان* adalah jenis manusia.

Kata *أَحْسَن* yang memiliki akar kata (*حسن*) bermakna baik, bagus dan menyenangkan. Sesuatu yang dikatakan bagus itu ada 3 macam, pertama dari segi akal, kedua hawa nafsu dan terakhir indera. Sedangkan kata *إحسان* bermakna (berbuat kebajikan). Dalam al-Qur'an kata tersebut digunakan untuk mengungkapkan sesuatu yang dianggap baik. Terdapat 2 bentuk makna yang digunakan Pertama, memberi nikmat kepada orang lain seperti *أَحْسَنَ إِلَىٰ فُلَانٍ* "fulan berbuat baik padaku, yakni memeberi" kedua, perbuatan yang dianggap baik. Yaitu ketika seseorang memiliki pengetahuan yang baik atau melakukan perbuatan baik.⁴³

Konsep *ihsan* mencakup beberapa aspek kebajikan, seperti melakukan kebaikan yang membawa manfaat (*khair*), membuat hati merasa damai sesuai dengan konteks hati nurani (*ma'ruf*), memiliki kualitas dan dampak positif (*toyyib*), sesuai dengan aturan dan tidak menyebabkan kerusakan (*shalah*), serta taat dan patuh kepada Allah dengan penuh kesadaran dan keikhlasan (*birr*).⁴⁴

⁴² al-Ashfahani, "al-Mufrodat fi Ghorib al-Qur'an", 107.

⁴³ al-Ashfahani, "al-Mufrodat fi Ghorib al-Qur'an", 509.

⁴⁴ Nurfadilah dkk., "Konsepsi Aktualisasi Diri untuk Mencapai Derajat Ihsan: Studi Penafsiran QS. Ar-Rahman Ayat 60 dengan Pendekatan Ma'na Cum maghza," dalam jurnal: Gunung Djati Conference Series 21 (2023): 206.

Ihsan dapat dikaitkan dengan psikologi *body positivity* dan *body neutrality* melalui beberapa aspek, seperti merasa damai dengan tubuh (*ma'ruf*), fokus pada kualitas dan dampak positif tubuh (*toyyib*), menghormati dan merawat tubuh dengan baik (*shalah*), serta memiliki kesadaran spiritual dan taat kepada Allah (*birr*). Dengan demikian, konsep *ihsan* dapat menjadi landasan spiritual untuk meningkatkan *body positivity* dan *body neutrality*, serta membantu seseorang mengembangkan kesadaran diri dan penerimaan tubuh yang lebih baik.

Kalimat **أَحْسَنَ تَفْوِيحًا** memiliki makna manusia telah diciptakan dalam bentuk yang paling sempurna dan seimbang, dengan keistimewaan ukuran yang pas, bentuk yang bagus dengan keutamaan yang luar biasa, dan manusia menjadi makhluk yang paling sempurna di antara ciptaan lainnya. Kata **تَفْوِيحًا** adalah proses penciptaan yang menghasilkan bentuk yang optimal dan sempurna.

Selain itu, menentukan standar yang tepat dan sempurna baik dari segi bentuk maupun nilai.⁴⁵

Kata **تَفْوِيحًا** juga merupakan isyarat terhadap karakter yang hanya dimiliki oleh manusia dibanding hewan (makhluk yang dapat berjalan di atas bumi) lainnya, yang merujuk pada karakteristik unik yang dimiliki manusia seperti, akal, pemahaman dan bentuk tubuh tegak yang menunjukkan bahwa dia dapat

⁴⁵ Wahbah az-Zuhaili, *al-Tafsir al-Munir*, terj. Abdul Hayyie al Kattani dkk, (Jakarta: Gema Insani, 2013), jilid 15, hlm 587.

menguasai segala sesuatu yang ada di dunia ini. Sedangkan dalam konteks perdagangan *تقويم السلعة* berarti menentukan atau menjelaskan nilai (harga) dari suatu barang dagangan.⁴⁶

Konsep *تَقْوِيمٌ* yang menekankan keunikan manusia dengan bentuk tubuh tegak, akal, dan pemahaman, dapat dikaitkan dengan psikologi *body positivity* dan *body neutrality*. Dengan memahami dan menghargai keunikan tubuh sendiri, serta mengembangkan kesadaran diri yang positif dan seimbang, seseorang dapat meningkatkan penerimaan diri dan mengurangi tekanan sosial terkait penampilan fisik, sehingga dapat mengembangkan *body positivity* dan *body neutrality* yang lebih baik.

Manusia memiliki bentuk tubuh tegak yang unik, yang dapat mempengaruhi persepsi dan kesadaran diri tentang tubuh. Kemampuan akal dan pemahaman manusia dapat membantu mengembangkan *body positivity* dan *body neutrality* dengan

memahami nilai dan keunikan tubuh sendiri. Konsep menguasai segala sesuatu di dunia dapat diartikan sebagai menguasai diri sendiri, termasuk tubuh dan pikiran, untuk mengembangkan *body positivity* dan *body neutrality*.

Menurut Ibnu Athiyyah dalam kitabnya *al-Muharrar al-Wajīz fī tafsīr al-Kitāb al-‘Azīz* yang merupakan kitab tafsir klasik yang dominan pada aspek lughawi. Mengatakan bahwa kalimat

⁴⁶ ar-Raghib al-Ashfahani, *al-Mufradat fī Ghorib al-Qur'an* (Depok-Jawa Barat: Pustaka Khazanah Fawa'id trj. Ahmad Zaini Dahlan, 2017), Jilid 3, 261.

tersebut merupakan sumpah Allah, yang tidak menutup kemungkinan bahwa makhluk lain, seperti matahari dan yang lainnya, bisa jadi lebih sempurna dibandingkan manusia, dari segi kesesuaian dengan fungsinya. Namun sebagian ulama mengatakan bahwa *الْإِنْسَانُ* adalah makhluk yang paling sempurna bentuknya.⁴⁷

Beberapa pendapat ulama mengenai kalimat *أَحْسَنَ تَقْوِيمٍ* yang memiliki makna “bentuk yang sebaik-baiknya” pada penciptaan manusia yaitu sebagai berikut: menurut al-Nakha’i, Mujahid dan Qotadah, berpendapat bahwa kebaikan rupa dan panca indera manusia merupakan bagian dari bentuk yang sebaik-baiknya. Terdapat juga pendapat Abu Bakar Thair yang menyatakan bahwa tegaknya perawakan manusia merupakan bagian dari bentuk yang sebaik-baiknya. Selain itu, disebutkan bahwa akal dan kemampuan menghindari zina yang menghiasi dirinya dengan kearifan juga merupakan bagian dari bentuk yang sebaik-baiknya.

Pendapat terakhir dari ‘Ikrimah memiliki pendapat yang berbeda mengenai kata “*ahsan*” (muda dan kuat) namun pendapatnya dinyatakan lemah. ‘Ikrimah menekankan bahwa kata *الْإِنْسَانُ* merujuk pada nama jenis, sedangkan *أَحْسَنَ* adalah kata sifat yang berarti penilaian yang lebih baik. Dengan demikian, pendapat ‘Ikrimah dapat dipahami bahwa bentuk yang sebaik-baiknya

⁴⁷ Abu Muhammad Abdul Haqq bin ghalib bin Athiyah ndalusi, *al-Muharrar al-Wajiz fi tafsir al-Kitab al-‘Aziz*, 499–500.

manusia merupakan hasil dari penilaian yang baik dan positif terhadap manusia sebagai sebuah jenis makhluk.⁴⁸

Dengan penjelasan mengenai makna historis dari aspek bahasa dapat ditemukan bahwa lafadz *ahsan taqim* adalah “bentuk yang sebaik-baiknya” dari segi fisik rupa, panca indera, akal, kuat dan masa muda seperti riwayat yang dikutip pada tafsir ath-Thabari. Dari makna bahasa ini, dijelaskan bahwa QS. at-Tin ayat 4 merupakan penciptaan bentuk yang sebaik-baiknya kepada manusia. Seperti yang dikatakan al-Asfahani lafadz “*taqwim*” merupakan karakter yang hanya dimiliki manusia.

b) Analisis Intratekstualitas Munasabah

Badruddin az-Zarkasyi di dalam kitab *al-Burhān fi ‘Ulūm al-Qur’ān* mengatakan bahwa kata *munasabah* adalah *al-muqārabah* yang berarti kedekatan dan *al-musyākah* yang berarti keserupaan.⁴⁹ Menurut as-Suyuthi, *munasabah* (kedekatan) itu

harus di kembalikan kepada suatu makna yang menghubungkan dengannya, baik yang umum maupun yang khusus, yang bersifat logis, indriawi, imajinatif, atau bentuk keterkaitan lain seperti sebab-akibat atau kesepadanan.⁵⁰

Kata *munasabah* di dalam “buku *munasabah* dalam al-Qur’ān (pengantar memahami ilmu *munasabat* antar ayat-ayat dan

⁴⁸ Abu Hayyan al-Gharnathi, *al-Bahr al-Muḥith*, Jilid.8, 408.

⁴⁹ Abu Abdillah Badruddin Muhammad ibn ‘Abdillah az-Zarkasyi, *al-Burhan fi ‘Ulum al-Qur’an (Dar Ihya al-Kutub al-‘Arabiyah)*, Juz 1, 35.

⁵⁰ Jalaluddin Abdurrahman ibn Abi Bakr as-Suyuthi, *Ulum al-Qur’an (al-Itqan fi Ulumil Qur’an) terj. Tim Indiva*, Jilid 1 (Solo: Indiva Pustaka, 2008), 625.

surah-surah al-Qur’ān)” memiliki berbagai macam persamaan kata yaitu, hubungan, kaitan, *tanāsub*, korelasi, kesesuaian, pertalian dan relevansi. Menurut Mannā al-Qaththān yang dikutip di dalam buku tersebut yang menjelaskan mengenai *munasabah* yaitu⁵¹,

وجه الارتباط بين الجملة والجملة في الآية الواحدة أو بين الآية والآية في الآيات المتعددة، أو بين السورة والسورة

“Bentuk keterikatan antara satu kalimat dengan kalimat lain dalam satu ayat, antara ayat satu dengan ayat lain dalam banyak ayat, atau antara surah dengan surah yang lain (di dalam al-Qur’an).”

Menurut al-Biqā’ī yang dikutip dalam buku *munasabah al-Qur’an* mengatakan:

فعلم مناسبات القرآن علم تعرف منه علل ترتيب أجزائه

“Ilmu *munasabat al-Qur’an* adalah suatu ilmu yang darinya dapat diketahui alasan-alasan di balik susunan bagian-bagian al-Qur’an.”

Dapat disimpulkan dari penjelasan sebelumnya, bahwa *Munasabah* merupakan disiplin ilmu yang mempelajari dan menggali

keterkaitan antara ayat-ayat Al-Qur’an dan hubungan antar surah, untuk memahami makna dan struktur Al-Qur’an secara lebih menyeluruh untuk mengetahui alasan di balik keterkaitan susunan bagian-bagian dalam al-Qur’an.⁵²

Menurut al-Zarkasyi, *munasabah* bertujuan agar antar bagian pembicaraan saling terkait erat seperti bangunan kokoh

⁵¹ Cece Abdulwaly, *Munasabah dalam al-Quran (pengantar memahami ilmu munasabat antar ayat-ayat dan surah-surah al-Qur’an* (sukabumi: Farhan Pustaka, 2021). Hlm 18

⁵² Abdulwaly. Hlm 20.

yang unsur-unsurnya terstruktur dengan baik. Dengan memahami keterkaitan ini, ayat-ayat dapat dibandingkan, diseimbangkan, dan disatukan dalam berbagai tema yang beragam.⁵³ Dalam hal ini, munasabah pada surah *at-Tīn* ayat 4 tentang penciptaan manusia adalah bentuk yang sebaik-baiknya termasuk dalam munasabah ayat dengan ayat sebelum dan sesudahnya dengan korelasi untuk menyatukan keterkaitan makna atau tujuan yang sempurna.

Munasabah surah *at-Tīn* ayat 4 saling terkait dari ayat sebelumnya yaitu ayat pertama sampai 3 hingga ayat sesudahnya ayat 5 sampai 8. Keterkaitan antar ayat dalam Surah *at-Tīn* membentuk satu kesatuan makna yang utuh dan lengkap, sehingga menghadirkan kesempurnaan dalam penyampaian pesan di dalam al-Qur'an. Jika memahami berdasarkan seluruh surah *at-Tin* ayat 1 sampai 8 maka penjelasannya sebagai berikut:

“Demi (buah) Tin dan (buah) Zaitun, demi Gunung Sinai, dan demi negeri (Mekah) yang aman ini, Sungguh, kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya, kemudian kami kembalikan dia ke tempat yang serendah-rendahnya, kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan; maka mereka akan mendapat pahala yang tidak ada putus-putusnya, maka apa yang menyebabkan (mereka) mendustakanmu (tentang) hari pembalasan setelah (adanya keterangan-keterangan) itu?, Bukankan Allah hakim yang paling adil?”⁵⁴

Keterkaitan surah *at-Tīn* dari ayat 1 sampai ayat 8 membentuk makna yang utuh dan lengkap. Seperti yang dijelaskan

⁵³ Manna al-Qaththan, *Mabahis fi 'Ulum al-Qur'an (Pengantar studi ilmu al-Qur'an)* trj. Aunur Rafiq el-Mazni (Jakarta: Pustaka al-Kautsar, 2006), 119.

⁵⁴ Lajnah Pentashih Mushaf, *al-Qur'an dan Terjemah* (Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema, 2007), 596–97.

oleh Abu Ja'far Muhammad bin Jarir ath-Thabari dalam kitab tafsirnya *Jāmi' al-Bayān fī Ta'wil al-Qur'ān* sebagai berikut: Ayat pertama, وَالرَّيُّونُ وَالزَّيْتُونَ dijelaskan bahwa ayat tersebut merupakan sumpah Allah pada ke dua buah tin dan zaitun dan tempat mulia mengenai tumbunya buah tersebut yaitu baitul maqdis. Baitul Maqdis digunakan sebagai sumpah dan dikatakan tempat yang mulia karena di tempat tersebut Allah mengutus Nabi Isa.⁵⁵

Ayat ke dua, وَطُورِ سَيْنِينَ “Dan demi bukit sinai” sumpah Allah yang ke dua di dalam surah at-Tīn yang bermakna “gunung sinai”. Gunung sinai merupakan gunung Nabi Musa disaat bertemu dengan Allah. Tempat tersebut adalah tempat mulia yang digunakan sebagai sumpah oleh Allah untuk penjelasan bahwa jawaban sumpah pada ayat ke empat merupakan suatu hal yang tidak boleh disepelekan.⁵⁶

Ayat ke tiga, وَهَذَا الْبَلَدِ الْأَمِينِ “Dan demi kota (Makkah) ini

yang aman” maksudnya adalah Ayat ini merujuk pada sumpah Allah dengan kota Makkah yang aman dari serangan musuh, sehingga penduduknya hidup dengan damai tanpa gangguan perang. Dan kota yang dimaksud adalah kota Makkah, yang digambarkan sebagai tempat yang aman dan dilindungi. Pendapat dari ath-Thabari ini selaras dengan riwayat-riwayat yang lain seperti Muhammad bin Sa'ad ia berkata “Maksudnya adalah

⁵⁵ Muhammad ibn Jarir ath-Thabari, *Jami' al-Bayan 'an Ta'wil Ayyi al-Qur'an*. Trj. Ahsan Askan, Jilid 26 (Jakarta: Azzam, 2007), 759–63.

⁵⁶ ath-Thabari, *Jami' al-Bayan Fi Ta'wil al-Qur'an*, Jilid 26:764–68.

Makkah”. Ibnu Basysyar juga demikian ia berkata “Maksudnya adalah tanah suci”.⁵⁷ Kota Makkah merupakan tempat mulia, tempat diutusnya Nabi Muhammad. Karena dengan tempat mulia tersebut Allah menggunakannya sebagai sumpah.

Ayat ke empat, لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَن تَقْوِيمٍ “*Sesungguhnya kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya*” ayat ini merupakan jawaban sumpah, sumpah demi buah tin dan zaitun, yang menunjukkan penciptaan manusia dalam bentuk terbaik. Pendapat mengenai surah at-Tin ayat 4 adalah yang menyatakan bahwa, sesungguhnya kami telah menciptakan Manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya dan paling sempurna. Ini karena redaksi أَحْسَن تَقْوِيمٍ adalah *na'at* untuk kalimat yang *mahdzuf* (yang dibuang), yaitu *fii taqwiimi ahsani taqwiim* “dalam bentuk yang sebaik-baiknya”. Jadi, seakan-akan dikatakan *laqad khalaqnaahu fii taqwiim ahsani taqwiim* “sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya”.⁵⁸

Pada surah at-Tin ayat 4 adalah *jawabul qasam* (redaksi penimpal sumpah). Maksudnya setelah Allah bersumpah dari ketiga tempat yang disebutkan pada ayat 1 sampai 3 yaitu, baitul Maqdis, gunung sinai dan kota Makkah. Kemudian Allah berfirman mengenai sesuatu yang disumpahkan dari ke tiga tempat tersebut. Yaitu menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.

⁵⁷ ath-Thabari, Jami' al-Bayan Fi Ta'wil al-Qur'an, Jilid 26:768–71.

⁵⁸ ath-Thabari, Jami' al-Bayan Fi Ta'wil al-Qur'an, Jilid 26:771–76.

Berdasarkan ayat 1 sampai 3, Allah bersumpah pada tempat yang paling mulia, karena ketiga tempat tersebut adalah tempat turunnya wahyu Allah kepada para Rasul ‘*Ulul Azmi*. Tempat hidaya Allah tersebar ke seluruh manusia, tempat Allah berbicara dengan Musa, Baitul Maqdis tempat Allah mengutus Isa dan Makkah tempat Allah mengutus nabi Muhammad.⁵⁹

Ayat 4 yang membahas tentang penciptaan manusia yang sebaik-baiknya dapat meningkatkan penerimaan diri dan *body positivity*, karena manusia diciptakan dengan sebaik-baiknya tanpa cacat atau kurang. Selain itu, ayat-ayat ini juga dapat meningkatkan kesadaran akan keunikan dan kelebihan setiap individu, mengurangi perbandingan sosial dan fokus pada penampilan fisik, serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya *inner beauty* dan karakter yang baik.

Jadi munasabah pada ayat sebelumnya surah at-Tin ayat 4

yaitu, telah dijelaskan mengenai ayat pertama tentang sumpah Allah kepada buah Tin dan Zaitun, atau pada tempat tumbuhnya buah tersebut. Ayat yang ke dua sumpah Allah kepada gunung sinai tempat bertemunya Allah dengan nabi Musa. Dan pada ayat ke tiga sumpah Allah terhadap kota Makkah yang mengutus nabi Muhammad. Kemudian pada ayat ke empat Allah berfirman mengenai suatu hal yang disumpahkan sebagai jawaban dari

⁵⁹ Wahbah az-Zuhaili, *Tafsir al-Munir fi al-Aqidah wa Syariah wa Manhaj Trj. Abdul Hayyie al-Kattani*, vol. Jilid 15 (Jakarta: GEMA INSANI, 2013), 588–89.

sumpah tersebut. Jadi sangat berkaitan anatara ayat 1 sampai 4 dari surah at-Tin, dari sumpah Allah sampai suatu hal yang disumpahkan.

Ayat ke lima, *ثُمَّ رَدَدْنَاهُ أَسْفَلَ سَافِلِينَ* “kemudian kami kembalikan dia ke tempat yang serendah-rendahnya (neraka)”. Menurut ath-Thabari, pendapat yang paling tepat tentang ayat tersebut adalah ayat ini menjelaskan tentang manusia yang kembali ke kondisi sangat lemah, yaitu saat pikun karena lanjut usia. Pendapat ini yang paling sesuai karena Allah menjelaskan penciptaan dan perubahan kondisi manusia sebagai hujjah terhadap orang-orang yang mengingkari kekuasaan-Nya, untuk membangkitkan manusia setelah mati. Hal ini menjadi bukti nyata bagi mereka karena, mereka sendiri mengalami perubahan kondisi dari muda, kuat, dan perkasa menjadi tua, lemah, dan pikun, sehingga menguatkan hujjah tentang kekuasaan Allah.⁶⁰

Sedangkan menurut al-Alusi, konteks ayat tersebut tampaknya menunjukkan bahwa orang kafir akan mengalami perubahan drastis pada hari kiamat, yaitu dari memiliki bentuk yang sangat bagus dan indah menjadi bentuk yang sangat jelek dan menjijikkan, sebagai konsekuensi dari ketidak bersyukur mereka atas kenikmatan yang telah diberikan oleh Allah, sehingga orang kafir yang tidak menghargai dan mensyukuri nikmat Allah akan

⁶⁰ ath-Thabari, *Jami' al-Bayan 'an Ta'wil Ayyi al-Qur'an*, Jilid 26:776.

berakhir dengan bentuk yang sangat buruk dan hina sebagai balasan atas ketidak bersyukur mereka selama hidup di dunia.⁶¹

Keterkaitan atau munasabah dari sesudah surah at-Tin ayat 4. dijelaskan bahwa Allah telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya, kesempurnaan bentuk, akal, kekuatan dan toleransinya. Akan tetapi manusia itu lupa dengan potensi-potensi tersebut dan melantarkannya. Manusia lebih menuruti hawa nafsu dan syahwatnya. Oleh karena itu Allah berfirman pada surah at-Tin ayat 5 bahwa akan mengembalikan ke umur yang hina, tua renta dan daya pikirnya sudah berkurang bahkan pendapat lain mengatakan tempat serendah-rendahnya adalah neraka.⁶² Terdapat pengecualian yang dilanjutkan pada ayat ke 6 yaitu orang-orang yang beriman dan beramal shalih dengan mengumpulkan iman dan amal ketika dalam keadaan mampu. Maka mereka akan mendapatkan pahala yang banyak, terus menerus dan tidak terputus

sebagai balasan atas ibadah mereka dan selamat dari siksa neraka.⁶³

Kemudian dilanjutkan firmanNya pada ayat ke 7, dengan sebuah pernyataan yang berasal dari ayat sebelumnya, bahwa “apa yang membuatmu berdusta setelah adanya bukti-bukti dan dalil kekuasaan Allah. Allah telah menciptakan dalam bentuk yang paling bagus dan akan memasukkan ke neraka karena kekafiran”.

⁶¹ Muhammad bin a'bduallah al-'Alusi al-Bahdadi, *ruh al-Ma'ani fi tafsir al-Qur'an al-'Adhim wa Sab' al-Matsani*, pertama, Jilid 29 (Turki: al-Resalah, 1431), 107.

⁶² ath-Thabari, *Jami' al-Bayan 'an Ta'wil Ayyi al-Qur'an*, Jilid 26:781.

⁶³ ath-Thabari, *Jami' al-Bayan Fi Ta'wil al-Qur'an*, Jilid 26:791.

Kemudian Allah menguatkan pada ayat ke 8, dia adalah hakim yang paling adil dalam memutuskan perkara. Diantara keadilannya menciptakan hari kiamat sehingga orang yang terzalimi dapat membalas orang yang telah menzaliminya.⁶⁴

Ayat 5-8 dari Surah at-Tin dapat diinterpretasikan sebagai peringatan untuk tidak terlalu fokus pada penampilan fisik dan kehidupan duniawi, motivasi untuk meningkatkan iman dan amal saleh, kesadaran akan pentingnya memiliki standar yang jelas dan tidak terpengaruh oleh opini orang lain, serta kesadaran akan pentingnya keadilan dan moralitas dalam menilai diri sendiri dan orang lain. Dalam konteks psikologi *body positivity* dan *body neutrality*, ayat-ayat ini dapat membantu mengembangkan *body positivity* dan *body neutrality* dengan cara mengurangi perbandingan sosial dan fokus pada penampilan fisik, meningkatkan kesadaran akan pentingnya iman dan amal saleh,

serta meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan analitis. Dengan demikian, ayat 5-8 dapat menjadi sumber inspirasi untuk meningkatkan kesadaran diri dan mengembangkan *body positivity* dan *body neutrality* yang lebih baik.

Analisis intratekstualitas selain menjelaskan terkait munasabah juga membandingkan dan menganalisa penggunaan kata yang sedang ditafsirkan dengan penggunaannya di ayat-ayat

⁶⁴ ath-Thabari, Jami' al-Bayan Fi Ta'wil al-Qur'an, Jilid 26:795.

lain. Memperhatikan konteks tekstualnya dalam masing-masing ayat.⁶⁵ Dalam penelitian ini kata yang di analisis dari surah at-Tin ayat 4 yaitu lafadz, أَحْسَنَ, تَقْوِيمٌ membahas dua kalimat tersebut merupakan kata kunci yang sesuai dengan fenomena yang dibahas. Menganalisa konteks tekstualnya dari ayat-ayat lain dalam al-Qur'an untuk menemukan apakah terdapat makna diakronik dari setiap kalimat.

Kata أَحْسَنَ disebutkan 194 kali dalam al-Qur'an, yang memiliki makna, kandungan dan maksud yang berbeda. Seperti yang dijelaskan sebelumnya bahwa kata إِحْسَانٌ memiliki 2 bentuk, nikmat kepada orang lain dan perbuatan yang dianggap baik. Seperti yang tercantum dalam QS. al-Isra' ayat 7 **إِنْ أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ** لَأَنْفُسِكُمْ “Jika kamu berbuat baik (berarti) kamu berbuat baik bagi

dirimu sendiri”. Kemudian pada QS. al-Baqarah ayat 138: **وَمَنْ أَحْسَنُ** مِنَ اللَّهِ صِبْغَةً “siapa yang lebih baik sibgah-nya daripada Allah” .

Tidak ada perbedaan makna pada kata أَحْسَنُ di dalam al-Qur'an semuanya bermakna “baik” namun hanya berbeda dari segi kedudukan lafadz dan maksud dari setiap ayat.

Seperti yang dijelaskan pada analisis penafsiran Linguistik bahwa, Konsep *ihسان* dalam al-Qur'an merujuk pada kebajikan dan perilaku baik yang sesuai dengan norma sosial, mencerminkan

⁶⁵ Syamsuddin, *Pendekatan Ma'na Cum Maghza atas al-Qur'an dan Hadis: Menjawab Problematika sosial keagamaan di Era Kontemporer*, (Yogyakarta: Lembaga Ladang Kata, 2020),11.

akhlak, amal saleh, ibadah, dan aqidah yang kuat. *Ihsan* di dalam al-Qur'an memiliki lima bentuk istilah, yaitu *khair*, *ma'ruf*, *toyyib*, *shalah*, dan *birr*, yang menggambarkan berbagai aspek kebajikan dan perilaku positif dalam Islam. Dari ke lima istilah tersebut menjadikan ketrkaitan dengan makna dari kata *Ihsan* dalam al-Qur'an.

Pertama, Istilah *khair* dalam al-Qur'an, seperti yang disebutkan dalam QS. al-Baqarah ayat 221, merujuk pada sesuatu yang telah diketahui memiliki nilai kebaikan dan kebajikan. Kedua, istilah *ma'ruf* dalam al-Qur'an, seperti yang disebutkan dalam QS. al-Hajj ayat 41, merujuk pada kebajikan yang sesuai dengan hati nurani dan aturan yang berlaku, sehingga dapat membawa kedamaian dan ketenangan bagi pelakunya. Kebajikan ini dianggap baik karena selaras dengan nilai-nilai moral dan etika yang positif.

Ketiga, istilah *toyyib* dalam al-Qur'an, seperti yang disebutkan dalam QS. al-Baqarah ayat 172, merujuk pada kebajikan yang memiliki dampak positif dan menunjukkan kualitas yang baik, sehingga dapat meningkatkan nilai dan kebaikan dalam diri seseorang. Kebajikan ini dianggap baik karena memiliki efek yang bermanfaat dan membawa perbaikan. Keempat, istilah *shalah* dalam al-Qur'an merujuk pada kebajikan yang mengikuti aturan dan norma yang telah ditentukan, serta tidak menimbulkan kerusakan atau kejahatan. Kebajikan ini menunjukkan perilaku

yang patuh dan taat pada aturan yang berlaku. Kelima, istilah *birr* dalam al-Qur'an merujuk pada kebajikan yang menunjukkan ketaatan dan kepatuhan kepada Allah. Orang yang memiliki kebajikan *birr* dianggap sebagai orang yang bertaqwa dan mengungkapkan kesetiaannya kepada Allah, seperti yang disebutkan dalam QS. al-Baqarah ayat 189. Kebajikan ini menunjukkan kedalaman iman dan ketaatan kepada Sang Khalik.⁶⁶

Sedangkan pada kata **قَامَ-يُقِيمُ-قِيَامًا** yang bermakna “berdiri”. Kata **الْقِيَامُ** “berdiri” dapat diucapkan dalam beberapa macam: berdiri secara fisik, memperhatikan dan menjaga sesuatu dan hendak melakukan sesuatu. Contoh ayat yang bermakna “berdiri secara fisik: QS. al-Hasyr ayat 5

مَا قَطَعْتُمْ مِّن لِّيْنَةٍ أَوْ نَزَعْتُمْهَا فَأَيْمَةٌ عَلَىٰ أَصُولِهَا

“Apa saja yang kamu tebang dari pohon kurma (milik orang-orang kafir) atau yang kamu biarkan (tumbuh) berdiri di atas pokoknya”

Kata **الْقِيَامُ** yang bermakna memperhatikan serta menjaga sesuatu pada QS. al-Maidah ayat 8:

كُونُوا قَوَّامِينَ لِلَّهِ شُهَدَاءَ بِالْقِسْطِ

“Hendaklah kamu jadi orang-orang yang selalu menegakkan (kebenaran) karena Allah, menjadi saksi dengan adil”.

Kata **الْقِيَامُ** yang diartikan “hendak melakukan sesuatu” contoh dalam QS. al-Maidah ayat 6:

⁶⁶ Nurfadilah dkk., “Konsepsi Aktualisasi Diri untuk Mencapai Derajat Ihsan: Studi Penafsiran QS. Ar-Rahman Ayat 60 dengan Pendekatan Ma’na Cum maghza,” 206.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِ

“Hai orang-orang yang beriman, apabila kamu hendak mengerjakan shalat”

Makna asal dari kata القوم (kaum) adalah kelompok laki-laki tanpa ada perempuan seperti contoh QS. al-Hujurat ayat 11:

لَا يَسْحَرُ قَوْمٌ مِّنْ قَوْمٍ

“janganlah sekumpulan orang laki-laki merendahkan kumpulan yang lain”

Sedangkan secara keseluruhan di dalam al-Qur’an, kata القوم digunakan untuk menunjukkan kelompok laki-laki dan perempuan, meskipun tetap digunakan untuk laki-laki. Seperti contoh QS. an-Nisa’ ayat 34:

الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ

“Kaum laki-laki itu adalah pemimpin bagi kaum perempuan”

Jadi, di dalam al-Qur’an lafadz قوم memiliki perbedaan

makna dari setiap ayatnya. Terdapat makna berdiri, laki-laki, Hendak dan menjaga. Namun pada lafadz تَقْوِيمٌ pada QS. at-Tin ayat 4, bermakna”bentuk” sebagai isyarat terhadap karakter yang hanya dimiliki manusia seperti, akal, pemahaman dan bentuk tubuh yang tegak.

c) Analisis Historis

Upaya memahami konteks historis pewahyuan ayat-ayat al-Qur’an, baik mikro (kejadian kecil yang melatar belakangi turunnya suatu ayat) maupun makro (konteks yang mencakup

situasi dan kondisi di Arab pada masa pewahyuan al-Qur'an), bertujuan untuk memahami konteks dan makna historis, juga signifikansi fenomena historis di balik penurunan ayat tertentu. sehingga dapat menangkap tujuan utama ayat itu ketika diturunkan kepada Nabi Muhammad dan memahami makna kata-kata dalam ayat tersebut secara lebih akurat.⁶⁷

Setelah melakukan riset, penulis tidak menemukan data yang secara spesifik menjelaskan tentang *asbāb al-nuzūl* atau konteks historis mikro dari QS. *at-Tīn* ayat 4. Namun, penulis mendapatkan data tentang kejadian kecil yang diriwayatkan saat turunnya QS. *at-Tīn* ayat 4 (makro) yang dianalisis memiliki dasar sendiri terkait penciptaan manusia yang sebaik-baiknya ini pada saat kondisi zaman Nabi Muhammad pada saat itu. Yaitu sebagai berikut:

Ibn Jarir meriwayatkan dari Ibn Abas: “لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِيَّحٍ”

UNIVERSITAS ISI AM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ

”أَحْسَنَ تَقْوِيمٍ” “*surengguh kami telah menciptakan manusia di dalam
sebaik-baiknya bentuk*” “كُم رَدَدْنَاهُ أَسْفَلَ سَفِيلِينَ” “*kemudian*

*mengembalikan kami akan manusia kepada paling rendahnya
tempat-tempat yang rendah*”. Manusia akan dihadapkan kepada
masa hinanya usia, yaitu ketika manusia itu menua dan akalunya

⁶⁷ Syamsuddin, Pendekatan Ma'na Cum Maghza Atas al-Qur'an dan Hadis: Menjawab Problematika Sosial Keagamaan. di Era Kontemporer. (Yogyakarta: Ladang kata 2020). 12.

mulai menghilang. Orang-orang yang dihadapkan pada masa tersebut orang-orang yang ingkar. Pada masa itu terdapat sekelompok orang yang hidup pada zamannya Rasul yang istiqomah melakukan amal kebaikan. Kemudian Rasul ditanya: ketika akal mereka melemah maka Allah meurunkan akan ke *udzuran* mereka, Pahala yang dilakukan sebelum akal mereka menghilang, karena mereka banyak melakukan amal kebaikan di masa muda.⁶⁸

Jadi pada masa Rasuluallah terdapat sekelompok orang tua yang sebelumnya sudah banyak melakukan amal kebaikan. Pada masa tua ini akal mereka mulai hilang (pikun), bahkan mereka sulit membedakan antara hal baik dan buruk sehingga mereka yang memiliki keistiqomaan dalam kebaikan ketika masa tuanya sudah mulai terganggu akalnya (pikun). Namun pahala mereka tetap mengalir karena ketika masa mudanya telah banyak melakukan kebaikan sekalipun pada masa tua mereka sudah pikun.

Dari riwayat tersebut maka berkaitan dengan riwayat yang diceritakan oleh Ikrimah tentang لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ^ط dia mengatakan penciptaan manusia mengantarkan pada kesempurnaan masa mudanya dan kekuatannya. Riwayat sebelumnya menjelaskan mengenai sumpah Allah tentang penciptaan manusia yang sebaik-

⁶⁸ Jalaluddin al-Suyuthi, *Tafsir al-Durru al-Mantsur fi al-Tafsir al-Ma'tsur* (Markaz li al-Buhuts wa al-Dirasat al-A'rabiyyah wa al-Islam, 2003).

baiknya, yang memiliki makna (baik bentuk, indra, akal, masa muda dan kuat).⁶⁹ Kemudian seseorang lalai terhadap sumpah Allah tersebut. Mereka lalai pada masa mudanya sehingga pada masa tuanya tidak memperoleh pahala yang mengalir, karena demikian dia tergolong orang-orang yang dikembalikan ke tempat yang serendah-rendahnya.

Maka penjelasan tersebut berkaitan dengan Hadis dari Ibnu ‘Abbas yang menjelaskan lima perkara sebelum lima perkara yaitu sebagai berikut:

عن ابن عباس رضي الله عنهما قال: قال رسول الله ﷺ: اغْتَنِمَ حَمْسًا قَبْلَ حَمْسٍ: شَبَابَكَ قَبْلَ هَرَمِكَ، وَصِحَّتَكَ قَبْلَ سَقَمِكَ، وَغِنَاكَ قَبْلَ فَقْرِكَ، وَفَرَاغَكَ قَبْلَ شُغْلِكَ، وَحَيَاتَكَ قَبْلَ مَوْتِكَ

Artinya: “Manfaatkan lima perkara sebelum lima perkara: 1. Waktu mudamu sebelum waktu tuamu. 2. Waktu sehatmu sebelum datang waktu sakitmu 3. Masa kayamu sebelum datang masa kefakiranmu 4. Masa luangmu sebelum datang masa sibukmu 5. Masa hidupmu sebelum datang kematianmu.”⁷⁰

Jadi ketika manusia berada di posisi lima perkara sebelumnya lima perkara, mereka diperintahkan melakukan hal-hal baik, sehingga ketika dia sudah berada di masa tua atau masa ketika di posisi buruk menjadikan pahala tetap mengalir. Jadi, Mengamalkan lima perkara sebelum 5 perkara juga merupakan bagian dari mengamalkan dalil

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَن تَقْوِيمٍ

⁶⁹ ath-Thabari, *Jami' al-Bayan 'an Ta'wil Ayyi al-Qur'an*, Jilid 26:776.

⁷⁰ Hendi Supandi, Istikhori, dan Toha Suryana, “Hadits Ibnu Abbas tentang Menjaga Lima Perkara Sebelum Lima Perkara yang Lain (al-Hakim),” *al-Tarbiyah: Jurnal Ilmu Pendidikan Islam* 3, no. 2 (2025): 4.

Setelah analisa penafsiran lingustik, intratekstualitas dan makna historis. Dapat diketahui jika makna أَحْسَن تَقْوِيَةٍ di artikan secara tekstual maka makna tersebut hanya sebatas bentuk fisik yang sempurna, postur tubuh yang tegak dan kesempurnaan panca indera. Dan riwayat-riwayat lain juga mengatakan dari al-Nakha'i, Mujahid dan Qotadah kebaikan rupa dan panca indera manusia merupakan bagian dari bentuk yang sebaik-baiknya. Begitu juga Pendapat Ikrimah mengenai bentuk yang sebaik-baiknya yaitu, ketika masa muda dan kuat.

Jika makna أَحْسَن تَقْوِيَةٍ hanya dilihat secara tekstual saja maka bertolak belakang dengan keadaan manusia yang tidak berada dalam kondisi sempurna atau ideal, kelahiran dengan kecacatan fisik atau mental dan perkembangan yang terlambat.⁷¹ Karena demikian maka diperlukan *al-Maghzā al-Tarikhi* untuk menemukan maksud dan tujuan dari surah at-Tin ayat 4, dengan maksud atau pesan makna dari “bentuk yang sebaik-baiknya”.

b. (*al-Maghza al-Tarikhi*)

al-Maghzā al-Tarikhi adalah Pesan utama dari suatu firman Allah pada masa Nabi (*al-Maghza*). Pesan utama juga bisa disebut *maqasid* atau ide-ide moralnya. *al-Maghza* di dalam *lisān al-‘Arab* sama dengan *maqasidul kalami* atau tujuan utamanya pembicaraan.

⁷¹ Nabilah, Ashar, dan Holik, “Penciptaan Manusia menurut pandangan al-Qur’an (Konsep Ahsanu Taqwim dalam al-Qur’an Studi Tafsir Ibnu Katsir,” 43.

Karena setiap ayat memiliki konteks dan makna yang spesifik. Untuk memahami maksud ayat dengan tepat, diperlukan penjelasan historis yang aplikatif. Menurut Sayyid Quthb dalam Tafsir fi dzilalil Qur'ān, terdapat penjelasan tentang maksud dari makna surah at-Tīn ayat 4 yang terkandung dalam ayat tersebut.

Hasil dari penafsiran Sayyid Quthub, bahwa Allah menciptakan segala sesuatu dengan kesempurnaan, namun manusia disebutkan secara khusus dalam *al-Qur'ān* sebagai makhluk yang diciptakan dengan bentuk, susunan, dan keseimbangan yang paling sempurna. Ini menunjukkan perhatian khusus dari Allah terhadap manusia. Perhatian Allah terhadap manusia, meskipun manusia memiliki kelemahan dan potensi penyimpangan, menunjukkan bahwa manusia memiliki kedudukan khusus di sisi Allah dan peran penting dalam sistem semesta. Perhatian ini terlihat dalam penciptaan manusia dengan struktur tubuh yang rumit, akal yang unik, dan ruh yang menakjubkan, menjadikan manusia makhluk yang bernilai dibandingkan makhluk lainnya.

Kemudian kandungannya di sini difokuskan pada aspek ruhiyah manusia, karena penyimpangan dari fitrah dan iman yang lurus dapat menyebabkan manusia jatuh ke tingkat yang sangat rendah, sedangkan wujud fisiknya tidak akan menyebabkan hal tersebut. Dalam Keunggulan wujud manusia tampak dalam aspek ruhiahnya atau potensi, di mana mereka memiliki potensi untuk mencapai tingkatan

yang tinggi, bahkan melebihi kedudukan malaikat. Hal ini dibuktikan dengan peristiwa Isra Mi'raj, di mana Nabi Muhammad dapat naik ke tempat yang lebih tinggi sementara Malaikat Jibril berhenti pada suatu tempat, menunjukkan kemampuan spiritual manusia yang luar biasa.⁷²

Pernyataan tersebut menekankan bahwa keunggulan manusia terletak pada aspek ruhiahnya, bukan pada wujud fisiknya. Dalam konteks *body positivity* dan *body neutrality*, hal ini dapat diartikan bahwa penerimaan diri dan kepercayaan diri tidak seharusnya bergantung pada penampilan fisik, melainkan pada nilai-nilai spiritual dan kebaikan yang ada dalam diri seseorang.

Dengan memahami bahwa keunggulan manusia terletak pada aspek ruhihnya, seseorang dapat lebih fokus pada pengembangan diri secara spiritual dan moral, sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri dan penerimaan diri tanpa terlalu bergantung pada penampilan fisik. Hal ini dapat membantu seseorang untuk memiliki *body positivity* dan *body neutrality* yang lebih seimbang dan tidak terlalu terikat pada penampilan fisik.

Membahas mengenai penerimaan, al-Qur'an juga menjelaskan dalam istilah *qonaah* dalam QS. an-Nahl ayat 97:

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ

Artinya: Siapa yang mengerjakan kebaikan, baik laki-laki maupun perempuan, sedangkan dia seorang

⁷² Asy-Syahid Sayyid Quthb, *Tafsir Fi dzilal al-Qur'an trj. As'ad Yasin* (Jakarta: GEMA INSANI, 2001), 299.

mukmin, sungguh, kami pasti akan berikan kepadanya kehidupan yang baik dan akan kami beri balasan dengan pahala yang lebih baik daripada apa yang selalu mereka kerjakan.

Menurut Quraish Shihab, "*hayatan thayyibatan*" atau kehidupan yang baik bukanlah tentang kehidupan mewah yang bebas dari ujian, tetapi lebih tentang memiliki rasa lega, kerelaan, dan kesabaran dalam menghadapi cobaan, serta rasa syukur atas nikmat Allah. Orang yang memiliki kehidupan yang baik seperti ini tidak akan merasa takut yang berlebihan atau kesedihan yang melampaui batas, karena mereka yakin bahwa pilihan Allah adalah yang terbaik dan bahwa ada ganjaran yang menanti di balik setiap kejadian.⁷³

Namun, Penerimaan (*qonaah*) dalam QS. an-Nahl ayat 97 memiliki makna yang lebih luas yang berkaitan dengan materi, sedangkan dalam QS. at-Tin ayat 4 kandungan dari "penerimaan" memiliki makna yang terkait dengan fisik dan potensi seseorang. Hal ini memiliki kaitan dengan psikologi *body positivity* dan *body neutrality*, yang menekankan pentingnya menerima diri sendiri dan menghargai potensi yang ada dalam diri, bukan hanya berdasarkan penampilan fisik. Dengan demikian, QS. at-Tin ayat 4 dapat menjadi inspirasi untuk mengembangkan *body positivity* dan *body neutrality* yang lebih seimbang dan positif.

Adapun kandungan dari penafsiran Sayyid Quthub mengenai surah at-Tin ayat 4, terdapat hasil dari maksud al-Maghzā al-Tarikhī

⁷³ Shihab, *Tafsir Al-Misbah pesan, Kesan dan Keserasian al-Qur'an*, 7, 344.

pada ayat yang di analisa. Kemudian peneliti membagikan hasil analisis dari al-Maghzā al-Ta'rikhi dalam beberapa poin, meliputi makna analisis bahasa, historis, dan munasabah ayat. Hasil analisis ini kemudian dirangkum menjadi beberapa poin dari signifikansi fenomenal historis (al-Maghzā al-Ta'rikhi) yang ditemukan, yaitu sebagai berikut:

a. Penciptaan Manusia yang Sempurna dan Istimewa

Secara linguistik Surah at-Tīn ayat 4 dijelaskan bahwa manusia diciptakan oleh Allah dengan bentuk yang sebaik-baiknya. Seperti pendapat Ibnu kasir di dalam tafsir klasiknya mengatakan bahwa arti dari bentuk yang sebaik-baiknya adalah dari segi bentuk fisik mereka yang sempurna yaitu dengan wujud dan struktur tubuh yang sebaik-baiknya, mencakup perawakan yang ideal dan anggota badan yang normal. Lafadz *Ahsanu Taqwīm* dalam Surat *at-Tīn* ayat 4 merujuk pada penciptaan

manusia dalam bentuk yang paling sempurna, baik secara fisik dengan postur tubuh tegak, panca indera lengkap, dan kemampuan optimal. Maupun ruhani dengan kemampuan berpikir logis, bernalar, dan introspeksi diri.

Manusia diciptakan secara istimewa yaitu memiliki kedudukan yang mulia dibandingkan makhluk hidup lain. Pada surah at-Tīn ayat 4 ini dijelaskan kata *الْإِنْسَانَ* penciptaan sempurna yang dihususkan kepada manusia. Dikatakan istimewa

karena memiliki kedudukan yang paling tinggi bahkan dari pada malaikat. Bentuk perbedaan manusia dengan makhluk lain yang menjadikannya Istimewa yaitu karena manusia memiliki akal untuk menjalani kehidupannya dan sebagai bentuk potensi untuk beriman dan beramal sholih.

Aisyah Bintusy-Syathi' menjelaskan bahwa keistimewaan manusia dibandingkan binatang terletak pada kemampuan berbicara, mendengar, dan melihat yang tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga memiliki makna yang lebih dalam. Artinya, manusia dapat berbicara untuk menyampaikan gagasan dan penjelasan, mendengar untuk memahami dan menyadari, serta melihat untuk membedakan dan mendapatkan petunjuk. Dengan demikian, keistimewaan manusia tidak hanya terletak pada kemampuan fisik, tetapi juga pada kemampuan untuk memahami dan mengolah informasi secara lebih kompleks.⁷⁴

b. Peringatan bagi Manusia untuk tidak Melupakan Potensi dan Nikmat yang diberikan oleh Allah.

Penjelasan dari munasabah surah at-Tin ayat 4, dapat mengasikkan *al-Maghzā al-Tarikhī* bahwa, ketika manusia telah diciptakan dengan bentuk yang sebaik-baiknya (fisik, akal, kuat dan muda) seharusnya mereka tidak ingkar dan melalaikan akan nikmat Allah tersebut. Ketika tidak menggunakan dengan

⁷⁴ Aisyah Abdurrahman Binntusy Syathi', *Manusia Sensitivitas Hermeneutika al-Qur'an* (LKPSM, 1997), 55–56.

baik nikmat dari Allah, lebih memilih memuaskan nafsu dan syahwatnya maka Allah akan memberikan mereka ke tempat yang serendah-rendahnya (tua, hilangnya akal (pikun) dan neraka).

Mereka tidak akan mendapatkan tempat yang serendah-rendahnya jika mereka beriman, beramal sholih dan menggunakan dengan baik nikmat-nikmat dari Allah. Mereka menyadari akan nikmat ketika masih muda, memiliki fisik yang sempurna, memiliki akal dan mendapatkan nikmat kuat. Namaun ketika manusia berbuat sebaliknya, maka seseorang akan ditempatkan pada tempat yang serendah-rendahnya di masa tua. Mereka tidak mendapatkan pahala yang mengalir, mereka menjadi orang yang merugi karena tidak menggunakan dengan baik waktunya di masa muda atau masa kesempurnaannya masih di dapatkan.

c. Pentingnya memanfaatkan masa muda untuk beramal baik sebelum datang masa tua.

Riwayat dari Ikrimah mengatakan mengenai lafadz أَحْسَنٌ adalah diciptakan sebaik-baiknya yang bermakna sebaik “kenikmatam muda dan kuat”. Dari analisis historis makro terdapat riwayat pada zaman Nabi sekelompok orang tua yang sudah kehilangan akalnya atau pikun namun mereka tetap mendapatkan keberkahan dan pahala yang terus mengalir

karena di masa mudanya mereka selalu istiqomah melakukan kebaikan.

Pernyataan tersebut berkaitan dengan hadis dari Ibnu Abbas yang memerintahkan melakukan lima perkara sebelum lima perkara seperti waktu mudamu sebelum masa tuamu, dan masa sehatmu sebelum masa sakitmu. Pada ayat ke enam terdapat pengecualian tidak ditempatkan di tempat yang serendah-rendahnya bagi orang yang beriman, menggunakan dengan baik kenikmatan masa mudanya. Namun menjadi tua bukan hanya dialami oleh orang-orang yang tidak beriman orang sholih pun demikian. Jadi maksud tempat yang serendah-rendahnya (tua) ketika orang tersebut tidak mendapatkan pahala yang mengalir. Pada masa tua, maka dia menjadi tua yang hina.

d. Keunggulan wujud manusia dalam aspek ruhaninya

Pada penafsiran Sayid Quthub yang menjelaskan mengenai hakikat dan kandungan dari QS. at-Tin ayat 4 yaitu, "penciptaan dengan bentuk yang sebaik-baiknya". penciptaan manusia dengan struktur tubuh yang rumit, akal yang unik, dan ruh yang menakjubkan, menjadikan manusia makhluk yang bernilai dibandingkan makhluk lainnya. Menurut sayid Quthub surah at-Tin ayat 4 ini berfokus pada aspek ruhaninya. Karena penyimpangan dari fitrah iman dapat menyebabkan manusia

jatuh ke tempat yang serendah-rendahnya, sedangkan wujud fisiknya tidak akan menyebabkan hal tersebut.⁷⁵

Dalam keunggulan wujud manusia tampak dalam aspek ruhiahnya, mereka memiliki potensi untuk mengembangkan dan memperhatikan dari sisi ruhiannya dari pada fisik. Contohnya fokus mengenai makna أَحْسَنَ sebagai penciptaan yang baik dari segi “akal” yaitu, dapat membedakan antara yang baik dan buruk serta dapat membuat suatu keputusan dalam menjalani kehidupan. Tanggung jawab manusia untuk mengambil keputusan dalam kehidupan sehari-hari yang dapat dilakukan dengan akal. Pentingnya menggunakan akal untuk memperkuat iman dan menghindari kesesatan.

Contoh berikutnya fokus dalam kemampuan ruhani dari pada fisik yaitu, menghindari zina. Dari Abu Bakar Thair yang mengartikan lafadz أَحْسَنَ “kemampuan menghindari zina”

dikutip dari tafsir ath-Thabari. Fokus menjaga kesucian diri dari perbuatan zina, kemampuan untuk mengendalikan hawa nafsu dan menghindari godaan yang dapat membawa kepada arah zina dan konsekuensi dari perbuatan zina dan pentingnya menjauhi perbuatan tersebut untuk mencapai kebaikan dan keselamatan.

⁷⁵ Asy-Syahid Quthb, *Tafsir fi dzilalil al-Qur'an trj. As'ad Yasin* (Jakarta: Gema Insani, 2001). 299

Lafadz أَحْسَن yang ditafsirkan dengan makna “kuat”. Fokus terhadap waktu semasa kuat untuk melakukan hal-hal baik, memanfaatkan masa muda untuk terus beramal sholih, tidak menunda-nunda kesempatan untuk berbuat baik karena kekuatan dan waktu tidak akan bertahan selamanya, memanfaatkan masa waktu masih kuat untuk meningkatkan iman dan taqwa kepada Allah. Kemudian ketika lafadz *Ahsan* bermakna “masa muda”. Maka lebih fokus untuk memanfaatkan energi dan semangat masa muda untuk mencapai tujuan yang baik dan meningkatkan amal ibadah sebelum datangnya usia tua yang dapat membuat ibadah tidak maksimal lagi, yang disebabkan kemampuan fisik dan mental sudah tidak sebaik masa muda.

D. Implementasi *al-Mghzā al-Mutaharik* dalam surah *at-Tīn* ayat 4 dan kaitannya dengan *Body Positivity* dan *Body Neutrality*

Pendekatan *ma'nā cum maghzā* muncul sebagai respons terhadap kebutuhan zaman untuk mengembangkan penafsiran al-Qur'an yang relevan dari perkembangan sains, teknologi, dan dinamika sosial masyarakat. Pendekatan ini memungkinkan seseorang untuk memahami makna asli (literal) dari teks Al-Qur'an, kemudian mengembangkan makna tersebut menjadi pesan utama historis (*al-ma'nā at-tārikhī*) dan dikembangkan lagi dengan signifikan dengan konteks kekinian (*al-Maghzā*

al-mutaharik). Dengan demikian, al-Qur'an dapat menjadi jawaban yang relevan dan efektif untuk menjawab tantangan zaman.⁷⁶

Pendekatan *Ma'nā cum Maghza* berpegang pada prinsip-prinsip yang kokoh dalam menafsirkan al-Qur'an, sehingga tetap relevan dengan prinsip al-Qur'an yang berlaku sepanjang zaman dan tempatnya. Dengan menggunakan teori Ulum al-Qur'an baik tradisional dan modern-kontemporer untuk mempertahankan tradisi keilmuan yang baik dari masa lalu dengan mengambil manfaat dari tradisi baru yang lebih baik, dengan tujuan mencapai kemaslahatan manusia dan alam semesta, serta bersifat dinamis, selalu berkembang, dan relatif dalam kebenarannya.⁷⁷

Dalam pendekatan *Ma'na cum Maghza*, setelah peneliti memahami makna historis (*al-Maghza at-Tārikhī*) dari teks, langkah selanjutnya adalah mengembangkan dan membangun makna yang relevan dengan konteks kekinian, yang dikenal sebagai *al-Maghza al-Mutaharrik al-Mu'asir*. Ini berarti peneliti harus mampu menghubungkan makna historis dengan realitas kontemporer, sehingga menghasilkan pemahaman yang dinamis dan relevan dengan kebutuhan zaman sekarang. Dengan demikian, kandungan dari QS. Surah at-Tin ayat 4 ini dapat memberikan nilai moral dan nilai yang relevan untuk diimplementasikan dalam kehidupan masa kini yang dikaitkan dengan fenomena *body positivity* dan

⁷⁶ Syamsuddin, *Pendekatan Ma'nā Cum Maghza atas al-Qur'an dan Hadis: Menjawab Problematika sosial keagamaan di Era Kontemporer*, 15–16.

⁷⁷ Syamsuddin, *Hermeneutika Dan Pengembangan Ulumul Qur'an*, 139–43.

body neutrality. Dalam hal ini peneliti mengkategorikan dengan beberapa poin, sebagai berikut:

1. Sikap manusia dalam menyikapi keistimewaan dan kesempurnaan diri sebagai ciptaan Allah.

Bersyukur atas fisik sempurna dapat diartikan sebagai sikap mengakui dan menghargai bentuk fisik yang sehat dan sempurna sebagai karunia dari Allah. Hal ini dapat mencakup bersyukur atas kemampuan fisik, kesehatan, bentuk tubuh yang ideal, serta kemampuan untuk melakukan aktivitas sehari-hari dengan baik. Selain itu, bersyukur atas fisik sempurna juga dapat berarti menghargai kemampuan tubuh untuk merasakan nikmat dunia, seperti menikmati makanan, minuman, dan keindahan alam. Dengan bersyukur atas fisik sempurna, seseorang dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh, serta mengembangkan sikap yang positif terhadap diri sendiri.

Lebih dari itu, kesempurnaan fisik dapat digunakan dengan baik untuk meningkatkan ketakwaan kepada Allah, seperti dengan melakukan ibadah dengan baik tanpa hambatan fisik seperti ibadah shalat, puasa, dan haji, dengan maksimal. Serta menggunakan kemampuan fisik untuk berbuat baik dan membantu orang lain. Dengan demikian, bersyukur atas fisik sempurna dapat menjadi sarana untuk meningkatkan kualitas spiritual dan mendekatkan diri kepada

Allah dengan lebih maksimal. Seperti yang dijelaskan dal QS. Ibrahim ayat 7 sebagai berikut:⁷⁸

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

Artinya: (Ingatlah) ketika Tuhanmu memaklumkan, “sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya Aku akan menambah (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikmat-ku), sesungguhnya azab-ku benar-benar sangat keras.”⁷⁹

Sementara itu, bersyukur atas keistimewaan sebagai kedudukan manusia dapat diartikan sebagai sikap mengakui dan menghargai kedudukan manusia sebagai makhluk yang istimewa dan mulia di sisi Allah. Hal ini dapat mencakup bersyukur atas kemampuan akal, hati, dan rohani yang membedakan manusia dari makhluk lain. Contohnya, seseorang dapat bersyukur atas kemampuan akalnya yang memungkinkannya untuk berpikir, belajar, dan mengembangkan diri.

Dalam konsep bersyukur terhadap kesempurnaan tubuh juga dijelaskan dalam fenomena *body positivity* yaitu sebagai berikut:

a. Menerima keragaman tubuh

Penerimaan keragaman tubuh dalam konteks *body positivity* berarti menerima dan menghargai bentuk tubuh yang beragam dan unik, tanpa membandingkan atau menilai diri sendiri atau orang lain berdasarkan standar kecantikan yang tidak realistis. Hal ini

⁷⁸ Yazid Reza Tama, “Konsep Bersyukur dalam surah Ibrahim ayat 7 (Teori Interpretasi Jorge J.E Gracia)” (Malang, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2024).

⁷⁹ Mushaf, *al-Qur'an dan Terjemah*.

berarti menerima bentuk tubuh yang berbeda-beda sebagai sesuatu yang alami dan normal, serta menghargai keunikan dan kelebihan tubuh sendiri.⁸⁰

Dengan menerima keragaman tubuh, seseorang dapat meningkatkan kesadaran diri dan mengembangkan sikap yang positif terhadap tubuh sendiri. *Body positivity* juga dapat membantu meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan mental dengan mempromosikan penerimaan diri dan kasih sayang terhadap tubuh sendiri, serta mengurangi tekanan sosial dan budaya yang dapat mempengaruhi harga diri dan kepercayaan diri.

- b. Menghindari perbandingan dan penilaian diri sendiri dan orang lain berdasarkan bentuk fisik

Menghindari perbandingan dan penilaian diri sendiri dan orang lain berdasarkan bentuk fisik merupakan aspek penting dalam *body positivity*. Dengan menciptakan kontrol yang kuat atas

diri sendiri untuk mengembangkan kesadaran dan penerimaan diri sendiri tanpa membandingkan atau menilai diri sendiri dan orang lain berdasarkan bentuk fisik. Dengan demikian, seseorang dapat mengurangi tekanan sosial dan budaya yang dapat mempengaruhi harga diri dan kepercayaan diri.⁸¹

⁸⁰ Ukhti Tri Larasati dan Radja Erland Hamzah, "Kesadaran Body Positivity dalam Film Imperfect," *Brand Communication* 3, no. 4 (2024): 33.

⁸¹ Tari Purwanti, "Kuasa Tubuh dan Perlawanan: Anti Politisasi dan Komodifikasi Tubuh Perempuan dalam Ruang Virtual," dalam jurnal: *Umbara Indonesia Journal of Anthropology*, 2020, Vol.5 No.2, 144.

Dengan menghindari perbandingan dan penilaian berdasarkan bentuk fisik, seseorang dapat meningkatkan kesadaran diri dan mengembangkan sikap yang positif terhadap tubuh sendiri. Hal ini juga dapat membantu meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan mental dengan mempromosikan penerimaan diri dan kasih sayang terhadap tubuh sendiri, serta memfokuskan pada kelebihan dan kemampuan diri sendiri. Dengan demikian, seseorang dapat lebih mencintai tubuhnya dan lebih percaya diri dalam menjalani kehidupan sehari-hari, tanpa terikat oleh standar kecantikan yang tidak realistis.

c. Mengajak individu untuk mencintai tubuh mereka tanpa rasa malu

Mengajak individu untuk mencintai tubuh mereka tanpa rasa malu dapat dilakukan dengan beberapa cara, seperti mempromosikan penerimaan diri, menghargai keunikan dan kelebihan tubuh sendiri, serta mengurangi kritik diri yang negatif.

Selain itu, dapat juga dilakukan dengan memfokuskan pada kemampuan dan fungsi tubuh, bukan hanya pada penampilan fisik. Dengan demikian, individu dapat mengembangkan sikap yang positif terhadap tubuh sendiri dan meningkatkan kepercayaan diri.

Mengajarkan juga tentang pentingnya *self-care* dan *self-love* dapat

membantu individu untuk mencintai tubuh mereka tanpa rasa malu.⁸²

2. Peringatan bagi manusia untuk tidak melupakan potensi dan nikmat yang diberikan oleh Allah.

a. Berkaitan dengan tempat yang serendah-rendahnya

Surah at-Tin ayat 5 menjelaskan bahwa manusia telah diciptakan dalam bentuk yang sebaik-baiknya, namun kemudian manusia dapat jatuh ke tempat yang serendah-rendahnya jika tidak menggunakan potensi dan nikmat yang diberikan oleh Allah dengan baik. Ayat ini mengingatkan manusia untuk tidak melupakan kedudukan dan potensi yang telah diberikan oleh Allah, serta untuk selalu berusaha meningkatkan diri dan menggunakan nikmat tersebut untuk kebaikan.

Dalam konteks ini, tempat yang serendah-rendahnya dapat diartikan sebagai keadaan manusia yang jauh dari tujuan dan

potensi yang sebenarnya, seperti keadaan kufur, fasiq, atau zalim.

Oleh karena itu, manusia perlu selalu ingat akan nikmat dan potensi yang telah diberikan oleh Allah, serta berusaha untuk menggunakan keduanya untuk mencapai kebahagiaan dan kesuksesan di dunia dan akhirat.

⁸² Elsa Nadia Rani, Sulistiawan Irgiano, dan Resky Dwi Yunita, "Pentingnya Self Love serta cara Menerapkan dalam Diri," dalam jurnal: *SICEDU Science and Education Journal*, 2022, Vol.1, no.2, 484.

Peringatan dari Allah untuk tidak melupakan potensi dan nikmat yang diberikannya hal itu berkaitan dengan (*Body Positivity* dan *Body Neutrality*) mengenai point-point berikut:

a. Fokus terhadap fungsi tubuh bekerja

Dalam konteks *Body Neutrality*, fokus terhadap fungsi tubuh bekerja berarti, menghargai tubuh karena kemampuannya melakukan berbagai fungsi, seperti fungsi fisik (berjalan, berlari, mengangkat), fungsi sensorik (melihat, mendengar, merasakan), fungsi kognitif (berpikir, mengingat, memecahkan masalah), dan fungsi emosi (merasakan dan mengungkapkan emosi).

Dengan memfokuskan pada fungsi tubuh, individu dapat mengembangkan sikap yang netral dan tidak menilai diri sendiri berdasarkan penampilan fisik. Mereka dapat menghargai kemampuan tubuh dan menggunakan potensi

tubuh untuk melakukan hal-hal yang bermanfaat dan bermakna, sehingga memiliki hubungan yang lebih seimbang dan positif dengan tubuhnya sendiri.

b. Dampak akibat terlalu memperhatikan terhadap diskriminasi berbasis penampilan

Dampak akibat terlalu memperhatikan penampilan dan diskriminasi berbasis penampilan dapat menyebabkan stres, kecemasan, dan depresi. Individu yang terlalu

memperhatikan penampilan mungkin akan merasa tidak puas dengan diri sendiri, memiliki harga diri yang rendah, dan mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan dengan orang lain.

Selain itu, diskriminasi berbasis penampilan juga dapat menyebabkan ketidaksetaraan dan ketidakadilan dalam masyarakat. Orang-orang yang tidak sesuai dengan standar kecantikan yang dominan mungkin akan mengalami diskriminasi dalam berbagai aspek kehidupan, seperti pekerjaan, pendidikan, dan sosial. Hal ini dapat menyebabkan mereka merasa tidak dihargai dan tidak memiliki kesempatan yang sama dengan orang lain.

3. Keunggulan wujud manusia dalam aspek ruhaninya

Sayyid Quthub dalam tafsirnya *fi dzilalil qur'an*, menjelaskan bahwa maksud dari QS. at-Tin ayat 4 berfokus pada kebaikan dari aspek Ruhaninya. Karena ialah yang menjadikan jatuh ke tempat yang serendah-rendahnya ketika menyimpang. Dengan hal ini mengembangkan dari nilai ruhaniahnya yang perlu diperhatikan seperti hal-nya point berikut ini:

a. Ketakwaan

Ketakwaan adalah kesadaran dan kepatuhan terhadap perintah Allah SWT serta menjauhi larangan-Nya. Seseorang yang memiliki ketakwaan akan selalu berusaha untuk melakukan

kebaikan dan menjauhi kejahatan, serta memiliki rasa takut dan hormat kepada Allah SWT. Ketakwaan dapat membantu seseorang untuk meningkatkan iman dan amal shaleh, serta dapat memberikan ketenangan dan kebahagiaan dalam hidup. Dengan demikian, ketakwaan dapat menjadi salah satu aspek penting dalam meningkatkan kualitas hidup dan mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat. Seperti yang dijelaskan dalam QS. at-Talaq ayat 4:

وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مِنْ أَمْرِهِ يُسْرًا

Artinya: *“Siapa yang bertakwa kepada Allah, niscaya Dia menjadikan kemudahan baginya dalam urusannya”*

QS. Ali-Imran ayat 102

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ حَقَّ تُقَاتِهِ وَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنْتُمْ مُسْلِمُونَ

Artinya: *Wahai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dengan sebenar-benar takwa kepadanya dan janganlah kamu mati kecuali dalam keadaan Muslim.*

Dalam Konteks *Body Neutrality*, mengembangkan dari aspek ruhaninya yaitu dengan memperhatikan dari fungsi tubuh dari pada fisik. Fungsi tubuh dalam *body neutrality* dikategorikan menjadi 2 point internal dan eksternal yaitu sebagai berikut:

a. Kualitas Intrinsik Individu

1. Kepribadian

Kepribadian merupakan karakteristik unik yang membentuk diri seseorang, seperti sifat, perilaku, dan cara berpikir. Kepribadian dapat mempengaruhi bagaimana

seseorang berinteraksi dengan orang lain dan menjalani hidup.

Meningkatkan kepribadian dapat dilakukan dengan mengembangkan sifat positif seperti empati, kesabaran, dan kejujuran. Cara meningkatkannya adalah dengan melakukan refleksi diri, membaca buku tentang pengembangan diri, dan berlatih keterampilan sosial.

2. Kesehatan

Kesehatan merupakan kondisi fisik dan mental yang baik, yang memungkinkan seseorang untuk berfungsi dengan optimal dan menikmati hidup. Kesehatan dapat mempengaruhi kualitas hidup dan kemampuan seseorang untuk mencapai tujuan.

Meningkatkan kesehatan dapat dilakukan dengan melakukan olahraga teratur, makan makanan seimbang,

dan mendapatkan cukup tidur. Cara meningkatkannya adalah dengan membuat jadwal olahraga, memilih makanan yang sehat, dan mengatur waktu tidur yang cukup.

3. Sifat Unik

Sifat unik merupakan karakteristik yang membedakan seseorang dari orang lain, seperti bakat, minat, atau kemampuan khusus. Sifat unik dapat

membantu seseorang menemukan passion dan tujuan hidup. Mengembangkan sifat unik dapat dilakukan dengan menemukan bakat dan minat, serta mengembangkan keterampilan yang terkait. Cara meningkatkannya adalah dengan mencoba berbagai aktivitas, mengikuti kursus atau pelatihan, dan meminta umpan balik dari orang lain.

b. Eksternal

1. Harga Diri

Harga diri dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti komentar orang lain, standar kecantikan, atau ekspektasi sosial. Harga diri dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang dan bagaimana mereka memandang diri sendiri.

Meningkatkan harga diri dapat dilakukan dengan fokus pada kelebihan dan prestasi, serta

menghindari perbandingan dengan orang lain. Cara meningkatkannya adalah dengan membuat daftar kelebihan dan prestasi, menghindari media sosial yang dapat memicu perbandingan, dan berlatih afirmasi positif.

2. Hobi

Hobi merupakan aktivitas yang dilakukan seseorang untuk kesenangan dan relaksasi, seperti

olahraga, membaca, atau bermain musik. Hobi dapat membantu seseorang menemukan *passion* dan meningkatkan kualitas hidup.

Menemukan hobi yang menyenangkan dapat dilakukan dengan mencoba berbagai aktivitas dan menemukan apa yang disukai. Cara meningkatkannya adalah dengan mencoba berbagai aktivitas, bergabung dengan kelompok yang memiliki minat yang sama, dan mengalokasikan waktu untuk hobi.

3. Persahabatan

Persahabatan merupakan hubungan yang positif dan mendukung dengan orang lain, yang dapat memberikan dukungan emosional dan meningkatkan kualitas hidup. Persahabatan dapat membantu seseorang merasa terhubung dan dihargai.

Meningkatkan persahabatan dapat dilakukan dengan menjadi pendengar yang baik, menunjukkan empati, dan melakukan kegiatan bersama. Cara meningkatkannya adalah dengan berlatih keterampilan mendengarkan, menunjukkan ketertarikan pada kehidupan orang lain, dan mengajak teman melakukan kegiatan bersama.

Dari penjelasan di atas QS. at-Tin ayat 4 ketika dianalisis dengan hermeneutika *ma'nā cum maghzā*, menunjukkan bahwa seseorang tidak perlu terlalu fokus pada penampilan fisik, melainkan mengembangkan potensi diri dan bersyukur atas apa yang diberikan Allah. Lebih utama mengembangkan potensi dan nilai ruhiyah seperti ketakwaan, serta merawat kesehatan tubuh dengan menjaga pola makan dan berolahraga. Menemukan sifat unik, hobi masing-masing dan memprioritaskan pengembangan diri daripada mengikuti standar kecantikan yang tidak realistis yang dipengaruhi oleh masyarakat. Pernyataan tersebut merupakan hasil akhir dari analisis *al-Maghzā al-Mutaharīk* pada pendekatan *Ma'nā Cum Maghzā*, setelah dianalisis pada point *al-Ma'nā al-Tarikhī* dan *al-Magzā al-Tarikhī*. Dari hasil akhir tersebut menunjukkan keterkaitan dengan ajaran pada era modern mengenai fenomena *body positivity* dan *neutrality*, Yang mengajarkan bahwa perlu untuk melawan standar kecantikan tidak realistis yang diinformasikan masyarakat. Lebih baik seseorang memperhatikan fungsi atau potensi pada diri individu masing-masing.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan dari analisa QS. *at-Tīn* ayat 4 melalui analisis Pendekatan Ma'nā Cum Maghza dengan menggunakan langkah-langkahnya yaitu al-Ma'nā al-Tarikhī, al-Maghza al-Tarikhī, dan al-Maghza al-Mutaharīk, maka diantaranya sebagai berikut:

1. *Al-Ma'na al-Tarikhi*, QS. *at-Tīn* ayat 4 mencakup kebaikan rupa, panca indera, tegaknya perawakan, akal, masa muda, kekuatan, dan kemampuan menghindari zina. Ayat ini juga terkait dengan kisah orang tua yang sebelumnya beramal baik namun mengalami penurunan akal di usia tua, tetapi pahala amal baik mereka tetap mengalir.

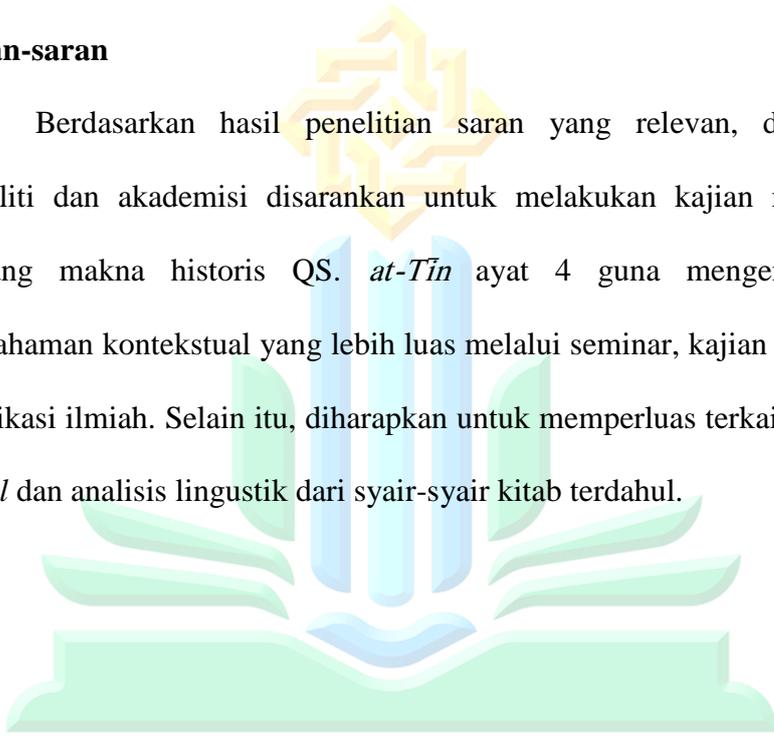
Al-Maghza al-Tarikhi, ayat ini mencakup penciptaan manusia yang sempurna dan peringatan untuk tidak melupakan potensi dan nikmat Allah, serta keunggulan wujud manusia dalam aspek ruhani.

2. Implementasi *al-Maghza al-Mutaharīk* dalam QS. *at-Tīn* ayat 4 dapat dikaitkan dengan konsep *Body Positivity* dan *Body Neutrality*. Ayat ini mengajarkan bahwa manusia diciptakan dengan sempurna oleh Allah, sehingga kita harus bersyukur dan menerima tubuh kita apa adanya, sesuai dengan prinsip *Body Positivity*. Selain itu, penafsiran dari sayid Quthub juga menekankan bahwa manusia dinilai dari segi ketakwaan dan potensi diri, bukan hanya penampilan fisik, hal ini sejalan dengan

konsep *Body Neutrality* yang fokus pada fungsi tubuh dan kepribadian. Dengan menggabungkan kedua konsep *body positivity* dan *body neutrality* seseorang dapat menerima tubuhnya secara fisik dan fokus pada fungsi tubuh dan potensi diri, sehingga dapat mencapai keselamatan spiritual dan keseimbangan hidup.

B. Saran-saran

Berdasarkan hasil penelitian saran yang relevan, diharapkan peneliti dan akademisi disarankan untuk melakukan kajian mendalam tentang makna historis QS. *at-Tin* ayat 4 guna mengembangkan pemahaman kontekstual yang lebih luas melalui seminar, kajian tafsir, dan publikasi ilmiah. Selain itu, diharapkan untuk memperluas terkait *asbabun nuzul* dan analisis linguistik dari syair-syair kitab terdahul.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

DAFTAR PUSTAKA

- Abdulwaly, Cece. *Munasabah dalam al-Quran (pengantar memahami ilmu munasabat antar ayat-ayat dan surah-surah al-Qur'an*. sukabumi: Farhan Pustaka, 2021.
- Adrian, Kevin. "Mengenal body neutrality dan manfaatnya bagi kesehatan Mental." *Alodokter* (blog), 14 November 2024. <https://www.alodokter.com/mengenal-body-neutrality-dan-manfaatnya-bagi-kesehatan-mental>.
- Ansori, Bahron. "Mindfulness dalam Perspektif Psikologi dan Islam." <https://minanews.net/mindfulness-dalam-perspektif-psikologi-dan-islam/>. *MineNews.Net* (blog), 21 Agustus 2024.
- Ashfahani, ar-Raghib al-. *al-Mufrodāt fī Ghorib al-Qur'an* trj. Ahmad Zaini Dahlan. Depok-Jawa Barat: Pustaka Khazanah Fawa'id, 2017.
- Asyari, Mohammad Farhan Firdaus al-. "Budaya Flexing Perspektif al-Qur'an (Studi Analisis Cum Maghza)." Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, 2024.
- Bahdadi, Muhammad bin a'bduallah al-'Alusi al-. *ruh al-Ma'ani fī tafsir al-Qur'an al-'Adhim wa Sab' al-Matsani*. Pertama. Jilid 29. Turki: al-Resalah, 1431.
- Binntusy Syathi', Aisyah Abdurrahman. *Manusia Sensitivitas Hermeneutika al-Qur'an*. LKPSM, 1997.
- Bitesize, BBC. "Body Positivity dimulai dengan gerakan Hak-hak Orang Gemuk." Dari New York ke Instagram: Sejarah gerakan body positivity, t.t. <https://www.bbc.co.uk/bitesize/articles/z2w7dp3#global-navigation-more-menu>.
- Departemen Agama Republik Indonesia. *Al-Qur'an Terjemah*. 2007 ed. Bandung: sygma.
- Dimasyqi, Abu al-Fida' 'Imaduddin Isma'il bin Umar Kasir al-. *Tafsir Ibu Kasir*. Bogor: Pustaka Imam Asy-Syafi'i, 2004.

Fadhil, Ahmad Raihan. “Wacana Body Positivity dalam Gaya Hidup Perempuan.” Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2023.

Fitri, Emria, Nilma Zola, dan Ifdil Ifdil. “Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi.” *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)* 4, no. 1 (3 Juli 2018): 1–5. <https://doi.org/10.29210/02017182>.

Gharnathi, Abu Hayyan al-. *al-Bahr al-Muhith*.

Kautsar, Malika Ilma, Ikhsan Fuady, dan Kunto A Wibowo. ““Reprementasi Nilai Body Positivity pada akun Instagram xyz”.” 2022 6, no. 3 (t.t.). <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v6i3.19195.2022>.

Kotimah, Khusnul. “Penafsiran Ahsan Taqwim dalam QS. at-Tin ayat 4 (studi komparatif tafsir al-Munir dan tafsir al-Muyassar).” 2024.

Larasati, Ukhti Tri, dan Radja Erland Hamzah. “Kesadaran Body Positivity dalam Film Imperfect.” *Brand Communication* 3, no. 4 (2024).

Magafira, Nurul Istian, Silviana Purwanti, Ainun Ni'matu Rohman, dan Johantan Alfiando WS. “Analisis Konsep Body Positivity Melalui Resepsi Audiens Dalam Kampanye #Respectmybody Pada Instagram (Studi Kasus Kampanye Brand Somethinc).” 2024 8, no. 4 (20). <https://doi.org/10.35870/jti>.

Maharani, Ayu. “kenali body neutrality dan perbedaannya dengan body positivity.” *klikdokter* (blog), 27 Januari 2021. <https://www.klikdokter.com/psikologi/kesehatan-mental/kenali-body-neutrality-dan-perbedaannya-dengan-body-positivity>.

Mushaf, Lajnah Pentashih. *al-Qur'an dan Terjemah*. Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema, 2007.

Mutmainah, Aini. “Dinamika Konsep ‘Ummatan Wasathan’: Pendekatan Hermeneutika Ma’na Cum Maghza terhadap QS. al-Baqarah [2]:143.” *al-Muhafidz: Jurnal Ilmu al-Qur'an dan Tafsir* 4, no. 1 (Februari 2024): 102–16. <https://doi.org/10.57163/almuhafidz.v4i1.93>.

- Nabilah, Yuslam A'yunin, Salim Ashar, dan Abdul Holik. "Penciptaan Manusia menurut pandangan al-Qur'an (Konsep Ahsanu Taqwim dalam al-Qur'an Studi Tafsir Ibnu Katsir." *2025* 2, no. 4 (April): 35–47.
- ndalusi, Abu Muhammad Abdul Haqq bin ghalib bin Athiyyah. *al-Muharrar al-Wajiz fi tafsir al-Kitab al-'Aziz*.
- Nurfadilah, Sumanta, Muhammad Maimun, Mohamad Yahya, dan Muhamad Zaenal Muttaqin. "Konsepsi Aktualisasi Diri untuk Mencapai Derajat Ihsan: Studi Penafsiran QS. Ar-Rahman Ayat 60 dengan Pendekatan Ma'na Cum maghza." *Gunung Djati Conference Series* 21 (2023): 197–212.
- Pllizzer, Mia L, dan Tracey D Wade. "Developing a definition of body neutrality and strategies for an intervention." *2023* 46 (t.t.): 434–42. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2023.07.006>.
- Prakorso, Ihsan Budi, Kondang Budiyani, dan Martaria Rizky Rinaldi. "KECENDERUNGAN BODY DYSMORPHIC DISORDER DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA MAHASISWI." *2020* 15, no. 1 (t.t.): 56–63.
- Pratama, Muhammad Razzan Rezqy, dan Aura Rahmalyah Harun. "(BOPOSI) "Peranan Body Positivity Bagi kesehatan secara fisik maupun psikis, serta korelasinya dengan body image, self love, dan pencegahan peningkatan kasus bunuh diri." *Talenta Indonesia* (blog), 3 Mei 2025.
- Pratiwi, Syahputri Wulan, Muh. Syahrul Mubarak, dan Ira Trisnawati. "Pemaknaan Konsep Ahsan Taqwim (Suatu Kajian Tahlili pada Q.S al-Tin/95:4)." *2021* 1, no. 2 (2 November): 121–35.
- Purwanti, Tari. "Kuasa Tubuh dan Perlawanan: Anti Politisasi dan Komodifikasi tubuh Perempuan dalam ruang Virtual." *Umbara* 5 (2020).
- Putri, Aulia Medina, Dwi Nur Rachmah, dan Neka Erlyani. "CITRA TUBUH PADA DEWASA MADYA YANG MELAKUKAN OPERASI PLASTIK ESTETIK." *Jurnal Kognisia* 2, no. 2 (25 Februari 2020): 1–6. <https://doi.org/10.20527/jk.v2i2.1633>.

- Qaththan, Manna al-. *Mabahis fi 'Ulum al-Qur'an (Pengantar studi ilmu al-Qur'an)* trj. Aunur Rafiq el-Mazni. Jakarta: Pustaka al-Kautsar, 2006.
- Quthb, Asy-Syahid Sayyid. *Tafsir Fi dzilal al-Qur'an* trj. As'ad Yasin. Jakarta: GEMA INSANI, 2001.
- Rani, Elsa Nadia, Sulistiawan Irgiano, dan Resky Dwi Yunita. "Pentingnya Self Love serta cara Menerapkan dalam Diri." *SICEDU* 1, no. 2 (2022).
- seekis, Veya, dan Rebecca K. Lawrence. "How exposure to body neutrality content on TikTok affects young women's body image and mood." 2023, 22. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2023.101629>.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Misbah pesan, Kesan dan Keserasian al-Qur'an*. 2001 ed. Vol. 7. Jakarta: Lentera Hati.
- Suka, Irene Claudia Br Ginting, Clarisa Fitria Salsabila Fachruddin, dan JA Wempi. "Analisis Body Positivity Movement Tentang Wanita Plus Size di Indonesia Melalui Tiktok." 2024 8, no. 1 (t.t.): 151–64.
- Supandi, Hendi, Istikhori, dan Toha Suryana. "Hadits Ibnu Abbas tentang Menjaga Lima Perkara Sebelum Lima Perkara yang Lain (al-Hakim)." *al-Tarbiyah: Jurnal Ilmu Pendidikan Islam* 3, no. 2 (2025): 01–09.
- Suyuthi, Jalaluddin Abdurrahman ibn Abi Bakr as-. *Ulum al-Qur'an (al-Itqan fi Ulumul Qur'an)* terj. Tim Indiva. Jilid 1. Solo: Indiva Pustaka, 2008.
- Suyuthi, Jalaluddin al-. *Tafsir al-Durru al-Mantsur fi al-Tafsir al-Ma'tsur*. Markaz li al-Buhuts wa al-Dirasat al-A'rabiyyah wa al-Islam, 2003.
- Suyuti, Imam. *Studi al-Qur'an Komprehensif "Al-Itqan fi Ulumul Qur'an."* Surakarta: Indiva Pustaka.
- Syamsuddin, Sahiron. *Hermeneutika Dan Pengembangan Ulumul Qur'an*. 2009 ed. Yogyakarta: Pesantren Nawasea Press.

Syamsuddin, Sahiron. *Pendekatan Ma'na Cum Maghza atas al-Qur'an dan Hadis: Menjawab Problematika sosial keagamaan di Era Kontemporer*. Yogyakarta: Lembaga Ladang Kata, 2020.

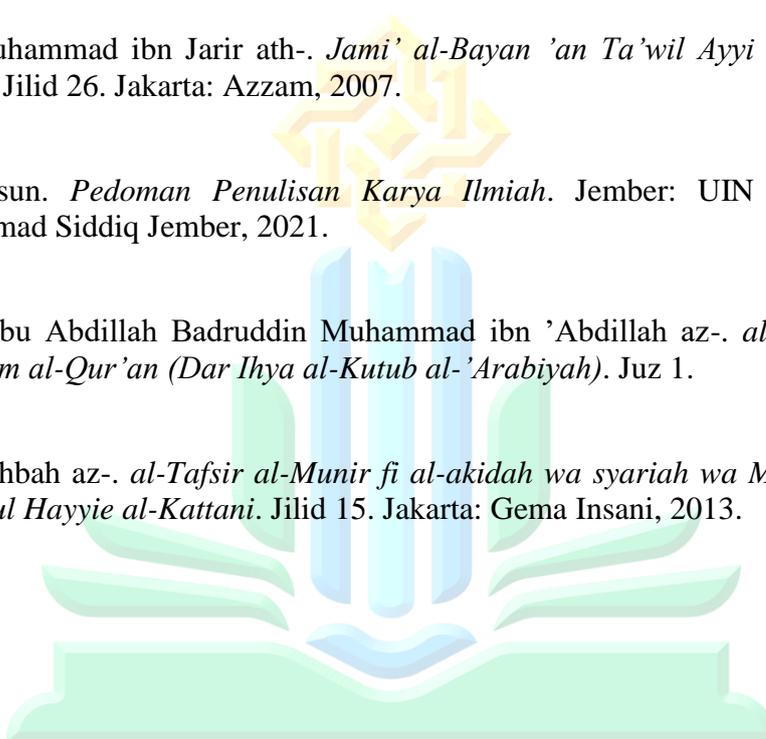
Tama, Yazid Reza. "Konsep Bersyukur dalam surah Ibrahim ayat 7 (Teori Interpretasi Jorge J.E Gracia)." Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2024.

Thabari, Muhammad ibn Jarir ath-. *Jami' al-Bayan 'an Ta'wil Ayyi al-Qur'an*. Vol. Jilid 26. Jakarta: Azzam, 2007.

Tim Penyusun. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. Jember: UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, 2021.

Zarkasyi, Abu Abdillah Badruddin Muhammad ibn 'Abdillah az-. *al-Burhan fi 'Ulum al-Qur'an (Dar Ihya al-Kutub al-'Arabiyah)*. Juz 1.

Zuhaili, Wahbah az-. *al-Tafsir al-Munir fi al-akidah wa syariah wa Manhaj, trj. Abdul Hayyie al-Kattani*. Jilid 15. Jakarta: Gema Insani, 2013.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lailatul Farokha

NIM : 212104010024

Program Studi : Ilmu al-Qur'an dan Tafsir

Fakultas : Ushuluddin Adab dan Humaniora

Instansi : Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

Menyatakan skripsi yang berjudul "*Body Positivity dan Body Neutrality* dalam QS. at-Tin ayat 4 (Analisis Pendekatan Ma'nā Cum Maghẓā) adalah hasil penelitian / karya sendiri, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam skripsi ini.

Apabila di kemudian hari ternyata hasil penelitian ini terbukti terdapat unsur-unsur penjiplakan dan ada klaim dari pihak lain, maka saya bersedia untuk diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan tanpa paksaan dari siapapun.

Jember, 25 Juni 2025
Saya yang menyatakan



Lailatul Farokha
NIM. 212104010024

BIOGRAFI



A. Identitas Mahasiswa

1. Nama Lengkap : Lailatul Farokha
2. Jenis Kelamin : Perempuan
3. Tempat, Tanggal lahir : Lumajang, 10 November 2002
4. Alamat : Bodang, Kayugedang, Padang, Lumajang
5. Jurusan/Prodi : Ushuluddin, Adab dan Humaniora/Ilmu al-Qur'an dan Tafsir
6. NIM : 212104010024

B. Riwayat Pendidikan

1. SD : SD Negeri Bodang 01 Kec. Padang Kab. Lumajang
2. SMP : MTs. Syarifuddin Wonorejo Lumajang
3. SMA : MA. Syarifuddin Wonorejo Lumajang

C. Pengalaman Organisasi

1. ICIS UIN KHAS Jember

D. Pendidikan Nonformal

1. Madrasah Diniyah Syarifuddin Lumajang
2. Pondok Pesantren Syarifuddin Lumajang
3. Pondok Pesantren Tahfidz Qur'an al-Hamid Ajung Jember