

BAB III

KAJIAN ISLAM

A. Telaah Teks Psikologi Variabel Citra Tubuh

1. Sampel Teks Variabel Citra Tubuh

Menurut Rice (1995), citra tubuh merupakan gambaran yang dimiliki individu secara mental mengenai tubuhnya, gambaran tersebut dapat berupa pikiran-pikiran, perasaan-perasaan, penilaian-penilaian, sensasi-sensai, kesadaran dan perilaku yang terkait dengan tubuhnya (dalam Mukhlis, 2013:7).

Citra tubuh merupakan ide seseorang mengenai betapa penampilan badannya menarik di hadapan orang lain (Chaplin, 2011:63). Senada dengan yang disampaikan oleh Papalia, Olds dan Feldman (2008:546) bahwa citra tubuh adalah sebagai keyakinan deskriptif dan evaluasi mengenai penampilan seseorang. Berk juga mengatakan bahwa citra tubuh merupakan konsepsi dan sikap terhadap penampilan fisik seseorang (2012:508).

Gardner dalam Faucher (2003) memaknai citra tubuh dengan gambaran yang dimiliki seseorang dalam pikirannya tentang penampilan (misalnya ukuran dan bentuk) tubuhnya, serta sikap yang dibentuk seseorang terhadap karakteristik-karakteristik dari tubuhnya. Jadi terdapat dua komponen dari citra tubuh, yaitu komponen perseptual (bagaimana seseorang memandang tubuhnya sendiri) dan komponen sikap (bagaimana seseorang merasakan tentang penampilan atau tubuh yang dipersepsinya) (Faucher, 2003).

Selanjutnya Cash mengatakan bahwa citra tubuh mulai terbentuk pada saat anak-anak prasekolah menginternalisasikan pesan-pesan dan standar-standar kecantikan dari masyarakat dan kemudian menilai diri mereka sendiri berdasarkan standar-standar tersebut (Mukhlis, 2013).



2. Pola Teks Variabel Citra Tubuh



3. Analisis Komponen Teks Variabel Citra Tubuh

No	Komponen	Kategori	Deskripsi
1	Aktor	Individu	Seseorang Diri Individu
2	Aktifitas	Konsepsi	Sikap terhadap penampilan fisik
		Perspesi	Penilaian Prasangka
3	Bentuk	Gambaran secara mental	Pikiran-pikiran Perasaan-perasaan Penilaian-penilaian Sensasi-sensasi Kesadaran Perilaku
4	Proses	Evaluasi penampilan	
		Keyakinan deskriptif	
5	Aspek	Perseptual	Memandang penampilan
		Sikap	Merasakan penampilan
6	Faktor	Internal	Persepsi diri

			Gambaran secara mental
		Eksternal	Lingkungan masyarakat
7	Audien	Individu	Seseorang Diri
		Masyarakat	Lingkungan sekitar
8	Tujuan	Direct	Penerimaan masyarakat
		Indirect	Tubuh ideal
9	Standar	Sosial	Penerimaan masyarakat
		Etika	Penampilan masyarakat
		Ilmiah	Kecantikan/kecakapan sebagai manusia
10	Efek	Positif	Penampilan menarik

4. Peta Konsep Teks Variabel Citra Tubuh



5. Simpulan Teks Psikologi Variabel Citra Tubuh

1) Umum

Citra tubuh merupakan gambaran secara mental yang dimiliki seseorang mengenai penampilan dirinya melalui evaluasi penampilan yang dilakukan terhadap diri sendiri dengan kondisi masyarakat yang ada, sehingga seseorang tersebut menganggap dirinya sudah dapat diterima di lingkungan masyarakat.

2) Partikular

Citra tubuh pada intinya adalah gambaran diri terhadap dirinya sendiri, gambaran ini akan menyesuaikan dengan bagaimana orang lain memperhatikannya, sehingga dapat menggambarkan diri dengan melihat bagaimana respon orang lain ketika memperhatikannya. Citra tubuh merupakan persepsi diri terhadap dirinya sendiri di mata orang lain dan anggapan dirinya sendiri untuk terlihat pantas di lingkungan sekitarnya.

B. Telaah Teks Psikologi Variabel Penyesuaian Diri

1. Sampel Teks Variabel Penyesuaian Diri

Ali dan Asrori, penyesuaian diri dapat diartikan sebagai suatu proses yang mencakup respons-respons mental dan behavioral yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik, serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dunia luar atau lingkungan tempat individu berada (2004:175).

Musthafa Fahmi menyatakan bahwa penyesuaian adalah suatu proses dinamik terus menerus yang bertujuan untuk mengubah kelakuan guna mendapatkan hubungan yang lebih serasi antara diri dan lingkungan (dalam Sobur, 2010:526).

Sunarto dan Hartono mengatakan bahwa penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai keharmonisan pada diri sendiri dan pada lingkungan (206:222).

Sementara James F. Calhoun dan Joan Ross Acocella memberikan definisi yang lebih plastis, bahwa penyesuaian diri adalah sebagai interaksi Anda yang kontinu dengan diri Anda sendiri, dengan orang lain, dan dengan dunia Anda (dalam Sobur, 2010:526).

Menurut Willis (2008:55) penyesuaian diri ialah kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga ia merasa puas terhadap dirinya dan lingkungannya. Seringkali orang beranggapan bahwa menyesuaikan diri itu mudah untuk dilakukan, akan tetapi ketika kita merasakan ada disekitar suatu komunitas atau dalam suatu keadaan tertentu yang mana hal tersebut kurang atau bahkan tidak sesuai dengan dirinya. Jelas akan merasakan kesulitan dalam menghadapi hal tersebut.

Kartono (2008) menyatakan bahwa penyesuaian diri dapat diartikan sebagai usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungan, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, prasangka, depresi,

kemarahan dan emosi negatif yang lain sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis habis.

Menurut Hurlock (1997:287) penyesuaian diri merupakan keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain dengan memiliki kriteria: penampilan nyata, dan kemampuan untuk menyesuaikan diri terhadap berbagai kelompok.

Menurut Gerungan (1987:51) menyesuaikan diri itu diartikan dalam artian yang luas, dan dapat berarti mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan, tetapi juga mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan (keinginan) diri.

Achyar juga menambahkan penyesuaian diri dapat meningkatkan efek positif terhadap prestasi belajar siswa (dalam Safura dan Supriyantini, 2006:28).

Wijaya (2007) mengatakan bahwa penyesuaian diri atau adaptasi adalah suatu proses alamiah dan dinamis yang bertujuan mengubah perilaku individu agar tercipta hubungan yang lebih sesuai antara kondisi diri dengan kondisi lingkungannya.

2. Pola Teks Variabel Penyesuaian Diri

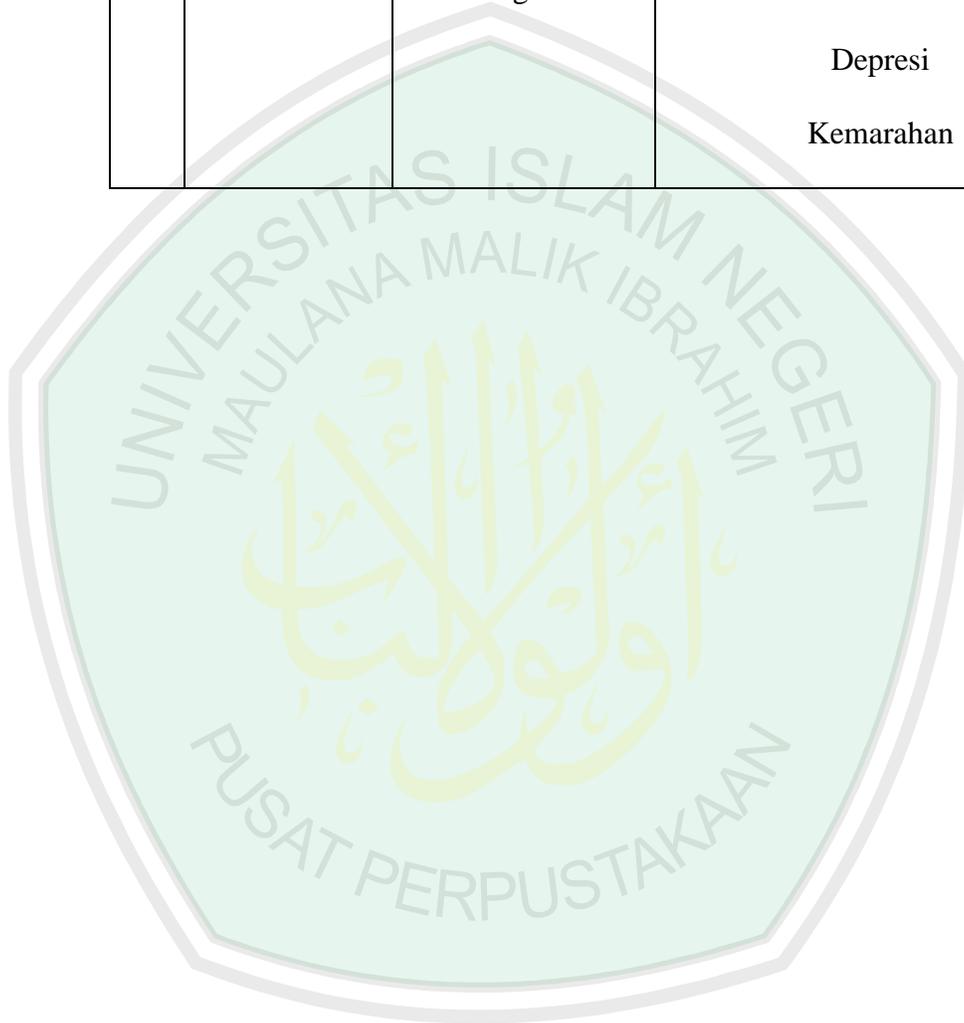


3. Analisis Komponen Teks Variabel Penyesuaian Diri

No	Komponen	Kategori	Deskripsi
1	Aktor	Individu	Seseorang Diri Individu Anda
		Komunitas/ Massa/ Masyarakat	Manusia
2	Aktifitas	Interaksi	Apresiasi Sosialisasi
		Perspsi	Penilaian Prasangka
3	Bentuk	Verbal	
		Nonverbal	Respon
4	Proses	Secara Dinamis	Berubah-ubah
		Terus-menerus	Terus berkembang
5	Aspek	Spesifik	Persepsi
		Umum	Prasangka
6	Faktor	Internal	Ketegangan

			Konflik Frustrasi
		Eksternal	Tuntutan lingkungan
7	Audien	Individu	Seseorang Diri
		Masyarakat	Lingkungan sekitar Kelompok
8	Tujuan	Direct	Merubah kelakuan Hidup Bergaul
		Indirect	Keberhasilan
			Mengkikis efek negatif
9	Standar	Sosial	Lingkungan sekitar
		Etika	Respon pribadi
		Ilmiah	Tuntutan dunia luar atau lingkungan
10	Efek	Positif	Keselarasn/Keserasian Kualitas Keharmonisan Merasakan kepuasan Prestasi

		Negatif	Permusuhan Rasa dengki Iri hati Depresi Kemarahan
--	--	---------	---



4. Peta Konsep Teks Variabel Penyesuaian Diri



5. Simpulan Teks Psikologi Variabel Penyesuaian Diri

1) Umum

Penyesuaian diri merupakan suatu upaya seseorang dalam upaya menyamakan diri dengan keadaan diri sendiri dan menyamakan dirinya dengan orang lain untuk dapat melakukan proses interaksi sosial.

2) Partikular

Penyesuaian diri merupakan proses dimana seseorang menyesuaikan dirinya terhadap dirinya sendiri dan terhadap lingkungan sosial di sekitarnya, akan tetapi masih pada norma-norma yang berlaku. Manusia hidup sebagai makhluk sosial, dimana dalam mencapai kebutuhannya untuk hidup manusia tidak dapat hidup tanpa adanya peran orang lain dalam hidupnya. Untuk menjalin hubungan yang baik dengan sekitarnya manusia hendaknya melakukan penyesuaian dirinya dengan baik terhadap orang dan lingkungan di sekitarnya.

C. Telaah Teks Islam Variabel Citra Tubuh

1. Sampel Teks Variabel Citra Tubuh

وَإِذَا رَأَيْتَهُمْ تُعْجِبُكَ أَجْسَامُهُمْ وَإِنْ يَقُولُوا تَسْمَعُ لِقَوْلِهِمْ
 كَأَنْهُمْ حُشْبٌ مِّنْ سِنْدَةٍ يَحْسَبُونَ كُلَّ صِغِيرَةٍ عَلَيْهِمْ هُمْ الْعُدُو فَاحْذَرَهُمْ
 فَتَلَهُمُ اللَّهُ أَنْ يَوْفَكُونَ ﴿٤﴾

Artinya: “Dan apabila engkau melihat mereka, tubuh mereka mengagumkanmu. Dan jika mereka berkata, engkau mendengarkan tutur katanya. Mereka seakan-akan kayu yang tersandar. Mereka mengira bahwa setiap teriakan ditujukan kepada mereka. Mereka itulah musuh (yang sebenarnya), maka waspadalah terhadap mereka; semoga Allah membinasakan mereka. Bagaimanakah mereka dapat dipalingkan (dari kebenaran).”

الَّذِي خَلَقَكَ فَسَوَّنَكَ فَعَدَلَكَ ﴿٧﴾

Artinya: “Yang telah menciptakan kamu lalu menyempurnakan kejadianmu dan menjadikan (susunan tubuh)mu seimbang.”

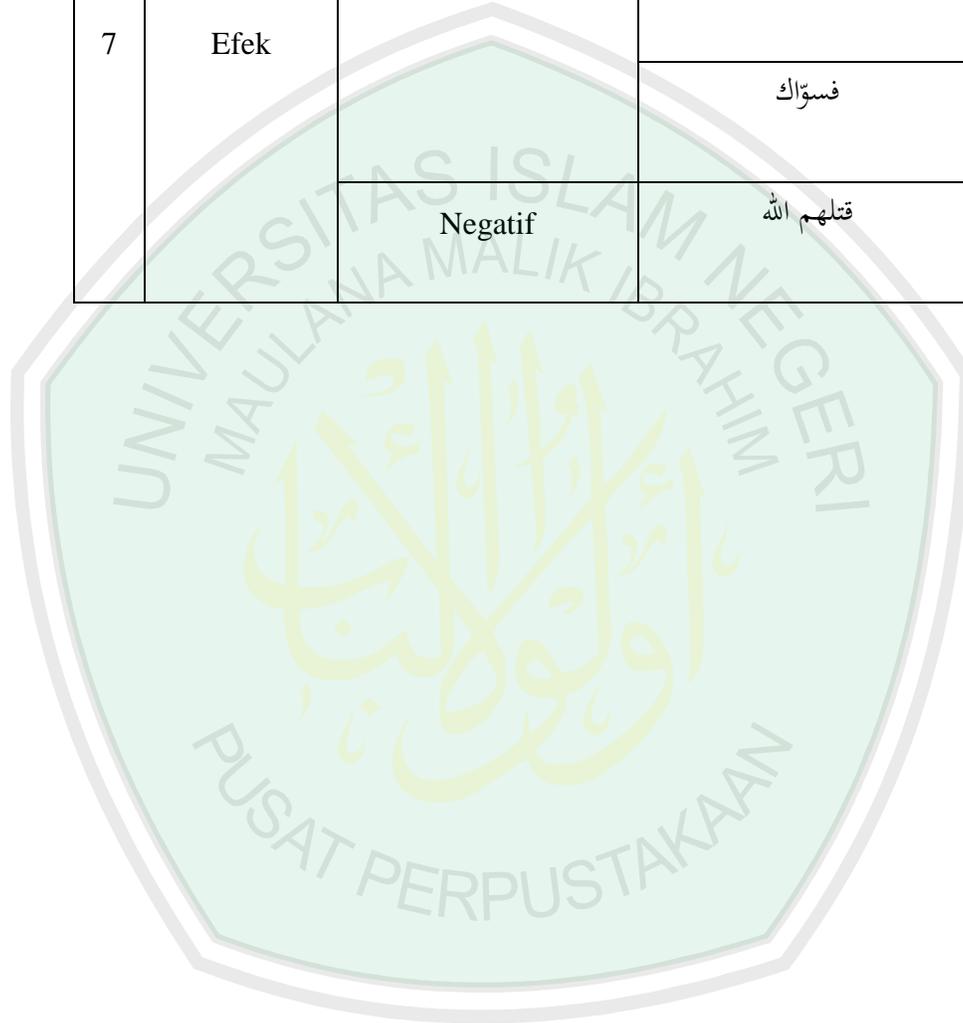
2. Pola Teks Variabel Citra Tubuh



3. Analisis Komponen Teks Variabel Citra Tubuh

No	Komponen	Kategori	Deskripsi	Sumber
1	Aktor	Individu	أنت	63:4
		Massa/ Kelompok/ Masyarakat	الذي	82:7
2	Aktifitas	Interaksi Komunikasi Persepsi	خلق	82:7
3	Proses	Secara Dinamis Kontinu	رأيتهم تعجبك أجسامهم	63:4
4	Audien	Individu	ك	82:7
		Partner Masyarakat	هم	63:4
5	Tujuan	Perilaku Baik	تعجب أجسامكم	63:4
			فعدلك	82:7
6	Standar	Sosial-Budaya	الله	63:4
		Norma	أني يؤفكون	63:4

7	Efek	Positif	تعجب	63:4
			فعدلك	82:7
			فسوأك	82:7
		Negatif	قتلهم الله	63:4



4. Tabulasi dan Inventarisasi Teks Variabel Citra Tubuh









5. Peta Konsep Teks Variabel Citra Tubuh



D. Telaah Teks Islam Variabel Penyesuaian Diri

1. Sampel Teks Variabel Penyesuaian Diri

Masa remaja merupakan masa peralihan dimana seseorang telah berpindah dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Dari masa peralihan yang dialami remaja, sudah barang tentu mereka akan menyesuaikan diri dengan perubahan yang telah terjadi. Selama mengalami perubahan, remaja akan berusaha untuk menerima apa yang sedang terjadi pada dirinya sendiri juga lingkungan sekitar remaja tersebut tinggal. Dalam islam telah disebutkan bahwa Allaw SWT memerintahkan manusia untuk menjaga hubungan antara satu dengan yang lainnya dengan cara menyesuaikan diri dengan baik. Hal tersebut sesuai dengan firman Allah dalam QS. An-Nisa' ayat 36 :

❁ وَأَعْبُدُوا اللَّهَ وَلَا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَبِذِي
الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسْكِينِ وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَىٰ وَالْجَارِ
الْجُنُبِ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنبِ وَابْنِ السَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ
أَيْمَانُكُمْ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ مَن كَانَ مُخْتَالًا فَخُورًا ﴿٣٦﴾

Artinya: “Sembahlah Allah dan janganlah kamu mempersekutukan-Nya dengan sesuatu apapun. Dan berbuat baiklah kepada kedua orang tua, karib-kerabat, anak-anak yatim, orang-orang miskin, tetangga dekat dan tetangga jauh, teman sejawat, ibnu sabil dan apa yang kamu miliki. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong dan membanggakan diri.”

Manusia hidup sebagai makhluk sosial dituntut untuk selalu bisa berinteraksi dengan baik antara individu satu dengan yang lainnya. Sehingga dari interaksi tersebut manusia mulai mengadakan penyesuaian dengan lingkungan sekitarnya. Allah SWT menciptakan manusia yang berbeda antara satu sama lain. Jadi antar manusia dibuat untuk bisa saling mengenal dan melakukan penyesuaian diri yang baik. Seperti yang tertuang dalam QS. Al Hujurat ayat 13 sebagai berikut :

يَتَّيِّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ
 لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتَقْوَاهُ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴿١٣﴾

Artinya : “Hai manusia, sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling taqwa di antara kamu. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal.

2. Pola Teks Variabel Penyesuaian Diri



3. Analisis Komponen Teks Variabel Penyesuaian Diri

No	Komponen	Kategori	Deskripsi	Sumber
1	Aktor	Individu	انتم	4:36
		Massa/ Kelompok/ Masyarakat	الناس	4:36
			كم	4:36
2	Aktifitas	Interaksi Komunikasi Persepsi	واعبدوا الله	4:36
			لا تشركوا به شيئا	4:36
			إحسانا	4:36
			إنا خلقناكم	49:13
3	Proses	Secara Dinamis Kontinu	جعلناكم شعوبا	49:13
			جعلناكم قبائل	49:13
4	Bentuk	Verbal Nonverbal	تعارفوا	49:13
5	Aspek	Spesifik	الله يحبّ	4:36

		Umum	عند الله أتقاكم	49:13
6	Faktor	Internal Eksternal	أتقاكم	49:13
7	Audien	Individu Partner Masyarakat	كم	49:13
			ذكر أنثى	49:13
			شعوبا قبائل	49:13
			القربى	4:36
			اليتيمى	4:36
			المساكين	4:36
			الجارذى القربى	4:36
			الجار الجنب	4:36
			الصاحب بالجنب	4:36
			إبن السبيل	4:36

			ملكت أيمانكم	4:36
8	Tujuan	Perilaku Baik	ل	49:13
9	Standar	Sosial-Budaya Norma	الله	
			إِنَّ أَكْرَمَكُمْ	49:13
			إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ	49:13
			إِنَّ اللَّهَ لَا يَحِبُّ مَنْ كَانَ مُخْتَلًا فخورا	4:36
10	Efek	Positif Negatif	تعارفوا	49:13

4. Tabulasi dan Inventarisasi Teks Variabel Penyesuaian Diri













5. Peta Konsep Teks Variabel Penyesuaian Diri



6. Simpulan Teks islam Variabel Penyesuaian Diri

1) Umum

Penyesuaian diri merupakan proses seseorang dalam berinteraksi dan mempersepsikan dirinya sendiri secara verbal maupun nonverbal terhadap dirinya sendiri dan di mata orang lain, dimana proses tersebut berlangsung secara dinamis dan bertahap yang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal sesuai dengan norma dan sosial-budaya yang ada untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

2) Partikular

Penyesuaian diri merupakan suatu proses selama hidup, dan manusia terus berusaha untuk menemukan dan mengatasi tekanan dan tantangan hidup untuk mencapai pribadi yang sehat. Respon penyesuaian baik atau buruk, secara sederhana dapat dilihat sebagai suatu usaha seseorang untuk menjauhi ketegangan dan untuk memelihara kondisi-kondisi keseimbangan yang lebih wajar.

Penyesuaian adalah suatu proses ke arah hubungan yang harmonis antara tuntutan internal dan tuntutan eksternal. Dalam proses penyesuaian diri dapat saja muncul adanya konflik, tekanan, frustrasi, serta membebaskan diri dari ketegangan. Individu dikatakan berhasil dalam melakukan penyesuaian diri apabila dapat memenuhi kebutuhannya dengan cara-cara yang wajar atau apabila dapat diterima oleh lingkungan tanpa merugikan atau mengganggu lingkungannya.