ANALISIS KARAKTERISTIK INTROVER MENURUT PANDANGAN SUSAN CAIN DAN RELEVANSINYA DENGAN QS. AR-RA'DU AYAT 11

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Sosial (S.Sos.)

Oleh:
Sausan Fajriyati
NIM. B53217071

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
2021

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:
Nama : Sausan Fajriyati
NIM : B53217071
Prodi : Bimbingan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul ***Analisis Karakteristik Introver Menurut Pandangan Susan Cain dan Relevansinya dengan QS. Ar-Ra'du Ayat 11*** adalah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi tersebut diberi tanda sitasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas karya skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang saya peroleh dari skripsi tersebut.

Surabaya, 14 Juli 2021
Yang membuat pernyataan,

SAUSAN FAJRIYATI
NIM. B53217071

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama	: Sausan Fajriyati
NIM	: B53217071
Program Studi	: Bimbingan Konseling Islam
Judul Skripsi	: Analisis Karakteristik Introver Menurut Pandangan Susan Cain dan Relevansinya dengan QS. Ar-Ra'du Ayat 11

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 14 Juli 2021

Menyetujui,
Pembimbing,

Dr. Hj. Ragwan Albaar, M.Fil.I.
NIP. 196303031992032002

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

ANALISIS KARAKTERISTIK INTROVER MENURUT PANDANGAN SUSAN CAIN DAN RELEVANSINYA DENGAN QS. AR-RA'DU AYAT 11

SKRIPSI

Disusun Oleh
Sausan Fajriyati
Telah diuji dan dinyatakan lulus ujian Sarjana Satu pada tanggal 16 Juli 2021

Tim Penguji,

Penguji I,	**Penguji II,**
Dr. Hj. Ragwan Albaar, M.Fil.I.	**Dra. Faizah Noer Laela, M.Si.**
NIP. 196303031992032002	**NIP. 196012111992032001**
Penguji III,	**Penguji IV,**
Drs. H. Abd. Basyid, MM.	**Yusria Ningsih, S,Ag., M.Kes.**
NIP. 196009011990031002	**NIP. 197605182007012022**

Surabaya, 28 Juli 2021
Dekan,

Dr. H. Abdul Halim, M.Ag.
NIP. 196307251991031003

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN
Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : SAUSAN FAJRIYATI
NIM : B53217071
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi/Bimbingan Konseling Islam
E-mail address : sausanfajriyati24@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :
■ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (……)
yang berjudul :

ANALISIS KARAKTERISTIK INTROVER MENURUT PANDANGAN SUSAN CAIN DAN RELEVANSINYA DENGAN QS. AR-RA'DU AYAT 11

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara ***fulltext*** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 27 Oktober 2021

Penulis,

(**SAUSAN FAJRIYATI**)

ABSTRAK

Sausan Fajriyati, NIM. B53217071, 2021, *Analisis Karakteristik Introver Menurut Pandangan Susan Cain dan Relevansinya dengan QS. Ar-Ra'du Ayat 11*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik introver menurut pandangan Susan Cain dan relevansinya dengan QS. Ar-Ra'du ayat 11, serta implementasi nilai-nilai konseling Islam yang ada.

Penelitian ini menggunakan jenis metode kualitatif dengan pendekatan analisis isi (*content analysis*). Sumber primer untuk penelitian ini adalah buku karya Susan Cain yang berjudul Quiet: Daya Introvert di dalam Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara.

Hasil yang didapat dari penelitian ini antara lain: (1) Analisis karakteristik introver yang membedakannya dengan ekstrover menurut pandangan Susan Cain dapat dibagi menjadi tiga kategori, yaitu berdasarkan tingkat stimulus luar yang diperlukan supaya berfungsi dengan baik, kebiasaan kerja, dan gaya sosial; (2) Terdapat relevansi antara karakteristik introver dengan QS. Ar-Ra'du ayat 11; (3) Implementasi nilai-nilai konseling yang dapat diambil dari penelitian ini yakni nilai syukur, toleransi, dan ikhtiar.

Kata Kunci: Introver, QS. Ar-Ra'du Ayat 11, Nilai-nilai Konseling Islam.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ABSTRACT

Sausan Fajriyati, NIM. B53217071, 2021, *Analysis of Introvert Characteristics According to Susan Cain's View and Its Relevance to QS. Ar-Ra'du Verse 11*.

This study aims to determine the characteristics of introverts according to Susan Cain's view and its relevance to QS. Ar-Ra'du verse 11, and also the implementation of existing Islamic counseling values.

This research uses qualitative method with content analysis approach. The primary source for this research is a book by Susan Cain entitled Quiet: The Power of Introverts in a World That Can't Stop Talking.

The results obtained from this study include: (1) An analysis of the characteristics of introverts that distinguish them from extroverts according to Susan Cain's view can be divided into three categories, namely based on the level of external stimulus needed to function properly, work habits, and social style; (2) There is relevance between introverted characteristics and QS. Ar-Ra'du verse 11; (3) Implementation of counseling values that can be taken from this research, namely the values of gratitude, tolerance, and endeavor.

Keywords: Introvert, QS. Ar-Ra'du Verse 11, Islamic Counseling Values.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR ISI

Lembar Persetujuan Pembimbing ii
Lembar Pengesahan Ujian Skripsi iii
Motto iv
Pernyataan Otentisitas Skripsi v
Abstrak vi
Abstract vii
Kata Pengantar viii
Daftar Isi x
Daftar Tabel xii
BAB I PENDAHULUAN
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Rumusan Masalah 6
C. Tujuan Penelitian 6
D. Manfaat Penelitian 6
E. Definisi Konsep 7
F. Sistematika Pembahasan 9
BAB II KAJIAN TEORETIK
A. Kerangka Teori 11
1. Tipe Kepribadian Introver 11
2. Biografi Susan Cain 21
3. QS. Ar-Ra'du Ayat 11 23
4. Introver Perspektif Islam 29
B. Penelitian Terdahulu yang Relevan 31
BAB III METODE PENELITIAN
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian 35
B. Jenis dan Sumber Data 38
C. Teknik Analisis Data 39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN
A. Hasil Penelitian 43
1. Analisis Karakteristik Introver Menurut Pandangan Susan Cain 43
2. Relevansi Karakteristik Introver dengan QS. Ar-Ra'du Ayat 11 49

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3. Implementasi Nilai-nilai Konseling Islam dari Hasil Penelitian 52
B. Pembahasan..... 554
1. Analisis Karakteristik Introver menurut Pandangan Susan Cain 54
2. Relevansi Karakteristik Introver dengan QS. Ar-Ra'du Ayat 11..... 68
3. Implementasi Nilai-nilai Konseling Islam dari Hasil Penelitian 72
BAB V PENUTUP
A. Kesimpulan 84
B. Saran dan Rekomendasi..... 86
C. Keterbatasan Penelitian..... 87
Daftar Pustaka..... 88
Biografi Peneliti 95

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
2.1	Terjemah perkata QS. Ar-Ra'du ayat 11	23
4.1	Hasil Analisis Karakteristik Introver	48
4.2	Analisis karakteristik Introver Menurut Pandangan Susan Cain	55

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada dasarnya, manusia merupakan satu kesatuan yang tersusun oleh elemen fisik dan elemen jiwa. Elemen fisik yang berupa pancaindra bertugas sebagai reseptor dari stimulus atau rangsangan dari luar yang kemudian menghasilkan persepsi atau citra terhadap lingkungan. Sedangkan elemen jiwa berkaitan dengan pikiran dan perasaan yang merupakan hasil dari kerja otak manusia dan bersifat abstrak namun masih bisa dirasakan. Elemen jiwa inilah yang membentuk suatu konsep pada diri manusia untuk melandasi sikap terhadap stimulus dari lingkungan yang ditangkap oleh pancaindra. Konsep tersebut yang kemudian dianggap sebagai karakter atau sifat bawaan. Namun, kemampuan manusia dalam menerjemahkan stimulus dari lingkungan berbeda-beda, dan konsep yang dibentuk pada diri masing-masing pun akan berbeda. Hal tersebut bisa terjadi salah satunya disebabkan oleh keterbatasan fisik pada alat indra. Sedangkan perbedaan konsep diri pada manusia disebabkan oleh perbedaan karakter dan kepribadian yang dimiliki.[1]

Menurut Carl Jung, tipe kepribadian terbagi menjadi 2, yaitu introver dan ekstrover. Sikap introversi mengarahkan pribadi kepada pengalaman yang subjektif, memusatkan diri pada dunia dalam dan privat di mana realita hadir dalam bentuk hasil amatan, cenderung menyendiri, pendiam, tidak ramah, bahkan antisosial. Sedangkan sikap ekstroversi adalah sebaliknya, yakni mengarahkan pribadi ke pengalaman objektif, memusatkan perhatiannya ke dunia

[1] Dio Guna Putra, Antony Sihombing, "Pengaruh Kepribadian Introvert Terhadap Karakter Ruang Belajar Mahasiswa", *Skripsi*, Fakultas Teknik Universitas Indonesia, 2014, 1.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

luar alih-alih berpikir mengenai persepsinya, cenderung berinteraksi dengan orang sekitarnya, aktif, dan ramah.[2]

Introversi pada dasarnya adalah sejenis temperamen dan tidak sama dengan rasa malu ataupun memiliki kepribadian yang suka menyendiri. Introversi juga bukan sebuah patologis ataupun sesuatu yang dapat diubah. Manusia bisa belajar untuk bekerja dengannya dan bukan melawannya. Ciri terkuat introver yang membedakannya dari ekstrover adalah sumber energinya, di mana introver menarik energi dari dunia internal ide, emosi, dan pengaruh. Dapat dikatakan bahwa introver adalah penghemat energi. Jika mendapat stimulasi berlebihan dari dunia luar, introver akan mengalami perasaan tidak nyaman dan akan merasa gelisah. Maka introver perlu membatasi pergaulan dengan dunia luar agar tidak banyak energi yang terkuras. Namun, introver juga perlu menyeimbangkan waktu untuk sendiri dengan waktu untuk dunia luar agar mendapat koneksi.[3]

Akibatnya, introver sering terasingkan dalam kehidupan sosial. Seorang introver akan dipandang sebagai sosok yang sombong, tidak ramah, tidak pandai bergaul, pemalu, antisosial, dan lain-lain. Stigma-stigma tersebut sudah sangat melekat dengan introver yang menjadikan kepribadian ini seperti berada di kelas bawah. Padahal, introver bukanlah pribadi yang suka menyendiri, hanya saja mereka mendapatkan energi dengan menyendiri dan melakukan refleksi.

Selain itu, tidak sedikit peneliti yang beranggapan bahwa introver adalah suatu penyakit mental yang harus diatasi atau diobati. Seperti pada penelitian berjudul "Terapi Rasional Emotif dalam Menangani Siswa Introvert" oleh Ismiyawati yang dalam latar belakangnya menyatakan bahwa sifat

---

[2] Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang: UMM Press, 2018), 50.

[3] Marti Olsen Laney, *The Introvert Advantages: How To Thrive in An Extrovert World*, (New York: Workman Publishing Company, 2002), 2.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ekstrover akan cenderung memiliki kepribadian yang lebih sehat dibanding dengan individu yang memiliki sifat introver. Dalam hal kepemimpinan pun introver sering dianggap tidak mampu. Ada asumsi yang tidak terucap dalam masyarakat bahwa pemimpin yang ramah dan pandai berteman akan menjadi paling efektif di lingkungan manapun, sedangkan pemimpin yang sederhana dan tidak menonjolkan diri pada akhirnya akan gagal.[4] Hal tersebut membuat orang berpikir bahwa orientasi ke dalam adalah sebuah masalah, bukan peluang[5] dan juga membuat sosok-sosok introver terpaksa harus berperilaku seperti ekstrover atau "menjadi orang lain" ketika berada dalam lingkungan sosial karena ekstroversi telah dijadikan sebagai standar gaya kepribadian.

Para introver bisa mengalami krisis kepercayaan diri karena dianggap memiliki kekurangan atau masalah kejiwaan pada dirinya. Introver seperti memiliki hambatan dan kesulitan untuk menunjukkan bakat dan kemampuan yang ada pada dirinya. Introver juga bisa mengalami stres akibat tidak diterima oleh lingkungannya, bahkan selalu dituntut untuk berubah menjadi ekstrover yang lebih sesuai dengan harapan sosial. Introver akan semakin membatasi diri dari hubungan sosial karena rasa tidak nyaman yang dirasakan akibat pandangan negatif tentangnya dan menyebabkan lingkungan semakin menguatkan pemikirannya bahwa introver adalah sebuah kesalahan.

Situasi diperparah dengan banyaknya orang yang menjadikan "introver" sebagai alasan atau tameng ketika melakukan hal-hal yang tidak disenangi sekitar. Orang-

---

[4] Candace Atamanik, "The Introvert leader: Examining The Role of Personality and Environment", *Center for Leadership Current Research*, (Florida International University, 2013), 2.

[5] Laurie Helgoe, *Introvert Power: Why Your Inner Life is Your Hidden Strength*, (Napperville: Sourcebook, 2008), 13.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

orang yang tidak mau bergaul dengan teman-temannya, tidak aktif mengikuti kegiatan sosial di lingkungannya, tidak berkenan menyapa atau bertamu terlebih dahulu, tidak berani bicara di depan umum, dan selalu mengurung diri sendirian selalu beralibi bahwa mereka adalah orang yang introver. Mereka menjadikan introver sebagai alasan ketika mereka tidak memiliki semangat dan keinginan untuk maju dan berkembang. Mereka seakan lebih senang bersembunyi di balik kepribadian introver untuk terus mengelak tuduhan-tuduhan buruk yang didapat dari perbuatannya dibandingkan berusaha untuk merubah pandangan orang-orang sekitar tentang introver.

Berkaitan dengan hal tersebut, Allah Swt. telah berfirman dalam QS. Ar-Ra'du ayat 11 yang berbunyi:

إِنَّ اللهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتّٰي يُغَيِّرُوْا مَا بِأَنْفُسِهِمْ

Artinya: "Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri".[6]

Dalam penggalan ayat tersebut, Allah menerangkan bahwa setiap orang harus melakukan segala sesuatu dengan maksimal supaya mendapatkan hasil yang optimal. Dengan begitu, Allah akan merubah keadaannya menjadi lebih baik. Sebaliknya, keadaan buruk yang terjadi atau menimpa seseorang diakibatkan oleh perbuatannya sendiri, kecuali orang tersebut mau merubah keadaannya. Karena setiap proses adalah gambaran dari hasil yang akan diperoleh.

Senada dengan isi kandungan dari ayat di atas, buku berjudul "Quiet: The Power of Introverts in A World That Can't Stop Talking" yang ditulis oleh Susan Cain, seorang penulis, pembicara, sekaligus mantan pengacara yang berasal dari Amerika menjelaskan hal serupa. Buku yang ditulis selama 7 tahun dengan penelitian itu terbit pada tahun

[6] Al-Qur'an, *Ar-Ra'du*: 11.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2012 dan terjual laris serta telah diterjemahkan ke dalam 40 bahasa. Dalam Quiet, Cain berusaha mengubah pandangan dunia mengenai introver. Cain melakukan banyak penelitian untuk bisa membuktikan bahwa introver juga bisa menjadi sosok pemimpin yang hebat meskipun dianggap sebagai kepribadian kelas bawah. Dalam buku ini disampaikan pula bagaimana introver bekerja, bersosial, dan berinteraksi di dalam lingkungan yang menerapkan model ekstrover. Selain itu, Cain yang merupakan seorang introver juga mengajak orang-orang yang sama sepertinya untuk bisa menerima diri sendiri dan membuktikan bahwa introver bisa melakukan setiap hal yang ekstrover lakukan, bukan berusaha menjadi ekstrover untuk bisa diterima oleh sosial karena hal tersebut akan menguras tenaga, keaslian, dan bahkan kekuatan fisik. Menurut Cain, setiap orang perlu menempatkan diri mereka di bawah pencahayaan yang tepat karena mereka memiliki perannya tersendiri bagi dunia dan harus memberikan sumbangsih yang sesuai.

Berdasarkan fenomena yang telah disebutkan di atas, seorang konselor harus bisa menggali potensi-potensi yang dimiliki oleh introver, khususnya yang tersembunyi, untuk melakukan asesmen sebelum melanjutkan proses konseling. Konselor juga harus bisa memahami perilaku dan cara menghadapi konseli dengan kepribadian introver untuk menghindari justifikasi negatif yang akhirnya akan membuat konseli bersikap resisten.

Penelitian ini bukan bertujuan untuk membandingkan kelebihan potensi antara introver dan ekstrover, tidak juga berusaha menekankan bahwa introver adalah lebih baik dari ekstrover ataupun sebaliknya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui fakta dari kepribadian introver lebih dalam melalui sudut pandang Susan Cain dalam buku terlarisnya yang berjudul Quiet: Daya Introvert di dalam Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana analisis karakteristik introver menurut pandangan Susan Cain dalam buku Quiet?
2. Bagaimana relevansi introver dalam buku Quiet dengan QS. Ar-Ra'du ayat 11?
3. Bagaimana implementasi nilai-nilai konseling Islam dari hasil penelitian?

C. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui analisis karakteristik introver menurut pandangan Susan Cain dalam buku Quiet.
2. Mengetahui relevansi introver dalam buku Quiet dengan QS. Ar-Ra'du ayat 11.
3. Mengetahui implementasi nilai-nilai konseling Islam dari hasil penelitian.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini dapat memberikan manfaat teoretis dan praktis antara lain sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis

   Penelitian ini diharapkan dapat menambah kekayaan ilmu pengetahuan tentang introver dalam pandangan salah satu tokoh dunia, juga relevansinya QS. Ar-Ra'du ayat 11. Sedangkan manfaat untuk program studi BKI adalah sebagai tambahan referensi untuk materi bimbingan konseling tentang salah satu tipe kepribadian, juga kaitannya dengan ayat Alquran yang merupakan sumber hukum Islam paling utama yang digunakan konselor dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling.
2. Manfaat Praktis

   Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk dijadikan referensi atau rujukan oleh peneliti berikutnya yang akan melakukan penelitian yang sejenis. Sedangkan manfaat untuk program studi BKI adalah sebagai acuan untuk konselor sebelum melakukan proses

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

asesmen dalam konseling dengan seseorang yang berkepribadian introver.

E. Definisi Konsep

1. Introver

Introver dalam buku Quiet karya Susan Cain mengambil dan menggunakan definisi-definisi dari para ahli seperti pemikiran pengikut Jung mengenai dunia batin "pesona tanpa batas", penelitian Jerome Kagan mengenai kereaktifan tinggi dan kecemasan, karya Elaine Aron mengenai sensitivitas pemrosesan sensor dan hubungannya dengan kehati-hatian, penelitian Gerald Matthew mengenai ketekunan dan konsentrasi yang dilakukan para introver saat memecahkan masalah, serta pengalaman subjektif dari introver sendiri.[7]

Seorang introver memperhatikan faktor subjektif dan tanggapan batin. Orang seperti itu cenderung menikmati kesendirian dan mengarahkan perharian terutama pada faktor-faktor subjektif dan lebih berpusat pada diri sendiri, dan karenanya lebih cenderung memiliki kemandirian dalam menilai. Seorang introver cenderung memiliki teman yang relatif sedikit dan sangat setia kepada mereka, tetapi cenderung canggung dalam situasi sosial dan mungkin teliti, pesimis, dan kritis.[8] Seseorang dengan tipe kepribadian ekstrover akan lebih senang berinteraksi bersama lingkungannya dibandingkan dengan seseorang yang memiliki tipe kepribadian introver. [9] Karena hal tersebut, introver seringkali

---

[7] Susan Cain, *Quiet: Daya Introvert di dalam Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara*, (Yogyakarta: Penerbit Andi, 2013), 336.

[8] Mary Ann Mattoon, *Jung and The Human Psyche: An Understandable Introduction*, (London: Routledge, 2005), 21.

[9] Dominika, Stefani Virlia, "Hubungan Tipe Kepribadian Ekstrovert-Introvert dengan Penerimaan Sosial Pada Siswa", *Konselor*, Vol. 7, No. 1, 2018, 32.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dianggap tidak ramah, tidak suka berteman, antisosial, dan lainnya.

Introver tidak mudah dalam mengekspresikan pikiran dan perasaannya di media sosial. Pribadi introver adalah orang yang lebih mementingkan dunia internal, pikiran, perasaan, fantasi, dan mimpi yang terbentuk pada dirinya sendiri.[10]

Para psikolog kepribadian memiliki pemikirannya sendiri untuk mendefinisikan introver. Seperti Carl Jung yang mengenalkan istilah introver dan ekstrover, mendefinisikan introver sebagai individu yang memiliki fokus pada makna yang dibuat dari kejadian di lingkungan, dan mengisi tenaga dengan menyendiri. Peneliti kontemporer mendefinisikan introver sebagai kurangnya kualitas seperti ketegangan dan sosiabilitas. Sedangkan psikolog zaman sekarang membedakan introver dan ekstrover dengan tiga kategori, yaitu perbedaan pada tingkat stimulus luar yang diperlukan untuk berfungsi dengan baik, perbedaan cara kerja, dan perbedaan gaya sosial.[11]

2. QS. Ar-Ra'du Ayat 11

Ar-Ra'du merupakan salah satu surah Makkiyah dalam Alquran. Surah Ar-Ra'du merupakan surah ke 13 dalam Alquran, sedangkan urutan pewahyuannya adalah yang ke 96. Surah ini dinamakan "Ar-Ra'du" yang berarti "guruh", sebagaimana tercantum di dalam ayat ke-13 yang artinya, "Dan guruh itu bertasbih sambil memuji-Nya". Surah ini berjumlah 43 ayat dan berisi tentang akidah. Isi yang terpenting dari surah ini adalah

---

[10] Nining Mirsanti, "Konsep Tafakur untuk Penguatan Efikasi Diri pada Pribadi Introvert", *Sangkep: Jurnal Kajian Sosial Keagamaan*, Vol. 2, No. 2, 2018, 178.

[11] Susan Cain, *Quiet: Daya Introvert di dalam Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara*, 15.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bahwa bimbingan Allah kepada makhluk-Nya berhubungan erat dengan hukum sebab-akibat. Bagi Allah Swt, balasan dan hukuman merupakan akibat dari ketaatan atau keingkaran terhadap perintah dan hukum-Nya.[12]

Bunyi dari QS. Ar-Ra'du ayat 11 yakni:

إِنَّ اللهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتّٰي يُغَيِّرُوْا مَا بِأَنْفُسِهِمْ

Artinya: "Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri".[13]

Dalam hal ini, Allah tidak akan mengubah nikmat atau bencana, kemuliaan atau kerendahan, kedudukan atau kehinaan kecuali jika orang-orang itu mau mengubah perasaan, perbuatan, dan kenyataan hidupnya sendiri. Maka, Allah akan merubah keadaan dirinya sesuai dengan perubahan yang terjadi dalam diri dan perbuatannya.[14]

F. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan disusun untuk mempermudah pembaca dalam memahami dan mendapatkan hasil yang lebih sistematis. Penelitian ini akan dibagi menjadi beberapa bab dan subbab dengan gambaran sebagai berikut:

Bab I membahas pendahuluan yang terdiri dari latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi konsep, dan sistematika pembahasan.

---

[12] Motivasee, "QS. Ar-Ra'd (Guruh(Petir))-Surah 13 Ayat 11", *Risalah Muslim*, diakses dari risalahmuslim.id/quran/ar-rad/13-11/, pada 23 September 2020, 14.50 WIB.

[13] Al-Qur'an, *Ar-Ra'du*: 11.

[14] Sayyid Quthb, *Tafsir fi Zhilalil-Quran Jilid 7*, terj. As'ad Yasin, dkk, (Jakarta: Gema Insani Press, 2003), 38.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Bab II membahas kajian teoretik yang menjelaskan secara mendalam dan lebih rinci mengenai introver, biografi Susan Cain sebagai penulis buku Quiet: Daya Introvert di Dalam Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara, dan juga kajian QS. Ar-Ra'du ayat 11. Selain itu, disajikan pula beberapa penelitian terdahulu yang relevan sebagai bahan perbandingan. Terakhir, terdapat pula subbab mengenai introver dalam perspektif Islam.

Bab III membahas metode penelitian yang terdiri dari pendekatan dan jenis penelitian, jenis dan sumber data, dan teknik analisis data.

Bab IV mencakup hasil dan pembahasan penelitian yang terdiri dari hasil analisis mengenai introver dalam buku Quiet: Daya Introver di Dalam Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara dan relevansinya dengan QS. Ar-Ra'du ayat 11, serta implementasi nilai-nilai konseling Islam yang didapat dari penelitian ini.

Bab V membahas penutup yang terdiri dari kesimpulan, saran dan rekomendasi, serta keterbatasan penelitian.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB II
KAJIAN TEORETIK

A. Kerangka Teori

1. Tipe Kepribadian Introver

a. Definisi Introver

Pertama kali dikategorikan oleh Carl Jung pada tahun 1920-an, seorang introver paling sering didefinisikan sebagai seseorang yang mendapatkan energinya dengan menyendiri daripada bersosialisasi, tidak seperti ekstrover yang mendapatkan energi dari orang lain. Introver biasanya introspektif, pendiam (tapi tidak harus pemalu), dan teliti.[15]

Introver menarik energi dari dunia batin ide dan konsep. Individu introver adalah orang yang mawas diri, menganalisis detail, nyaman bekerja sendiri, dan berpikir dengan hati-hati sebelum berbicara. Introver memiliki orientasi ke dalam, mereka menilai situasi atau merefleksikan apa yang mereka pelajari sebelum membuat kesimpulan. Akibatnya, introver dianggap sebagai pengambil keputusan yang lambat dan berhati-hati.[16]

Orang-orang introver adalah individu yang berpusat pada diri sendiri, termasuk dalam menentukan perilakunya. Introver cenderung lebih menyukai aktivitas yang tidak melibatkan orang-orang di sekitarnya karena lebih senang memusatkan perhatiannya pada diri sendiri dan terkesan menarik

---

[15] Zachary Crockett, "Why Introverts Make Great Leaders", *The Hustle*, diakses dari https://thehustle.co/why-introverts-make-great-leaders/, pada 18 Februari 2021, 13.40 WIB.

[16] Maggie Farrell, "Leadership Reflections: Extrovert and Introvert Leaders", *Journal of Library Administration*, 2017, 438.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

diri dari dunia luar.[17] Para introver memang berusaha menghindari interaksi sosial karena mereka merasa hal itu menguras tenaga.[18]

Introver lebih nyaman dengan dunia batin dari pikiran dan perasaan. Introver bergantung pada "*me time*" untuk mengisi ulang energi, menjadi tenggelam dalam dunia batin dan menanggung resiko kehilangan kontak dengan lingkungan sekitar atau dunia luar. Banyak penelitian yang menunjukkan bahwa introver memiliki resiko lebih besar untuk jatuh ke dalam depresi karena kebiasaan mengisolasi diri di masa-masa sulit.[19]

Hal itu mungkin dikarenakan mereka menjalani kehidupan sehari-harinya dengan serius, berusaha mengendalikan perasaan dan amarahnya sendiri, namun sangat bertanggung jawab. Orang-orang introver cenderung menghindari konflik dan konfrontasi dengan orang lain. Mereka memiliki sifat kurang tegas sehingga membuatnya rentan terhadap perilaku patuh ketika ditekan orang lain.[20]

Introver sering dicirikan memiliki sifat pendiam, rendah hati, dan kurang terlibat dalam dunia sosial.[21]

---

[17] Dominika, Stefani Virlia, "Hubungan Tipe Kepribadian Ekstrovert-Introvert dengan Penerimaan Sosial Pada Siswa", 32.

[18] Mary Nesfield, "The Power in Being Who You Are", *Toastmaster*, 2012, 14.

[19] Garima Roy, "Jung's Theory of Introvert and Extrovert Personalities", *Fractal Enlightenment*, diakses dari https://fractalenlightenment.com/31622/life/jungs-theory-of-introvert-and-extrovert-personalities, pada 18 Februari 2021, 15.50 WIB.

[20] Gisli H. Gudjonsson, dkk, "Compliance and Personality: The Vulnerability of The Unstable Introvert", *European Journal of Personality*, 2004, 437.

[21] Mahikala Niranga, "Introverted and Extroverted Personality Traits of Leaders and OCB of Followers: A Moderating Effect of Leader-Member Relationship of IT Industry in Sri Lanka", *The International Journal of Business & Management*, 2019, 687.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Introver sebenarnya hanya bersosialisasi dengan cara yang berbeda. Mereka memang biasanya lebih lambat untuk mengenal orang baru[22] karena introver lebih suka beraktifitas di bawah radar dan tidak suka tersorot.[23]

Individu introver bukanlah orang-orang pemalu atau antisosial, tetapi sebuah karakter di mana mereka menikmati waktu sendirian untuk mengisi ulang tenaga mereka. Para introver memiliki kecenderungan untuk memproses pemikiran mereka secara internal dan lebih suka untuk membentuk ide yang berbobot sebelum membaginya dengan orang lain.[24]

Beberapa psikolog populer telah mencirikan introver sebagai manusia yang energinya cenderung berkembang melalui refleksi dan berkurang selama interaksi. Keuntungan menjadi introver yang dominan adalah kemampuan untuk berefleksi, menyendiri, dan bekerja secara mandiri. Di sisi lain, orang yang introver biasanya memiliki masalah dengan kerja tim, sosialisasi, berbicara di depan umum, dan mungkin tidak menjadi sukses dalam profesi yang menuntut ekstroversi, misalnya politik, pertunjukan bisnis, pengajaran, dan kedokteran.[25]

Namun, bisa saja introver memiliki kemampuan untuk bicara di depan umum karena introver akan

---

[22] Shiv Prakash, dkk, "Personality (Introvert and Extrovert) and Professional Commitment Effect among B.Ed Teacher Educator Students", *The International Journal of Indian Psychology*, Vol. 3, No. 3, 2016, 44.

[23] Carmen Nobel, "Introverts: The Best Leaders for Proactive Employees", *Harvard Business School: Working Knowledge*, 2010, 1.

[24] Candance Atamanik, "The Introverted Leader: Examining the Role of Personality and Environment", *Center for Leadership Current Research*, 2013, 2.

[25] Domina Petric, "Introvert, Extrovert, and Ambivert", *The Knot Theory of Mind*, 2019, 2.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berpikir lebih dalam sebelum mencoba berbicara banyak sehingga memungkinkan performanya menjadi berkualitas.[26] Karena seorang introver mungkin saja menunjukkan karakteristik ekstrover ketika situasi menuntutnya.

Meskipun banyak definisi mengenai introver, psikolog saat ini cenderung menyepakati beberapa poin mengenai karakteristik introver, yaitu sebagai berikut:

1) Tingkat stimulasi luar yang diperlukan supaya berfungsi dengan baik. Introver berbeda dengan pemalu (takut akan penilaian sosial), itu lebih tentang bagaimana seseorang merespons stimulasi, termasuk introver yang merasakan lebih banyak tenaga dengan stimulasi luar yang lebih sedikit, misalnya berbicara dengan teman dekat atau membaca buku.
2) Kebiasaan kerja. Introver bekerja lebih lambat dan sengaja, lebih memilih untuk fokus pada satu tugas dalam satu waktu.
3) Gaya sosial. Introver bisa menikmati menghadiri pesta atau acara bisnis, namun setelah beberapa saat lebih suka pulang ke rumah untuk bersantai. Introver mencurahkan energi sosial kepada teman dekat atau keluarga, lebih banyak mendengarkan daripada berbicara, berpikir sebelum berbicara, mengekspresikan diri dengan menulis daripada melalui percakapan, cenderung tidak menyukai konflik dan basa-basi, tetapi menikmati diskusi yang mendalam.[27]

---

[26] Novita Paradilla, dkk, "The Students Extrovert and Introvert Personality Toward Speaking Performance", *International Journal of Research on English and Applied Linguistics*, Vol. 1, No. 1, 2020, 40.

[27] Shelly J. Schmidt, "Personality Diversity: Extrovert and Introvert Temperaments", *Journal of Food Science Education*, Vol. 15, 2016, 73.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dari beberapa definisi introver yang telah dipaparkan, kesimpulan yang dapat diambil yang membedakan introver dengan tipe kepribadian ekstrover yaitu bahwa introver merupakan salah satu tipe kepribadian yang memiliki orientasi ke dalam, berpusat pada diri sendiri, lebih suka menarik diri karena mereka mendapatkan energi dengan menyendiri dan melepaskannya selama berinteraksi sosial.

b. Ciri-ciri Umum Introver

Meski terlihat berbeda pada setiap orang, introver memiliki banyak pola perilaku yang sama. Ciri-ciri introver yang umum adalah sebagai berikut:

1) Perlu ketenangan untuk berkonsentrasi.
2) Reflektif.
3) Sadar diri.
4) Meluangkan waktu untuk membuat keputusan.
5) Tidak terlalu suka bekerja secara kelompok.
6) Lebih suka menulis daripada berbicara.
7) Merasa lelah setelah berada di keramaian.
8) Memiliki sedikit pertemanan, tetapi sangat dekat dengan teman-teman ini.
9) Menikmati menghabiskan waktu dalam kesendirian. [28]
10) Tidak suka menjadi pusat perhatian.
11) Menghargai hubungan satu lawan satu yang dekat.
12) Berpikir sebelum berbicara atau tidak banyak bicara.
13) Butuh waktu sendiri untuk mengisi ulang (tenaga) dan merenung.

[28] Rachel Reiff Ellis, "Introvert Personality", *WebMD*, diakses dari https://www.webmd.com/balance/introvert-personality-overview#1, pada 18 Februari 2021, 17.40 WIB.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

14) Lebih suka bekerja di lingkungan yang tenang dan mandiri.
15) Fokus secara mendalam dan berpikir tentang minat secara spesifik.
16) Bisa dilihat sebagai pendiam. [29]

c. Jenis Introver

Beberapa perbedaan orang-orang berkepribadian introver terbagi berdasarkan apa yang disebut fungsi psikologis. Fungsi-fungsi ini mengacu pada cara-cara yang berbeda dan berlawanan untuk memahami dunia nyata eksternal dan dunia batin secara subjektif. Jung mengemukakan empat fungsi jiwa, yaitu pengindraan (*sensing*), intuisi (*intuiting*), pemikiran (*thinking*), dan perasaan (*feeling*). Empat fungsi tersebut dapat didefinisikan secara singkat sebagai berikut: pengindraan memberi tahu orang-orang bahwa ada sesuatu; pemikiran memungkinkan mereka mengenali maknanya; perasaan memberi tahu mereka makna atau nilainya; intuisi memungkinkan mereka untuk mengetahuinya tanpa tahu bagaimana mereka mengetahuinya.[30]

1) *Introverted thinking* (introver pemikir): Lebih tertarik pada ide daripada orang.

Tipe introver ini tidak ramah dengan orang lain dan sulit untuk mengkomunikasikan ide mereka. Orang-orang ini lebih berfokus pada pikiran daripada perasaan dan memiliki penilaian praktis yang buruk. Sangat peduli dengan privasi, lebih suka berurusan dengan abstraksi dan teori,

---

[29] Brielle Gregory, "Exactly How to Tell The Difference Between An Introvert and Extrovert", *Prevention*, diakses dari https://www.prevention.com/health/mental-health/a24068521/introvert-vs-extrovert/, pada 18 Februari 2021, 16.45 WIB.

[30] Jess Feist, dkk, *Theories of Personality Ninth Edition*, (New York: McGraw-Hill Education, 2018), 124.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan lebih berfokus pada pemahaman diri mereka sendiri daripada orang lain. Orang lain melihat mereka sebagai orang yang keras kepala, penyendiri, sombong, dan tidak pengertian.

2) *Introverted feeling* (introver perasa): pendiam, memendam perasaan, namun memiliki emosi yang mendalam.

   Tipe introver perasa menekan pemikiran rasional. Orang-orang tipe ini mampu memiliki emosi yang mendalam tetapi menghindari segala ekspresi lahiriah. Mereka tampak misterius dan cenderung pendiam, sederhana, kekanak-kanakan, memiliki sedikit perhatian untuk perasaan dan pikiran orang lain, terlihat menarik diri, dingin, dan percaya diri.

3) *Introverted sensing* (introver pengindra): secara lahiriah terlepas, mengekspresikan diri mereka dalam pengejaran estetika.

   Orang-orang dengan tipe ini tampak pasif, tenang, dan terlepas dari dunia sehari-hari. Mereka melihat sebagian besar aktivitas manusia dengan kebajikan dan sebagai hiburan. Mereka sensitif secara estetika, mengekspresikan diri dalam seni atau musik, dan cenderung menekan intuisi.

4) *Introverted intuiting* (introver intuisi): lebih peduli dengan ketidaksadaran daripada realitas sehari-hari.

   Tipe introver ini sangat fokus pada intuisi sehingga memiliki sedikit kontak dengan kenyataan. Mereka adalah orang yang visioner dan pelamun, menyendiri, tidak peduli dengan masalah praktis, dan orang lain sulit memahaminya. Dianggap aneh dan eksentrik,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kesulitan menghadapi kehidupan sehari-hari dan merencanakan masa depan.[31]

d. Introver vs Rasa Malu

Banyak orang menganggap introver sebagai pemalu, tetapi keduanya tidak terkait. Introversi adalah tipe kepribadian, sedangkan rasa malu merupakan emosi.[32] Tentu saja introver bisa jadi pemalu, tapi ada juga ekstrover yang pemalu. Perasaan malu bisa datang karena kegugupan atau ketidakamanan dari rasa takut melakukan hal yang salah, atau tentang diterima orang lain.[33]

Orang yang pemalu cenderung merasa canggung atau kurang nyaman saat berada dalam situasi sosial, terutama saat berada di sekitar orang asing. Mereka mungkin akan merasa sangat gugup hingga berkeringat. Jantung mereka mungkin berdetak lebih cepat, dan mungkin sakit perut. Mereka mungkin cenderung melewatkan acara sosial karena tidak menyukai perasaan negatif yang menguasai pikiran dan tubuh mereka saat harus pergi ke pesta atau kegiatan lain. Orang introver juga lebih suka melewatkan acara sosial, tetapi itu karena mereka merasa lebih bersemangat atau nyaman melakukan sesuatu sendiri.[34]

Introver berbeda dengan pemalu. Rasa malu memiliki kecemasan atau komponen negatif di dalamnya. Sedangkan introver tidak memiliki aspek negatif itu. Introver memang senang sendirian, tidak membutuhkan banyak kontak sosial, tetapi tidak

---

[31] Duane P. Schultz, Sydney Ellen Schultz, *Theories of Personality Eight Edition*, (Wadsworth: t.p., 2005), 103-104.
[32] Rachel Reiff Ellis, "Introvert Personality".
[33] Susan Cain, dkk, *Quiet Power: The Secret Strengths of Introverts*, (t.tp.: Dial Books for Young Readers, t.t.), 10.
[34] Rachel Reiff Ellis, "Introvert Personality".

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

memiliki kecemasan tentang 'Akankah orang lain menyukai saya? Apakah saya akan diterima?'.[35]

e. Mitos Mengenai Introver

Salah satu mitos umum tentang introver adalah mereka merupakan orang yang pemalu. Beberapa introver mungkin memiliki sifat pemalu, tetapi ini tidak berlaku untuk semua introver. Mitos lain termasuk:

1) Introver tidak ramah. Beberapa orang mungkin berpikir bahwa introver tidak ramah karena mereka cenderung tidak memiliki banyak teman, dan lebih suka merenungkan situasi secara diam-diam daripada bergabung dalam percakapan dalam pertemuan.
2) Introver tidak bisa menjadi pemimpin. Beberapa kualitas introver yang menjadikan mereka pemimpin yang efektif yaitu mereka mendengarkan ide-ide karyawan/bawahan mereka, dapat tetap fokus pada tujuan jangka panjang, dan tampak tidak terlalu mengancam sehingga orang dapat menerimanya dalam peran mereka.
3) Sulit untuk mengenal orang introver. Introver lebih suka memiliki persahabatan yang dalam hanya dengan segelintir orang. Mereka mungkin kurang terbuka untuk semua orang yang ingin berbasa-basi, tetapi orang yang dekat dengan mereka mengenal mereka dengan sangat baik dan mengembangkan persahabatan sejati.[36]
4) Introver selalu canggung secara sosial. Sama halnya seperti rasa malu, kecanggungan sosial

[35] Brielle Gregory, "Exactly How to Tell the Difference Between An Introvert and Extrovert".
[36] Rachel Reiff Ellis, "Introvert Personality".

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

adalah tidak termasuk ciri introver. Sebenarnya, banyak introver yang bisa sangat karismatik dalam situasi sosial.

5) Introver membenci orang. Kurangnya obrolan seorang introver sering disalahartikan. Lingkungan menganggap hal tersebut sebagai tanda bahwa introver tidak menyukai orang lain. Padahal, introver sering menghindari obrolan ringan karena menginginkan hubungan yang lebih bermakna dengan orang yang diajak bicara.
6) Introver adalah orang yang kasar. Jika seorang introver kehabisan energi sosial, mereka mungkin mulai menjadi sedikit pemarah. Sebenarnya, mereka tidak mencoba bersikap kasar, mereka hanya membutuhkan waktu sendiri untuk mengisi ulang tenaga mereka.
7) Introver perlu "diperbaiki". Menjadi seorang introver adalah bagian dari diri mereka dan bisa menjadi sumber kecerdasan. Seseorang berada dalam kondisi terbaik saat bisa merangkul sifat mereka dan menggunakannya sebagai sumber kekuatan.
8) Introver biasanya berharap menjadi ekstrover. Terkadang introver memang merasa iri pada kemampuan ekstrover yang bisa berpikir cepat dan mudah menyesuaikan diri secara alami dengan situasi sosial, namun introver sangat menikmati dunia batin dan waktu kesendiriannya. Introver juga memiliki banyak kekuatan alami yang tidak dimiliki oleh ekstrover.[37]

---

[37] Jenn Granneman, "What Is An Introvert? Definition & Guide to Introversion", *Introvert, Dear*, diakses dari https://introvertdear.com/what-is-an-introvert-definition/, pada 18 Februari 2021, 18.00 WIB.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Biografi Susan Cain

Penulis buku *Quiet: The Power of Introverts in A World That Can't Stop Talking* memiliki nama lengkap Susan Horowitz Cain, lahir pada tahun 1968.[38] Susan merupakan seorang mantan pengacara Wall Street, lulusan dari Princeton University dengan gelar Bachelor of Arts dalam Bahasa Inggris pada tahun 1989, kemudian mendapat gelar J.D. (Juris Doctorate) dari Harvard Law School pada tahun 1993. Dia tinggal di Hudson River Valley, di Negara Bagian New York bersama suaminya yang bernama Keneth Cain dan dua putranya.[39]

Susan Cain menjadi pengacara di Clearly Gottlieb Steen & Hamilton selama 7 tahun, kemudian memutuskan untuk menjadi konsultan negosiasi dan membuka klinik konsultasi sendiri, yaitu The Negotiation Company. Awalnya, Susan Cain mengambil sekolah hukum dengan alasan yang biasa dimiliki orang-orang, yaitu demi masa depan yang berkualitas dan dorongan dari ayahnya yang menginginkannya memiliki kehidupan yang mandiri. Namun, Susan Cain sendiri merasa bahwa ia tidak berada di bidang yang tepat, karena sekolah hukum membuatnya merasa cemas sehingga pernah muntah dalam perjalanannya menuju kelas. Minatnya untuk menulis berasal dari kesulitannya sendiri berbicara di depan umum.[40]

---

[38] Women Transforming Our Communities & The World, "Harvard Law School: Leaders for Change", *Program of Events and Speaker Biographies*, 2013, 13.

[39] Women Transforming Our Communities & The World, "Harvard Law School: Leaders for Change", *Program of Events and Speaker Biographies*, 29.

[40] Lydialyle Gibson, "Quiet, Please", *Harvard Magazine*, diakses dari https://www.harvardmagazine.com/2017/03/quiet-please, pada 27 Mei 2021, 14.05 WIB.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Susan memiliki ide untuk mulai menulis Quiet sejak awal tahun 2000-an dan membutuhkan waktu tujuh tahun untuk membaca, meneliti, dan berpikir kemudian menyelesaikannya sampai akhirnya terbit pada 24 Januari 2012.[41] Susan mengatakan bahwa dalam menulis Quiet, ia didorong oleh hasrat dan kemarahannya saat membaca buku feminis yang terbit pada tahun 1963, The Feminine Mystique. Cain menyamakan introver saat ini dengan wanita pada waktu itu, sebagai warga kelas dua dengan bakat-bakat yang belum seluruhnya dimanfaatkan. Kebanyakan introver tidak menyadari bahwa mereka terus menghabiskan waktu sepanjang hidupnya dengan cara yang tidak mereka sukai.[42] Dalam buku Quiet, Susan menyampaikan kepada pembacanya agar menyadari bahwa kepribadian introver bukanlah sebuah kekurangan dan tentunya memiliki kekuatannya sendiri dan menyimpan potensi yang besar.

Dalam proyek penyelesaian buku Quiet, Susan Cain mengaku mendapatkan banyak hal istimewa, di antaranya tinjauan ilmiah, berbagai manifesto, dan catatan perjalanan yang mengikuti kunjungannya ke tempat-tempat seperti Saddleback Rick Warren di California, di mana ia mengikuti kebaktian; seminar Tony Robbins di Atlanta; dan Harvard Business School (HBS), di mana ia dapat mengamati para profesor yang bekerja keras mengubah siswa pendiam untuk menjadi banyak bicara dan bersosialisasi. Susan Cain juga menemui banyak ahli dalam perjalanannya menggali berbagai studi ilmiah untuk menyusun buku ini, ada profesor manajemen Wharton Adam Grant, psikolog

---

[41] Lydialyle Gibson, "Quiet, Please", *Harvard Magazine*.

[42] Molly Lundquist, "Quiet (Cain)", *LitLovers: A Well-Read Online Community*, diakses dari https://www.litlovers.com/reading-guides/non-fiction/9077-quiet-cain?start=2, pada 27 Mei 2021, 14.20 WIB.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Elaine Aron, dan profesor psikologi Cambridge Brian Little.[43]

Buku ini telah diterjemahkan ke dalam lebih dari 40 bahasa dan dimasukkan ke banyak daftar "terbaik", salah satunya yaitu daftar *best seller* oleh New York Time dan dinobatkan sebagai #1 *best book of the year* oleh majalah Fast Company yang juga menjadikan Susan sebagai salah satu orang paling kreatif dalam bisnis (*Most Creative People in Business*).[44]

Selain itu, buku Susan juga dijadikan sebagai subjek dari cerita di sampul majalah TIME, tulisannya juga muncul dalam New York Times, The Atlantic, The Wall Street Journal, dan banyak publikasi lainnya. Dia juga menjadi pembicara di Microsoft, Google, Departemen Keuangan AS, Harvard, Yale, Akademi Angkatan Laut AS, dan West Point. Susan menerima *Harvard Law School's Celebration Award* untuk *Thought Leadership*, *Toastmasters international Golden Gavel Award* untuk Komunikasi dan kepemimpinan (*Communication and Leadership*), dan dinobatkan sebagai salah satu dari 50 pakar kepemimpinan dan manajemen terbaik dunia oleh Majalah Inc.[45]

3. QS. Ar-Ra'du Ayat 11

Dalam bahasa Arab, Ar-Ra'du berarti guruh atau petir. Dalam Alquran, surah ini merupakan urutan ke-13 dan memiliki 43 ayat. Surah ini termasuk ke dalam golongan surah Makkiyah. Penelitian ini akan difokuskan pada Surah Ar-Ra'du ayat 11 yang berbunyi:

إِنَّ اللهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتّٰي يُغَيِّرُوْا مَا بِأَنْفُسِهِمْ

[43] Lydialyle Gibson, "Quiet, Please", *Harvard Magazine*.

[44] Susan Cain, "Biography", *Quiet Revolution*, diakses dari quietrev.com/media-kit/, pada 27 Mei 2021, 14.20 WIB.

[45] Susan Cain, "Biography", *Quiet Revolution*.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 2.1
Terjemah perkata QS. Ar-Ra'du ayat 11

sesungguhnya	إِنَّ
Allah	اللّٰهَ
tidak	لَا
merubah	يُغَيِّرُ
apa/keadaan	مَا
dengan suatu kaum	بِقَوْمٍ
sehingga	حَتّٰي
mereka merubah	يُغَيِّرُوْا
apa/keadaan	مَا
dengan diri mereka sendiri	بِأَنْفُسِهِمْ

Artinya: "Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri".[46]

Ayat ini membahas tentang kekuatan dan akal budi yang dianugerahkan oleh Allah kepada manusia sehingga dapat bertindak dan mengendalikan dirinya sendiri dalam batasan yang ditentukan Allah. Maka, manusia diwajibkan untuk berikhtiar dalam menentukan garis hidupnya. Manusia diberi akal untuk

[46] Al-Qur'an, *Ar-Ra'du*: 11.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mempertimbangkan hal-hal baik dan buruk juga tenaga untuk mencapai keinginannya.[47]

Dalam ayat ini ditekankan mengenai ikhtiar manusia dalam menentukan nasib hidupnya. Kekuatan dan kekayaan jiwa yang terpendam dalam batin manusia tidak akan nampak jika tidak adanya ikhtiar dan usaha. Sebagai Muslim, meskipun percaya akan adanya takdir, namun kita tidak boleh menyerah begitu saja kepadanya. Kita mesti mengetahui bahwa Allah tidak akan merubah nasib kita jika kita sendiri tidak berusaha untuk merubahnya. [48]

Dalam tafsir Jalalain pun diterangkan bahwa Allah memang tidak mengubah keadaan suatu umat, Allah tidak mencabut nikmat, kasih, serta karunia-Nya dari mereka kecuali mereka telah mengubah keadaan jiwa mereka sendiri.[49]

Dari tafsir tersebut dapat disimpulkan bahwa Allah telah memberi anugerah dan kenikmatan pada setiap manusia, namun perilaku manusia dapat menghilangkan nikmat tersebut menjadi sebuah keburukan.[50]

Dalam tafsir lain dijelaskan bahwa Allah tidak akan mengubah keadaan baik manusia sampai mereka menjadi tidak bersyukur. Ketika manusia mulai tidak menaati Allah, barulah Allah akan mengubah

---

[47] Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 5*, (Singapura: Pustaka Nasional PTE LTD, 1898), 556.
[48] Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 5*, 556.
[49] Jalal al-Din al-Mahalli, Jalal al-Din al-Suyuti, *Tafsir Jalalayn*, terj. Feras Hamza, (Amman: Ryal Aal al-Bayt Institute for Islamic Thought, 2007), 258.
[50] M. H. Masyitoh, "Manajemen Mutu Pendidikan Perspektif QS. Ar-Ra'du Ayat 11 dan Implementasinya dalam Pengelolaan Madrasah", *Jumpa*, Vol. 1, No. 1, 45.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kenikmatan yang mereka dapatkan [51] dengan menghendaki kemalangan atau kehancuran.[52]

Allah tidak mengubah keadaan damai dan aman yang dinikmati oleh suatu umat menjadi keadaan tertekan dan tidak stabil sampai mereka sendiri yang mengubah perbuatan dan cara mereka menjadi kejahatan dan kekacauan. Lalu, ketika seluruh orang berubah ke dalam ketidaktaatan dan menjadi tidak bersyukur atas berkah-Nya, maka Allah juga akan mengubah jalan-Nya kepada mereka.[53]

Penjelasan ini menjelaskan kepada kita bahwa "perubahan" yang dimaksud dalam ayat yang dikutip artinya ketika seseorang meninggalkan rasa syukur dan ketaatan dan menerima perubahan yang lebih buruk di sekitar mereka, maka Allah juga membawa perubahan dalam rahmat-Nya.[54]

Menurut penjelasan umum ayat ini, tidak ada revolusi positif yang muncul di antara suatu bangsa kecuali mereka sendiri mengoreksi kondisi di sekitar mereka untuk mewujudkan revolusi positif tersebut. Ada bait Urdu yang sangat populer oleh penyair Hali mengenai pengertian ini:

خدا نے آج تک اس قوم کی حالت نہیں بدلی
نہ ہو جسکو خیال آپ اپنی حالت کے بدلنے کا

---

[51] Mufti Muhammad Aashiq Elahi Muhajir Madani, *Illuminating Discourses On The Noble Quran Tafsir Anwarul Bayan Vol. 3*, terj. Mufti Afzal Hussain Elias, (Pakistan: Darul-Ishat Urdu Bazar Karachi, 2005), 106.

[52] Abdullah Ibn Abbas, Muhammad Al-Firuzabadi, *Tanwir al-Miqbas min Tafsir Ibn 'Abbas*, (Amman: Royal Aal al-Bayt Institute for Islamic Thought, 2007), 259.

[53] Maulana Mufti Muhammad Shafi, *Ma'ariful Qur'an Vol. 5*, terj. Muhammad Shamim, (Karachi: Darul-Uloom, 1998), 200.

[54] Maulana Mufti Muhammad Shafi, *Ma'ariful Qur'an Vol. 5*, 200.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

"Sampai hari ini, Tuhan tidak pernah mengubah kondisi manusia yang tidak memiliki rencana untuk mengubah kondisi dirinya sendiri."[55]

Dilihat dari segi prinsip umum, dikatakan bahwa bagi orang yang tidak berniat mengoreksi dirinya, maka tidak ada janji pertolongan dan dukungan dari Allah. Jalan bimbingan dari Allah terbuka hanya ketika ada dorongan untuk memiliki bimbingan tersebut. Tetapi, berkah Ilahi tidak terikat oleh batasan ini, terkadang mereka datang tanpa hal itu. Manusia telah mendapat berkah yang tidak terhitung jumlahnya bahkan tanpa meminta atau berusaha. Namun, untuk menjadi penerima yang layak dari janji Ilahi, maka harus berusaha sendiri, bukan menunggu pahala Ilahi tanpa melakukan upaya dan perbuatan yang semestinya.[56]

Allah tidak akan mengubah keadaan makhluk-Nya selama mereka tidak mengubah sendiri sebab-sebab kemunduran mereka. Ada pula yang menafsirkan, bahwa Allah tidak akan mencabut nikmat dan berkah yang diberikan-Nya sampai mereka mengubah keadaan diri mereka, seperti dari taat menjadi maksiat, dari syukur menjadi kufur, dan dari iman kepada kekafiran. Demikian pula jika mengubah keadaan diri mereka dari maksiat menjadi taat, maka Allah akan mengubah keadaan mereka dari sengsara kepada kebahagiaan.[57]

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa Surah Ar-Ra'du ayat 11 memiliki 2 penafsiran, yaitu:

a. Penafsiran pertama menyatakan bahwa Allah telah memberikan banyak sekali nikmat, berkah, serta karunia-Nya kepada manusia, apabila mereka tidak bersyukur atau tidak taat kepada Allah serta

---

[55] Maulana Mufti Muhammad Shafi, *Ma'ariful Qur'an Vol. 5*, 200.
[56] Maulana Mufti Muhammad Shafi, *Ma'ariful Qur'an Vol. 5*, 201.
[57] Marwan bin Musa, *Tafsir Al-Qur'an Hidayatul Insan Jilid 2* (t.tp.: t.p., t.t.), 273.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

melakukan perbuatan yang dilarang oleh Allah, maka Allah akan mencabut atau mengambil kenikmatan tersebut dan mengubahnya menjadi kesengsaraan. Hal ini diperkuat dengan sebuah hadis yang berbunyi:

حَدَّثَنَا آدَمُ حَدَّثَنَا ابْنُ أَبِي ذِئْبٍ عَنْ الزُّهْرِيِّ عَنْ أَبِي سَلَمَةَ بْنِ عَبْدِ الرَّحْمَنِ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كُلُّ مَوْلُودٍ يُولَدُ عَلَى الْفِطْرَةِ فَأَبَوَاهُ يُهَوِّدَانِهِ أَوْ يُنَصِّرَانِهِ أَوْ يُمَجِّسَانِهِ كَمَثَلِ الْبَهِيمَةِ تُنْتَجُ الْبَهِيمَةَ هَلْ تَرَى فِيهَا جَدْعَاءَ

"Telah menceritakan kepada kami Adam, telah menceritakan kepada kami Ibnu Abu Dza'bin dari Az-Zuhiry dari Abu Salamah bin 'Abdurrahman dari Abu Hurairah ra. Berkata: Nabi saw. bersabda: Setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah. Kemudian kedua orang tuanya yang menjadikan anak itu menjadi Yahudi, Nasrani, atau Majusi sebagaimana binatang ternak yang melahirkan binatang ternak dengan sempurna. Apakah kalian melihat ada cacat padanya?" (HR. Bukhari No. 1385).[58]

b. Penafsiran kedua mengaitkan ayat ini dengan usaha. Manusia harus berikhtiar untuk bisa mencapai kehidupan yang lebih baik. Meskipun takdir seseorang telah ditentukan oleh Allah, manusia tidak diperbolehkan untuk menyerah begitu saja. Manusia harus berusaha karena Allah tidak akan mengubah

[58] Abu Abdullah Muhammad bin Ismail al-Bukhari, *Shahih Bukhari Jilid 2*, terj. Maulana Muhammad Dawood Raaz, (t.tp.: t.p., 2004), 424.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

nasib mereka jika mereka sendiri tidak berusaha untuk mengubahnya.

4. Introver Perspektif Islam

Introver merupakan salah satu bentuk kepribadian, yaitu sebagai struktur dan proses psikologis yang tetap, yang menyusun pengalaman-pengalaman individu serta membentuk berbagai tindakan dan respon individu terhadap lingkungan tempat hidup. [59] Introver merupakan karakter seseorang yang dapat tercermin melalui sikap atau perilakunya sehingga diidentifikasikan sebagai ciri dari kepribadian tersebut. Islam tidak membahas persoalan introver maupun ekstrover secara eksplisit, namun beberapa ciri introver dapat dilihat dalam perspektif Islam, Islam juga telah memberikan panduan dan prinsip yang bisa dipegang untuk menuntun manusia dalam bersikap, berperilaku, dan berhubungan dengan manusia lainnya.

Salah satu ciri yang paling terkenal dari seorang introver adalah sifatnya yang cenderung sedikit bicara. Seorang introver sangat hati-hati dalam bicara, mereka akan banyak berpikir sebelum mengutarakan apa yang ada di dalam hati atau pikirannya. Introver cenderung akan diam daripada berbicara hal-hal yang menurutnya tidak penting, mereka juga tidak menyukai banyak basa-basi, namun senang dengan pembicaraan yang padat dan informatif. Bukan berarti seorang introver tidak suka atau benci untuk berbicara, mereka hanya akan bicara jika ada hal yang memang ingin mereka bicarakan.

Seorang muslim yang baik dianjurkan untuk selalu mengucapkan kata-kata yang baik (*qaulan salaamah*) dan menjaga setiap perkataan yang keluar dari mulut

---

[59] Muhammad Utsman Najati, *Psikologi dalam Al-Qur'an dalam Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, terj. M. Zaka al-Farisi, (Bandung: Pustaka Setia, 2005), 359.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

karena akan ada pertanggungjawaban dari setiap lisan yang diucapkan di akhirat kelak. Jika tidak bisa berbicara baik, maka diam adalah pilihan yang bijak. Sebagaimana dalam hadis disebutkan:

عَنْ أَبِيْ هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللهُ تَعَالَى عَنْهُ: أَنَّ رَسُوْلُ اللهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللهِ وَالْيَوْمِ الْأَخِرِ فَالْيَقُلْ خَيرًا أَوْ لِيَصْمُتْ..... رواه البخارى ومسلم[60]

Dari Abu Hurairah ra.: Sesungguhnya Rasulullah saw. bersabda: "Barangsiapa yang beriman kepada Allah dan hari akhir, hendaklah dia berkata baik atau diam....." (Riwayat Bukhari dan Muslim).[61]

Menurut hadis di atas, perkataan yang baik dan diam termasuk dalam kesempurnaan iman. Berlebih-lebihan dalam berbicara dapat menimbulkan kehancuran, sedangkan menjaga perkataan merupakan jalan keselamatan. Islam sangat menjaga agar seorang muslim berbicara hal-hal yang bermanfaat, menyejukkan hati bagi pendengarnya, mengandng nasihat, dan mencegah perkataan yang sia-sia, karena dapat menyeret kepada perbuatan yang makruh ataupun yang diharamkan.[62]

Dalam pergaulan sehari-hari, *qaulan salaamah* terbagi menjadi beberapa aspek, yaitu:

a. *Qaulan Kariiman*, yaitu perkataan yang mulia. Seorang muslim sebaiknya menghindari kata-kata yang bisa menyakiti perasaan makhluk lain.

---

[60] Ibn al-Daqiq al-'Ied, *Syarah al-Arba'in Hadithan al-Nawawiyah*, (Makkah al-Mukarramah: Al-Maktabah al-Fadhilah, 1250), 47.

[61] Muhyidin Yahya Bin Syaraf Nawawi, *Hadits Arba'in Nawawiyah*, terj. Abdullah Haidir, (t.tp.: Maktab Dakwah dan Bimbingan Jaliyat Rabwah, 2010), 46.

[62] Muhyidin Yahya Bin Syaraf Nawawi, *Hadits Arba'in Nawawiyah*, terj. Abdullah Haidir, 47.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. *Qaulan Ma'ruufan*, yakni perkataan yang baik. Sebagai seorang muslim, hendaknya kita berbicara dengan perkataan yang pantas dan sesuai dengan nilai serta norma yang berlaku di dalam masyarakat. Hal ini termasuk juga ke dalam adab berbicara. Jika berbicara, hendaklah dengan perkataan yang baik, dan jika tidak bisa maka lebih baik diam. Sebab, pembicaraan yang tidak baik bisa menyakiti orang lain, kemudian menimbulkan perselisihan.
c. *Qaulan Sadiidan*, yaitu perkataan yang tegas dan benar. Seorang muslim hendaknya selalu berkata benar dan tidak mengada-ada. Karena kebohongan akan berlanjut untuk menutupi kebohongan lainnya, sehingga akhirnya lisan akan terbiasa melontarkan kebohongan tanpa merasa dosa. Perkataan yang tegas bisa berarti tidak meninggalkan keraguan dan dapat meyakinkan pendengarnya, tidak menimbulkan makna yang ambigu dan banyak penafsiran sehingga dapat langsung ditangkap dan dimengerti pendengarnya.
d. *Qaulan Baliighan*, atau perkataan yang tepat. Saat berbicara, sebaiknya kita menggunakan kata-kata yang efektif, tepat sasaran, mudah dimengerti, komunikatif, dan tidak bertele-tele.
e. *Qaulan Layyinan*, yakni perkataan yang lemah lembut. Maksudnya tidak mengeraskan suara saat berbicara.[63]

B. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Pertama, penelitian Ismiyawati dari Jurusan Kependidikan Islam Fakultas Tarbiyah Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya (2011) berjudul "Terapi

[63] Umar Faruq Thohir, *Etika Islam dan Transformasi*, (Yogyakarta: Pustaka Ilmu, 2013), 126.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Rasional Emotif dalam Menaungani Siswa Introvert" yang menyatakan bahwa siswa yang pendiam, pemalu, suka melamun, menutup diri, takut untuk berbaur dengan teman, dan mengalami kesulitan komunikasi akibat cara berpikir yang salah didiagnosis sebagai introver.[64]

Kedua, penelitian Lidya Catrunada dari Fakultas Psikologi Universitas Gunadharma (2018) berjudul "Perbedaan Kecenderungan Prokrastinasi Tugas Skripsi Berdasarkan Tipe Kepribadian Introvert dan Ekstrovert" yang menyatakan bahwa tipe kepribadian introver cenderung memperlambat gerak pada aktivitas motorik, sedangkan performansi individu ekstrover pada aktivitas motorik lebih bertenaga. Oleh karena itu, tipe kepribadian introver memiliki kecenderungan prokrastinasi yang lebih tinggi dibandingkan dengan tipe kepribadian ekstrover yang mana dalam penelitiannya terkait dengan penyelesaian tugas skripsi.[65]

Ketiga, penelitian Dominika dan Stefani Virlia (2018) dengan judul "Hubungan Tipe Kepribadian Introvert-Ekstrovert dengan Penerimaan Sosial Pada Siswa" yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara tipe kepribadian ekstrover-introver dengan penerimaan sosial. Hasil tersebut didapatkan dari uji korelasi antara variabel tipe kepribadian ekstrover dan variabel penerimaan sosial yang memiliki nilai (r) = 0,560 dan (p) = -0,074. Sedangkan uji korelasi antara variabel tipe kepribadian introver dan penerimaan sosial memiliki nilai (r) = 0,249 dan (p) = 0,184 sehingga kesimpulan akhir dari hubungan antara tipe

---

[64] Ismiyawati, "Terapi Rasional Emotif dalam Menangani Siswa Introvert", *Skripsi*, Jurusan Kependidikan Islam Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Ampel Surabaya, 2011.

[65] Lidya Catrunada, "Perbedaan Kecenderungan Prokrastinasi Tugas Skripsi Berdasarkan Tipe Kepribadian Introvert dan Ekstrovert", *Skripsi*, Fakultas Psikologi Universitas Gunadharma, 2018.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kepribadian ekstrover-introver dengan penerimaan sosial adalah $p > 0.05$.[66]

Keempat, penelitian Edwina Renaganis Rosida dan Tri Puji Astuti (2015) dengan judul "Perbedaan Penerimaan Teman Sebaya Ditinjau dari Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert" yang menyatakan bahwa tidak ada perbedaan penerimaan teman sebaya ditinjau dari kepribadian ekstrover dan introver. Hasil ini bertolak belakang dengan pandangan masyarakat secara umum tentang kepribadian ekstrover akan lebih diterima dibandingkan kepribadian introver. Sedangkan pada subjek penelitian, kedua kepribadian sama-sama diterima. Hal ini disebabkan karena adanya perbedaan arah energi psikis subjek sehingga membentuk sikap dan perilaku dalam merespon lingkungan luar, bukan karena adanya perilaku positif maupun negatif seperti pandangan masyarakat.[67]

Kelima, penelitian M. H. Masyitoh (2020) dengan judul "Manajemen Mutu Pendidikan Perspektif QS. Ar-Ra'du Ayat 11 dan Implementasinya dalam Pengelolaan Madrasah" yang menyatakan bahwa dalam QS. Ar-Ra'du ayat 11, manusia dituntut untuk mengerjakan segala sesuatu dengan optimal karena setiap proses adalah gambaran dari hasil yang akan diperoleh.[68]

Dari penelitian yang telah disebutkan di atas, semuanya memiliki kesamaan dengan penelitian yang akan dilakukan. Kesamaan dengan empat penelitian pertama yaitu meneliti tentang beberapa ciri dari tipe kepribadian introver dan juga penjelasan bahwa tipe kepribadian (introver maupun

---

[66] Dominika, Stefani Virlia, "Hubungan Tipe Kepribadian Ekstrovert-Introvert dengan Penerimaan Sosial Pada Siswa", 38.

[67] Edwina Renaganis, Tri Puji Astuti, "Perbedaan Penerimaan Teman Sebaya Ditinjau dari Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert", *Jurnal Empati*, Vol. 4, No. 1, 2015, 81.

[68] M. H. Masyitoh, "Manajemen Mutu Pendidikan Perspektif QS. Ar-Ra'du Ayat 11 dan Implementasinya dalam Pengelolaan Madrasah", 37.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ekstrover) tidak ada hubungannya dengan penerimaan dalam sosial. Sedangkan kesamaan dengan penelitian yang kelima adalah meneliti tentang QS. Ar-Ra'du ayat 11 yang berisi hukum sebab-akibat yang ditetapkan Allah Swt.

Kekhasan dan perbedaan penelitian ini dengan penelitian-penelitian sebelumnya terletak pada aspek fokus yang dikaji, yakni terkait dengan introver menurut pandangan Susan Cain yang ada hubungannya dengan penjelasan isi kandungan dalam QS. Ar-Ra'du ayat 11.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB III
METODE PENELITIAN

Metode penelitian didefinisikan sebagai suatu kegiatan ilmiah yang terencana, terstruktur, sistematis, dan memiliki tujuan tertentu baik praktis maupun teoretis. [69] Secara umum, metode penelitian dapat dipahami sebagai suatu kegiatan ilmiah yang dilakukan secara bertahap, mulai dari penentuan topik, pengumpulan data, serta menganalisisnya sehingga diperoleh suatu pemahaman dan pengertian atas fenomena tertentu. Dikatakan bertahap karena berlangsung mengikuti suatu proses tertentu sehingga ada langkah-langkah yang perlu dilalui secara berkala sebelum melangkah pada tahap selanjutnya.[70]

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan jenis penelitian yang temuan-temuannya tidak diperoleh melalui prosedur statistik atau bentuk hitungan lainnya. Meskipun begitu, data yang dikumpulkan dari penelitian kualitatif memungkinkan untuk dianalisis melalui suatu penghitungan.[71] Serupa dengan pengertian tersebut, Bogdan dan Taylor mendefinisikan metodologi kualitatif sebagai

---

[69] Raco, *Metode Penelitian Kualitatif: Jenis, Karakteristik, dan Keunggulannya*, (Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia, 2010), 5.

[70] Raco, *Metode Penelitian Kualitatif: Jenis, Karakteristik, dan Ke*unggulannya, 2.

[71] Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, *Modul Pengembangan Keprofesian Berkelanjutan*, 2017, 19.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau secara lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati.[72]

Metode penelitian kualitatif dapat juga diartikan sebagai metode penelitian yang lebih menekankan pada aspek pemahaman secara mendalam terhadap suatu masalah daripada melihat permasalahan untuk penelitian generalisasi.[73]

Menurut Bogdan dan Biklen, penelitian kualitatif memiliki lima karakteristik, yaitu:

1. Penelitian kualitatif dilakukan pada kondisi alamiah, yaitu langsung ke sumber data, sedangkan peneliti adalah *instrument* kunci.
2. Lebih bersifat deskriptif karena data yang terkumpul berupa kata-kata atau gambar, tidak menekankan pada angka.
3. Lebih menekankan pada proses daripada produk.
4. Analisis data dilakukan secara induktif.
5. Penelitian kualitatif lebih menekankan pada makna.[74]

Sedangkan jenis penelitian yang digunakan adalah studi pustaka (*library research*). Dalam penelitian studi pustaka, peneliti banyak "berbicara" atau "berdialog" dengan buku, arsip, dokumen tua, jurnal,

---

[72] Muhammad, *Metode Penelitian Bahasa*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014), 30.

[73] Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, *Modul Pengembangan Keprofesian Berkelanjutan*, 28.

[74] Albi Anggito, Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Sukabumi: CV Jejak, 2018), 10.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

catatan, dan lain-lain.[75] Penelitian studi pustaka atau sering juga disebut kepustakaan ialah serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat, serta mengolah bahan penelitian. Dalam penelitian ini, penelusuran pustaka berfungsi sebagai langkah awal untuk menyiapkan kerangka penelitian guna memperoleh informasi penelitian sejenis, memperdalam kajian teoretis, mempertajam metodologi, sekaligus untuk memperoleh data penelitiannya.[76]

Penelitian studi pustaka memiliki empat ciri utama, yaitu:

1. Peneliti berhadapan langsung dengan teks (*nash*), bukan dengan pengetahuan langsung dari lapangan atau saksi mata berupa kejadian, orang, atau benda-benda lainnya.
2. Data pustaka bersifat "siap pakai", artinya peneliti hanya berhadapan langsung dengan bahan sumber yang tersedia di perpustakaan.
3. Data pustaka umumnya merupakan sumber sekunder, artinya peneliti memperoleh bahan dari tangan kedua dan bukan data orisinil dari tangan pertama di lapangan. Namun, data pustaka bisa juga berarti sumber primer selama ditulis oleh tangan pertama.

---

[75] Bungaran Antonius Simanjuntak, Soedjito Sosrodihardjo, *Metode Penelitian (Edisi Revisi)*, (Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2014), 8.

[76] Mestika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan*, (Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indoneia, 2014), 2.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. Kondisi data pustaka tidak dibatasi oleh ruang dan waktu karena peneliti berhadapan dengan informasi statik (tetap).[77]

Tahapan atau prosedur dalam melakukan penelitian kualitatif dengan studi pustaka yaitu: penelusuran sumber primer dan sekunder → klasifikasi berdasarkan formula penelitian → pengolahan data/pengutipan referensi → menampilkan data sebagai temuan penelitian → abstraksi data untuk mendapatkan informasi yang utuh → interpretasi data hingga menghasilkan pengetahuan → penarikan kesimpulan.[78]

B. Jenis dan Sumber Data

1. Jenis Data

   Data dalam penelitian ini yaitu berbagai penjelasan mengenai kepribadian introver. Data merupakan seluruh informasi empiris dan dokumentatif yang diperoleh sebagai pendukung ke arah konstruksi ilmu secara ilmiah dan akademis.[79]

2. Sumber Data

   a. Data Primer

      Data primer adalah data yang menjadi bahan utama dalam penelitian. Dalam penelitian ini, yang digunakan sebagai sumber data primer adalah buku karya Susan Cain yang berjudul Quiet: Daya Introvert di Dalam

---

[77] Mestika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan*, 4.

[78] Wahyudin Darmalaksana, "Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka dan Studi Lapangan", 2020, 3.

[79] Mukhtar, *Metode Praktis Penelitian Deskriptif Kualitatif*, (Jakarta: Referensi, 2013), 99.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara yang pertama kali diterbitkan pada tahun 2012. Buku ini merupakan buku versi terjemahan dari aslinya yang berjudul Quiet: The Power of Introverts in A World That Can't Stop Talking. Peneliti menggunakan buku terjemahan bahasa Indonesia karena menghindari adanya *mistranslation* atau kesalahan dalam menerjemahkan yang bisa menyebabkan tidak validnya sumber dan penelitian. Selain itu, buku terjemahan lebih mudah ditemukan dan diakses karena lebih banyak didistribusikan di Indonesia daripada versi aslinya.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang menjadi pendukung dari bahan utama dalam penelitian. Sumber sekunder yang digunakan dalam penelitian ini adalah buku, jurnal, dan penelitian-penelitian terdahulu yang sejenis yang berkaitan dengan introver dan QS. Ar-Ra'du ayat 11.

C. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis isi (*content analysis*), yaitu dengan memberikan interpretasi terhadap data-data yang telah dikumpulkan. Analisis isi adalah metode ilmiah yang digunakan untuk mempelajari dan menarik kesimpulan atas suatu fenomena dengan memanfaatkan dokumen (teks) baik cetak maupun

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

elektronik.[80] Analisis isi merupakan seperangkat prosedur untuk mengumpulkan dan mengatur informasi dalam format standar yang memungkinkan analisator untuk membuat kesimpulan tentang karakteristik dan makna yang tertulis.[81]

Teknik analisis isi dapat digunakan dalam tiga aspek, yaitu ditempatkan sebagai metode utama, dipakai sebagai salah satu metode dalam penelitian, dan dipakai sebagai bahan pembanding untuk menguji kesahihan dari kesimpulan yang terdapat dari metode lain.[82]

Menurut Fraenkel dan Wallen, langkah-langkah analisis isi yaitu sebagai berikut:

1. Peneliti menentukan tujuan khusus yang ingin dicapai.
2. Mendefinisikan istilah-istilah yang harus dijelaskan secara rinci.
3. Mengkhususkan bagian yang akan dianalisis.
4. Mencari data yang relevan dengan bagian yang dianalisis.
5. Membangun hubungan rasional atau konseptual untuk menjelaskan bagaimana data berkaitan dengan tujuan.
6. Merencanakan penarikan sampel.

---

[80] Eriyanto, *Analisis Isi: Pengantar Metodologi untuk Penelitian Ilmu Komunikasi dan Ilmu-ilmu Sosial Lainnya*, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2015), 10.

[81] United States General Accounting Office, *Content Analysis: A Methodology for Structuring and Analyzing Written Material*, (t.tp.: t.p., 1989), 6.

[82] Eriyanto, *Analisis Isi: Pengantar Metodologi untuk Penelitian Ilmu Komunikasi dan Ilmu-ilmu Sosial Lainnya*, 11.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

7. Merumuskan pengkodean kategori.[83]

Dalam analisis isi terdapat proses memilih, membandingkan, menggabungkan, dan memilah berbagai pengertian sampai ditemukan data yang relevan. [84] Analisis isi merupakan suatu teknik pengambilan kesimpulan dengan melakukan identifikasi karakteristik-karakteristis khusus dari suatu pesan secara objektif, sistematis, dan generalis. Langkah-langkah penyusunan analisis isi antara lain:

1. Seleksi Data

   Dalam penelitian analisis isi, keseluruhan teks dibuat menjadi kesimpulan-kesimpulan secara umum, lalu dilakukan pemilihan terhadap teks yang ada hubungannya secara langsung dengan tema atau judul. Dari buku Quiet: Daya Introvert di dalam Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara yang terdiri dari 11 bab, peneliti akan berfokus pada karakteristik introver sesuai dengan judul penelitian.

2. Menentukan Unit Analisis

   Setelah diseleksi, perlu ditentukan dan dicatat beberapa pesan dari keseluruhan teks yang akan dianalisis. Pada buku Quiet: Daya Introvert di dalam Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara, peneliti mengambil beberapa pesan ke dalam kategori-kategori yang menjadi karakteristik introver yang membedakannya dengan ekstrover, yaitu tingkat stimulus luar yang diperlukan supaya

---

[83] Milya Sari, Asmendri, "Penelitian Kepustakaan (*Library Research*) dalam Penelitian Pendidikan IPA", *Natural Science: Jurnal Penelitian Bidang IPA dan Pendidikan IPA*, Vol. 6, No. 1, 2020, 47.

[84] Milya Sari, Asmendri, "Penelitian Kepustakaan (*Library Research*) dalam Penelitian Pendidikan IPA", 47.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berfungsi dengan baik, kebiasaan kerja, dan gaya sosial.

3. Mengembangkan Kategori-kategori Isi

   Kategori-kategori yang telah dibuat kemudian dikembangkan menjadi bagian-bagian yang selanjutnya diklasifikasikan sehingga seimbang satu sama lain.

4. Analisis Data

   Setelah langkah-langkah tersebut dilakukan, terbentuklah suatu data kualitatif yang menjadi petunjuk terhadap apa yang dikomunikasikan. Kemudian data-data tersebut diinterpretasikan supaya lebih mudah untuk dibaca dan dipahami.[85]

[85] Sukriadi Sambas & Asep Syaiful Muhtadi, *Metode Analisis Tekstual, Isi, Percakapan, dan Unobtrusif (Untuk Penelitian Dakwah)*, (Bandung: KP. Hadid, 1999), 25.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB IV
HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Analisis Karakteristik Introver Menurut Pandangan Susan Cain

Buku pertama yang ditulis oleh Susan Cain ini terbit pada tahun 2012 dan telah diterjemahkan ke dalam lebih dari 40 bahasa, juga telah mendapat banyak penghargaan selama penerbitannya. Buku ini terbagi ke dalam 11 bab yang kemudian dibagi lagi menjadi 4 bagian besar sesuai dengan pembahasan. Dalam bukunya, Cain banyak mengupas bagaimana kepribadian ekstrover begitu dikagumi dan dianggap sebagai kepribadian yang lebih baik dibandingkan dengan introver. Cain juga banyak menyebutkan sosok-sosok introver yang merupakan pemikir dan tokoh dunia dan menjelaskan poin bahwa kesendirian merupakan hal yang penting dalam proses berpikir kreatif dan mencari ide-ide maupun solusi. Rangkuman buku Quiet karya Susan Cain lebih lengkap dapat dilihat di bawah ini.

a. Bagian Satu

Bagian satu buku ini terbagi lagi menjadi 3 bab. Singkatnya, bab ini membahas mengenai bagaimana ekstroversi begitu dipuja-puja dan menjadi daya tarik yang sangat kuat bagi orang-orang yang memilikinya. Bahkan, ekstroversi disebut telah menjadi budaya kepribadian di mana masyarakat mulai fokus pada pandangan orang lain mengenai diri mereka. Masyarakat meyakini bahwa diri yang ideal adalah yang pemberani dan individu yang bisa menghibur. Bahkan institusi besar seperti Harvard Business School (HBS) menerapkan sistem diskusi di setiap kelasnya untuk membentuk mahasiswanya menjadi aktif dan sering berkontribusi dalam

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kegiatan kelompok, yang mana hal itu merupakan ruang yang sangat besar untuk ekstrover bisa berkembang namun tidak dengan introver.[86]

Di sisi lain, anak-anak yang memiliki kepribadian introver akan dianggap sebagai masalah besar. Para orang tua tidak akan puas dengan anak-anak yang pintar di kelas namun tidak pandai bersosialisasi dengan teman-temannya.[87] Introver juga dianggap tidak mumpuni dalam perannya sebagai pemimpin hanya karena para introver lebih banyak dan lebih lama dalam berpikir sebelum membuat keputusan, tidak seperti ekstrover yang bisa langsung mengungkapkan apa yang ada di dalam pikirannya saat itu juga. Padahal, banyak pemimpin dan tokoh berpengaruh di dunia yang diketahui berkepribadian inrtrover. Pemimpin introver dan pemimpin ekstrover bisa menjadi efektif jika mereka berada dalam situasi dan lingkungan yang tepat.[88]

b. Bagian Dua

Bagian dua memiliki bab yang paling banyak, yakni empat bab. Bagian dua buku ini menerangkan bagaimana bentuk fisiologis antara orang dengan kepribadian introver dan ekstrover. Bab dimulai dengan menunjukkan riset Kagan yang meneliti lima ratus bayi berumur empat bulan dan memberikan bayi-bayi itu beberapa stimulus yang asing untuk melihat reaksinya dan mengetahui bayi mana yang kelak akan menjadi introver dan ekstrover. Ternyata,

---

[86] Susan Cain, *Quiet: Daya Introvert di dalam Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara*, (Yogyakarta: Penerbit Andi, 2013), 56.

[87] Susan Cain, *Quiet: Daya Introvert di dalam Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara*, 35.

[88] Susan Cain, *Quiet: Daya Introvert di dalam Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara*, 64.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bayi yang bereaksi berlebihan terhadap stimulus (menangis kencang dan menendang) lebih mungkin untuk berkembang menjadi anak yang introver, sedangkan bayi yang tenang terhadap stimulus memungkinkan berkembang menjadi anak ekstrover.[89]

Hal tersebut dikarenakan amigdala (suatu bagian kuat dalam otak) dari bayi yang introver lebih reaktif terhadap rangsang daripada bayi eksktrover. Amigdala yang berfungsi sebagai pengontrol otak emosional, menerima informasi dari indra-indra kemudian memberikan sinyal kepada sisa area otak dan sistem saraf untuk kemudian memberikan respon. Fungsi lain dari amigdala ini adalah untuk mendeteksi dengan cepat hal-hal baru atau yang mengancam dari lingkungan. Semakin reaktif amigdala seorang anak, semakin tinggi pula detak jantung, semakin membesar matanya, semakin tegang pita suaranya, semakin banyak kortisol di air liurnya, dan semakin besar perasaan terganggunya saat berhadapan dengan situasi atau sesuatu yang baru.[90]

Sebaliknya, dopamin pada ekstrover tampak lebih aktif daripada yang dimiliki oleh introver. Dopamin merupakan "zat kimia penghargaan" yang dilepaskan sebagai respons untuk kenikmatan yang diharapkan. Semakin responsif otak terhadap dopamin atau semakin tinggi tingkat dopamin yang tersedia untuk dilepaskan, maka semakin mungkin

---

[89] Susan Cain, *Quiet: Daya Introvert di dalam Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara*, 124.

[90] Susan Cain, *Quiet: Daya Introvert di dalam Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara*, 127.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

individu untuk mengejar penghargaan-penghargaan.[91]

c. Bagian Tiga

Bagian tiga dari buku ini merupakan bagian yang paling sedikit karena hanya memiliki satu bab saja. Bab tiga menggambarkan perbedaan budaya dan pandangan orang-orang Asia dengan orang-orang Eropa-Amerika terhadap introversi dan ekstroversi. Orang-orang Barat sangat menjunjung tinggi keberanian dan keahlian berbicara, sifat yang mengembangkan individualitas, sedangkan orang-orang Asia menghargai ketenangan, kerendahan hati, dan sensitivitas yang mengembangkan kepaduan kelompok. Perbedaan juga terlihat dari sistem belajar mengajar di kedua wilayah tersebut, di mana sekolah-sekolah di Asia lebih menuntut siswanya untuk lebih tenang dan mendengarkan guru ketika di kelas, yang menunjukkan bagaimana siswa tersebut menghargai seorang guru dan juga menjunjung tinggi sikap sopan santun. Sedangkan sekolah-sekolah di Barat lebih suka menerapkan sistem diskusi dalam kegiatan belajar mengajar, di mana setiap siswa dituntut untuk bergabung bersama kelompok dan aktif dalam diskusi.[92]

Meski berbeda, bukan berarti yang satu lebih tinggi dari yang lain, tetapi perbedaan mendasar dalam nilai budaya memiliki dampak yang besar pada gaya kepribadian yang lebih disukai oleh masing-masing budaya tersebut. Orang-orang di Barat menganut model ekstrover, sedangkan di banyak negara di Asia (setidaknya sebelum

---

[91] Susan Cain, *Quiet: Daya Introvert di dalam Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara*, 197.

[92] Susan Cain, *Quiet: Daya Introvert di dalam Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara*, 230.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

westernisasi), diam diumpamakan emas. Pandangan ini juga menginformasikan bahwa model ekstrover tidaklah sehebat seperti yang dipikirkan oleh masyarakat saat ini, karena masing-masing cara (pendiam atau suka bicara, hati-hati atau berani, menahan diri ataupun tidak) merupakan karakteristik peradaban hebat itu sendiri.[93]

d. Bagian Empat

Bagian empat buku ini terdiri dari tiga bab. Menurut peneliti, bagian terakhir dari buku ini merupakan bagian inti karena di sinilah penulis buku membahas mengenai situasi apa saja yang sanggup ditangani oleh introver yang bisa mengoptimalkan kekuatannya, kapan introver harus bisa memahami situasi untuk bertingkah sebagai ekstrover sebagai bentuk pengawasan diri bukannya penyangkalan diri, [94] langkah-langkah untuk mengidentifikasi proyek personal inti, [95] dan mencari relung penyembuhan untuk tetap bisa bertahan dalam situasi tertidak nyaman. Bagian terakhir ini juga memberitahu pembaca tentang perbedaan introver dan ekstrover dalam menunjukkan emosi dan mengartikannya,[96] mengetahui bagaimana tipe orang tua ideal yang bisa memahami anak introver dan mengetahui bagaimana orang tua seharusnya bertindak ketika mengetahui bahwa anak mereka

---

[93] Susan Cain, *Quiet: Daya Introvert di dalam Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara*, 232.
[94] Susan Cain, *Quiet: Daya Introvert di dalam Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara*, 259.
[95] Susan Cain, *Quiet: Daya Introvert di dalam Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara*, 266.
[96] Susan Cain, *Quiet: Daya Introvert di dalam Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara*, 285.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

merupakan seorang introver.[97] Terakhir, Cain juga memberikan opsi-opsi lingkungan sekolah seperti apa yang bisa menjadi pilihan terbaik bagi anak-anak introver.[98]

Analisis karakteristik introver pada penelitian ini diambil dari buku Susan Cain yang berjudul Quiet: Daya Introver di dalam Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara, yang merupakan terjemahan dari buku aslinya berjudul Quiet: The Power of Introverts in A World That Can't Stop Talking. Analisis karakteristik introver dilakukan dengan melakukan pengklasifikasian karakteristik dengan membaginya menjadi tiga kategori besar yang membedakan introver dengan ekstrover menurut banyak psikolog. Berikut hasil analisis karakteristik introver menurut pandangan Susan Cain.

Tabel 4.1
Hasil Analisis Karakteristik Introver

No	Kategori	Karakteristik Introver
1	Tingkat Stimulus Luar yang Diperlukan Supaya Berfungsi dengan Baik	Merasa gelisah saat akan melakukan *public speaking* dan menghadapi banyak audiens.
		Bereaksi berlebihan pada stimulus baru.
		Bermeditasi dan menulis di buku harian, menikmati malam tenang di rumah, dan membuat pembicaraan berdua dengan orang

[97] Susan Cain, *Quiet: Daya Introvert di dalam Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara*, 317.
[98] Susan Cain, *Quiet: Daya Introvert di dalam Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara*, 314.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		terdekat merupakan kegiatan yang dapat mengisi energi.
		Energinya terkuras saat berada di keramaian.
2	Kebiasaan Kerja	Bekerja sendirian.
		Pemimpin yang efektif bagi orang-orang proaktif.
		Merasa tidak nyaman untuk berbicara di depan umum tanpa persiapan.
		Penuh perencanaan.
3	Gaya Sosial	Sangat ingin bersembunyi saat berada di keramaian.
		Tidak mudah tertawa, bosan dengan pembicaraan basa-basi, berpikiran serius, pemalu, dan berhati-hati.
		Berbasa-basi di akhir percakapan.
		Dapat bertingkah laku seperti ekstrover saat situasi mengharuskannya.
		Mudah mengalah.
		Memiliki sedikit teman, tapi hubungannya sangat dekat dan harmonis.

2. Relevansi Karakteristik Introver dengan QS. Ar-Ra'du Ayat 11

Menurut Cain, manusia saat ini hidup dalam sistem nilai yang disebut Model Ekstrover, di mana orang-orang yakin dan percaya bahwa mereka yang senang berkumpul, dominan, suka berbicara dan nyaman saat berada di atas podium di bawah lampu sorot dengan banyak audiens di depannya adalah pribadi yang hebat

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan ideal, juga dianggap lebih pintar dan menarik. Bahkan banyak institusi seperti sekolah dan lapangan pekerjaan sengaja dirancang untuk para ekstrover. Sedangkan introver dideskripsikan sebagai pribadi yang lemah dan tidak menyenangkan. Tidak banyak tempat bagi mereka untuk mengembangkan bakatnya karena lingkungan menuntut mereka selalu bekerja di dalam kelompok.

Hal tersebut tidak sepatutnya membuat introver menyembunyikan kepribadian asli mereka dan memaksakan diri untuk berubah menjadi ekstrover. Sebagaimana diketahui, sebagian dari pemikiran-pemikiran, seni, dan penemuan-penemuan terbesar muncul dari orang-orang pendiam dan pemikir, seperti Sir Isaac Newton dengan teori gravitasinya, Albert Einstein dengan teori relativitasnya, Van Gogh dengan lukisan bunga matahari, J. K. Rowling dengan karya Harry Potter, dan masih banyak lagi.

Banyak hal yang bisa dicapai dengan keintroversian jika mereka mau berusaha. Bukan berusaha untuk berubah menjadi ekstrover, namun berusaha untuk menerima dirinya, menggali potensi yang dimiliki dan memanfaatkannya dengan maksimal. Dalam buku Quiet, dituliskan beberapa contoh introver yang mampu menunjukkan pada dunia bahwa kepribadian yang tenang bukan berarti tidak memiliki kemampuan dan bisa sukses dengan menjadi dirinya sendiri.

a. Kisah si introver Rosa Parks melawan perilaku rasisme yang diterimanya ketika ia menaiki bus di Montgomery, Alabama, yaitu saat ia menolak memberikan tempat duduknya kepada penumpang berkulit putih meskipun sopir bus telah mengancam akan memenjarakannya. Keberanian Rosa Parks ini membuktikan bahwa seorang yang tenang bukan berarti tidak memiliki kekuatan. (Hal. 3-4).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Susan Cain, seorang pengacara Wall Street yang pendiam, suka melamun, dan takut akan sorotan selalu berada di posisi junior terbawah sehingga tidak pernah mewakili klien selama tiga tahun pertama bekerja. Namun, saat ia akhirnya bertanggung jawab untuk bertugas, ia berusaha melakukannya dengan berani meskipun sebenarnya merasa gugup akibat tatapan intimidasi dan kalimat serangan dari lawannya. Meski sempat terlintas pikiran *Aku terlalu pendiam untuk pekerjaan ini* dan membayangkan orang yang lebih tepat untuk menggantikannya, namun ia kembali meyakinkan dirinya, *Aku seorang introver, karenanya aku memiliki kekuatan yang unik*. Pada akhirnya, Cain berhasil menjalankan tugas dengan gayanya –suara lembut namun tegas. (Hal. 11-12).

Dari kisah para introver yang disebutkan di dalam buku Quiet, dapat diambil pelajaran bahwa kepribadian introver bukanlah kelemahan. Setiap kepribadian, baik introver maupun ekstrover, masing-masing memiliki potensi yang bisa berkembang jika diberikan ruang yang cukup dan sesuai. Sebagaimana diketahui, manusia merupakan makhluk yang paling sempurna. Allah menciptakan manusia dengan kelebihan supaya mereka bersyukur, juga dilengkapi dengan kekurangan supaya manusia bisa berusaha dan senantiasa memohon serta mengingat Allah. Jika manusia hanya fokus pada kelemahan yang dimilikinya, maka tidak akan ada rasa syukur dalam dirinya dan semakin sulit untuk mereka berkembang. Padahal, Allah telah memberikan nikmat yang begitu banyak sehingga tidak dapat dihitung. Maka alangkah baiknya jika nikmat-nikmat yang telah diberikan tersebut dimanfaatkan dan dikembangkan supaya dapat berfungsi maksimal, bukannya disia-siakan. Karena keadaan baik berupa nikmat tadi bisa saja

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menghilang dan berubah menjadi suatu bencana atau ketidakberuntungan, yakni dengan Allah mencabut kenikmatan tersebut jika manusia tidak bisa mensyukurinya dan tidak menggunakannya sebagaimana mestinya. Hal tersebut sesuai dengan dalil Alquran yang digunakan dalam penelitian ini, yakni QS. Ar-Ra'du ayat 11, Allah berfirman:

إِنَّ اللهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتّٰي يُغَيِّرُوْا مَا بِأَنْفُسِهِمْ

Artinya: "Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri".[99]

Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum, artinya Dia tidak mencabut nikmat-Nya dari mereka kecuali mereka mengubah sendiri keadaan yang ada pada diri mereka, dari keadaan yang baik dengan melakukan perbuatan yang durhaka. Dan apabila Allah telah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, yaitu dengan menimpakan azab, maka tidak ada yang dapat menghindari siksaan-siksaan tersebut ataupun menolak dari hal-hal lain yang telah dipastikan-Nya.[100]

3. Implementasi Nilai-nilai Konseling Islam dari Hasil Penelitian

Setiap manusia pasti akan selalu menghadapi berbagai masalah yang tentunya membutuhkan bantuan untuk mengatasi masalah tersebut. Banyak individu yang kesulitan untuk mengatasi sendiri masalahnya, maka perlu adanya bantuan dalam bidang mental dan spiritual yang dikenal dengan istilah konseling agama atau dalam hal ini konseling Islam. Saat mengalami permasalahan psikologis, umat Islam tentunya membutuhkan pemecahan masalah dengan nilai-nilai ajaran Islam

[99] Al-Qur'an, *Ar-Ra'du*: 11.

[100] Jalaluddin As-Suyuthi dan Jalaluddin Muhammad Ibnu Ahmad Al-Mahally, *Tafsir Jalalain*, (t.tp.: t.p., 2003), 150.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sendiri.[101] Nilai-nilai konseling Islam yang terdapat dari penelitian ini dan dapat diimplementasikan dalam proses bimbingan konseling Islam antara lain nilai syukur, toleransi, dan ikhtiar yang penjelasannya dapat diuraikan sebagai berikut.

a. Syukur

Dari hasil penelitian, nilai konseling Islam yang dapat diambil yakni nilai syukur. Bahwasannya manusia sepatutnya bisa menerima keadaan dirinya baik itu kelebihan maupun kekurangannya sebagai bentuk rasa syukur akan nikmat yang telah dilimpahkan oleh Allah.

b. Toleransi

Dari hasil penelitian, dapat diketahui bahwa Allah menciptakan manusia berbeda-beda supaya saling mengenal, bukan saling mendiskriminasi atau mengintimidasi. Perbedaan seharusnya menjadikan manusia menghargai satu sama lain dan bisa membuka diri serta pikirannya akan perbedaan tersebut.

c. Ikhtiar

Dari hasil penelitian, dapat diketahui bahwa meskipun nasib manusia telah ditentukan oleh Allah, manusia tidak boleh menyerah begitu saja. Karena Allah tidak akan merubah keadaan manusia apabila mereka sendiri tidak mau merubahnya. Dan keburukan bisa datang diakibatkan dari manusia yang tidak mau berikhtiar.

---

[101] Evi Aeni Rufaedah, "Kajian Nilai-nilai Bimbingan dan Konseling Islami (Telaah Berdasarkan Al-Qur'an dan Al-Hadist)", *Risalah: Jurnal Pendidikan dan Studi Islam*, Vol. 1, No. 1, 2015, 125.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Pembahasan

1. Analisis Karakteristik Introver menurut Pandangan Susan Cain

Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui karakteristik introver menurut Susan Cain dalam bukunya yang berjudul "Quiet: Daya Introvert di dalam Dunia yang Tidak Bisa Berhenti Bicara". Penelitian ini menggunakan metode analisis isi (*content analysis*). Analisis isi adalah suatu teknik pengambilan kesimpulan dengan mengidentifikasi karakteristk-karakteristik khusus suatu pesan secara objektif, sistematis, dan generalis. Tahap-tahap penyusunan analisis isi yaitu menyeleksi teks, menentukan unit analisis, mengembangkan kategori-kategori isi, dan menganalisis.[102] Adapun, analisis isi karakteristik introver menurut pandangan Susan Cain dapat diuraikan sebagaimana berikut ini.

Tabel 4.2
Analisis Karakteristik Introver Menurut Pandangan Susan Cain

No	Kategori	Karakteristik Introver	Kutipan Teks dalam Buku
1	Tingkat Stimulus Luar yang Diperlukan Supaya Berfungsi dengan Baik	Merasa gelisah saat akan melakukan *public speaking* dan menghadapi banyak audiens.	Cain yang ketakutan saat malam sebelum pidato besarnya di kantor pusat perusahaan besar di pinggir Kota New

[102] Sukriadi Sambas & Asep Syaiful Muhtadi, *Metode Analisis Tekstual, Isi, Percakapan, dan Unobtrusif (Untuk Penelitian Dakwah)*, 24.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

			Jersey. (Hal. 121)
		Bereaksi berlebihan pada stimulus baru.	Kagan melakukan riset pada lima ratus bayi berusia empat bulan dengan memperdengarkan suara balon meletus, memperlihatkan mainan gantung yang bergerak, dan menghirup bau alkohol pada kapas. Hasilnya, bayi-bayi yang bereaksi tinggi akan tumbuh dengan kepribadian introver. (Hal. 124)
		Bermeditasi dan menulis di buku harian, menikmati malam tenang di rumah, membuat pembicaraan berdua dengan orang terdekat merupakan	Alison, sorang ekstrover yang ingin melakukan strategi-strategi yang dapat disesuaikan pada

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		kegiatan yang dapat mengisi energi.	keluargany a yang introver, yaitu dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh orang introver. (Hal. 149)
		Energinya terkuras saat berada di keramaian.	Jika seorang introver menghadiri sebuah resepsi atau acara berisi seratus orang lain, maka dia akan muncul dengan energi yang lebih rendah dibandingk an saat dia masuk. (Hal. 185)
2	Kebiasaa n Kerja	Bekerja sendirian.	Steve Wozniak, yang mendirikan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

			Apple Computer bersama Steve Jobs, selalu bekerja sendirian. Tidak melakukan ramah-tamah meski selalu menghadiri pertemuan dengan teman-teman kerjanya, bekerja dalam ruang tertutup dan sepi. (Hal. 91)
		Pemimpin yang efektif bagi orang-orang proaktif.	Para pemimpin introver lebih efektif bagi para pegawai proaktif karena mereka cenderung mendengarkan orang lain dan menerima saran. (Hal. 72)
		Merasa tidak nyaman untuk berbicara di depan umum tanpa persiapan.	Esther tidak merasa nyaman untuk berbicara tanpa persiapan, seperti presentasi-presentasi di hadapan seluruh karyawan yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

			rutin dilakukan oleh firma hukum tempatnya bekerja. (Hal. 151)
		Penuh perencanaan.	Para introver jauh lebih baik dalam hal perencanaan, tetap dalam rencana, dan menjadi sangat disiplin. (Hal. 194)
3	Gaya Sosial	Sangat ingin bersembunyi saat berada di keramaian.	Sally sering berharap ia dapat bersembunyi di sofa terdekat saat tiba di sebuah pesta, bahkan terkadang berkendara satu jam menuju pesta lalu pulang lima menit setelah tiba. (Hal. 148)
		Tidak mudah tertawa, bosan dengan pembicaraan basa-basi,	Eleanor Roosevelt, (Ibu Negara Amerika Serikat pada tahun 1933-

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		berpikiran serius, pemalu, dan berhati-hati.	1945) bukanlah jenis wanita yang ringan dan jenaka yang diharapkan oleh Franklin (suaminya) untuk dinikahi. (Hal. 162)
		Berbasa-basi di akhir percakapan.	Orang-orang sensitif (introver) melakukan basa-basi di akhir percakapan, berbanding terbalik dengan kondisi orang-orang kebanyakan. (Hal. 188)
		Dapat bertingkah laku seperti ekstrover saat situasi mengharuskannya.	Profesor Little memiliki suara bariton yang lantang, kebiasaan menyanyi dan menari di atas panggung, dan membuat lelucon. Namun sering menghabiskan waktu sendirian untuk menulis,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

			membaca, menggubah lagu, lebih suka pertemuan empat mata, dan menjadi sakit saat banyak menghabiskan waktu di luar atau berada dalam situasi yang melibatkan konflik. (Hal. 251)
		Mudah mengalah.	Introver mengalah dengan cepat, sebagian karena benci pertengkaran, juga karena meragukan dirinya sendiri. (Hal. 277)
		Memiliki sedikit teman, tapi hubungannya sangat dekat dan harmonis.	Orang-orang introver memiliki hubungan yang paling bebas konflik. Mereka menjadi hangat, suportif, mencurahkan banyak perhatiannya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

			kepada keluarga dan sahabatnya. (Hal. 279)

a. Karakteristik Introver Berdasarkan Tingkat Stimulasi Luar yang Diperlukan Supaya berfungsi dengan Baik

1) Cain (penulis buku ini), sedang bertarung dengan pikirannya yang terus-menerus memikirkan 'bagaimana-jika' yang mengerikan saat ia akan menghadapi pidato besar esok harinya. Ia terus gelisah, bergerak ke sana-ke mari karena takut membayangkan dunia podium dan mikrofon. Cain bahkan berdoa meminta bencana saat perjalanan ke tempat tujuannya, dan menyempatkan pergi ke toilet untuk meminum alkohol sebagai upaya meredam perasaan gugupnya.

   Dalam cerita di atas, dapat diketahui bahwa seorang introver benar-benar merasa ketakutan dan gugup saat harus berbicara di depan umum dan menghadapi banyak audiens. Kegugupannya digambarkan dengan munculnya pikiran-pikiran irasional, berharap ada kejadian yang bisa menghilangkan situasi yang membuatnya gugup, dan menyendiri untuk meredakan kegugupannya.

2) Jerome Kagan, seorang ilmuwan dari Harvard yang mempelajari perkembangan emosi dan kognitif anak-anak, melakukan sebuah penelitian jangka panjang pada lima ratus bayi berusia empat bulan untuk melihat mana yang lebih mungkin akan menjadi introver atau ekstrover. Bayi-bayi tersebut diperdengarkan suara balon pecah, diperlihatkan mainan gantung yang bergerak-gerak dan dihirupkan bau alkohol pada kapas untuk dilihat reaksinya. Hasilnya, bayi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang menangis keras, menendang, dan meninju (reaktif tinggi) tumbuh menjadi anak yang introver, sedangkan bayi yang tetap diam dan tenang (reaktif rendah) tumbuh menjadi anak dengan kepribadian ekstrover.

Dalam penelitian Kagan, dapat diketahui bahwa bayi yang menjerit keras dan banyak menendang pada situasi asing bukan karena ia adalah calon ekstrover, namun karena ia memiliki reaksi yang tinggi terhadap situasi yang baru, merasa terganggu, sensitif, harus waspada, dan berhati-hati. Sedangkan bayi yang tetap diam bukan karena ia calon introver, melainkan karena memiliki kepribadian yang santai dan percaya diri.

3) Alison, seorang konsultan bisnis, ibu, dan istri dengan jenis kepribadian ekstrover merasa tidak puas dengan kehidupan SMU nya yang terlalu dihabiskan untuk bersosialisasi dan tidak memiliki banyak waktu untuk belajar. Agar tidak melakukan kesalahan yang sama, sebagai orang dewasa dia melakukan strategi-strategi yang dapat disesuaikan pada keluarganya yang kebetulan semuanya berkepribadian introver kecuali anak pertamanya (kedua orang tua, suami, dan anak kedua). Alison akan bermeditasi dan menulis di buku hariannya saat berkunjung ke rumah orang tuanya, menikmati malam tenang dengan suaminya, dan menikmati pembicaraan berdua dengan anak keduanya di halaman belakang rumahnya.

Dalam cerita Alison, disebutkan beberapa kebiasaan yang dilakukan oleh seorang introver saat sedang menyendiri, yaitu menulis buku harian, bermeditasi, menikmati tenangnya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

malam, dan membuat percakapan yang intens. Hal-hal tersebut biasanya dilakukan untuk mengisi ulang tenaga setelah seharian beraktivitas atau sekedar menjalankan hobi.

4) Wakil Presiden Al Gore merupakan seorang introver. Menurut mantan asistennya, Gore perlu beristirahat setelah menghadiri sebuah acara.

Menurut banyak kajian, kasus Gore merupakan karakter paling dasar dari seorang introver. Seorang introver kehabisan banyak energinya jika berkumpul dengan banyak orang atau berada dalam keramaian. Maka cara paling ampuh untuk mengembalikan energinya adalah dengan beristirahat atau menyendiri.

b. Karakteristik Introver Berdasarkan Kebiasaan Kerja

1) Steve Wozniak, yang bekerja sama mendirikan Apple Computer bersama Steve Jobs menulis dalam catatan tentang proses kerjanya pada perancangan komputer pribadi pertamanya, bahwa ia selalu bekerja sendirian dalam ruang tertutup dan kesunyian.

Seorang introver lebih suka bekerja sendirian di dalam ruang tertutup dan kesunyian daripada bekerja dalam tim di ruang terbuka dengan suasana ceria dan saling melempar ide. Karena bagi introver, kesunyian dapat memberikan ide, inovasi, dan kreativitas, serta mendukung untuk berkonsentrasi.

2) Menurut Adam Grant, seorang profesor manajemen Wharton, para pemimpin introver lebih efektif untuk karyawan yang proaktif karena introver cenderung mendengarkan dan menerima saran, juga tidak terlalu tertarik untuk mendominasi situasi sosial.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dari pernyataan ini, dapat disimpulkan bahwa seorang introver juga bisa menjadi pemimpin yang efektif karena bisa menjadi pendengar yang baik bagi orang lain. Pernyataan atau kajian-kajian yang menyatakan introver tidak bisa menjadi pemimpin atau pemimpin ekstrover lebih baik dalam menjalankannya tidak sepenuhnya benar. Semua tergantung pada situasi yang dihadapi oleh pemimpin tersebut.

3) Esther, seorang pengacara pajak di sebuah firma hukum perusahaan besar merupakan seorang introver yang bukan pemalu. Dia sangat menyukai saat berjalan melewati barisan pohon di lingkungan rumahnya menuju halte bus, dan saat menutup pintu kantornya untuk menyelesaikan pekerjaannya. Namun, tidak menyukai acara presentasi periodik yang diadakan firma hukumnya karena tidak merasa nyaman saat harus berbicara di depan umum tanpa persiapan. Bahkan setelah menjadi senior dan memiliki lebih banyak pengetahuan dan pengalaman, ia tetap tidak bisa melakukannya.

Dari kisah Esther, dapat dipahami bahwa seorang introver bukannya tidak bisa berbicara di depan umum, hanya saja mereka butuh waktu yang lebih banyak daripada ekstrover untuk mempersiapkan materi yang akan disampaikan dan juga kesiapan dirinya karena stimulus berlebihan dapat mengganggu perhatian dan ingatan jangka pendek. Selain itu, digambarkan juga bagaimana introver menyukai ketenangan dan kesunyian karena hal-hal tersebut dapat memicu energi mereka, dan bahwa introver tidak selalu seseorang yang pemalu.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4) Dr. Janice Dorn yang memiliki gelar Ph.D., mengatakan bahwa para introver lebih berhasil dalam mengatur perasaan-perasaan seperti hasrat atau kesenangan dan sangat baik dalam mengontrol tindakannya. Hal itu dikarenakan introver sangat baik dalam hal perencanaan dan tetap sesuai pada rencananya dengan disiplin.

   Introver selalu membuat perencanaan yang baik untuk setiap keputusan yang diambil dan tindakan yang dilakukan. Introver juga tidak mudah merubah rencana yang telah dibuatnya, mereka tidak bertindak secara konstan dan berusaha menghindari risiko. Hal tersebut tidak terlepas dari karakter introver yang menjunjung tinggi kehati-hatian, penuh pertimbangan, dan sangat peka terhadap tanda bahaya. Itulah mengapa introver berpikir lama sebelum bertindak dan menyebabkan mereka sedikit bicara. Akibatnya, mereka mampu lebih baik dalam melindungi diri dari kegagalan.

c. Karakteristik Introver Berdasarkan Gaya Sosial

1) Sally, seorang editor buku yang menggambarkan dirinya sebagai introver pemalu, namun menarik dan pandai bicara, selalu ingin menyembunyikan dirinya setiap berada di sebuah pesta. Ia juga mengaku bahwa terkadang ia menghabiskan waktunya di perjalanan agar tidak terlalu lama berdiam di tempat pesta. Padahal, Sally dikenal oleh teman-temannya sebagai pribadi yang menyenangkan, jenaka, dan mengagumkan.

   Dari kisah Sally dapat disimpulkan bahwa seorang introver bukannya tidak bisa pergi ke pesta, dia hanya akan pulang lebih awal untuk mengisi kembali tenaganya. Introver juga tidak selalu pendiam, tidak pandai bicara, dan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

memiliki kepribadian yang –menurut orang lain membosankan, semua tergantung bagaimana ia bisa mengatasi kecemasannya.

2) Eleanor Roosevelt, seorang introver yang pemalu, berpikiran serius, bosan dengan pembicaraan basa-basi, berpikiran serius, tidak mudah tertawa, dan kikuk berhasil memikat hati Franklin dengan kesederhanannya. Sedangkan Franklin merupakan seseorang dengan seringai lebar, keberanian yang meluap-luap, dan mudah bergaul dengan orang lain.

   Dari Eleanor, kita dapat mengetahui bahwa introver memiliki sifat-sifat seperti pemalu, tidak menyukai basa-basi, tidak mudah tertawa, dan berpikiran serius. Tidak semua introver seperti itu, namun berdasarkan kajian, banyak introver yang memiliki karakter tersebut. Bagian pentingnya, sifat-sifat tersebut bukanlah kekurangan bagi introver, bahkan bisa menjadi daya tarik yang memikat.

3) Pada orang introver, basa-basi muncul di akhir percakapan, bukan di awal. Padahal biasanya orang-orang menggunakan basa-basi sebagai bentuk pendekatan pada lawan bicara untuk hubungan yang baru dan akan berhubungan lebih serius jika sudah merasa nyaman.

   Seorang introver akan lebih terbuka jika sudah berada di lingkungan atau dalam hubungan yang membuatnya nyaman. Mereka bahkan bisa berbasa-basi dan banyak tertawa dalam kondisi tersebut.

4) Profesor Brian Little, mantan dosen psikologi Harvard University memiliki suara yang lantang, menyanyi, menari, dan membuat lelucon di atas panggung, serta cara bicara yang unik. Dibalik

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kepribadiannya yang menyenangkan, Profesor Little tinggal di rumah terpencil di pedalaman hutan bersama istrinya, memiliki kebiasaan untuk menghabiskan waktunya sendirian dengan menulis, membaca, dan menggubah lagu. Saat bersosialisasi, ia lebih suka pertemuan empat mata. Lebih senang memulai percakapan pelan saat berada di pesta atau pergi dengan alasan "mencari udara segar". Jika terpaksa harus banyak menghabiskan waktu di luar dan berada dalam situasi tidak menyenangkan, dia bisa benar-benar sakit. Saat akan berpidato, ia menyiapkan materi dengan sungguh-sungguh.

Dari Profesor Little dapat diketahui bahwa karakter yang nampak dan diketahui publik belum tentu merupakan kepribadian asli seseorang. Karena dalam banyak situasi, introver diharuskan memiliki karakter seorang ekstrover dan introver sanggup untuk itu.

5) Seorang introver mengalah dengan cepat, sebagian karena dia benci pertengkaran, namun juga karena dia meragukan dirinya sendiri.

Introver tidak menyukai terlibat dalam perdebatan atau situasi yang melibatkan konflik. Itulah mengapa introver lebih memilih untuk mengalah dan akhirnya timbul pikiran-pikiran keraguan atas dirinya sendiri seperti, *"mungkin ada sesuatu yang salah denganku"* atau *"mungkin memang aku yang salah"*. Sifatnya ini membuat introver sering menahan amarahnya dan menjadi mudah mengendalikan emosinya. Introver juga lebih banyak mendengar daripada berbicara atau bisa dibilang bahwa introver adalah pendengar yang baik, namun jarang didengarkan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

6) Orang-orang introver memiliki hubungan yang paling bebas konflik dibanding ekstrover, menyebabkan hubungan tersebut terjalin harmonis. Sebagian introver mencurahkan perhatian mereka kepada keluarga dan sahabatnya, tetapi tidak menyukai percakapan basa-basi.

Seorang introver memiliki sedikit teman dekat karena mereka tidak mudah menjalin persahabatan baru. Introver juga selalu berusaha menghindari konfrontasi dengan orang lain. Itulah mengapa hubungan pertemanan introver dikatakan bebas konflik. Meski tidak suka berbasa-basi dan lebih sering menyendiri, introver banyak mencurahkan perhatian kepada orang-orang terdekatnya. Jadi, ungkapan bahwa introver merupakan seorang antisosial sesungguhnya tidak berdasar.

2. Relevansi Karakteristik Introver dengan QS. Ar-Ra'du Ayat 11

Beberapa karakteristik introver dianggap sebagai kelemahan oleh banyak orang karena tidak sesuai dengan lingkungan yang menerapkan budaya atau model ekstrover untuk kehidupan sehari-hari, entah itu di lingkungan sekolah, keluarga, maupun karier atau pekerjaan. Karakteristik yang dianggap sebagai kekurangan di antaranya adalah tidak memiliki banyak teman, tidak menyukai basa-basi, tidak nyaman untuk berbicara di depan umum, menyukai bekerja sendirian, tidak suka berlama-lama dalam keramaian, dan lain-lain. Akibatnya, para introver menjadi tidak percaya diri dan menyerah untuk menunjukkan eksistensi dan kemampuannya kepada orang lain. Banyak introver memaksakan diri berperilaku menjadi ekstrover di kehidupannya agar bisa diterima oleh masyarakat.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Padahal, jika mereka mau menerima keadaan diri dan mau berusaha untuk mengubah versi dirinya menjadi lebih baik, introver juga akan bisa menjadi orang yang berpengaruh bagi orang lain. Sebaliknya, jika mereka hanya berfokus pada kelemahannya saja dan tidak ada usaha untuk berubah, maka hanya akan mendatangkan keburukan baginya.

Peneliti merasa hal tersebut relevan dengan QS. Ar-Ra'du ayat 11 yang menyatakan bahwa Allah tidak akan merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka merubah keadaannya sendiri. Banyak tafsir yang menjelaskan bahwa sesungguhnya Allah telah melimpahkan nikmat yang banyak kepada hamba-Nya, maka jika seseorang mendapatkan suatu musibah atau bencana, hal itu adalah karena perbuatannya sendiri yang tidak mau mensyukuri nikmat yang telah diberikan oleh Allah.

Allah tidak akan mengubah sebuah nikmat ataupun bencana, kemuliaan ataupun kerendahan, kedudukan ataupun kehinaan seseorang, kecuali dia mau mengubah perasaannya, pebuatannya, dan kenyataan hidupnya. Maka, Allah akan merubah keadaan diri orang tersebut sesuai dengan perubahan yang terjadi dalam diri dan perbuatannya sendiri. Setiap hal yang terjadi pada manusia merupakan akibat dari perbuatan mereka sendiri meskipun Allah telah mengetahui sebelum hal itu terwujud. Jadi, akibat itu datang belakangan, sejalan dengan perubahan yang terjadi pada diri manusia. Hal ini merupakan hakikat yang mengandung konsekuensi besar yang dihadapi manusia. Maka, kehendak dan sunnah Allah berlaku sesuai dengan sikap dan perbuatan manusia itu sendiri dan didasarkan pada bagaimana perilaku manusia dalam menyikapinya.[103]

---

[103] Sayyid Quthb, *Tafsir fi Zhilalil-Quran Jilid 7*, terj. As'ad Yasin, dkk, (Jakarta: Gema Insani Press, 2003), 38.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Ayat ini membahas mengenai perubahan, yaitu merubah keadaan dengan usaha. Tentunya, berubah di sini adalah menjadikan diri ke arah yang lebih baik. Sebelum memulai perubahan diri, tetapkan dulu niat dan tujuan perubahan itu sesuai dengan harapan yang akan dicapai dan kemudian dilakukan dengan perbuatan. Agar dapat mengubah diri ke arah yang lebih baik, manusia perlu menemukan kebenaran akan dirinya terlebih dahulu, yakni mengakui akan kekurangan dan kesalahan yang selama ini dilakukan yang membuatnya kurang berkembang. Jika sudah menemukan apa saja kesalahan yang dilakukan, maka akan mudah mengetahui apa yang harus dirubah dan apa yang harus dilakukan untuk merubahnya.

Pertama-tama, untuk bisa mengembangkan potensi, manusia harus bisa menerima dirinya terlebih dahulu, menerima setiap kelebihan dan kekurangan yang dimiliki dan kemudian mengetahui potensi mana yang harus lebih dioptimalkan. Untuk seorang introver, lebih baik jika mereka bisa menemukan alirannya dengan menggunakan bakat-bakat yang dimiliki. Introver memiliki kekuatan berupa ketekunan, kegigihan dalam menyelesaikan masalah-masalah yang rumit, dan pandangan yang dalam untuk menghindari konsekuensi terbesar. Lebih baik jika introver tetap menjadi dirinya sendiri karena ketika mereka mulai memusatkan perhatiannya pada sebuah pekerjaan yang disukai, mereka akan mungkin mendapati bahwa kekuatannya tidak terbatas.

Intinya, tetaplah menjadi diri sendiri. Jika introver mengerjakan sesuatu dengan cara yang lambat dan tetap, jangan biarkan orang lain membuatnya merasa harus berlomba. Jika introver menikmati kesunyian, maka tidak perlu memaksakan diri untuk berada dalam keramaian. Jika introver lebih menyukai mengerjakan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tugas tunggal daripada multitugas, maka lebih baik untuk mempertahankan hal tersebut. Introver perlu memercayai naluri mereka dan berbagi ide-ide sesuai kemampuannya. Tidak harus menjadi ekstrover karena ide-ide juga dapat dibagikan dengan tetap berada dalam zona introver, seperti dikomunikasikan lewat tulisan, atau dikemas menjadi ceramah berproduksi tinggi, ide-ide juga dapat disebarkan melalui perwakilan-perwakilan.

Salah satu bentuk usaha yang dapat dilakukan oleh introver yaitu terlibat dengan proyek-proyek personal inti yang dianggap berarti, dapat dikendalikan, tidak terlalu menekan, dan didukung oleh orang lain. Terdapat tiga langkah kunci untuk mengindentifikasi proyek personal inti, yaitu dengan memikirkan kembali hal yang suka dilakukan saat masih kecil, perhatikan pekerjaan yang paling menarik hati, dan perhatikan apa yang paling membuat rasa cemburu datang. Hal-hal tersebut dilakukan untuk membantu introver menemukan karier yang sesuai saat mereka berada di bawah lingkungan atau model ekstrover. Introver juga harus bisa menciptakan relung penyembuhan sebanyak mungkin dalam kehidupan sehari-hari, salah satunya dengan mempertimbangkan kebijakan cuti atau cara bekerja. Introver harus memperhatikan apakah pekerjaannya mengizinkan mereka untuk menghabiskan waktu untuk aktivitas-aktivitas introversinya seperti membaca, menyusun strategi, menulis, ataupun meneliti. Jika tempat kerja tidak bisa memberi relung penyembuhan yang cukup bagi introver, setidaknya introver harus bisa menemukan waktu luang di malam hari atau akhir pekan untuk bisa melakukan aktivitas yang memberikan tenaga baginya.

Melalui usaha perubahan menuju pribadi yang lebih baik itulah pribadi introver bisa menunjukkan kekuatan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

diri yang awalnya tidak nampak dan tidak diperhitungkan. Karena pertolongan Allah akan datang setelah manusia berusaha untuk menggapainya sendiri. Seperti Steve Wozniak, yang berhasil menguasai seni hidup sebagai introver di dalam dunia yang ekstrover, telah membuktikan bahwa introver bukanlah alasan untuk tidak bisa menjadi seseorang yang terpandang di depan publik. Sebaliknya, introver merupakan kekuatan yang bisa mendukung bakat-bakat yang dimilikinya. Karena setiap pemikiran yang kritis, ide-ide yang kreatif dan inovatif membutuhkan konsentrasi tinggi untuk bisa tercipta, dan konsentrasi itu hanya bisa ditemukan saat berada dalam kesendirian dan kesunyian, bukan dalam keramaian. Bahkan, Sir Isaac Newton lebih mungkin mendapatkan apel jatuh saat sedang menyendiri.

3. Implementasi Nilai-nilai Konseling Islam dari Hasil Penelitian

Nilai-nilai konseling Islam yang terkandung dari hasil penelitian ini yakni nilai akhlak. Akhlak yang terpuji dapat mendekatkan diri kepada Allah. Nilai akhlak yang dapat diambil dari hasil penelitian yaitu ikhtiar atau usaha, bersyukur, dan toleransi. Di sisi lain, kegiatan bimbingan dan konseling sendiri bertujuan untuk membentuk atau memperbaiki akhlak. Berikut ini implementasi nilai-nilai konseling Islam yang didapat dari hasil penelitian.

a. Syukur

Syukur menurut istilah *syara'* adalah pengakuan terhadap nikmat yang dikaruniakan oleh Allah yang disertai dengan pujian kepada-Nya dan mempergunakan nikmat tersebut sesuai tuntunan dan kehendak Allah. Hakikat syukur yakni "menampakkan nikmat" dan menyembunyikannya adalah kekufuran. Menampakkan nikmat dapat berarti menggunakan nikmat sesuai pada tempatnya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan kehendak Allah, dan menyebut-nyebutnya dengan lisan.[104]

Banyak orang memandang rendah pada kepribadian introver, dan tidak banyak tempat yang tersedia bagi introver. Hal tersebut menimbulkan ketidakpercayaan diri, dan rasa tidak nyaman bagi para introver untuk berlama-lama di dalam situasi sosial. Pada akhirnya, introver akan terus-menerus menganggap dirinya buruk dan berusaha bertingkah laku seperti ekstrover supaya eksistensinya terlihat oleh lingkungan. Padahal, introver memiliki banyak kelebihan seperti juga ekstrover memiliki kelemahannya. Artinya, setiap tipe kepribadian, baik introver maupun ekstrover pasti memiliki sisi positif dan negatifnya masing-masing. Perbedaannya terletak pada bagaimana mereka bisa mengoptimalkan sisi positifnya daripada terus-menerus menyesali sisi negatifnya dan berhenti untuk berkembang.

Maka, cukuplah menjadi diri sendiri dan fokus pada potensi yang ada untuk bisa menggunakannya secara maksimal. Misalnya, seorang introver bisa tetap bersikap tenang meski sedang menghadapi masalah karena pengendalian emosinya yang stabil, tidak terburu-buru, dan tidak mudah tersulut emosi sehingga dapat memikirkan solusi yang tepat; dapat dipercaya sebagai pemegang rahasia dan pendengar yang baik karena tidak suka banyak bicara apalagi dengan seseorang yang belum terlalu dikenalnya; dapat berkarya dalam kesendiriannya dan menemukan banyak ide pada diamnya; dapat menjadi pemimpin yang baik karena lebih cenderung

---

[104] Choirul Mahfud, “The Power of Syukur: Tafsir Konstektual Konsep Syukur dalam Al-Qur’an”, *Episteme*, Vol. 9, No. 2, 2014, 380.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mendengarkan saran dan menerima masukan; dan masih banyak lagi. Meski tidak perlu, berpura-pura menjadi ekstrover saat situasi penting juga dapat menjadi poin kelebihan introver. Karena itu, introver tidak perlu menjadi orang lain, cukup tunjukkan dengan bangga, "Inilah saya!". Introversi adalah bagian dari diri, maka pemiliknya harus bisa merangkulnya.

Dalam kehidupan, tentunya setiap manusia menghadapi masalah yang membuat mereka merasa gelisah, takut, bahkan putus asa. Padahal, masalah yang datang bisa jadi merupakan ujian dari Allah untuk mengangkat derajat manusia, itulah mengapa sudah sepatutnya manusia senantiasa memandang hidup secara lebih positif dengan bersyukur, apalagi dengan nikmat-Nya yang tidak terhitung. Karena dengan bersyukur, Allah akan menambahkan nikmat-Nya. Seperti firman-Nya dalam QS. Ibrahim ayat 7, yang berbunyi:

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيْدَنَّكُمْ وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِيْ لَشَدِيْدٌ

Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu memaklumkan, "Sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya aku akan menambah (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka pasti azab-Ku sangat berat".[105]

Ayat di atas menjelaskan bahwa dengan bersyukur, manusia bisa mendapatkan lebih banyak nikmat seperti sukses, bahagia, dimudahkan segala urusan, banyak rezeki, mendatangkan kesembuhan, dan mendekatkan kepada surga. Sebaliknya, dengan

[105] Al-Qur'an, *Ibrahim*: 7.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tidak bersyukur (kufur), manusia bisa mendapatkan ketidakbahagiaan atau bencana.[106]

Bersyukur bisa dilakukan dengan tiga hal:

1) Syukur dengan hati, yaitu menyadari bahwa nikmat yang dimiliki merupakan anugerah dari Allah, menerima sepenuhnya tanpa mengeluh betapapun kecilnya nikmat yang didapat.
2) Syukur dengan lisan, yaitu mengakui nikmat yang diberikan Allah dengan mengucap *alhamdulillah* dan dengan pujian-pujian lainnya.
3) Syukur dengan perbuatan, yakni menggunakan atau memanfaatkan nikmat yang diperoleh sesuai tujuan pengaruniannya (untuk berbuat kebajikan dan mendekatkan diri kepada Allah) serta merenungkan tujuan tersebut.[107]

Dalam proses pelaksanaan konseling bersama konseli yang introver, konselor harus bisa membantu menyadarkan konseli bahwa mereka memiliki potensi yang luar biasa sampai mereka bisa menerima keadaan dirinya. Dengan begitu, konseli akan bisa mempergunakan dan memaksimalkan potensi yang dimilikinya untuk bisa berfungsi lebih baik. Tunjukkan pada para intover bahwa mereka memiliki kekuatan-kekuatan yang tidak ada pada ekstrover. Jika mereka sudah sadar akan kekuatan diri yang dimilikinya, maka akan tumbuh rasa optimis dan percaya diri pada introver untuk lebih menunjukkan kualitas dirinya. Arahkan mereka untuk fokus pada kekuatan diri yang dimilikinya sehingga mereka bisa mengelola, memanfaatkan, dan mengembangkan potensi tersebut dengan baik.

---

[106] Choirul Mahfud, "The Power of Syukur: Tafsir Konstektual Konsep Syukur dalam Al-Qur'an", 393.

[107] Muhammad Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai Persoalan Umat*, (Bandung: Mizan, 1996), 217.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Berikan juga pengertian kepada orang-orang terdekatnya seperti orang tua, teman, atau guru bahwa introver bukanlah suatu kesalahan yang harus diperbaiki, jadi tidak perlu khawatir jika mendapati anak yang introver dan memaksanya menjadi ekstrover.

b. Toleransi

Toleransi secara etimologi yaitu suatu bentuk kesabaran, ketahanan emosional, serta kelapangan dada. Sedangkan secara terminologi yaitu sikap menghargai, membiarkan, membolehkan pendirian seseorang, baik berupa pendapat, pandangan, kepercayaan, kebiasaan, dan sebagainya yang berbeda atau bertentangan dengan pendiriannya.[108]

Seperti yang dapat dilihat dari hasil penelitian bahwa seseorang dengan kepribadian introver berbeda dengan yang berkepribadian ekstrover, berbeda dari cara berpikir, mengambil keputusan, berekspresi, kebiasaan bekerja, mengisi tenaga, dan masih banyak lagi. Meski berbeda, bukan berarti kepribadian ekstrover lebih baik dari introver ataupun sebaliknya. Bukan berarti juga mayoritas bisa mendiskriminasi minoritas. Setiap orang mempunyai cara sendiri untuk menunjukkan kualitasnya. Kepribadian introver juga memiliki kekuatannya sendiri yang bisa berkembang jika berada di tempat yang tepat. Misalnya, introver dapat menjadi pemimpin yang efektif untuk karyawan yang proaktif, introver bisa menghadiri pesta-pesta dan berkumpul dengan banyak orang namun akan pergi lebih awal untuk menyendiri dan memulihkan

[108] Pusat Data dan Statistik Pendidikan dan Kebudayaan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, *Analisisi Sikap Toleransi di Indonesia*, (Jakarta: t.p., 2017), 1.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tenaganya, introver tentunya bisa menjadi pembicara yang baik namun harus benar-benar menyiapkan dirinya lebih lama atau tidak bisa instan, introver merupakan perencana yang baik dan teliti karena tidak terburu-buru dalam mengambil keputusan, dan masih banyak lainnya. Justru dari perbedaan lah, manusia bisa melihat dan mempelajari hal-hal baru yang belum diketahuinya, saling memahami, menghormati, menghargai, bahkan bekerja sama. Di sinilah pentingnya manusia memiliki sikap tasamuh atau toleransi supaya bisa saling mengerti, memahami, dan menghargai orang lain yang berbeda dengannya.

Dalam agama Islam, toleransi disebut sebagai *tasamuh*. Tasamuh (atau tasahul) berarti kemudahan. Maka dapat diartikan bahwa Islam memberi kemudahan bagi setiap orang untuk menjalani keyakinannya sesuai ajaran masing-masing tanpa adanya tekanan serta untuk tidak mengusik keyakinan yang dipegang orang lain.

Sebagai makhluk sosial, tentunya manusia tidak dapat hidup tanpa manusia lainnya. Dan setiap individu pasti memiliki sifat dan perilaku yang tidak sama yang bisa saja menimbulkan suatu "gesekan", baik besar maupun kecil. Allah berfirman mengenai hal ini dalam QS. Al-Hujurat ayat 13, yang berbunyi:

يَاأَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَكُمْ مِّنْ ذَكَرٍ وَّأُنْثَى وَجَعَلْنَكُمْ شُعُوْبًا وَّقَبَآئِلَ لِتَعَارَفُوْا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللهِ أَتْقَكُمْ إِنَّ اللهَ عَلِيْمٌ خَبِيْرٌ

"Hai manusia, sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia di antara

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kamu di sisi Allah ialah orang yang paling bertaqwa di antara kamu. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal".[109]

Setiap individu perlu memiliki sikap toleransi supaya tercipta dan terpelihara rasa aman dan damai, menghindari terjadinya perpecahan, serta mempererat silaturahmi. Islam pun sangat menjunjung tinggi toleransi karena toleransi diperlukan dalam kehidupan bermasyarakat di mana manusia memiliki latar belakang yang beragam. Dalam kajian fiqih, toleransi termasuk kategori muamalah atau interaksi sosial. Sikap toleransi mencakup dua hal, yaitu menghormati, memahami, menghargai orang lain yang berbeda keyakinan; dan menerima keyakinan orang lain.

Allah mencintai orang-orang yang memiliki sikap tasamuh atau toleransi. Sebagaimana sabda Rasulullah saw. dalam hadis berikut.

حَدَّثَنَا عَبْدُاللهِ, حَدَّثَنِيْ أَبِيْ, حَدَّثَنِيْ يَزِيْدُ, قَالَ أَنَا مُحَمَّدُ بْنُ إِسْحَاقَ عَنْ دَاوُدَ بْنِ الْحُصَيْنِ, عَنْ عِكْرِمَةَ عَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ قَالَ قِيْلَ لِرَسُوْلِ اللهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَيُّ الْأَدْيَانِ أَحَبُّ إِلَى اللهِ قَالَ الْحَنِيْفِيَّةُ السَّمْحَةُ[110]

"Telah menceritakan kepada kami Abdillah, telah menceritakan kepada saya Abi, telah menceritakan kepada saya Yazid berkata: telah mengabarkan kepada kami Muhammad bin Ishaq dari Dawud bin Al-Hushain dari Ikrimah dari Ibnu

---

[109] Al-Qur'an, *Al-Hujurat*: 13.

[110] Ibnu Hajar al-Asqalani, *Fath al-Bari Juz 13*, (Bairut: Darul Ma'rifah, 1379H), 20.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Abbas, ia berkata: Ditanyakan kepada Rasulullah saw., "Agama manakah yang paling dicintai Allah?" maka beliau bersabda: "Al-Hanifiyyah as-samhah (yang lurus lagi toleran)".

Sikap toleransi juga perlu diterapkan dalam pelaksanaan konseling. Konselor harus bisa memahami, menghormati, menghargai setiap konseli yang dihadapinya. Selain itu, dalam proses konseling, konselor merupakan contoh atau panutan bagi konselinya, maka konselor harus bisa menunjukkan sikap bahwa ia menerima setiap konseli apapun keadaannya. Dalam proses menuntun konseli menemukan solusi dari permasalahan yang dimilikinya, konselor harus mempertimbangkan nilai-nilai yang dianut konseli, entah itu nilai agama, budaya, adat, ataupun nilai-nilai yang diterapkan oleh keluarga si konseli tersebut.

Saat menangani anak dengan kepribadian introver, konselor harus memahami terlebih dahulu bahwa introver bukanlah sebuah penyakit yang harus disembuhkan. Introver merupakan salah satu tipe kepribadian yang dimiliki sebagian manusia di dunia ini yang berbeda dengan ekstrover. Seorang introver mungkin akan bersikap resisten saat bertemu dengan orang atau suasana yang baru karena introver butuh waktu yang lebih lama untuk beradaptasi.

Konselor perlu memahami dan menghargai batasan-batasan yang dimiliki oleh orang introver saat berada dalam situasi yang baru, bahkan saat batasan itu terlihat ekstrem. Maka dari itu, konselor perlu melakukan asesmen yang cocok pada seorang introver karena mereka membutuhkan instruksi yang berbeda dengan ekstrover supaya mereka mau terbuka. Sikap yang perlu diterapkan yaitu dengan mencoba untuk selalu memuji setiap kemajuan atau

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

peningkatan yang terjadi selama proses konseling supaya konseli mau untuk menerima arahan serta masukan dari konselor, karena introver akan merasa lebih tenang dan nyaman saat berada dalam situasi di mana mereka dihargai dan diapresiasi. Cara ini akan mencetak orang-orang yang lebih percaya diri dan tidak tertekan terlalu keras. Konseli harus mengetahui bahwa perasaan atau tingkah lakunya itu normal dan alami, tidak ada yang harus dikhawatirkan. Konselor perlu menyesuaikan proses bimbingan dan konseling dengan kecepatan mereka, tidak perlu memaksa dan memburu-burunya.

c. Ikhtiar

Ikhtiar berasal dari bahasa arab, yaitu *ikhtara-yakhtaru* yang artinya memilih, masih satu akar dengan kata *khair* yang artinya baik. Maka ikhtiar dapat diartikan memilih mana yang lebih baik di antara yang ada. Sedangkan menurut istilah, ikhtiar adalah kebebasan dan kemerdekaan manusia dalam memilih dan menentukan perbuatannya.[111] Ikhtiar bisa juga diartikan sebagai berusaha, karena pada hakikatnya, orang yang berusaha adalah karena mereka memilih untuk melakukan usaha.

Nilai konseling Islam yang paling besar dalam penelitian ini yakni mengenai ikhtiar. Penelitian ini memang banyak membuka sisi lain dari kepribadian introver yang sering dinilai rendah oleh dunia dan ditempatkan sebagai kepribadian kelas dua di bawah ekstrover. Dengan stigma masyarakat mengenai introver dan semakin sedikitnya ruang untuk introver berkembang, banyak orang dengan kepribadian introver yang tidak percaya diri akan potensi yang

[111] Harun Nasution, *Ensiklopedi Islam Indonesia*, (Jakarta: Djambatan, 1992), 410.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dimilikinya. Mereka semakin menyembunyikan diri dalam kesendirian daripada mencoba bergabung dengan situasi sosial karena merasa dirinya tidak sama dengan yang lain atau takut akan pandangan orang lain karena dirinya yang berbeda.

Padahal introver tidak bisa dijadikan alasan seseorang untuk tidak berkembang dan tidak mau berusaha. Bukan berusaha untuk menjadi ekstrover, tetapi berusaha untuk meningkatkan potensi yang dimilikinya untuk bisa berkembang menjadi lebih baik. Introver mungkin tidak bisa merubah dunia untuk bersimpati pada kepribadian introver yang lebih menyukai bekerja dan belajar sendirian daripada bersama tim, maka introver lah yang harus lebih berusaha untuk menyesuaikan diri meski dalam lingkungan yang didominasi oleh ekstrover.

Dalam Islam pun, setiap muslim diwajibkan untuk senantiasa berikhtiar atau berusaha untuk mencapai tujuannya dengan bersungguh-sungguh dan sesuai dengan kemampuan yang dimiliki meskipun pada akhirnya Allah lah yang akan memberikan keputusan dari setiap yang diusahakan hamba-Nya. Namun tetap saja, Allah akan memberikan nikmat sesuai dengan ikhtiar hamba-Nya.

Salah satu ayat Alquran yang membahas mengenai perintah ikhtiar yaitu QS. Al-Jumuah ayat 10 yang berbunyi:

فَإِذَا قُضِيَتِ الصَّلَوةُ فَانْتَشِرُوْا فِيْ الْأَرْضِ وَابْتَغُوْا مِنْ فَضْلِ اللهِ وَاذْكُرُوْا اللهَ كَثِيْرًا لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُوْنَ

Apabila salat telah dilaksanakan, maka bertebaranlah kamu di bumi, carilah karunia Allah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan ingatlah Allah banyak-banyak agar kamu beruntung.[112]

Ayat ini berisi tentang perintah untuk berusaha atau ikhtiar yang dinukil dalam kalimat "bertebaranlah kamu di muka bumi dan carilah karunia Allah". Banyak yang menafsirkan ikhtiar di sini dengan suatu bentuk usaha seperti berdagang atau bentuk mencari rezeki lainnya dan selalu diiringi dengan dzikir untuk mengingat Allah agar perjalanan usahanya mendapat keberuntungan. Setelah melaksanakan salat dan memiliki waktu yang luang, Allah memerintahkan manusia untuk menggunakan waktunya sebaik mungkin dengan melakukan usaha, yaitu mencari rezeki. Dan dalam setiap kesempatan yang ada, manusia dianjurkan untuk selalu berdzikir kepada Allah. Dalam artian lain, manusia diperintahkan untuk selalu bekerja keras dan tidak diperkenankan membuang-buang waktu luangnya untuk hal-hal yang tidak bermanfaat.

Dalam proses konseling, nilai ikhtiar telah dicerminkan oleh konselor itu sendiri. Nilai ikhtiar harus dikembangkan secara maksimal dalam setiap kegiatan bimbingan dan konseling Islam dalam membantu menangani permasalahan yang dialami oleh konseli untuk mencapai tujuan yang diinginkan, yaitu kemandirian konseli untuk menyelesaikan sendiri permasalahan yang akan datang. Konselor juga harus berusaha menjaga dan merahasiakan semua hal dan kejadian yang terjadi pada proses bimbingan konseling supaya terciptanya proses bimbingan konseling yang efektif dan terpercaya sehingga proses konseling dapat menghasilkan

[112] Al-Qur'an, *Al-Jumuah*: 10.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sesuatu yang bermanfaat dan konstruktif bagi kehidupan konseli maupun konselor.

Meski introver menyukai kesendirian, namun tidak bisa dipungkiri bahwa manusia adalah makhluk sosial yang pasti akan selalu ada situasi yang mengharuskannya bertemu orang banyak dan berada dalam keramaian. Jika seorang introver memerlukan bantuan untuk keahlian sosial, maka konselor bisa mengajari mereka strategi-strategi sosial sederhana seperti senyum, berdiri tegak, dan melakukan kontak mata untuk bisa membantu mereka melewati momen yang tidak menyenangkan. Besarkan hati mereka untuk bisa terlihat lebih percaya diri meskipun tidak merasa demikian. Dalam lingkungan sekolah, introver-introver tidak bisa menghindari kegiatan kelompok yang diadakan oleh pengajar, maka ajarkan mereka untuk mencoba berbaur dengan kelompok-kelompok tersebut. Hal-hal tersebut setidaknya dapat menolong orang-orang introver untuk bisa mengendalikan bagian paling menyulitkan dari kehidupan sosial mereka.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB V
PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul Analisis Karakteristik Introver Menurut Susan Cain dan Relevansinya dengan QS. Ar-Ra'du Ayat 11 ini, peneliti dapat menguraikan beberapa kesimpulan yang telah dirangkum sebagai berikut.

1. Karakteristik introver yang membedakannya dengan ekstrover dapat dibagi menjadi tiga kategori, yaitu:
   a. Berdasarkan tingkat stimulus luar yang diperlukan supaya berfungsi dengan baik:
      1) Introver akan merasa gelisah saat akan melakukan *public speaking* dan menghadapi banyak audiens.
      2) Bayi-bayi calon introver akan bereaksi berlebihan saat menerima stimulus baru.
      3) Introver menyukai kegiatan yang membutuhkan sedikit stimulus luar.
      4) Energi introver akan terkuras saat berada di keramaian.
   b. Kebiasaan kerja:
      1) Introver lebih menyukai bekerja sendirian.
      2) Introver dapat menjadi pemimpin yang efektif bagi karyawan-karyawan yang proaktif.
      3) Introver merasa tidak nyaman untuk pekerjaan yang menuntutnya berbicara di depan umum tanpa persiapan.
      4) Introver penuh dengan perencanaan.
   c. Gaya Sosial:
      1) Introver akan merasa sangat ingin menyembunyikan dirinya saat berada dalam keramaian.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2) Tidak mudah tertawa, bosan dengan pembicaraan basa-basi, berpikiran serius, pemalu, dan berhati-hati.
3) Melakukan basa-basi di akhir percakapan.
4) Dapat bertingkah laku seperti ekstrover saat situasi mengharuskannya.
5) Mudah mengalah.
6) Memiliki sedikit teman, tapi hubungannya sangat dekat dan harmonis.

2. Beberapa karakteristik introver dianggap sebagai kelemahan oleh banyak orang dan kurang diterima oleh sosial. Akibatnya, banyak orang introver menjadi tidak percaya diri. Padahal, kepribadian introver memiliki potensi-potensi yang berkualitas jika mereka menyadari akan hal tersebut dan mau untuk mengembangkannya dengan caranya sendiri serta tidak berfokus pada kelemahannya saja. Hal ini relevan dengan salah satu firman Allah, yakni QS. Ar-Ra'du ayat 11 yang berbunyi:

إِنَّ اللهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتّٰي يُغَيِّرُوْا مَا بِأَنْفُسِهِمْ

Artinya: "Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri".[113]

Ayat tersebut menjelaskan bahwa Allah telah memberikan nikmat dan anugerah yang melimpah pada hamba-Nya. Maka, jika seorang hamba mendapat suatu bencana atau keburukan tidak lain adalah akibat dari perbuatan dirinya sendiri yang tidak bersyukur dan tidak memanfaatkan nikmat yang telah Allah berikan kepada mereka. Jadi, manusia perlu berusaha jika ingin merubah keadaannya menjadi lebih baik.

[113] Al-Qur'an, *Ar-Ra'du*: 11.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3. Implementasi nilai-nilai konseling Islam yang dapat diambil dari hasil penelitian yaitu nilai syukur, toleransi, dan ikhtiar.
   a. Syukur, bahwa setiap manusia hendaknya selalu bersyukur akan nikmat yang telah dilimpahkan oleh Allah dibandingkan terus-terusan mengeluhkan ujian yang diberikan. Dalam proses konseling, konselor membantu konseli untuk bisa menerima keadaan dirinya, entah itu berupa kelebihan maupun kelemahannya.
   b. Toleransi, karena setiap orang memiliki sifat, perangai, dan latar belakang yang berbeda, maka sikap toleransi harus selalu diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Hal tersebut supaya setiap manusia bisa menerima, menghargai, dan menghormati perbedaan yang ada serta pendapat orang lain akan perbedaan tersebut.
   c. Ikhtiar. Kita mesti mengetahui bahwa Allah tidak akan merubah nasib kita jika kita sendiri tidak berusaha untuk merubahnya. Dalam proses konseling, nilai ikhtiar telah dicerminkan oleh konselor dalam membantu menangani permasalahan yang dialami oleh konseli.

B. Saran dan Rekomendasi

1. Bagi peneliti, dianjurkan untuk lebih banyak mencari referensi mengenai kepribadian introver dan penelitian terdahulu yang menggunakan metode analisis isi (*content analysis*) supaya memberi pandangan yang lebih luas terkait teori-teori yang menjadi topik utama penelitian dan memudahkan dalam proses menganalisis. Peneliti juga diharapkan untuk bisa menerapkan hasil penelitian untuk kegiatan bimbingan konseling yang akan dilakukan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Bagi pembaca, penelitian ini bisa memberikan pandangan bagi orang-orang introver bahwa mereka memiliki potensi yang besar yang seharusnya tidak disembunyikan dan menjadikan stigma masyarakat atasnya sebagai hambatan untuk berkembang. Temukan situasi-situasi di mana anda bisa tetap bekerja maksimal meski berada di bawah budaya ekstrover. Selain itu, penelitian ini bisa dijadikan referensi bahwa introver bukanlah suatu penyakit yang harus disembuhkan.

C. Keterbatasan Penelitian

Peneliti sangat menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penyusunan penelitian yang telah dilakukan sehingga beberapa hal tidak berjalan secara optimal dan tidak sesuai harapan. Beberapa kendala yang dirasakan peneliti di antaranya yaitu terbatasnya akses untuk mendapatkan referensi dikarenakan masih sedikit penelitian mengenai introver dan juga sulit untuk mendapatkan sumber-sumber terbaru terkait introver. Namun, peneliti berusaha untuk menyelesaikan penelitian ini semaksimal mungkin dan berharap bisa lebih disempurnakan dengan lebih baik oleh peneliti-peneliti selanjutnya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR PUSTAKA

Abbas, A. I. & Muhammad A., *Tanwir al-Miqbas min Tafsir Ibn 'Abbas*, Amman: Royal Aal al-Bayt Institute for Islamic Thought, 2007.

Al-Asqalani, I. H., *Fath al-Bari Juz 13*, Bairut: Darul Ma'rifah, 1379H.

Al-'Ied, I. A., *Syarah al-Arba'in Hadithan al-Nawawiyah*, Makkah al-Mukarramah: Al-Maktabah al-Fadhilah, 1250.

Al-Bukhari, A. A. M. B. I., *Shahih Bukhari Jilid 2*, terj. Maulana M. D. R., t.tp.: t.p., 2004.

Al-Mahalli, J. A. & Jalal A. A., *Tafsir Jalalayn*, terj. Feras Hamza, Amman: Royal Aal al-Bayt Institute for Islamic Thought, 2007.

Al-Qur'an, *Al-Hujurat*: 13.

Al-Qur'an, *Al-Jumuah*: 10.

Al-Qur'an, *Ar-Ra'du*: 11.

Al-Qur'an, *Ibrahim*: 7.

Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, Malang: UMM Press, 2018.

Amrullah, A. A., *Tafsir Al-Azhar Jilid 5*, Singapura: Pustaka Nasional PTE LTD, 1898.

Anggito, A. & Johan S., *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Sukabumi: CV Jejak, 2018.

As-Suyuthi, J. & Jalaluddin M. I. A. A., *Tafsir Jalalain*, t.tp.: t.p., 2003.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Atamanik, C., "The Introvert Leader: Examining The Role of Personality and Environment", *Center for Leadership Current Research*, Florida International University, 2013.

Cain, S., "Biography", *Quiet Revolution*, diakses pada 27 Mei 2021 dari quietrev.com/media-kit/.

Cain, S., dkk, *Quiet Power: The Secret Strength of Introverts*, t.tp.: Dial Books for Young Readers, t.t.

Cain, S., *Quiet: Daya Introvert di dalam Dunia yang Tidak bisa Berhenti Bicara*, Yogyakarta: Penerbit Andi, 2013.

Catrunnada, L., "Perbedaan Kecenderungan Prokrastinasi Tugas Skripsi Berdasarkan Tipe Kepribadian Introvert dan Ekstrovert", *Skripsi*, Fakultas Psikologi Universitas Gunadharma, 2018.

Crockett, Z., "Why Introverts Make Great Leaders", *The Hustle*, diakses pada 18 Februari 2021 dari https://thehustle.co/why-introverts-make-great-leaders/.

Darmalaksana, W., "Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka dan Studi Lapangan", 2020.

Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, *Modul Pengembangan Keprofesian Berkelanjutan*, 2017.

Dominika & Stefani V., "Hubungan Tipe Kepribadian Ekstrovert-Introvert dengan Penerimaan Sosial Pada Siswa", *Konselor*, Vol. 7, No. 1, 2018.

Ellis, R. R., "Introvert Personality", *WebMD*, diakses pada 18 Februari 2021 dari https://www.webmd.com/balance/introvert-personality-overview#1.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Eriyanto, *Analisis Isi: Pengantar Metodologi untuk Penelitian Ilmu Komunikasi dan Ilmu-ilmu Sosial Lainnya*, Jakarta: Prenadamedia Group, 2015.

Farrel, M., "Leadership Reflections: Extrovert and Introvert Leaders", *Journal of Library Administration*, 2017.

Feist, J., dkk, *Theories of Personality Ninth Edition*, New York: McGraw-Hill Education, 2018.

Gibson, L., "Quiet, Please", *Harvard Magazine*, diakses pada 27 Mei 2021 dari https://www.harvardmagazine.com/2017/03/quiet-please.

Granneman, J., "What Is An Introvert? Definition & Guide to Introversion", *Introvert, Dear*, diakses pada 18 Februari 2021 dari https://introvertdear.com/what-is-an-introvert-definition/.

Gregory, B., "Exactly How to Tell The Difference Between An Introvert and Extrovert", *Prevention*, diakses pada 18 Februari 2021 dari https://www.prevention.com/health/mental-health/a24068521/introvert-vs-extrovert/.

Gudjonsson G. H., dkk, "Compliance and Personality: The Vulnerability of The Unstable Introvert", *European Journal of Personality*, 2004.

Helgoe, L., *Introvert Power: Why Your Inner Life is Your Hidden Strength*, Napperville: Sourcebook, 2008.

Ismiyawati, "Terapi Rasional Emotif dalam Menangani Siswa Introvert", *Skripsi*, Jurusan Kependidikan Islam Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Ampel Surabaya, 2011.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Laney, M. O., *The Introvert Advantages: How to Thrive in An Extrovert World*, New York: Workman Publishing Company, 2002.

Lundquist, M., "Quiet (Cain)", *Litlovers: A Well-Read Online Community*, diakses pada 27 Mei 2021 dari https://www.litlovers.com/reading-guides/non-fiction/9077-quiet-cain?start=2.

Madani, M. M. A. E. M., *Illuminating Discourses On The Noble Quran Tafsir Anwarul Bayan Vol. 3*, terj. Mufti A. H. E., Pakistan: Darul-Ishat Urdu Bazar Karachi, 2005.

Mahfud, C., "The Power of Syukur: Tafsir Konstekstual Konsep Syukur dalam Al-Qur'an", *Episteme*, Vol. 9, No. 2, 2014.

Masyitoh, M. H., "Manajemen Mutu Pendidikan Perspektif QS. Ar-Ra'du Ayat 11 dan Implementasinya dalam Pengelolaan Madrasah", *Jumpa*, Vol. 1, No. 1, 2020.

Mattoon, M. A., *Jung and The Human Psyche: An Understandable Introduction*, London: Routledge, 2005.

Mirsanti, N., "Konsep Tafakur untuk Penguatan Efikasi Diri pada Pribadi Introvert", *Sangkep: Jurnal Kajian Sosial Keagamaan*, Vol. 2, No. 2, 2018.

Motivasee, "QS. Ar-Ra'd (Guruh(Petir))-Surah 13 Ayat 11", *Risalah Muslim*, diakses pada 23 September 2020 dari risalahmuslim.id/quran/ar-rad/13-11/.

Muhammad, *Metode Penelitian Bahasa*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014.

Mukhtar, *Metode Praktis Penelitian Deskriptif Kualitatif*, Jakarta: Referensi, 2013.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Musa, M. B., *Tafsir Al-Qur'an Hidayatul Insan Jilid 2*, t.tp.: t.p., t.t.

Najati, M. U., *Psikologi dalam Al-Qur'an dalam Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, terj. M. Zaka A., Bandung: Pustaka Setia, 2005.

Nasution, H., *Ensiklopedi Islam Indonesia*, Jakarta: Djambatan, 1992.

Nawawi, M. Y. B. S., *Hadits Arba'in Nawawiyah*, terj. Abdullah H., t.tp.: Maktab Dakwah dan Bimbingan Jaliyat Rabwah, 2010.

Nesfield, M., "The Power in Being Who You Are", *Toastmaster*, 2012.

Niranga, M., "Introverted and Extroverted Personality Traits of Leaders and OCB of Followers: A Moderating Effect of Leader-Member Relationship of IT Industry in Sri Lanka", *The International Journal of Business & Management*, 2019.

Nobel, C., "Introverts: The Best Leaders for Proactive Employees", *Harvard Business School: Working Knowledge*, 2010.

Paradilla, N., dkk, "The Students Extrovert and Introvert Personality Toward Speaking Performance", *International Journal of Research on English and Applied Linguistics*, Vol. 1, No. 1, 2020.

Prakash, S., dkk, "Personality (Introvert and Extrovert) and Professional Commitment Effect among B.Ed Teacher Educator Students: *The International Journal of Indian Psychology*, Vol. 3, No. 3, 2016.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Petric, D., "Introvert, Extrovert, and Ambivert", *The Knot Theory of Mind*, 2019.

Pusat Data dan Statistik Pendidikan dan Kebudayaan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, *Analisis Sikap Toleransi di Indonesia*, Jakarta: t.p., 2017.

Putra, D. G. & Antony S., "Pengaruh Kepribadian Introvert Terhadap Karakter Ruang Belajar Mahasiswa", *Skripsi*, Fakultas Teknik Universitas Indonesia, 2014.

Quthb, S., *Tafsir fi Zhilalil-Quran Jilid 7*, terj. As'ad Yasin, dkk, Jakarta: Gema Insani Press, 2003.

Raco, *Metode Penelitian Kualitatif: Jenis, Karakteristik, dan Keunggulannya*, Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia, 2010.

Renaganis, E. & Tri P. A., "Perbedaan Penerimaan Teman Sebaya Ditinjau dari Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert", *Jurnal Empati*, Vol. 4, No. 1, 2015.

Roy, G., "Jung's Theory of Introvert and Extrovert Personalities", *Fractal Enlightenment*, diakses pada 18 Februari 2021 dari https://fractalenlightenment.com/31622/life/jungs-theory-of-introvert-and-extrovert-personalities.

Rufaedah, E. A., "Kajian Nilai-nilai Bimbingan dan Konseling Islami (Telaah Berdasarkan Al-Qur'an dan Al-Hadist)", *Risalah: Jurnal Pendidikan dan Studi Islam*, 2015.

Sambas, S. & Asep S. M., *Metode Analisis Tekstual, Isi, Percakapan, dan Unobtrusif (Untuk Penelitian Dakwah)*, Bandung: KP. Hadid, 1999.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sari, M., "Penelitian Kepustakaan (*Library Research*) dalam Penelitian Pendidikan IPA", *Natural Science: Jurnal Penelitian Bidang IPA dan Pendidikan IPA*, Vol. 6, No. 1, 2020.

Schmidt, S. J., "Personality Diversity: Extrovert and Introvert Temperaments", *Journal of Food Science Education*, Vol. 15, 2016.

Schultz, D. P., Sydney E. S., *Theories of Personality Eight Edition*, Wadsworth: t.p., 2005.

Shafi, M. M. M., *Ma'ariful Qur'an Vol. 5*, terj. Muhammad S., Karachi: Darul-Uloom, 1998.

Shihab, M. Q., *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai Persoalan Umat*, Bandung: Mizan, 1996.

Simanjuntak, B. A. & Soedjito S., *Metode Penelitian (Edisi Revisi)*, Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2014.

Thohir, U. F., *Etika Islam dan Transformasi*, Yogyakarta: Pustaka Ilmu, 2013.

United States General Accounting Office, *Content Analysis: A Methodology for Structuring and Analyzing Written Material*, t.tp.: t.p., 1989.

Women Transforming Our Communities & The World, "Harvard Law School: Leaders for Change", *Program of Events and Speaker Biographies*, 2013.

Zed, M., *Metode Penelitian Kepustakaan*, Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2014.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id