

**BIMBINGAN ISLAMI TERHADAP PERILAKU *BODY SHAMING* BERDASARKAN AL-QUR'AN SURAH AL-HUJURAT AYAT 11-13**

**SKRIPSI**

**Diajukan Oleh:**

**SRI REVI WINDAYANI  
NIM. 170402076  
Prodi Bimbingan Konseling Islam**



**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM AR-RANIRY  
BANDA ACEH  
2022 M/1443 H**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh  
Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana S-1 dalam Ilmu Dakwah  
Prodi Bimbingan Konseling Islam**

Oleh :

**SRI REVI WINDAYANI  
NIM. 170402076**

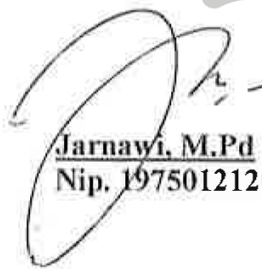
Disetujui Oleh :

جامعة الرانيري

A R - R A N I R Y

Pembimbing I,

Pembimbing II,

  
Jarnawi, M.Pd  
Nip. 197501212006041003

  
Dr. Abizal M. Yati, Lc. MA  
NIDN: 2020018203

## SKRIPSI

Telah Dinilai Oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi  
Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry  
dan Dinyatakan Lulus Serta Disahkan  
Sebagai Tugas Akhir Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana S-1 Ilmu Dakwah  
Prodi Bimbingan Konselin Islam

Diajukan Oleh:

**SRI REVI WINDAYANI**  
NIM. 170402076  
Pada Hari/Tanggal

Jumat, 08 Juli 2022 M  
08 Zulhijjah 1443 H

di  
**Darussalam-Banda Aceh**  
**Panitia Sidang Munaqasyah**

Ketua,

Dr. Abizal MY, Lc., M.A  
NIDN.2020018203

Sekretaris,

Drs. Umar Latief, M.A  
NIP. 195811201992031001

Penguji I,

Azhari, M.A  
NIDN/ 201378902

Penguji II,

Rofiq Duri, M.Pd  
NIP.199106152020121008

Mengetahui,  
**Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi**  
**UIN Ar-Raniry,**  
  
Dr. Fakhri, S. Sos., MA  
NIP.196411291998031001



## PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya :

Nama : Sri Revi Windayani

NIM : 170402076

Jenjang : Strata Satu (S-1)

Jurusan/Prodi : Bimbingan Konseling Islam

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika dikemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.

Banda Aceh, 2022  
Yang Menyatakan,



METERAI  
TEMPEL  
D2A.JX849133183

*Sri Revi Windayani*

Sri Revi Windayani  
NIM . 170402076

## ABSTRAK

Islam sebagai agama rahmatan lil a'lamien, seharusnya memberikan kedamaian bagi seluruh umat manusia. Namun, pada kenyataannya banyak perilaku manusia yang bertentangan dengan agama Islam, salah satunya yaitu *Body Shamming*. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana kandungan Q.S (Al-Quran Surah) Al-Hujarat ayat 11-13 beserta penafsirannya, dan bagaimana bimbingan Islami berdasarkan Q.S Al-Hujarat ayat 11-13 berkaitan dengan perilaku *Body Shamming*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kandungan Q.S Al-Hujarat ayat 11-13 beserta penafsirannya, dan untuk mengetahui bimbingan Islami berdasarkan Q.S Al-Hujarat ayat 11-13 berkaitan dengan perilaku *Body Shamming*. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah *library research* (kajian pustaka) dengan cara mengutip dan memilah serta menyusun data yang dikumpulkan dari Al-Quran, Hadist, buku, dan jurnal. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis isi dengan cara menganalisis literatur yang ada dan berkaitan dengan penelitian tentang bimbingan islami terhadap *body shaming*. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini adalah Islam melarang umatnya untuk mengolok-olok, mencela, dan memanggil dengan gelar yang buruk. Allah menciptakan manusia bersuku dan berbangsa agar manusia saling mengenal bukan untuk saling bermusuhan. *Body shaming* dapat menyakiti seseorang baik dari psikis, fisik dan hubungan sosial. Bimbingan Islami yang harus diberikan untuk mengatasi pencelaan ialah bimbingan untuk berbicara yang baik dan tidak menyakiti orang lain sesuai dengan anjuran surah Al-Hujurat ayat 11-13 untuk tidak saling mencela, mengejek, dan memperolok-olok orang lain karena setiap manusia diciptakan baraneka ragam

**Kata kunci :** Bimbingan Islami, *Body shamming*, Al-Hujarat 11-13

A R - R A N I R Y



## KATA PENGATAR



Puji syukur senantiasa kami hantarkan ke hadirat Allah swt. yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga skripsi yang berjudul “**Bimbingan Islami Terhadap Perilaku *Body Shaming* Berdasarkan Al-Quran Surah Al-Hujurat Ayat 11-13**” dapat terselesaikan. Shalawat dan salam dihanturkan ke haribaan Nabi Muhammad saw. yang telah membawa umatnya dari alam kebodohan ke alam yang penuh dengan ilmu pengetahuan.

Penulisan Skripsi ini dilakukan untuk memenuhi syarat-syarat dalam memperoleh gelar Sarjana pada Prodi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Ar-Raniry Banda Aceh. Penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, arahan, bimbingan, serta dukungan baik secara moril maupun materil dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Orang tua tercinta Ibunda Cut Nursanti dan Almarhum Ayahanda Edi Erianto atas segala doa, kasih sayang, kekuatan, serta dukungan moril dan materil yang diberikan. Serta untuk kakak tercinta Rosnita Dwi Alafani S.Si yang telah membantu dan memberi arahan kepada penulis dalam menyempurnakan penulisan skripsi.

2. Bapak Dr. Fakhri, S.Sos, MA, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi.
3. Bapak Jarnawi, M.Pd, sebagai dosen pembimbing I dan juga selaku Ketua Prodi Bimbingan Konseling Islam, yang telah membimbing dan memberikan arahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Dr. Abizal M. Yati, Lc, MA, sebagai dosen pembimbing II dan juga selaku sekretaris Prodi Bimbingan Konseling Islam, yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu Juli Andriyani, M.Si sebagai penasihat akademik yang selalu memberikan dukungan, semangat, dan motivasi selama menjalani studi sebagai mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Islam.
6. Seluruh Dosen Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang telah memberikan ilmu pengetahuan.
7. Mutia, SE, Lindar Yati, SE, Alyu Wailis, Cut Wan Camila, Fitra Mulia, Amd.Kep, Maya Nuzula, Amd. Kep, Riarius Agustina yang telah menyemangati dalam penulisan skripsi ini.
8. Sahabat-sahabat tercinta, tersayang, terbaik, Childa Aini Syifak, Khairatin Nisak, Hayatun Nufus, Sahindah Nelis dan Ade Putri S.Sos, yang telah membantu, menyemangati, mendukung, membersamai segala sisi kehidupan penulis, dan sahabat berbagi rasa dan cerita dalam menjalani segala keluh kesah perkuliahan serta teman seperjuangan di Prodi BKI angkatan 2017.

9. *Last but not least, I wanna thank me I wanna thank me for belivieng in me, I wanna thank me for doing all this hard work. I wanna thank me for heaving no days off, I wanna thank me for, for never quitting.*

Penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan dan banyak kekurangan karena keterbatasan ilmu dan pengalaman yang dimiliki. Oleh karena itu, diharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun guna perbaikan dalam penulisan skripsi. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Banda Aceh, Juni 202

Penulis,

Sri Revi Windayani





## DAFTAR ISI

|  |            |
|--|------------|
| <b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....                             | <b>ii</b>  |
| <b>LEMBAR KEASLIAN</b> .....                               | <b>iii</b> |
| <b>PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI</b> .....                   | <b>iv</b>  |
| <b>ABSTRAK</b> .....                                       | <b>v</b>   |
| <b>KATA PENGANTAR</b> .....                                | <b>vi</b>  |
| <b>DAFTAR ISI</b> .....                                    | <b>ix</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....                               | <b>xi</b>  |
| <br>   |            |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b>                                   |            |
| A. Latar Belakang Masalah .....                            | 1          |
| B. Rumusan Masalah .....                                   | 8          |
| C. Tujuan Penelitian .....                                 | 8          |
| D. Manfaat Penelitian.....                                 | 9          |
| E. Definisi Operasional .....                              | 9          |
| F. Penelitian Terdahulu yang Relevan .....                 | 12         |
| <br>   |            |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>                             |            |
| A. Bimbingan Islami .....                                  | 16         |
| 1. Pengertian Bimbingan Islami .....                       | 16         |
| 2. Landasan Pelaksanaan Bimbingan Islami .....             | 18         |
| 3. Tujuan Bimbingan Islami .....                           | 22         |
| 4. Fungsi Bimbingan Islami .....                           | 25         |
| B. Perilaku <i>Body Shaming</i> .....                      | 28         |
| 1. Pengertian <i>Body Shaming</i> .....                    | 28         |
| 2. Ciri –Ciri <i>Body Shaming</i> .....                    | 30         |
| 3. Aspek <i>Body Shaming</i> .....                         | 30         |
| 4. Dampak <i>Body Shaming</i> dalam kehidupan sosial.....  | 33         |
| 5. Faktor <i>Body Shaming</i> .....                        | 34         |
| 6. Larangan <i>Body Shaming</i> dalam Islam .....          | 36         |
| C. Surah Al-Hujurat Ayat 11-13 .....                       | 39         |
| 1. Deskripsi Tentang Surah Al-Hujurat.....                 | 39         |
| 2. Gambaran Umum Tentang Surah Al-Hujurat Ayat 11-13 ..... | 40         |
| <br>   |            |
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>                       |            |
| A. Metode Penelitian.....                                  | 42         |
| B. Jenis Data Penelitian .....                             | 43         |
| C. Objek dan Sumber Data Penelitian.....                   | 43         |
| D. Teknik Pengumpulan Data .....                           | 44         |
| E. Teknik Analisis Data .....                              | 45         |

|  |    |
|--|----|
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>                        |    |
| A. Kandungan dan Penafsiran Surat Al-Hujurat Ayat 11-13.....         | 47 |
| B. Kaitan Bimbingan Islami dengan Perilaku <i>Body Shaming</i> ..... | 63 |
| C. Pembahasan.....   | 73 |
| <b>BAB V PENUTUP</b>   |    |
| A. Kesimpulan .....  | 77 |
| B. Saran .....   | 78 |
| <b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....  | 80 |
| <b>LAMPIRAN</b>  |    |
| <b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b>  |    |



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Surat Keputusan (SK) Bimbingan Skripsi

Lampiran 2 : Daftar Riwayat Hidup



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Kondisi umat Muslim saat ini (secara keseluruhan) belum mampu untuk mengatakan tidak dalam membawa agama dengan baik dan benar. Ketidakmampuan itu menjadi salah satu penghalang hadirnya Islam dengan penuh kesejukan dan kedamaian. Islam sebagai agama rahmatan lil ‘alamin, yang seharusnya memberikan kedamaian bagi seluruh umat manusia dan alam benar adanya, apa yang dikatakan oleh Muhammad Abduh bahwa ketinggian “ajaran Islam tertutup oleh perilaku umat Muslim sendiri” (*Al-Islâm mahjûbun bil-Muslimîn*).<sup>1</sup> Namun, perilaku manusia khususnya umat Islam banyak yang bertentangan dengan nilai kaidah Islam itu sendiri.

Salah satu bentuk perilaku penyimpangan yang belum sesuai kaidah nilai Islam adalah tindakan *body shaming* yang marak terjadi di sejumlah kalangan. *Body shaming* merupakan hal yang biasa terjadi di kalangan masyarakat. *Body shaming* sering kali terjadi secara langsung ataupun tidak langsung, dan merujuk pada penampilan fisik yang menjadikan bahan ejekan terhadap individu didalamnya. Berdasarkan data yang diperoleh oleh Ruminingsih, *Body shaming* menyebabkan 90% perempuan merasa tidak bahagia dengan kondisi tubuhnya.

---

<sup>1</sup> Muhammad Makmun Rasyid, “Islam Rahmatan Lil Alamin Perspektif Kh. Hasyim Muzadi,” *Epistemé: Jurnal Pengembangan Ilmu Keislaman* 11, no. 1 (2016): 93–116, .hal.96

*Body shaming* lebih sering dialami perempuan karena perempuan cenderung senang memperhatikan penampilan fisiknya.<sup>2</sup>

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi pembentukan citra tubuh individu, yaitu faktor budaya, usia dan gen. Pada faktor budaya, terkait juga dengan etnis tertentu, memiliki kesepakatan mengenai penilaian tubuh yang ideal. Perhatian utama terkait citra tubuh dapat ditemukan pada masa kanak-kanak tengah (usia sekolah dasar), terutama pada anak perempuan<sup>3</sup>. Pelaku *body shaming* mengaku hanya bercanda saat melakukannya atau ada juga yang memang berniat untuk merudung atau ada yang berniat tidak baik. Namun, tetap saja ini merupakan bentuk *bullying* dan dapat mengganggu psikologis seseorang. Perilaku *body shaming* dapat memungkinkan seseorang untuk membandingkan dirinya dengan orang lain, sehingga menimbulkan rasa malu terhadap tubuhnya sendiri, dan mulai menutup diri terhadap lingkungannya maupun orang-orang disekitarnya.<sup>4</sup>

Perilaku *body shaming* dalam Islam ini dilarang karena dapat mengakibatkan dampak buruk bagi korbannya. Hal ini, juga tidak mencerminkan nilai Islami, sebagaimana yang terdapat dalam Al-Quran Surah Al-Hujurat ayat 11-13 yang mengajarkan umat muslim untuk tidak saling merendahkan. Ayat tersebut

---

<sup>2</sup> E Rusminingsih, F Suciana, and N Wahyuningsih, "Hubungan Body Shaming Dengan Interaksi Sosial Pada Remaja Perempuan Di Smk Muhammadiyah 2 Klaten Utara," *Motorik Jurnal Ilmu Kesehatan* 15, no. 2 (2020): 47–51, .hlm.48

<sup>3</sup> Sendhi Trisanti,dkk, "Upaya Peningkatan Body Acceptance Baseline Melalui Gerakan Say No To Body Shaming di Kalangan Pelajar Kota Mojekoerto" *Jurnal Plakat*, Vol 1, No 2, 2019

<sup>4</sup> Lintang Ratri Rahmiaji Tri Fajariani Fauzia, "Memahami Pengalaman Body Shaming Pada Remaja Putri," *Journal Undip*, 2019, 4–5, . hlm 2

menjelaskan tentang akhlak kepada sesama muslim, khususnya tentang larangan menghina, mengejek, meremehkan (*takbbur*), memanggil orang dengan gelar yang buruk, larangan berprasangka buruk, dan mencari-cari kesalahan (*tajassus*), serta mengunjing (*ghibah*) orang lain.<sup>5</sup> Karena, belum tentu orang yang di hina lebih baik dari pada yang menghina.

*Body shaming* adalah salah satu bentuk perilaku yang merendahkan orang secara fisik berdasarkan bentuk tubuh dan kecantikan. Kecantikan seringkali dianggap sebagai suatu relativitas. Artinya, pandangan setiap orang terhadap konsep cantik berbeda-beda. Dampak dari hal tersebut ialah wanita tidak percaya diri dengan bentuk tubuh yang dimiliki, sebab dianggap tidak menawan, sehingga merasa dikucilkan dan diejek oleh lingkungan. Tindakan yang semakin mengurangi rasa percaya diri para wanita ialah *body shaming*. *Body shaming* yang mengomentari kekurangan fisik orang lain tanpa disadari sering dilakukan oleh kebanyakan orang. Meski bukan kontak fisik yang merugikan, namun *body shaming* sudah termasuk jenis perundungan secara verbal atau lewat kata-kata. Bahkan dalam komunikasi sehari-hari tidak jarang terselip kalimat candaan yang berujung pada *body shaming*.

Di Indonesia standar bentuk tubuh ideal adalah tubuh yang memiliki keserasian antara berat dan tinggi badan. Tubuh ideal para perempuan digambarkan dengan tubuh yang cenderung kurus, berlekuk, putih, tinggi,

---

<sup>5</sup> Sayyid Qutb, *Tafsir Fi Zhilalil Quran Juz XXVI*, Ter. As'ad Yasin dan Abdul Aziz Salim Bsyarahil, (Depok: Gema Insani press, 2000), hal 418



sedangkan tubuh ideal laki-laki tinggi, berotot, dan sehat. Standar ideal tersebut kemudian membentuk citra tubuh pada masyarakat. Dari tren seputar gaya hidup yang berkembang di kalangan remaja, tidak sedikit dari remaja tersebut memunculkan tindak perundungan bagi remaja-remaja yang tidak mengikuti tren. Penelitian Sanchez, menyatakan bahwa *body shaming* akan meningkat ketika individu memiliki hubungan kedekatan satu dengan lainnya. Hal ini terjadi ketika individu memiliki hubungan kedekatan yang mengakibatkan kecenderungan menilai fisik pasangan semakin kuat dan dianggap sebagai bentuk hal yang wajar dan lumrah<sup>6</sup>.

Dampak perilaku *body shaming* ini juga dipengaruhi oleh cara korban memaknai perilaku itu sendiri. Individu melakukan interpretasi pada segala sesuatu yang dilihat dan dialaminya guna memberi makna pada tindakannya dan tindakan orang lain. Makna yang diperoleh dikaitkan dengan sesuatu objek itu sendiri, yang dirasakan dan disadari oleh seseorang melalui tindakan menerima, merasakan, memikirkan, mengingat atau memutuskan atas makna yang disembunyikan dalam kesadaran<sup>7</sup>.

Kehilangan kepercayaan diri dan merasa tidak aman adalah dua hal yang tidak bisa dipisahkan sebagai dampak *body shaming*. Olokan *body shaming* yang diterima dapat mempengaruhi kepribadian para korban. Mereka cenderung

---

<sup>6</sup>Sumi Lestari “Psikoedukasi Dampak Body Shaming Pada Remaja” Jurnal Pengabdian pada Masyarakat, Vol 5, No 2, 2020, hal 565.

<sup>7</sup>Yessi Febrianti & Kusnul Fitria, “Pemaknaan dan Sikap perilaku Body Shaming di Media Sosial” Jurnal Media dan Komunikasi, Vol 3, No 1, 2020 hal 14

kehilangan kepercayaan diri karena merasa “berbeda dengan yang lain”. Selain itu, muncul juga pemikiran menyalahkan diri sendiri walaupun kesalahan itu timbul dari orang lain, dan mereka juga menganggap dirinya tidak berharga, karena tidak sesuai dengan standar kecantikan yang ada.

Melihat dampak yang ditimbulkan oleh perilaku *body shaming* ini sangat berbahaya bagi korban, sehingga diperlukannya bimbingan Islami agar terhindar dari perilaku yang menjatuhkan dan mengolok-olok serta dapat menjaga perkataannya agar tidak membuat orang lain sakit hati. Islam sendiri sebenarnya sangat menganjurkan manusia untuk berbuat baik kepada sesama dan melarang perbuatan yang mencela serta merendahkan orang lain. Karena sebagai makhluk-Nya, sudah seharusnya kita saling membantu dalam kebaikan, bukan saling menjatuhkan dan merendahkan. Islam mengedepankan akhlak yang mulia, Akhlak yang kokoh (*matinul khuluq*) atau akhlak yang merupakan sikap dan perilaku yang harus dimiliki oleh setiap muslim, baik dalam hubungannya kepada Allah maupun dengan makhluk-makhluk-Nya. Dengan akhlak yang mulia, manusia akan bahagia dalam hidupnya, baik di dunia maupun di akhirat. Karena begitu penting memiliki akhlak yang mulia bagi umat manusia, maka Rasulullah SAW diutus untuk memperbaiki akhlak dan beliau sendiri telah mencontohkan kepada kita.<sup>8</sup>

---

<sup>8</sup>Abdul Majid, Dkk, *Pendidikan Karakter Perspektif Islam*, (Bandung, PT. Rosdakarya, 2012) hal. 101

Pada kenyataannya sebagai negara dengan penduduk mayoritas Islam, tidak banyak yang memahami makna dari Surah Al-Hujurat terutama bagi kaum pelajar. Hal ini disebutkan oleh KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia) yang menerima pengaduan kasus kekerasan fisik dan psikis terhadap anak di pendidikan. Sebanyak 153 kasus kekerasan terjadi di 2019, 2.473 kasus dari tahun 2020, dan 2.982 kasus dari tahun 2021, yang terdiri dari anak korban kebijakan, anak korban kekerasan fisik dan bullying<sup>9</sup>. Bertambahnya kasus *body shaming* setiap tahunnya memperlihatkan rendahnya akhlak mulia seseorang.

Pembentukan akhlak mulia untuk menekan kasus *body shaming* yang semakin marak, membutuhkan pendekatan dengan cara bimbingan Islami untuk menuntut dan memperbaiki akhlak sesuai dengan ajaran Islam. Bimbingan Islam merupakan proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat<sup>10</sup>.

Hakikat bimbingan Islam yaitu berupaya membawa individu untuk mengembangkan fitrah dengan cara memberdayakan (*empowering*) iman, akal dan kemauan yang dikaruniai Allah swt. kepada seseorang untuk mempelajari tuntunan

---

<sup>9</sup> JPNN, “‘Sepanjang 2019, 153 Anak Jadi Korban Fisik Dan Bullying’,” JPNN.COM, 2019, <https://www.jpnn.com/news/sepajang-2019-153-anak-jadi-korban-fisik-dan-bullying>. (Diakses 2 Mei 2021)

<sup>10</sup> Thohari Musnawar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam* (Yogyakarta, UII Press) hal 3

Allah dan Rasul-Nya, agar fitrah yang ada pada individu berkembang dengan benar dan kukuh sesuai tuntunan Allah swt.<sup>11</sup>

Bimbingan Islam ini memiliki tujuan membantu dan membimbing individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan serta petunjuk Allah, yang berarti sesuai dengan kodrat dan menyadari eksistensi diri sebagai makhluk yang diciptakan Allah. Oleh karena itu, bimbingan yang bersifat Islami diperlukan individu untuk menyadari tujuan dan fungsi diciptakannya sebagai hamba Allah. Hal ini akan selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah sehingga mampu mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat sesuai dengan tuntunan Al-Quran dan Al-Hadis. Selain itu, bimbingan Islam yang telah diajarkan oleh Nabi Muhammad saw. menanamkan adab kepada Allah, Rasulullah, orang lain, karena adab sangat penting dalam membimbing diri ke arah yang lebih baik.

Al-Quran sudah melarang tindakan *body shaming*, dan sangat disayangkan tindakan ini banyak dilakukan oleh para pelajar. Hal ini memperlihatkan bahwa rendahnya bimbingan Islami para pelajar sehingga memunculkan akhlak dan perilaku buruk terhadap sesama. Berdasarkan penjelasan diatas, urgensi penelitian ini ialah untuk mengetahui bagaimana makna yang terkandung dalam surah Al-Hujurat terhadap kaitannya mengenai larangan *body shaming*, mengingat kasus yang semakin bertambah setiap tahunnya. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan

---

<sup>11</sup> Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2013) hal

guna menganalisis pentingnya bimbingan Islami agar terhindar dari perilaku *body shaming*.

## **B. Rumusan Masalah**

Dari latar belakang yang telah penulis utarakan, maka penelitian ini secara umum dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana Kandungan Q.S Al-Hujurat Ayat 11-13 dan Penafsirannya?
2. Bagaimana Bimbingan Islami Berdasarkan Q.S Al-Hujurat Ayat 11-13 Berkaitan dengan Perilaku *Body shaming* ?

## **C. Tujuan Penelitian**

Dalam satu penelitian tentunya ada tujuan yang ingin di capai sesuai dengan latar belakang dan rumusan masalah yang diuraikan dia atas, maka penelitian ini bertujuan:

1. Untuk mengetahui Kandungan Q.S Al-Hujurat:11-13 dan Penafsirannya secara khusus mengenai *Body shaming*
2. Untuk mengetahui berdasarkan Q.S Al-Hujurat:11-13 berkaitan dengan perilaku *body shaming*

#### D. Manfaat penelitian

##### 1. Manfaat teoritis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan bantuan bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang dakwah dan komunikasi. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan bimbingan Islami terhadap para perilaku *body shaming* agar terbentuk akhlak yang baik, sehingga perilaku *body shaming* dapat berkurang.

##### 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi penelitian berikutnya dan sebagai bahan bacaan mahasiswa khususnya mengenai perilaku *body shaming* dan hubungannya dalam ayat Al-Qur'an. Serta, semoga dapat menjadi acuan untuk membentuk pusat rehabilitasi bagi para remaja untuk diberikan bimbingan Islami yang sesuai dengan Al-Quran dan Hadist.

#### E. Definisi Operasional جامعة الرانيري

##### 1. Bimbingan Islami R - R A N I R Y

Menurut kamus besar bahasa Indonesia bimbingan adalah petunjuk (penjelasan) cara mengerjakan sesuatu atau pimpinan<sup>12</sup>.

---

<sup>12</sup> Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Edisi 3 (Jakarta Balai Pustaka, 2005), hal 152



Menurut kamus besar bahasa Indonesia Islam adalah agama yang dianjurkan oleh nabi Muhammad berpedoman pada kitab suci Al-Quran yang diturunkan ke dunia melalui wahyu Allah. Sedangkan Islami merupakan yang bersifat keislami atau akhlak<sup>13</sup>.

Kesimpulannya ialah, Bimbingan Islami merupakan pengajaran yang diberikan oleh seorang ahli kepada individu lainnya, khususnya para remaja mengenai keselarasan hidup sesuai dengan apa yang diajarkan oleh agama Islam.

Adapun bimbingan Islami yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu bimbingan Islami yang diberikan kepada perilaku *body shaming* berdasarkan Q.S Al-Hujurat ayat 11-13.

## 2. Perilaku

Menurut kamus besar bahasa Indonesia perilaku adalah tanggapan atau reaksi individu terhadap ransangan atau lingkungan.<sup>14</sup>

Perilaku adalah suatu kegiatan yang diawali dengan adanya pengetahuan tentang manfaat suatu hal, yang menyebabkan orang tersebut melaksanakan suatu kegiatan. Selanjutnya sikap positif ini akan mempengaruhi niat untuk melaksanakan kegiatan dan niat ini akan menjadi tindakan apabila mendapat

---

<sup>13</sup>Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, ... hal 44

<sup>14</sup> Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, .... hal 859

dukungan sosial dan tersedianya fasilitas, Kegiatan yang dilakukan inilah yang disebut Perilaku<sup>15</sup>

### 3. *Body shaming*

*Body shaming* merupakan sebuah frasa dari gabungan 2 kata yang berasal dari bahasa Inggris yaitu *body* (tubuh) dan *shaming* (memalukan) sehingga menghasilkan arti berupa mempermalukan tubuh.<sup>16</sup>

*Body shaming* merupakan tindakan seseorang yang mencela atas suatu bentuk tubuh individu lain dimana bentuk tubuh tersebut tidak ideal atau tidak seperti bentuk tubuh pada umumnya.<sup>17</sup>

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa Perilaku *Body Shaming* ialah tindakan celaan yang ditujukan kepada seseorang sebagai sebuah reaksi atas bentuk tubuh yang tidak ideal.

### 4. Al-Qur'an

Dari segi bahasa, Al-Quran berasal dari kata *qara'a* yang berarti bacaan atau yang dibaca. Ada pula yang berpendapat, bahwa Al-Quran berasal dari kata *qarn* yang berarti gabungan atau kaitan. Pengertian kebahasaan ini telah menggambarkan bahwa Al-Quran berkaitan dengan kegiatan pembelajaran,

---

<sup>15</sup> Rahmat jalaluddin, Psikologi Komunikasi, ( Bandung, Remaja Rosdakarya, 2007), hal.27

<sup>16</sup> John M. Echols, *Kamus Inggris Indonesia*, ( Jakarta, PT Gramedia, 2014) hal 56

<sup>17</sup> Chairani, Lisy, 2018, "Body Shame Dan Gangguan Makan Kajian MetaAnalisis", Jurnal Ilmiah Buletinpsikologi, Vol.26, No. 1, Yogyakarta 2017. Hal 11

pendidikan, dan pengajaran yang antara satu ayat dan lainnya merupakan satu kesatuan yang saling menjelaskan dan penafsirkan. Pendapat seperti ini didukung oleh Al-Zajjaj dan Al-Lihyani.<sup>18</sup>

Al-Quran adalah murni wahyu dari Allah swt, bukan dari hawa nafsu perkataan Nabi Muhammad saw. Al-Quran memuat aturan-aturan kehidupan manusia di dunia. Al-Quran merupakan petunjuk bagi orang-orang yang beriman dan bertaqwa. Al-Quran merupakan petunjuk yang dapat mengeluarkan manusia dari kegelapan menuju jalan yang terang.<sup>19</sup>

#### **F. Penelitian Terdahulu**

Untuk mendapat gambaran terhadap hasil penelitian yang dilakukan pada kesempatan kali ini maka akan dikaji penelitian terdahulu :

*Pertama*, penelitian yang dilakukan oleh Eni Marlina Fakultas Dakwah dan Komunikasi Program Studi Bimbingan Konseling Islami UIN Ar-Raniry Banda Aceh tahun 2021 dengan judul ” Bentuk-Bentuk Bimbingan Islami di Dayah Raudhatul Jadid dalam Upaya Pembinaan Akhlak Anak-Anak di Gampong Kuta Baro Kecamatan Meukek Kabupaten Aceh Selatan”. Dalam penelitian ini membahas tentang bagaimana bentuk-bentuk bimbingan Islami yang diterapkan

---

<sup>18</sup> Subhi Ash-Shalih, *Mabahits Fi Ulumm Al-Quran* (Jakarta:Pustaka Firdaus,1991 ) hal 10

<sup>19</sup> Imam Fahrudin, *Pengetahuan Agama Islam* (Jakarta: Media Grafika,2010) hal 29

di dayah raudhatul jadid dalam upaya pembinaan akhlak anak-anak. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif analisis. Data yang dikumpulkan menggunakan observasi, wawancara, dan studi dokumentasi. Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa bentuk-bentuk bimbingan yang diterapkan di Dayah Raudhatul jadid yaitu bentuk pembiasaan zikir melalui ilmu hati dan thariqat dan dengan pembacaan *dalail khairat* dan *barzanji*.<sup>20</sup>

Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan penulis ialah sama sama meneliti tentang konsep bimbingan Islami sedangkan yang membedakan ialah metode penelitian yang dilakukan penulis menggunakan metode kepustakaan dan penelitian yang dilakukan penulis membahas perilaku *body shaming*.

*Kedua*, penelitian yang dilakukan oleh Ayu Fitria Fakultas Dakwah dan Komunikasi Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Ar-Raniry Banda Aceh Tahun 2018 dengan judul "Bimbingan Islami dalam Upaya Meningkatkan Perilaku Islami Perempuan Pengrajin Kue Adee di Gampong Meuraksa Kecamatan Meureudu Kabupaten Pidie Jaya". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perhatian terhadap keluarga yang dilakukan perempuan pengrajin kue adee, metode yang digunakan dalam penelitian ini yakni metode

---

<sup>20</sup> Eni Marlina, " *Bentuk-Bentuk Bimbingan Islami di Dayah Raudhatul Jadid dalam Upaya Pembinaan Akhlak Anak-Anak di Gampong Kuta Baro Kecamatan Meukek Kabupaten Aceh Selatan*" (Banda Aceh : Fakultas Dakwah dan Komunikasi Jurusan Bimbingan dan konseling Islam UIN Ar-Raniry,2021)

kualitatif, pengumpulan data dilakukan dengan observasi, wawancara dan dokumentasi. Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa karena kekurangan faktor ekonomi membuat kebutuhan rumah tangga tidak tercukupi dan para suami hanya bekerja sebagai nelayan, sehingga membuat para perempuan bekerja untuk memenuhi kebutuhan tersebut, sehingga perhatian kepada keluarga berkurang karena sibuk bekerja. Dengan kondisi seperti ini perempuan pengrajin kue mengesampingkan kewajiban sebagai seorang istri dan seorang ibu. Maka dibutuhkannya bimbingan Islami sehingga perempuan tersebut bisa menjalankan aktifitasnya sesuai dengan yang diajarkan dalam Islam.<sup>21</sup>

Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan penulis ialah sama-sama membahas tentang bimbingan Islami terhadap perilaku yang Islami. Sedangkan yang membedakan ialah metode penelitian penulis menggunakan kepustakaan dan penelitian yang dilakukan penulis ialah membahas mengenai bimbingan Islami Terhadap perilaku *body shaming* berdasarkan Al-Quran Surah Al-Hujurat Ayat 11-13.

*Ketiga*, penelitian yang dilakukan oleh Nova Aulia Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Program studi Pendidikan Agama Islam UIN Ar-Raniry Banda Aceh Tahun 2017 dengan judul ” Pendidikan Karakter dalam Perspektif Surat Al-Hujurat Ayat 11-13”.dalam penelitian ini dilatar belakangi oelh adanya sejumlah

---

<sup>21</sup> Ayu Fitria ”*Bimbingan Islami dalam Upaya Meningkatkan Perilaku Islami Perempuan Pengrajin Kue Ade di Gampong Meuraksa Kecamatan Meureudu Kabupaten Pidie Jaya*” (Banda aceh Fakultas Dakwah dan Komunikasi Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Uin Ar-Raniry, 2018)

tindakan moral dan jauh dari nilai-nilai luhur tujuan pelaksanaan pendidikan. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kepustakaan dengan cara membaca dan menganalisis buku-buku yang berkaitan dengan masalah penelitian. Metode penafsirannya menggunakan metode *tahlili* menyebutkan surah al-hujurat ayat 11-13 yang akan ditafsirkan, menyusun dan menganalisis dengan metode hermeutika untuk memahami penafsiran dari para musaffir. Dari hasil penelitian yang dilakukan dapat diketahui terdapat nilai pendidikan karakter saling menghargai, nilai baik sangka, dan nilai toleransi.<sup>22</sup>

Adapun persamaan penelitian ini dengan yang akan dilakukan penulis ialah sama-sama menggunakan metode kepustakaan dengan membahas Perspektif Surah Al-Hujurat ayat 11-13 sedangkan yang membedakan ialah konsep bimbingan Islami yang di ambil objek penelitiannya.

---

<sup>22</sup> Nova Aulia " Pendidikan Karakter dalam Perspektif Surat Al-Hujurat Ayat 11-13" (Banda Aceh: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Jurusan Pendidikan Agama Islam Uin Ar-Raniry, 2017)



## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA / KAJIAN TEORI

#### A. Bimbingan Islami

##### 1. Pengertian Bimbingan Islami

Bimbingan merupakan proses pemberian bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau sekumpulan individu dalam mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya, agar individu dapat mencapai hidup yang bahagia.<sup>23</sup> Menurut Juhana Wijaya, bimbingan merupakan proses pemberian bantuan kepada individu-individu yang dilakukan secara terus menerus agar individu tersebut dapat memahami dirinya sehingga ia mampu mengarahkan diri dan bertindak wajar sesuai dengan lingkungannya.<sup>24</sup> Selain itu Menurut Bimo Walgino bimbingan merupakan bantuan atau pertolongan yang di berikan individu-individu atau sekumpulan individu dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya agar individu atau sekumpulan individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya.<sup>25</sup>

---

<sup>23</sup>Prayitno, Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta,2013), hal .99

<sup>24</sup> Juhana Wijaya, *Psikologi Bimbingan*, (Bandung: Enerco,2009), hal. 99

<sup>25</sup> Bimo Walgino, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, ( Yogyakarta: Andi Offer 2005), hal. 4

Islam dari segi kebahasaan berasal dari bahasa Arab yaitu dari kata *salima*. Yang mengandung arti selamat, sentosa dan damai. Selanjutnya kata *salima* diubah menjadi bentuk *aslama* yang berarti berserah diri masuk dalam kedamaian. Kata *aslama* juga bermakna memelihara dalam keadaan selamat sentosa, dan juga bermakna menyerahkan diri, tunduk, patuh, dan taat. Kata Islam dekat dengan arti agama yang bermakna menguasai, menundukkan, patuh, hutang, balasan, dan kebiasaan. Meyeraahkan diri hanya kepada Allah swt. untuk pemenuhan kebutuhan manusia.<sup>26</sup>

Bimbingan Islami merupakan proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Tetapi dalam seluruh landasan ajaran Islam mengacu pada Al-quran dan Sunnah Rasul.<sup>27</sup> Berdasarkan definisi ini, bimbingan Islami merupakan proses bimbingan sebagaimana proses bimbingan lainnya, tetapi dalam segala aspek kegiatannya selalu berlandaskan ajaran Islam yaitu sesuai dengan prinsip – prinsip Alqur’an dan sunnah Nabi Muhammad saw.

Bimbingan Islami adalah usaha bantuan yang sistematis dan terus menerus yang diberikan oleh pembimbing kepada individu atau kelompok individu, agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat dengan cara peningkatan pengetahuan diri (*self knowledge*), kesediaan menerima diri sendiri (*self acceptance*),

---

<sup>26</sup> M. Jamil Yusuf, *Model Konseling Islami*, (Banda Aceh Arraniry Press, 2012) hal.9

<sup>27</sup> Thohari Musnawar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, (Yogyakarta, UII Press) hal.5

kepercayaan diri (*self confidence*), kedisiplinan (*self diciplener*), dengan petunjuk-petunjuk yang islami sehingga dengan demikian individu/kelompok individu dapat menentukan tindakan yang tepat dalam kehidupan di dunia sesuai dengan petunjuk Al Qur'an dan Hadist.

Bimbingan Islami merupakan proses pemberian bantuan dari seorang pembimbing (*konselor/helper*) kepada klien. Dalam pelaksanaan pemberian bantuan, seorang pembimbing/*helper* tidak boleh memaksakan kehendak atau mewajibkan klien/*helpee* untuk mengikuti apa yang disarankannya, melainkan sekedar memberi arahan, bimbingan dan bantuan, yang diberikan lebih terfokus kepada kejiwaan/mental dan tidak termasuk material atau finansial secara langsung.<sup>28</sup>

Sehingga hal ini dapat disimpulkan bimbingan Islami merupakan suatu bentuk bantuan terhadap individu untuk menjalankan perannya di bumi sesuai dengan tuntunan Allah swt. agar mampu hidup searah dan sejalan, sesuai dengan petunjuk Allah. Sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia maupun di akhirat.

## 2. Landasan Pelaksanaan Bimbingan Islami

Didalam Al-Quran dapat menjadi sumber bimbingan Islami, nasehat, dan obat bagi manusia. Landasan utama bimbingan Islami mengali pada Al-Quran dan Sunnah Rasul. Sebab keduanya merupakan sumber dari segala sumber pedoman kehidupan umat Islam. Firman Allah yang berkaitan tercantum pada Surah al-Isra' ayat 82

---

<sup>28</sup> Nadzmi Akbar, S.Pd., M.Pd.I, "Bimbingan Dan Konseling Islami Dan Problem Masyarakat," *Al-Hiwar : Jurnal Ilmu Dan Teknik Dakwah* 3, no. 5 (2017): 48–53, <https://doi.org/10.18592/al-hiwar.v3i5.1199>. hal.50

وَنُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا ٨٢

"Dan Kami turunkan dari Al-Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman, sedangkan bagi orang yang zalim hanya akan menambah kerugian" (Q.S Al-Isara' : 82).

Al-Quran dan Sunnah Rasul dapat diistilahkan sebagai landasan ideal dan konseptual bimbingan Islami. Dari Al-Quran dan Sunnah Rasul itulah gagasan, tujuan, dan konsep-konsep bimbingan Islami bersumber.

وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ

"Dan hendaklah diantara kamu ada segolongan orang yang menyeru kepada kebajikan menyuruh (berbuat) yang makruf, dan mencegah dari yang mungkar, dan mereka itulah orang-orang yang beruntung" (Q.S Ali-Imran: 104)

Disini terdapat dua kata penting, yaitu menyuruh berbuat *ma'ruf* dan mencegah perbuatan *munkar*. Berbuat *ma'ruf* diambil dari kata uruf, yang dikenal, atau dimengerti dan dapat difahami serta diterima oleh masyarakat. Perbuatan yang *ma'ruf* apabila dikerjakan, dapat diterima dan difahami oleh manusia serta dipuji. *Munkar* memiliki arti sebagai sesuatu yang di benci dan tidak di senangi, serta ditolak oleh masyarakat, karena tidak patut, tidak pantas. Dan oleh sebab itu maka *ma'ruf* dan *munkar* tidaklah terpisah dari pendapat umum. Penyampaikan ajakan perbuatan *ma'ruf* dan menghindari perilaku *munkar* itulah yang dinamai da'wah.

Dengan adanya umat yang berda'wah, agama dapat hidup, dan tidak seolah-olah mati.

Pada Surah Ali-Imran ayat 104 terdapat tiga kewajiban yang harus dilaksanakan. Dua berpusat kepada yang satu, dan yang terakhir ialah mengajak kepada kebaikan. Hal itu mengakibatkan timbulnya dua tugas. Pertama menyuruh berbuat *ma'ruf*, kedua melarang berbuat *munkar*.<sup>29</sup>

كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَتَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَتُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَلَوْ ءَامَنَ  
أَهْلَ الْكِتَابِ لَكَانَ خَيْرًا لَهُمْ مِّنْهُمْ الْمُؤْمِنُونَ وَأَكْثَرُهُمُ الْفَاسِقُونَ ۝ ۱۱۰

*"Kamu (umat Islam) adalah umat terbaik yang dilahirkan untuk manusia, (karena kamu) menyeruh (berbuat) yang makruf, dan mencegah dari yang mungkar, dan beriman kepada Allah. Sekiranya ahli Kitab beriman, tentulah itu lebih baik bagi mereka. Di antara mereka ada yang beriman, namun kebanyakan mereka adalah orang-orang fasik"* (Q.S Ali Imran: 110).

Surah Ali-Imran ayat 110 menegaskan sekali lagi hasil usaha yang nyata, dan kongkrit. Hal itu menjadikan manusia sebaik-baik yang telah diciptakan di dunia ini. Penjelasan khusus menjelaskan bahwa manusia mencapai derajat yang tinggi, karena memenuhi tiga syarat: amar Makruf, Nahi Munkar, Iman kepada Allah. Ketiga syarat inilah yang menjadi sebab, manusia disebutkan sebaik-baik umat. Jika ketiganya tidak terpenuhi, maka manusia bukanlah sebaik-baik umat, bahkan mungkin menjadi seburuk-buruk umat.

---

<sup>29</sup> Hamka, *Tafsir Al Azhar*, (Jakarta: Pustaka Pajimas) hal. 30-31



Ketiga syarat yang membawa mutu kebaikan isi pada hakikatnya adalah satu dan dasar yang sejati. Apabila telah mengakui dan merasakan beriman kepada Allah, timbullah kebebasan jiwa. Maka merdekalah dia dari pengaruh yang lain, keimanan kepada Allah menghilangkan ketakutan dan dukacita. Apabila ketiganya ada, pastilah mereka mencapai kedudukan yang tinggi di antara pergaulan manusia.<sup>30</sup>

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ مَنْ نَفَسَ عَنْ مُؤْمِنٍ كُرْبَةً مِنْ كُرْبِ الدُّنْيَا ، نَفَسَ اللَّهُ عَنْهُ كُرْبَةً مِنْ كُرْبِ يَوْمِ الْقِيَامَةِ ، وَمَنْ يَسَّرَ عَلَى مُعْسِرٍ ، يَسَّرَ اللَّهُ عَلَيْهِ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ ، وَمَنْ سَتَرَ مُسْلِمًا ، سَتَرَهُ اللَّهُ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ ، وَاللَّهُ فِي عَوْنِ الْعَبْدِ مَا كَانَ الْعَبْدُ فِي عَوْنِ أَخِيهِ ،

*"Dari Abu Hurairah berkata, Rasulullah saw. bersabda "Barang siapa melapangkan dari pada orang beriman itu kesulitan dari kesulitan-kesulitan dunia maka Allah akan melapangkan kesulitan-kesulitan di akhirat. Barang siapa meringankan penderitaan seseorang, Allah akan meringankan penderitanya di dunia dan di akhirat. Barang siapa menutup (aib) seorang muslim, Allah akan menutup (aib)nya di dunia dan di akhirat. Allah akan menolong selama hamba itu mau menolong saudranya". ( H.R Muslim)*

Hadis diatas landasan bimbingan mengacu pada Al-Kurbah, At-Tanfis, dan At-Tafrij, Al-Kurbah (kesempitan) ialah beban berat yang mengakibatkan seseorang menderita dan sedih. (At-Tanfis) Meringankan bermaksud meringankan beban dari penderita, sedangkan At-Tafrij (melepaskan) dengan cara

---

<sup>30</sup> Hamka, *Tafsir...* hal. 50-51



menghilangkan beban penderitaan, sehingga kesedihan dan kesusahannya hilang. Balasan bagi yang meringankan beban orang lain ialah Allah akan meringankan kesulitannya di dunia maupun di akhirat.

Seorang muslim hendaknya berupaya untuk membantu sesama muslim. Hak ini bisa dengan ilmu, harta, bimbingan, nasehat, saran yang baik, tenaga dan lainnya. Seorang muslim hendaknya berupaya menghilangkan kesulitan muslim lainnya. Bila seorang Muslim membantu Muslim lainnya dengan ikhlas, maka Allah *Azza wa Jalla* akan memberikan balasan terbaik yaitu dilepaskan dari kesulitan kesulitan pada hari Kiamat.<sup>31</sup> Al-Quran dan Sunnah Rasul merupakan landasan utama yang dilihat dari asal usulnya. Landasan *naqliyah* maka landasan lain yang dipergunakan oleh bimbingan Islami yang sifatnya aqliyah adalah filsafat Islam dan ilmu atau landasan ilmiah yang sejalan dengan ajaran Islam.<sup>32</sup>

Berdasarkan dari uraian tersebut, jelaslah Al-Quran dan Sunnah Rasul merupakan basis utama yang mewarnai gerak langkah bimbingan Islami. Oleh karena itu bimbingan Islami memberikan penyembuhan, pencegahan, demi keharmonisan hidup secara lahiriah dan batiniah.

### 3. Tujuan Bimbingan Islam

Tujuan bimbingan Islami secara umum yaitu membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya, agar mencapai kebahagiaan hidup

---

<sup>31</sup>Abdurahman Nuryaman Ahmad, *Mukhtashar Jami'ul Ulum Wal Hikam Intisari penjelasan hadits-hadits Paling Pokok dalam Ilmu dan Hikmah*, (Jakarta: Darul Haq,2015) hal.286

<sup>32</sup> Thohari Musnawar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan...* hal. 6

di dunia dan di akhirat. Bimbingan sifatnya berupa bantuan, hal ini sudah diketahui dari pengertiannya, individu yang dimaksudkan disini adalah orang yang dibimbing, baik perorangan maupun kelompok. ”mewujudkan diri sebagai manusia seutuhnya” berarti mewujudkan sesuai dengan hakikatnya sebagai manusia untuk menjadi manusia yang selaras perkembangan unsur dirinya dan pelaksanaan fungsi atau kedudukannya sebagai makhluk Allah, makhluk individu, makhluk sosial, dan sebagai makhluk berbudaya.<sup>33</sup>

Dengan demikian, secara singkat, tujuan bimbingan Islami dapatlah dirumuskan sebagai berikut:

a. Tujuan umum :

Membantu individu mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

b. Sedangkan tujuan khusus bimbingan Islami adalah:

- 1) Membantu individu agar tidak menghadapi masalah,
- 2) Membantu individu mengatasi masalah yang sedang dihadapinya,
- 3) Membantu individu memelihara, mengembangkan situasi dan kondisi yang baik atau yang sudah membaik agar tetap baik, sehingga tidak akan menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.<sup>34</sup>

---

<sup>33</sup>Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam* ( Yogyakarta :UII Press, 2001) hal. 4

<sup>34</sup> Thohari Musnawar *Dasar-Dasar Konseptual bimbingan dan ...*hal.34

Tujuan lainnya dari bimbingan Islami adalah :

- 1) Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, kesehatan, dan kebersihan jiwa menjadi tenang, damai, bersikap lapang dada, pencerahan taufik dan hidayah-Nya,
- 2) Untuk menghasilkan suatu perubahan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat baik kepada diri sendiri dan lingkungan sosial,
- 3) Untuk menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri individu sehingga berkembang rasa keinginan untuk berbuat taat kepada Allah,
- 4) Untuk menghasilkan potensi Ilahiyat sehingga dengan potensi ini individu dapat melakukan tugasnya sebagai khilafah dengan baik dan benar, dapat memberi manfaat serta keselamatan nagai lingkungan pada berbagai aspek kehidupan.<sup>35</sup>

Menurut Ach. Badawi dalam buku Saiful Akhyar Lubis menyatakan bahwa:

- a. Agar manusia dapat berkembang secara serasi dan optimal unsur raga dan rohani serta jiwanya, berdasarkan agama Islam.
- b. Agar unsur rohani pada jiwa individu dapat berkembang secara serasi dan optimal : akal/pikiran, rasa, dan nafsu yang baik berdasar atas ajaran Islam,

---

<sup>35</sup> M Hamdan Bakran adz-Dzaki, *Psikoterapi dan Konseling Islam Penerapan Metode Sufistik*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002), hal.139

- c. Agar berkembang secara serasi dan optimal unsur manusia sebagai makhluk yang sekarang hidup di dunia dan kelak akan hidup di akhirat, berdasarkan atas ajaran Islam.<sup>36</sup>

Menurut Ahmad Mubarak menyatakan bahwa:

- a. Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, kesehatan, kebersihan jiwa dan mental, jiwa menjadi tenang, jinak, damai (*muthmainnah*), bersikap lapang dada (*radhiyah*), mendapatkan pencerahan taufik dan hidayah-Nya (*mardhiyah*).
- b. Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan dan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat, baik pada diri sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan kerja, maupun lingkungan sosial serta alam sekitarnya.<sup>37</sup>

#### 4. Fungsi Bimbingan Islami

Menurut Thohari Musnawar terdiri dari beberapa fungsi bimbingan Islami diantaranya adalah :

- a. Fungsi preventif yakni membantu individu menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya.

---

<sup>36</sup> Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islami* (Yogyakarta: Elsaq Press, 2007), hal.111

<sup>37</sup> Achmad Mubarak, *Al-Irsyad An-Nafsy Konseling Agama Teori dan Kasus*, (Jakarta: Bina Rena Pariwara,2000), Hal. 91

- b. Fungsi kuratif atau korektif yakni membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi atau dialaminya.
- c. Fungsi preservatif yakni membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (mengandung masalah) yang telah menjadi baik (terpecahkan) itu kembali menjadi tidak baik (menimbulkan masalah kembali)
- d. Fungsi developmental atau pengembangan yakni membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak memungkinkannya menjadi sebab munculnya masalah baginya.<sup>38</sup>

Menurut Arifin dalam buku Tarmizi, secara garis besar, fungsi bimbingan Islami dapat dibagi menjadi dua. Pelaksanaan bimbingan Islami dapat berjalan dengan baik, jika bimbingan Islami dapat memerankan dua fungsi utamanya, diantaranya adalah:

- a. Fungsi Umum
  - 1) Mengusahakan agar klien terhindar dari segala gagasan dan hambatan yang mengancam kelancaran proses perkembangan dan pertumbuhan
  - 2) Membantu memecahkan kesulitan yang dialami oleh setiap klien

---

<sup>38</sup> Thohari Musnawar, *Dasar-Dasar Konseptual bimbingan dan ...* hal.34

- 3) Mengungkap tentang kenyataan psikologis dari klien yang bersangkutan yang menyangkut kemampuan dirinya sendiri,
  - 4) Melakukan pengarahan terhadap pertumbuhan dan perkembangan klien sesuai dengan kenyataan bakat, minat dan kemampuan yang dimilikinya sampai titik optimal,
  - 5) Memberikan informasi tentang segala hal yang diperlukan oleh klien.
- b. Fungsi Khusus
- 1) Fungsi penyaluran. Fungsi ini menyangkut bantuan kepada klien dalam memilih sesuatu yang sesuai dengan keinginannya
  - 2) Fungsi menyesuaikan klien dengan kemajuan dalam perkembangan secara optimal agar memperoleh kesesuaian, klien dibantu untuk mengenal dan memahami permasalahan yang dihadapi serta mampu memecahkannya
  - 3) Fungsi mengadaptasi program pengajaran agar sesuai dengan bakat, minat, kemampuan serta kebutuhan klien.<sup>39</sup>

Menurut Aswadi pembagian fungsi bimbingan Islami berdasarkan atas asumsi terhadap fungsi keberadaan manusia di bumi di antaranya adalah:<sup>40</sup>

- a. Fungsi pencegahan (preventif) adalah usaha untuk menghindari segala sesuatu yang tidak baik atau menjauhkan diri dari larangan Allah.

---

<sup>39</sup> Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islami*, (Medan : Pedana Mulya Sarana, 2018) hal.47-48

<sup>40</sup> Aswadi, *Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam* (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009) hal.16



- b. Fungsi pengembangan adalah orang yang dibimbing dapat di tingkatkan prestasi atau bakatnya.
- c. Fungsi penyaluran adalah orang yang di bimbing di arahkan kepada sesuatu perbuatan yang baik dan menyesuaikan dengan bakat dan potensinya,
- d. Fungsi perbaikan dimaksudkan untuk mengatasi suatu perbuatan yang sudah terlanjur terjerumus ke dalam kemaksiatan dan usaha dalam memperbaikinya.

## **B. Body Shaming**

### 1. Pengertian *Body Shaming*

*Body shaming* adalah bentuk menyakiti seseorang dengan menjelek-jelekan atau memberikan komentar buruk mengenai bentuk tubuhnya. *Body shaming* merupakan pengalaman memalukan dapat difokuskan dari dalam diri yang meliputi perasaan malu, tingkah laku, *perceived personality traits*, ataupun keadaan pikiran.

Adanya pengalaman memalukan di masa lalu yang menjadi identitas diri dan mengakibatkan keadaan traumatis terkait dengan perasaan malu di masa depan serta mengakibatkan seseorang rentan traumatis. Hal ini, termasuk salah satu efek dari perlakuan *body shaming*.<sup>41</sup>

Menurut Frederickson & Robert, *body shaming* adalah sebuah konsep dalam menunjukkan adanya kesadaran diri dan juga respon negatif diri sendiri. Hal tersebut

---

<sup>41</sup> Tri Indah Sari and Rezkayah Rosyidah, *Pengaruh Body Shaming Terhadap Kecenderungan Anorexia Nervosa Pada Remaja Perempuan Di Surabaya*, Personifikasi 11, no. 2 (2020): 202–17., <https://journal.trunojoyo.ac.id/personifikasi/article/view/105ew/9> hal.207

menjadi suatu langkah yang salah untuk memenuhi standar tubuh ideal dan pengakuan atas kegagalan memenuhi standar.<sup>42</sup> *Body shaming* dapat muncul dalam berbagai bentuk, diantaranya mengkritisi penampilan tubuh sendiri, membandingkan diri sendiri dengan orang lain, mengkritik penampilan orang lain, atau menjelek-jelekkan penampilan orang lain tanpa sepengetahuannya. Bagaimanapun bentuknya, *body shaming* merupakan perbuatan yang akan memberikan dampak negatif. *Body shaming* merupakan bentuk *bullying* yang akan berdampak pada korbannya dalam jangka waktu yang panjang.<sup>43</sup>

*Body Shaming* merupakan tindakan seseorang yang mencela atas suatu bentuk tubuh individu lain dimana bentuk tubuh tersebut tidak ideal dan atau tidak seperti bentuk-bentuk tubuh pada umumnya. *Body Shaming* dapat dikatakan sebagai salah satu bentuk dari merundung (*bullying*) yang sejatinya sudah terjadi sejak dulu hingga sekarang, dimana media berperan besar dalam melanggengkan praktek-prakteknya. *Oxford Dictionary* mendefinisikan *body shaming* Perbuatan penghinaan citra tubuh (*body shaming*) selain dilakukan secara verbal dan spontan langsung kepada korban, dapat juga dilakukan secara lisan dan tidak langsung.<sup>44</sup> Dari uraian tersebut dapat

---

<sup>42</sup> Fredrickson, A *Mediational Model Linking Self Objectification, Body Shame, and Disorder Eating* *EJournal Psychology of Women Quarterly*, Vol 22, hal. 624

<sup>43</sup> Retno Dewi Kurnia Sari, *Fenomena Body Shaming Di Masyarakat*, *EJournal Sosiatri-Sosiologi*, 7, no. 4 (2019): 37-49, .

<sup>44</sup> Ayuhan Nafsul Mutmainnah, *Analisis Yuridis Terhadap Pelaku Penghinaan Citra Tubuh (Body Shaming) Dalam Hukum Pidana Di Indonesia*, *Jurnal Ilmiah Ilmu Hukum* 26, no. 8 (2020): 975-87, . hal.997

disimpulkan bahwa *body shaming* merupakan tindakan yang dapat menyakiti seseorang sebagai bentuk komentar buruk atas fisik yang dimiliki dan kritikan atas bentuk tubuh seseorang.

## 2. Ciri – Ciri *Body Shaming*

*Body shaming* memiliki ciri-ciri utama yaitu mengkritik dan membandingkan penampilan diri sendiri maupun orang lain dengan atau tanpa sepengetahuan orang tersebut.<sup>45</sup>

Menurut Vargas ciri-ciri *Body Shaming* diantaranya adalah :

- a. Mengeritik diri sendiri lalu membandingkan dengan orang lain misalnya melihat diri sendiri lebih gemuk dari orang lain.
- b. Mengeritik orang lain di depan mereka misalnya mengatakan kulit orang lain lebih gelap sehingga perlu melakukan perawatan.
- c. Mengeritik penampilan orang lain tanpa sepengetahuan mereka. Misalnya membicarakan penampilan teman yang terlihat tidak pantas dengan orang lain.<sup>46</sup>

## 3. Aspek *Body Shaming*

Menurut Gilbert & Miles aspek *body shaming* diantaranya ialah:<sup>47</sup>

---

<sup>45</sup> Yesi Febrianti, *Pemaknaan dan Sikap Perilaku Body Shaming di Media Sosial* Jurnal Media dan Komunikasi Vol 3 No 1,(2020), hal. 13

<sup>46</sup> Andika Wahyuni, *Persepsi Remaja Tentang Body Shaming* Jurnal IKRA-ITH Humaniora Vol 5 No 2, 2021. Hal.158

<sup>47</sup> Tri Indah Sari dan Rezkiah Rosyidah, *Pengaruh Body Shaming Terhadap...* hal.207

- a. Komponen Kognitif Sosial atau Eksternal Kondisi ini mengacu pada pemikiran dari individu lain yang menilai dirinya sebagai seseorang yang kurang baik maupun rendah. Dia juga beranggapan orang lain melihat dengan rendah dirinya sehingga mengakibatkan menilai diri secara rendah.
- b. Komponen Mengenai Evaluasi Diri Yang Berasal Dari Dalam Mengacu pada pandangan terhadap diri sendiri yang kurang baik yang didasari dari pemikiran negatif mengenai diri sendiri. Hal ini terjadi karena adanya kritikan yang menyerang dengan kata-kata merendahkan diri sehingga mengakibatkan menurunnya tingkat kepercayaan diri individu dan menanamkan pemikiran malu juga dari dalam diri.
- c. Komponen Emosi yang terdapat dalam perasaan malu berupa perasaan marah, cemas, dan muak terhadap diri sendiri. Hal ini terjadi karena adanya pemikiran negatif atas dirinya sendiri serta ketidakmampuan mengikuti standar yang ada dari lingkungan.
- d. Komponen Perilaku Perasaan malu sehingga memunculkan kecenderungan untuk menghindari dari lingkungan sekitarnya. Adanya perasaan tidak nyaman yang timbul dari pandangan rendah dari orang sekitar sehingga merasa dirinya terancam.
- e. Komponen Psikologis Perasaan malu akan mengakibatkan seseorang merasa tertekan karena munculnya tuntutan untuk mampu sesuai dengan standar yang ada. Selain itu juga *body shaming* mampu mengakibatkan gangguan

makan karena adanya keinginan untuk memiliki tubuh sesuai standart ideal lingkungan.

Duarte mengklarifikasikan aspek-aspek *body shaming* menjadi dua bagian, sebagai kontribusi antara wanita dengan tubuhnya:

a. Eksternal *body shaming*

Dimensi eksternal yang melibatkan perasaan dan persepsi negatif bahwa citra tubuh seseorang menjadi objek pengawasan negatif, dikritik oleh orang lain dan direndahkan, bersamaan dengan aktivasi tanggapan defensif terhadap ancaman misal penghindaran dari kontak sosial.

b. Internal *body shaming*

Dimensi rasa malu tubuh yang terinteraksi, terdiri dari evaluasi negatif yang berfokus pada diri sendiri berdasarkan citra tubuh seseorang dan perilaku mengendalikan citra tubuh yang dimilikinya misalnya penyembunyian.<sup>48</sup>

Dari uraian tersebut disimpulkan bahwa *body shaming* terdiri dari dua aspek yaitu aspek eksternal dan internal. Eksternal *body shaming* melibatkan lingkungan eksternal misalnya perasan dan persepsi negatif bahwa tubuh seseorang etis untuk menjadi objek pengawasan negatif, dikritik, direndahkan oleh orang lain. Internal *body shaming* melibatkan

---

<sup>48</sup> Duarte, *The effect of Body Shame and Self Criticism on Wellbeing:Prospective Associations in A Sample of Participants of A Community Based Weight Management Programme. Body Image*, Vol 1 No 2, (2018), hal. 657



internalisasi malu tubuh terdiri dari dua elemen yaitu evaluasi negatif terhadap tubuh sendiri dengan acuan citra tubuh orang lain dan pengendalian citra tubuh diri agar sesuai standar ideal masyarakat.

#### 4. Dampak *Body Shaming* dalam Kehidupan Sosial

Dampak negatif yang diterima korban *body shaming* salah satunya adalah timbulnya rasa tidak percaya diri dalam lingkungan sosialnya, dan itu akan menyebabkan korban akan merasa kesulitan saat berinteraksi di tengah masyarakat. Selain hilangnya rasa percaya diri, menurut Evans dampak *body shaming* salah satunya akan menyebabkan depresi, mereka merasa tertekan, stress dengan lingkungan yang dirasa tidak menerima keberadaannya karena bentuk tubuh yang berbeda atau tidak sesuai konsep standar ideal di masyarakat. Depresi dapat dialami karena perspektif negatif yang terus menghantui seseorang. Kurangnya kepuasan terhadap bentuk tubuh atau keadaan tubuh merupakan pemicu seseorang mengalami depresi. Dampak dari tindakan *body shaming* atau tindak perundungan lainnya seseorang yang pernah mengalami tindak perundungan, akan mengalami berbagai jenis gangguan seperti gangguan kecemasan, gangguan panik, serta trauma yang ditimbulkan oleh *bullying* pada saat kecil juga berpotensi dapat mengubah struktur otak yang dikemudian hari akan mempengaruhi kemampuan seseorang dalam mengambil keputusan yang benar. Berupaya melakukan apa saja untuk menjadikan tubuhnya ideal, karena tidak percaya diri maka muncul dalam dirinya perasaan tidak nyaman dengan bentuk tubuhnya, maka akan muncul untuk memperbaiki apa yang terjadi.

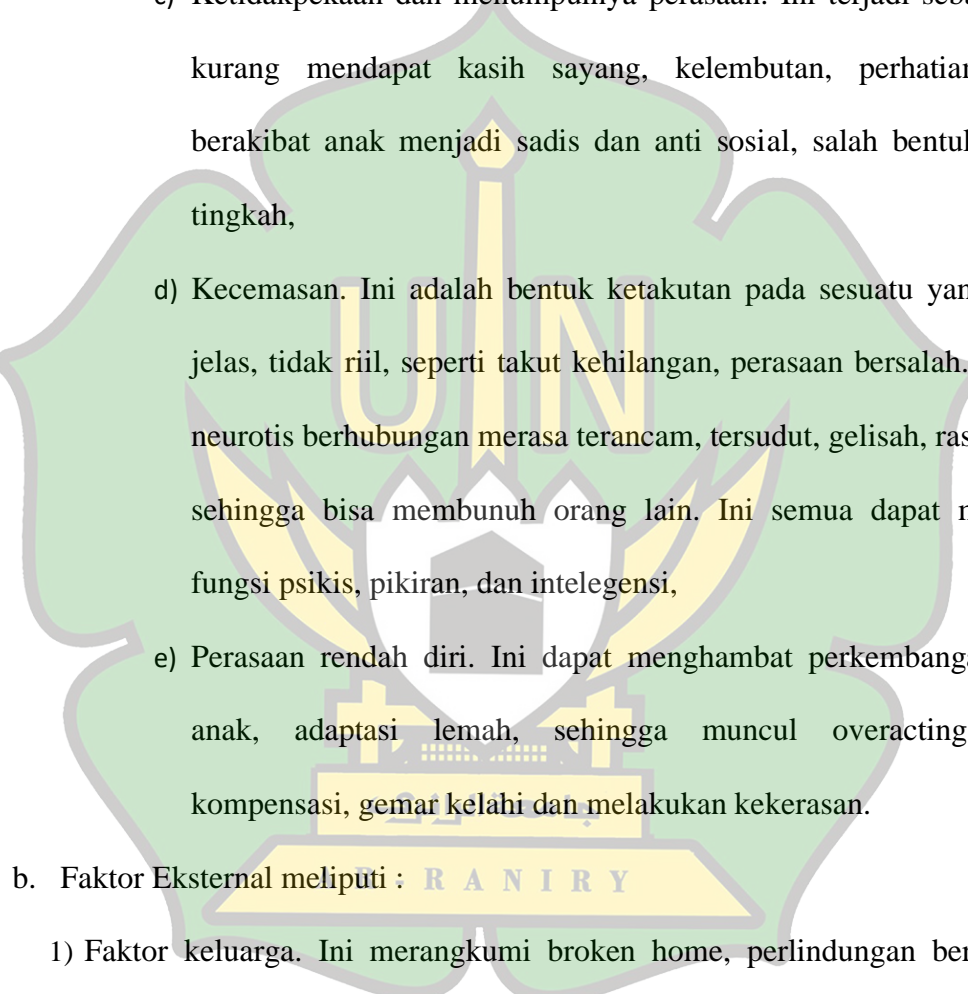


## 5. Faktor - Faktor *Body Shaming*

*Body Shaming* merupakan salah satu bentuk dari perilaku *bullying* yang terjadi karena disebabkan oleh banyak faktor diantaranya faktor internal dan eksternal yang terdiri dari :

### a. Faktor Internal

- 1) Reaksi frustrasi negatif yaitu cara adaptasi yang salah. Saat ini kehidupan modern menuntut setiap orang termasuk remaja untuk sigap menghadapi kehidupan yang individualistis, materialistis, manipulatif, licik, munafik, sehingga muncul disintegrasi pada individu karena tidak bisa beradaptasi dengan hal tersebut. Akibatnya timbul perilaku agresif dan ekslosif sebagai wujud kegagalan pengontrolan diri terhadap dorongan insting,
- 2) Gangguan persepsi yaitu gangguan ini cukup memengaruhi daya adaptasi dan perkembangan pribadi anak yang sehat. Ini terlihat dengan munculnya ilusi, halusinasi, dan gambaran semu. Akibatnya, memicu reaksi anak cepat marah, bertindak menyerang dan berkelahi,
- 3) Gangguan berpikir dan intelegensi. Kegagalan dalam berpikir untuk memecahkan masalah dan adaptasi diri terhadap tuntutan baru,
- 4) Gangguan perasaan/emosi. Terdapat beberapa gangguan fungsi perasaan, seperti:
  - a) Inkontinensi emosipnal yaitu: emosi yang meletup-letup,tidak terkendali,

- 
- b) Labilitas emosional, yaitu: suasana hati yang terus berubah. Ini mengacaukan batin anak, sehingga anak menjadi gelisah, tegang, bingung, cepat marah, agresif, beringas,
- c) Ketidakpekaan dan menumpulnya perasaan. Ini terjadi sebab anak kurang mendapat kasih sayang, kelembutan, perhatian yang berakibat anak menjadi sadis dan anti sosial, salah bentuk, salah tingkah,
- d) Kecemasan. Ini adalah bentuk ketakutan pada sesuatu yang tidak jelas, tidak riil, seperti takut kehilangan, perasaan bersalah. Cemas neurotis berhubungan merasa terancam, tersudut, gelisah, rasa panik sehingga bisa membunuh orang lain. Ini semua dapat merusak fungsi psikis, pikiran, dan intelegensi,
- e) Perasaan rendah diri. Ini dapat menghambat perkembangan jiwa anak, adaptasi lemah, sehingga muncul overacting, over kompensasi, gemar kelahi dan melakukan kekerasan.
- b. Faktor Eksternal meliputi : **R A N I R Y**
- 1) Faktor keluarga. Ini merangkumi broken home, perlindungan berlebihan (memanjakan anak), penolakan orang tua (tidak memiliki tanggung jawab sebagai ayah dan ibu), pengaruh buruk dari orang tua (tingkah laku criminal yang diperlihatkan, seperti judi, miras, main perempuan, beringkah sewenang-wenang, dll)

- 2) Faktor sekolah. Ini meliputi sarana dan prasarana sekolah yang tidak mumpuni,
- 3) Faktor Miliue (lingkungan tempat bergaul anak). Ini ditunjukkan dengan lingkungan yang anti sosial, geng-geng yang merusak, bacaan yang tidak pantas, iklim demam materi dan nafsu berkuasa seperti nonton film porno yang hidup foya-foya, mobil mahal, semua ini menjadikan anak ingin memenuhi selernya tanpa motivasi belajar dan meningkatkan kepribadiannya.<sup>49</sup>

#### 6. Larangan *Body Shaming* dalam Islam

Tindakan *Body Shaming* sudah dilarang sejak zaman Rasulullah saw. hal ini diketahui dari Rasulullah juga pernah melarang keras para sahabat menertawakan betis Abdullah bin Mas'ud yang kecil. Padahal mereka tidak mengatakannya apa-apa hanya menertawakan.

و الذي نفسي بيده لهما اثقل في الميزان من احد

“Demi Dzat yang jiwaku berada di tangannya sungguh kedua betis itu lebih berat di timbangan daripada gunung Uhud.” (HR Ahmad).<sup>50</sup>

Masyarakat Arab pra Islam terkenal sebagai masyarakat yang gemar berperang. Anggota tiap suku menjunjung tinggi loyalitas pada sukunya sendiri. Ini hal

---

<sup>49</sup> Baso Marannu, *101 Cara Menghentikan Perundungan (Bullying) Di Sekolah Berbasis Pendidikan Agama*, (Makassar: Balai Penelitian dan Pengembangan Agama, 2018). hal.50-53

<sup>50</sup> Diriwayatkan oleh Ahmad dalam Musnad-nya Jilid I hal. 420-421, dan Ath-Thabrani dalam al-Kabir Jilid IX (Damaskus : Darul Mallah, 1971) hal.75

baik sekaligus buruk. Saling melindungi satu sama lain namun pada waktu yang bersamaan harus menyerang dan membunuh demi keamanan dan eksistensi kelompoknya. Sejak Nabi Muhammad mendeklarasikan sebagai seorang Rasul dan Nabi, seiring berjalannya waktu stratifikasi sosial mulai di hapuskan dan diganti dengan konsep egaliter. Tidak ada yang lebih mulia atau lebih hina antara satu sama lain karena yang membedakan mulia tidaknya seseorang hanyalah dari ketakwaan. Konsep egaliter di tanamkan pada jiwa setiap pengikutnya sehingga timbullah sikap saling menghargai dan menghormati satu sama lain. Oleh karena itu, Nabi tidak pernah suka bila ada orang yang direndahkan bukan karena alasan kemusrikan atau kekafirannya ini mencakup juga merendahkan secara fisik seperti yang di alami oleh Ibnu Mas'ud, terlebih beliau adalah salah satu sahabat yang terkenal 'alim (berilmu).<sup>51</sup>

'Aisyah pernah merasa sangat cemburu terhadap istri Nabi saw. yang lainnya yaitu Shafiyah. Syafiyah ini bertubuh pendek. 'aisyah lalu menghina dengan isyarat, maka hinaan dengan isyarat ini di larang oleh Nabi saw.

Perhatikan hadist berikut, **A R - R A N I R Y**

عَنْ عَائِشَةَ قَالَتْ : قُلْتُ لِلنَّبِيِّ حَسْبُكَ مِنْ صَفِيَّةَ كَذَا وَ كَذَا وَ قَالَ بَعْضُ الرُّوَاهُ : تَعْنِي قَصِيْرَةٌ ,  
فَقَالَ : لَقَدْ قُلْتِ كَلِمَةً لَوْ مُزِجَتْ بِمَاءِ الْبَحْرِ لَمَرَجَتْهُ.

---

<sup>51</sup> Dewi Umaroh, *Body Shaming dalam Perspektif Hadis* Jurnal Studi Al-Quran dan Hadis, Vol 3 No 1 (2021), hal. 134-135

*" 'Aisyah beliau berkata : Aku pernah berkata kepada Nabi saw.: "Cukup bagimu dari Shafiyah "INI DAN ITU" sebagaimana rawi berkata : " 'Aisyah mengatakan Shafiyah pendek". Maka Nabi saw. berkata : "sungguh engkau telah mengucapkan suatu kalimat yang seandainya kalimat tersebut dicampur dengan air laut niscaya akan merubahnya (karena sangat kotor dan bau sehingga bisa merubah air laut." (H.R Abu Dawud)<sup>52</sup>*

Asal muasal Aisyah mengejek tubuh pendek Shofiyyah adalah dilandasi karena kecemburuan. Shofiyyah adalah harta rampasan dari perang Khaibar yang kemudian dipilih Nabi saw dinikahi sekitar tahun 7 H. Shofiyyah juga terkenal sebagai perempuan yang berparas cantik, cerdas, dermawan dan suka menjalin hubungan silaturrahi. pernikahannya dengan Nabi membuat istri-istri Nabi yang lain merasa cemburu. Karena kecemburuan inilah muncul perkataan-perkataan yang tidak baik dari beberapa istri Nabi terkait dirinya seperti Hafshoh yang mengejeknya karena keturunan dari orang yahudi dan Aisyah mengejeknya bertubuh pendek.

Karena Nabi sangat memperhatikan Shofiyyah sehingga Aisyah sampai mengatakan bahwa Shofiyyah hanyalah seorang perempuan yang pendek. Pada dasarnya Nabi Muhammad sangat lembut. Namun ketika istrinya melakukan kesalahan Nabi tidak segan-segan menasehatinya. Kecemburuan atau apapun tidak

---

<sup>52</sup> Imam An-Nawawi , *Al-Adzkar*, ( Damaskus : Darul Mallah, 1971 M/ 1391 H) hal. 289

bisa dijadikan alasan untuk merendahkan fisik orang lain dan Nabi melarang untuk melakukan itu.<sup>53</sup>

### C. Surah Al-Hujurat Ayat 11-13

#### 1. Deskripsi Tentang Surah Al-Hujurat

Surah Al-Hujurat merupakan salah satu surah Madaniyah yang turun sesudah Nabi Muhammad saw. berhijrah. Namanya *al-Hujurat* terambil dari kata yang disebut pada salah satu ayatnya (ayat 4). Kata tersebut merupakan satu-satunya kata dalam Al-Quran sebagaimana nama surah ini "al-Hujurat" adalah satu-satunya nama baginya. Surah ini merupakan surah yang ke 108 dari segi perurutan turunnya. Ia turun sesudah surah al-Mujadalah dan sebelum surah at-Tahrim. Menurut riwayat ia turun pada tahun IX Hijriah.

Tujuan diturunkan surah ini membahasa tentang tata krama. Tata krama terhadap Allah, tata krama terhadap Rasul-Nya, terhadap sesama muslim yang taat dan juga yang durhaka serta terhadap sesama manusia. Karena itu terdapat lima kali panggilan *Ya Ayyuha Alladzina Amanu* terulang pada suarh ini, masing-masing untuk kelima macam objek tata krama itu.

Thabathaba'i menulis tentang tema utama surah ini, bahwa surah ini mengandung tuntunan agama serta prinsip-prinsip moral yang dengan

---

<sup>53</sup> Dewi Umaroh, *Body Shaming dalam Perspektif ...*, hal. 135-136



memperhatikannya akan tercipta kehidupan bahagia bagi setiap individu sekaligus terwujudnya suatu sistem kemasyarakatan yang mantap saleh dan sejahtera.

Surah ini tidak lebih dari 18 ayat tetapi ia mengandung sekian banyak hakikat agung menyangkut akidah dan syariat serta hakikat-hakikat tentang wujud dan kemanusiaan, termasuk hakikat-hakikat yang membuka wawasan yang sangat luas dan luhur bagi hati dan akal.<sup>54</sup>

## 2. Gambaran umum tentang Surah Al-Hujurat Ayat 11-13

Surat Al-Hujurat memiliki tema yaitu etika, akhlak, tata krama. Tata krama terhadap Allah swt, Rasul SAW, sesama muslim yang taat, dan yang durhaka, serta kepada sesama manusia. tujuan utama dalam surat Al-Hujurat ini jelas bahwa untuk mendidik setiap muslim cara berperilaku yang baik terhadap penciptanya, diri sendiri dan orang lain. Berkaitan dengan akhlak manusia tidak hanya berkaitan dengan lahiriyah akan tetapi berkaitan erat dengan hati. Akhlak yang baik kepada penciptanya dan kepada sesama manusianya akan menciptakan keseimbangan didalam kehidupan.<sup>55</sup>

Surah Al-Hujurat yang dibahas dalam penelitian ini ialah surah 11-13. Pada ayat 11, Asbabun-nuzul ayat tersebut adalah berkenaan dengan ejekan yang dilontarkan oleh tsabit ibn qais seorang sahabat nabi saw yang tuli. Stabit melangkahi sekian orang untuk dapat duduk didekat Rasulullah agar dapat mendengar wejangan

---

<sup>54</sup> M.Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah Volume 13* (Jakarta: Lentera Hati, 2002) hal.223-225

<sup>55</sup> M Quraish Shihab, ... *Volume 4,hal .223*

beliau. Salah seorang menegurnya tetapi Stabit marah sambil memakinya dengan menyatakan bahwa dia yakni si penegur adalah anak si Anu- (seorang wanita yang pada masa jahiliah dikenal dengan aib).Orang yang diejek ini merasa dipermalukan maka turunlah ayat ini.

Dalam ayat 12 diriwayatkan oleh Ibnu Mundzir mengenai ayat ini yaitu tentang suatu peristiwa ketika ada seorang sahabat yang bernama Salman Al-Farisi makan dan setelah itu tidur kemudian mendengkur. Dan seseorang mengetahui hal tersebut kemudian disebarkan kepada orang lain perihal makan dan tidurnya Salman tadi kepada orang banyak. Maka turunlah ayat ini yang berisi larangan umat muslim untuk mengumpat, menggunjing serta menceritakan aib orang lain. Dalam ayat ke 13 asbabun nuzul yang diriwayatkan oleh Abu Dawud mengenai turunnya ayat ini yaitu tentang peristiwa yang terjadi pada seseorang sahabat yang bernama Abu Hindin yang biasa berhidmat kepada Nabi Muhammad untuk mengeluarkan darah kotor dari kepaanya dengan bekam, yang bentuknya seperti tanduk. Rasulullah memerintahkan kabilah Bayadah agar menikahkan Abu Hindin dengan seorang perempuan kalangan mereka. mereka bertanya apakah patut kami menikahkan gadis-gadis kami dengan seorang budak-budak?“, maka Allah menurunkan ayat ini agar tidak mencemooh seseorang karena memandang rendah kedudukannya.<sup>56</sup>

---

<sup>56</sup> Abdul Hayyie Jalaluddin As-Suyuti: Penerjemah, M. Abdul Mujieb *Terjemahan Lubabun Nuqul Fii Asbabun Nuzul* (Jakarta: Gema Insani, 2008). hal.529

### BAB III

## METODE PENELITIAN

Dalam penelitian suatu karya ilmiah digunakan metode sebagai suatu cara atau jalan mencari informasi. Metode penelitian sangatlah efektif dan sistematis dalam sebuah penelitian, untuk memahami suatu objek atau objek penelitian sebagai upaya untuk menemukan jawaban yang dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah dan termasuk kebenarannya.<sup>57</sup>

#### A. Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan tertentu.<sup>58</sup> Dalam membahas skripsi ini penulis menggunakan metode *content analysis* atau *analisis isi*, yaitu analisis ilmiah tentang suatu pesan komunikasi. Menurut Burhan Bungin, analisis isi (*content analysis*) adalah teknik penelitian untuk membuat inferensi-inferensi yang dapat ditiru (*Replicable*) dan sah data dengan memperlihatkan konteksnya.<sup>59</sup> *Content analysis* atau analisis isi dapat juga diartikan sebagai pemeriksaan dan pengolahan data secara konseptual agar penulis memahami dengan jelas yang terkadang dalam pernyataan-pernyataan sehingga mudah dipahami.

---

<sup>57</sup> Rosadi Ruslan, *Metode Penelitian PR dan Komunikasi*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2003) hal. 24.

<sup>58</sup> Sugiono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kualitatif dan R Dan D*, (Bandung: Alfabeta, 2011) hal. 2.

<sup>59</sup> Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Kualitatif: Aktualisasi Metodologi Kearifan Ragam Varian Kontemporer*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2006), hal.219.

Berdasarkan pengertian diatas, maka dalam penelitian ini penulis menggunakan metode *content analysis* sebagai metode pendukung untuk menganalisis isi dari pembahasan penelitian yang di kutip dari buku-buku, dan ayat-ayat Al-Qur'an yang berkenaan dengan Bimbingan Islami Terhadap Perilaku *Body Shaming*. Keseluruhan bahan tersebut dikumpulkan, dibaca dipahami kemudian dianalisis untuk memperoleh kesimpulan yang mudah dipahami oleh orang lain.

## **B. Jenis Data Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti ini adalah penelitian kepustakaan (*library research*), yaitu penelitian yang menjadikan buku, kitab, atau literatur-literatur lainnya sebagai referensi sekaligus bahan utama dalam menjawab permasalahan yang telah dirumuskan.<sup>60</sup>

Penelitian dilakukan dengan cara mengumpulkan kitab-kitab seperti Al-Quran, Kitab tafsir, dan buku-buku yang berkaitan dengan Bimbingan Islami dan yang berhubungan dengan masalah yang diteliti.

## **C. Objek dan Sumber Data Penelitian**

Objek dari penelitian ini adalah mengenai perilaku *body shaming*, faktor apa saja yang dapat menyebabkan seseorang melakukan *body shaming* dan bagaimana bimbingan islami menyelesaikan perilaku tersebut.

---

<sup>60</sup> Mestika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan*, (Jakarta:Yayasan Obor Indonesia, 2008) hal.

Agar memudahkan penulis, maka sumber data dalam penelitian ini diklasifikasikan ke dalam dua bagian, yaitu data utama (*primer*) yaitu Al-Qur'an dan data penunjang (*data sekunder*) yaitu sumber data yang mendukung dan melengkapi data-data primer. Adapun sumber data sekunder dalam penelitian ini dengan cara menelaah buku-buku dan beberapa tafsir, *situs websaite/* internet karya ilmiah yang isinya dapat melengkapi data yang diperlukan penulis dalam penelitian ini.

#### **D. Teknik Pengumpulan Data**

Data merupakan salah satu unsur atau komponen utama dalam melaksanakan penelitian, artinya tanpa data tidak akan ada riset dan data dipergunakan dalam suatu riset yang merupakan data yang harus benar, kalau diperoleh dengan tidak benar maka akan menghasilkan informasi yang salah. Pengumpulan data (*input*) merupakan suatu langkah dalam metode ilmiah melalui prosedur sistematis, logis, dan proses pencarian data yang valid, baik diperoleh secara langsung (*primer*) atau tidak langsung (*sekunder*) untuk keperluan analisis dan pelaksanaan pembahasan (*process*) suatu riset secara benar untuk menemukan kesimpulan, memperoleh jawaban (*output*) dan sebagai upaya untuk memecahkan suatu persoalan yang dihadapi peneliti.<sup>61</sup>

Adapun yang menjadi sumber *primer* adalah Departemen Agama, Al-Quran dan terjemahannya, Tafsir Ibnu Katsir yang di karang oleh Abdul Fida' Imadudin Ismail bin Umar Bin Katsir al-Quraisy al-Bushrawi, Tafsir Al-Misbah pesan kesan dan

---

<sup>61</sup>Rosady Ruslan, *Metode Penelitian...* hal.27



keserasian Al-Qura'an yang di karang oleh M.Quraish Shihab, tafsir Al-Azhar yang di karang oleh Hamka. Sedangkan sumber sekundernya ialah buku-buku yang berkaitan dengan penelitian ini, seperti buku Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami yang di karang oleh Thohari Musnawar dan buku Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling yang di karang oleh Prayitno kemudian sumber-sumber ini di pilih yang sesuai dengan penelitian yang sedang di lakukan. Setelah data terkumpul maka data-data tersebut digunakan untuk menganalisis perilaku *body shaming* sehingga dapat berhubungan dengan bimbingan Islami.

#### **E. Teknik Analisis Data**

Analisis data mencakup banyak kegiatan yaitu, mengkatagorikan data, mengatur data, memanipulasi data, menjumlahkan data yang diarahkan untuk memperoleh jawaban dari problem peneliti. Tujuan dari analisis data ini yaitu untuk meringkas data dalam bentuk yang mudah dipahami dan mudah ditafsirkan, sehingga hubungan antara problem peneliti dapat dipelajari dan diuji.<sup>62</sup>

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *content analisis* atau analisis isi yaitu suatu studi yang membahas mengenai hal-hal yang memiliki hubungan dengan judul yang mana istilah,<sup>63</sup>

---

<sup>62</sup> Moh Kasiram, *Metodologi Penelitian, (Refleksi Pengembangan Pemahaman dan Penguasaan Metodologi Penelitian)*, Malang : UIN-Malang Press, 2008, hal 128

<sup>63</sup> J.P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, (Jakarta: Raja Grafindo Prasada, 2004) hal. 109.



Analisis isi adalah teknik penelitian untuk membuat inferensi-inferensi (proses penarikan kesimpulan berdasarkan pertimbangan yang dibuat sebelumnya atau pertimbangan umum kesimpulan) yang dapat ditiru dan shahih data dengan konteksnya.<sup>64</sup>

Terkait teknik analisis data tersebut dan data ayat-ayat Al-Quran dan tafsir maka analisis yang dikerjakan meliputi: (1) menetapkan masalah (topik) yang akan ditelaah, (2) mengumpulkan dan menghimpun tafsir yang berkenaan dengan surah Al-Hujurat yang berkaitan dengan perilaku *body shaming*, kemudian (3) menganalisis ayat-ayat dari Al-Quran surah Al-Hujurat yang berkaitan dengan perilaku *body shaming*. Keseluruhan data-data tersebut dikumpulkan, dibaca serta dianalisis kemudian dibahas menjadi suatu pembahasan.

Adapun penulisan dan penyusunan yang peneliti lakukan merujuk pada pedoman dari buku Panduan Penulisan Skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry tahun 2013.

---

<sup>64</sup> Burhan Bugin, *Metodologi Penelitian...* hal, 78

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Kandungan Q.S Al-Hujurat Ayat 11-13 dan Penafsirannya

#### 1. Surah Al-Hujurat ayat 11

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّن نِّسَاءٍ  
عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَرُوا بِالْألقَابِ بِئْسَ الإِسْمُ الفُسُوقُ  
بَعْدَ الإِيمَانِ وَمَنْ لَّمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُم الظَّالِمُونَ

*“Wahai orang-orang yang beriman! janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain, (karena) boleh jadi mereka (yang diolok-olokkan) lebih baik dari mereka (yang mengolok-olok), dan jangan pula perempuan-perempuan (mengolok-olokkan), perempuan lain, (karena) boleh jadi perempuan (yang diolok-olokkan) lebih baik dari perempuan (yang mengolok-olok). Janganlah kamu saling mencela satu sama lain, dan janganlah saling memanggil dengan gelar-gelar yang buruk. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk (fisik) setelah beriman. Dan barang siapa tidak bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim.”*

Menurut Tafsir Ibnu Katsir Allah melarang kita mengejek dan menghina orang lain sebagaimana yang telah ditetapkan di dalam sebuah hadits dari Rasulullah beliau bersabda *“kesombongan itu adalah tidak mau menerima kebenaran dan menghinakan manusia”*. Hal ini hukumnya haram, karena bisa jadi orang yang dihina itu kedudukannya lebih mulia di sisi Allah dan lebih di cintai-Nya pada orang yang

menghina itu sendiri. Dan firman Allah *"Dan janganlah kamu mencela dirimu sendiri"*, makna yang dimaksud ialah janganlah kamu mencela orang lain. Orang yang suka mengumpat dan mencela orang lain adalah perilaku tercela dan terkutuk. Sebagaimana Allah berfirman *"kecelakaanlah bagi pengumpat lagi pencela"* (Al-Humazah;1). *Al-hamz* itu mencela dengan perbuatan, sedangkan *Al-Lamz* itu mencela dengan lisan. Mencela dengan lisan ialah meremehkan orang lain dan mencela mereka berbuat melampaui batas terhadap mereka, dan berjalan kesana kemari menghambur fitnah mengadu dombakan mereka.

Firman Allah swt. *"dan janganlah kamu panggil-memanggil dengan gelar-gelar yang buruk"*. Yakni janganlah kamu memanggil orang lain dengan gelar yang buruk yang tidak enak didengar oleh yang bersangkutan. Imam Ahmad mengatakan, telah menceritakan kepada kami Ismail, telah menceritakan kepada kami Daud ibnu Abu Hindun, dari Asy-Sya'bi yang mengatakan bahwa telah menceritakan kepadaku Abu Jubairah ibnu Ad-Dahhak yang mengatakan bahwa berkenaan dengan kami Bani Salamah ayat berikut diturunkan, yaitu firman-Nya *"dan janganlah kamu panggil-memanggil dengan gelar-gelar yang buruk"*. Ketika Rasulullah Saw. tiba di Madinah, tiada seorang pun dari kami melainkan mempunyai dua nama atau tiga nama,tersebutlah pula apabila beliau memanggil seseorang dari mereka dengan salah satu namanya, mereka mengatakan, "Wahai Rasulullah, sesungguhnya dia tidak menyukai nama panggilan itu." Maka turunlah firman-Nya *"dan janganlah kamu panggil-memanggil dengan gelar-gelar yang buruk"*.Imam Abu Daud meriwayatkan hadis ini dari Musa ibnu Ismail, dari Wahb, dari Daud dengan sanad yang sama.

Seburuk-buruk sifat dan nama ialah yang mengandung kefasikan yaitu panggilan-manggil dengan gelar-gelar yang buruk, seperti yang biasa dilakukan di zaman Jahiliah bila saling memanggil di antara sesamanya Kemudian sesudah kalian masuk Islam dan berakal, lalu kalian kembali kepada tradisi Jahiliah itu.<sup>65</sup>

Menurut Tafsir Al-Misbah setelah ayat yang lalu Allah memerintahkan untuk melakukan *islah* akibat pertikaian yang muncul, ayat di atas memberi petunjuk tentang yang harus di hindari untuk mencegah timbulnya pertikaian.

Kata *yashkar* artinya memperolok-olokkan yang menyebut kekurangan pihak lain dengan tujuan menertawakan orang lain, baik dengan ucapan, perbuatan atau tingkah laku. Kata *qaum* biasa digunakan untuk menunjukkan sekelompok manusia. pertama kali digunakan untuk kelompok laki-laki saja, karena ayat Al-Hujurat ayat 11 menyebut pula secara khusus wanita. Memang wanita dapat saja masuk kedalam pengertian *qaum* bila ditinjau dari penggunaan sekian banyak kata yang menunjuk kepada laki-laki, misalnya *al-mu'minun* dapat saja tercakup didalam ayat-ayat *al-mu'minat* (wanita-wanita *mu'minah*). Namun ayat diatas mempertegas kata *nisa'* perempuan karena ejekan dan "merumpi" lebih banyak terjadi dikalangan perempuan dibandingkan laki-laki.

Kata *talmizu* diambil dari kata *al-lamz*. Para ulama berbeda pendapat dalam memaknai kata ini. Ibn 'Asyur misalnya memahaminya dalam arti ejekan yang

---

<sup>65</sup> Abdul Fida' Imadudin Bin Umar, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 9* (Surakarta:Insan Kamil:2015) hal. 498-499

langsung dihadapkan kepada yang diejek, baik dengan isyarat, bibir atau kata-kata yang dipahami sebagai ejekan atau ancaman. Ini adalah satu bentuk kekurangajaran dan penganiayaan. Ayat ini melarang melakukan *al-lamz* terhadap diri sendiri, sedang maksudnya untuk orang lain. Redaksi tersebut dipilih untuk mengisyaratkan kesatuan masyarakat dan bagaimana seharusnya seseorang merasakan bahwa penderitaan dan kehinaan yang menimpa orang lain menimpa pula dirinya sendiri.

Firman-Nya “*boleh jadi mereka yang diolok-olok itu lebih baik dari mereka yang mengolok-olok*”, mengisyaratkan tentang adanya tolak ukur kemuliaan yang menjadi dasar penilaian Allah yang boleh jadi berbeda dengan tolak ukur manusia secara umum. Kekeliruan itu membawa mereka menghina dan melecehkan pihak lain padahal jika mereka menggunakan dasar penilain yang ditetapkan Allah maka tidak akan menghina atau mengejek.

Kata *tanabazu* merupakan saling memberi gelar yang buruk. Larangan ini mengandung kata yang mengandung timbal balik berbeda dengan larangan *al-lamz* pada penggalan sebelumnya. Ini bukan saja karena *al-tanabuz* lebih banyak terjadi dari *al-lamz*, tetapi juga karena gelar yang buruk biasanya disampaikan secara terang-terangan dengan memanggil yang bersangkutan.<sup>66</sup>

Menurut Tafsir Al-Azhar Memperolok-olokkan, mengejek dan memandang rendah orang lain, tidak lain adalah karena merasa bahwa diri sendiri serba lengkap, serba tinggi, dan serba cukup padahal diri sendirilah yang serba kekurangan. Segala

---

<sup>66</sup> M.Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an* Vol 13 ( Jakarta: Lentera Hati, 2002), hal 251-252



manusia pun haruslah mengerti bahwa dalam dirinya sendiri terdapat segala macam kekurangan, kelupaan, dan kesalahan.

Maka dalam ayat 11 ini bukan saja laki-laki yang dilarang berperilaku yang buruk bahkan perempuan pun demikian. Hendaklah kita memiliki perilaku tawadhu, merendahkan diri, menginsafi kekurangannya "*Dan janganlah kamu mencela dirimu sendiri.*" Pada dasarnya kita dilarang keras mencela orang lain dan di tekankanlah dalam ayat ini dilarang mencela diri sendiri. Sebabnya ialah karena mencela orang lain itu sama juga dengan mencela diri sendiri. Kalau kita sudah berani mencela orang lain, membuka rahasia aib orang lain, janganlah lupa bahwa orang lain pun sanggup membuka rahasia kita sendiri. oleh karena itu, maka mencela orang lain sama juga dengan mencela diri sendiri.<sup>67</sup>

Di dalam penjelasan tersebut dari tiga mufassir menjelaskan bahwa kita tidak boleh mengolok-olok kaum lain karena kita bersaudara maka dari itu tidak boleh saling mengolok-olok. Bisa jadi yang kita olok-olok tersebut lebih baik dari pada yang mengolok-olok dan juga janganlah kamu memanggil-manggil dengan sebutan yang buruk, karena seburuk-buruk panggilan ialah kekafiran sesudah iman. Maka dari itu kita sebagai umat islam yang bersaudara dan Al-Quran mengajarkan tentang arti kehidupan yang sesungguhnya bahwasannya kita tidak boleh mengolok-olok saudara sendiri apa lagi memanggil dengan panggilan yang buruk. Maka bertaubatlah kepada

---

<sup>67</sup> Abdulmalik Abdulkarim Amrullah (HAMKA), *Tafsir Al-azhar* Juz XXVI ( Jakarta: PT Pustaka Panjimas,1982), hal 201-203



Allah dan memohon ampunan atas apa yang telah kita perbuat dan barang siapa yang tidak bertaubat di jalan Allah mereka adalah orang-orang yang zalim.

## 2. Surah Al-Hujurat Ayat 12

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَبَ بَعْضُكُم بَعْضًا أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْنُمُوهُ وَانفُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ

*“Hai orang-orang beriman, jauhilah kebanyakan prasangka, karena sebagian dari prasangka itu dosa. Dan janganlah mencari-cari keburukan orang dan janganlah menggunjingkan satu sama lain. Adakah seorang di antara kamu yang suka memakan daging saudaranya sesudah mati? Maka tentulah kamu merasa jijik kepadanya. Dan bertaqwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha penerima Taubat lagi Maha Penyayang.”*

Menurut Tafsir Ibnu Katsir Allah melarang hamba-Nya yang beriman banyak berprasangka, yaitu melakukan tuduhan dan sangkaan buruk terhadap keluarga, kerabat, dan orang lain tidak pada tempatnya, sebab sebagian dari prasangka itu adalah murni perbuatan dosa. Maka jauhilah banyak prasangka itu sebagian suatu kehati-hatian.

Diriwayatkan kepada kami dari Amirul Mukminin Umar bin Khatab bahwa beliau mengatakan, “berprasangka baiklah terhadap aturan yang keluar dari mulut saudaramu yang beriman, sedang kamu sendiri mendapati adanya kemungkinan tuturan itu mengandung kebaikan.” Firman Allah swt. “ dan janganlah mencari-cari kesalahan orang lain” maksudnya satu sama lain saling mencari-cari

kesalahan masing-masing. Dan istilah *tajassus* biasanya digunakan untuk menunjukkan sesuatu yang jelek. Firman Allah selanjutnya “*dan janganlah mengunjing satu sama lain*”. Ayat ini mengandung larangan berbuat ghibah.

Ghibah adalah perbuatan haram berdasarkan ijmak. Tidak ada pengecualian mengenai perbuatan tersebut kecuali terdapat kemaslahatan yang lebih kuat seperti penepatan kecacatan perawi hadits. Penilaian keadilan dan pemberi nasehat. Sedangkan, di dalam pengharaman yang sangat keras dan larangan yang sangat kuat. Allah swt. menyerupakan perbuatan ghibah dengan memakan daging manusia yang sudah menjadi bangkai. Sebagaimana yang telah difirmankan Allah swt. yaitu sebagaimana kamu membenci hal ini secara naluriah, maka kamu pun harus membencinya berlandaskan syariat, karena hukumnya akan lebih hebat dari sekedar memakan bangkai manusia. Dan jalan pikiran ini merupakan cara untuk menjauhkan diri dari padanya dan bersikap berhati-hati terhadapnya, sebagaimana yang telah disabdakan Rasulullah saw. berkenaan dengan orang yang mengambil kembali apa yang telah diberikannya. Seperti anjing yang muntah, kemudian memakan kembali muntahan itu.

Diriwayatkan oleh Abu Dawud dari Abu Hurairah bahwasannya Rasulullah saw. bersabda

*“setiap harta, kehormatan, dan darah seseorang muslim adalah haram atas muslim lainnya, cukup buruklah seseorang merendahkan saudaranya sesama muslim”*.

Firman Allah swt. "dan bertaqwalah kepada Allah" yaitu pada perkara yang telah Dia perintahkan dan Dia larang kepada kamu. Dan jadikanlah Dia sebagai pengawas kamu dalam hal itu dan takutlah kepada-Nya. "sesungguhnya Allah Maha penerima taubat lagi Maha penyayang" Allah itu penerima taubat kepada siapa saja yang bertaubat kepada-Nya dan Maha pengasih kepada siapa saja yang kembali bersandar kepadanya.<sup>68</sup>

Menurut tafsir Al-Misbah karena tidak jarang berprasangka buruk mengundang upaya mencari tahu. Kata *ijtanibu* terambil dari kata *janb* yang berarti samping. Mengesampingkan sesuatu berarti menjauhkan dari jangkauan tangan dari kata tersebut dapat diartikan jauhi penambahan huruf *ta* pada kata tersebut berfungsi penekanan yang menjadikan kata *ijtanibu* yang berarti bersungguh-sungguhlah, upaya sungguh-sungguh untuk menghindari prasangka buruk.

Kata *katsir(an)* artinya banyak, bukan berarti kebanyakan, sebagaimana dipahami atau diterjemahkan sementara penerjemah. Bisa saja banyak dari dugaan adalah dosa dan banyak pula yang bukan dosa.

Kata *zanna* adalah bentuk mashdar dari *zanna-yazunnu* yang berarti menduga, menyangka dan memperkirakan. Bentuk jama'nya adalah *zunnu*. Kata ini pada umumnya digunakan pada sesuatu yang dianggap tercela. Ayat tersebut menegaskan bahwa sebagian dugaan adalah dosa yaitu dugaan yang tidak

---

<sup>68</sup> Abdul Fida' Imadudin Bin Umar, *Tafsir Ibnu Katsir...* hal 500-507

berdasar, dugaan yang tidak berdasar adalah dugaan buruk kepada orang lain. Dengan menghindari dugaan dan prasangka buruk maka masyarakat akan hidup tenang, tentram dan produktif karena mereka tidak akan ragu dengan pihak lain. Berburuk sangka tidak akan memberikan manfaat sedikit pun, oleh karena itu seorang Muslim harus menghindari sifat berburuk sangka tersebut.

Kata *tajassusu* terambil dari kata *jassa* yaitu upaya mencari tahu dengan cara tersembunyi dinamai mata-mata. Mencari-cari kesalahan orang lain biasanya lahir dari dugaan negatif terhadapnya, karena itu ia disebutkan setelah larangan menduga. Karena melakukan *tajassus* dapat menimbulkan kerenggangan hubungan karena itu dilarang. *Tajassus* merupakan kelanjutan dari dugaan, sedang dugaan ada yang dibenarkan dan ada yang tidak begitu juga dengan *tajssus* dapat dibenarkan dalam konteks pemeliharaan Negara atau menapik mudharat yang sifatnya umum.

Kata *yaghtab* terambil dari kata *ghibah* yang berasal dari kata *ghaib* yaitu tidak hadir. *Ghibah* adalah menyebut orang lain yang tidak ada dihadapannya dengan sesuatu yang tidak disenangi oleh yang bersangkutan. Jika keburukan yang disebut tidak ada pada yang bersangkutan maka ia dinamai *buhtan* yaitu kebohongan besar. Walaupun keburukan yang diungkapkan memang ada ia tetap terlarang.

Kata *at-tawwab* sering kali diartikan penerima taubat, tetapi makna ini belum mencerminkan secara penuh kandungan kata *tawwab*. Imam Al-Ghazali mengartikan *at-tawwab* sebagai Allah yang memudahkan hamba-Nya untuk

kembali dengan tanda-tanda kebesaran-Nya serta mengingatkan ancaman-Nya. Sehingga bila mereka sadar akan akibat buruk dari dosa-dosanya dan ancaman-Nya mereka kembali bertaubat dan Allah kembali kepada mereka dengan anugrah Pengampunan.<sup>69</sup>

Menurut Tafsir Al-Azhar *"Dan janganlah kamu mencari-cari kesalahan orang lain."* Mencari tahu kalau ada si anu dan si fulan bersalah, untuk menjatuhkan si fulan di muka umum. *"Dan janganlah sebagian kamu menggunjing sebagian yang lain."* Menggunjing ialah membicarakan aib dan keburukan seseorang sedang dia tidak mengetahuinya, dia berada di tempat lain.

Hal ini merupakan sebagai mata rantai dan kemunafikan. Orang sangat senang membongkar rahasia kebusukan orang lain ketika orang tersebut itu tidak ada. Tiba-tiba saja, dia pun datang maka pembicaraan pun terhenti dengan sendirinya, lalu bertukar dengan pujian menjunjung tinggi. Ini adalah perbuatan hina dan pengecut. Dalam lanjutan ayat dikatakan, *"Apakah suka seorang di antara kamu memakan daging saudaranya yang sudah mati?"* Artinya, membicarakan keburukan seseorang ketika dia tidak ada, samalah artinya dengan memakan daging manusia yang telah mati, tegasnya makan bangkai yang busuk. Begitu hinanya. Kalau engkau seorang manusia yang bertanggung jawab, mengapa engkau tidak mau mengatakan di hadapan orang itu terus terang apa kesalahannya, supaya diubahnya kepada yang baik? *"Maka jijiklah kamu*

---

<sup>69</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah*, ...hal, 254-257



*kepadanya.*" Memakan bangkai temanmu yang telah mati sudah pasti jijik "Dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah adalah penerima tobat, lagi Maha Penyayang." maksudnya jika selama ini perilaku yang buruk ini ada pada dirimu, berhentilah dan bertobatlah daripada kesalahan yang hina itu disertai dengan penyesalan dan bertobat. Allah senantiasa membuka pintu kasih sayangnya, membuka pintu selebar-lebarnya menerima kedatangan para hamba-Nya yang ingin bertobat.<sup>70</sup>

Dapat disimpulkan dari tiga mufassir terhadap ayat tersebut menjelaskan jauhilah dari prasangka yang buruk terhadap orang lain karena itu adalah perbuatan dosa dan jangan pula mencari-cari kesalahan orang lain, serta mengunjing sebagian yang lain karena itu adalah perbuatan yang akan menimbulkan permasalahan yang besar antara satu sama lain, jika kita berprasangka buruk terhadap orang lain serta mencari-cari kesalahannya dan mengunjing sebagian yang lain sama artinya kita memakan bangkai saudara kita tersebut yang sudah mati, tentu kita merasa jijik melihatnya apa lagi memakannya. Oleh karena itu kita sebagai umat muslim mengajarkan arti kehidupan yang cinta damai, maka dari itu bertakwalah kepada Allah karna takwa adalah melaksanakan segala perintahnya dan menjauhi segala larangannya.

---

<sup>70</sup> Abdulmalik Abdulkarim Amrullah (HAMKA), *Tafsir Al-azhar...* hal 204-207



### 3. Surah Al-Hujurat Ayat 13

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ۗ إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتَقْوَاهُ ۗ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

*“Hai manusia, sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling takwa di antara kamu. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal”*

Menurut Tafsir Ibnu Katsir Allah swt. memberitahukan kepada manusia bahwasannya Dia telah menciptakan mereka dari satu jiwa dan Dia menjadikan darinya pasangannya, yakni Adam dan Hawa, kemudian Dia menjadikan mereka berbangsa-bangsa. Jadi kemulian seluruh manusia itu dipandang sama yang membuat mereka lebih mulia dari pada yang lainnya perkara keagamaan yakni ketaatan kepada Allah dan Rasulnya. Karena itulah sesudah melarang perbuatan mengunjing dan menghina orang lain, Allah swt. berfirman mengingatkan mereka, bahwa mereka adalah manusia yang mempunyai martabat yang sama.

Abu Isa At-Tirmizi meriwayatkan dari Abu Hurairah dari Nabi bersabda :

*“belajarlah dari nasab kalian yang dapat membantu untuk silahturrahmi karena silahturrahmi itu dapat membawa kecintaan dalam keluarga dan memperbanyak harta, serta dapat memperpanjang umur”*

Dan Firman Allah *“sesungguhnya orang yang paling mulian diantara kalian disisi Allah ialah orang yang paling bertaqwa diantara kalian”*. Maksudnya

mereka dapat menjadi lebih mulia dari pada yang lainnya disisi Allah dengan ketakwaan bukan dengan keturunan dan kedudukan.

Dijelaskan di dalam hadits lainnya bahwa Imam Muslim meriwayatkan dari Abu Hurairah dia berkata Rasulullah saw bersabda:

*“sesungguhnya Allah tidak melihat kepada rupa dan harta kalian, tetapi Allah melihat kepada hati dan amal kalian”.*

Dijelaskan di dalam hadits lainnya juga bahwa imam Ahmad meriwayatkan dari Abu Dzar dia berkata sesungguhnya Nabi berakata kepadanya,

*“perhatikanlah! Sesungguhnya kamu tidak lebih baik dari orang yang berkulit merah dan tidak juga dari orang berkulit hitam kecuali jika kamu melebihi mereka dengan ketakwaan”*

Dan firman Allah *“sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengerti.”* Dia Maha mengetahui kalian dan Maha mengerti segala urusan kalian, maka Dia memberi petunjuk kepada siapa yang dikehendaki-Nya dan akan menyesatkan siapa yang dikehendaki-Nya.<sup>71</sup>

Menurut Tafsir Al-Misbah ayat 13 di atas uraian tentang prinsip hubungan antara manusia. Karena itu ayat di atas tidak lagi menggunakan panggilan yang di tujukan kepada orang-orang beriman, tetapi kepada jenis manusia. Penggalan ayat di atas *“sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan”* adalah pengantar untuk menegaskan bahwa manusia derajat

---

<sup>71</sup> Abdul Fida' Imadudin Bin Umar, *Tafsir Ibnu Katsir...* hal 514-518

kemanusiaannya sama di sisi Allah, tidak ada perbedaan satu suku dengan suku yang lain, tidak ada juga perbedaan pada nilai kemanusiaan antara laki-laki dan perempuan karena semua diciptakan dari seorang laki-laki dan perempuan. Pengantar tersebut mengantar pada kesimpulan ayat terakhir yaitu “*sesungguhnya yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah yang paling bertaqwa*”, karena itu berusaha untuk meningkatkan ketakwaan agar menjadi yang termulia disisi Allah.

Kata *syu'ub* yaitu bentuk jamak dari kata *sya'b*, kata ini digunakan untuk menunjukkan kumpulan dari sekan suku yang merujuk kepada satu kakek. Suku itu terdiri dari sekian banyak kelompok keluarga yang dinamai *umarah*. Kata *ta'arufu* terambil dari kata *'arafa* yang berarti mengenal. Patron kata yang digunakan ayat ini mengandung makna timbal balik, dengan demikian ia berarti saling mengenal. Semakin kuat pengenalan satu oihak kepada selainnya, semakin terbuka peluang untu saling memberi manfaat. Karena itu ayat di atas menekankan perlunya saling mengenal, perkenalan itu dibutuhkan untuk saling mengambil pelajaran dan pengalaman dari pihak lain untuk meningkatkan ketakwaan terhadap Allah swt. Yang dampaknya tercermin pada kedamaian dan kesejahteraan hidup duniawi dan kebahagiaan ukhrawi.

Kata *akramakum* terambil dari kata *karama* pada dasarnya berarti yang baik dan istimewa sesuai obyeknya. Manusia yang baik dan istimewa adalah yang memiliki akhlak yang baik terhadap Allah dan terhadap sesama makhluk. Manusia memiliki kecenderungan untuk mencari bahkan bersaing menjadi yang

terbaik, banyak sekali manusia yang menduga bahwa memiliki materi, kecantikan serta kedudukan sosial merupakan kemuliaan yang harus dimiliki padahal kemuliaan itu sifatnya sangat sementara karena hal-hal tersebut bukanlah kemuliaan sesungguhnya, karena kemuliaan yang abadi itu ada disisi Allah dan untuk mencapainya adalah dengan mendekatkan diri kepada-Nya, menjauhi larangan-Nya, melaksanakan perintah-Nya serta meneladani sifat-sifat-Nya itulah takwa, karena yang paling mulia disisi-Nya adalah yang paling bertakwa.

Penutup ayat ini *inna Allah Aliimun Khabiir* yang berarti “sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal” dengan demikian hendaknya memperlihatkan apa yang dipesankan oleh sang Pencipta manusia yang Maha Mengetahui dan Mengenal mereka juga kemaslahatan mereka.<sup>72</sup>

Menurut Tafsir Al-Azhar “wahai manusia, sesungguhnya Kami telah menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan.” Maka tidaklah ada manusia di dalam alam ini yang tercipta dari percampuran laki-laki dengan perempuan, persetubuhan yang menimbulkan berkumpulnya dua mani (khama) jadi satu 40 hari lamanya yang dinamai nutfah. Kemudian selama 40 hari menjadi darah, dan 40 hari menjadi daging (‘alaqah), jadilah dia manusia yang ditiupkan nyawa dan lahirlah kedunia. Kadang-kadang bercampunya warna kulit hitam dan kulit putih, atau bangsa Afrika dan bangsa Eropa.

---

<sup>72</sup> M.Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah...*, hal 260-263

Jika diberi permulaan bersatunya mani itu, belumlah kelihatan perbedaan warna, sifatnya masih sama saja. “Dan Kami jadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kenal mengenallah kamu”. Anak yang mulanya setumpuk mani yang berkumpul dalam satu keadaan belum nampak jelas warnanya, kemudia dia berwarna menurut keadaan iklim buminya, hawa udaranya, letak tanahnya, peredaran musimnya, sehingga berbagai timbul warna wajah, dan bahasa, terpisah diatas bumi dalam keluasannya, hiduop mencari kesukaannya sehingga dipun berpisah.

Di dalam ayat 13 ditegaskan bahwasannya terjadi berbagai bangsa dan suku bukanlah agar mereka bertambah jauh melainkan supaya mereka kenal mengenal. *“sesungguhnya yang semulia-mulia kamu di sisi Allah ialah setakwa-takwa kamu”*. Kemulian yang di nilai oleh Allah adalah kemulian hati, budi, akhlak, dan ketaatan kepada Allah. Jangan menganggap diri lebih dari yang lain, karena keturunan bahwa dia bangsa raja dan orang lain budak. Bahwa dia bangsa keturunan Ali bin Abu Thalib dalam perkawinannya dengan Siti Fatimah al-Batul anak perempuan dari Rasulullah dan keturunan yang lainnya dianggap rendah. Allah tidak melihat itu semua tetapi yang Allah lihat adalah ketakwaannya kepada Allah dan Rasul-Nya. Allah mengenal dan mengetahui setiap bangsa ada kelebihan dan kekurangannya, ada pujian sebanyak cacatnya. Islam telah



menentukan langkah yang akan ditempuh dalam hidup yang paling mulia di sisi Allah adalah yang paling bertakwa.<sup>73</sup>

Dapat disimpulkan dari tiga pendapat mufassir menjelaskan sesungguhnya Allah menciptakan kita dari seorang laki-laki dan perempuan melalui Adam dan Hawa, serta dijadikan berbagai-bangsa, bersuku-suku supaya saling kenal mengenal dan yang paling tinggi derajatnya ialah orang yang bertakwa.

### **B. Bimbingan Islami Berdasarkan Q.S Al-Hujurat Ayat 11-13 Berkaitan dengan Perilaku *Body Shaming***

Bimbingan Islami merupakan salah satu sarana yang membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan baik di dunia maupun akhirat. Mewujudkan diri sebagai manusia seutuhnya bermakna yaitu mewujudkan diri sesuai dengan hakikatnya sebagai manusia yang selaras perkembangan unsur dirinya dan pelaksanaan fungsi atau kedudukannya sebagai makhluk Allah, makhluk religius, makhluk sosial dan sebagai makhluk yang berbudaya.

Salah satu hal yang terjadi ketika seseorang memasuki perkumpulan pertemanan yang salah adalah ketika seseorang tersebut ingin kelihatan sempurna dan *perfect* sehingga ada rasa ingin menghina dan mengejek orang lain yang dirasa kurang dari dia, kekurangan tersebut bisa disebabkan dari dirinya yang

---

<sup>73</sup>Abdulmalik Abdulkarim Amrullah (HAMKA), *Tafsir Al-azhar...* hal. 208-209



mungkin diakui sudah keliatan sempurna sehingga timbul rasa untuk mengejek orang lain.

Islam adalah salah satu agama yang di ridhai oleh Allah swt. dimana dalam ajaran Islam di ajarkan bagaimana cara untuk beriman dan menghargai setiap perbedaan dan menerima segala kekurangan yang ada pada diri sendiri dan orang lain tersebut salah satu perbuatan *body shaming*. *Body shaming* adalah salah satu perbuatan membanding-bandingkan antara satu pihak dengan pihak yang lain baik dari segi bentuk wajah, bentuk badan, warna kulit bahkan tatanan cara berpakaian pun menjadi sasaran untuk melakukan perilaku *body shaming* yang menganggap dirinya sempurna. Di Indonesia misalnya, seseorang dianggap cantik apabila memiliki kulit yang bersih dan putih, dengan adanya ukuran standar seperti ini seringkali dianggap yang tidak memenuhi standart mendapat perilaku yang kurang baik dan cenderung dibeda-bedakan. Mengejek, mengolok-olok, menghina, merendahkan sesama janganlah terjadi dalam kalangan orang yang beriman, sebab orang yang beriman akan selalu menyadari kekurangan yang ada pada dirinya.<sup>74</sup>

Dalam Al-Quran Allah telah mengatakan bahwa perbedaan itu indah dan ada, namun banyak orang tidak dapat menerima perbedaan yang ada, sehingga mereka mencari cara bagaimana mereka terlihat sempurna. Hal ini sering terjadi pada kaum hawa dimana di Indonesia sendiri memiliki kodrat kecantikan putih,

---

<sup>74</sup> Majid, Abdul, *Pendidikan Agama Islam Berbasis Kompetensi*, (Bandung: PT Remaja Rosadakarya, 2004) hal. 130

tinggi, tidak berjerawat dan lain-lain, hal inilah yang memicu perempuan untuk ingin tampil sempurna bahkan ada yang rela melakukan perubahan pada bentuk wajahnya melalui operasi plastik yang dilarang dalam agama Islam.

Namun saat ini banyak kita dapati bahwa perbuatan mencela dengan menghina fisik, dan memanggil orang lain dengan panggilan yang menyakitkan atau lebih dikenal dengan *body shaming* menjadi sebuah hal yang biasa bahkan dianggap remeh dan menjadi hal yang lumrah untuk dilakukan, tanpa disadari dengan adanya penghinaan fisik seseorang berarti kita sama halnya dengan menghina ciptaan Allah.

Bimbingan Islami yang harus diberikan untuk mengatasi pencelaan merupakan bimbingan untuk berbicara, Islam mengajarkan dalam hal berbicara baik, sopan atau jika tidak bisa lebih baik diam, tujuannya agar manusia tidak terjerumus dalam godaan setan. Tuntunan Islam dalam hal berbicara mengandung hikmah bahwa segala yang diucapkan dicatat oleh malaikat dan akan diminta pertanggung jawaban di akhirat.<sup>75</sup> Serta perlunya bimbingan agama yang lebih mendalam sehingga masyarakat paham tentang cara mengatasi pencelaan antar sesama. Agama merupakan sebuah kepercayaan seseorang kepada tuhan sebagai petunjuk serta pedoman dan dorongan bagi manusia

---

<sup>75</sup> Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami (Teori dan Praktek)*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2017) hal 178

dalam menyelenggarakan tata cara hidup.<sup>76</sup> Apabila seseorang paham dengan agama dan takut akan tuhan nya maka akan tertanam di hatinya untuk tidak mencela orang lain, karena orang yang paham akan agama akan takut terhadap perbuatan mencela. Salah satunya untuk menghindari perbuatan tercela yaitu dengan tidak memandang rendah orang lain, tidak mencela sesama, berbuat baik dan paham akan kekurangan serta kelebihan yang diberikan oleh Allah.

#### 1. Bimbingan Islami Dalam Surah AL-Hujurat ayat 11

Dalam Qur'an Surah Al-Hujurat ayat 11 terdapat beberapa poin yang berkaitan dalam bimbingan Islami mengenai perilaku *body shaming*.

##### a. Larangan mengolok-olok orang lain

Memperolok-olok, mengejek, menghina, dan merendahkan sesama. Janganlah semua itu terjadi dalam kalangan orang yang beriman. Orang lain sama halnya mengejek orang lain. Mengolok merupakan suatu perbuatan yang tidak baik dalam Islam, karena perbuatan tersebut dapat merugikan berbagai pihak. Orang yang mencela akan mendapatkan dosa dan orang yang dicela akan merasa tersakiti.

Perbuatan mencela seperti memperolok-olok sesama merupakan sebuah perbuatan yang sangat tercela, dikarenakan hal ini sangat merugikan diri sendiri dan juga orang lain. Memperolok-olokkan, mengejek dan memandang rendah orang lain tidak lain adalah merasa diri sendiri serba

---

<sup>76</sup> Zakiyah Drajat, *Ilmu Jiwa Agama*. (Jakarta : Bulan Bintang, 2005) hal 10

lengkap, serba tinggi, serba cukup, padahal diri sendirilah yang serba kekurangan. Mengolok-olok dan mengejek-ejek orang sama halnya dengan mencela diri sendiri, karena setiap mukmin adalah satu kesatuan yang utuh. Oleh sebab itu janganlah sesekali mengolok-olok dan mengejek orang.<sup>77</sup>

Tindakan *body shaming* tidak hanya berupa perkataan saja melainkan bisa dilakukan dengan sebuah tindakan non verbal yang sering dijumpai celaan di media sosial dan tanpa disadari hal ini sangat berdampak pada korbannya, dampak yang ditimbulkan yaitu gangguan makan, gangguan obsesif konklusif, gangguan dismorfik tubuh.

Padahal dalam Islam dijelaskan bagaimana cara menerapkan etika yang baik ketika berinteraksi sosial terhadap masyarakat, dalam Islam terdapat tata cara berperilaku. Tindakan yang baik tidak hanya berlaku pada interaksi secara individual saja, juga diterapkan terhadap suatu perkumpulan kelompok pada masyarakat.

b. Perintah Larangan Mencela dan Memanggil dengan gelar yang buruk

Larangan mencela dan pemberian gelar itu merupakan perbuatan yang buruk dan ayat ini menganjurkan untuk meninggalkan perbuatan memanggil dengan julukan yang menunjukkan keburukan. Julukan yang dimaksud adalah julukan yang disertai dengan perasaan membenci, meremehkan atau merendahkan. Baik buruknya seseorang tidak bisa dipastikan berdasarkan

---

<sup>77</sup> Hamka, *Tafsir Al-Azhar* .... Hal 201

pujian, celaan, cacian, amal apapun yang tampak padannya. Karena belum tentu orang yang mendapat perlakuan tidak baik memiliki amal perbuatan yang buruk dan sebaliknya, karena hal itu bukan tanda-tanda petunjuk yang pasti hanya Allah yang Maha Mengetahui segalanya.

Adanya ukuran standart kecantikan yang tidak memenuhi standart sering kali mendapatkan perilaku yang kurang baik celaan dan ejekan terhadap orang yang mempunyai postur tubuh gemuk dengan menggunakan nama-nama hewan yang memiliki tubuh besar seperti gajah, kerbau, dan kingkong. Tidak hanya orang gemuk saja yang mempunyai tubuh kurus dan kecilpun kerap kali dipanggil dengan sebutan yang tak semestinya seperti kurus seperti papan, kecil seperti kurcaci. Baik sadar maupun tidak hal ini dilakukan dengan guraun. Celaan tidak hanya dalam bentuk verbal saja akan tetapi juga dapat berupa sebuah tindakan tubuh seperti gerakan tangan yang berujung pada tindakan pelecehan, gerakan mata (melirik) yang juga dapat menimbulkan perasaan tersinggung.

c. Perintah Bertaubat- R A N I R Y

Taubat berarti penyesalan atau menyesal karena telah melakukan suatu kesalahan dengan jalan berjanji sepenuh hati tidak akan lagi melakukan dosa atau kesalahan yang sama dan kembali kepada Allah. Untuk mengetahui apakah seseorang itu telah benar-benar bertaubat atau belum dapat dilihat dari ucapan, sikap dan tingkah laku orang tersebut setelah dirinya menyatakan bertaubat.

## 2. Bimbingan Islami Dalam Surah Al-Hujurat ayat 12

Dalam Qur'an Surah Al-Hujurat ayat 12 terdapat beberapa poin yang berkaitan dalam bimbingan Islami mengenai perilaku *body shaming*.

### a. Larangan berprasangka buruk

Buruk sangka adalah perilaku menyangka seseorang berbuat buruk tanpa disertai bukti. Buruk sangka dikatakan perkataan "dusta" karena dua hal pertama, benarnya belum tentu, sedang salah lebih besar dan pasti. Sikap berburuk sangka terhadap seseorang itu sangat buruk akibatnya dapat memecah belahkan kaum keluarga, masyarakat dan juga negara apabila pemerintah sendiri berburuk sangka terhadap rakyat. Berprasangka baik terhadap satu sama lain adalah dituntut.

Adapun menjauhi buruk sangka adalah dengan cara berikut:

- a) Menjauhi semua penyebabnya
- b) Menanamkan kesadaran bahwa persaudaraan sesama Muslim menuntut pemenuhan hak dan kewajiban, dan bertujuan mencari kedamaian (*Islah*) dalam segala hal.
- c) Menyakini bahwa prasangka muncul dari was-was yang disebabkan oleh kejahatan setan.
- d) Segera meminta perlindungan kepada Allah dari godaan setan tatkala prasangka itu timbul.
- e) Berusaha menanamkan sikap baik sangka, baik kepada Allah maupun kepada sesama manusia.



b. Larangan mencari kesalahan orang lain

Mencari kejelekan orang lain merupakan perbuatan yang menekankan betapa buruknya mencari aib serta membuka-buka hal yang ditutupi orang lain, dalam Islam perbuatan ini sangat tidak diperbolehkan, karena merugikan orang lain apalagi sesama muslim. Mencari-cari kesalahan orang lain biasanya lahir dari dugaan negatif terhadapnya, karena itu ia disebutkan setelah larangan menduga.

c. Larangan Berghibah

*Ghibah* mencari kesalahan orang lain sama halnya membuka aib orang lain. Dalam ayat 12 menjelaskan bahwasannya ghibah tidak boleh dilakukan. Ghibah merupakan salah satu perbuatan lisan yang harus dijaga karena dengan ucapan itu dapat mengetahui kekurangan atau keburukan seseorang yang tidak disukainya. Ghibah tidak terbatas dengan lisan, ghibah juga dapat dilakukan dengan tulisan isyarat mata, tangan kepala ataupun tingkah laku.<sup>78</sup>

Dalam Islam tidak boleh membuka aib seseorang karena apabila kita mengumbar-ngumbar aib orang lain maka Allah akan mengumbar aib kita dengan cara yang lain begitu juga sebaliknya apabila kita menutup aib seseorang maka Allah akan menutupi aib kita.

---

<sup>78</sup> Ibrahim M Al-Jamal, *Penyakit-Penyakit Hati*, ( Bandung : Pustaka Hidayah, 1995) hal, 86

Mengunjing atau membicarakan orang lain menjadi mata rantai kemunafikan. Begitu tegasnya Allah melarang untuk tidak melakukan *ghibah* sehingga orang-orang yang berghibah diibaratkan seperti memakan bangkai saudaranya sendiri. Begitulah sikap yang harus dijaga muslim karena menutup aib saudara merupakan kewajiban yang harus dilaksanakan setiap muslim.

### 3. Bimbingan Islami Dalam Surah Al-Hujurat ayat 13

Dalam Qur'an Surah Al-Hujurat ayat 13 terdapat beberapa poin yang berkaitan dalam bimbingan Islami mengenai perilaku *body shaming*.

#### a. Perintah untuk Saling mengenal dan Persamaan Derajat Antar Sesama

Perbedaan secara fisik, psikis maupun psikologis bukanlah alasan yang menghalalkan seseorang untuk melakukan penghinaan dan merendahkan orang lain. Disisi lain, kelebihan yang dimiliki seseorang baik itu berupa fisik maupun materi yang lebih dari yang lain bukanlah suatu jaminan bahwa dirinya lebih baik dari orang yang menurutnya kurang tersebut.

Agama Islam adalah agama yang sangat *egaliter* (bersifat sama). Dalam ayat 13 menjelaskan bahwa apapun latar belakang seseorang, baik itu jenis kelamin, suku bangsa, tidak mempengaruhi derajat kemuliaan seseorang. Satu satunya yang menjadi ukuran atau standar derajat kemuliaan adalah ketakwaannya kepada Allah. Karena itulah sesudah melarang perbuatan menghina dan mengunjing orang lain Allah berfirman mengingatkan mereka dalam ayat ini bahwa manusia

mempunyai mertabat yang sama.<sup>79</sup> Kebiasaan orang memandang kemuliaan itu selalu ada sangkat pautnya dengan kebangsaan dan kekayaan. Padahal menurut pandangan Allah orang yang paling mulia adalah orang yang paling bertakwa kepada-Nya. Jadi jika ingin berbangga maka banggakanlah takwamu.

Dimana didalam Islam diajarkan bagaimana cara untuk beriman dan menghargai setiap perbedaan yang ada disekitar dalam Islam juga diajarkan bagaimana untuk bisa menghargai perbedaan dan menerima segala kekurangan yang ada pada diri seseorang. Setiap manusia memiliki potensi untuk menjadi hamba yang baik dan positif atau negatif menjalankan perintah Allah atau melanggar larangan-Nya menjadi orang beriman atau kafir, mukmin atau musyrik.<sup>80</sup>

Dapat disimpulkan bahwa bimbingan Islami dalam surah Al-Hujurat ayat 11-13 menjelaskan untuk tidak saling mencela, mengejek, memperolok-olok, saling memanggil dengan gelar yang buruk, berburuk sangka, berhibah karena akan melukai perasaan bagi yang dicela dan diejek karena adanya perbedaan padanya, Allah menciptakan setiap manusia beraneka ragam kekurangan dan kelebihan nya masing-masing. Dan harus menghargai setiap perbedaan yang ada disekitar.

---

<sup>79</sup> Abdul Fida' Imadudin Bin Umar, *Tafsir Ibnu katsir*.... Hal 514

<sup>80</sup> Teuku Muhammad Hasbi Ash-Shiddieqy, *Tafsir Al-Quran Masjid An-Nur* (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2000) hal, 4607

### C. Pembahasan

Para mufassir sepakat bahwasannya pada surat al-Hujurat ayat 11 terdapat larangan untuk saling mengolok-olok dan larangan tersebut tidak hanya kepada kaum laki-laki saja tetapi juga kaum perempuan, alasan dilarang mengolok-olok karena orang yang mengolok-olok belum tentu lebih baik dari pada yang diolok-olok. Di dalam ayat 11 juga terdapat larangan untuk saling memanggil dengan gelar buruk yaitu gelaran yang tidak disukai dan menyakiti hati orang tersebut. Terlebih apabila panggilan tersebut, adalah panggilan yang buruk terhadap orang yang beriman. Terdapat peringatan akan hukuman Allah bagi orang-orang yang mengolok-olok dan memanggil dengan panggilan buruk.

Pada ayat 12 terdapat himbauan kepada kaum mukmin untuk menjauhi buruk sangka Hamka menjelaskan bahwa prasangka adalah tuduhan yang bukan dan tidak beralasan. Ketiga mufassir tersebut sepakat bahwasannya Allah melarang perbuatan buruk snagka bagi yang melakukannya adalah dosa. Mengenai mencari kesalahan orang lain dengan atau tanpa tujuan tertentu adalah hal yang dilarang oleh Allah, terlebih lagi hal tersebut dilakukan untuk mengetahui cacat orang lain yang bertujuan menjatuhkan harga diri orang tersebut.

Mengunjing adalah menceritakan aib atau keburukan seseorang kepada orang lain sedangkan orang lain tersebut tidak hadir, hal ini juga salah satu sifat yang harus dihindari oleh setiap orang-orang mukmin. Ibnu Katsir menjelaskan maksud dari menceritakan disini adalah menyebut secara terang-terangan atau dengan isyarat atau dengan cara lain yang bisa diartikan sebagai perkataan. Dalam lanjutan ayatnya

disebutkan bahwasannya mengunjing atau membicarakan aib orang lain yang sedang tidak hadir diibaratkan dengan memakan bangkai daging manusia yang telah mati, maka hendaklah orang-orang yang telah melakukan perbuatan mengunjing tersebut memohon ampunan kepada Allah atas apa yang dilakukannya, sebab Allah Maha pemaaf lagi penerima taubat.

Para mufassir sepakat bahwasannya pada ayat 13 terdapat anjuran bagi setiap manusia untuk saling mengenal satu sama lain dan memperluas tali silaturahmi, sebab hikmah diciptakan manusia bersuku-suku dan berbangsa-bangsa untuk saling mengenal satu sama lain. Hamka dan Ibnu Katsir sepakat bahwasannya maksud dari arti “Hai manusia sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan perempuan” adalah untuk menjelaskan asal usul nenek moyang semua manusia itu adalah sama yaitu Nabi Adam dan Siti Hawa sehingga tidak ada alasan bagi setiap manusia untuk menyombongkan diri serta nasabnya.

*Body Shamming* merupakan hal yang sangat merugikan, baik bagi diri sendiri dan orang lain. Efek dari *body shamming* dapat membuat seseorang tertekan bahkan bisa jadi membuat dirinya tidak lagi bergabung dengan masyarakat. Hal ini disebabkan karena *body shamming* dapat membuat rasa percaya diri seseorang itu hilang, jika hal ini terjadi maka salah satu yang akan di takutkan yaitu depresi bahkan ada yang sampai bunuh diri, maka oleh itu *body shamming* sangat di larang dalam agama islam. Islam melarang untuk saling mengejek sesama umat muslim dengan ejekan yang tidak baik atau ejekan yang menyakiti perasaan seseorang.



Bimbingan Islami merupakan membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan baik di dunia maupun diakhirat. Bimbingan Islami dalam menangani perilaku *body shaming* dilakukan salah satu caranya dengan melakukan terapi. Terapi adalah proses penyembuhan atau pengobatan dengan menggunakan beberapa metode dan pendekatan. Terapi juga merupakan proses penyembuhan individu untuk menangani dalam masalah kesehatanmental atau fisik.<sup>81</sup>. Ada beberapa macam terapi-terapi yang sangat cocok dilakukan untuk mengurangi perilaku *body shaming*.

Salah satu cara yang dilakukan untuk tidak melakukan *body shaming* yaitu dengan memperbaiki sikap, tingkah laku dan melembutkan hati dengan cara berzikir, berzikir dapat menjauhkan diri seseorang untuk melakukan perbuatan keji, dengan cara berzikir seseorang akan tenang dalam hidupnya dan akan dijauhkan dari sifat mengejek dan memperolok orang lain. Zikir merupakan salah satu cara untuk menghindari perilaku yang tidak terpuji, dalam hadis Tirmizi mengatakan bahwa“ Ya Rasulullah, saya kewalahan dengan begitu banyak ajaran islam. Jadi beri tahu saya tentang sesuatu yang mungkin saya pegang teguh.” Maka Nabi menjawab jagalah lidah mu tetap basah dengan mengingat Allah”.(Tirmizi). Sedangkan cara yang kedua yaitu dengan membaca Al-Qura dengan sering mengamalkan bacaan ayat suci Al-Quran akan membuat hati menjadi tenang dan damai sehingga perilaku yang tidak

---

<sup>81</sup>Dadang Hawari, *Al-Quran Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, (Yogyakarta : PT. Dana Bhakti Prima Yasa, 1998), hal 18



terpuji seperti memperolok orang lain tidak akan dilakukan.<sup>82</sup> Cara ketiga adalah sering datang ke tempat ibadah baik pengajian, berkumpul dengan orang-orang sholeh maka kamu akan di jauhkan dari sifat yang tidak baik. Cara yang lain yaitu dengan cara menanamkan dari diri bahwa kesempurnaan hanya milik Allah dan kekurangan milik ummat. Allah akan menciptakan manusia berbagai macam ragam bentuk dan jenis, sehingga jika seseorang ingin memperolok orang lain, maka tanamkan dalam diri bahwa dia juga ciptaan Tuhannya.



---

<sup>82</sup> Abu Thalib Al-Makky, *Ilmu HATI : Teknik Efektif Mencapai Kesadaran Sejati* (Erlangga, 2000) hal 18

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan temuan dan pembahasan yang telah peneliti lakukan dalam peneliti ini terkait bimbingan Islami terhadap perilaku *body shaming* ditinjau dari Al-Quran surah Al-Hujurat ayat 11-13, maka kesimpulan yang dapat diambil dari peneliti ini adalah sebagai berikut:

1. Kandungan dan penafsiran surah Al-Hujurat ayat 11-13 dikutip dari beberapa pendapat para mufassir yaitu Abdul Fida' Imadudin Bin Umar, M. Quraish Shihab, Abdul Malik Amrullah dapat disimpulkan bahwasannya setiap manusia terutama umat Islam dilarang untuk saling mengolok-olok, mencela, memanggil dengan gelar yang buruk, berburuk sangka, mencari-cari kesalahan orang lain serta mengunjing. Oleh karena itu Allah menciptakan manusia bersuku-suku dan berbangsa-bangsa agar setiap manusia saling mengenal bukan untuk saling bermusuhan dan memutuskan tali persaudaraan hanya karena perbedaan yang ada. Akan tetapi dengan perbedaan tersebut diharapkan untuk saling menjalin persaudaraan.
2. Bimbingan Islami berdasarkan surah Al-Hujurat ayat 11-13 berkaitan dengan perilaku *body shaming*. *Body shaming* dapat memperburuk atau

menyakiti seseorang baik dari psikis, fisik, maupun hubungan sosial. Adanya ukuran standar kecantikan yang tidak terpenuhi sering kali mendapatkan perilaku yang kurang baik. Dalam agama Islam setiap umat dilarang untuk saling mencela, mengolok-olok, menghina antar sesama. Bimbingan islami yang harus diberikan sesuai dengan anjuran surah Al-Hujurat ayat 11-13 dianjurkan untuk tidak saling mencela, mengejek, dan memperolok-olok orang lain karena setiap manusia diciptakan baraneka ragam kekurangan dan kelebihan yang ada padanya.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian maka penulis memberikan saran sebagai berikut :

1. Kepada masyarakat diharapkan bisa memberi perhatian lebih terhadap permasalahan *body shaming*, agar dapat memahami resiko yang ditimbulkan dari perlakuan *body shaming*, sehingga tidak lagi menganggap *body shaming* adalah hal yang remeh dan tidak menjadikan suatu kebiasaan yang mudah dilakukan dalam kehidupan sehari-hari.
2. Kepada lembaga pendidikan semoga penelitian ini, diharapkan dapat memberikan bimbingan Islami terhadap para perilaku *body shaming* khususnya para remaja, agar terbentuk akhlak yang baik, sehingga perilaku *body shaming* dapat berkurang.

3. Kepada peneliti selanjutnya agar bisa melanjutkan penelitian ini secara lebih mendalam dan kembangkan lagi berdasarkan hadis atau ayat-ayat Al-Quran yang berkaitan dengan penelitian ini.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Majid, dkk. *Pendidikan Karakter Perspektif Islam*. Bandung: PT. Rosdakarya, 2012.
- Adz-Dzaki, M Hamdan Bakran. *Psikoterapi dan Konseling Islam Penerapan Metode Sufistik*. Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002.
- Ahmad, Abdurrahman Nuryaman. *Mukhtasar Jami'ul Uhum Wal Hikam Intisari Penjelasan Hadis-Hadis Paling Pokok dalam Ilmu dan Hikmah*. Jakarta: Darul Haq, 2015.
- Akbar, Nadzmi. *Bimbingan & Konseling Islami dan Problem Masyarakat Al-Hiwar: Jurnal Ilmu dan Teknik Dakwah*. 2017. Vol 3.5. hal.48-53.
- Amrullah, Abdulmalik Abdulkarim. *Tafsir Al-Azhar Juz XXVI*. Jakarta: PT. Pustaka Panjimas, 1982.
- Ash-Shiddieqy, Teuku Muhammad Hasbi. *Tafsir Al-Quran Masjid An-Nur*. Semarang: Pustaka Rezki Putra, 2000.
- Aswadi. *Perspekyif Bimbingan dan Konseling Islam*. Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009.
- Bugin, Burhan, *Metodologi Penelitian Kualitatif : Aktualisasi Metodologi Kearah Ragam Varian Kontemporer*. Jakarta: PT raja Gravindo Persada, 2006.
- Departmen Agama RI. *Al-Quran dan Terjemahannya*. Bandung: CV Penerbit J-Art, 2005.
- Departmen Pendidikan Nasional. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi 3*. Jakarta: Balai Pustaka, 2005.
- Dewi Kurnia Sari, Retno. *Fenomena Body Shaming di Masyarakat*. Vol.7.4. 2019. hal. 37-49.
- Duarte. *The Effect of Body Shame and Self Criticism on Wellbeing : Prospective Associations in A Sample of Participants of A Community Based Weight Management Programme*. *Body Image*. Vol.1.2, 2018.

- F Suciana, E Rusminingsih,. And N Wahyuningsih. *Hubungan Body Shaming dengan Interaksi Sosial Pada Remaja Perempuan di SMK Muhammadiyah 2 Klaten Utara. Motorik Jurnal Ilmu Kesehatan. Vol.15.2. 2020. : 47-51*
- Fahrudin, Imam. *Pengetahuan Agama Islam*. Jakarta: Media Grafika, 2010.
- Febrianti, Yesi. *Pemaknaan dan Sikap Perilaku Body Shaming di Media Sosial. Jurnal Media dan Komunikasi. Vol.3.1, 2020.*
- Febrianti, Yesi., dan Fitria, Kusnul. *Pemaknaan dan Sikap Perilaku Body Shaming di Media Sosial. Jurnal Media dan Komunikasi. Vol.3.1. 2020*
- Fredricson. *A Mediatonal Model Linking Self Objectification, Body Shame and Disorder Eating* ,Psychology of Women Quarterly. Vol.22.
- Ibrahim, M Al-Jamal. *Penyakit-Penyakit Hati*. Bandung: Pustaka Hidayah, 1995.
- Imadudin Bin Umar, Abdul Fida'. *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 9*. Surakarta: Insan Kamil, 2005.
- J.P. Chaplin. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Prasada, 2004.
- Jalaluddin As-Suyuti, Abdul Hayyie. Terjemahan *Asbabun Nuzul*. (Terjemahan M. Abdul Mujieb). Jakarta: Gema Insani, 2008.
- Jalaluddin, Rahmad. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007.
- John M. Echols. *Kamus Inggris Indonesia*. Jakarta: PT. Gramedia, 2014.
- JPNN. *Sepanjang 2019, 153 Anak Jadi Korban Fisik Dan Bullying*. JPNN.COM, 2019. <https://www.jpnn.com/news/sepanjang-2019-153-anak-jadi-korban-fisik-dan-bullying>. ( Diakses 2 Mei 2021)
- Kasiram, Moh *Metodologi Penelitian (Refleksi Pengembangan Pemahaman dan Penguasaan Metodologi Penelitian)*. Malang: UIN-Malang Press, 2008.
- Lestari, Sumi. *Psikoedukasi Dampak Body Shaming Pada Remaja. Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat. Vol.5.2. 2020.*
- Lintang Ratri Rahmaiji, Tri Fajariani Fauzia. *Memahami Pengalaman Body Shaming Pada Remaja Putri. Journal Undip.2019.4-5.*
- Lisyana, Chairani. *Body Shame dan Gangguan Makan Kajian Meta Analisis. Jurnal*



*Ilmiah Buletinpsikologi*. Vol.26.1. Yogyakarta 2017.

Lubis, Saiful Akhyar. *Konseling Islami*. Yogyakarta: Elsaq Press, 2007.

Majid, Abdul. *Pendidikan Agama Islam Berbasis Kompetensi*. Bandung: PT. Remaja Rosadakarya, 2004.

Makmun Rasyid, Muhammad. *Islam Rahmatan Lil Alamin Perspektif Kh. Hasyim Muzadi, Epistemé: Jurnal Pengembangan Ilmu Keislaman*. Vol.11.1.2016: 93–116 .

Marannu, Baso. *1010 Cara Menghentikan Perundungan di Sekolah Berbasis Pendidikan Agama*. Makassar : Balai Penelitian dan Pengembangan Agama, 2018.

Mubarok, Achmad. *Al-rsyad An-Nafsy Konseling Agama Teori dan Kasus*. Jakarta: Bina Rena Pariwisata, 2000.

Musnawar, Thohari. *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan & Konseling Islami*. Yogyakarta: UII Press, 2012.

Nafsul Mutmainnah, Ayuhan. *Analisis Yuridis Terhadap Perilaku Penghinaan Citra Tubuh dalam Hukum Pidana di Indonesia*. *Jurnal Ilmiah Ilmu Hukum*. Vol.26.8, 2020 : 975-87.

Prayitno, Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan & Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 2013.

Rahim Faqih, Aunur. *Bimbingan & Konseling dalam Islam*. Yogyakarta: UII Press, 2001.

Ruslan, Rosadi. *Metode Penelitian PR dan Komunikasi*. Jakarta: Rajawali Pers, 2003.

Sari, Tri Indah. and Rezkiah Rosyidah. *Pengaruh Body Saming Terhadap Kecenderungan Anorexia Nervosa Pada Remaja Perempuan di Surabaya*. Personifikasi. 2020 Vol.11.2. hal.48-53.

Sayyid Qutb. *Tafsir Fi Zhilalil Quran Juz XXVI*. (Terjemahan As'ad Yasin dan Abdul Aziz Salim Bsyarahil). Depok: Gema Insani Press, 2000.

Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan keserasian Al-Quran Volume 13*. Jakarta: Lentera Hati 2002

- Subhi Ash-Shalih. *Mabahits Fi Ulumm Al-Quran*. Jakarta: Pustaka Firdaus, 1991.
- Sugiono. *Motode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta, 2011.
- Surya Wijaya, AA Gede., Kebayantini, Ni Luh Nyoman., and aditya, I Gusti Ngurah Krisna. *Body Shaming dan Perubahan Perilaku Sosial Korban*. Jurnal Ilmiah Sosiologi. Vol.1.2, 2021.
- Sutoyo, Anwar. *Bimbingan dan Konseling Islami*. Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2013.
- Tarmizi. *Bimbingan Konseling Islami*. Medan: Pedana Mulya Sarana, 2018.
- Trisanti, Sendri,dkk. *Upaya Peningkatan Body Acceptance Baseline Melalui Gerakan Say No To Body Shaming di Kalangan Pelajar Kota Mojekoerto*. Jurnal Plakat Vol.1.2. 2019.
- Umaroh, Dewi. *Body shaming dalam Perspektif Hadist*. Jurnal Studi Al-Quran dan Hadis. 2021.Vol.3.1. hal. 134-135.
- Wahyuni, Andika. *Persepsi Remaja Tentang Body Shaming*. Jurnal IKRA-ITH Humaniora, Vol.5.2, 2021.
- Walgino, Bim. *Bimbingan & Penyuluhan di Sekolah*. Yogyakarta: Andi Offer, 2005.
- Wijaya, Juhana. *Psikologi Bimbingan*. Bandung: Enerco, 2009.
- Yusuf, M. Jamil. *Model Konseling Islami*. Banda Aceh: Arraniry Press, 2012.
- Zed, Mestika. *Metodologi Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2008.

**SURAT KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI UIN AR-RANIRY**  
Nomor : B-2521/Un.08/FDK/KP.00.4/07/2021

**TENTANG**  
**PEMBIMBING SKRIPSI MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**  
**SEMESTER GENAP TAHUN AKADEMIK 2020/2021**

**DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

- Menimbang : a. Bahwa untuk menjaga kelancaran Bimbingan Skripsi Mahasiswa pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry, maka perlu menunjuk Pembimbing Skripsi;  
b. Bahwa yang namanya tercantum dalam Surat Keputusan ini dipandang mampu dan cakap serta memenuhi syarat untuk diangkat dalam jabatan sebagai Pembimbing Skripsi;
- Mengingat : 1. Undang-Undang No.20 tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional;  
2. Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005, tentang Guru dan Dosen;  
3. Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012, tentang Pendidikan Tinggi;  
4. Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005, tentang Standar Pendidikan Nasional;  
5. Peraturan Pemerintah Nomor 37 Tahun 2009, tentang Dosen;  
6. Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2014, tentang Penyelenggara Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi;  
7. Peraturan Pemerintah Nomor 53 Tahun 2010, tentang Disiplin Pegawai Negeri Sipil;  
8. Peraturan Presiden RI Nomor 64 Tahun 2013, tentang Perubahan IAIN Ar-Raniry Banda Aceh menjadi UIN Ar-Raniry Banda Aceh;  
9. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 12 Tahun 2014, tentang organisasi dan tata kerja UIN Ar-Raniry;  
10. Keputusan Menteri Agama No.89 Tahun 1963, tentang Penetapan Pendirian IAIN Ar-Raniry;  
11. Keputusan Menteri Agama No. 153 Tahun 1968, tentang Penetapan Pendirian Fakultas Dakwah IAIN Ar-Raniry;  
12. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 21 tahun 2015 tentang Status Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh;  
13. Surat Keputusan Rektor UIN Ar-Raniry No.01 tahun 2015, tentang Pendelegasian Wewenang Kepada Dekan dan Direktur PPs di lingkungan UIN Ar-Raniry Banda Aceh;  
14. DIPA UIN Ar-Raniry Nomor: SP DIPA.025.04.2.423925/2021, Tanggal 23 November 2020

**MEMUTUSKAN**

- Menetapkan : Surat Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi tentang Pembimbing Skripsi Mahasiswa Semester Genap Tahun Akademik 2020/2021
- Pertama : Menunjuk/Mengangkat Sdr :

- 1) **Jamawi, M. Pd**  
2) **Dr. Abizal Muhammad Yati, Lc, MA**

Sebagai *Pembimbing Utama*  
Sebagai *Pembimbing Kedua*

Untuk Membimbing Skripsi Mahasiswa:

Nama : Sri Revi Windayani

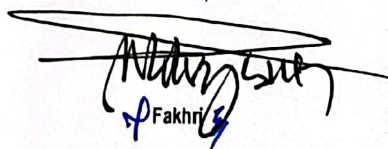
Nim/Jurusan : 170402076 / Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)

Judul : Bimbingan Islami Terhadap Perilaku *Body Shaming* Berdasarkan Al-Qur'an Surat Al-Hujurat ayat 11-13

- Kedua : Kepada Pembimbing yang tercantum namanya di atas diberikan honorarium sesuai dengan peraturan yang berlaku;
- Ketiga : Pembiayaan akibat keputusan ini dibebankan pada dana DIPA UIN Ar-Raniry Tahun 2021;
- Keempat : Surat Keputusan ini berlaku selama satu tahun terhitung sejak tanggal ditetapkan;
- Kelima : Segala sesuatu akan diubah dan ditetapkan kembali apabila di kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan dalam Surat Keputusan ini;
- Kutipan : Surat Keputusan ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Banda Aceh  
Pada Tanggal : 15 Juli 2021 M  
05 Zulhijjah 1442 H

An. Rektor UIN Ar-Raniry Banda Aceh  
Dekan,



Fakhri

Tembusan:

1. Rektor UIN Ar-Raniry
2. Ka. Bag. Keuangan UIN Ar-Raniry
3. Mahasiswa yang bersangkutan

**Keterangan: SK berlaku sampai dengan tanggal 15 Juli 2022**