

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam dunia yang didominasi oleh nilai-nilai *ekstrover* seperti kecepatan, interaksi sosial, dan ekspresi terbuka, kaum *introver* sering kali merasa terpinggirkan atau bahkan dianggap kurang mampu. Buku *The Introver Advantage* karya Marti Olsen Laney, Psy.D., mengangkat isu ketidakseimbangan ini dengan menyoroti bagaimana budaya modern cenderung mengagungkan sifat-sifat *ekstrover* sementara mengabaikan atau meremehkan kekuatan *introversi*. Hal ini menciptakan tekanan psikologis bagi *introver* yang dipaksa untuk menyesuaikan diri dengan standar yang tidak sesuai dengan alamiah mereka.¹

Orang yang berkepribadian *introver* sebenarnya mampu bersikap lebih terbuka terhadap orang lain, tetapi tingkat keterbukaan ini sangat dipengaruhi oleh pengalaman hidup yang pernah mereka jalani.² Berbeda halnya dengan orang *ekstrover* yang pada dasarnya memiliki kepribadian lebih terbuka dan luwes dalam berinteraksi dengan orang-orang di sekelilingnya.³

Maka dari itu setiap manusia memiliki kemampuan yang berbeda dalam memproses rangsangan dari lingkungan, sehingga membentuk persepsi yang unik pada masing-masing individu. Perbedaan ini dapat muncul karena dua faktor utama: pertama, keterbatasan fisiologis pada

¹ Marti Olsen Laney, *The Introver Advantage: Berkembang dan Berhasil di Dunia Ekstrover*, diterjemahkan oleh Meita Lukitawati, Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2016, hal. 6.

² Masni H, dkk, "Kontribusi Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Kepribadian *Introver* dan *Ekstrover*", *Jurnal Jendela Pendidikan*, 2021, hal. 239–249.

³ Purba A dan Ramadhani S, "Perbedaan Perilaku *Prososial* Ditinjau Dari Tipe Kepribadian *Ekstrover* Dan *Introver* Pada Organisasi Berkah Langit Medan." *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences*, 2021, hal. 1372-1377.

panca indera yang dimiliki; kedua, variasi karakter dan kepribadian yang membentuk konsep diri yang khas pada setiap orang.⁴

Kecenderungan *introver* mengarahkan individu pada pengalaman subjektif, dengan fokus utama pada dunia internal dan kehidupan pribadi, di mana realitas dipahami melalui interpretasi personal. Individu dengan kecenderungan ini umumnya lebih suka menyendiri, bersikap reservasi, kurang terbuka, dan dapat menunjukkan perilaku yang kurang sosial. Sebaliknya, kecenderungan ekstrover mengorientasikan individu pada pengalaman objektif, dengan perhatian utama tertuju pada dunia eksternal daripada proses persepsi internal. Individu dengan kecenderungan ini biasanya aktif dalam berinteraksi sosial, energik, dan menunjukkan keramahan dalam pergaulan.⁵

Dengan demikian, individu *introver* memerlukan upaya lebih besar dalam mengelola dan mengembangkan kecerdasan emosional, khususnya dalam situasi yang kurang sesuai dengan karakteristik kepribadian mereka dan lebih mendukung tipe ekstrover. Namun perlu dipahami bahwa tidak semua *introver* menunjukkan kecenderungan untuk menarik diri secara konsisten atau mengalami kesulitan beradaptasi dalam lingkungan baru yang tidak nyaman. Terdapat kasus dimana sebagian individu *introver* mampu berfungsi secara efektif dalam lingkungan yang secara alami lebih sesuai untuk kepribadian ekstrover. Faktor kunci dalam fenomena ini terletak pada pengembangan kecerdasan emosional yang memungkinkan *introver* tertentu mengembangkan fleksibilitas perilaku dalam lingkungan baru. Kemampuan emosional ini tidak hanya memfasilitasi pemahaman diri yang lebih baik, tetapi juga mendukung pembentukan relasi interpersonal yang efektif.⁶

Myers berpendapat, kepribadian ekstrover dapat didefinisikan sebagai suatu kondisi psikologis di mana individu memperoleh sumber kepuasan dan energi psikis terutama dari lingkungan eksternal dirinya. Karakteristik kepribadian ini memanifestasikan diri dalam beberapa kecenderungan perilaku yang khas, antara lain: kecenderungan untuk memperoleh kesenangan melalui interaksi sosial, ekspresi antusiasme yang lebih menonjol, pola komunikasi yang lebih verbal dan ekspresif, sikap asertif

⁴ Pengaruh Kepribadian Introver Terhadap Karakter Ruang Belajar Mahasiswa, Skripsi S1 Fakultas Teknik, Universitas Indonesia Depok, 2014, hal. 1.

⁵ Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, Malang: UMM Press, 2018, hal. 50.

⁶ Khairun Nisa dan Mirawati, "Kepribadian Introver Pada Remaja", *Educativo: Jurnal Pendidikan* vol. 1, No. 2, November 2022, hal. 607.

dalam berbagai situasi, serta kecenderungan untuk memperluas jaringan pertemanan.⁷ Karakteristik kepribadian ekstrover secara tipikal diasosiasikan dengan sejumlah atribut perilaku yang mencakup: kecenderungan untuk bersikap aktif, kemampuan mengekspresikan pendapat secara asertif, tingkat energi yang tinggi, ekspresi antusiasme yang intens, kemampuan adaptasi sosial yang baik, serta kecenderungan verbalisasi yang menonjol. Individu yang memiliki konfigurasi kepribadian ini pada umumnya menunjukkan preferensi yang kuat terhadap aktivitas-aktivitas yang melibatkan interaksi sosial dalam setting kelompok besar. Lebih lanjut, mereka cenderung menunjukkan performa optimal ketika berfungsi dalam konteks kerja kelompok dibandingkan dengan situasi kerja individual.⁸

Sebaliknya, berdasarkan tipe kepribadian *introver*, individu cenderung lebih suka menyendiri dan kurang aktif dalam interaksi sosial. Mereka sering kali digambarkan sebagai pribadi yang lebih diam, tidak banyak berbicara, dan terkesan kurang responsif terhadap situasi di sekitar mereka. Secara psikologis, kepribadian *introver* didefinisikan sebagai kecenderungan seseorang untuk menemukan kepuasan dari dalam dirinya sendiri, tanpa bergantung pada stimulasi eksternal. Sifat ini menyebabkan mereka sering dipersepsikan sebagai orang yang tertutup, lebih nyaman dalam kesendirian, kurang ekspresif, dan hanya membangun hubungan dengan orang-orang tertentu yang mereka pilih. Dapat dikatakan bahwa kepribadian ekstrover umumnya diasosiasikan dengan kecenderungan mengalami emosi positif. Sebaliknya, kepribadian *introver* lebih sering dikaitkan dengan emosi negatif, seperti perasaan depresi, kesepian, maupun kecemasan.⁹

Kepribadian merupakan karakteristik yang melekat pada setiap individu. Salah satu aspek penting dalam interaksi berbahasa adalah keterampilan berbicara, yang dapat dikembangkan melalui berbagai metode, seperti diskusi, debat, wawancara, pidato, bercerita, role-play, pelaporan, komunikasi telepon, rapat, ceramah, seminar, dan sebagainya. Di antara berbagai metode tersebut, diskusi menjadi langkah kunci untuk menguasai kemampuan berbicara secara efektif. Meskipun pada dasarnya semua orang

⁷ R. R. McCrae et al, *An Introduction to the Five-Factor Model and Its Applications*, 1992, hal. 154.

⁸ D. Petric, "The Introver-Ambivert-Extrovert Spectrum", *Open J Med Psychol*, vol. 11, No. 03, 2022, hal. 103-111.

⁹ Melina Purnomo dkk, "Peran Kepribadian Introver & Ekstrover Terhadap Kecemasan: Tinjauan Sistematis", *Nusantara Journal of Multidisciplinary Science*, vol. 1, No. 5, Desember 2023, hal. 1394.

mampu berdiskusi, tidak sedikit yang mengalami kesulitan ketika melakukannya dalam konteks formal. Mereka mungkin memiliki kemampuan diskusi dasar, tetapi masih menghadapi tantangan dalam mengoptimalkan potensi intelektualnya, khususnya ketika diminta menyampaikan pendapat atau menjawab pertanyaan secara spontan. Karakteristik seperti ini umumnya terkait dengan tipe kepribadian *introver*.¹⁰

Menurut Mc Cullough,¹¹ individu dengan kepribadian ekstrover umumnya menampilkan karakteristik seperti bersosialisasi dengan mudah, bersikap terbuka, memiliki rasa percaya diri yang tinggi, bersikap hangat dalam berinteraksi, mampu bekerja sama, tidak bersifat egosentris, menunjukkan ketulusan, memiliki tutur kata yang sopan, mudah beradaptasi, menunjukkan empati, serta bersikap ramah. Sifat-sifat yang memungkinkan mereka lebih mudah memberikan pengampunan. Di sisi lain, kepribadian *introver* cenderung ditandai dengan sikap menarik diri dari lingkungan sosial, tingkat kepercayaan diri yang lebih rendah, kecenderungan untuk menyembunyikan perasaan, lebih sering terfokus pada pemikiran internal, serta memiliki persepsi yang kurang positif terhadap lingkungan eksternal.¹²

Kepribadian ekstrover menggambarkan kecenderungan individu untuk lebih menyukai interaksi sosial dalam kelompok besar, memiliki keberanian dalam mengambil risiko, serta cenderung bertindak secara spontan dengan pertimbangan yang minimal. Individu dengan tipe kepribadian ini umumnya lebih ekspresif dalam menampilkan emosi, lebih memilih tindakan nyata daripada hanya berimajinasi, serta menunjukkan pola perilaku yang kurang konsisten dalam berbagai situasi.¹³

Kepribadian *introver* merupakan suatu kecenderungan perilaku individu yang ditandai dengan beberapa karakteristik khusus. Individu dengan tipe kepribadian ini pada umumnya menunjukkan pola perilaku yang lebih terbatas dalam aktivitas fisik, memiliki jaringan sosial yang relatif

¹⁰ Dewi Chandra Hazani, "Dampak Kepribadian Introver Terhadap Generasi Z Dalam Interaksi Sosial Schari-Hari Di Kota Mataram", *PENSA : Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial*, vol. 5, No. 3, Desember 2023, hal. 62.

¹¹ Kusprayogi dan Nashori F, "Kerendahatian dan Pemaafan pada Mahasiswa", *Jurnal Penelitian Psikologi*, Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta, November 2016, vol. 1, hal. 12-29.

¹² Perbedaan Forgiveness ditinjau dari Tipe Kepribadian Ekstrover dan Introver di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, Skripsi S1 Universitas Medan Area, Medan, 2023, hal. 3.

¹³ Harahap, dkk, "Hubungan Tipe Pola Asuh Orang Tua Dengan Kepribadian Remaja", *Jurnal Kesehatan Tambusai*, Riau 2021, hal. 335-342.

sempit, serta cenderung menyukai rutinitas kegiatan harian. Mereka biasanya bersikap lebih hati-hati dalam mengambil keputusan, cenderung menghindari risiko, dan senantiasa melakukan pertimbangan matang sebelum bertindak maupun berkomunikasi. Dari segi emosional, mereka lebih memilih untuk tidak mengekspresikan perasaan secara terbuka dan cenderung introspektif dengan sering merefleksikan pengalaman masa lalu. Dalam hal kognitif, mereka menunjukkan kecenderungan untuk mendalami ide-ide yang dimiliki dengan penuh ketelitian dan kesungguhan. Secara konsisten, mereka mempertahankan pola pikir dan perilaku yang stabil dalam situasi apapun.¹⁴

Dengan begitu *introver* merupakan suatu tipe kepribadian yang dicirikan oleh kecenderungan untuk lebih berfokus pada kehidupan internal diri sendiri. Individu dengan kepribadian ini cenderung lebih memperhatikan kondisi emosional dan perasaan pribadi dibandingkan dengan stimulus eksternal. Perlu dipahami bahwa sifat *introver* tidak menunjukkan ketidaksukaan terhadap interaksi sosial, melainkan lebih pada preferensi untuk melakukan sosialisasi dalam waktu-waktu tertentu dan situasi yang dirasakan nyaman. Ketidaknyamanan yang sering dialami dalam berbagai lingkungan sosial ini pada akhirnya dapat mempengaruhi pengembangan kemampuan komunikasi verbal pada individu *introver*.¹⁵

Individu dengan kepribadian *introver* sering kali menunjukkan karakteristik perilaku yang tampak pasif dan minim ekspresi emosional. Namun demikian, mereka sebenarnya memiliki mekanisme pengendalian emosi yang khas dalam interaksi sosial. Pola perilaku ini kerap menyebabkan persepsi keliru bahwa pribadi *introver* tidak mampu mengekspresikan perasaannya secara memadai. Fenomena perasaan tidak aman (*insecure*) sebenarnya dialami oleh semua individu dalam tahap perkembangan tertentu. Namun pada remaja *introver*, intensitas perasaan ini cenderung lebih tinggi dan lebih terfokus pada evaluasi diri secara berlebihan. Kecenderungan untuk tidak membuka diri terhadap orang lain mengenai masalah pribadi mengakibatkan remaja *introver* rentan terperangkap dalam pola pikir negatif yang bersifat repetitif.¹⁶

¹⁴ Rahayu Y dan Fauziah A, “Kemampuan Penalaran Siswa SMP Dalam Menyelesaikan Masalah Ditinjau dari Kepribadian Introver dan Ekstrover pada Materi Kalor”, *E-Journal Uncsa*, 2017, hal. 138–146.

¹⁵ Lisma E dan Siregar, *Pengaruh Sifat Introver terhadap Keterampilan Berdiskusi*. Prosiding Seminar Hasil Penelitian, 2021, hal. 63.

¹⁶ Khairun Nisa dan Mirawati, “Kepribadian Introver Pada Remaja”, *Educativo: Jurnal Pendidikan* vol. 1, No. 2, November 2022, hal. 607.

Keseimbangan sosial merupakan suatu kondisi di mana terdapat harmoni dalam interaksi antarindividu dan kelompok dalam masyarakat, sehingga tercipta stabilitas sosial. Konsep ini berakar dari pemikiran sosiolog klasik seperti Emile Durkheim, yang menekankan pentingnya solidaritas sosial dalam menjaga integrasi masyarakat.¹⁷ Dalam perspektif fungsionalis, keseimbangan sosial dicapai ketika berbagai institusi sosial seperti keluarga, pendidikan, dan agama berfungsi secara optimal untuk memenuhi kebutuhan masyarakat.¹⁸

Namun, dinamika modern seperti globalisasi, kesenjangan ekonomi, dan konflik identitas sering mengganggu keseimbangan ini. Menurut penelitian yang telah dilakukan, ketimpangan akses terhadap sumber daya ekonomi dapat memicu ketegangan sosial dan mengurangi kohesivitas masyarakat. Selain itu, perubahan nilai-nilai tradisional akibat modernisasi juga berpotensi menimbulkan disorientasi norma, sebagaimana ditemukan dalam studi kasus di masyarakat urban oleh Suryadi & Anwar.¹⁹

Upaya menjaga keseimbangan sosial memerlukan peran aktif dari berbagai pihak, termasuk pemerintah melalui kebijakan inklusif, serta masyarakat melalui dialog antarkelompok. Sebuah penelitian skripsi oleh Fadhilah menunjukkan bahwa program pemberdayaan komunitas berbasis lokal efektif dalam meningkatkan partisipasi warga dan memperkuat jaringan sosial.²⁰

Berdasarkan fenomena yang terjadi di dunia nyata, terdapat sebuah kasus yang melibatkan individu dengan kecenderungan kepribadian *introver* di Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT), di mana lima kasus bunuh diri melalui metode gantung diri terjadi dalam kurun waktu satu pekan. Diduga kuat, sifat *introver* yang ditandai dengan kecenderungan mengisolasi diri secara berlebihan menjadi salah satu faktor pemicu tindakan tersebut. Kelima kasus tersebut tersebar di lima wilayah berbeda, yaitu Kota Kupang, Kabupaten Manggarai, Timor Tengah Utara, Malaka, dan Lembata.

Menurut data yang dihimpun oleh Dinas Sosial Provinsi NTT, sepanjang tahun 2018 tercatat 250 kasus bunuh diri, dengan mayoritas korban berada pada rentang usia 16 hingga 50 tahun. Rata-rata satu pekan lima kasus bunuh diri. Dosen Program Program Studi Psikologi Universitas

¹⁷ E. Durkheim, *The Division of Labor in Society*, New York: Free Press, 1893, hal. 120.

¹⁸ Talcott Parsons, *The Social System*, London: Routledge, 1951, hal. 76.

¹⁹ Suryadi & R. Anwar, "Modernisasi dan Perubahan Nilai Sosial di Perkotaan," *Jurnal Antropologi Indonesia* 40, no. 1, 2019, hal. 32.

²⁰ M. Fadhilah, "Program Pemberdayaan Masyarakat dan Keseimbangan Sosial", Skripsi S1, Universitas Indonesia, 2021, hal. 60.

Nusa Cendana Kupang, Mariana Dinah Nendissa Lerik di Kupang, Minggu (10/2/2019) mengatakan, faktor paling menentukan seseorang mengambil tindakan fatal dengan cara bunuh diri, yakni sifat *introver*. Setiap orang memiliki masalah pribadi atau kelompok, tetapi tidak semua menghadapi dengan cara mengakhiri hidup. Sifat ini dimiliki setiap orang sejak lahir. Tetapi bagaimana orang tua sejak awal melakukan terbaik untuk mengatasi masalah *introver* pada diri setiap individu itu. Kasih sayang dan dukungan moral orang tua, cara paling ampuh mengatasi *introver* ini.²¹

Kasus serupa juga terjadi di Bandar Lampung, dimana fenomena kematian dalam kesendirian kembali terulang. Fenomena ini merujuk pada peristiwa meninggalnya seseorang dalam keadaan sepenuhnya sendiri tanpa kehadiran keluarga atau kerabat, dan baru ditemukan setelah beberapa hari kemudian. Sepanjang tahun 2023, tercatat minimal empat kasus serupa yang mendapatkan perhatian publik. Di awal tahun 2024 ini, kasus serupa kembali terjadi. Salah satu contoh terbaru adalah penemuan jenazah seorang lansia dalam kondisi sudah membengkak di kediamannya yang berlokasi di Jalan Singgalang, Kecamatan Cimanggis, Depok, Jawa Barat pada Sabtu, 13 Januari 2024.

Kepala prodi Psikologi Universitas Malahayati Lampung dan Psikolog Mandiri Octa Reni setyawati dalam obrolan RRI Bandar Lampung rabu malam membahas tentang Fenomena Meninggal dalam Senyap, ia mengatakan bahwa fenomena ini menjadi kekhawatiran kita secara pribadi bahwa ternyata ada orang-orang yang memang secara psikologis itu dia memang lebih senang sendiri dan ini perlu diwaspadai karna ada orang-orang anti sosial yang mau hidup sendiri dan semuanya sendiri, tapi sebagai manusia kita punya keterbatasan dan kita manusia memang makhluk individu dan makhluk sosial. Beberapa kasus yang terjadi ketika diinvestigasi biasanya korban adalah orang yang tertutup dan tidak membuka diri dengan lingkungan di sekitarnya atau disebut juga *introver*. Fenomena ini adalah kasus yang individu yang sekarang masuk ke area publik yang perlu diwaspadai bersama.²²

Dalam Al-Qur'an, istilah *introver* tidak disebutkan secara langsung. Namun, konsep yang memiliki kemiripan dengan karakteristik kepribadian

²¹ Penyebab utama aksi bunuh diri, artikel ini diakses pada 20 Agustus 2024 dari <https://www.kompas.id/baca/utama/2019/02/10/sifat-introver-penyebab-utama-aksi-bunuh-diri-di-ntt>.

²² Sifat-sifat Introver, artikel diakses pada 21 Agustus 2024 dari <https://rri.co.id/index.php/features/520650/orang-yang-suka-menyendiri-perlu-diawasi-bersama>.

introver dapat ditemukan dalam beberapa ayat yang menggambarkan sifat-sifat tertentu, sebagaimana definisi *introver* itu sendiri. Misalnya, terkait perasaan takut, Al-Qur'an menggunakan beberapa istilah, seperti *khauf*, *khasyyah*, *rahiba*, bahkan *taqwa*.²³

Perasaan takut (*khauf*) dalam Al-Qur'an merujuk pada kondisi psikologis yang muncul dalam hati akibat menghadapi situasi yang tidak diinginkan. Sumber rasa takut ini dapat berasal dari kesadaran akan dosa-dosa yang terus-menerus dilakukan atau dari pengenalan mendalam (*ma'rifat*) terhadap sifat-sifat Allah. Rasa takut yang muncul karena pemahaman yang benar tentang Allah dianggap sebagai bentuk ketakutan yang paling sempurna, sebab ia bersumber dari pengetahuan yang utuh tentang kebesaran-Nya.²⁴ Sebagaimana firman Allah dalam QS. Al-Faṭir/35: 28:

وَمِنَ النَّاسِ وَالذَّوَابِّ وَالْأَنْعَامِ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ كَذَلِكَ إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ
الْعُلَمَاءُ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ غَفُورٌ

“Dan demikian pula di antara manusia, binatang-binatang melata dan binatang-binatang ternak ada yang bermacam-macam warnanya (dan jenisnya). Sesungguhnya yang takut kepada Allah di antara hamba-hambaNya hanyalah ulama, sesungguhnya Allah Maha Perkasa lagi Maha Pengampun.”

Dalam kajian psikologi agama, rasa takut pada manusia dapat diklasifikasikan menjadi dua kategori utama. Pertama, rasa takut yang bernilai ibadah, yakni ketakutan yang ditujukan secara eksklusif kepada Allah SWT. Ketakutan jenis ini bersifat konstruktif karena mendorong individu untuk menghindari perbuatan maksiat, menaati segala ketentuan syariat, serta menjauhi segala hal yang dapat mengundang kemurkaan Ilahi. Apabila ketakutan dengan karakteristik seperti ini dialihkan kepada selain Allah, maka hal tersebut dapat tergolong sebagai perbuatan syirik. Kedua, terdapat rasa takut naluriah yang bersifat alamiah pada manusia, seperti ketakutan terhadap binatang buas, ketinggian, kegelapan, atau berbagai

²³ Takut Dalam Al-Qur'an, Skripsi fakultas ushuluddin, IAIN Palopo, 2018, hal. 2.

²⁴ Takut Dalam Al-Qur'an..., hal. 2.

ancaman fisik lainnya. Jenis ketakutan ini tidak memiliki nilai ibadah dalam perspektif syariat dan tidak termasuk dalam kategori perbuatan syirik.²⁵

Jika merujuk pada Al-Qur'an, dapat ditemukan beberapa ayat yang membahas konsep ketakutan kepada Allah dalam berbagai maknanya. Sebagaimana termaktub dalam Surah an-Nahl/16: 50, yang menguraikan kondisi psikologis orang-orang yang senantiasa merasa khawatir terhadap konsekuensi dari mengabaikan perintah-perintah-Nya. Selanjutnya, Surah an-Nūr/24: 37 menggambarkan karakteristik individu yang memiliki kesadaran mendalam berupa ketakutan terhadap hari kiamat. Adapun dalam Surah ar-Rahman/55: 46, dijelaskan mengenai janji kemuliaan berupa surga bagi mereka yang memelihara rasa takwa kepada Rabb-nya.²⁶

Sebagaimana telah diuraikan sebelumnya, M. Darwis Hude dalam karyanya *Emosi: Penjelasan Religio-Psikologis Tentang Emosi Manusia* di dalam Al-Qur'an mengklasifikasikan faktor-faktor yang memengaruhi kemunculan rasa takut ke dalam dua kategori utama, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor eksternal merujuk pada rasa takut yang bersumber dari stimulus luar diri individu, sementara faktor internal merupakan rasa takut yang muncul dari dalam diri sendiri, seperti pemikiran, keyakinan, atau kondisi psikologis tertentu.²⁷

Adapun *term* selanjutnya yaitu menyendiri, Dalam kajian linguistik Al-Qur'an, terdapat beberapa terminologi yang digunakan untuk mendeskripsikan konsep pengasingan diri. Salah satunya adalah istilah *'uzlah*, yang secara etimologis berasal dari akar kata *'azala* (bata kerja/fil'il) atau *'azlun* (kata benda/ism). Berdasarkan referensi *Mu'jam al-Wasith*, kata *'azala* mengandung tiga makna dasar: tindakan menjauhkan diri, proses mengeluarkan sesuatu, dan aktivitas mengisolasi.²⁸

Konsep *'uzlah* secara terminologis merujuk pada suatu bentuk pengasingan diri yang meliputi aktivitas menyendiri, menyepi, serta menjaga jarak dari interaksi sosial umum.²⁹ Esensi

²⁵ Eko Zulfikar, "Takut Kepada Allah Dalam Al-Qur'an: Analisis Tafsir Sufistik Ayat Ayat Khasyyatullah", *Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir* IAIN Tulungagung, vol. 13, No. 1, 2019, hal. 143.

²⁶ Ikrar, "Konsep Khauf Dalam Tafsir Al-Misbah: Telaah Atas Pokok-Pokok Pikiran Tasawuf M. Quraish Shihab", *Jurnal Mumtaz IAIN Manado*, vol. 2, No. 1, 2018, hal. 30-31.

²⁷ Nur Umi Luthfiana, "Analisis Makna Khauf Dalam Al-Qur'an: Pendekatan Semantik Toshihiko Izutsu", *PP. Al-Anwar 3: Jurnal Al-Itqan*, vol. 3, No. 2, 2017, hal. 96.

²⁸ Shofwan Najmu dan Irham Shofwan, *Diam: Mengungkap Keajaiban dan Manfaat Uzlah di Tengah Ingar-Bingar Dunia*, Depok: Mutiara Allamah Utama, 2014, hal. 26.

²⁹ M. Solihin dan Rosihon Anwar, *Kamus Tasawuf*, cet. 1, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2002, hal. 246.

praktik *'uzlah* sebenarnya merupakan upaya untuk menghindari pergaulan dengan individu-individu yang memiliki karakter negatif, sebagai bentuk perlindungan diri dari pengaruh buruk mereka. Namun perlu dicatat bahwa isolasi sosial ini tidak bersifat mutlak. Dalam perspektif Islam, interaksi dengan orang-orang shaleh dan berakhlak mulia justru sangat dianjurkan, karena diharapkan dapat memberikan dampak positif melalui proses sosialisasi yang produktif. Dengan demikian, *'uzlah* pada hakikatnya bersifat selektif, bukan isolasi total.³⁰

Dalam praktik *'uzlah*, seorang Muslim dituntut untuk memiliki landasan ilmu yang memadai serta kesadaran akan alasan-alasan syar'i yang membenarkan tindakan pengasingan diri tersebut. Hal ini penting agar bentuk *'uzlah* yang dilakukan selaras dengan ketentuan yang telah ditetapkan Allah SWT dalam firman-firman-Nya.

Sebagaimana tercantum dalam QS. al-Kahfi ayat 16, terdapat teladan dari umat terdahulu yang melakukan *'uzlah* ketika dihadapkan pada situasi *fitnah* yang mengancam kemurnian agama dan akidah. Dalam kondisi demikian, pengasingan diri dari lingkungan yang penuh keburukan menjadi suatu keharusan, dengan tujuan utama untuk mencari perlindungan kepada Allah SWT sekaligus sebagai upaya pendekatan diri (*taqarrub*) kepada-Nya.³¹

Allah berfirman tentang ashhabul kahfi:

وَإِذِ اعْتَزَلْتُمُوهُمْ وَمَا يُعْبُدُونَ إِلَّا اللَّهَ فَأَوْا إِلَى الْكَهْفِ يَنْشُرْ لَكُمْ رَبُّكُمْ مِنْ رَحْمَتِهِ
وَيُهَيِّئْ لَكُمْ مِنْ أَمْرِكُمْ مَرْفَقًا

“Dan apabila kamu meninggalkan mereka dan apa yang mereka sembah selain Allah, maka carilah tempat berlindung ke dalam gua itu, niscaya Tuhanmu akan melimpahkan sebagian rahmat-Nya kepadamu dan menyediakan sesuatu yang berguna bagimu dalam urusanmu.” (QS. Al-Kahfi/18: 16).”

³⁰ Muhammad Ridwan Hidayatullah dkk, “Konsep Tasawuf Syaikh Nawawi al-Bantani dan Implikasinya terhadap Pendidikan Agama Islam di Persekolahan”, Tarbawiy, *Jurnal Ilmu Pendidikan Islam* vol. 2, No. 1, 2015, Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia, hal. 9.

³¹ *Uzlah Dalam Al-Qur'an*, Skripsi S1 Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2020, hal. 2.

Allah SWT memerintahkan pelaksanaan ‘*uzlah*’³² (pengasingan diri) sebagai bentuk perlindungan dari berbagai ancaman yang dapat membahayakan keselamatan jiwa dan kemurnian akidah. Oleh karena itu, diperintahkan untuk mencari tempat perlindungan yang aman serta menjauhi lingkungan masyarakat yang telah tercemar oleh nilai-nilai yang bertentangan dengan syariat.

Dalam Tafsir al-Munir, Wahbah az-Zuhaili mengutip penafsiran Ibnu Katsir yang menyatakan: “Inilah yang disyariatkan ketika terjadi fitnah di tengah masyarakat yaitu seyogianya seorang hamba mengisolasi diri dari masyarakatnya demi menjaga keselamatan agamanya.” Hal ini sesuai dengan firman Allah SWT: “*Dan apabila kamu meninggalkan mereka dan apa yang mereka sembah selain Allah*” (QS. al-Kahfi/18: 16), yang mengandung makna: *Pertama*, Ashabul Kahfi diingatkan akan perkataan sebagian mereka kepada yang lain ketika bertekad menyelamatkan agama mereka. *Kedua*, keputusan untuk melakukan pengasingan fisik dengan meninggalkan lingkungan masyarakat *Ketiga*, pengasingan maknawi yang mencakup penolakan terhadap agama yang menyimpang.³³

Kemudian *term* selanjutnya yang patut mendapat perhatian adalah *haya*’, yang secara etimologis bermakna proses kembali kepada kebenaran serta upaya pengendalian diri. Secara fungsional, *haya*’ memainkan peran ganda sebagai pendorong untuk melakukan pertaubatan dan sebagai mekanisme pengawas yang mencegah individu dari tindakan-tindakan tercela, baik yang dinilai negatif menurut standar sosial maupun berdasarkan parameter ilahiah. Sejalan dengan pemahaman ini, Al-Jurjani dalam analisisnya mendefinisikan *haya*’ sebagai bentuk menahan diri yang bersumber dari kesadaran akan potensi munculnya penilaian negatif.³⁴

Dalam Islam, konsep *haya*’ (rasa malu) merupakan nilai yang sangat dijunjung tinggi, sebagaimana tercermin dalam banyaknya penyebutannya di dalam Al-Qur’an dan Hadits. Ajaran ini menempatkan rasa malu sebagai salah satu prinsip penting dalam kehidupan seorang Muslim. Bahkan, dalam keyakinan Islam, Allah Swt. juga digambarkan memiliki sifat malu. Rasa malu dalam Islam dapat timbul karena berbagai sebab, di antaranya:

³² Imam al-Ghazali, *Terjemah Ihya’ Ulumuddin*, Semarang: CV. Asy Syifa, 2003, hal. 120.

³³ Wahbah az-Zuhaili, *Tafsir al-Munir, alih bahasa Abdul Hayyie al-Kattani*, jilid 8, cet. I, Jakarta: Gema Insani, 2016, hal. 221-222.

³⁴ Cintami Farmawati, “Al-Haya’ Dalam Perspektif Psikologi Islam: Kajian Konsep Dan Empiris”, IAIN Pekalongan: *Jurnal Studia Insania*, vol. 8, No. 2, 2020, hal. 101.

pelanggaran terhadap aturan, kurangnya kesungguhan dalam beribadah, rasa hormat kepada orang lain, keinginan untuk memuliakan sesama, perasaan rendah diri, pengaruh dari rasa cinta, sikap khusyuk dalam beribadah, adanya kemuliaan dan harga diri, serta malu terhadap diri sendiri.³⁵

Konsep *haya'* juga relevan dalam kajian psikologi positif, karena sifat ini dapat mendorong ketenangan dan kebahagiaan dalam kehidupan seseorang. Sebagaimana disimpulkan oleh Basalamah, R.N. dalam penelitiannya mengenai *haya'*, penginternalisasian nilai-nilai rasa malu dapat menjadi solusi efektif dalam mengatasi berbagai persoalan moral di masyarakat. Hal ini disebabkan oleh tingginya kesadaran diri yang dimiliki oleh individu yang menjunjung tinggi sifat *haya'*. Dengan demikian, *haya'* tidak hanya bernilai spiritual, tetapi juga berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis dan sosial.³⁶

Namun, terdapat pandangan di masyarakat yang menganggap rasa malu sebagai sifat negatif yang perlu dihindari. Individu yang pemalu sering kali mendapat stigma sebagai pribadi yang kurang menarik dan tidak mampu bersosialisasi dengan baik. Bahkan, lingkungan terdekat kerap menyarankan mereka untuk mengubah sifat tersebut. Sebagai contoh, anak yang enggan menari di depan teman-temannya mungkin akan dicap sebagai kuno atau tidak memahami dinamika pergaulan generasi muda. Di sisi lain, masyarakat justru cenderung toleran terhadap perilaku negatif lain di kalangan remaja, seperti enggan menghadiri salat berjamaah di masjid atau tidak mengikuti pengajian. Perilaku semacam ini sering dianggap sebagai hal yang biasa dan wajar terjadi pada anak muda. Ironisnya, meski menyadari kesalahan tersebut, banyak orang yang memilih untuk tidak menegur atau mengingatkan mereka. Hal ini menunjukkan adanya ketidakseimbangan dalam menilai mana yang seharusnya dipandang sebagai sikap terpuji dan mana yang perlu dikoreksi.³⁷

Fenomena semacam ini kerap terjadi di masyarakat akibat kurangnya pemahaman mengenai batasan-batasan konsep *haya'* yang sebenarnya. Ketidakjelasan dalam memahami esensi rasa malu mengakibatkan banyak umat Muslim tidak menyadari betapa pentingnya ajaran Nabi Muhammad saw. mengenai sifat terpuji ini.

³⁵ Cintami Farmawati, "Al-Haya' Dalam Perspektif Psikologi Islam: Kajian Konsep Dan Empiris"..., hal. 102.

³⁶ Cintami Farmawati, "Al-Haya' Dalam Perspektif Psikologi Islam: Kajian Konsep Dan Empiris"..., hal. 102.

³⁷ Supian Sauri, "Urgensi Pendidikan Sifat Malu Dalam Hadits", UNISSULA Semarang: *Jurnal Al-Fikri*, vol. 2, No. 2, 2019, hal. 67.

Sebagaimana termaktub dalam Hadits ‘Imran bin Husain, Rasulullah saw. dengan tegas menyatakan bahwa rasa malu merupakan sifat yang mulia. Beliau bersabda bahwa tidaklah seseorang memiliki sifat malu kecuali ia akan memperoleh kebaikan dan ketakwaan, yang pada akhirnya akan membentuk pribadi yang beradab. Dengan demikian, *haya*’ seharusnya dipandang sebagai karakter positif yang mendorong terciptanya masyarakat yang bermoral dan berakhlak luhur.³⁸

Hadits Imran Ibn Husain yang menjelaskan sifat malu ini adalah:

الْحَيَاءُ لَا يَأْتِي إِلَّا بِخَيْرٍ

“Sifat malu tidak akan mendatangkan apa-apa kecuali suatu kebaikan.” (Ibn Hanbal, 2001: 54).

Berdasarkan hadits tersebut, Rasulullah saw. menegaskan bahwa sifat malu merupakan salah satu akhlak mulia yang selayaknya dimiliki setiap muslim. Sifat ini akan mendorong pemiliknya untuk senantiasa berbuat kebaikan dalam seluruh aspek kehidupannya. Penegasan dalam Hadits ‘Imran bin Husain ini semakin diperkuat oleh riwayat-riwayat lain yang menyatakan bahwa rasa malu merupakan bagian dari iman, menunjukkan kedudukan istimewanya dalam ajaran Islam. Dengan demikian, dapat dipahami bahwa *haya*’ bukan sekadar etika sosial biasa, melainkan nilai spiritual yang berkaitan erat dengan keimanan seseorang.³⁹

Kondisi ini semakin memprihatinkan ketika banyak individu menjadikan sifat “*introver*” sebagai pembenaran atas perilaku-perilaku antisosial yang ditunjukkan. Fenomena ini terlihat dari beberapa pola perilaku, seperti enggan bersosialisasi dengan teman sebaya, tidak berpartisipasi dalam kegiatan kemasyarakatan, tidak mau memulai sapaan atau kunjungan, tidak mampu berbicara di depan umum, serta kecenderungan untuk mengisolasi diri. Mereka kerap menggunakan label *introver* sebagai dalih untuk menutupi ketiadaan motivasi dalam mengembangkan diri.

Ironisnya, mereka justru memilih berlindung di balik terminologi kepribadian *introver* untuk menghindari tanggung jawab atas perilaku mereka, alih-alih berupaya meluruskan stigma negatif yang melekat pada konsep introversi. Padahal, introversi yang sebenarnya dalam psikologi merupakan variasi kepribadian normal yang sama sekali tidak identik

³⁸ Supian Sauri, “Urgensi Pendidikan Sifat Malu Dalam Hadits” ..., hal. 67.

³⁹ Supian Sauri, “Urgensi Pendidikan Sifat Malu Dalam Hadits” ..., hal. 67-68.

dengan sikap apatis atau kurangnya keterampilan sosial. Penyalahgunaan istilah ini justru berpotensi memperkuat kesalahpahaman masyarakat terhadap hakikat kepribadian *introver* yang sesungguhnya.⁴⁰

Allah SWT telah berfirman dalam QS. Ar-Ra'du ayat 11 yang berkaitan dengan hal tersebut:

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ

“Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri.”

Dalam ayat tersebut, Allah SWT menjelaskan pentingnya berusaha secara optimal dalam segala hal guna memperoleh hasil yang maksimal. Dengan komitmen tersebut, Allah akan menganugerahkan perubahan positif dalam kehidupannya. Sebaliknya, berbagai kesulitan yang dialami manusia pada hakikatnya bersumber dari perbuatannya sendiri, kecuali bagi mereka yang bersungguh-sungguh melakukan perubahan. Hal ini menunjukkan bahwa kualitas proses yang dijalankan akan menentukan kualitas hasil yang diperoleh.

Dengan begitu, seyogyanya remaja masa kini menempatkan sifat menyendiri dengan penempatan yang tepat. Begitu juga dengan rasa malu. Akan tetapi, masih ada, bahkan banyak dari Generasi dewasa ini yang menempatkan sifat menyendiri dan malunya bukan pada semestinya. Ia menyendiri atau malu akan melakukan hal-hal yang positif karena terhalang oleh penilaian orang lain, akan tetapi tidak malu ketika melakukan hal-hal negatif atau kemaksiatan kepada Allah. Padahal Allah SWT selalu memantau di manapun dan kapanpun.

Dalam perspektif Islam, hakikat kehidupan manusia berpusat pada dua aspek fundamental, yaitu aspek duniawi (mu'amalah) dan aspek ukhrawi (ubudiyah). Kedua aspek ini harus senantiasa dijaga keseimbangannya dalam seluruh aktivitas kehidupan agar tercipta harmoni sosial sekaligus terpenuhinya kebutuhan material dan spiritual secara proporsional. Namun demikian, upaya mewujudkan keseimbangan hidup ini khususnya di kalangan umat Islam masih menjadi tantangan yang memerlukan perhatian khusus, terutama dalam hal bimbingan dan pengarahan yang tepat. Hal ini

⁴⁰ Analisis Karakteristik Introver Menurut Pandangan Susan Cain dan Relevansinya Dengan QS. Ar-Ra'du Ayat 11, Skripsi S1 Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, Surabaya: 2021, hal. 3-4.

meniscayakan pentingnya pemahaman mendalam tentang hakikat kehidupan berdasarkan konsep pendidikan Islam yang komprehensif.⁴¹

Dalam perspektif Islam, keseimbangan hidup merupakan prinsip pokok untuk meraih kebahagiaan yang utuh, baik secara lahir maupun batin. Pendidikan kehidupan dalam Islam tidak sekadar mengejar kebahagiaan duniawi melalui kemewahan materi semata, melainkan juga mengedepankan pengayaan jiwa sebagai bagian tak terpisahkan. Hakikat kehidupan menurut ajaran Islam menuntut adanya keselarasan yang proporsional antara kebutuhan jasmani dan rohani, antara urusan duniawi dan ukhrawi. Oleh karena itu, Islam memberikan panduan komprehensif bagi manusia untuk mencapai kehidupan yang bermakna dan seimbang, di mana aspek material dan spiritual saling melengkapi dalam membentuk pribadi yang paripurna.⁴²

Konsep keseimbangan hidup dalam konteks ini merujuk pada fenomena ketimpangan dalam memprioritaskan aspek-aspek kehidupan, sebagaimana yang masih teramati dalam realitas masyarakat Islam kontemporer. Mayoritas masyarakat terfokus secara berlebihan pada pencapaian aspek material semata. Kedua, terdapat segmen umat Islam yang justru mengabaikan aspek spiritual dengan memprioritaskan urusan duniawi, sementara kewajiban religius sebagai bentuk pertanggungjawaban di hadapan Allah SWT justru terabaikan.

Maka dengan terjadinya fenomena diatas, Al-Qur'an hadir di tengah-tengah mereka sebagai solusi yang tepat untuk mengatasi persoalan ini. Dengan harapan, generasi yang memiliki sifat *introver* dapat menyeimbangkan dalam urusan dunia maupun akhirat, dan dapat menjadikan mereka lebih dekat lagi kepada Allah, juga menempatkan rasa *introver* pada posisi yang benar. Oleh karenanya, peneliti ingin mengkaji lebih dalam lagi tentang keseimbangan sosial pada pribadi *introver* yang masih mengurung kreatifitas, kemampuan sosial dan kemampuan spiritual di kalangan remaja, dengan judul **“Keseimbangan Sosial Pada Pribadi *Introver* Perspektif Al-Qur'an”**

⁴¹ Zughrofiyatun Najah dan Lisa Mei Lindasari, “Pendidikan Islam: Wajah Baru Menghadapi Tantangan Globalisasi”, Ensiklopedia: *Jurnal Pendidikan Dan Inovasi Pembelajaran Saburai*, No. 01, 2022, hal. 9–18.

⁴² M. Ma'ruf, “Konsep Mewujudkan Keseimbangan Hidup Manusia Dalam Sistem Pendidikan Islam”, *Jurnal Al-Makrifat*, vol. 4, No. 2, 2019, hal. 123–137.

B. Identifikasi Masalah, Pembatasan Masalah dan Rumusan Masalah

1. Identifikasi Masalah

Dari pemaparan latar belakang penelitian di atas, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

- a. Terjadinya perbedaan sikap di lingkungan sosial bagi seseorang berkepribadian *introver* dan ekstrover.
- b. Pribadi *introver* memerlukan upaya lebih dalam mengendalikan emosi.
- c. Sebagian peneliti masih menganggap bahwa kepribadian *introver* merupakan gangguan mental yang memerlukan penanganan medis.
- d. Problem keseimbangan sosial pribadi *introver* yang berlebihan pada remaja masa kini.

2. Pembatasan Masalah

Berdasarkan konteks permasalahan yang telah diidentifikasi, penelitian ini memfokuskan pembahasan pada aspek-aspek berikut:

- a. Fokus pembahasan lebih kepada makna *introver* dan keseimbangan sosial menurut pandangan Al-Qur'an.
- b. Fakta pendidikan sikap *introver* di kalangan remaja masa kini.
- c. Solusi yang diberikan Al-Qur'an dalam menghadapi keseimbangan sosial pada sikap *introver*.

Berdasarkan batasan masalah tersebut, maka fokus penelitian ini adalah ayat-ayat yang mengungkapkan makna *introver* dalam Al-Qur'an dengan penafsiran para mufassir dalam kitab-kitab tafsir klasik maupun kontemporer yang sudah terkenal dan tidak diragukan lagi kredibilitas keilmuannya, seperti: Tafsir al-Azhar karya Buya Hamka, Tafsir al-Munir karya Wahbah Zuhaili, Tafsir al-Qurtubi karya Imam Qurtubi, Tafsir al-Qur'an al-'Adzim karya Imam Ibnu Katsir, Tafsir al-Mishbah karya Quraish Shihab dan beberapa karya tafsir lainnya yang sebisa mungkin akan penulis paparkan dalam penelitian ini.

3. Rumusan Masalah

Agar permasalahan bisa menjadi spesifik, maka penulis harus mengerucutkan masalah, berdasarkan latar belakang dan identifikasi yang telah dibahas di atas, maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut:

- a. Bagaimana pandangan Al-Qur'an terhadap keseimbangan pada karakteristik *introver*, serta solusi apa yang diberikan?

C. Tujuan Penelitian dan Signifikansi Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Dengan meninjau pokok permasalahan yang ada dan diuraikan sebelumnya, maka penyusunan ini memiliki tujuan sebagai berikut:

- a. Bertujuan untuk mendeskripsikan keseimbangan karakteristik introver yang terjadi pada masa kini.
- b. Untuk meninjau dan memahami substansi ataupun makna *introver* berdasarkan Al-Qur'an melalui pandangan mufassirin.
- c. Menginterpretasikan ayat-ayat terkait *introver*, hal tersebut bertujuan untuk menambah wawasan masyarakat serta dapat mengambil hikmah di dalamnya.
- d. Menjelaskan term-term yang berhubungan dengan *introver*.

2. Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini, peneliti berharap dapat memberikan manfaat bagi generasi di masa yang akan datang. Adapun beberapa manfaat yang ingin peneliti capai adalah sebagai berikut:

a. Manfaat Secara Teoritis

Manfaat teoritis dalam konteks penelitian sikap *introver* adalah mengenai kontribusi penelitian tersebut terhadap pengembangan teori dan pemahaman dalam bidang studi yang berkaitan dengan akhlak, etika sosial, dan dampak sosial. Beberapa manfaat teoritis yang dapat diidentifikasi dalam penelitian ini adalah:

- 1). Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat dan memperkaya pengetahuan keilmuan Islam bagi para pelajar, mahasiswa akademik, khususnya di fakultas *ushuluddin* jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir.
- 2). Untuk melengkapi beberapa penelitian yang sudah ada sebelumnya dan dengan adanya penelitian ini bisa menambah khazanah kajian Islam wawasan pengetahuan terkait sikap *introver*.
- 3). Melalui kajian ini, diharapkan dapat menambah khazanah data ilmiah sekaligus memperluas referensi pustaka untuk penelitian-penelitian berikutnya.

b. Manfaat Secara Praktis

Manfaat praktis dari penelitian tentang sikap *introver* adalah dampak nyata yang dapat diberikan penelitian ini terhadap perbaikan dan pengembangan karakter dalam kehidupan sehari-hari. Beberapa manfaat praktis yang dapat diidentifikasi dalam penelitian ini adalah:

- 1). Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman mendalam kepada khalayak umum, khususnya remaja masa kini pentingnya berperilaku baik dan lebih teliti di era digital ini, sehingga dalam menjalani hidup yang serba digital ini bisa menjadi keilmuan bagi masyarakat, dan tidak menimbulkan penyakit hati bagi sesama manusia.
- 2). Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan kajian ilmiah di fakultas Ushuluddin, khususnya pada jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir.
- 3). Penelitian ini dapat menjadi sebuah kontribusi dalam Masyarakat yang berkepribadian *introver* khususnya.

D. Kajian Pustaka

Dalam proses pencarian wawasan pengetahuan dari penelitian terdahulu, penulis menemukan beberapa literatur yang penulis yakini masih berkaitan dengan obyek atau arah penelitian yang dibahas dalam tulisan ini, baik berupa skripsi, jurnal, buku dan lain-lain. Adapun dari beberapa literatur yang dimaksud di antaranya adalah sebagai berikut:

1. *The Introver Advantage Berkembang dan Berhasil di Dunia Ekstrover* merupakan buku yang ditulis oleh Marti Olsen Laney, New York, tahun 2002. Buku ini menjelaskan tentang bahwa introversi bukanlah kelemahan, melainkan sebuah temperamen alami yang memiliki keunikan dan kekuatan tersendiri. *Introver*, yang memperoleh energi dari kesendirian dan refleksi, sering kali merasa tertekan di dunia yang didominasi nilai-nilai *ekstrover* seperti kecepatan, kompetisi, dan interaksi sosial. Selain itu, buku ini juga menekankan pentingnya penerimaan diri dan bagaimana *introver* serta *ekstrover* dapat saling melengkapi dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk hubungan sosial dan pekerjaan. Pesan utamanya jelas, *introver* tidak perlu berubah menjadi *ekstrover* untuk meraih kesuksesan dan kebahagiaan. Dengan

mengenalinya dan merawat sifat alaminya, *introver* justru dapat memberikan kontribusi yang unik dan berharga bagi dunia.⁴³

2. *Perbedaan Forgiveness ditinjau dari Tipe Kepribadian Ekstrover dan Introver di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area* yang ditulis oleh Adhelia Khairunisa merupakan skripsi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, Medan, tahun 2023. Karya ilmiah ini menjelaskan tentang aspek-aspek, faktor-faktor, dan kepribadian *introver* dan ekstrover untuk saling memaafkan. Karya ilmiah ini menggunakan penelitian skala untuk mengumpulkan data lapangan serta menggunakan metode kuantitatif sehingga bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.⁴⁴
3. *Peran Kepribadian Introver & Ekstrover Terhadap Kecemasan: Tinjauan Sistematis* yang ditulis oleh Melina Purnomo, Nata Hendriati, Dia Karmiyati merupakan jurnal Universitas Muhammadiyah Malang, Malang, tahun 2023. Jurnal ini menjelaskan tentang kecemasan (anxiety) yang dialami oleh individu yang berkaitan dengan tipe kepribadian *introver* dan ekstrover. Karya ilmiah ini menggunakan metode penulisan studi literature review serta menggunakan databased scopus dan google scholar. Dari hasil penelitian tersebut terdapat bahwasannya ada kemungkinan tipe kepribadian *introver* dan ekstrover berkolerasi positif atau negatif terhadap kecemasan.⁴⁵
4. *Analisis Karakteristik Introver Menurut Pandangan Susan Cain dan Relevansinya Dengan QS. Ar-Ra'du Ayat 11* yang ditulis oleh Sausan Fajriyati merupakan skripsi fakultas dakwah dan komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya tahun 2021. Penelitian ini menganalisis ciri-ciri kepribadian *introver* dalam pandangan Susan Cain serta penerapan nilai-nilai konseling terkait. Cain mengklasifikasikan karakteristik *introver* ke dalam tiga dimensi pembeda utama dari ekstrover, yakni: tingkat stimulasi eksternal yang dibutuhkan untuk beraktivitas secara optimal, kebiasaan dalam bekerja, dan preferensi dalam bersosialisasi. Selain itu, kajian ini juga

⁴³ Marti Olsen Lancy, *The Introver Advantage: Berkembang dan Berhasil di Dunia Ekstrover*, diterjemahkan oleh Meita Lukitawati, Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2016.

⁴⁴ Adhelia Khairunisa, *Perbedaan Forgiveness ditinjau dari Tipe Kepribadian Ekstrover dan Introver di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area*, Skripsi Universitas Medan Area, Medan, 2023.

⁴⁵ Melina Purnomo, dkk, *Peran Kepribadian Introver & Ekstrover Terhadap Kecemasan: Tinjauan Sistematis*, Nusantara Journal of Multidisciplinary Science, vol. 1, No. 5, Desember 2023.

mengidentifikasi nilai-nilai konseling yang dapat diaplikasikan, yaitu nilai syukur, toleransi, dan ikhtiar⁴⁶

5. *Kepribadian Introver Pada Remaja* yang ditulis oleh Khairunnisa dan Mirawati merupakan Jurnal Pendidikan vol. 1, no. 2 tahun 2022. Jurnal ini menjelaskan tentang persepsi masyarakat secara umum, masyarakat cenderung lebih menerima kepribadian ekstrover dibandingkan *introver*. Hal ini bukan karena sifat positif atau negatif dari kedua tipe kepribadian, tetapi lebih kepada perbedaan pandangan yang membentuk perilaku dan sikap sosial individu. Karya ilmiah ini menggunakan metode penulisan literatur Metode ini melibatkan penelusuran dan pengumpulan data dari sumber-sumber tulisan yang telah ada sebelumnya, serta membaca dan mencatat informasi yang relevan untuk menyelesaikan persoalan yang diteliti.⁴⁷
6. *Dampak Kepribadian Introver Terhadap Generasi Z Dalam Interaksi Sosial Sehari-hari di Kota Mataram* yang ditulis oleh Dewi Chandra Hazani merupakan Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial vol. 5, no. 3 tahun 2023. Jurnal ini menjelaskan bahwa individu dengan kepribadian *introver* cenderung lebih tertutup dan memilih waktu tertentu untuk mengisi ulang energi mereka, yang dapat berdampak signifikan pada cara mereka berinteraksi dengan orang lain. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologis dan kajian pustaka untuk menganalisis fenomena sosial yang berkaitan dengan interaksi sosial Generasi Z, serta menyoroti tantangan dan preferensi unik yang dihadapi oleh individu *introver* dalam konteks sosial saat ini.⁴⁸
7. *Program Pemberdayaan Masyarakat dan Keseimbangan Sosial* yang ditulis oleh M. Fadhilah, merupakan skripsi Universitas Indonesia tahun 2021. Skripsi ini menjelaskan tentang Keseimbangan sosial merupakan fondasi penting bagi terciptanya masyarakat yang harmonis dan stabil. Berdasarkan berbagai kajian, keseimbangan ini dicapai melalui integrasi nilai-nilai sosial, keadilan distributif, dan fungsi optimal institusi-institusi kemasyarakatan. Namun, tantangan modern

⁴⁶ Sausan Fajriyati, *Analisis Karakteristik Introver Menurut Pandangan Susan Cain dan Relevansinya Dengan QS. Ar-Ra'du Ayat 11*, Skripsi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, Surabaya, 2021.

⁴⁷ Khairun Nisa dan Mirawati, *Kepribadian Introver Pada Remaja*, *Educativo: Jurnal Pendidikan* vol. 1, No. 2, November 2022.

⁴⁸ Dewi Chandra Hazani, *Dampak Kepribadian Introver Terhadap Generasi Z Dalam Interaksi Sosial Sehari-hari Di Kota Mataram*, *PENSA Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial*, vol 5, No 3, Desember 2023.

seperti kesenjangan ekonomi, globalisasi, dan perubahan nilai tradisional dapat mengganggu stabilitas sosial.

Distingsi penelitian ini dengan penelitian diatas ialah, 1) buku ini menjelaskan tentang introversi bukanlah kelemahan, melainkan sebuah temperamen alami yang memiliki keunikan dan kekuatan tersendiri, 2) penelitian kedua menjelaskan tentang aspek-aspek, faktor-faktor, dan kepribadian *introver* dan ekstrover untuk saling memaafkan, 3) penelitian ketiga menjelaskan tentang kecemasan yang dialami oleh individu yang berkaitan dengan tipe kepribadian *introver* dan ekstrover, 4) penelitian keempat menjelaskan tentang ciri-ciri kepribadian *introver* dalam pandangan Susan Cain, 5) penelitian kelima menjelaskan tentang persepsi masyarakat secara umum, masyarakat cenderung lebih menerima kepribadian ekstrover dibandingkan *introver*, 6) penelitian keenam menjelaskan tentang individu dengan kepribadian *introver* cenderung lebih tertutup dan memilih waktu tertentu untuk mengisi ulang energi mereka, 7) penelitian ketujuh menjelaskan tentang Keseimbangan sosial merupakan fondasi penting bagi terciptanya masyarakat yang harmonis dan stabil. Sedangkan penelitian penulis ialah menjelaskan tentang keseimbangan sosial pada pribadi introver perspektif al-Qur'an.

E. Metodologi Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang penulis gunakan dalam penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan studi kepustakaan (*library research*) berfokus pada data-data berupa dokumen. Penelitian kualitatif yaitu menekankan memahami fenomena-fenomena sosial dari sudut atau perspektif partisipan. Partisipan adalah orang yang diajak berwawancara, diobservasi, diminta memberikan data, pendapat, pemikiran, persepsinya. Penelitian kualitatif mengkaji perspektif partisipan dengan berbagai strategi yang bersifat interaktif, seperti observasi langsung, observasi partisipatif, wawancara mendalam, dokumen-dokumen, Teknik-teknik pelengkap.⁴⁹

Metode penelitian kualitatif merupakan pendekatan yang digunakan untuk mendalami kondisi alami suatu objek penelitian, dimana peran peneliti menjadi krusial sebagai instrumen yang memahami dan

⁴⁹ Sandu Siyoto dan M. Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian*, Literasi Media Publishing, Yogyakarta: 2015, hal. 14.

menggalai fenomena yang terjadi. Metode ini data dikumpulkan melalui sebagai teknik triangulasi untuk memperoleh sudut pandang yang kaya dan mendalam. Proses analisis data cenderung bersifat induktif yang peneliti Menyusun pola dan temuan dari data secara bertahap.

Penelitian kualitatif yaitu berdasarkan temuan fakta yang kemudian dapat dibentuk menjadi hipotesis atau teori, penelitian kualitatif bertujuan untuk menganalisa data dengan tujuan membangun hipotesis yang akan digunakan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam. Penelitian kualitatif menekankan pada pemahaman yang mendalam yang terkandung dalam data penelitian.

Penulis memilih metode analisi penelitian kualitatif untuk karya tulis ini karena keselarasan dengan penelitian keislaman dan tafsir Al-Qur'an. Pendekatan ini memungkinkan penulis mengeksplorasi yang lebih mendalam, lebih fleksibel dan kontekstual terhadap makna dan pesan agama.

Kedua, adalah jenis penelitian deskriptif, yang mana jenis penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan suatu kejadian dan peristiwa yang terjadi di masa sekarang yang menjadi perhatian tanpa ada perlakuan khusus terhadap kejadian dan peristiwa tersebut.⁵⁰

2. Pendekatan Penelitian

Sebagaimana penjelasan yang dipaparkan sebelumnya, penulis memilih penelitian kualitatif. Untuk memahami penelitian yang akan dibahas, penulis menggunakan pendekatan *sosial aproach*.⁵¹ Pendekatan ini digunakan untuk mengetahui kondisi sosial masyarakat disaat suatu ayat atau suatu penafsiran itu dituliskan serta bagaimana dampaknya. Pendekatan ini bertujuan untuk mengetahui kondisi sosial berupa tindakan yang ada dalam suatu ayat dan penafsiran.

Di samping itu, penulis juga memilih pendekatan tematik atau *maudhū'ī*⁵² dalam penelitian ini untuk mencari jawaban pada suatu masalah dengan cara menghimpun seluruh ayat yang berkaitan dengan term-term, membahas topik masalah yang sama, dengan mengatur ayat-

⁵⁰ Surya Dharma, *Pendekatan, Jenis, dan Metode Penelitian Pendidikan*, Direktorat Tenaga Kependidikan, Departemen Pendidikan Nasional, 2008, hal. 40.

⁵¹ Neong Muhadjir, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Yogyakarta: Rake Sararin, 2000, hal. 296.

⁵² Abd. Al-Hay al-Farmawi, *Al-Bidayah fī Tafsīr maudhū'i Tafsir Maudhū'i*, Maktabah Jumhuriyah, Mesir: 1976, hal. 62.

ayat tersebut berdasarkan urutan kronologis, serta hubungan sebab turun dan keterkaitan antara ayat-ayat tersebut, sehingga diharapkan dapat tersajikan dengan komperhensif sesuai tema yang dibahas.

3. Sumber Data

Sebagaimana penjelasan yang dipaparkan sebelumnya, bahwa penelitian ini akan menggunakan kajian pustaka atau biasa disebut dengan *library research*. Oleh karena itu beberapa sumber data yang digunakan ialah sebagai berikut:

a. Sumber Primer

Sumber data primer merupakan informasi yang diperoleh langsung oleh peneliti dari objek yang diteliti, adapun sumber data primer dalam penelitian ini ialah sebagai berikut:

- 1) Al-Qur'an al-Karim.
- 2) Kitab-kitab tafsir, seperti: Tafsir al-Munir karya Syeikh Wahbah Az-Zuhaili, Tafsir al-Azhar karya Buya Hamka, Tafsir al-Qur'an al-Adzim karya Ibnu Katsir, Tafsir al-Qurtubi karya Imam Qurtubi, dan tafsir-tafsir besar lainnya.

b. Sumber Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh seorang peneliti secara tidak langsung dari objeknya, tetapi melalui sumber lain, baik lisan maupun tulis. Sumber data pendukung dalam penelitian ini mencakup berbagai literatur seperti buku, jurnal, hadits serta karya ilmiah lainnya yang memiliki relevansi dengan tema penelitian.

Adapun sumber sekunder yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah kitab-kitab 'Ulum Al-Qur'an, buku-buku ilmiah, jurnal serta artikel-artikel yang membahas term-term tentang *introver*.

4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan suatu metodologi yang diterapkan untuk memperoleh sejumlah data dan informasi yang akan berfungsi sebagai fakta empiris dalam mendukung penyajian hasil penelitian. Ada beberapa jenis teknik pengumpulan data, di antaranya ialah:

a. Dokumentasi

Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data dilakukan melalui metode dokumentasi, yaitu suatu proses pengambilan data dari berbagai sumber tertulis seperti kitab, literatur ilmiah (buku dan jurnal), makalah penelitian, ensiklopedia, dokumen resmi, serta sumber digital (website) dan publikasi akademik lainnya yang relevan dengan tema penelitian. Seluruh data yang diperoleh kemudian dikaji secara kritis melalui proses pembacaan mendalam dan analisis mendetail.⁵³

Di dalam penelitian ini, metode dokumentasi sangatlah penting karena dengan metode inilah dapat mengumpulkan informasi-informasi terkait tafsir dan pemikiran yang didapat dari tulisan-tulisan yang sudah ada dan mencari data-data tentang fenomena *introver* dari beberapa buku yang ada hubungannya dengan penelitian ini

b. *Library Research*

Jenis penelitian yang penulis gunakan yaitu jenis studi kepustakaan atau *library research*. *Library research* adalah metode pengumpulan data dengan cara menelusuri data-data tertulis⁵⁴ maka kemudian untuk langkah-langkah yang ditempuh dalam penelitian ini ialah dengan penelusuran data, pengumpulan data, klarifikasi dan pengorganisasian data, dan penyajian data. Oleh karena itu, penelitian ini mendapatkan data-data yang berupa tulisan, kemudian data tersebut dipilih kembali untuk mendapatkan data yang lebih mendekati dengan kajian term-term tentang *introver*.

5. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah alat bantu yang digunakan untuk menganalisis data atau menguji hipotesis yang diperoleh.⁵⁵ Kajian ini

⁵³ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1998, hal. 236.

⁵⁴ Hadi, *Metodologi Research*, Yogyakarta: Yayasan Penerbit Fakultas Psikologi UGM, 1989, hal. 5.

⁵⁵ Pratiwi, *Panduan Penulisan skripsi, Landasan Teori, Hipotesis, Analisis Statistik, Pedoman Teknis, Bahasa Ilmiah, Pendarasan dan Yudisium*, Yogyakarta: Dewangga, 2009, hal. 52.

bersifat analisis⁵⁶ deskriptif dengan mencari, mengumpulkan dan mendeskripsikan data tentang pribadi *introver*. Selanjutnya penulis menganalisa data yang sudah ada untuk kemudian ditafsirkan sesuai dengan penafsiran beberapa mufasir, melalui pendekatan *madhū'i*. Adapun langkah-langkah yang digunakan dalam penelitian *Maudū'i* (tematik) menurut Quraish Shihab sebagai berikut:

- a. Menentukan dan menetapkan masalah yang dibahas (topik/tema)
- b. Mengumpulkan ayat-ayat berkaitan dengan tema.
- c. Mempelajari ayat yang dipilih tersebut lengkap dengan Sabab An-Nuzūlnya.
- d. Memilah ayat yang diperoleh sesuai dengan urutan turunnya.
- e. Mengerti akan Muhasabah ayat tersebut
- f. Menyusun pembahasan dalam penelitian ayat dalam bingkai kerangka sempurna, sistematis dan utuh
- g. Melengkapi pembahasan dengan hadits Nabi Muhammad SAW, riwayat dari para sahabat, dan lain-lain yang sesuai serta perlu untuk ditambahkan guna penjelasan semakin jelas dan sempurna.
- h. Setelah mendapatkan gambaran-gambaran keseluruhan kandungan ayat-ayat yang telah dibahas, maka langkah terakhir adalah mengumpulkan dari masing-masing ayat di dalam kelompok uraian ayat dengan meninggalkan yang telah terwakili, ataupun mengompromikan antara yang 'Amm (umum) dengan yang Khaṣ (khusus), Mutlaq dengan Muqayyād, atau semua yang bertentangan, sehingga dapat ditarik benang merahnya, sehingga dapat disimpulkan pandangan Al-Qur'an tentang ayat yang telah dibahas.⁵⁷

F. Sistematika Penulisan

Dalam penulisan penelitian skripsi ini, akan dibagi menjadi lima bab. Adapun sistematika pembahasannya ialah sebagai berikut:

Bab pertama, memuat pendahuluan yang menyajikan gambaran komprehensif mengenai keseluruhan penelitian. Bagian ini menguraikan

⁵⁶ Analisis disini adalah suatu teknik penelitian untuk membuat rumusan kesimpulan dengan mengidentifikasi karakteristik spesifikasikan pesan-pesan dari suatu teks secara sistematis dan objektif. Lihat Hadari Nawawi, *Metodologi Penelitian Sosial*, Yogyakarta: Gajah Mada Univer Press, 1998, hal. 69.

⁵⁷ M. Quraish Shihab, *Kaidah Tafsir: Syarat, ketentuan, dan Aturan yang Patut Anda Ketahui dalam Memahami Al-Qur'an*, cet. III, Tangerang: Lentera Hati, 2013, hal. 389-390.

berbagai aspek fundamental yang menjadi fokus kajian, meliputi: latar belakang permasalahan, identifikasi masalah, batasan penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, signifikansi penelitian, tinjauan pustaka, serta metodologi penelitian. Secara rinci, metodologi penelitian mencakup: pendekatan penelitian, desain penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, dan metode analisis data. Bab ini diakhiri dengan penjelasan mengenai sistematika penulisan skripsi.

Bab kedua, menjelaskan tentang tinjauan umum tentang *introver* dan keseimbangan sosial yang meliputi definisi *introver*, istilah-istilah *introver*, ciri-ciri *introver*, penyebab timbulnya *introver*, definisi keseimbangan sosial, serta problematika dan dampak terhadap generasi masa kini.

Bab ketiga, membahas tentang peran Al-Qur'an dan menyajikan ayat-ayat yang berkaitan dengan term-term *introver* di dalam Al-Qur'an yang dikemas dengan kolom-kolom sesuai dengan urutan dari term-term tersebut.

Bab empat, berisikan tentang penyajian dan analisis data yang meliputi penafsiran ayat-ayat *introver* serta solusi yang diberikan Al-Qur'an dalam mengatasi *introver*. Kemudian menyajikan fenomena *introver* yang ada di Indonesia yang disertai dengan solusi untuk mengatasinya.

Bab kelima, merupakan penutup yang berisi kesimpulan dari pemaparan-pemaparan yang disampaikan dalam skripsi ini, kemudian dikemukakan beberapa saran yang sehubungan dengan pembahasan yang dipaparkan dalam penelitian ini.