

ABSTRAK

Santika Choirunnisa (1181060072): “Konsep Self-love Perspektif Hadis”

Isu kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi telah meningkat secara global. *Self-love* atau cinta diri dianggap penting dalam berbagai teori psikologi, seperti hierarki kebutuhan Abraham Maslow, pengembangan diri Carl Rogers, dan *self-compassion* Kristin Neff. Namun, Islam memiliki konsep *Itsar*, yakni mendahulukan kepentingan orang lain meskipun diri sendiri juga membutuhkan, yang dianggap sebagai puncak keutamaan iman, sehingga kedua pemahaman tersebut menimbulkan pertanyaan apakah *self-love* bertentangan dengan nilai Islam. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis konsep *self-love* dalam perspektif hadis, menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode tematik. Dimulai dengan menelusuri hadis-hadis yang berhubungan dengan cinta terhadap diri sendiri, hasil penelitian menunjukkan bahwa, konsep *self-love* dalam perspektif hadis dapat dipahami melalui tiga prinsip utama. Pertama, *self-love* sebagai dasar mencintai orang lain dengan seimbang. Kedua, *self-love* adalah bagian dari tanggung jawab seorang mukmin untuk menjaga amanah dirinya sebelum ia memikul amanah orang lain. Ketiga, *self-love* berarti menjaga hak-hak tubuh, dan menghormati batas kemampuan. Dengan demikian, perbedaan orientasi terhadap *self-love* dengan *itsar* bukanlah prinsip yang saling berlawanan, namun saling melengkapi. Karena *self-love* merupakan fondasi sedangkan *itsar* adalah puncak kebaikan yang hanya bisa dilakukan jika fondasinya kuat.

Kata Kunci: Hadis, *Self-love*, Kesehatan Mental.