

**RENDAH DIRI PERSPEKTIF AL-QUR'AN  
(Studi atas Tafsir al-Misbah Karya M. Quraish Shihab)**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)  
dalam Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir



Oleh :

**LIA MUPLIHA**  
**NIM. 3119008**

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KH. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN  
2023**

**RENDAH DIRI PERSPEKTIF AL-QUR'AN  
(Studi atas Tafsir al-Misbah Karya M. Quraish Shihab)**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)  
dalam Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir



Oleh :

**LIA MUPLIHA**  
**NIM. 3119008**

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KH. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN  
2023**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Lia Mupliha

NIM : 3119008

Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi dengan judul **Rendah Diri “Perspektif al-Qur’an (Studi atas Tafsir al-Misbah karya M. Quraish Shihab)”** adalah benar hasil karya penulis berdasarkan hasil penelitian. Semua sumber yang digunakan dalam penelitian ini telah dicantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Negeri KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Apabila di kemudian hari pernyataan ini terbukti tidak benar, maka penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di Universitas Islam Negeri KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Pekalongan, 23 Agustus 2023

Yang Menyatakan,



**Lia Mupliha**  
**NIM. 3119008**

## NOTA PEMBIMBING

**Shinta Nurani, M.A**  
**Wonopringgo, Pekalongan**

Lamp : 3 (Tiga) eksemplar  
Hal : Naskah Skripsi Sdri. Lia Mupliha

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah  
c.q Ketua Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir  
di-

**PEKALONGAN**

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Setelah diadakan penelitian dan perbaikan seperlunya, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara:

Nama : Lia Mupliha

NIM : 3119008

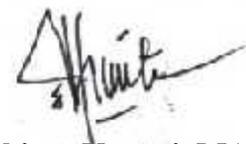
Judul : **Rendah Diri Perspektif al-Qur'an (Studi atas Tafsir al-Misbah karya M. Quraish Shihab)**

Dengan ini saya mohon agar skripsi saudara/i tersebut dapat segera dimunaqasyahkan.

Demikian nota pembimbing ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya, saya sampaikan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Pekalongan, 23 Agustus 2023



**Shinta Nurani, MA.**  
**NIP. 199412012019032026**



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**  
Jl. Pahlawan KM 5 Rowolaku Kajen Kab. Pekalongan Kode Pos 51161  
Website: [fuad.uingusdur.ac.id](http://fuad.uingusdur.ac.id) | Email : [fuad@uingusdur.ac.id](mailto:fuad@uingusdur.ac.id)

**PENGESAHAN**

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri  
K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan mengesahkan skripsi saudara/i:

Nama : **LIA MUPLIHA**  
NIM : **3119008**  
Judul Skripsi : **RENDAH DIRI PERSPEKTIF AL-QUR'AN**

**(Studi atas Tafsir al-Misbah Karya M. Quraish Shihab)**

yang telah diujikan pada Hari Jum'at, 25 Agustus 2023 dan dinyatakan **LULUS**  
serta diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Sosial  
(S.Ag.) dalam Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Dewan Penguji

Penguji I

**Dr. Maskhur, M.Ag**  
NIP. 197306112003121001

Penguji II

**Aris Privanto, M.Ag.**  
NITK. 19880406202001D1125

Pekalongan, 25 Agustus 2023  
Dibahkan Oleh  
Dekan  
  
**Prof. Dr. H. Sam'ani, M.Ag.**  
NIP. 197305051999031002

## PEDOMAN TRANSLITERASI

Pedoman transliterasi yang digunakan adalah sistem transliterasi arab- latin berdasarkan SKB Menteri Agama dan Menteri P&K RI No. 158/1987 dan No. 0543 b/U/1987 tertanggal 22 Januari 1988. Transliterasi tersebut digunakan untuk menulis kata-kata Arab yang dipandang belum diserap ke dalam bahasa Indonesia. Kata-kata Arab yang sudah diserap ke dalam bahasa Indonesia sebagaimana terlihat dalam kamus linguistik atau Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Secara garis besar pedoman transliterasi itu adalah sebagai berikut.

### A. Konsonan Tunggal

Huruf	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	-	tidak dilambangkan
ب	Bā	b	-
ت	Tā	t	-
ث	Śā	s	s (dengan titik di atasnya)
ج	Jīm	j	-
ح	Hā	h	h (dengan titik di atasnya)
خ	Khā	kh	-
د	Dal	d	-
ذ	Žal	z	z (dengan titik di atasnya)
ر	Rā	r	-
ز	Zai	z	-
س	Sīn	s	-
ش	Syīn	sy	-
ص	Şād	ş	s (dengan titik di atasnya)

Huruf	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ض	Dād	d	d (dengan titik di
ط	Ṭā	t	t (dengan titik di
ظ	Zā	z	z (dengan titik di
ع	‘Ain	‘	koma terbalik (di atas)
غ	Gain	g	-
ف	Fā	f	-
ق	Qāf	q	-
ك	Kāf	k	-
ل	Lām	l	-
م	Mīm	m	-
ن	Nūn	n	-
و	Wāwu	w	-
هـ	Hā	h	-
ء	Hamzah	'	apostrof, tetapi lambang ini tidak dipergunakan untuk hamzah di awal kata
ي	Yā	y	-

### B. Konsonan Rangkap

Konsonan rangkap, termasuk tanda *syaddah*, ditulis rangkap.

Contoh: أحمدية ditulis *Ahmadiyyah*

### C. Tā Marbutah di akhir kata

1. Bila dimatikan ditulis *h*, kecuali untuk kata-kata Arab yang sudah terserap menjadi bahasa Indonesia, seperti *salat*, *zakat*, dan sebagainya.

Contoh: جماعة ditulis *jamā'ah*

2. Bila dihidupkan ditulis *t*

Contoh: كرامة الأولياء ditulis *karāmatul-auliyā'*

#### D. Vokal Pendek

Fathah ditulis *a*, kasrah ditulis *i*, dan dammah ditulis *u*

#### E. Vokal Panjang

A panjang ditulis *ā*, i panjang ditulis *ī*, dan u panjang ditulis *ū*, masing-masing dengan tanda hubung ( - ) di atasnya.

#### F. Vokal Rangkap

Fathah + *yā* tanpa dua titik yang dimatikan ditulis *ai*

Fathah + *wāwu* mati ditulis *au*

#### G. Vokal-vokal pendek yang berurutan dalam satu kata dipisahkan dengan apostrof ( ' )

Contoh: أأنتم ditulis *a'antum*

مؤنث ditulis *mu'annaś*

#### H. Kata Sandang Alif + Lam

1. Bila diikuti huruf qamariyah ditulis *al-*

Contoh: القرآن ditulis *Al-Qura'ān*

2. Bila diikuti huruf syamsiyyah, huruf 1 diganti dengan huruf syamsiyyah yang mengikutinya.

Contoh: الشيعة ditulis *asy-Syī'ah*

#### I. Huruf Besar

Penulisan huruf besar disesuaikan dengan EYD

#### J. Kata dalam rangkaian frasa atau kalimat

1. Ditulis kata per kata, atau

2. Ditulis menurut bunyi atau pengucapannya dalam rangkaian tersebut.

Contoh: شيخ الإسلام ditulis *Syaikh al-Islām* atau *Syakhul-Islām*

## PERSEMBAHAN

Dengan mengharap ridho Allah Swt dan dengan penuh rasa syukur yang sebesar-besarnya seraya mengucapkan *Alhamdulillah rabbi al-alamin* atas seluruh anugrah yang telah dilimpahkan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Maka, penulis mempersembahkan karya tulis ini kepada:

1. Kedua orang tua penulis, Ibu dan Bapak yang tidak pernah lelah melindungi, mengasuh, menyayangi, mengarahkan, mendidik, serta senantiasa mendo'akan penulis dalam mencari ilmu dan meraih cita-cita.
2. Ibu Shinta Nurani, MA. selaku dosen pembimbing, penulis ucapkan terimakasih banyak untuk ruang dan waktunya selama penyusunan karya ilmiah ini.
3. Dosen Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Islam Negeri KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan, terkhusus Dosen program studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir yang telah banyak memberikan ilmunya kepada penulis. Tidak luput juga seluruh staf yang telah banyak membantu dalam masa studi hingga skripsi ini selesai.
4. Teman-teman seperjuangan di Universitas Islam Negeri KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan angkatan 2019 Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah program studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir yang selalu memberi semangat dan berjuang bersama dalam menggapai cita-cita.

## MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَىٰ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

“Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.”

(QS. Ali-Imran: 139)



## ABSTRAK

Mupliha, Lia. 2023. *Rendah Diri Perspektif al-Qur'an (Studi atas Tafsir al-Misbah karya M. Quraish Shihab)*. Skripsi Program Studi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan. Shinta Nurani, M.A.

**Kata Kunci:** *Al-Qur'an, Rendah Diri, Tafsir Al-Misbah*

Rendah diri merupakan suatu keadaan disaat kita merasa rendah dibandingkan dengan orang lain, putus asa parah yang mengakibatkan orang itu melarikan diri saat mengalami kesulitan, merasa takut, sedih, cemas dengan suatu hal sudah terjadi, sedang terjadi, ataupun belum terjadi. Menurut analisis penulis rendah diri dalam al-Qur'an dapat ditinjau dengan kata kunci *khouf* (rasa takut), *tahinu* (lemah), *huzn* (sedih), *al-ya'su* (putus asa), dan *halu'a* (gelisah).

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *Library Research* (kepuustakaan) dengan menggunakan metode tematik atau *maudhu'i*, yaitu dengan mengumpulkan ayat-ayat al-Qur'an yang terkait dengan rendah diri. Penulis mencari beberapa ayat terkait dengan lima istilah diatas, dan menemukan 124 kata *khouf* dengan berbagai derivasinya, 8 lafadz *tahinu*, 44 lafadz *huzn*, 13 lafadz *al-ya'su*, dan satu lafadz *halu'a*. Adapun ayat yang dikaji adalah QS. al-Baqarah ayat 155 dan ayat 239, QS. Ali-Imran ayat 139, 146, 153, QS. Fushilat ayat 30, QS. Yusuf ayat 80 dan 87, serta QS. Al-Ma'arij ayat 19. Kitab Tafsir yang digunakan untuk menafsirkan ayat di atas adalah Tafsir al-Misbah. Kitab Tafsir tersebut merupakan salah satu Tafsir kontemporer yang dianggap relevan untuk menelaah lebih dalam mengenai rendah diri.

Berdasarkan hasil pembahasan yang telah dikaji, kata *khouf* dalam penelitian ini dimaknai sebagai rasa takut kepada musuh, air bah, atau binatang buas, kata *tahinu* dimaknai lemah di dalam usaha, lemah di dalam akal pikiran dan lemah di dalam suatu perkara, kata *huzn* dimaknai sebagai kesedihan jiwa yang datang akibat hilangnya kemanfaatan dimasa lalu, kata *al-ya'su* dimaknai sebagai keputusasaan saudara-saudara Yusuf dan keoptimisan Ya'qub, dan kata *halu'a* dimaknai sebagai cepat sedih serta gelisah, sangat rakus, dan kurang sabar. Dan dalam menafsirkan ayat-ayat tersebut Quraish Shihab melarang kita untuk merasa rendah diri, takut, lemah, sedih, putus asa, serta gelisah. Sedangkan solusi yang diberikan Quraish Shihab dalam tafsir al-Misbah untuk meminimalisir rasa rendah diri di antaranya yaitu sabar dan shalat, percaya diri, istiqomah serta optimis.

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur bagi Allah yang telah memberikan kemampuan kepada penulis, sehingga berkat rahmat dan kasih sayang-Nya penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Sholawat dan salam selalu tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW, yang telah berjuang untuk cerahnya kehidupan umat Islam dengan ilmu-ilmu yang bermanfaat.

Adapun skripsi ini berjudul “Rendah Diri Perspektif al-Qur’an (Studi atas Tafsir al-Misbah karya M. Quraish Shihab)” dengan maksud guna memenuhi salah satu syarat mencapai gelar sarjana Agama Universitas Islam Negeri KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Atas dukungan dan kontribusi dari beberapa pihak, baik moril maupun materil. Maka dari itu penulis mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. H. Zaenal Mustakim, M.Ag., Rektor Universitas Islam Negeri KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan, yang telah memimpin dan mengelola penyelenggaraan pendidikan sebagaimana mestinya.
2. Prof. Dr. H. Sam’ani, M.Ag., Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Islam Negeri KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan, beserta staf dekan, yang telah mengoordinir penyelenggaraan pendidikan, penelitian, dan pengabdian masyarakat di fakultas.
3. Misbakhuddin, Lc., M.A., Ketua program studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir, serta Sinta Nurani, M.A., selaku Sekretaris program studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir, yang selalu memfasilitasi, ikhlas, memberikan contoh yang baik dan tidak pernah lelah memotivasi.
4. Shinta Nurani, MA, dosen pembimbing skripsi yang selalu sabar membimbing penulis.
5. Dr. Arif Chasanul Muna, Lc.,M.A, pembimbing akademik yang memberikan saran-saran ataupun arahan selama penulis duduk dibangku perkuliahan.
6. Segenap jajaran dosen dan civitas akademik Universitas Islam Negeri KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu tanpa mengurangi rasa hormat, khususnya jurusan ilmu Al-Qur’an dan Tafsir

yang ikhlas, tulus, dan sabar untuk mendidik kami agar menjadi Manusia yang berakhlak mulia dan berintelektual.

7. Ibu, bapak, dan segenap keluarga yang selalu mendoakan, mendukung, dan memberi semangat tanpa henti.
8. Teman-teman seperjuangan di Universitas Islam Negeri KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan angkatan 2019 khususnya fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir yang selalu memberi semangat dan berjuang bersama dalam menggapai cita-cita.
9. Dan seluruh pihak yang belum disebutkan, yang mana telah membantu penulis dalam menyusun skripsi.

Berbagai upaya telah penulis lakukan untuk memaksimalkan skripsi ini menjadi karya ilmiah yang baik. Namun, keterbatasan kemampuan yang penulis miliki, maka skripsi ini tentunya masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis ucapkan permohonan maaf sebesar-besarnya dengan segala kerendahan hati, penulis mengharapkan saran dan kritik konstruktif dari pembaca demi karya yang lebih baik lagi. Meskipun demikian, penulis berharap tulisan ini dapat memberi manfaat dan kontribusi pengetahuan baru terhadap masyarakat.

Pekalongan, 25 Agustus 2022

Penulis,

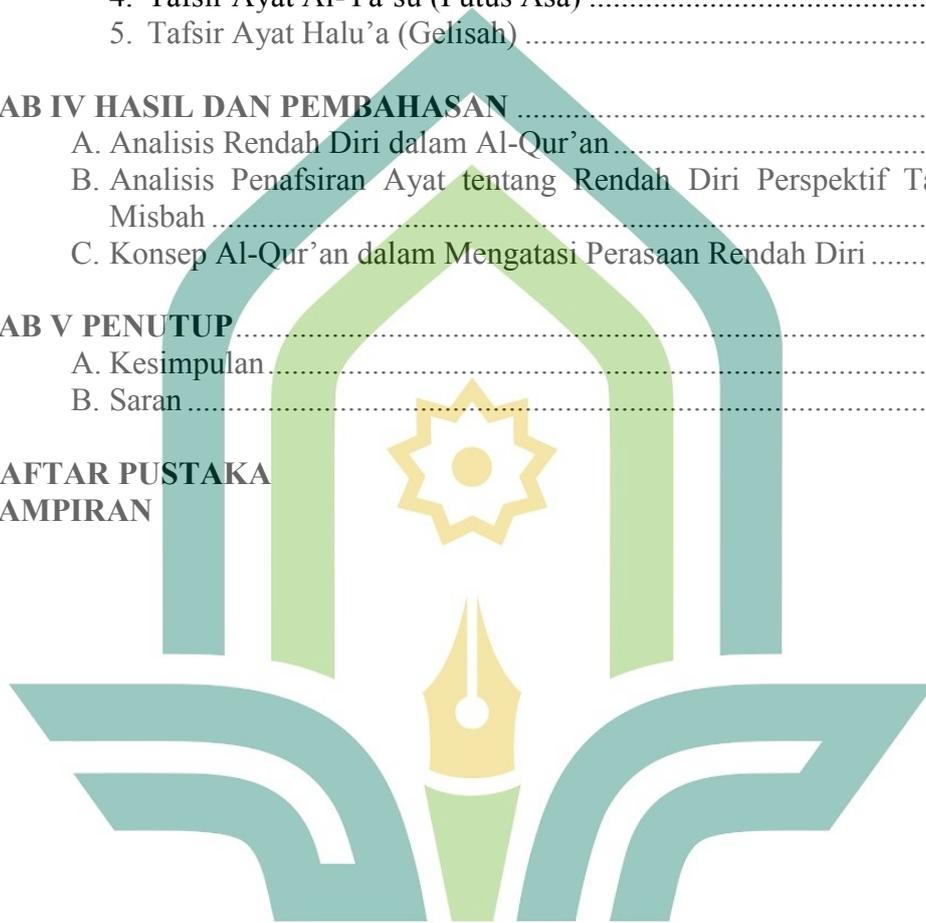


Lia Mupliha

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI</b> .....	ii
<b>NOTA PEMBIMBING</b> .....	iii
<b>PENGESAHAN</b> .....	iv
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN</b> .....	v
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	viii
<b>MOTTO</b> .....	ix
<b>ABSTRAK</b> .....	x
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	xi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Kegunaan Penelitian .....	7
E. Tinjauan Pustaka .....	7
1. Kerangka Teori .....	7
2. Penelitian yang Relevan .....	11
3. Kerangka Berfikir .....	14
F. Metode Penelitian .....	18
1. Jenis Penelitian .....	18
2. Data dan Sumber Data .....	18
3. Teknik Pengumpulan Data .....	19
4. Teknik Pengolahan Data .....	19
5. Teknik Analisis Data .....	20
G. Sistematika Penulisan .....	20
<b>BAB II RENDAH DIRI PERSPEKTIF AL-QUR'AN</b> .....	22
A. Konsep Rendah Diri .....	22
1. Definisi Rendah Diri .....	22
2. Faktor Penyebab Rasa Rendah Diri .....	24
3. Sebab-Sebab Timbulnya Perasaan Rendah Diri .....	25
4. Ciri-Ciri Orang yang Merasa Rendah Diri .....	27
5. Dampak Dari Perasaan Rendah Diri .....	27
6. Cara Mengatasi Timbulnya Perasaan Rendah Diri .....	28
B. Rendah Diri dalam Al-Qur'an .....	31
<b>BAB III PROFIL M. QURAIISH SHIHAB DAN PENAFSIRAN RENDAH DIRI DALAM TAFSIR AL-MISBAH</b> .....	44
A. Profil M. Quraish Shihab .....	44
1. Biografi .....	44
2. Perjalanan Intelektual .....	45
3. Karya M. Quraish Shihab .....	48
4. Corak Pemikiran M. Quraish Shihab .....	55

B. Sekilas tentang Tafsir al-Misbah .....	56
1. Deskripsi Tafsir Al-Misbah .....	56
2. Latar Belakang Penulisan Tafsir Al-Misbah .....	57
3. Metode dan Sistematika Penulisan Tafsir Al-Misbah .....	58
C. Penafsiran Ayat tentang Rendah Diri dalam Tafsir Al-Misbah .....	68
1. Tafsir Ayat Khouf (Takut atau Khawatir) .....	68
2. Tafsir Ayat Huzn (Sedih).....	70
3. Tafsir Ayat Tahinu (Lemah).....	72
4. Tafsir Ayat Al-Ya'su (Putus Asa) .....	74
5. Tafsir Ayat Halu'a (Gelisah) .....	76
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	78
A. Analisis Rendah Diri dalam Al-Qur'an .....	78
B. Analisis Penafsiran Ayat tentang Rendah Diri Perspektif Tafsir Al-Misbah .....	80
C. Konsep Al-Qur'an dalam Mengatasi Perasaan Rendah Diri .....	86
<b>BAB V PENUTUP</b> .....	98
A. Kesimpulan .....	98
B. Saran .....	99
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pada masa sekarang ini kita sering sekali menggunakan media sosial, dengan fitur media sosial yang semakin banyak, seperti twitter, facebook, instagram, dan yang terbaru yaitu tiktok. Dengan menggunakan media sosial kita bisa mendapatkan banyak informasi selain itu juga orang-orang bisa mengekspresikan dirinya, kita dapat mengetahui pencapaian seseorang, bakat seseorang, fisik seseorang yang cantik atau ganteng dan kelebihan lainnya, yang terkadang membuat diri kita merasa *insecure*, minder, dan merasa rendah diri atau yang biasa disebut inferioritas atas kekurangan yang ada pada diri kita.<sup>1</sup>

Inferioritas merupakan perasaan tidak percaya diri (minder) terhadap diri sendiri terkait bagaimana dan apa yang dilakukan. Hal tersebut dapat menyebabkan seseorang menarik diri dan tidak mau untuk berinteraksi dengan orang lain dalam lingkungan sosial. Orang yang memiliki perasaan inferior akan menganggap diri mereka lemah, menganggap bahwa orang lain lebih unggul dari dirinya, sehingga menimbulkan perasaan takut untuk menjadi dirinya sendiri serta takut untuk melangkah ke depan. Seseorang akan menjadi superior jika mereka merasakan ketidakmampuan yang kuat tetapi termotivasi untuk mencoba mengatasi masalah dengan inferioritas

---

<sup>1</sup> Elsa Fani Budianto, dkk, *Perasaan Inferior Menjadi Pemicu Stress pada Usia Dewasa Awal*, artikel Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945, (Surabaya: 2021), hlm. 3

mereka. Namun, jika seseorang merasa tertekan atau mudah stres karena rasa rendah diri yang kuat, hal ini dapat berdampak sebaliknya.<sup>2</sup>

Inferioritas pada diri seseorang itu bisa menjadi positif maupun negatif. Ini bisa menguntungkan karena bisa menjadi inspirasi dan pembenaran untuk mencapai prestasi. Jika rasa inferior itu tidak ditangani secara efektif, hal itu dapat menyebabkan perilaku yang tidak pantas. Seseorang yang dapat mengelola dengan baik akan bergerak ke arah perbaikan. Meskipun demikian, hasil buruk akan terjadi jika orang tersebut tidak mampu mengendalikan rasa rendah diri mereka. Jadi hal ini tergantung bagaimana seseorang mengelola perasaan inferior itu, respon atau tanggapan negatif pada perasaan inferioritas akan menjadi kompleks inferioritas atau *inferiority complex*.<sup>3</sup>

Menurut *American Psychological Association*, kompleks inferioritas atau *inferiority complex* adalah kondisi psikologis yang berkembang sebagai akibat dari perasaan tidak mampu dan tidak aman yang disebabkan oleh ketidakmampuan fisik maupun psikologis, baik itu benar-benar terjadi maupun dalam bayangan kita. Emosi tersebut dapat menimbulkan sikap cemas, takut, dan malu. Pada intinya, *inferiority complex* adalah keyakinan bahwa potensi seseorang masih kurang atau bahkan di bawah standar orang lain.<sup>4</sup>

Ada dua tipe *inferiority complex*, pertama yaitu *primary inferiority* yakni perasaan inferior atau perasaan rendah diri yang biasanya tumbuh saat kita masih

---

<sup>2</sup> Elsa Fani Budianto, dkk, *Perasaan Inferior Menjadi Pemicu Stress pada Usia Dewasa Awal*,...hlm. 7

<sup>3</sup> Elsa Fani Budianto, dkk, *Perasaan Inferior Menjadi Pemicu Stress pada Usia Dewasa Awal*....hlm. 9

<sup>4</sup>APA Dictionary of Psychology “*Inferiority Complex*” dalam <https://dictionary.apa.org/inferiority-complex> diakses pada tanggal 20 Februari 2023

kecil atau saat masih anak-anak, tentunya dengan berbagai penyebab, seperti terlalu sering dibandingkan dengan anak-anak lainnya, terlalu sering dimarahi oleh orang tua serta lingkungan sekitarnya dan sebagainya. Sementara yang kedua *secondary inferiority* adalah perasaan rendah diri yang terbawa sampai usia dewasa, sehingga sering merasa berkecil hati, tidak merasa berharga, tidak mampu bergaul secara sehat dengan lingkungan sosialnya dan sejenisnya. Jadi setiap individu pasti pernah merasakan *primary inferiority*, baik itu dibandingkan dengan saudara kandung atau dibandingkan dengan anak tetangga yang lebih pintar, yang selalu ranking di kelas, yang selalu berprestasi atau dengan mereka yang lebih dulu mendapatkan pekerjaan di perusahaan besar impian banyak orang, dan lain-lain. Namun menjadi keputusan kita untuk menjadikan hal tersebut menjadi *secondary inferiority* yang kita bawa sampai dewasa atau tidak.<sup>5</sup>

Setiap manusia mempunyai perasaan inferioritas, bukan hanya orang-orang yang melihat media sosial saja, pada saat kegiatan belajarpun kita bisa melihat di ruang kelas pasti ditemukan anak atau peserta didik yang menunjukkan sikap pemalu, penakut, pasif, agresif dan tidak bisa mengungkapkan perasaan ataupun pendapat.<sup>6</sup> Selain itu juga ditemukan dalam penelitian Mohammad Farhan tentang penerapan konseling di pondok pesantren al-Amri Probolinggo dalam mengatasi inferioritas pada santri, terdapat beberapa

---

<sup>5</sup> Pembahasan mengenai Inferiority Complex dalam Video Youtube Sherly Annavita Rahmi <https://youtu.be/wfvncWd6Y-M>

<sup>6</sup> Nur Laili Amilatul Fadilah, *Pengaruh Perasaan Inferioritas dan Superioritas dalam Mencapai Prestasi Belajar Menurut Teori Alferd Adler*, Makalah Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya, Juni 2021, Hlm 8

santri yang mempunyai perasaan inferior dengan ditandai gejala seperti menarik diri dari pergaulan, takut untuk bertanya kepada ustadzah, minder ketika berbicara di khalayak umum, bahkan saat berbicara terbata-bata, kaki dan tangan gemetar.<sup>7</sup>

Bisa dikatakan bahwa rendah diri itu adalah sikap pengabaian akan potensi besar yang ada pada setiap diri manusia, yang mana potensi itu merupakan anugerah dari Allah swt. Di dalam al-Qur'an terdapat gambaran mengenai perasaan inferior, yaitu pada surat ali-Imran ayat 139 :

Artinya : “Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.” (QS. Ali-Imran: 139)

Ayat tersebut bisa dikategorikan dengan ayat yang berbicara mengenai perasaan inferior atau rendah diri sebab berbicara tentang kegelisahan atau kecemasan serta kesedihan mengenai sesuatu yang telah terjadi. Ayat ini diturunkan pada saat umat Islam sedang berputus asa dan merasa lemah dalam menghadapi kaum musyrikin serta sedih atas apa yang menimpa umat Islam ketika Perang Uhud. Pada saat itulah Allah menurunkan ayat tersebut untuk menghibur hati umat islam dengan anjuran untuk tidak bersikap lemah dan bersedih hati.<sup>8</sup>

<sup>7</sup> Mohammad Farhan Rizqur Rohman, *Penerapan Konseling Realitas dalam Mengatasi Inferoritas pada Santri di Pondok Pesantren Al-Amri Probolinggo*, Skripsi Sarjana Sosial, (Jember: 2022), hlm 48

<sup>8</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir al-misbah: Pesan Kesan dan Keserasian al-Qur'an*, jilid II (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hlm. 226

Dalam kitab tafsirnya Quraish Shihab menafsirkan ayat tersebut dengan dikaitkan pada perasaan rendah diri bahwa, “Janganlah kamu melemah dalam menghadapi musuh-musuhmu dan musuh Allah, kuatkanlah jasmaninya serta jangan pula kamu bersedih hati akibat apa yang telah kamu alami di perang uhud, ataupun peristiwa lainnya yang serupa, akan tetapi kuatkanlah mentalmu. Mengapa kamu lemah dan bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi derajatnya di sisi Allah, di dunia dan di akhirat, di dunia sebab apa yang telah kamu perjuangkan merupakan kebenaran, sedangkan di akhirat sebab kamu menadapatkan surga. Mengapa kamu bersedih padahal yang gugur diantara kamu menuju surga sedangkan yang luka mendapat ampunan, apabila kamu orang mukmin dan yakin bahwa keimanan telah kuat di dalam hatimu.”<sup>9</sup>

Menurut Quraish Shihab, rendah diri itu termasuk penyakit hati. Kebanyakan orang mengira penyakit hati itu di antaranya iri, dengki, hasad, sombong, tamak, riya, dendam dan buruk sangka. Namun ternyata rendah diri juga termasuk penyakit hati. Penyakit hati merupakan suatu kondisi yang memengaruhi hati dan emosi manusia. Jadi seseorang yang mempunyai penyakit hati itu berarti akalanya dan perasaan (*qalb*) tidak sehat. Kesehatan berada pada tempat yang normal dan wajar, jadi apabila tidak wajar bisa jadi ketidakwajarannya itu berkurang dan bisa jadi ketidakwajarannya itu berlebih. Keangkuhan, sombong, riya, tamak itu termasuk ketidakwajaran yang berlebih sedangkan rendah diri itu termasuk ketidakwajaran yang kurang. Jadi dalam

---

<sup>9</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir al-misbah: Pesan Kesan dan Keserasian al-Qur'an*, ..... hlm. 227

kondisi apapun fungsi hati dan akal itu harus seimbang.<sup>10</sup> Penafsiran yang dilakukan oleh M. Quraish Shihab dalam Tafsir al-Misbah ini sangat relevan dengan konteks kehidupan saat ini terutama ketika dikaitkan dengan pembahasan rendah diri.

Dari pembahasan di atas, perasaan rendah diri yang berkepanjangan atau dalam ukuran yang tinggi akan berdampak buruk. Oleh sebab itu diperlukan wawasan serta pemahaman yang relevan dengan rendah diri supaya terhindar dari hal-hal yang tak disukai oleh Allah swt. Selain itu, perasaan inferior dalam perspektif al-Qur'an sangat menarik untuk dikaji sebab merupakan salah satu masalah yang sudah tidak asing lagi dan sering dialami oleh kebanyakan orang di masa sekarang ini tetapi cukup jarang dibahas oleh para ulama. Jadi dalam kajian ilmiah ini penulis akan membahas ayat-ayat yang berbicara mengenai rendah diri dan juga memasukkan pendapat salah satu mufassir yakni M. Quraish Shihab dalam kitab tafsir al-Mishbah terkait dengan ayat tersebut. Dengan demikian penyelesaian untuk masalah rendah diri dapat ditemukan. Maka penulis akan menulis skripsi dengan judul **“RENDAH DIRI PERSPEKTIF AL QUR'AN (Studi atas Tafsir Al Mishbah Karya M. Quraish Shihab)”**.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana penafsiran ayat-ayat tentang rendah diri perspektif Tafsir al-Mishbah ?
2. Bagaimana konsep al-Qur'an dalam mengatasi perasaan rendah diri menurut M. Quraish Shihab ?

---

<sup>10</sup> Kajian M. Quraish Shihab, Penyakit Hati dalam Video Youtube Najwa Shihab <https://youtu.be/Ywu5QyhL8xo>

### C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui penafsiran ayat tentang rendah diri perspektif tafsir al Misbah
2. Untuk memahami konsep al-Qur'an dalam mengatasi perasaan rendah diri

### D. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan secara teoritis

Untuk menambah wawasan penulis tentang bagaimana rendah diri dalam pandangan al-Qur'an dan seorang mufassir.

2. Kegunaan secara praktis

Untuk membantu penulis sendiri maupun masyarakat dalam mengatasi serta menghadapi perasaan rendah diri. Sebagai tambahan atau pelengkap referensi dalam penelitian kepustakaan, khususnya untuk topik-topik yang berkaitan dengan al-Qur'an dan tafsir sehingga bermanfaat dan memudahkan proses pembelajaran serta penelitian.

### E. Tinjauan Pustaka

#### 1. Kerangka Teori

- a. Rendah Diri

Penelitian ini menggunakan teori rendah diri atau dalam istilah psikologinya biasa disebut *inferiority complex* dari Alfred Adler, ia merupakan seorang psikolog, dokter, terapis, sekaligus pendiri awal aliran psikologi individual. Adler adalah pelopor dalam membawa psikiatri ke

dalam bidang psikologi dan menekankan pentingnya komponen sosial dalam mengatur proses individu.<sup>11</sup>

Perasaan inferior bukanlah tanda dari ketidakmampuan seseorang tetapi ini hanya suatu bentuk ketidakmampuan pada dirinya. Perasaan inferior adalah sumber semua kekuatan manusia, di mana semua orang tumbuh, berkembang dan berproses guna mengkompensasikan perasaan inferioritasnya. Jadi bisa diartikan bahwa perasaan inferior merupakan sebuah motivasi yang dimiliki individu untuk perkembangan dirinya. Akan tetapi perasaan inferior yang berkepanjangan dan tidak bisa dikendalikan akan membentuk suatu gangguan yaitu *inferiority complex*.<sup>12</sup>

*Inferiority complex* bukanlah masalah kecil itu adalah penyakit, artinya itu adalah masalah seukuran kehidupan. *Inferiority complex* menjadikan seseorang pemalu, penakut, merasa tidak aman, cemas, ragu-ragu, pengecut, tunduk, patuh dan bisa jadi mengandalkan orang lain untuk mendukung dirinya, bahkan memanipulasi mereka untuk mendukung dirinya. Ada cara lain di mana seseorang merespons inferioritas selain *inferiority complex*. Seseorang itu juga bisa mengembangkan kompleks superioritas. Kompleks superioritas bisa menutupi inferioritas pada dirinya dengan berpura-pura menjadi superior. Jika diri merasa kecil salah satu

---

<sup>11</sup> Alferd Adler, *Seni Memahami Hidup*, penerjemah Cep Subhan KM, (Yogyakarta, CV Jalan Baru, 2021), hlm. 1

<sup>12</sup> Nourmalita, *Perbedaan tingkat Inferirotiy Feeling pada Remaja yang Mengalami Obesitas dengan Status Bekerja dan Tidak Bekerja*, artikel Psychology Forum UMM, 2015, hlm. 195

cara untuk merasa besar adalah dengan membuat orang lain merasa lebih kecil lagi.<sup>13</sup>

b. Tafsir Maudhu'i

Metode tafsir *maudhu'i* biasanya juga disebut dengan metode tematik, yakni mengumpulkan ayat-ayat al-Qur'an yang terkait satu sama lain, dalam artian keduanya membahas satu topik masalah yang sama dan menyusunnya sesuai dengan peristiwa serta motivasi dibalik turunnya ayat-ayat tersebut.<sup>14</sup> Metode tafsir ini dinilai sebagai metode yang paling cocok untuk digunakan di zaman modern ini sebab mampu menjawab permasalahan kekinian. Penelitian ini merujuk pada sebuah metode tafsir *maudhu'i* yang digagas oleh abd Hayy al-Farmawi. Beliau merupakan guru besar pada fakultas Ushuluddin Universitas al-Azhar. Ia memiliki buku yang berjudul *al-Bidayah fii al-Tafsir al-Maudhu'i* dengan menyampaikan langkah-langkah secara detail guna mengaplikasikan metode *maudhu'i*.<sup>15</sup>

Adapun langkah-langkah tersebut sebagai berikut:

- 1) Menentukan suatu topik atau permasalahan yang akan dibahas
- 2) Mengumpulkan ayat-ayat al-Qur'an yang berhubungan dengan topik atau permasalahan tersebut. Hal ini bertujuan guna membatasi ayat-ayat

<sup>13</sup> C. George Boeree, *Personality Theories Alfred Adler*, Departemen Psikologi Universitas Shoppensbrug, 2006, hlm 8

<sup>14</sup>Fahmi Muhammad "abd Hayy al-Farmawi" dalam [https://www.academia.edu/8402088/abd\\_Hayy\\_al\\_Farmawi](https://www.academia.edu/8402088/abd_Hayy_al_Farmawi) , diakses pada tanggal 22 Februari 2023

<sup>15</sup> Badruzzaman M. Yunus, dkk, "Studi Komparatif Pemikiran al-Farmawi, Baqir Shadr dan Abdussatar Fathallah tentang Tafsir Maudhu'i", jurnal Iman dan Spiritualitas, Vol. 1, No. 3, 2021, hlm 290

yang akan diambil sebab tidak semua ayat membicarakan permasalahan tersebut.

- 3) Mengurutkan ayat berdasarkan dengan waktu turunnya dan disertai *asbab al-nuzul-nya*. Yakni menyusun ayat yang sudah dikumpulkan sesuai konteks makiyah dan madaniyah selanjutnya jika terdapat *asbab al-nuzul* harap dicantumkan, hal ini bertujuan guna mengetahui proses penyampaian pesan yang utuh dalam suatu topik atau permasalahan yang akan dikaji.
- 4) Memahami munasabah ayat-ayat yang sudah dikumpulkan dalam surahnya masing-masing sehingga bisa diketahui isi konteks suatu ayat serta hubungannya dengan ayat sesudah dan sebelumnya.
- 5) Menyusun atau membuat suatu kerangka pembahasan yang jelas.
- 6) Menambahkan atau melengkapi dengan hadis yang relevan dengan topik atau permasalahan tersebut untuk menguatkan atau menjelaskan lebih rinci pokok pembahasan sebab ada beberapa ayat al-Qur'an yang baru bisa dipahami secara menyeluruh ketika ditambahkan penjelasan dari hadis.
- 7) Mempelajari ayat-ayat secara keseluruhan guna menemukan titik temu mengenai kesatuan dari ayat-ayat yang dikumpulkan sampai menghasilkan suatu kesimpulan mengenai permasalahan atau topik yang diteliti.

8) Memaparkan hasil penelitian yang menggambarkan solusi al-Qur'an atas permasalahan yang diangkat.<sup>16</sup>

## 2. Penelitian yang Relevan

Perlu diketahui bahwa dalam penyusunan proposal ini, adakah penelitian sebelumnya yang membahas mengenai rendah diri atau pembahasan yang relevan dengan penelitian ini. Penulis sudah mencari beberapa tulisan yang ada. Hal tersebut dikerjakan guna mengetahui sudah sejauh mana pembahasan atau penelitian mengenai rendah diri. Dengan demikian penulis mengemukakan beberapa sumber yang berkaitan dengan rendah diri sebagai berikut:

*Pertama*, artikel karya Kania Cahyaningtyas, dkk, dengan judul “*Inferiority Complex Pada Mahasiswa*”, Artikel ini membahas mengenai pemahaman konsep dasar *inferiority complex* khususnya pada mahasiswa. Metode yang digunakan adalah studi literatur. Berbeda dengan yang akan penulis paparkan di sini, penulis akan mencoba mengangkat tema tersebut dalam kajian al-Qur'an yakni membahas mengenai ayat tentang rendah diri perspektif tafsir al-Misbah karya M. Quraish Shihab, serta konsep al-Qur'an dalam mengatasi perasaan rendah diri.<sup>17</sup>

*Kedua*, artikel karya Suparlan yang berjudul “*Psikologi dan Kepribadian Perspektif al-Qur'an*”, penelitian ini mengkaji ayat-ayat yang berkaitan erat dengan psikologi, serta penelitian ini diharapkan dapat

<sup>16</sup> Moh. Tulus Yamani, *Memahami al-Qur'an dengan Metode Tafsir Maudhu'i*, J-PAI, Vol. 1, No. 2 (Januari-Juni 2015), hlm. 278-279

<sup>17</sup> Cahyaningtyas, Kania, et al. "Inferiority Complex pada Mahasiswa." *Journal of Education and Counseling (JECO)* 1.1 (2020)

menempakan pendapat baru dalam psikologi di bawah pengaruh al-Qur'an. Persamaannya yaitu sama-sama membahas mengenai psikologi namun yang akan penulis bahas adalah psikologi individual yakni rendah diri serta penulis akan lebih fokus pada ayat-ayat mengenai hal tersebut dalam perspektif tafsir al-Misbah karya M. Quraish Shihab.<sup>18</sup>

*Ketiga*, skripsi karya Mohammad Farhan Rizour Rahman, dengan judul “*Penerapan Konseling Realitas dalam Mengatasi Inferioritas pada Santri di Pondok Pesantren al-Amri Probolinggo*” tahun 2022, tujuan dari penelitian ini yaitu untuk menggambarkan kondisi inferioritas yang dirasakan oleh santri di pondok pesantren tersebut, serta guna menggambarkan proses penerapan konseling realitas dalam mengatasi inferioritas di pondok pesantren tersebut. Penelitiannya menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif sedangkan jenis penelitiannya yakni penelitian lapangan. Persamaannya yaitu sama-sama membahas mengenai perasaan inferioritas serta cara mengatasinya di lokasi tertentu. Sedangkan perbedaan dengan yang akan penulis kaji di sini yaitu penulis akan menganalisis ayat-ayat yang membahas mengenai rendah diri dalam al-Qur'an perspektif tafsir al-Misbah karya M. Quraish shihab serta konsep al Qur'an dalam mengatasi perasaan tersebut.<sup>19</sup>

*Keempat*, skripsi karya Arif Rahmad Hakim, dengan judul “*Insecure dalam Ilmu Psikologi ditinjau dari Perspektif al-Qur'an*” tahun 2021, skripsi

---

<sup>18</sup>Suparlan. "Psikologi dan Kepribadian Perspektif Al-Quran." Humanika, Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum (2008).

<sup>19</sup> Mohammad Farhan Rizqur Rohman, *Penerapan Konseling Realitas dalam Mengatasi Inferioritas di Pondok Pesantren al-Amri Probolinggo*, Skripsi Sarjana Sosial, (Jember:2022)

ini membahas tentang wahyu Allah yang berbicara mengenai *insecure* serta dengan menambahkan beberapa pendapat mufasir. Persamaan dengan penelitian ini yakni sama-sama membahas hal-hal yang relevan dengan objek penelitian, sedangkan perbedaannya yaitu ayat-ayat yang akan dianalisis serta penulis akan lebih fokus pada penafsiran salah satu mufassir yakni M. Quraish Shihab dalam tafsir al-Misbah.<sup>20</sup>

*Kelima*, skripsi karya Khansa Fatihatun Nur, dengan judul “*Insecure dalam Perspektif al-Qur’an*” tahun 2021, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi lafadz-lafadz dalam ayat al-Qur’an yang menggambarkan makna perasaan emosi tidak aman (*insecure*), dan juga mempelajari penafsiran para mufassir mengenai lafadz-lafadz tersebut, serta bagaimana cara menanganinya. Deskriptif dan *content analysis* adalah metode yang digunakan. Jenis metode yang digunakannya kualitatif dengan teknik data *library research*. Sedangkan analisis data yang digunakan yaitu tematik atau *maudhu’i*.<sup>21</sup>

*Keenam*, skripsi karya M. Wahid Nasrudin dengan judul “*Gangguan Kecemasan dalam Perspektif al-Qur’an (Pendekatan Psikologi)*” tahun 2018, membahas mengenai fenomena universal kecemasan yang menimbulkan berbagai penyakit. Tujuannya yaitu untuk menyajikan ayat-ayat al-Qur’an yang membahas mengenai kegelisahan atau kecemasan serta memberikan konteks bagaimana al-Qur’an menyikapinya. Penelitian

---

<sup>20</sup> Arif Rahmad Hakim, *Insecure dalam Ilmu Psikologi Ditinjau dari Perspektif Al-Qur’ān*, Skripsi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2021.

<sup>21</sup> Khansa Fatihatn Nur, *Insecure dalam perspektif Al-Qur'an*, Skripsi UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2021.

dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif, jenis penelitiannya yakni kepustakaan dan menggunakan pendekatan tematik-analisis.<sup>22</sup>

Persamaan antara penelitian ini dengan keenam penelitian di atas ialah sama-sama membahas mengenai hal-hal yang berkaitan dengan objek penelitian yakni rendah diri di antaranya tentang psikologi kepribadian, gangguan kecemasan, konseling, dan *insecurity*. Sedangkan fokus dalam penelitian ini akan membahas mengenai ayat-ayat tentang rendah diri dalam perspektif tafsir al-Misbah karya M. Quraish Shihab, dan bagaimana cara mengatasi perasaan rendah diri tersebut. Dari beberapa penelitian di atas, belum ada yang membahas secara spesifik mengenai rendah diri dalam perspektif al-Qur'an. Jadi dapat dikatakan penelitian ini mengandung *novelty* dari segi objek penelitian.

### 3. Kerangka Berfikir

Perasaan rendah diri berhubungan dengan nilai seseorang terhadap dirinya, perasaan bahwa seseorang tidak berharga atau nilai dirinya cuma sebatas itu. Kerja keras dan pertumbuhan seseorang dapat dipicu oleh perasaan inferior. Misalnya, jika seseorang merasa rendah diri tentang pendidikannya, dan memutuskan, “saya tidak memiliki pendidikan tinggi, jadi saya harus berusaha lebih keras dari yang lain”, itulah hal yang diharapkan, namun apabila berfikir, “saya tidak mempunyai pendidikan tinggi, maka saya tidak bisa berhasil”, itulah keadaan di mana seseorang mulai menggunakan perasaan inferiornya sebagai alasan. Jadi pada saat

---

<sup>22</sup> M. Nasrudin Wahid, *Gangguan Kecemasan Dalam Perspektif Al-Qur'an (Pendekatan Psikologi)*, Skripsi UIN Sunan Ampel Surabaya, 2018.

seseorang bersikeras berfikir bahwa “Y adalah situasinya, jadi X tidak dapat dilakukan”, dengan cara seperti itu dalam kehidupan sehari-hari, itu tidak bisa dikategorikan sebagai perasaan inferior tetapi itu merupakan kompleks inferioritas.<sup>23</sup>

Di dalam al-Qur’an ada term-term yang secara implisit membicarakan atau relevan dengan makna rendah diri, yaitu bersikap tidak percaya diri merasa tidak berdaya atau lemah, putus asa, takut, cemas dan juga khawatir serta sedih terhadap apa yang sudah terjadi. Penulis akan membahas beberapa ayat yang mengandung term mengenai hal tersebut diantaranya: *khouf* (takut atau khawatir) dalam surat adz-Dzariyat ayat 28, *yahzanu* (bersedih hati) dalam surat al-Baqarah ayat 38, *tahinu* (bersikap lemah) dalam surat al-Imran ayat 139, *yaiasu* (berputus asa) dalam surat Yusuf ayat 80 dan *halu’a* (keluh kesah) dalam surat al-Ma’arij ayat 19.

Untuk mengetahui makna yang tersimpan dalam al-Qur’an, maka diperlukan penafsiran akurat yang sesuai syari’at. Disini al-Qur’an mempunyai peran penting yang akan menjelaskan berbagai problem salah satunya perasaan rendah diri. Dalam penelitian ini penulis menggunakan kitab tafsir al-Misbah karya M. Quraish Shihab yang mana tafsir tersebut merupakan tafsir kontemporer yang bisa menjawab problem yang ada dalam masyarakat seperti perasaan rendah diri.<sup>24</sup>

<sup>23</sup> Ichiro Kishimi, Fumitake Koga, *Berani Tidak disukai*, Penerjemah Agnes Cynthia, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2019), hlm. 71-72

<sup>24</sup> Ali Gento Berutu, *Tafsir al-Misbah Muhammad Quraish Shihab*, hlm. 7-8 dalam [https://www.academia.edu/34289787/ALI\\_GENO\\_BERUTU\\_TAFSIR\\_AL\\_MISBAH](https://www.academia.edu/34289787/ALI_GENO_BERUTU_TAFSIR_AL_MISBAH) diakses pada tanggal 22 Februari 2023

Menurut Quraish Shihab perlu disadari bahwa rasa takut lahir dari banyak faktor dan dengan berbagai tingkat. Ada yang penyebabnya wajar dan juga ada yang tidak wajar. Dari hal ini setiap manusia harus pintar dalam menghadapi serta menyesuaikan sikapnya dengan apa yang ditakuti.<sup>25</sup> Seperti pada surat al-Baqarah ayat 38:

قُلْنَا اهْبِطُوا مِنْهَا جَمِيعًا فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنِ تَّبِعْ هُدَايَ فَلَا خَوْفٌ

عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ

Artinya: “Kami berfirman: "Turunlah kamu semuanya dari surga itu! Kemudian jika datang petunjuk-Ku kepadamu, maka barang siapa yang mengikuti petunjuk-Ku, niscaya tidak ada kekhawatiran atas mereka, dan tidak (pula) mereka bersedih hati".” (QS. Al-Baqarah: 38)

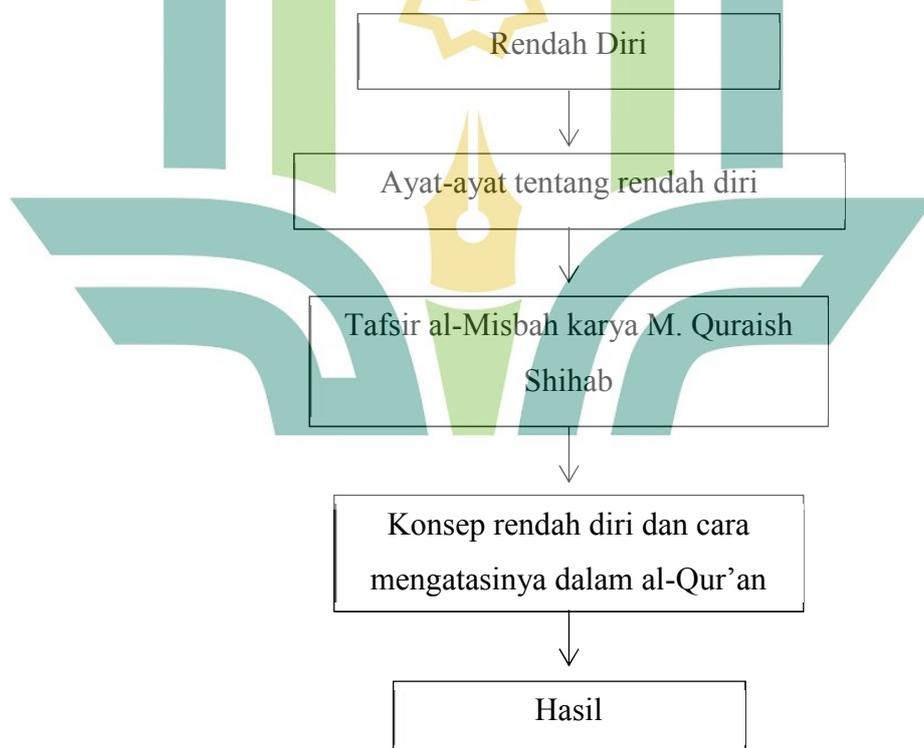
Ayat ini mengisahkan bahwa Allah memerintahkan kepada Adam, Hawa, dan Iblis supaya turun dari surga. Pada akhir ayat Allah menekankan supaya nanti jika datang kepada Adam, Hawa serta anak cucunya maka ikutilah petunjuk Allah (al-Qur'an, Hadis). Janganlah ikut dengan petunjuk yang bertentangan, sebab siapapun yang ikut dengan petunjuk Allah maka rasa takut tidak ada yang mengatasi mereka dan mereka tidak akan bersedih hati pula. Tentu saja kita sebagai manusia tidak akan luput dari rasa takut dan kesedihan, namun itu tidak akan berlanjut.<sup>26</sup> Jadi apabila kita mengikuti petunjuk Allah, menaati perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya ketakutan dan kesedihan itu akan segera berakhir.

<sup>25</sup> M. Quraish Shihab, *Lentera Hati: Pijar Hikmah dan Teladan Kehidupan*, (Tangerang: PT Lentera Hati, 2021), hlm. 91

<sup>26</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir al-misbah: Pesan Kesan dan Keserasian al-Qur'an*, jilid I (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hlm. 167

Dari kata *khauf* (rasa takut), *tahinu* (lemah), *huzn* (sedih), *al-ya'su* (putus asa), dan *halu'a* (gelisah) tersebut memiliki suatu relevansi atau keterkaitan dengan perasaan insecure yang terjadi pada saat ini. Pada saat ini masyarakat Indonesia terkhusus remaja banyak yang mengalami perasaan insecure, hal itu bisa disebabkan dari individu itu sendiri maupun luar individu (lingkungan). Di dalam al-Qur'an juga terdapat masalah seputar perasaan insecure (rasa takut, lemah, sedih, putus asa, dan gelisah). Kedua persoalan tersebut mempunyai solusi yang berorientasi pada akhirat ataupun hal yang berbau teologis.

Adapun untuk mempermudah berkaitan dengan kerangka berfikir maka berikut ini bagan dari kerangka berfikir:



Bagan 1.1

## F. Metode Penelitian

### 1. Jenis Penelitian

Jenis penelitiannya adalah *library research* (penelitian kepustakaan) yakni penelitian yang sumber datanya berasal dari dokumen (buku, artikel ilmiah, jurnal, dan sebagainya), bertujuan untuk menganalisis atau menyelesaikan permasalahan. Dengan demikian penelitian ini menggunakan buku-buku atau kitab yang berkaitan dengan objek penelitian yaitu tentang rendah diri dalam penafsiran al-Qur'an yang diambil dari Tafsir al-Mishbah.

### 2. Data dan Sumber Data

Data dalam penelitian ini bersumber dari tafsir al-Mishbah karya M. Quraish Shihab terhadap ayat-ayat al-Quran. Namun, data untuk penelitian ini dikumpulkan dari berbagai sumber. Sumber data primer dan sumber data sekunder adalah dua kategori di mana sumber dapat diklasifikasikan. Penulis menggunakan buku Tafsir al-Mishbah karya M. Quraish Shihab sebagai sumber informasi utama. Sedangkan sumber data sekunder adalah sumber data lain yang mendukung sumber data primer yang berkaitan dengan rendah diri dalam perspektif al-Qur'an.

Mengenai hal ini, penulis menggunakan sumber data sekunder, seperti buku, tesis, skripsi, jurnal, atau artikel ilmiah sebelumnya yang berkaitan dengan masalah atau topik tentang rendah diri yang akan dibahas oleh penulis. Di antaranya "*Inferiority Complex Pada Mahasiswa*" (artikel Kania Cahyaningtyas, dkk), "*Psikologi dan Kepribadian Perspektif al-Qur'an*"

(artikel Suparlan), dan “*Gangguan Kecemasan dalam Perspektif al-Qur’an (Pendekatan Psikologi)*” (skripsi M. Wahid Nasrudin).

### 3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan datanya yaitu studi dokumentasi, yang melibatkan pengumpulan dan analisis informasi dari gagasan dan penafsiran M. Quraish Shihab yang berkaitan dengan rendah diri di dalam al-Qur’an. Selain dari kitab tafsir, penulis juga menggunakan buku-buku lain yang berkaitan dengan pembahasan yang akan diteliti. Data-data yang sudah terkumpul dengan baik dari tafsir maupun buku kemudian dikelompokkan dan diklasifikasikan ke dalam bab-bab dan sub bab sesuai dengan pembahasan dalam penelitian penafsiran ayat-ayat tentang rendah diri perspektif Tafsir al-Mishbah serta konsep al-Qur’an dalam mengatasi perasaan rendah diri menurut M. Quraish Shihab.

### 4. Teknik Pengolahan Data

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Pengolahan data dalam penelitian kualitatif melibatkan pengumpulan penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan subjek atau pembahasan sesuai fokus penelitian. Dalam situasi ini data sementara yang terkumpul dan data yang sudah ada, bisa diolah dan bisa dilakukan analisis data secara bersamaan, kemudian peneliti akan mencari titik temu terkait dengan pembahasan rendah diri dalam Tafsir al-Mishbah hingga relevansinya dengan konteks tafsir al-Qur’an.

## 5. Teknik Analisis Data

Analisis data ini dilakukan dengan menggunakan metode *content analysis* (analisis isi) yang mana metode ini akan menganalisis data-data yang sudah ditemukan guna mendapatkan kesimpulan bagaimana penafsiran M. Quraish Shihab tentang rendah diri dalam karyanya kitab tafsir al-Misbah serta konsep al-Qur'an dalam mengatasi perasaan tersebut.

## G. Sistematika Penulisan

Penulis menyusun penelitian ini ke dalam beberapa bab untuk mengatur penulisan dan memberikan jawaban atas pertanyaan penelitian.

Bab I pendahuluan yang berisi latar belakang, permasalahan, tujuan dan kegunaan penelitian, tinjauan literatur, metode penelitian, serta sistematika penulisan.

Bab II pembahasan tentang gambaran umum rendah diri yang terdiri dari pengertian dari segi psikologis ataupun pengertian umumnya, serta kaitannya perasaan rendah diri dalam perspektif al-Qur'an.

Bab III membahas tentang profil tafsir al-Mishbah, di dalamnya termasuk biografi penulis tafsir al-Misbah, konteks dimana tafsir al-Misbah ditulis, metode, corak, dan pendapat para ulama mengenai tafsir tersebut, serta penafsiran M. Quraish Shihab tentang rendah diri.

Bab IV analisis penafsiran M. Quraish Shihab mengenai ayat-ayat tentang rendah diri serta analisis konsep al-Qur'an dalam mengatasi perasaan tersebut.

Bab V diakhiri dengan kesimpulan yang memberikan jawaban dari rumusan masalah sebelumnya dan juga dengan saran-saran yang bermanfaat bagi penelitian lebih lanjut.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman. Zen. 2014. *Ya Allah, Kok Hidupku Susah Sekali* (Yogyakarta: KAKTUS)
- Adler, Alferd. 2021. *Seni Memahami Hidup*. penerjemah Cep Subhan KM. Yogyakarta: CV Jalan Baru.
- Anwar. Hamdani. *Telaah Kritis terhadap tafsir al-Misbah Karya M. Quraish Shihab* dalam *Mimbar Agama dan Budaya*. Vol. XIX. No. 2
- APA Dictionary of Psychology “Inferiority Complex” dalam <https://dictionary.apa.org/inferiority-complex> diakses pada tanggal 20 Februari 2023
- Berutu. Ali Gento. *Tafsir al-Misbah Muhammad Quraish Shihab*, dalam [https://www.academia.edu/34289787/ALI\\_GENO\\_BERUTU\\_TAFSIR\\_AL\\_MIS\\_BAH](https://www.academia.edu/34289787/ALI_GENO_BERUTU_TAFSIR_AL_MIS_BAH) diakses pada tanggal 22 Februari 2023
- Boeree C. George. 2006. *Personality Theories Alfred Adler*. Departemen Psikologi Universitas Shoppensbrug
- Budianto, Elsa Fani. dkk. 2021. *Perasaan Inferior Menjadi Pemicu Stress pada Usia Dewasa Awal*. artikel Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
- Departemen Agama RI. 2011. *Al-Qur'an dan Tafsirnya*. Jilid I (Jakarta: Widya Cahya)
- Fadilah, Nur Laili Amilatul Fadilah. 2021. *Pengaruh Perasaan Inferioritas dan Superioritas dalam Mencapai Prestasi Belajar Menurut Teori Alferd Adler*. Makalah Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya
- Federasi. M. Howard. 1996. *Kajian al-Qur'an di Indonesia: Dari Mahmud Yunus Hingga Quraish Shihab*. (Bandung: Mizan)
- Fuad. Abdalbaqi. Muhammad. *Al Mu'jam al Mufahras li Alfadz al Qur'an al Karim*.
- Goei. Garfin *Psikologi Individual ala Alfred Adler*, dalam <https://www.youtube.com/watch?v=n0jcIQESock> diakses pada hari Kamis, 4 Mei 2023
- Hardi. M. *Pengertian Rendah Diri dan Cara Mengatasinya* dalam <https://www.gramedia.com/literasi/rendah-diri-adalah/> diakses pada hari Kamis, 4 Mei 2023

- Irawan.Ade. *Inferiority Complex Adalah Rasa Rendah Diri pada Seseorang Ketahui Penyebabnya*, dalam <https://www.sehatq.com/artikel/inferiority-complex-adalah-rasa-rendah-diri-pada-seseorang-ketahui-penyebabnya> ,diakses pada hari Jum'at, 18 Agustus 2023
- Junaidi. Mahbub. 2011. *Rasionalitas Kalam M. Quraish Shihab*. (Solo: Angkasa Solo)
- Kajian M. Quraish Shihab, *Penyakit Hati* dalam Video Youtube Najwa Shihab <https://youtu.be/Ywu5QyhL8xo>
- Kishimi, Ichiro. Koga, Fumitake. 2019. *Berani Tidak disukai*. Penerjemah Agnes Cynthia. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Manzur. Ibnu. *Lisan al-'Arab*. (Kairo: Dar-alMa'arif)
- Maulani. Gilang. *Penyebab Rasa Rendah Diri dan Cara Mengatasinya*, dalam <https://www.qubisa.com/article/penyebab-rendah-diri-dan-cara-mengatasinya> diakses pada hari jum'at, 5 Mei 2023
- Melinda. Sari. Rizky. *3 Dampak Rasa Percaya Diri Yang Rendah*, dalam <https://yoursay.suara.com/lifestyle/2022/07/04/194533/3-dampak-rasa-percaya-di-ri-yang-rendah-kamu-pernah-mengalaminya> ,diakses pada hari Jum'at, 18 Agustus 2023
- Muhammad, Fahmi. "abd Hayy al-Farmawi" dalam [https://www.academia.edu/8402088/abd\\_Hayy\\_al\\_Farmawi](https://www.academia.edu/8402088/abd_Hayy_al_Farmawi) diakses pada tanggal 22 Februari 2023
- Nourmalita. 2015. *Perbedaan tingkat Inferiorty Feeling pada Remaja yang Mengalami Obesitas dengan Status Bekerja dan Tidak Bekerja*. artikel Psychology Forum UMM
- Pembahasan mengenai *Inferiority Complex* dalam Video Youtube Sherly Annavita Rahmi <https://youtu.be/Ywu5QyhL8xo>
- Penulis Inspiratif Intera. 2021. *Sabar Dalam Istiqomah Ibadah* (Karanganyar: INTERA)
- Priyanto. Joko. 2017. *Makna Gramatikal Kata "Wahn" dalam Al-qur'an dan Hadits,* Al Qalam Vol 34. no. 2
- Rahima. M. Raja. Dkk. 2015. *Penerapan Konseling Kelompok Adlerian untuk Mengurangi Rasa Rendah Diri Siswa Obesitas Jurnal Konselor*. Vol 4. No 1
- Rahmawan. AR. 2019. *Kamus Lengkap Agama Islam* (Yogyakarta: IndoliterasiI)

- Rohman, Mohammad Farhan Rizqur. 2022. *Penerapan Konseling Realitas dalam Mengatasi Inferoritas pada Santri di Pondok Pesantren Al-Amri Probolinggo*. Skripsi Sarjana Sosial. Jember.
- Shihab, M. Quraish Shihab. 2002. *Tafsir al-misbah: Pesan Kesan dan Keserasian al-Qur'an*. Volime 1-15. Jakarta: Lentera Hati.
- Shihab. M. Quraish Shihab. 2021. *Lentera Hati: Pijar Hikmah dan Teladan Kehidupan*. Tangerang: PT Lentera Hati.
- Shihab. M. Quraish. 2007. *Membaca Sirah Nabi Muhammad Saw, Dalam Sorotan al-Qur'an dan Hadits-hadits Shahih*. (Tangerang: Lentera Hati)
- Shihab. M. Quraish. 2007. *Rasionalitas al-Qur'an, Studi Kritis atas Tafsir al-Manar*. (Tangerang: Lentera Hati)
- Shihab. M. Quraish. 2013. *Secercah Cahaya Ilahi*. (Bandung: Mizan)
- Shihab. M. Quraish. 2015. *Kaidah Tafsir*. (Tangerang: Lentera Hati)
- Shihab. Muhammad. Quraish. 1999. *Membumikan al-Qur'an: Fungsi dan Peran Wahyu dalam Kehidupan Masyarakat*. (Bandung: Mizan)
- Sidiq. Zulkifli. *Psikologi Individual Alfred Adler*, Jurnal Pendidikan Luar Biasa
- Staf Psikology Today, *Terapi Adlerian*, dalam <https://www.psychologytoday.com/us/therapy-types/adlerian-therapy> diakses pada hari Jum'at, 28 Agustus 2023
- Suryabrata. Sumadi. 2008. *Psikologi Kepribadian*. (Jakarta, PT. Raja Grafindo)
- Team Lentera Hati. Katalog. 2014. *Terpercaya. Mencerahkan. Inspiratif*. (Tangerang: Lentera Hati)
- Warson. Munawwir. Ahmad. 1997. *Al Munawwir Kamus Arab Indonesia* (Surabaya: Penerbit Pustaka Progresif)
- Wartini. Atik. 2014. *Corak Penafsiran M. Qurais Shihab dalam Tafsir al-Misbah*. (Jurnal KMIP UNY) Vol. 11. No. 1
- Yamani, Moh. Tulus Yamani. 2015. *Memahami al-Qur'an dengan Metode Tafsir Maudhu'i*. J-PAI. Vol. 1, No. 2.
- Yunus, Badruzzaman M. dkk. 2021. *Studi Komparatif Pemikiran al-Farmawi, Baqir Shadr dan Abdussatar Fathallah tentang Tafsir Maudhui*. jurnal Iman dan Spiritualitas. Vol. 1, No. 3,

Yunus. Muhammad. 2010. *Kamus Arab - Indonesia* (Jakarta: PT. Mahmud Yunus Wa Dzuriyah)

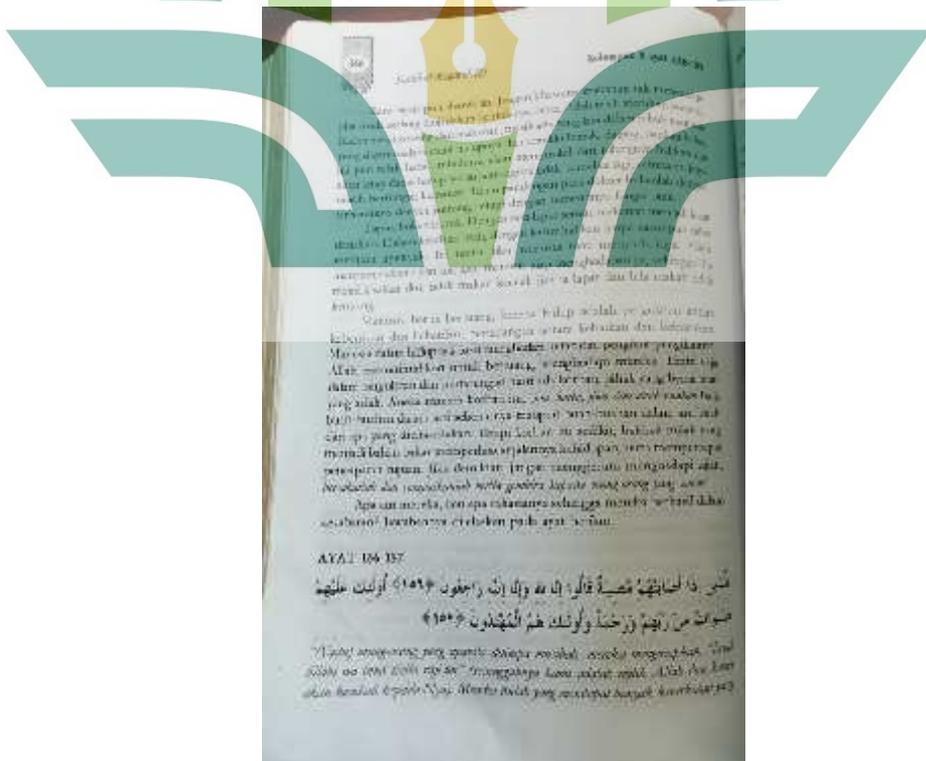
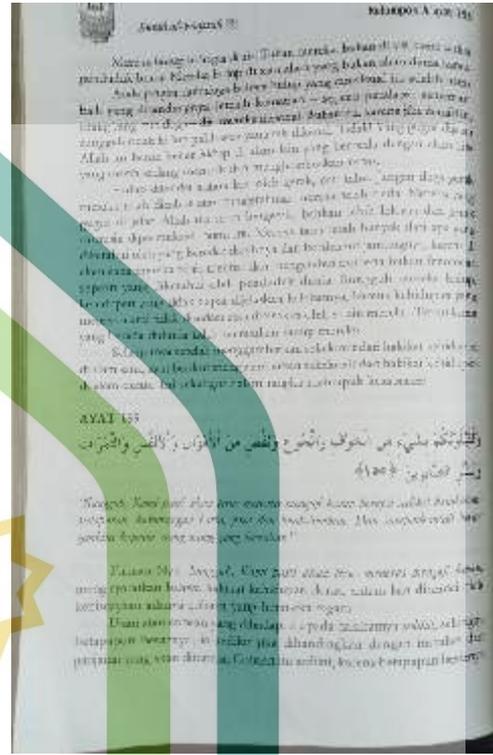
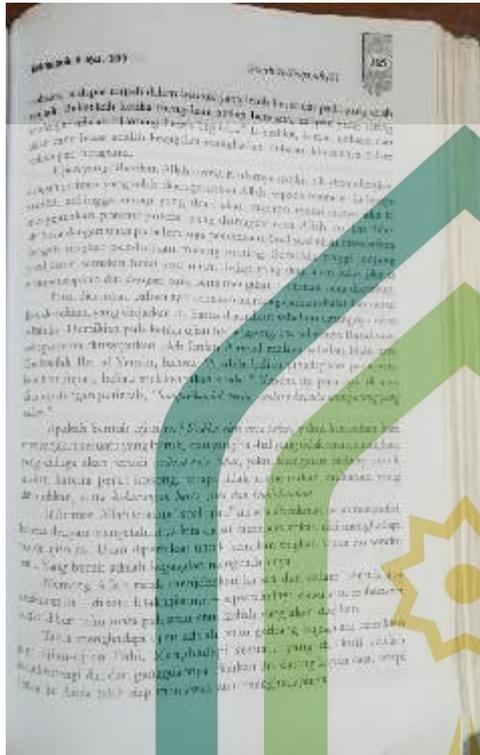
Yusuf. Syamsu. 2018. *Kesehatan mental: Perspektif Psikologis Dan Agama* (Bandung: Remaja Rosdakarya)



# LAMPIRAN

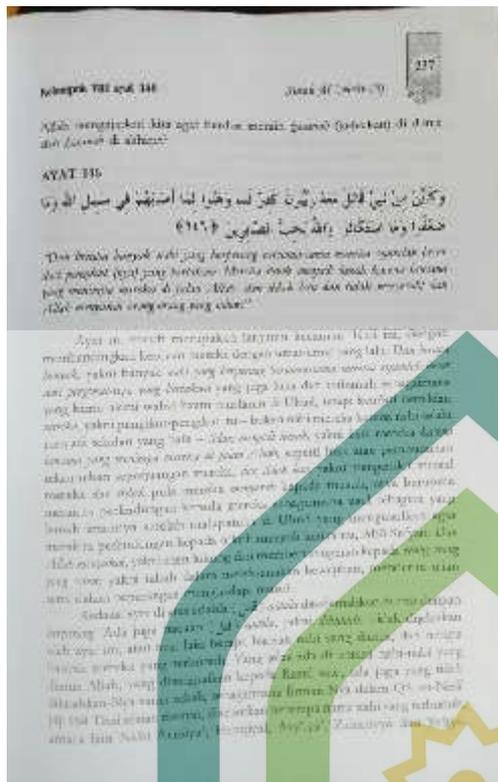
## Penafsiran ayat-ayat tentang rendah diri dalam tafsir al-Misbah:

### 1. Penafsiran surat al-Baqarah ayat 155

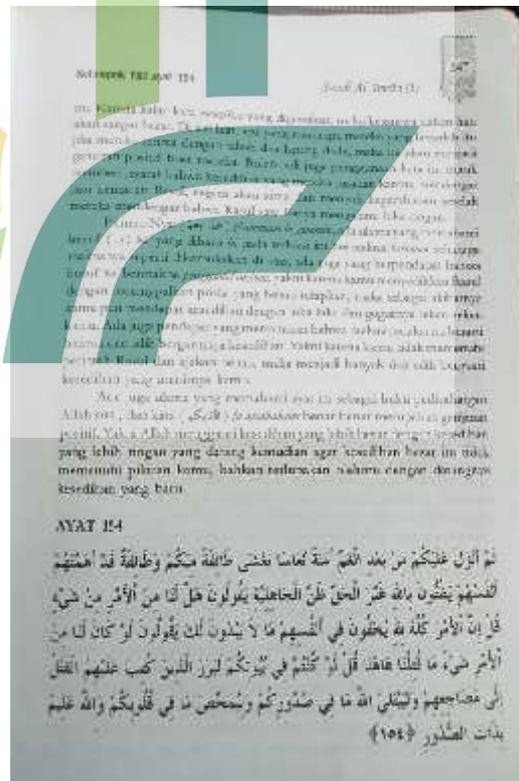








5. Penafsiran surat ali-Imran ayat 153









KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN

FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

Jl. Pahlawan KM. 5 Rowolaku Kajen Kab. Pekalongan Kode Pos 51161

Website: [fuad.uingusdur.ac.id](http://fuad.uingusdur.ac.id) | email : [fuad@uingusdur.ac.id](mailto:fuad@uingusdur.ac.id)

### SURAT KETERANGAN *SIMILARITY CHECKING*

Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah (FUAD) UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan menerangkan bahwa naskah skripsi atas nama mahasiswa:

Nama : Lia Mupliha

Nim : 3119008

Prodi : Ilmu al-Qur'an dan Tafsir

Judul : Rendah diri perspektif Al Qur'an (Studi atas Tafsir Al Misbah Karya M. Quraish Shihab)

telah melalui tahap *plagiarism checking* menggunakan aplikasi Turnitin, dengan keterangan:

Waktu Submit : 25 Agustus 2023

Hasil (Similarity) : 21%

Oleh karenanya naskah tersebut dinyatakan **LOLOS** dari plagiarisme. Surat Keterangan ini berlaku selama 1 (satu) semester sejak diterbitkan untuk dijadikan sebagai syarat pendaftaran ujian/munaqasyah skripsi.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Pekalongan, 25 Agustus 2023

a.n Dekan,

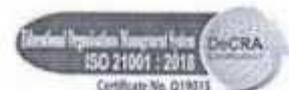
Ketua Prodi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir



Mishakbudin, Lc., M.Ag

Visi : "Terwujudnya Fakultas yang terkemuka dan kompetitif di tingkat global dalam pengembangan harmonisasi ilmu dan agama di bidang Ushuluddin Adab dan Dakwah menuju masyarakat yang salih, cerdas, unggul, dan moderat"

JAS-ANZ





LEMBAR PEMERIKSAAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Drs. H. S. Kohar  
NIP : 196607152003021001  
Pangkat, Golongan, Ruang : Penata TK.I (III/d)  
Jabatan : JFT PTP / Sub Koordinator Akma FUAD

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Lia Mupliha  
NIM : 3119008  
Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir  
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Telah selesai melaksanakan pemeriksaan Skripsi sesuai dengan aturan yang disahkan dan diterapkan di Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah. Oleh karena itu, untuk selanjutnya skripsi saudara/i segera dijilid sesuai dengan warna fakultas dan kode warna yang ditetapkan oleh STATUTA UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan. Atas perhatian dan kerja sama saudara/i, kami ucapkan terima kasih.

Pekalongan, 02 November 2023  
Mengetahui,



Sub Koordinator AKMA FUAD

*[Handwritten Signature]*  
Drs. H. S. Kohar  
NIP. 196607152003021001

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### A. Identitas Diri

Nama : Lia Mupliha  
NIM : 3119008  
Tempat/Tanggal Lahir : Brebes, 26 Juni 2001  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Kewarganegaraan : Indonesia  
Agama : Islam  
Alamat : Dukuh Ciheuleut, RT: 01, RW: 08, No. 32, Desa  
Sindangwangi, Kecamatan Bantarkawung,  
Kabupaten Brebes  
Telepon : 083837384633  
Email : [liamupliha26@gmail.com](mailto:liamupliha26@gmail.com)

### B. Identitas Orang Tua

Nama Ayah : Castub Nurudin  
Pekerjaan : Petani  
Nama Ibu : Cicih Mintarsih  
Pekerjaan : Petani  
Alamat : Dukuh Ciheuleut, RT: 01, RW: 08, No. 32, Desa  
Sindangwangi, Kecamatan Bantarkawung,  
Kabupaten Brebes

### C. Riwayat Pendidikan

#### Formal

1. SDN 04 Sindangwangi : Lulus Tahun 2013
2. SMPN 01 Bantarkawung : Lulus Tahun 2016
3. MAN 02 Brebes : Lulus Tahun 2019
4. UIN. K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan : Lulus Tahun 2023

#### Non Formal

1. Madrasah Diniyah Manarotussalam, Desa Sindangwangi. Pada Tahun 2009-2012
2. Pondok Pesantren Ibda Binafsi Bumiayu, Brebes. Pada Tahun 2017
3. Pondok Pesantren Baiturrahim Bumiayu, Brebes. Pada Tahun 2018-2019
4. Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Darul Ishlah Pekalongan. Pada Tahun 2020-2021

Demikian daftar riwayat hidup ini saya buat dengan sebenar-benarnya\*/untuk dipergunakan seperlunya.

