

Interpretasi dalam buku “*Self Improvement Is it bad or good habit*” (Kajian Semantik)

Selvy Dwi Anggraini¹, Marshanda Dwi Ayu Safira², Monica Eskariani³,
Eni Nurhayati⁴

STKIP PGRI Sidoarjo

Email: selvyyanggraini@gmail.com, marshandadwii09@gmail.com,
monicaeskariani123@gmail.com, Eninurhayati188@gmail.com

Alamat: Jl. Raya Kemiri, Kemiri, Kec. Sidoarjo. Kab. Sidoarjo, Jawa Timur 61234

Korespondensi penulis: selvyyanggraini@gmail.com

Abstract. *This research aims to help readers understand the book *Self Improvement in the book Is It Bad or Good Habits* in interpreting every word that is considered difficult with the aim of making it easier for readers to understand every word conveyed by the author. So it can also attract other readers to read the *Self Improvement* book. The research method used is semantic study and can help readers understand the meaning of each word. From the research results, there are more than 50 words whose meaning is difficult to understand. To interpret the meaning of each unsolved word, you can use semantic studies. This is the main concern of the discussion, of course the meaning of each word needs to be reinterpreted.*

Keywords: *semantic, self improvement, meaning, word*

Abstrak. 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 dipahami. 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.

Kata kunci: Semantik, *Self Improvement*, Makna, Kata, Pembaca

LATAR BELAKANG

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. Melalui buku tentang kebiasaan atau habits, disini terdapat salah satu buku yang berjudul *Is it Bad or Good Habits*. Buku ini adalah buku bagaimana rutinitas dan

kebiasaan manusia dapat mempengaruhi kehidupan, karya Sabrina Ara. Akhir-akhir ini buku *Is it Bad or Good Bad Habits* ramai diperbincangkan dan menjadi salah satu buku yang dicari oleh para siswa maupun mahasiswa, sebab buku ini memiliki sub bab yang dapat membantu kita untuk mencari apa yang kita butuhkan.

Dengan membaca buku ini diharapkan pembaca mendapat pemahaman yang lebih mendalam mengenai kebiasaan dan berpengaruh positif terhadap kehidupan sehari-hari. Memahami buku *Self improvement* tidak hanya memperoleh pengetahuan baru, tetapi juga dapat bermanfaat dalam aktivitas sehari-hari. Buku ini memang di buat untuk membantu orang-orang masih kesulitan untuk memperbaiki kebiasaan sehari-hari. Dengan membaca dan memahami isi dari buku *Self improvement*, maka para pembaca dapat mengubah kebiasaan-kebiasaan menjadi lebih baik.

Pada artikel ini, penulis akan mengkaji linguistik mikro dari bahasa yang sulit dipahami oleh pembaca. Bahasa akan terus berkembang seiring waktu. Bahasa sebagai sistem simbolik manusia yang paling lengkap dapat digunakan untuk menunjukkan kebudayaan nasional (etnokultur), berdasarkan variasi dialek atau logat (Diantami, dkk : 2023).

Linguistik berhubungan dengan bahasa sebagai objek studi. Linguistik mempelajari struktur internal bahasa dan hubungan bahasa yang dapat dibedakan menjadi linguistik mikro dan linguistik makro. Linguistik mikro berpusat pada tatanan internal kebahasaan. Secara internal, kajian linguistik merupakan kajian yang hanya mempelajari tatanan internal bahasa dan mencakup bidang fonologi, morfologi, sintaksis, semantik, dan kosa kata. Linguistik makro berfokus pada keterikatan antara bahasa dan beberapa aspek di luar bahasa (Azzahrotul Latifah: 2015).

Semantik adalah bidang linguistik yang mempelajari tentang makna. Penelitian semantik telah berkembang untuk memasukkan unsur makna dan pengalaman manusia. Makna memainkan peran penting dalam penelitian semantik. Karena makna merupakan proses akhir komunikasi (aktivitas bahasa) untuk mencapai kejelasan dan kebenaran dalam memperoleh informasi tentang makna sesuatu, sehingga kesinambungan komunikasi tetap terjaga tanpa terjadi kesalahpahaman (Sukma Adelina Ray: 2019).

Kata adalah unit bahasa yang memiliki makna atau pengertian tertentu. Satuan bahasa terkecil dalam bahasa Indonesia adalah kata, yang mencakup salah satu peran sintaksis dalam kalimat, seperti subjek, predikat, objek, atau keterangan (Rohim, dkk : 2013). Setiap kata mempunyai sejumlah bagian arti yang membentuk makna kata tersebut secara keseluruhan. Unsur-unsur arti tersebut dapat dijelaskan, dirinci atau disebutkan secara bergantian sesuai dengan maknanya masing-masing (Wa Ode Nur Family : 2013). Berdasarkan hal-hal ini,

penulis menginginkan pembaca untuk memahami semantik atau makna dari isi buku *Self improvement* yang berjudul *Is it bad or good habit*.

METODE PENELITIAN

Penulis memanfaatkan metode kualitatif yang menjabarkan pemaparan atau penggambaran Kualitatif. Tentu dengan teknik analisis data yang tepat dapat memberikan banyak informasi dan pandangan yang lebih luas serta pemahaman yang mendalam. Kualitas lebih penting daripada kuantitas dan data yang dikumpulkan dari observasi, wawancara, dan dokumen resmi yang relevan.

Menurut *Moleong* pada bukunya *Metodologi Penelitian Kualitatif* yaitu Menurut *Moleong* (2016: 6), penelitian kualitatif memiliki tujuan untuk mengetahui peristiwa yang dialami oleh subjek penelitian secara keseluruhan, meliputi tindakan, kognisi, inspirasi, dan perilaku serta penjelasan dengan memanfaatkan bahasa, kata-kata, konteks alami dan berbagai teknik alami.

Dalam penelitian ini, peneliti membaca dan menganalisis isi buku *Self Improvement* berjudul *Is It Bad or Good Habits*. Mengidentifikasi isi merupakan jenis penelitian yang mempelajari informasi tertulis atau tercetak dalam media massa secara menyeluruh. *Asfar* (2019:4) menjelaskan bahwa menganalisa isi dapat dilakukan jika memenuhi syarat-syarat berikut: (1) Data yang tersedia terdiri dari berbagai sumber yang terdokumentasi (buku, surat kabar, audio rekaman, catatan), (2) terdapat keterangan tambahan atau kerangka teori tertentu dan metode pendekatan terhadap data yang dianalisis, dan (3) peneliti mempunyai keahlian teknis untuk mengolah data yang dikumpulkannya karena sebagian besar dokumentasi berkaitan dengan informasi yang digabungkan.

Tujuan mengkaji semantik dari buku *Self improvement* sendiri untuk menyampaikan pesan yang terkandung dalam buku *Self improvement* dan menyampaikan isi dengan jelas secara mendetail. Dengan begitu pembaca di kalangan Siswa atau Mahasiswa juga dapat memahami makna dari buku *Is it Bad or Good Habits* dengan baik, sehingga ilmu dan pesan yang di dapatkan bisa tersalur dengan baik pula.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bagian ini mengkaji hasil penelitian setelah menjelaskan latar belakang penelitian, teori yang mendasari penelitian, dan teknik penelitian yang digunakan. Hasil penelitian akan dijelaskan melalui wawancara, observasi, dan dokumen. Pembahasan bab ini didasarkan pada hasil pengumpulan data melalui dokumentasi penelitian, observasi, wawancara dengan

informan yang diperlukan untuk penelitian, dan diskusi terfokus pada masalah yang diteliti. Studi ini menggunakan metodologi kualitatif dan deskriptif.

Pada penelitian ini memanfaatkan metode penelitian kualitatif deskriptif karena bermaksud untuk menjabarkan hasil observasi kajian semantik pada buku *Self improvement* yang berjudul *Is It Bad or Good Habit* dengan menginterpretasi dengan menggunakan kajian semantik bermaksud agar pembaca dapat mengerti dengan baik setiap makna yang terkandung dalam buku. Makna yang terkandung dalam buku ini dapat dijelaskan dalam tabel berikut ini. Pembahasan dalam artikel :

1. Memudahkan Para pembaca dalam memahami makna kata (semantik)
2. Memudahkan dalam memberikan bekal teoritis untuk analisis bahasa
3. Membantu penulis untuk memilih serta menentukan penggunaan kata yang digunakan

Semuanya akan di uraikan sebagai berikut :

Tabel 1. Kajian data kata yang maknanya kurang dipahami

No	Kata	Makna Menurut KKBI
1.	Spontan	Serta merta, tanpa dipikir, atau tanpa direncanakan lebih dulu, melakukan sesuatu dengan dorongan hati, tidak karena anjuran
2.	Kemrungsung	Tergesah,-gesah, tergepoh-gopoh dan terburu-buru
3.	Merampungkan	Menyelesaikan, Meradukan
4.	Tenggat	Batas waktu
5.	Terdistraksi	Hal yang mengalihkan perhatian, tindakan untuk mengahlikan perhatian
6.	Kolot	Tidak modern, kuno, tua
7.	Zona Nyaman	Posisi atau keadaan fisik atau psikologi ketika merasa aman, nyaman atau kebebasan ketidaknyamanan
8.	Abstrak	Tidak berwujud, tidak berbentuk, mujarad, niskala
9.	Membubuhkan	Menaruh, menambahkan, menuliskan
10.	Paranoid	Ditandai dari atau menyerupai paranoid
11.	Rasional	Menurut pikiran dan pertimbangan yang logis, menurut pikiran yang positif
12.	Mendamba	Merebahksn diri, memeluk
13.	Kalap	Lupa diri,gila, bingung
14.	Jam Karet	Tidak tepat waktu, terlambat dari waktu yang telah ditentukan

Pada tabel ditemukan kata yang susah untuk dipahami yang makna katanya perlu dijabarkan. Hal ini dikarenakan adanya ketidakefektifan kalimat yang disebabkan karena beberapa faktor, seperti ketidakjelasan unsur kalimat, kemubaziran preposisi, kesalahan

menalar, ketidaktepatan bentuk kata, pengaruh Bahasa asing dan pengaruh Bahasa gaul. Kata pada tabel diatas dijabarkan sebagai berikut:

Spontan adalah Kata "*spontan*" berasal dari bahasa Latin "*spontaneus*", yang berarti "*dilakukan atau dilaksanakan tanpa perencanaan atau persiapan sebelumnya*". Dalam bahasa Indonesia, kata ini berarti "spontan". Spontan dalam Kamus besar Bahasa Indonesia ialah serta merta, tanpa berpikir, atau tanpa terencana lebih dulu, melakukan sesuatu karena keinginan hati, bukan sebab anjuran.

Kemrungsung sebenarnya adalah kata dari Bahasa daerah yaitu daerah Jawa timur yang artinya *tergesah – gesah atau terburu – buru, tergepoh -gopo*. Dalam konteks ini adalah melakukan sesuatu secara tidak sabar, ingin cepat selesai, ingin terselesaikan dalam melakukan sesuatu.

Merampungkan berasal dari kata dasar "*rampung*". Makna kata "*merampungkan*" adalah menyelesaikan atau menuntaskan suatu tugas, pekerjaan atau urusan. Hal ini juga mencakup pemenuhan suatu aktivitas atau kewajiban secara lengkap atau diinginkan. Penggunaan kata ini menunjukkan bahwa suatu kegiatan atau tugas telah berhasil atau selesai seluruhnya.

Tenggat Kata "*tenggat* " dalam bahasa Indonesia berarti batas waktu atau jangka waktu tertentu yang ditetapkan untuk menyelesaikan suatu tugas, tugas, atau kewajiban. Batas waktu ini bisa bersifat formal, seperti kontrak atau peraturan, atau informal, bergantung pada konteks penggunaannya.

Terdistraksi Kata "*terdistraksi*" dalam bahasa Indonesia mengacu pada keadaan atau perilaku seseorang yang kehilangan fokus atau konsentrasi pada sesuatu atau aktivitas karena dia terganggu atau perhatiannya tertuju pada hal lain. Terkait dengan hal tersebut, orang yang mengalami gangguan mengalami kesulitan dalam mempertahankan perhatian atau fokus pada tugas atau aktivitas yang dilakukannya.

Kolot kata "*kolot*" dalam bahasa Indonesia berarti konservatif, tradisional, atau ketinggalan jaman. Istilah tersebut sering digunakan untuk menggambarkan orang, gagasan, dan sikap yang cenderung mempertahankan nilai-nilai dan cara pandang lama yang dianggap ketinggalan jaman.

Zona nyaman adalah makna kata yang mengacu pada keadaan atau situasi di mana seseorang merasa aman, nyaman, dan akrab. Orang cenderung tetap berada di zona nyamannya. Zona nyaman terasa familier, tidak terlalu menantang, dan tidak terlalu penuh ketidakpastian. Keluar dari zona nyaman membawa pengalaman baru, peluang untuk berkembang, dan meningkatkan ketahanan pribadi.

Abstrak adalah Kata "*abstrak*" memiliki banyak arti tergantung pada konteksnya. Dalam konteks dan bahasa umum, "abstrak" mengacu pada sesuatu yang tidak nyata, sulit diukur, atau tidak terlihat secara fisik. Jika berbicara tentang seni dan sains, "*abstraksi*" memiliki arti yang sedikit berbeda.

Membubuhkan makna kata "*membubuhkan*" merupakan bentuk kata kerja yang dibentuk dari akar kata "*membubuhkan*". Dalam konteks bahasa Indonesia, kata tersebut mempunyai arti memberi atau menambah sesuatu, terutama dengan memberi lambang, sebutan, atau unsur tertentu pada suatu benda atau tempat.

Paranoid merupakan makna kata "*paranoid*" mengacu pada keadaan psikologis di mana terdapat kecenderungan berlebihan untuk merasa dicurigai, diikuti, atau dianiaya oleh orang lain, bahkan tanpa bukti yang jelas atau masuk akal. Orang paranoid cenderung melebih-lebihkan kemungkinan ancaman atau konspirasi terhadap dirinya.

Rasional merupakan makna kata "*rasional*" memiliki banyak arti tergantung pada konteksnya, namun umumnya mengacu pada kebijaksanaan, logika, atau kemampuan berpikir berdasarkan akal dan penilaian yang masuk akal. Berikut beberapa penggunaan umum kata "masuk akal".

Mendamba adalah makna kata "*mendamba*" mengacu pada tindakan atau perasaan seseorang yang sangat merindukan atau menginginkan sesuatu, sering kali dipadukan dengan keinginan atau hasrat yang mendalam. Istilah ini biasanya digunakan untuk menunjukkan perasaan cinta atau keinginan yang sangat kuat terhadap seseorang atau sesuatu.

Kalap merupakan rujukan kata "*Kalab*" merupakan kata sehari-hari atau bahasa sehari-hari di beberapa daerah di Indonesia, khususnya dalam bahasa percakapan informal, seperti kalah, gagal, sulit, rusak dan tidak berfungsi. Penggunaannya bervariasi tergantung pada konteksnya dan seringkali memiliki arti yang lebih spesifik dalam situasi tertentu.

Jam karet merupakan makna "*Jam karet*" ialah kata yang sering diperlukan untuk mengarah pada fleksibilitas waktu atau ketidakpastian jadwal atau seseorang yang tidak tepat waktu. Artinya, waktu yang seharusnya ditetapkan atau direncanakan dapat diubah dengan lebih fleksibel tergantung kebutuhan dan keadaan.

1. Memudahkan para pembaca dalam memahami makna kata (semantik)

Memahami isi pada bacaan adalah hal utama dalam membaca sebuah buku, maka dari itu kajian semantik digunakan sebagai salah satu cara untuk memudahkan pembaca dalam mengetahui arti yang terdapat dalam suatu bacaan ataupun kata. Dalam hal ini peneliti bertujuan untuk membantu pembaca agar dapat memahami dengan lebih jelas dan efektif untuk menghindari kebingungan atau penafsiran yang salah. Hal ini juga dapat membantu

para pembaca untuk lebih fleksibel dalam menggunakan Bahasa. Selain kata, frasa juga bisa menjadi faktor yang sulit untuk dipahami, sehingga penting untuk memahami konteks yang terdapat pada kata-kata tersebut.

2. Memudahkan dalam memberikan bekal teoritis untuk analisis bahasa

Peneliti juga memberikan dasar pengetahuan tentang analisis bahasa, yang mencakup teori, ide, dan konsep. Ini dapat mencakup pemahaman tentang fonologi, struktur, semantik, sintaksis, dan aspek bahasa lainnya. Untuk membuat pemahaman teoritis yang baik mudah dipahami oleh orang yang belajar atau menganalisis bahasa, materi harus dijabarkan dengan bahasa yang detail, menggunakan contoh yang relevan, dan menggunakan ilustrasi untuk membuat konsep terlihat jelas. Jika seseorang memiliki pengetahuan teoritis yang memadai, mereka dapat melakukan analisis yang lebih mendalam terhadap struktur bahasa, makna kata atau kalimat, dan elemen linguistik lainnya. Teori-teori ini dapat membantu memahami bagaimana bahasa bekerja.

3. Membantu penulis untuk memilih serta menentukan penggunaan kata yang digunakan.

Peneliti memberi penulis saran atau arahan untuk mencari kata yang benar dan setara dengan konteks atau pesan yang akan disampaikan, termasuk penggunaan kata-kata yang memberikan nuansa dan makna yang diinginkan. Dengan membantu pembantu penulis memilih kata-kata yang akan membuat teks lebih mudah dibaca dan lebih mudah dipahami. Ini termasuk penggunaan frasa atau kalimat yang memudahkan pembaca untuk mengikuti alur tulisan. Peneliti juga mengarahkan untuk meningkatkan kreativitas dan variasi dalam tulisan, berikan ide atau alternatif kata-kata. Ini dapat mencakup penggunaan sinonim atau variasi kata yang memiliki arti yang sama.

Tabel 2. Kajian makna kata yang sulit dipahami menurut KBBI

No.	Kata	Makna
1.	Efektif	Dapat membawa hasil,
2.	Frustasi	Rasa kecewa akibat kegagalan.
3.	Sensitif	Mudah membangkitkan emosi.
4.	Bersinggungan	Bersangkut paut; ada hubungannya.
5.	Produktif	Mampu menghasilkan.
6.	Meng-handle	Menangani.
7.	Konsisten	Tetap (tidak berubah-ubah).
8.	Respons	Tanggapan, reaksi atau jawaban.
9.	Intens	hebat atau sangat kuat; sangat emosional.

10.	Depresi	Gangguan jiwa pada seseorang yang ditandai dengan perasaan yang merosot (seperti muram, sedih, perasaan tertekan).
11.	Paranoid	Paranoia; penyakit jiwa yang membuat penderita berpikir aneh-aneh yang bersifat khayalan.
12.	Psikopat	Orang yang karena kelainan jiwa menunjukkan perilaku yang menyimpang sehingga mengalami kesulitan dalam pergaulan.
13.	Skizofrenia	Penyakit jiwa yang ditandai oleh ketidakacuhan, halusinasi, waham untuk menghukum, dan merasa berkuasa, tetapi daya pikir tidak berkurang.
14.	Interaksi	Hal saling melakukan aksi, berhubungan, mempengaruhi; antarhubungan;
15.	Referensi	Sumber acuan (rujukan, petunjuk).
16.	Konsentrasi	Pemusatan perhatian atau pikiran pada suatu hal.
17.	Imajinasi	Daya pikir untuk membayangkan (dalam angan-angan) atau menciptakan gambar (lukisan, karangan, dan sebagainya) kejadian berdasarkan kenyataan atau pengalaman seseorang.
18.	Prediksi	Ramalan; prakiraan.
19.	Prosedural	Sesuai dengan prosedur; tahap kegiatan untuk menyelesaikan suatu aktivitas.
20.	Perfeksionis	Orang yang ingin segala-galanya sempurna.
21.	Motivasi	Dorongan yang timbul pada diri seseorang secara sadar atau tidak sadar untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu.
22.	Terdistraksi	Hal yang mengalihkan perhatian.
23.	Tabiat	Perbuatan yang selalu dilakukan; kelakuan; tingkah laku.
24.	Pesimis	Orang yang bersikap atau berpandangan tidak mempunyai harapan baik (khawatir kalah, rugi, celaka, dan sebagainya); orang yang mudah putus (tipis) harapan.
25.	Intropeksi	Tindakan peninjauan atau koreksi terhadap diri sendiri.
26.	Personal	Bersifat pribadi atau perseorangan.
27.	Kolot	Tidak modern; kuno; tua.
28.	Simpati	Keikutsertaan merasakan perasaan (senang, susah, dan sebagainya) orang lain.
29.	Mendramatisasi	Hal membuat suatu peristiwa menjadi mengesankan atau mengharukan.
30.	Imunitas	Keimunan; kekebalan.
31.	Profesional	Bersangkutan dengan profesi; memerlukan kepandaian khusus untuk menjalankannya.
32.	Objektif	Mengenai keadaan yang sebenarnya tanpa dipengaruhi pendapat atau pandangan pribadi.
33.	Upgrade potensi	Meningkatkan kemampuan yang mempunyai kemungkinan untuk dikembangkan; kekuatan; kesanggupan; daya.

34.	Sosialisasi	Upaya memasyarakatkan sesuatu sehingga menjadi dikenal, dipahami, dihayati oleh masyarakat; pemasyarakatan.
35.	Spesifik	Khusus; bersifat khusus; khas.
36.	Daring	Dalam jaringan; terhubung melalui jejaring komputer, internet, dan sebagainya.
37.	Fleksibel	Luwes; mudah dan cepat menyesuaikan diri.
38.	Inovasi	Penemu-an baru yang berbeda dari yang sudah ada atau yang sudah dikenal sebelumnya (gagasan, metode, atau alat).
39.	Kreatif	Memiliki daya cipta; memiliki kemampuan untuk menciptakan
40.	Adaptasi	Penyesuaian terhadap lingkungan, pekerjaan, dan pelajaran.
41.	Rasional	Menurut pikiran dan pertimbangan yang logis; menurut pikiran yang sehat; cocok dengan akal.
42.	Praktis	Mudah dan senang memakainya (menjalankan dan sebagainya).
43.	Memblokir	Membekukan; memberhentikan.
44.	Prioritas	Yang didahulukan dan diutamakan daripada yang lain.
45.	Terorganisasi	Telah disusun dan diatur dalam suatu kesatuan.
46.	Individu	Orang seorang; pribadi orang (terpisah dari yang lain).
47.	Mental	Bersangkutan dengan batin dan watak manusia, yang bukan bersifat badan atau tenaga.
48.	Empati	Keadaan mental yang membuat seseorang merasa atau mengidentifikasi dirinya dalam keadaan perasaan atau pikiran yang sama dengan orang atau kelompok lain.
49.	Booster	Penguat; peningkat; pemacu.
50.	Koneksi	Hubungan yang dapat memudahkan (melancarkan) segala urusan (kegiatan)
51.	Psikologi	Ilmu yang berkaitan dengan proses mental, baik normal maupun abnormal dan pengaruhnya pada perilaku; ilmu pengetahuan tentang gejala dan kegiatan jiwa.
52.	Menghakimi	Berbuat sewenang-wenang terhadap orang yang dianggap bersalah.
53.	Otoriter	Berkuasa sendiri; sewenang-wenang.
54.	Krisis identitas	Tahap untuk membuat keputusan terhadap permasalahan-permasalahan penting yang berkaitan dengan pertanyaan mengenai identitas dirinya.
55.	Genius	Berkemampuan (berbakat) luar biasa dalam berpikir dan mencipta.

KESIMPULAN DAN SARAN

Makna yang terkandung sering disebut juga dengan istilah semantik. Semantik adalah bidang linguistik yang mempelajari tentang makna. Penelitian semantik telah berkembang untuk memasukkan unsur makna dan pengalaman manusia. Makna memainkan peran penting dalam penelitian semantik. Karena makna merupakan proses akhir komunikasi (aktivitas bahasa) untuk mencapai kejelasan dan kebenaran dalam memperoleh informasi tentang makna sesuatu, sehingga kesinambungan komunikasi tetap terjaga tanpa terjadi kesalahpahaman (Sukma Adelina Ray : 2019).

Berdasarkan hasil pengumpulan data, makna yang terkandung dalam buku “Is It a Bad Habit or a Good Habit” bersifat positif, membantu pembaca mengembangkan kebiasaan baik dan efektif mencapai tujuannya. Dapat disimpulkan bahwa tujuannya adalah untuk membantu pembaca menyadari kemungkinan kehidupan yang luas. Pilihan kata dalam buku pengembangan diri bertajuk “Is It a Bad Habit or a Good Habits ” ini menarik dan menantang pembaca untuk mengubah kebiasaan buruk menjadi kebiasaan baik yang efektif Hasil penelitian ini memberikan pemahaman lebih dalam mengenai konsep motivasi, pola pikir, rasa percaya diri, dan kebiasaan baik .Oleh karena itu, penelitian ini semoga bermanfaat bagi pembaca untuk memahami lebih dalam mengenai makna spesifik dari buku “Is It a Bad Habit or a Good Habits”

DAFTAR REFERENSI

- Asfar, T. (2019, Januari). *Analisis Naratif, Analisis Konten dan Analisis Semiotik (Penelitian Kualitatif)*. Diambil kembali dari Researchgate: <https://shorturl.at/bJK35>
- Diantami, T. (2023). Pentingnya Pendidikan Bahasa Dalam Membangun Karakter Yang Berbudaya Di SMP PGRI 9 Sidoarjo . *JURRIBAH*.
- Jamily, W. O. (2013, Oktober 28). *Makalah Semantik* . Diambil kembali dari Linguist: <https://nuurbastra.blogspot.com/2013/10/bab-i-pendahuluan-1.html>
- Latifah, A. (2017). ANALISIS MAKNA DALAM NOVEL CINTA DI DALAM GELAS KARYA ANDREA HIRATA ARTIKE JURNAL ILMIAH. *Jurnal Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia* .
- Moleong. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Noermanzah. (2019). Bahasa Sebagai Alat Komunikasi, Citra, Pikiran, Dan Kepribadian. *"Porsiding Seminar Nasional Bulan Bahasa (Semiba)."*.
- Rahmawati, E. (2022). PARENTING PERAN ORANG TUA DALAM MENSTIMULASI MOTORIK UNTUK MENGEMBANGKAN KREATIVITAS ANAK DI PAUD MANTRIWIRYA SURABAYA. *PADI*.

- Ray, S. A. (2019). ANALISIS JENIS-JENIS METAFORA DALAM SURAT KABAR: KAJIAN SEMANTIK. *Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*.
- Rohim, M. (2013). ANALISIS KONTRASTIF BAHASA INDONESIA DAN BAHASA ARAB BERDASARKAN KALA, JUMLAH, DAN PERSONA. *Jurnal Sastra Indonesia*.
- torch. (2023, Juni 23). *Self Improvement: Pengertian, Fungsi dan Manfaatnya*. Diambil kembali dari torch.id: <https://torch.id/blogs/news-and-updates/self-improvement-adalah>