

PERILAKU BODY SHAMING DALAM TINJAUAN HADIS NABI: Upaya Spritual Sebagai Langkah Preventif Atas Tindakan *Body Shaming*



M. Fahmi Azhar

UIN Sunan Ampel Surabaya

Email: Fahmiazharr@gmail.com

Abstract

This article examines one of the social problems in society which is currently a global issue, namely body shaming behavior. Body shaming behavior is an act of commenting, criticizing or bullying someone's physical (body condition) with the aim of humiliating, because the physical condition of the individual is considered not in accordance with the applicable body image standards and deserves to be commented on. This study examines the behavior of body shaming from the perspective of the hadith. This study seeks to find a correlation between body shaming behavior and hadith, and explores the preventive actions offered by the Rasulullah. The method used is qualitative-descriptive through library research. The results of this study, 1). Hadith narrated by Tirmīdhī : 2502 in general explains how the prophet's view of body shaming behavior is. 2). The meaning of the hadith content in it is an invitation to stay away from body shaming behavior. 3). Impact on victims of body shaming behavior in a psychological perspective. 4). Preventive actions offered by the Rasulullah to prevent body shaming behavior.

Keywords: *Body shaming, Thematic Hadith, Psychological Hadith.*

Abstrak

Artikel ini mengkaji salah satu permasalahan sosial di tengah masyarakat yang saat ini menjadi isu global, yaitu perilaku *body shaming*. Perilaku *body shaming* merupakan tindakan mengomentari, mencela, mengkritik atau merundung fisik (kondisi tubuh) seseorang dengan tujuan untuk mempermalukan, hal ini disebabkan kondisi fisik yang dimiliki individu tersebut dinilai tidak sesuai dengan standar citra tubuh yang berlaku dan layak untuk dipermalukan. Penelitian ini mengkaji perilaku *body*

shaming perspektif hadis Nabi. Tulisan ini bertujuan untuk menemukan korelasi antara perilaku *body shaming* dan hadis, serta mengeksplorasi tindakan preventif yang ditawarkan oleh Rasulullah. Metode yang digunakan adalah kualitatif-deskriptif melalui studi kepustakaan (*library research*). Hasil atas kajian ini, 1). Hadis riwayat Tirmīdhī: 2502 secara umum menjelaskan bagaimana pandangan nabi terhadap perilaku *body shaming*. 2). Pemaknaan kandungan hadis di dalamnya ajakan untuk menjauhi perilaku *body shaming*. 3). Dampak bagi korban perilaku *body shaming* dalam sudut pandang psikologi. 4. Tindakan preventif yang ditawarkan untuk mencegah perilaku *body shaming*.

Kata Kunci: *Body shaming, Hadis Tematik, Hadis Psikologi.*

PENDAHULUAN

Nabi Muhammad merupakan sosok yang tindak tanduknya selalu menjadi teladan bagi kita semua, tidak hanya bagi orang-orang Islam melainkan seluruh umat manusia yang sedemikian menarik untuk menjadi perhatian dari generasi ke generasi. Al-Qur'an menegaskan bahwa Rasulullah adalah *uswah* (teladan) bagi orang-orang beriman¹ dan berakhlak mulia.²

Segala perilaku, perbuatan, perkataan, ketetapan dan sifat-sifat nabi dinamakan sebagai hadis-hadis Rasulullah.³ Penegasan untuk Umat Islam supaya mengikuti hadis Nabi dijelaskan dalam Aa-Qur'an surat al-Hashr ayat 7:

مَا أَفَاءَ اللَّهُ عَلَىٰ رَسُولِهِ مِنْ أَهْلِ الْقُرَىٰ فَلِلَّهِ وَلِلرَّسُولِ وَلِذِي الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسْكِينِ
وَابْنِ السَّبِيلِ كَيْ لَا يَكُونَ دُولَةً بَيْنَ الْأَغْنِيَاءِ مِنْكُمْ ۚ وَمَا آتَاكُمُ الرَّسُولُ فَخُذُوهُ وَمَا
نَهَاكُمْ عَنْهُ فَأَتَيْتُوهَا ۚ وَأَتَّفِقُوا لِلَّهِ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ⁴

*Apa saja harta rampasan (fai-i) yang diberikan Allah kepada Rasul-Nya (dari harta benda) yang berasal dari penduduk kota-kota maka adalah untuk Allah, untuk Rasul, kaum kerabat, anak-anak yatim, orang-orang miskin dan orang-orang yang dalam perjalanan, supaya harta itu jangan beredar di antara orang-orang kaya saja di antara kamu. Apa yang diberikan Rasul kepadamu, maka terimalah. Dan apa yang dilarangnya bagimu, maka tinggalkanlah. Dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah amat keras hukumannya.*⁵

¹ Q.S Al-Ahzāb/33: 21

² Q.S Al-Qalam/68: 04

³ Idri, *Hadis dan Orientalis* (Depok: Kencana 2017), 89.

⁴ Q.S. Al-A'rāf/7: 59.

⁵ Departeman Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahan* (Bandung: CV Diponegoro, 2010), 545.

Anjuran untuk mengikuti apa yang diperintahkan Rasulullah dan menjauhi larangannya menjadikan Hadis memiliki peran yang sangat penting dalam agama Islam setelah al-Qur'an. Oleh karena seluruh umat Islam sepakat bahwa hadis Rasulullah merupakan sumber dan dasar hukum Islam setelah al-Qur'an, dan umat Islam diwajibkan mengikuti Hadis sebagaimana diwajibkan mengikuti Al-Qur'an. Karena antara keduanya tidak terdapat perbedaan dalam garis besarnya.⁶

Rasulullah diutus oleh Allah Swt tidak lain untuk memperbaiki akhlak manusia (*makārim al-akhlāq*), hal ini menunjukkan memperbaiki akhlak atau moralitas merupakan pondasi atau modal utama untuk menggapai tujuan hidup bahagia di dunia dan di akhirat. Kembali ke belakang pada zaman Rasulullah, meskipun zaman itu dikenal sebagai zaman *jāhiliyyah* bukan berarti masyarakat kala itu tidak berilmu atau bodoh. Masyarakat Makkah merupakan orang yang cerdas-cerdas, hanya saja moralitas mereka jauh dari tindakan kemanusiaan, seperti kebiasaan mereka mengubur anak perempuan hidup-hidup, mengundi nasib, perjudian dan budaya mengolok-olok antar tiap individu atau golongan. Hal ini mengindikasikan kecerdasan intelektual tidak bisa menjadi pengejawantahan dari baiknya moralitas seseorang, makanya seringkali kita jumpai adagium-adagium yang ada di pesantren dan dihafalkan oleh para santri yaitu “ *al-‘adabu fawqa al-‘ilm* (etika berada di atas ilmu)”.

Dalam beberapa tahun ini *booming* ditengah masyarakat kita suatu istilah yang disebut dengan *body shaming*. Istilah ini semakin menyebar luas beriringan dengan perkembangan teknologi yang semakin pesat. Informasi-informasi yang menjadi *tranding* semakin mudah diserap oleh berbagai lapisan masyarakat. Meskipun akses informasi bisa mudah didapatkan dengan teknologi, akan tetapi masih banyak juga masyarakat kita yang masih abai dan lalai terhadap dampak negatif bagi korban perilaku *body shaming* padahal kampanye penolakannya masih dilakukan untuk mencegah perilaku tersebut. Alih-alih sadar, sebagian masyarakat malah menyalahgunakan *platform-plaform* sosial media mereka untuk mengomentari, merundung atau mempermalukan fisik seseorang

Perilaku *body shaming* menjadi problem universal di tengah masyarakat saat ini. Istilah *body shaming* merupakan tindakan yang ditujukan untuk mengejek mereka yang dinilai memiliki penampilan fisik cukup berbeda dengan masyarakat pada umumnya baik itu dengan sengaja maupun tidak sengaja.⁷ Perilaku *body shaming* tidak hanya terjadi dalam dunia nyata, akan tetapi juga terjadi dalam dunia maya ditambah lagi sekarang ini

⁶ Agus Solahudin, *Ulumul Hadis* (Bandung: Pustaka Setia, 2009), 149.

⁷ Tri Fajariani Fauzia, “Memahami Pengalaman *Body shaming* Pada Remaja Perempuan,” *Interaksi Online* Vol 7, No. 3 (2019): 2.

perkembangan teknologi internet berkembang sangat pesat.⁸ Masyarakat Indonesia masih banyak yang menganggap perilaku *body shaming* merupakan hal yang biasa dan tabu. Padahal perilaku *body shaming* menimbulkan bekas luka bagi korban tindakan tersebut, seperti *insecure* (tidak percaya diri), *anxiety* (cemas), depres.

Perilaku *body shaming* sama kejamnya dengan *bullying*, mengomentari dan mengejek fisik orang lain dapat dikategorikan sebagai tindakan *bullying*.⁹ Meskipun *body shaming* tidak melakukan kontak fisik yang merugikan, akan tetapi perilaku ini sudah termasuk penganiayaan (*bullying*) secara verbal. *Body shaming* bisa terjadi pada semua orang tanpa mengenal batas usia, baik itu anak-anak, remaja bahkan sampai orang tua.

Berbagai solusi untuk menangani *body shaming* telah banyak dilakukan, baik itu dari sudut pandang psikologi, hukum, sosiologi, maupun kesehatan. Oleh sebab itu, kajian untuk mencegah fenomena perilaku *body shaming* ini perlu diperkaya lagi dari berbagai sudut pandang, salah satunya dari sudut pandang hadis. Hadis bukan saja pedoman syariat bagi umat Islam, melainkan juga sebagai pedoman ber-*mu'amalah* hubungan sosial antar manusia (*ḥabl min al-nās*). Hal ini menjadikan sangat penting untuk diteliti, bagaimana hadis Nabi memandang perilaku *body shaming*.

Dalam kajian ini tidak hanya melihat fenomena *body shaming* dalam hadis Nabi, melainkan juga eksplorasi dan langkah preventif untuk mencegah perilaku *body shaming*. Tujuan kajian ini untuk melihat bagaimana pandangan Rasul terhadap perilaku *body shaming* serta mengeksplorasi kandungan hadis di dalamnya dan juga langkah preventif (*problem solving*) yang ditawarkan atas fenomena perilaku *body shaming*.

Metodologi penelitian yang digunakan dalam penelitian ini bersifat kualitatif yakni pengumpulan data pada suatu latar yang alamiah yang bertujuan untuk menggambarkan dan menjelaskan suatu permasalahan.¹⁰ Dalam hal ini akan diungkapkan serta dijelaskan makna hadis tentang perilaku *body shaming* dalam kitab Sunan Tirmīdhī hadis nomor indeks 2502. Sedangkan jenis penelitian yang dipakai ialah penelitian kepustakaan (*Library Research*), yaitu proses yang objek utamanya menggunakan buku, skripsi, jurnal dan *literature* lain yang masih berhubungan dan relevan terhadap pokok pembahasan pada penelitian.

Adapun metode penelitian ini menggunakan metode penelitian dekskriptif yakni dengan menghimpun data yang berupa kata-kata, kalimat

⁸ Ayuhan Nafsul Mutmainah, "Analisis Yuridis Terhadap Pelaku Penghinaan Citra Tubuh (*body shaming*) Dalam Hukum Pidana di Indonesia," *Dinamika Jurnal Ilmiah Ilmu Hukum* Vol. 26, no. 8 (Februari 2020): 976.

⁹ Sumi Lestari, "Bullying or *Body shaming*? Young Women in Patient Body" *Philanthropy Journal of Psychology* Vol. 3, no. 1 (2019): 3.

¹⁰ Albi Anggito, Johan setiawan, *Metodologi penelitian kualitatif* (Sukabumi: CV jejak, 2018), 7.

yang memiliki makna relevan dengan menekankan catatan deskripsi kalimat yang rinci, lengkap, mendalam dan menggambarkan situasi yang sebenarnya guna mendukung penyajian data. Kemudian teknik yang digunakan dalam mengumpulkan data menggunakan teknik dokumentasi. Teknik dokumentasi yaitu menghimpun data yang memiliki kesamaan pembahasan terhadap objek penelitian dan teori yang digunakan dalam merumuskan data dengan cara melihat dan menganalisis dokumen yang ditulis orang lain.¹¹ Penulisan hadis utama merujuk pada kitab induk sunan Tirmīdhī sebagai sumber asli yang di dalamnya terdapat sanad dan matan secara lengkap.

PEMBAHASAN

Definisi Perilaku *Body Shaming*

Dalam kamus *Oxford Dictionary*, *body shaming* merupakan sebuah tindakan mengkritik tentang bentuk atau ukuran tubuh seseorang yang ditujukan kepada perorangan maupun kelompok dan dilakukan secara sengaja dalam bentuk verbal maupun fisik. *Body shaming* merupakan istilah yang digunakan untuk merujuk kepada perilaku mengkritik dan mengomentari secara negatif bentuk fisik tubuh sendiri maupun orang lain atau tindakan menghina, mengejek atau merundung terhadap fisik (bentuk tubuh maupun ukuran tubuh) dan penampilan seseorang.¹²

Menurut Honigam dan Castle, *body shaming* merupakan gambaran mental individu terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, serta bagaimana seseorang menggambarkan dan memberikan penilaian atas yang dipikirkan dari penilaian orang lain terhadap dirinya.¹³

Menurut Fredricson dan Robbert, *body shaming* merupakan bentuk mengevaluasi terhadap penampilan diri maupun orang lain terhadap standar kecantikan ideal yang berlaku.¹⁴

Jadi dari pengertian di atas dapat disimpulkan, *body shaming* merupakan tindakan mengomentari, mengkritik, mencela, atau merundung fisik (kondisi tubuh) diri sendiri maupun orang lain di mana kondisi fisik tersebut dinilai tidak ideal sesuai dengan kriteria yang berlaku dan berpotensi menimbulkan rasa malu dan merasa tidak percaya diri.

¹¹ Molocong, *Metode Penelitian*, 113-114.

¹² Ayuhan Nafsul, "Analisis Yuridis...", 976.

¹³ Syarifah Amalia, "*Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Korban Body shaming*" (Skripsi: UIN Sunan Ampel, 2020) 36.

¹⁴ Sumi Lestari, "*Bullying or Body shaming? Young Women in Patient Body Dysmorphic Disorder*" *Philanthropy Journal of Psychology* vol. 3, no.1 (2019): 60.

Jenis *Body Shaming*

Menurut Luna Delozal dalam bukunya “*The Body and Shame: phenomology, feminism and the socially, shaped body*”, Ia membagi *body shaming* kedalam dua jenis yaitu *acute body shame* dan *chronic body shame*.¹⁵

Pertama, acute body shame merupakan jenis *body shaming* yang berhubungan dengan aspek yang ditimbulkan oleh perilaku tubuh seperti pergerakan ataupun tingkah laku.¹⁶ Jenis *body shaming* ini biasanya terjadi dalam interaksi sosial dengan orang lain seperti: presentasi seseorang yang mengalami kegagalan, cara bicara yang cepat, pendengaran yang kurang tajam, suara *bindeng* (suara menjadi sengau-sengau), tingkah laku yang tidak sesuai dengan yang diharapkan.

Kedua, chronic body shame merupakan jenis *body shaming* yang muncul disebabkan oleh bentuk permanen dari penampilan atau bentuk tubuh, seperti berat badan, tinggi badan, warna kulit, jerawat, penuaan diri dan lain sebagainya.¹⁷ Jenis *body shaming* kedua ini yang sering kita jumpai di tengah-tengah masyarakat, adapun bentuk-bentuk perilaku *body shaming* seperti: *Skin shaming* (mempermalukan warna kulit), *Fat shaming* (mempermalukan bentuk tubuh yang gemuk), *Skinny shaming* (mempermalukan bentuk tubuh yang kurus), mempermalukan rambut dan bentuk tubuh lainnya.¹⁸

Adapun dampak yang ditimbulkan bagi korban perilaku *body shaming* dalam perspektif psikologi sebagai berikut:

Dampak Perilaku *Body Shaming*

Perilaku *body shaming* memiliki dampak yang merugikan bagi korban perilaku *body shaming*, berikut ini merupakan dampak yang merugikan dari perilaku *body shaming* dalam perspektif psikologi sebagai berikut:

Pertama, gangguan makan merupakan gangguan kondisi psikiatrik dengan akibat psikologis dan medis yang serius. Gangguan makan yang berkepanjangan dapat memicu hipertensi kronis, bradikardia, hipotermia, pembengkakan kelenjar liur, anemia, dehidrasi, alkalosis dan hipokloremia dapat terlihat.¹⁹ Adapun gangguan makan yang disebabkan dari ketakutan berlebih terhadap citra tubuh sebagai berikut:

- a) *Anorexia Nervosa* (AN)

¹⁵ Luna Delozal, *The Body and Shame: phenomology, feminism and the socially, shaped body* (New York: Lexinton Book, 2015) 7.

¹⁶ Luna Delozal, *The Body and Shame: phenomology, feminism and the socially, shaped body*, 8.

¹⁷ Luna Delozal, *The Body and*, 10.

¹⁸ Tri Fajariana, “Memahami Pengalaman *Body shaming* Pada Remaja Perempuan,” *Interaksi Online* Vol. 7, no. 3 (2019): 5.

¹⁹ Hetty Krisnani, dkk, “Gangguan Makan *Anorexia Nervosa* dan *Bulimia Nervosa* Pada Remaja”, *Prosiding Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol. 4, No. 3 (Desember 2017): 399.

Merupakan gangguan pola makan dengan cara membiarkan dirinya agar tetap dalam keadaan lapar (*self-starvation*). Tujuan dari mereka membuat dirinya tetap dalam keadaan lapar adalah agar mereka tetap menjaga berat badanya dan selalu terlihat ramping (kurus) di hadapan orang-orang. Kondisi seperti ini diakibatkan karena rasa takut yang berlebihan akan peningkatan berat badan yang dianggapnya sebagai individu yang tidak memiliki citra tubuh ideal seperti pada umumnya.²⁰

b) *Bulimia Nervosa* (BN)

Merupakan gangguan makan yang ditandai dengan usaha memuntahkan kembali apa yang telah dimakan sebelumnya. Gangguan makan ini merupakan sebuah kelainan yang masuk dalam kategori gangguan mental, biasanya mereka akan melahap makanan dalam jumlah yang banyak kemudian mengeluarkannya dari tubuh secara paksa dengan muntah, penggunaan laksatif atau dengan obat pencahar. Tujuan mereka memuntahkannya kembali yaitu untuk menghilangkan kalori berlebih yang telah dikonsumsi supaya berat badanya tetap terjaga. Pengidap gangguan ini akan mengalami efek fisiologis yang serius seperti kerongkongan terluka, kelenjar ludah membengkak, kekurangan gizi dan kerusakan pada lapisan enamel gigi disebabkan karena asam berlebih pada muntahan makanan. Fatalnya lagi dapat menyebabkan kematian mendadak (*heart failure*).²¹

c) *Binge Eating Disorder*

Merupakan gangguan perilaku makan yang ditandai dengan mengonsumsi makanan dalam jumlah banyak dalam waktu yang singkat dan diikuti dengan perasaan bersalah dan malu.²² Biasanya seseorang yang mengalami gangguan ini disebabkan akibat evaluasi negatif terhadap ukuran tubuh, bentuk tubuh dan berat badan yang dimilikinya, sehingga ketika ada evaluasi negative terhadap dirinya yang kurus maka orang tersebut akan berusaha makan sebanyak-banyaknya supaya memiliki tubuh yang ideal meskipun dalam kondisi tidak lapar.

²⁰ Hetty Krisnani, dkk, "Gangguan Makan Anorexia Nervosa dan Bulimia Nervosa Pada Remaja", 400.

²¹ Huda Maria, dkk. "Hubungan Antara Ketidakpuasan Terhadap Sosok Tubuh (*Body Dissatisfaction*) dan Kepribadaian Nasistik Dengan Gangguan Makan (Kecenderungan *Anorexia Nervosa* dan *Bulimia Nervosa*)" *Anima Indonesian Psychological Journal*, Vol. 16, no. 3 (2001): 275.

²² Nadia Audah, "Uji Validitas Konstruk Pada Instrumen The Binge Eating Scale Dengan Metode Confirmatory Factor Analysis (CFA)" *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia*, Vol. 7, No. 2 (2018): 73.

Kedua, Body Dysmorphic Disorder (BDD), yaitu merupakan gangguan preokupasi atau kondisi di mana pikiran seseorang dalam jangka panjang terfokus atau terpusat pada satu titik mengenai kekurangan atau kecacatan dalam penampilan fisik yang menyebabkan distress dan penurunan fungsi sosial.²³ Pada kondisi ini, pengidap merasa selalu tidak puas dengan citra tubuh yang dimilikinya dan merasa cemas dan tertekan sepanjang hari akan kekurangan fisik yang dimilikinya. Orang yang mengalami BDD tidak hanya merasa cemas dan tertekan tetapi bahkan bisa gagal dalam menjalankan aktifitas sehari-hari seperti dalam bekerja, belajar maupun aktifitas lainnya.²⁴ Orang yang mengalami gangguan BDD cenderung menemukan situasi sosial yang sulit karena mereka takut bahwa orang lain akan menemukan atau menyadari kekurangan atau kecacatan yang dimilikinya sehingga lebih memilih untuk menutup diri.

Ketiga, insecure, yaitu gangguan perasaan tidak aman di mana seorang individu merasa tidak percaya diri, cemas, gelisah, malu, hingga tidak percaya diri akan suatu hal.²⁵ Salah satu faktor yang membuat *insecure* adalah *body shaming*, hal ini disebabkan individu dirasa tidak memenuhi standar ideal citra tubuh sehingga orang lain berhak menjadikannya sebagai objek candaan, hinaan atau *bully-an*, kemudian korban *body shaming* ini merasa tidak aman dan menyalahkan bentuk tubuh yang dimilikinya. *Insecure* yang dibiarkan terus-menerus akan berdampak buruk bagi psikis dan kemudian melahirkan depresi hingga stres.

Keempat, depresi, yaitu gangguan kondisi emosional yang biasanya ditandai dengan kesedihan yang berkepanjangan, suasana hati yang buruk, perasaan bersalah dan tidak berarti. Sehingga gangguan emosional (berpikir, berperasaan dan berperilaku) tersebut dapat mempengaruhi motivasi untuk beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari.²⁶ Depresi yang dibiarkan berlarut-larut membebani pikiran yang dapat mengganggu sistem kekebalan tubuh. Gejala yang ditimbulkan dari depresi banyak ragamnya seperti: gangguan pola tidur dan makan, menurunnya tingkat aktivitas, rasa sedih, cemas dan parahnya lagi berpikir ingin mati atau bunuh diri.

²³ Sumi Lestari, "Bullying or fat shaming? The risk factors of Body Dysmorphic Disorder (BDD) in teenage girls," *Journal of Advanced Research in Social Sciences and Humanities* Vol. 4, No. 1 (2019): 18.

²⁴ Dessy Nurlita dan Rika Lisiwanti, "Body Dysmorphic Disorder," *Majority* Vol. 5, No. 5 (Desember 2016): 81.

²⁵ Uyyu Mu'awwanah, "Perilaku Insecure Pada Anak Usia Dini," *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* Vol. 2, No. 1 (2017): 48.

²⁶ Aries Dirgayunita, "Depresi: Ciri, Penyebab dan Penanganya," *Journal An-Nafs: Kajian dan Penelitian Psikologi* Vol. 1, No. 1 (Juni 2016): 4.

Body Shaming Perspektif Hadis

Perilaku *body shaming* merupakan tindakan mengomentari, mengkritik, mencela, atau merundung fisik (kondisi tubuh) diri sendiri maupun orang lain, dimana kondisi fisik tersebut tidak ideal sesuai dengan kriteria yang berlaku. Perilaku *body shaming* biasanya dialami individu yang dianggap tidak memenuhi standar kecantikan ataupun ketampanan yang berlaku dalam suatu daerah sehingga kritik maupun komentar yang menjatuhkan mengenai bentuk tubuh sering dialami oleh individu tersebut.²⁷ *Body shaming* juga termasuk dalam tindakan *bullying* (penganiayaan), meskipun tidak menggunakan penganiayaan fisik akan tetapi *body shaming* termasuk dalam penganiayaan secara verbal yang merugikan psikis seseorang.

Berbicara mengenai perilaku *body shaming* yang saat ini marak terjadi, ternyata Rasulullah telah menyinggungnya sejak berabad-abad yang lalu. Perilaku *body shaming* yang saat digaungkan dan ramainya kampanye penolakannya, nyatanya sejak dulu pun telah ada hanya saja tidak menggunakan istilah *body shaming* melainkan lebih merujuk pada esensi dari perilakunya yaitu mengomentari bentuk fisik seseorang. Berbagai macam kajian tentang perilaku *body shaming* telah banyak dilakukan baik itu dari perspektif psikologi, kesehatan maupun sosiologi dan masih terus menurus dikaji dari berbagai perspektif.

Dari berbagai pendekatan-pendekatan yang telah digunakan dalam membahas *body shaming* masih sangat sedikit yang mengkorelasikan dengan *naṣ-naṣ* agama yang bersifat holistik. Padahal perilaku *body shaming* erat hubungannya dengan akhlak seseorang yang mana sangat erat hubungannya dengan norma-norma agama. Islam sebagai agama *rahmatan li al-‘ālamīn* dituntut untuk mampu menjawab persoalan-persoalan umatnya dalam menghadapi tantangan perkembangan zaman agar agama Islam *sāliḥ li kulli zamān wa makān*.

Dengan adanya modernisasi dan tantangan zaman yang berubah-ubah berbagai persoalan dan masalah muncul untuk dicarikan solusinya begitupun perilaku *body shaming*, baik itu dari al-Qur’an maupun Hadis. Perilaku *body shaming* dan kampanye penolakannya yang marak terjadi saat ini, ternyata Rasulullah Saw. juga telah menyinggung dalam hadisnya sebagaimana yang terdapat dalam Sunan Tirmīdhī nomor 2502;

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ بَشَّارٍ حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ سَعِيدٍ وَعَبْدُ الرَّحْمَنِ بْنُ مَهْدِيٍّ قَالَا حَدَّثَنَا سُفْيَانُ
عَنْ عَلِيِّ بْنِ الْأَقْمَرِ عَنْ أَبِي حُدَيْفَةَ وَكَانَ مِنْ أَصْحَابِ ابْنِ مَسْعُودٍ عَنْ عَائِشَةَ قَالَتْ
حَكَيْتُ لِلنَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ رَجُلًا فَقَالَ مَا يَسْرُنِي أَبِي حَكَيْتُ رَجُلًا وَأَنْ لِي كَذَا

²⁷ Micheal Suzzy, “Perlawanan Penyintas *Body shaming* melalui media sosial,” *Koneksi* Vol IV, no. 1 (Maret 2020): 140.

وَكَذَا قَالَتْ فَقُلْتُ يَا رَسُولَ اللَّهِ إِنَّ صَفِيَّةَ امْرَأَةً وَقَالَتْ بِيَدِهَا هَكَذَا كَأَنَّهَا تَعْنِي فَصَبْرَةٌ فَقَالَ لَقَدْ مَزَجْتَ بِكَلِمَةٍ لَوْ مَزَجْتَ بِهَا مَاءَ الْبَحْرِ لَمَزَجَ.²⁸

Dari 'Aishah berkata: Aku menceritakan seorang lelaki kepada Rasulullah, dia bersabda: "Aku tidak suka menceritakan kekurangan seseorang sementara aku sendiri memiliki banyak kekurangan seperti ini dan itu." Berkata 'Aishah: Aku berkata: Wahai Rasulullah, sesungguhnya 'Aisyah, "Aisyah peragakan dengan tangannya-yang ia maksudkan, 'Aisyah orangnya pendek. Dia bersabda: "Kau telah mengeruhkan dengan satu patah kata, yang scandainya satu patah katamu dicampurkan ke laut pasti laut menjadi keruh".

Tahrīj Hadis

Untuk mencari *tahrīj al-hadīth* penulis menggunakan kitab *Al-Mu'jam al-Mufahras li al-Fāz al-Hadīth al-Nabawī* karya A.J Winsink dalam menelusuri hadis sampai pada sumber aslinya. Dengan kata kunci مَزَجَ yang terdapat dalam matan hadis diatas, berikut hasil *tahrīj* yang diperoleh:²⁹

1. سنن الترمذي

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ بَشَّارٍ حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ سَعِيدٍ وَعَبْدُ الرَّحْمَنِ بْنُ مَهْدِيٍّ قَالَا حَدَّثَنَا سُفْيَانُ عَنْ عَلِيِّ بْنِ الْأَقْمَرِ عَنْ أَبِي حُدَيْفَةَ وَكَانَ مِنْ أَصْحَابِ ابْنِ مَسْعُودٍ عَنْ عَائِشَةَ قَالَتْ حَكَيْتُ لِلنَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ رَجُلًا فَقَالَ مَا يَسُرُّنِي أَيُّ حَكَيْتُ رَجُلًا وَأَنَّ لِي كَذَا وَكَذَا قَالَتْ فَقُلْتُ يَا رَسُولَ اللَّهِ إِنَّ صَفِيَّةَ امْرَأَةً وَقَالَتْ بِيَدِهَا هَكَذَا كَأَنَّهَا تَعْنِي فَصَبْرَةٌ فَقَالَ لَقَدْ مَزَجْتَ بِكَلِمَةٍ لَوْ مَزَجْتَ بِهَا مَاءَ الْبَحْرِ لَمَزَجَ.³⁰

Telah menceritakan kepada kami Muḥammad bin Bashār, telah menceritakan kepada kami Yaḥyā bin Sa'īd dan 'Abd al-Raḥmān bin Maḥdiy mereka berdua berkata, telah menceritakan kepada kami Sufyān dari 'Alī bin al-Aqmar dari Abī Hudhayfah yaitu salah satu sahabat Abī Mas'ūd dari 'Aishah berkata: Aku menceritakan seorang lelaki kepada Rasulullah, dia bersabda: "Aku tidak suka menceritakan kekurangan seseorang sementara aku sendiri memiliki banyak kekurangan seperti ini dan itu." Berkata 'Aishah: aku berkata: Wahai Rasulullah, sesungguhnya 'Aishah, "Aishah peragakan dengan tangannya-yang ia maksudkan-, 'Aishah orangnya pendek. Dia bersabda: "Kau telah mengeruhkan dengan satu patah kata, yang scandainya satu patah katamu dicampurkan ke laut pasti laut menjadi keruh".

²⁸Abi 'Isa Muḥammad 'Isa al-Tirmīdhī, *Sunan Tirmīdhī*, jilid IV, *Kitāb Abwāb Šifāt al-Qiyāmah wa al-Raqā'iq wa al-Warā'* (Beirut: Dār al-Ghārib al-Islamiy, 1996) 275.

²⁹A.J Winsink, *al-Mu'jam al-Mufahras li Alfāz al-Hadīth al-Nabawī*, Jilid VI (Leiden: E.J Brill, 1936), 206.

³⁰Muḥammad 'Isa al-Tirmīdhī, *Sunan Tirmīdhī*, 275.

2. سنن أبي داود

حَدَّثَنَا مُسَدَّدٌ، حَدَّثَنَا يَحْيَى، عَنْ سُفْيَانَ، قَالَ: حَدَّثَنِي عَلِيُّ بْنُ الْأَقْمَرِ، عَنْ أَبِي حُدَيْفَةَ، عَنْ عَائِشَةَ، قَالَتْ: قُلْتُ لِلنَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: حَسْبُكَ مِنْ صَفِيَّةَ كَذَا وَكَذَا، قَالَ عَيْرٌ مُسَدَّدٌ: تَعْنِي فَصِيرَةَ، فَقَالَ: «لَقَدْ قُلْتَ كَلِمَةً لَوْ مَزَجَتْ بِمَاءِ الْبَحْرِ لَمَزَجَتْهُ» قَالَتْ: وَحَكَيْتُ لَهُ إِنْسَانًا، فَقَالَ: «مَا أَحَبُّ أَبِي حَكَيْتُ إِنْسَانًا وَأَنَّ لِي كَذَا وَكَذَا»³¹

Telah menceritakan kepada kami Musaddad, telah menceritakan kepada kami Yahyā, dari Sufyān berkata, telah menceritakan kepadaku 'Alī bin al-Aqmar, dari Abū Hudhayfah, dari Ā'ishah berkata, aku berkata kepada Rasulullah, "cukuplah Safiah bagimu seperti ini dan seperti ini- maksudnya pendek." kemudian bersabda: "Sungguh engkau telah mengatakan suatu kalimat, sekiranya itu dicampur dengan air laut maka ia akan dapat menjadikannya berubah tawar." 'Aisyah berkata, "Aku juga pernah mencerikan orang lain kepada dia, tetapi dia balik berkata, "Aku tidak menceritakan perihal orang lain meskipun aku beri begini dan begini."

3. سنن أحمد (٤/٥٧٨٤)

حَدَّثَنَا عَبْدُ الرَّحْمَنِ، قَالَ: سَمِعْتُ سُفْيَانَ، يُحَدِّثُ قَالَ: حَدَّثَنَا عَلِيُّ بْنُ الْأَقْمَرِ، عَنْ أَبِي حُدَيْفَةَ - وَكَانَ مِنْ أَصْحَابِ عَبْدِ اللَّهِ، وَكَانَ طَلْحَةُ يُحَدِّثُ عَنْهُ - عَنْ عَائِشَةَ قَالَتْ: " حَكَيْتُ لِلنَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ رَجُلًا فَقَالَ: " مَا يَسُرُّنِي أَبِي حَكَيْتُ رَجُلًا، وَأَنَّ لِي كَذَا وَكَذَا، قَالَتْ: فَقُلْتُ يَا رَسُولَ اللَّهِ إِنَّ صَفِيَّةَ امْرَأَةٌ - وَقَالَ بِيَدِهِ كَأَنَّهُ يَعْنِي فَصِيرَةَ - فَقَالَ: «لَقَدْ مَزَجَتْ بِكَلِمَةٍ، لَوْ مَزَجَ بِهَا مَاءُ الْبَحْرِ مَزَجَتْ»³².

Telah menceritakan kepada kami 'Abd al-Rahmān berkata, saya telah mendengar dari Sufyān berkata, telah menceritakan kepada kami 'Alī bin al-Aqmar dari Abī Hudhayfah yaitu salah satu sahabat 'Abdillah, Ṭalḥah menceritakan kepadanya dari Aisyah, ia berkata: "Saya telah bercerita kepada Nabi shallallahu'alaihi wa sallam mengenai seorang lelaki." Dia bersabda: "Tidak ada yang membahagiakan aku bila aku menceritakan mengenai seorang lelaki sedangkan aku seperti itu dan seperti itu." Ia berkata; saya berkata; "Wahai Rasulullah! Sesungguhnya Safiyah adalah seorang wanita." Ia meriwayatkan dengan mengisyaratkan tangannya; "Sepertinya pendek." Dia bersabda: "Sungguh engkau telah mencampuri dengan

³¹ Abū Dāwud Sulaymān, *Sunan Abū Dāwud, Kitāb al-Adāb, bāb fil ghībah* (Riyadh: Maktab al-Ma'ārif, 2003), 882.

³² Abu 'Abdullah Aḥmad bin Muḥammad bin Hanbal, *Musnad al-Imām Aḥmad bin Hanbal, kitāb al-Mulḥaq al-Mustadrak min Musnad al-Anṣārī Baqiyyah Khāmisa 'Ashara al-Anṣārī, bāb Musnad al-Ṣadiqah 'Aishah binti al-Ṣadiq* (Beirut: Muassasah Risalah, 2001) 361.

sebuah perkataan, kalau ia dicampurkan dengan air laut, sungguh ia akan bercampur."

Fokus kajian hadis yang digunakan adalah hadis dalam kitab Sunan Tirmīdhī nomor indeks 2502. Dalam kajian keilmuan hadis, sebelum hadis diberikan pemaknaan, tentunya langkah awal yang harus dilakukan yaitu kritik terhadap sanad dan matan hadis. Hal ini guna untuk menentukan kualitas dan ke-*hujjah*-an hadis yang digunakan.

No.	Nama Perawi	Urutan Periwat	Tahun Wafat	<i>Ṭabaqāt</i>	<i>Jarḥ wa Ta'dīl</i>
1	Ā'ishah	Perawi I	58 H	Ṣahabat	Ṣahabat
2	Salāmah bin Ṣuhayb	Perawi II	-	Ṭabi'in	Menurut Ibnu Hajar yaitu orang yang <i>thiqah</i> ³³ dan disebutkan Ibnu Ḥibān dalam kitabnya " <i>al-Thiqāt</i> " ³⁴ .
3	'Afi bin al-Aqmar bin 'Amru bin al-Ḥārith.	Perawi III	-	Ṭabi'in pertengahan	Menurut Ibnu Ma'in, al-'Ijli, Ya'qūb bin Ṣafyān, al-Nasa'i, Ibnu Khirāsh, al-Daraqatniy adalah orang yang <i>thiqah</i> . ³⁵
4	Sufyān bin Sa'id bin Masrūq.	Perawi IV	161 H	Atbā' al-Ṭabi'in	Menurut al-Zuhri <i>thiqah ma'mūn</i> . . Menurut Shu'bah dia adalah <i>amir al-mu'minin fi al-Ḥadīth</i> . ³⁶ Menurut Ibnu Ḥibān dia adalah Ulama yang <i>Huffaz mutqin</i> . ³⁷
5	Yaḥyā bin Sa'id	Perawi V	198 H	Atbā' al-Ṭabi'in golongan kecil	Menurut Aḥmad bin Hanbal memberi <i>athbāt al-nās</i> . Menurut Abu Zur'ah dan Abu Ḥātim <i>thiqah ḥāfiẓ</i> .

³³ Ibnu Hajar al-Athqalani, *Tahdhīb al-Tahdhīb* Jilid II, *kitāb ṭabi' li harfi Sīn, bāb ismuḥu salamah* ((Beirut: Muassasah al-Risalah,1996), 73.

³⁴ Ibnu Ḥibān, *Al-Thiqāt* Jilid IV, *Kitāb Asmāu Ṣahabah, Bāb Sīn* (India: Dairah al-Ma'ārif, 1973) 317.

³⁵ Al-Athqalani, *Tahdhīb al-Tahdhīb*, Jilid III, 144.

³⁶ al-Mizzi, *Tahdhīb al-Kamāl*, 165.

³⁷ Ibnu Ḥibān, *Al-Thiqāt*, Jilid VI, 402.

					Menurut al-Nasai <i>thiqah thābat</i> . ³⁸
6	‘Abdurrahmān bin Mahdi	Perawi VI	198 H	Atbā’ al-Tābi’in golongan kecil	Menurut ‘Afi bin al-Madani <i>a’lām al-nās bi al-hadīth</i> (orang yang paling mengerti hadis). Menurut Abu Ḥātim <i>thiqah imām</i> . Menurut Aḥmad bin Hanbal Ḥujjah. ³⁹
7	Muḥammad bin Bashār	Perawi VII	252 H	Golongan tua <i>tab’i al-atbā’</i>	Menurut al-‘Ijliy <i>thiqah</i> . Menurut Ibnu al-Mahrān <i>thiqatun mashūr</i> . Menurut al-Daraqatni <i>ḥufadz al-Asbāt</i> . Menurut Abu Ḥātim <i>ṣadūq</i> . Menurut al-Nasa’i <i>ṣālih lā ba’sa bih</i> . ⁴⁰
8	Imam Tirmīdhī	Mukharrij	279 H	Golongan kecil <i>tab’i al-atbā’</i>	Menurut Ibnu Ḥajar dia merupakan <i>aḥad al-aimmah al-ḥufaz</i> . ⁴¹ Menurut al-Khaliliyyu dia adalah orang yang <i>thiqah muttāfiq</i> dan disebutkan Ibnu Hiban dalam “ <i>al-thiqāt</i> ”. ⁴²

Tabel 1. Tabel kritik perawi

Setelah dilakukan kritik sanad dengan meninjau aspek kesahihan sanad seperti: ketersambungan sanad, keadilan dan kedhabithan perawi dan tidak ada kerancuan dan kecacatan, didapatkan kesimpulan bahwasanya semua perawi yang meriwayatkan tidak tercatat dan mendapatkan penilaian

³⁸ Al-Mizzi, *Tahdhīb al-Kamāl*, Jilid XXXI, 340.

³⁹ Al-Mizzi, *Tahdhīb al-Kamāl*, Jilid XXXI, 441.

⁴⁰ Al-Athqalani, *Tahdhīb al-Tahdhīb*, Jilid III, 519.

⁴¹ Al-Mizzi, *Tahdhīb al-Kamāl*, Jilid XXXI, 250.

⁴² Al-Athqalani, *Tahdhīb al-Tahdhīb* Jilid III, 668.

‘ulama sebagai perawi yang *dlaif* (lemah). Meskipun perawi yang bernama Muḥamad bin Bashār mendapatkan penilaian *sadūq* (lemah hafalan), hal ini tidak menjadi masalah karena masih bisa dikategorikan sebagai perawi yang *maqbul*, maka secara kualitas sanad merupakan sanad yang ḥasan.

Dari segi konten (matan), hadis riwayat Tirmīdhī nomor indeks 2502 tidak memiliki perbedaan yang signifikan dengan hadis yang se-tema di atas, perbedaannya hanya terdapat dalam kosakata yang digunakan dan tata letak lafad. Meskipun terdapat perbedaan, hal ini tidak mempengaruhi kualitas matan karena masih menghendaki maksud yang sama. Redaksi *matan* yang terkandung tidak terkandung kerancuan dan kecacatan, hal ini bisa ditinjau dari tidak adanya pertentangan dengan nash Al-Qur’an, hadis lain yang lebih kuat, ilmu pengetahuan dan logika. Maka secara kualitas matan adalah *matan* yang *sahih*.

Jadi dapat disimpulkan bahwasanya hadis riwayat Tirmīdhī no. 2502 merupakan hadis *ḥasan li dhātihī* yang kemudian naik tingkatannya menjadi hadis *ṣahīh li ghayrihī* karena adanya *muttabi’* dari periwayatan Abū Dāwud dan Aḥmad bin Hanbal yang memiliki derajat *ṣahīh li dhātihī*.

Analisis Bahasa dan Historis Hadis

Dilihat dari susunan bahasa yang digunakan dalam hadis ini termasuk dalam kategori hadis *majazī*, sebab jika redaksinya dimaknai secara hakiki sebagaimana pemahaman tekstual akan mendapatkan pemaknaan yang kurang tepat. Lafad وَقَالَتْ يَبْدِيهَا (Ā’ishah peragakan dengan tangannya) yaitu Ā’ishah mengisyaratkan dengan tangannya yaitu memperagakan dengan maksud untuk memberi tau bahwasanya Ṣafīyyah memiliki postur tubuh yang pendek (تَعْنِي فَصِيرَةً).⁴³ Adanya komentar dari Ā’ishah terhadap Ṣafīyyah sontak membuat Rasulullah memberikan nasihat.

Kemudian lafaz yang mengandung majaz lainnya yaitu dalam lafaz لَمَزَجْتُ بِكَلِمَةٍ لَوْ مَزَجْتِ بِهَا مَاءَ الْبَحْرِ لَمَزَجَ (Kamu Ā’ishah telah mengeruhkan dengan satu patah kata, yang seandainya satu patah katamu dicampurkan ke laut pasti laut menjadi keruh) maksud hadis tersebut merupakan nasihat Rasulullah kepada Ā’ishah untuk tidak mengomentari fisik Ṣafīyyah sebab kalimat komentar yang dilontarkan oleh Ā’ishah akan menyakiti hati Ṣafīyyah.⁴⁴ Rasulullah menegurnya dengan kalimat *majazī*, yaitu dengan menkiaskan perkataan Ā’ishah yang mengomentari Ṣafīyyah orang yang pendek, jika perkataan tersebut dicampurkan dengan air laut yang begitu banyaknya pasti akan menjadi keruh sebab perilaku tersebut, oleh karena itu betapa bahayanya

⁴³ Abū al-‘Ula Muḥammad ‘Abdurahmah al-Mubārakfuri, *Tuḥfah al-Aḥwadhī* (Damaskus: Darul Fikr) 201.

⁴⁴ Abū al-‘Ula Muḥammad ‘Abdurahmah al-Mubārakfuri, *Tuḥfah al-Aḥwadhī*, 202.

kalimat komentar dari perilaku *body shaming* yang akan berdampak buruk bagi korbanya.

Dalam kajian keilmuan hadis, untuk mengetahui aspek historis dengan menggunakan ilmu *asbāb al-wurūd* yaitu ilmu yang membahas sebab atau hal-hal yang melatar belakangi munculnya hadis.⁴⁵ Adapun tujuannya yaitu: *Pertama*, untuk membantu memahami dan menafsirkan hadis. Sebab pengetahuan mengenai sarana sebab-sebab terjadinya sesuatu merupakan sarana utama untuk mengetahui sebab yang ditimbulkan. *Kedua*, untuk mengetahui hikmah-hikmah ketetapan syariat. *Ketiga*, untuk men-*takhsiskan* hukum yang masih umum.⁴⁶

Latar belakang penyabdaan bisa ditinjau menggunakan kitab *sharḥ* atau penjelas hadis yang berkaitan. Setelah dilakukan pembacaan terhadap kitab-kitab *sharḥ*, penulis belum menemukan *asbāb al-wurūd* mikro hadis riwayat Tirmīdhī. Sedangkan *asbāb al-wurūd* secara makro diketahui pada saat itu kondisi masyarakat zaman jahiliyah mereka terbiasa mengolok-olok antara satu sama lain dan saling memanggil dengan panggilan yang buruk. Hal ini kemudian turunlah larangan untuk saling mengolok-olok dan memanggil dengan nama yang buruk.⁴⁷

Secara umum, hadis ini muncul ketika Ā'ishah istri Rasulullah mengomentari fisik Ṣafīyyah dengan sebutan orang yang pendek. Mendengar hal ini Rasulullah langsung memberi nasehat kepada Ā'ishah dikarenakan perkataannya dapat memperkeruh dan menyakiti hati Ṣafīyyah.

Jika dicermati lagi kasus ini merupakan respon Rasulullah terhadap perilaku buruk yang terjadi pada saat itu di mana kebiasaan masyarakat dari zaman jahiliyah yang terbiasa mengolok-olok antara satu sama lain dan saling memanggil dengan panggilan yang buruk, untuk meninggalkan perbuatan tersebut. Hal ini disebabkan selain termasuk dalam perkataan yang tidak baik, akan juga memberi dampak negatif bagi korbanya.

Pemaknaan Hadis

Dilihat dari kejadiannya, hadis riwayat Tirmīdhī memiliki dua maksud, yang masih dalam satu tema pembahasannya yakni mengenai anjuran menjaga lisan. *Pertama*, Rasulullah mengutarakan bahwasanya beliau tidak suka menceritakan kekurangan seseorang, sebab dari setiap individu memiliki kekurangan masing-masing. Rasul sebagai orang yang *ma'ṣum* saja masih sangat rendah hati akan kekurangan yang dimilikinya sehingga tidak suka menceritakan kekurangan orang lain. Hal ini merupakan refleksi bagi umat Islam akan sifat rendah hati yang dimiliki Rasulullah SAW dan juga

⁴⁵ Nur Kholis, *Pengantar Studi Hadis* (Yogyakarta: Semesta Ilmu, 2016), 83.

⁴⁶ Fatchur Rahman, *Ikhtisar Musthalahul Hadits* (Bandung: Alma'arif 1974), 331.

⁴⁷ Ibnu Kathīr, *Tafsīr al-Qur'ān al-'Adzhīm* (Riyadh: Dār Ṭibah, 1998), 376.

peringatan kepada kita untuk tidak suka menceritakan kekurangan orang lain karena termasuk dalam kategori *ghībah*.

Kedua, merupakan nasihat Rasulullah kepada *Ā'ishah* untuk tidak mengomentari fisik seseorang. Dalam kasus ini bukan berarti *Ā'ishah ummu al-mukminin* melakukan tindakan perilaku *body shaming*, akan tetapi lebih bertujuan untuk pendidikan akhlak dan mendidik umat karena pada waktu itu kondisi masyarakat masih suka mengolok-olok antara satu sama lain, menceritakan kekurangan orang lain dan masih panggil-memanggil dengan panggilan yang buruk. Hal ini sejalan dengan firman Allah dalam surat al-Hujrat ayat 11.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِنْ نِسَاءٍ
عَسَىٰ أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الإِسْمُ الفُسُوقُ
بَعْدَ الإِيمَانِ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ.⁴⁸

*Wahai orang-orang beriman, janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain, karena boleh jadi mereka yang diolok-olok lebih baik dari mereka yang mengolok-olok dan jangan pula perempuan-perempuan mengolok-olok perempuan lain, karena boleh jadi perempuan yang diolok-olok 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 setelah beriman. Dan barang siapa tidak bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang dzalim.*⁴⁹

Ayat ini turun berkenaan dengan tradisi orang-orang dulu yang memiliki dua atau tiga nama panggilan. Suatu ketika Rasulullah memanggil salah seorang dari mereka dengan nama panggilannya, kemudian mereka mengatakan "Wahai Rasulullah, sesungguhnya dia tidak menyukai nama panggilan tersebut." Maka kemudian turunlah ayat ini.⁵⁰

Selain itu, ayat di atas diturunkan berkenaan dengan istri-istri Rasulullah. Suatu ketika Umi Salāmah mengikat pinggangnya dengan selendang kain berwarna putih dan membiarkannya turun ke arah belakang sehingga terlihat menyeret-nyeret. Melihat Umi Salāmah demikian *Ā'ishah* kemudian berkata kepada Hafṣah "Lihatlah bagian belakang punggungnya yang menyeret-nyeret, seakan-seakan terlihat seperti lidah seekor anjing".⁵¹ Menurut Anas bin Maḥk al-Ḥaṣan 'Ali bin Aḥmad al-Naisāburiy, *Asbāb al-Nuzūl* (Damām: Darul Islah, 1992), 393.

⁴⁸ Al-Qur'an 49:11.

⁴⁹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahan*, 515.

⁵⁰ Ibnu Kathir, *Tafsir al-Qur'an al-Adhīm* (Riyadh: Dār Ṭibah, 1998), 376.

⁵¹ Abū al-Ḥaṣan 'Ali bin Aḥmad al-Naisāburiy, *Asbāb al-Nuzūl* (Damām: Darul Islah, 1992), 393.

istri-istri Rasul dengan terhadap Ṣafiyah dengan mengatakannya orang yang pendek, hal ini juga bisa dikategorikan sebagai ejekan.⁵²

Dalam ayat ini menggunakan kata *tanābuz*, *tanābuz* adalah panggilan buruk kepada seseorang yang mengarah kepada hinaan baik itu disebabkan karena fisik atau kebiasaan. Seperti memanggil seseorang dengan panggilan “gajah” karena memiliki fisik yang gendut, atau memanggil dengan panggilan kelelawar karna kebiasaanya tidur di siang hari.

Menurut pendapat Imam Nawawi, perilaku yang dijelaskan dalam hadis tersebut termasuk dalam *ghībah* yang diharamkan. Nawawi mencontohkan perilaku tersebut seperti mengomentari atau menghina seseorang yang berjalan pincang atau mengomentari orang yang memiliki kepala yang bungkuk.⁵³

Secara tersirat, hadis riwayat Ibn Mājah ini menunjukkan makna pentingnya menjaga lisan, agar terhindar dari berkomentar yang buruk, menghina atau merundung terhadap fisik seseorang. Seseorang seyogyanya menahan diri dari berkata-kata yang tidak baik. Apalagi sebagai seorang muslim sejati yang dituntut untuk membiasakan diri berkata baik atau berdiam dari perkataan yang buruk. Oleh karena itu, sebagai sesama manusia hendaklah saling menghargai, baik itu dalam perbuatan maupun dalam perkataan.

Upaya Mencegah Perilaku *Body shaming*

Perilaku *body shaming* erat hubunganya dengan menjaga lisan, agar terhindar dari berkomentar yang buruk, menghina atau merundung terhadap fisik seseorang. Perkara menjaga lisan tidak boleh dianggap remeh, karena sekali lisan berkata kotor akan memiliki dampak yang buruk bagi penerimanya, contohnya saja dampak buruk dari kata-kata yang dilontarkan dalam *body shaming* di atas, begitu berbahayanya dampak jika kata-kata atau lisan tidak dijaga dengan baik.

Terkait dengan perilaku *body shaming* Islam memposisikan manusia pada posisi yang sama tidak membedakan warna kulit, keturunan, ras, suku dan lain sebagainya. Karena sejatinya semua manusia itu sama, perbedaan yang dimilikinya merupakan anugerah yang harus disyukuri bukan malah sebagai ajang cemoohan. Dihadapan Allah Swt. yang membedakan hanya tingkat ketaqwaan seseorang, hal ini terdapat dalam firman Allah surat al-Hujrāt ayat 13:

⁵² Abu al-Ḥasan ‘Ali bin Aḥma al-Naisāburiy, *Asbāb al-Nuzūl*, 394.

⁵³ al-Naisāburiy, *Asbāb al-Nuzūl*, 203.

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ.⁵⁴

“Wahai manusia sungguh, Kami telah menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan perempuan, kemudian Kami jadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku agar saling mengenal. Sesungguhnya yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling bertakwa. Sungguh, Allah Maha Mengetahui lagi Maha Teliti”.⁵⁵

Untuk menghindari perilaku *body shaming* seseorang harus menjaga lisannya dengan baik, al-Qur’an telah memberi teladan untuk menyampaikan perkataan yang baik, adapun langkah preventif mencegah perilaku *body shaming* untuk bertutur kata yang baik menurut al-Qur’an sebagai berikut:

Pertama, Ucapan yang benar (*Qawlan sadīdā*). Maksud dari *qawlan sadīdā* adalah pembicaraan yang benar, jujur, lurus, tidak berbelit-belit dan tidak sombong. Ucapan yang benar dan tidak menyakiti dapat mudah mempengaruhi seseorang karena akan dengan mudah masuk ke dalam hati dan diresapi secara dalam. Menurut Hamka sebagaimana yang dikutip oleh Ikhsan Abdul Aziz menjelaskan bahwa *Qawlan sadīdā* adalah ucapan tepat yang timbul dari hati yang bersih, sebab ucapan adalah gambaran dari apa yang ada didalam hati. Seseorang yang berhati bersih pasti akan berkata benar dan terhindar dari penyakit hati.⁵⁶

Kedua, Ucapan yang mulia (*Qawlan Karīma*). Menurut Hasbi Asshidiqie sebagaimana yang dikutip oleh Ismatullah, wujud dari *Qawlan karīma* adalah kata-kata atau ungkapan yang baik, indah yang disertai penghormatan sesuai adab dan etika. Dengan demikian orang yang diajak bicara merasa dihormati dan dimuliakan dan orang berbicara menjadi terhormat dan mulia.⁵⁷

Ketiga, Ucapan yang membahagiakan (*Qawlan maysūra*). Menurut Hasbi sebagaimana yang dikutip oleh Ismatullah, *Qawlan maysūra* adalah ucapan yang lemah lembut yang disertai janji menyenangkan.⁵⁸ Dalam artian jika kita tidak bisa membantu teman ataupun sebaliknya teman tidak bisa membantu kita, sampaikanlah dengan perkataan yang lembut dan menyenangkan agar tidak melukai hati orang lain.

⁵⁴Al-Qur’an, 13:49.

⁵⁵Departemen Agama RI, *Al-Qur’an dan Terjemahan*, 517.

⁵⁶Ikhsan Abdul Aziz, dkk. “Korelasi Makna Bahasa Indonesia yang Baik dan Benar dengan *Qaulan Ma’rufa* dan *Qaulan Sadida*,” *Imajeri: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia* Vol. 03, No. 1 (September 2020): 109.

⁵⁷Ismatullah, “Etika Berkomunikasi Dalam Al-Qur’an,” *Lentera* Vol. 1, No. 2 (Desember 2017): 140.

⁵⁸Ismatullah, “Etika Berkomunikasi Dalam Al-Qur’an”, 141.

Kecempat, Ucapan yang dikenal dan dipahami secara baik (*Qawlan Ma'rūfā*). Sedikit berbeda dengan *Qawlan sadīdā* yang menekankan pada kata-kata yang benar dan tepat. *Qawlan ma'rūfā* mengandung arti kata-kata yang baik sesuai dengan ada kebiasaan dalam masyarakat, selama kalimat tersebut tidak menyalahi nilai-nilai agama.⁵⁹ Perintah mengucapkan yang *ma'rūf*, mencakup cara pengucapan, kalimat yang digunakan dan serta gaya pembicaraan seperti: suara yang wajar, gerak-gerik yang sopan, kalimat yang diucapkan baik dan benar, tidak menyinggung dan menyakiti perasaan.

Dengan bertutur kata yang baik dan tidak menyakiti merupakan bagian dari upaya memuliakan orang lain serta sebagai bagian dari ibadah yang bersifat sosial (*hablum min al-nās*). Sebagaimana yang dianjurkan Al-Qur'an di atas tentang pentingnya bertutur kata yang baik akan menjauhkan seseorang dari perilaku *body shaming*, sebab seseorang akan menyaring perkataannya sebelum disampaikan kepada orang lain agar tidak menyakiti lawan bicaranya. Orang yang menghindari suatu hal yang negatif terhadap orang lain biasa disebut dengan orang yang memiliki sifat *al-salām salbī* (damai pasif). Seseorang yang memiliki sifat damai paling tidak jika belum bisa memberi manfaat kepada selainnya maka jangan sampai ia mencelakakannya, jika dia belum bisa memberi paling tidak ia tidak mengambil haknya, jika dia belum bisa menggembirakan paling tidak ia tidak meresahkan dan jika ia belum bisa memujinya maka paling tidak ia tidak mencelanya.⁶⁰

SIMPULAN

Hadis riwayat Imam Tirmīdhī nomor indeks 2502 ini secara umum menjelaskan tentang teguran Nabi Muhammad terhadap perilaku *body shaming* atau perilaku mengomentari fisik seseorang, yang pada zaman dulu menjadi sebuah kebiasaan buruk orang Jahiliyyah. Nabi Muhammad memberi peringatan kepada umatnya untuk tidak melakukan perilaku *body shaming* karena akan memiliki dampak yang negatif bagi korbanya. Secara tersirat, hadis ini menerangkan tentang pentingnya menjaga lisan (*hifdh al-lisān*). Seseorang yang bertutur kata yang baik dan tidak menyakiti orang akan menjaga lisanya dari perilaku *body shaming*. Apalagi sebagai seorang muslim sejati yang dituntut untuk membiasakan diri berkata baik atau berdiam dari perkataan yang buruk.

Salah satu tindakan preventif untuk mencegah perilaku *body shaming* yaitu menjaga lisan, adapun adapun langkah preventif mencegah perilaku

⁵⁹ Umma Farida "Hate Speech dan Penanggulangannya Menurut Al-Qur'an dan Hadis" *Riwayah: Jurnal Studi Hadis*, Vol. 3, no. 2 (2018): 315.

⁶⁰ Arif Alfani, "Menghujat dan Menista di Media Sosial Perspektif Hukum Islam" *Al-Istinbath: Jurnal Hukum Islam*, Vol. 4, No. 1 (2019): 71.

body shaming untuk bertutur kata yang baik menurut Al-Qur'an yaitu: *pertama*, ucapan yang benar (*Qawlan sadīda*). *Kedua*, ucapan yang mulia (*Qawlan karīma*). *Ketiga*, ucapan yang membahagiakan (*Qawlan maysūra*). *Keempat*, ucapan yang dikenal dan dipahami secara baik (*Qawlan Ma'rūfa*).

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Athqalani, Ibnu Hajar. *Tahdhīb al-Tahdhīb*. Beirut: Muassasah al-Risalah, 1996.
- Alfani, Arif. "Menghujat dan Menista di Media Sosial Perspektif Hukum Islam." *Al-Istinbath: Jurnal Hukum Islam* Vol. 4, No. 1 (2019):
- Amalia, Syarifah. "Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Korban Body shaming." Skripsi, UIN Sunan Ampel, 2020.
- Audah, Nadia. "Uji Validitas Konstruk Pada Instrumen The Binge Eating Scale Dengan Metode Confirmatory Factor Analysis (CFA)." *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia* Vol. 7, No. 2 (2018):
- Aziz, Ikhsan Abdul, dkk. "Korelasi Makna Bahasa Indonesia yang Baik dan Benar dengan *Qawlan Ma'rūfa* dan *Qawlan Sadīda*." *Imajeri: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia* Vol. 03, No. 1 (September 2020):
- Delozal, Luna. *The Body and Shame: phenomenology, feminism and the socially, shaped body*. New York: Lexinton Book, 2015.
- Departeman Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahan*. Bandung: CV Diponegoro, 2010.
- Dirgayunita, Aries. "Depresi: Ciri, Penyebab dan Penanganya." *Journal An-Nafs: Kajian dan Penelitian Psikologi* Vol. 1, No. 1 (Juni 2016):
- Farida, Umma. "*Hate Speech* dan Penanggulangannya Menurut Al-Qur'an dan Hadis." *Riwayah: Jurnal Studi Hadis* Vol. 3, no. 2 (2018):
- Fauzia, Tri Fajariani. "Memahami Pengalaman *Body shaming* Pada Remaja Perempuan." *Interaksi Online* Vol 7, No. 3 (2019):
- Ḥibān, Ibnu. *Al-Thiqāt*. India: Dairah al-Ma'ārif, 1973.
- Hanbal, Abū 'Abdullāh Aḥmad bin Muḥammad bin. Beirut: Muassasah Risalah, 2001.
- Idri. *Hadis dan Orientalis*. Depok: Kencana, 2017.
- Ismatullah. "Etika Berkomunikasi Dalam Al-Qur'an." *Lentera* Vol. 1, No. 2 (Desember 2017):
- Kathir, Ibnu. *Tafsir al-Qur'ān al-'Adzhīm*. Riyadh: Dār Ṭibah, 1998.
- Kholis, Nur. *Pengantar Studi Hadis*. Yogyakarta: Semesta Ilmu, 2016.
- Krisnani, Hetty, dkk. "Gangguan Makan Anorexia Nervosa dan Bulimia Nervosa Pada Remaja." *Prosiding Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat* Vol. 4, No. 3 (Desember 2017):
- Lestari, Sumi. "Bullying or fat shaming? The risk factors of Body Dysmorphic Disorder (BDD) in teenage girls." *Journal of Advanced Research in Social Sciences and Humanities* Vol. 4, No. 1 (2019):

- _____. “Bulliyong or *Body shaming*? Young Women in Patient Body” *Philanthropy Journal of Psychology*, Vol. 3, no. 1 (2019):
- Maria, Huda, dkk. “Hubungan Antara Ketidakpuasan Terhadap Sosok Tubuh (*Body Dissatisfaction*) dan Kepribadaian Nasistik Dengan Gangguan Makan (Kecenderungan *Anorexia Nervosa* dan *Bulimia Nervosa*).” *Anima Indonesian Psychological Journal* Vol. 16, no. 3 (2001):
- Mu’awwanah, Uyyu. “Perilaku Insecure Pada Anak Usia Dini.” *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* Vol. 2, No. 1 (2017):
- Al-Mubarakfuri, Abu al-‘Ula Muḥammad ‘Abdurahmah. *Tuḥfah al-Aḥwadhī*. Damaskus: Darul Fikr, t.t.
- Mutmainah, Ayuhan Nafsul. “Analisis Yuridis Terhadap Pelaku Penghinaan Citra Tubuh (*body shaming*) Dalam Hukum Pidana di Indonesia.” *Dinamika Jurnal Ilmiah Ilmu Hukum* Vol. 26, no. 8 (Februari 2020):
- Al-Naisāburiy, Abu al-Ḥasan ‘Alī bin Aḥma. *Asbāb al-Nuzūl*. Damām: Darul Islah, 1992.
- Nurlita, Dessy dan Rika Lisiwanti. “*Body Dysmorphic Disorder*.” *Majority* Vol. 5, No. 5 (Desember 2016):
- Rahman, Fatchur. *Ikhtisar Musthalahul Hadits*. Bandung: Alma’arif 1974.
- Solahudin, Agus. *Ulumul Hadis*. Bandung: Pustaka Setia, 2009.
- Sulaimān, Abu Daud. *Sunan Abi Daud, Kitāb al-Adāb*. Riyadh: Maktab al-Ma’ārif, 2003.
- Suzzy, Micheal. “Perlawanan Penyitas *Body Shaming* Melalui Media Sosial.” *Koneksi* Vol IV, no. 1 (Maret 2020):
- Al-Tirmīdhī, Abi ‘Isa Muḥammad ‘Isa. *Sunan Tirmīdhī*. Beirut: Dār al-Ghārib al-Islamiy, 1996.
- Winsink, A.J. *al-Mu‘jam al-Mufahras li Alfāz al-Ḥadīth al-Nabawī*. Leiden: E.J Brill, 1936.