

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Hakikat *Self Improvement*

Pengembangan diri dikenal juga dengan istilah Self Improvement yaitu upaya yang dilakukan untuk meningkatkan keterampilan, kualitas hidup, dan kesehatan dengan berbagai cara melalui kemampuan individu untuk mempelajari hal-hal baru, mengubah pola pikir, mengembangkan kebiasaan baru, dan lain-lain. Dalam hal ini dibutuhkan lingkungan keluarga yang dapat mendukung. Lingkungan keluarga memegang peranan yang sangat penting dalam pengembangan kepribadian, karakter, nilai budaya, nilai agama, etika dan keterampilan individu (Rahmawati, dkk :2022). Self improvement dapat membantu pembaca dalam meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan. Hal ini menjadi salah satu fitur yang diperoleh oleh pembaca untuk melakukan Self improvement dengan konsisten. Fungsi yang bisa diperoleh antara lain yang pertama adalah dengan dapat menumbuhkan keyakinan pada diri sendiri, hal ini membantu pembaca untuk mengatasi adanya rasa kurang percaya diri atau insecure yang banyak terjadi dikalangan Gen Z. Self improvement juga memiliki manfaat yang besar dalam menciptakan kualitas hidup yang tinggi. Manfaat yang pertama yaitu Self improvement dapat membantu pembaca dapat meningkatkan kesejahteraan emosional. Dengan hal ini pembaca dapat mempelajari teknik manajemen stress untuk menenangkan pikiran dari masalah dalam hidup, masalah yang selalu di kira

tidak memiliki jalan keluar, hingga masalah yang hanya akan menjadi lebih lelah dan stress. Buku dapat memberikan informasi terstruktur dan mendalam. Tentang berbagai topik, mulai dari pengetahuan, sejarah, hingga seni, dan sastra, dapat ditemukan dalam buku. Buku juga berfungsi sebagai sarana bagi penulis untuk berkomunikasi dengan pembacanya melalui bahasa yang terstruktur. Bahasa adalah sarana interaksi sosial yang terdiri dari kumpulan bunyi yang bersistem, simbol, bebas, bermakna, konvensional, umum, efektif, beragam, dan dinamis. Bahasa membantu individu dalam menyampaikan sesuatu kepada orang lain dalam komunitas sosial (Noermanzah, 2019:306). Dengan banyak membaca buku-buku tentang Self improvement, pembaca akan menemukan cara untuk menyelesaikan suatu masalah yang di kira tidak dapat terselesaikan. Dalam proses ini pembaca secara tidak sadar pembaca akan mempelajari kemampuan untuk berkomunikasi, menghargai orang lain, dan menjaga etika saat bersosialisasi dengan orang lain. Hal ini akan berdampak positif terhadap lingkungan sehingga dapat membangun jaringan yang lebih baik serta memperoleh dukungan dan kebahagiaan dari orang lain. Dalam buku Self improvement berisi tentang solusi bagi pembaca untuk menambah ilmu dan dapat menjadi jawaban dari bagaimana cara dalam memecahkan permasalahan. Buku Self improvement akan memberikan kesan tersendiri bagi para pembacanya. Buku Self improvement banyak diminati di kalangan anak sekolah, mahasiswa, bahkan orang dewasa. Banyak mahasiswa yang menghabiskan waktunya dengan membaca buku Self improvement. Dalam buku Self improvement, pembaca dapat menemukan informasi dan bimbingan terhadap perubahan dalam hal-hal positif agar dapat mengubah kebiasaan para pembaca

untuk masa depan yang lebih baik dan dapat memiliki tujuan yang lebih terstruktur. Langkah pertama untuk memulai Self improvement adalah dengan menetapkan tujuan dan motivasi. Pembaca dapat menuliskan impian dan tujuan, serta langkah apa yang ingin diambil dimasa depan. Setelah tujuan dan motivasi ditetapkan, langkah selanjutnya adalah mempelajari dan mempraktikkan teknik pengembangan diri. Buku Self improvement dapat memotivasi pembacanya untuk memahami diri sendiri, mengembangkan kreativitas dalam memecahkan masalah dan membantu dalam mengambil keputusan yang tepat. Menerapkan Self improvement dalam kehidupan sehari-hari tidaklah mudah dan sering kali tidak konsisten dalam menerapkannya.

B. Pengaruh Sosial

1. Pengertian Pengaruh Sosial

Pengaruh sosial memengaruhi kehidupan seseorang dalam berbagai hal, seperti cara bertindak, cara berpikir, dan kondisi psikologisnya. Karena terus berinteraksi dengan orang lain, seseorang sulit lepas dari nilai, aturan, dan harapan yang ada dalam masyarakat. Dalam dunia sastra, pengaruh sosial sering diceritakan melalui tokoh yang mengalami perubahan sikap dan perasaan konflik karena tekanan dari lingkungan sosial di sekitarnya.

Menurut Kurniawan & Subhi (2021, hlm. 146) mengatakan bahwa “Pengaruh sosial adalah persepsi seseorang tentang kepentingan dan kemampuan orang lain yang dirasakan untuk mempengaruhi penggunaan teknologi atau sistem baru”. Menurut Vadhat et al. (2020, hlm. 5) mengatakan bahwa “social influence

adalah pengaruh sosial yang dapat mengubah perilaku kepada orang lain”. Sedangkan menurut Randa & Eka (2019, hlm. 356) “Pengaruh sosial adalah refleksi pada hasil interaksi dan komunikasi dengan orang lain, di mana pengaruh ini dapat mengubah sikap atau perilaku individu”. Menurut Haryono et al. (2015, hlm.4) menyatakan pengaruh sosial adalah sejauh mana pesan dan sinyal dari orang lain di jejaring sosial membantu orang membentuk nilai-nilai sosial yang dirasakan dalam sistem teknologi. Sedangkan menurut Hidayat & Bashori (2016, hlm.77) mengatakan bahwa pengaruh sosial adalah suatu usaha individu atau lebih yang dilakukan untuk mengubah sikap, persepsi, kepercayaan, atau tingkah laku orang lain.

Pengaruh sosial memengaruhi cara seseorang berperilaku dan mengambil keputusan. Menurut Sarwono (2020), perilaku seseorang sering kali dipengaruhi oleh kehadiran orang lain serta aturan yang berlaku dalam masyarakat. Seseorang biasanya menyesuaikan tindakannya agar sesuai dengan norma yang dianggap biasa dan diterima oleh lingkungan sosial di sekitarnya. Dalam dunia sastra, perubahan cara berpikir dan bertindak tokoh sering kali muncul karena tekanan dari lingkungan sosial. Tokoh mungkin melakukan sesuatu yang tidak sesuai dengan keinginannya sendiri hanya untuk memenuhi harapan keluarga, masyarakat, atau lingkungan kerjanya. Perubahan seperti ini menunjukkan bahwa pengaruh sosial memiliki kemampuan besar dalam membentuk tindakan seseorang dan juga bisa menjadi penyebab terjadinya konflik dalam cerita.

Pengaruh sosial juga memengaruhi cara berpikir seseorang dalam melihat diri sendiri dan sekitarnya. Menurut Festinger (dalam Walgito, 2021), manusia biasanya membentuk penilaian tentang diri sendiri dengan membandingkan diri dengan orang lain. Proses ini bisa mengubah cara seseorang menilai keberhasilan, kegagalan, serta harga dirinya. Dalam karya sastra, pengaruh sosial terhadap cara berpikir tokoh terlihat dari perubahan cara tokoh melihat dirinya sendiri akibat standar yang berlaku dalam masyarakat. Tokoh bisa merasa tidak cukup baik, rendah diri, atau tertekan karena membandingkan dirinya dengan harapan masyarakat. Pola pikir seperti ini sering digambarkan sebagai penyebab kegelisahan dan konflik batin dalam cerita. Konflik batin bisa terjadi ketika seseorang merasa nilai-nilai yang diinginkan oleh masyarakat bertentangan dengan nilai pribadinya. Menurut Alwisol (2021), konflik internal muncul ketika seseorang dihadapkan pada tekanan dari luar yang tidak sesuai dengan keinginan atau kebutuhan dirinya sendiri. Situasi seperti ini bisa menyebabkan perasaan cemas, stres, dan ketidakstabilan emosi.

Dalam dunia sastra, konflik batin sering kali menjadi pusat cerita. Karakter dalam cerita sering kali berada dalam keadaan bingung antara mengikuti keinginan masyarakat atau menjaga identitas diri sendiri. Yusuf (2022) menambahkan bahwa konflik batin dalam karya sastra menggambarkan perjuangan psikologis manusia dalam menghadapi tekanan sosial yang rumit. Dengan memperlihatkan konflik ini, penulis ingin menyampaikan kritik terhadap dampak buruk dari pengaruh sosial terhadap kesehatan mental seseorang.

2. Bentuk-bentuk Pengaruh Sosial

Menurut Baumeister & Tice dalam Hidayat & Bashori (2016, hlm. 79-80) mengatakan bahwa pengaruh sosial (social influence) terdapat dua bentuk, yaitu:

- 1) Pengaruh Normative (Normative Influence) adalah perubahan perilaku, pemikiran, atau nilai agar disukai dan diterima oleh orang lain.
- 2) Pengaruh Informasional (Informational Influence) adalah kecenderungan untuk mempercayai informasi orang lain karena mereka dianggap tahu lebih banyak daripada dia.

3. Tingkatan Pengaruh Sosial

Menurut Adiwibowo et al. (2013, hlm.10) menyatakan bahwa social influence memiliki 3 tingkatan mekanisme, yaitu:

- 1) Kepatuhan, yaitu situasi di mana tingkat kepercayaan yang ditempatkan penerima dalam perilaku individu dan mendapatkan efek sosial dari lingkungan.
- 2) Identifikasi, yaitu mengambil tindakan dari orang-orang yang puas dengan sistem baru.
- 3) Internalisasi, yaitu menerima pengaruh yang direkomendasikan sesuai dengan nilai-nilai yang dijunjung tinggi.

4. Dimensi Pengaruh Sosial

Menurut Wang & Chou (2014, hlm. 120) mengatakan bahwa ada dua dimensi yang membentuk social influence yaitu:

- 1) Subjective Norms Menurut Tananjikal dalam Haryono et al. (2015, hlm. 4) menyatakan bahwa subjective norms adalah Persepsi konsumen tentang apa yang harus atau tidak boleh dilakukan dipengaruhi oleh pengaruh sosial.

- 2) Visiablity Menurut Haryono et al. (2015, hlm. 4) mengatakan bahwa visability adalah pengaruh sosial yang dihasilkan dari keadaan perilaku konsumen yang dapat diamati oleh konsumen lain, mempengaruhi keputusan tersebut. Konsumen dipengaruhi oleh bagaimana konsumen lain memandang perilaku konsumen.

5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengaruh Sosial

Pengaruh sosial tidak muncul mendadak, tetapi terbentuk dari berbagai faktor yang terkait dengan kondisi seseorang dan lingkungan di sekitarnya. Faktorfaktor itu menentukan seberapa besar seseorang bisa terpengaruh, menyesuaikan diri, atau bahkan menolak tekanan dari lingkungan sosialnya. Dalam ilmu psikologi sosial dan sastra, faktor-faktor tersebut penting untuk memahami sikap dan konflik tokoh dalam sebuah cerita.

a. Lingkungan Sosial

Lingkungan sosial adalah faktor penting yang memengaruhi cara seseorang berinteraksi dengan orang lain. Keluarga, masyarakat, dan tempat bekerja membentuk cara berpikir, sikap, serta tindakan seseorang. Menurut Myers (2021), seseorang biasanya menyesuaikan diri dengan nilai dan aturan yang ada di sekitarnya agar bisa diterima oleh orang-orang di sekitarnya. Dalam karya sastra, lingkungan sosial sering ditampilkan sebagai tempat yang membentuk kepribadian tokoh melalui aturan, kebiasaan, serta hubungan antarmanusia yang ada di dalamnya.

b. Kelompok Sosial

Kelompok sosial memengaruhi seseorang secara besar karena di dalamnya ada aturan dan tuntutan untuk hidup berkelompok. Menurut Baron dan Branscombe (2022), seseorang cenderung terpengaruh oleh kelompok yang dianggap penting atau punya ikatan perasaan. Dalam novel, kelompok sosial sering digambarkan sebagai hal yang mendorong tokoh untuk mengubah sikap atau tindakan, meskipun itu bertentangan dengan keinginan pribadinya.

c. Kebutuhan akan Penerimaan Sosial

Kebutuhan untuk diterima dan diakui oleh orang lain adalah dorongan psikologis yang kuat. Menurut Anisah dan rekan-rekannya (2022), seseorang sering kali merubah cara berperilaku agar tidak ditolak atau diasingkan oleh lingkungan sosialnya. Dalam cerita sastra, keinginan untuk diterima sering kali membuat tokoh rela melepaskan keinginan pribadinya dan mengikuti keinginan masyarakat sekitarnya.

d. Identitas Diri

Identitas diri adalah cara seseorang memahami dirinya sendiri dalam lingkungan sosial. Menurut Rahmawati (2021), seseorang yang identitas dirinya belum jelas biasanya lebih mudah terpengaruh oleh tekanan dari lingkungan sekitar. Dalam karya sastra, konflik identitas diri muncul ketika tokoh merasa bertentangan antara nilai pribadinya dengan harapan masyarakat, sehingga terjadi perasaan batin yang rumit dan membingungkan.

e. Budaya dan Nilai Sosial

Budaya dan nilai sosial membentuk aturan serta harapan yang ada dalam masyarakat. Menurut Wiyatmi (2022), latar belakang budaya sangat memengaruhi cara tokoh dalam berperilaku dan bertindak dalam karya sastra. Nilai-nilai sosial ini menciptakan batasan bagi perilaku tokoh, sekaligus menjadi alat bagi pengarang untuk menyampaikan kritik terhadap kehidupan masyarakat.

C. Pendekatan Sosiologi Sastra

1. Pengertian Sosiologi Sastra

Sosiologi merupakan disiplin ilmu tentang kehidupan masyarakat yang objek kajiannya mencakup fakta sosial, definisi sosial, dan perilaku sosial yang menunjukkan hubungan interaksi sosial dalam suatu masyarakat. Sedangkan masyarakat sendiri adalah sekumpulan manusia yang saling berinteraksi, memiliki adat istiadat, norma-norma, hukum, serta aturan yang mengatur semua pola tingkah laku. Dengan demikian sosiologi sastra adalah interdisiplin antara sosiologi dengan sastra yang menurut Ratna (2009:3) keduanya memiliki objek yang sama yaitu manusia dalam masyarakat.

Menurut Endraswara (2013:8-9) ada sejumlah definisi mengenai sosiologi sastra yang perlu dipertimbangkan dalam rangka menemukan objektifitas hubungan antara karya sastra dengan masyarakat, antara lain: 1) pemahaman terhadap karya sastra dengan mempertimbangkan aspek-aspek kemasyarakatan, 2) pemahaman terhadap totalitas karya sastra yang disertai dengan aspek kemasyarakatan yang terkandung di dalamnya, 3) pemahaman terhadap karya sastra sekaligus

hubungannya dengan masyarakat yang melatarbelakanginya, 4) analisis mengenai seberapa jauh kaitan langsung antara unsur-unsur karya dengan unsur-unsur masyarakat, 5) analisis mengenai seberapa jauh keterlibatan langsung pengarang sebagai anggota masyarakat.

Berdasarkan definisi yang telah dipaparkan dianggap telah mewakili keseimbangan kedua komponen, yaitu sastra dan masyarakat. Dengan kajian sosiologi sastra, maka karya sastra yang kenyataannya lahir dan tercipta dalam konteks fenomena masyarakat, benar-benar mendapatkan pemaknaan yang seharusnya. Dalam hal ini, sosiologi sastra yang objek kajian utamanya adalah sastra (berupa karya sastra) sedangkan sosiologi berguna sebagai ilmu untuk memahami gejala sosial yang ada dalam sastra tersebut, baik penulis, fakta sastra, maupun pembaca dalam relasi dialektikanya dengan kondisi masyarakat yang menghidupi penulis, dan masyarakat yang digambarkan. Dengan relasi dialektis ini, yang memahami hubungan sastra dengan masyarakat dengan analisis sosiologis, maka peran, pengaruh, dan keadaan masyarakat yang digambarkan atau mempengaruhi keberadaan substansi sosiologis dapat dijelaskan. Oleh karena itu, analisis sosiologi sastra berkaitan dengan analisis terhadap karya sastra baik ideologi sosial pengarang, pandangan dunia pengarang, pengaruh strukturisasi masyarakat terhadap karya sastra atau sebaliknya, dan fungsi sosial sastra.

Endraswara (2013:77) sosiologi sastra adalah cabang penelitian sastra yang bersifat reflektif. Penelitian ini banyak diminati oleh peneliti yang ingin melihat sastra sebagai cermin kehidupan masyarakat. Asumsi dasar penelitian sosiologi sastra adalah kelahiran sastra tidak dalam kekosongan sosial. Kelahiran sosial akan

menjadi pemicu lahirnya karya sastra. Karya sastra yang berhasil atau sukses yaitu yang mampu merefleksikan zamannya.

2. Tujuan Penelitian Sosiologi Sastra

Tujuan utama dari penelitian sosiologi sastra adalah untuk memperoleh gambaran yang lengkap, utuh, dan menyeluruh mengenai hubungan timbal balik antara sastrawan (pengarang), karya sastra, dan masyarakat. Ketiga unsur ini saling terikat dan tidak dapat dipisahkan dalam proses penciptaan maupun penerimaan karya sastra. Penelitian sosiologi sastra bertujuan menggali sejauh mana kehidupan sosial pengarang, nilai-nilai yang berlaku dalam masyarakat, serta kondisi sosial, budaya, politik, dan ekonomi saat karya ditulis memengaruhi isi dan bentuk karya sastra. Sebaliknya, penelitian ini juga berupaya menunjukkan bagaimana karya sastra dapat memberikan pengaruh terhadap masyarakat melalui penyampaian kritik sosial, pencerminan realitas, hingga pembentukan kesadaran kolektif. Dengan memahami hubungan timbal balik ini secara mendalam, pembaca dan peneliti dapat mengembangkan pemahaman yang lebih tajam dan apresiasi yang lebih tinggi terhadap karya sastra. Karya sastra tidak hanya dipandang sebagai produk estetis atau imajinatif semata, melainkan sebagai dokumen sosial dan budaya yang mencerminkan kehidupan dan pergolakan masyarakat pada masa tertentu. Dengan demikian, penelitian sosiologi sastra tidak hanya memperluas wawasan literer, tetapi juga memberikan kontribusi dalam memahami dinamika sosial kemasyarakatan melalui pendekatan sastra sebagai salah satu cerminan kehidupan manusia.

3. Metode dan Langkah Kerja Penelitian Sosiologi Sastra

Penelitian sosiologi sastra akan gambaran yang lengkap, utuh, dan menyeluruh tentang hubungan timbal balik antara sastrawan, karya sastra, dan masyarakat. Sejalan dengan prinsip-prinsip sosiologi sastra di atas, langkah-langkah yang digunakan pada penelitian ini adalah:

1. Memahami lebih jelas hakikat setiap unsur pembangun karya sastra.
2. Melakukan pembacaan secara cermat, mencatat kutipan-kutipan yang terkandung dalam bacaan itu.
3. Semua penafsiran unsur-unsur sosiologi sastra dan sosiologi sastra harus dihubungkan dengan unsur lain.
4. Penafsiran harus dilakukan dalam kesadaran penuh akan pentingnya keterkaitan antarunsur (Endraswara, 2013:52-53).

D. Penelitian Relevan

Penelitian yang relevan bertujuan untuk menunjukkan hubungan antara penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian yang sudah ada sebelumnya, serta untuk mengetahui bagian-bagian yang masih kurang atau sumbangan yang bisa diberikan oleh penelitian ini. Berikut beberapa penelitian yang berkaitan dengan topik pengaruh sosial dalam buku self improvment.

Penelitian yang dilakukan oleh Selvy Dwi Anggraini ¹ , Marshanda Dwi Ayu Safira ² , Monica Eskariani ³ , Eni Nurhayati ⁴ pada tahun 2024 berjudul Interpretasi dalam buku “Self Improvement Is it bad or good habbit” (Kajian Semantik). Penelitian ini bertujuan membantu para pembaca memahami buku Self Improvement pada Buku Is It Bad or Good Habits dalam memaknai setiap kata

yang dirasa sulit dengan tujuan agar dapat memudahkan para pembaca dalam memahami setiap kata yang disampaikan oleh penulis. Sehingga dapat pula menarik para pembaca lain untuk membaca buku Self Improvement. Metode penelitian yang digunakan adalah dengan menggunakan kajian semantik dan dapat membantu pembaca dalam memahami makna dari setiap kata. Dari Hasil penelitian terdapat lebih dari 50 kata yang maknanya sulit untuk pahami. Untuk menafsirkan makna dari setiap kata yang belum terpecahkan, dapat menggunakan kajian semantik. Hal ini menjadi perhatian utama dari pembahasan yang tentunya makna dari setiap kata tersebut perlu ditafsirkan ulang. Penelitian ini relevan dengan penelitian Rahmawati karena keduanya fokus pada pengaruh lingkungan sosial. Namun, perbedaannya adalah penelitian Rahmawati meneliti beberapa novel secara umum, sedangkan penelitian ini secara spesifik menganalisis buku Aku Lupa Aku Manusia.

Penelitian berikutnya dilakukan oleh Putri (2023) dengan judul "Ekspektasi Sosial dan Pembentukan Identitas Tokoh Utama dalam Novel Kontemporer Indonesia". Penelitian ini menggambarkan bagaimana ekspektasi sosial memengaruhi cara berpikir dan tindakan tokoh utama, terutama tokoh wanita, dalam menghadapi tekanan dari masyarakat modern. Hasilnya menunjukkan bahwa ekspektasi sosial sering kali jadi beban psikologis yang memicu masalah dalam diri tokoh. Penelitian ini relevan karena membahas pengaruh sosial dan identitas diri tokoh secara serupa, tetapi penelitian Putri lebih fokus pada ekspektasi sosial secara umum, sedangkan penelitian ini menganalisis dampak sosial secara lebih luas,

seperti konformitas, tekanan sosial, norma sosial, serta ekspektasi sosial dalam satu karya sastra.

Selain itu, penelitian oleh Yusuf (2022) berjudul "Pendekatan Psikologi Sosial dalam Analisis Tokoh Utama Novel Bertema Kehidupan Modern" juga memiliki hubungan dengan penelitian ini, Yusuf menyimpulkan bahwa pendekatan psikologi sosial efektif untuk memahami perubahan perilaku, pola pikir, dan konflik batin tokoh akibat pengaruh lingkungan sosial. Penelitian ini relevan karena menggunakan pendekatan psikologi sosial sebagai dasar analisis tokoh, namun penelitian Yusuf tidak secara spesifik membahas bentuk-bentuk pengaruh sosial secara rinci seperti yang dilakukan dalam penelitian ini. Berdasarkan beberapa penelitian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa banyak orang sudah membahas dampak sosial dalam novel, tapi masih ada hal-hal yang belum didalami secara mendalam, terutama soal berbagai bentuk pengaruh sosial dalam buku *Aku Lupa Aku Manusia*.