

Lutfi Azizah Madya Gumelar¹; Yessy Hermawati²

Representation of Re-Experiencing, Avoidance, and Hyperarousal of Mental Health in Novel Lanang

Abstract

Man can express the state of their souls through literary works, and Man also gain experience of their souls by reading and appreciating literary works. This paper aims to see a description of trauma symptoms related to the mental health of Lanang figures, in the Lanang Novel by Yonathan Rahardjo. The inner conflict of the characters in this novel represents the symptoms of trauma resulting in mental health disorders. It is important to know that novel readers can understand mental health issues through the appreciation of literary works. This novel study uses the contentanalysis method and literary psychoanalysis approach carried out to describe psychological problems, especially related to mental health disorders in Novel Lanang. The results of the analysis show that the symptoms of trauma can be shown through three things, namely: 1) Re-experiencing or intrusion is the reappearance of a traumatic event in the self (flashback), 2) Avoidance is an uncomfortable or painful feeling that makes him try to avoid so as not too experienced a traumatic event. 3) Hyperarousal is excessive anxiety experienced by sufferers causing him to feel in a state of being threatened or a constant danger. These three things are reflected in the character of Lanang. The description of trauma symptoms in this novel can be used as an initial experience to understand mental health issues. Literary works can also be a source of knowledge about the state of human psychology.

Keyword: re-experiencing, avoidance, hyperarousal, mental health, Lanang

doi: 10.51817/nila.v1i2.57

Makalah diterima redaksi: 23 Maret 2020

Makalah disetujui untuk dipublikasi: 2 Agustus 2020

* PPJB-SIP: Perkumpulan Pengelola Jurnal Bahasa dan Sastra Indonesia serta Pengajarannya

¹ Lutfi Azizah Madya Gumelar: lutfi.azizahmg16@gmail.com; Universitas Islam Nusantara

² yessy.hermawati@gmail.com; Universitas Islam Nusantara

Pendahuluan

Novel sebagai salah satu jenis karya sastra senantiasa menjadi cerminan realitas kehidupan manusia yang di dalamnya tersurat tentang prilaku dan sikap manusia sebagai diri dan sosial. Novel terdiri dari berbagai unsur yang membangun kebulatan cerita sehingga menghasilkan sebuah bentuk. Bentuk tersebut merupakan hasil pekerjaan seni kreatif yang objeknya senantiasa manusia dan kehidupannya. Novel yang ditulis sastrawan selalu menampilkan tokoh yang memiliki karakter sehingga novel juga menggambarkan kejiwaan manusia, walaupun pengarang hanya menampilkan tokoh secara fiksi. Kejadian yang terdapat dalam novel akan lebih hidup dengan adanya tokoh-tokoh yang memerankan watak tertentu atau menggambarkan prilaku manusia. Melalui perilaku tokoh-tokoh inilah, seorang pengarang dapat menggambarkan kehidupan manusia terkait dengan persoalan-persoalan yang terjadi dalam diri seseorang ataupun orang lain. Dengan kata lain karya sastra selalu terlibat dalam segala aspek kehidupan, tidak terkecuali ilmu jiwa atau psikologi. Sastra dan psikologis adalah dua ilmu yang saling berhubungan, karena keduanya sama-sama berkaitan dengan persoalan manusia sebagai makhluk individu dan makhluk sosial. Keduanya memanfaatkan landasan yang sama yaitu menjadikan pengalaman manusia sebagai bahan telaah. Oleh karena itu, psikologi dianggap penting penggunaannya dalam penelitian sastra (Endaswara, 2011). Gejala-gejala psikologis tersebut tidak secara langsung diceritakan oleh pengarang, akan tetapi diceritakan melalui perwatakan tokohnya. Salah satu unsur psikologis dalam karya sastra diantaranya luka, trauma dan memori. Menurut Supratika (1995) pengalaman manusia yang dapat menghancurkan rasa aman, nyaman dan harga diri serta menumbuhkan luka psikologis bagi penderita merupakan bentuk dari trauma.

Trauma muncul atau terjadi dalam diri seseorang karena mengalami sebuah peristiwa traumatis yang membuat jiwanya tergoncang disertai dengan sulitnya menerima kejadian buruk tersebut sebagai bagian dari hidupnya. Kata trauma, dalam Bahasa Inggris dan Bahasa Yunani, "wound" dan "trauma", awalnya memiliki makna luka atau cedera pada tubuh. Di kemudian hari, dalam dunia kedokteran atau psikologi terjadi perubahan makna yang dipengaruhi hasil pemikiran Sigmund Freud. Istilah trauma dipahami bukan sebagai luka atau cedera pada tubuh atau raga, namun luka atau cedera pada jiwa atau pikiran atau mental seseorang. Menurut Caruth (1996) luka yang dialami bukan seperti luka pada tubuh yang mudah dan dapat disembuhkan dalam durasi waktu cukup singkat. Luka ini merupakan luka batin yang berasal dari sebuah peristiwa atau pengalaman hidup yang melibatkan unsur waktu, diri, dan lingkungan.

Lebih lanjut, Cathy Caruth (Caruth, 1995) juga menyatakan bahwa trauma adalah sebuah rekaman ingatan dari masa lalu yang penuh dengan rangkaian peristiwa traumatis. Selanjutnya membentuk sebuah memori yang kompleks, dan belum dimiliki sepenuhnya, belum diakui, belum diterima menjadi bagian dari pengalaman atau riwayat hidup seseorang yang mengalami trauma. Pejelasan tersebut menguatkan bahwa trauma berkelanjutan pada diri seseorang merupakan respon atau reaksi yang terunda dari peristiwa penuh gejolak atau dashyat yang terjadi. Penderita trauma akan sering mengalami halusinasi berdasarkan

pengalaman buruk yang pernah dialami. Peristiwa tersebut bisa muncul dalam wujud mimpi, ingatan atau pikiran, tingkah laku dari yang bersangkutan. Penderita juga bisa menjadi mati rasa terhadap hal-hal di sekelilingnya sesudah peristiwa buruk menyimpannya. Menurut Bloom (1999) Sering merasa cemas berlebihan atau usaha menghindarkan diri dari hal-hal yang bisa merangsang dirinya mengingat peristiwa buruk pun akan sering muncul dalam diri orang yang mengalami trauma. Ketika seseorang menderita trauma dibiarkan berkelanjutan, maka tanpa disadari akan menjadi sebuah gangguan mental yang dikenal dengan istilah PTSD (*Post Traumatic stress Disorder*) atau gangguan stress pasca trauma.

Secara garis besar, hal yang sama diungkapkan oleh *American Psychiatric Association* mengenai gejala-gejala trauma berkelanjutan, sebagai berikut: (a). *Re-experiencing* atau *Intrusion* Merupakan kemunculan kembali peristiwa atau pengalaman traumatis ke dalam diri (*flashback*), memunculkan rasa bingung, cemas dan ketakutan karena penderita seolah-olah diajak kembali merasakan kembali pengalaman buruk itu. Gejala ini membuat penderita dalam posisi terancam, perlu waspada terhadap hal yang bahaya. Mimpi buruk yang berulang juga bisa dialami oleh penderita. Selanjutnya (b) *Avoidance* Perasaan tidak nyaman atau menyakitkan yang dimiliki penderita membuat dirinya berusaha menghindar supaya tidak mengalami kejadian traumatis. Hal ini terjadi ketika berhubungan atau menjalin relasi dengan orang lain. Penderita akan menghindari kontak emosi dengan keluarga atau sahabat, menghindari lokasi, percakapan yang mengingatkan dirinya dengan trauma, menciptakan “jarak” atau menarik diri dari hal-hal di sekitarnya, kehilangan minat terhadap berbagai hal yang positif. Dan yang terakhir (c) *Hyperarousal* Kecemasan berlebih dialami oleh penderita menyebabkan dirinya merasa dalam keadaan terancam atau bahaya terus menerus. Sering ditemui para penderita mengalami gejolak emosi yang tidak stabil, seperti tiba-tiba menjadi agresif, mudah tersinggung, marah meledak-ledak, gelisah, sulit konsentrasi, mudah terkejut, panik, hal ini dilakukan untuk melindungi dirinya sendiri. Selain itu, penderita juga mengalami insomnia yang disertai dengan mimpi buruk. Jika gejala-gejala trauma berkelanjutan kerap kali muncul dan tidak ditangani, maka akan penderita akan mengalami depresi yang dalam dan berkepanjangan, perasaan suram akan mengikuti sepanjang hidup penderita, penderita akan merasa dirinya memiliki pemikiran atau perasaan yang sempit, merasa diri tidak berharga atau tidak berdaya, kesulitan berpikir logis. Dengan demikian akan semakin panjang waktu yang dibutuhkan untuk mengobati penderita dalam tahap depresi akut seperti itu. Gejala-Gejala trauma ini pun banyak digambarkan dalam perilaku, atau sikap para tokoh dan perwatakan dalam cerita di novel (karya sastra).

Gejala-gejala trauma berkelanjutan juga pernah dijadikan sebagai aspek penelitian dalam artikel yang ditulis Livia Vansandjaja (2017) yang berjudul novel Trauma *Yu Zhen*. Penelitiannya menjelaskan tentang gejala trauma yang terjadi pasca bencana alam yang dialami oleh Wan Xiaodeng dan keluarga. Simpulan dari penelitian itu mengungkapkan bahwa dunia kejiwaan Wan Xiodeng dalam *Yu Zhen* sangat kompleks, jiwa yang pedih, kesedihan yang mendalam, dan sulit membuat dirinya bertahan dalam dua dunia, yaitu dunia masa lalu dan dunia masa kini. Penelitian yang membahas tentang gejala-gejala trauma ini juga dibahas oleh Yuanita Kusuma (2015) dalam sebuah skripsi yang berjudul

Trauma Kejiwaan Tokoh Utama Novel Dream Karya Joannes Rhino. Penelitiannya mendeskripsikan tentang wujud trauma kejiwaan pada tokoh Anita terbagi menjadi dua yaitu post-traumatic disorder (PTSD) atau gangguan stress pascatrauma dan gangguan ingatan dan yang kedua respon stress umum yang dialami tokoh Anita terbagi menjadi empat respon yaitu respon emosional, kognitif, respon perilaku, dan respon psikologis atau fisik. Artikel selanjutnya yang membahas tentang hal yang sama oleh Galih Nurrachmat (2018) dengan judul Penyimpangan Kejiwaan Tokoh dalam Novel Seperti Dendam Rindu harus dibalas tuntas Karya Eka Kurniawan penelitiannya mendeskripsikan tentang bentuk-bentuk penyimpangan kejiwaan dan faktor penyebab penyimpangan kejiwaan tersebut. Sedangkan dalam penelitian ini menggambarkan gejala-gejala trauma yang terjadi pada tokoh Lanaang. Novel Lanang ini mempunyai keunikan yang berbeda dari novel-novel yang lain karena novel ini menyajikan cerita yang sangat kuat unsur psikologis tokoh, dan penggambaran yang sangat unik, keunikan dalam novel lanang ini terlihat dari penceritaan karakter tokoh-tokoh penuh intrik, penyampaian cerita dilkaukan dengan pendekatan konspirasi. Terdapat perpaduan cerita isu-isu sosial, psikologis, bioteknologi, dan politik kesehatan. serta memiliki kebaruan tulisan.

Novel Lanang memiliki aspek psikologis yang dapat dikaji sebagai gambaran gejala trauma dalam cerita fiksi. Novel ini dimulai dengan menceritakan suatu gejala trauma yang muncul dari ketakutan yang berlebihan akan sebuah musibah. Musibah ini terjadi karena datangnya isu wabah virus hewan burung babi hutan di tempat kerjanya. Virus yang menyebar terjadi pada hewan sapi perah, sapi perah tersebut mengalami mati massal pada waktu yang bersamaan, hal ini membuat Lanang bekerja lebih keras untuk menelusuri penyebab yang sebenarnya terjadi serta mencari cara menangani hal tersebut. Wabah virus merupakan hal yang nyata terjadi dalam kehidupan, tersebarunya isu demikian akan menjadikan seseorang merasa kecemasan, kekhawatiran dan emosi yang tidak bisa dikendalikan dengan jernih. Menelusuri permasalahan tidak berakur mengikuti setiap titik masalah. Hal ini akan terjadi ketika seseorang mengalami sebuah musibah berakibat pada trauma. Trauma inilah yang terjadi pada *Lanang* dan membuatnya berhalusinasi.

Halusinasi merupakan pengungkapan pengalaman tentang kenyataan secara salah dan sama sekali tidak tepat, mendengar, mencium atau melihat segala sesuatu sebenarnya tidak ada. Terdapat tiga macam halusinasi yakni: (1) halusinasi pendengaran (*auditory-hearing voice hallucination*) menyebabkan seseorang mendengar suara-suara yang tidak didengar oleh orang lain, (2) halusinasi sentuhan (*rabaan*) penderita dan (3) halusinasi penglihatan (*visual-seeing person or thing hallucination*) terjadi akibat penderita melihat adegan berubah-ubah, benda-benda berubah bentuk atau binatang-binatang. Asep (2011) mengungkapkan tentang Halusinasi ini mengakibatkan pada Kecemasan dan berpengaruh terhadap gangguan kesehatan mental.

Sehat (*Health*) secara umum dapat dipahami sebagai kesejahteraan secara penuh (keadaan yang sempurna) baik secara fisik, mental, maupun sosial, tidak hanya terbebas dari penyakit atau keadaan lemah. Menambahkan *World Health Organization* (WHO, 2011) dalam (Dewi, 2012) kesehatan mental merupakan kondisi dari kesejahteraan disadari

individu, yang di dalamnya terdapat kemampuan-kemampuan untuk mengelola stres. Kehidupan yang wajar, untuk bekerja secara produktif dan menghasilkan, serta berperan di komunitasnya. Kesehatan mental merupakan hal yang sangat penting bagi manusia sama halnya seperti kesehatan fisik pada umumnya. Dengan sehatnya mental seseorang maka aspek kehidupan yang lain dalam dirinya akan bekerja secara lebih maksimal. Kondisi mental yang sehat tidak dapat terlepas dari kondisi kesehatan fisik yang baik. Berbagai penelitian memberikan hasil bahwa adanya hubungan antara kesehatan fisik dan mental seseorang, dimana pada individu yang menderita sakit secara fisik menunjukkan adanya masalah psikis hingga gangguan mental.

Hal ini selaras dengan penelitian ini yang menggunakan pendekatan Psikologis. Pendekatan tersebut juga meyakini bahwa faktor psikologis berpengaruh besar pada kondisi mental seseorang, dimana dalam pendekatan psikologis memiliki 3 pandangan yang besar yang membahas mengenai hal tersebut, yaitu, (a) Psikoanalisa Pendekatan yang meyakini bahwa interaksi individu pada awal kehidupannya serta konflik intrapsikis yang terjadi akan mempengaruhi perkembangan kesehatan mental seseorang. Faktor Epigenetik mempelajari kematangan psikologis seseorang yang berkembang seiring pertumbuhan fisik dalam tahap-tahap perkembangan individu, juga merupakan faktor penentu kesehatan mental individu. (b) *Behavioristik* Pendekatan yang meyakini Proses pembelajaran dan Proses belajar sosial akan mempengaruhi kepribadian seseorang. Kesalahan individu dalam proses pembelajaran dan belajar sosial akan mengakibatkan gangguan mental. (c) *Humanistik* Perilaku individu dipengaruhi oleh hirarkhi kebutuhan yang dimiliki. Selain itu, individu diyakini memiliki kemampuan memahami potensi diri.

Novel *Lanang* Karya Yonathan Raharjo. Lanang artinya laki-laki, salah satu nama yang memiliki arti seorang laki-laki. Yonathan Rahardjo merupakan seorang penulis terpilih pemenang sayembara novel DKI 2006 yang ceritanya dibukukan menjadi sebuah novel. Ia juga menulis buku tunggal diantaranya: *Avian influenza, pencegahan dan pengendaliannya* (2004). dan kumpulan puisi *Jawaban kekacauan* (2004) dan masih banyak karya lainnya. Ia lahir di Bojonegoro, Jawa Timur, ia juga merupakan seorang dokter hewan yang berkecimpung dalam dunia kepenulisan, karyanya yang khas dan sesuai dengan kegiatannya menjadikannya menuliskan novel yang tak jauh dari kehidupan aslinya yakni novel *Lanang* yang berjumlah 440 halaman.

Lanang mengalami trauma terlihat dari gejala-gejala trauma berkelanjutan (PTSD) yang mengakibatkan gangguan kesehatan mental. Gangguan kesehatan mental ini mempengaruhi perilaku atau tindakannya pada relasi di sekitar. Mulai dari amarah dan berfantasi, ketika seseorang menghadapi masalah yang demikian bertumpuk kadang kala mencari 'solusi' dengan masuk ke dunia khayal, solusi yang berdasarkan khayalan tidak berdasarkan realitas. Khayalan ini terjadi saat Lanang menangani sebuah kasus virus burung babi hutan, kerap kali ini melampiaskan ketakutan tersebut pada hal-hal yang menyimpang. Kedua hal ini akan menjadi pembahasan dalam tulisan ini, yakni memaparkan dan menggambarkan gejala-gejala trauma yang diderita oleh Lanang dalam novel ini dan

bagaimana pengaruh perilaku terhadap kesehatan mental tokoh yang hidup dengan trauma pada hal-hal di sekitarnya.

Melalui uraian rumusan permasalahan di atas, secara keilmuan penelitian ini dapat mencerminkan unsur intrinsik dan unsur ekstrinsik, yaitu psikologi dan sastra, menjadi sebuah konsep yang merekam realita hidup manusia, terutama menelusuri aspek kejiwaan manusia yang terpancar dalam teks sastra. Dalam hal ini, trauma menjadi titik temu dalam pembahasan penelitian psikologi sastra. Secara praktis, bisa dipelajari bahwa trauma bisa terjadi pada setiap diri manusia. Ketika trauma harus dialami oleh seseorang, maka orang tersebut harus menerimanya sebagai bagian dari hidup dirinya, dan ini bukanlah hal yang mudah. Namun, mengalami trauma bisa membuat manusia mengenal kelebihan dan kelemahan diri, terutama di tengah keterpurukan hidup yang harus dialami.

Hal ini sangat relevan dengan zaman sekarang yaitu saat orang-orang mengalami suatu musibah seperti wabah virus yang menyerang hewan peliharaan dan bahkan yang bisa menyerang pada manusia yang dapat membuat trauma bagi sebagian orang yang mengalaminya dan menimbulkan kecemasan, ketakutan berlebih sehingga tidak bisa berfikir secara jernih. Maka, analisis novel dengan pendekatan psikologi sastra dapat dijadikan narasi kolektif untuk bisa memahami gejala trauma pada karakter manusia.

Metode Penelitian

Penelitian ini bersifat deskriptif kualitatif dengan menggunakan pendekatan psikologi sastra, berbasis teori pikoanalisis Freud, Teori trauma dan kesehatan mental Cathy crauth Cathy. Sasaran penelitian ini adalah Trauma terhadap kesehatan mental Lanang Yang digambarkan dan diceritakan dalam novel *Lanang* karya Yonathan Rahardjo. Objek kajian penelitian ini adalah novel *Lanang* karya Johnatan Rahardjo pada tahun 2008 dan diterbitkan oleh Pustaka Alvabeta dengan tebal 440 halaman. Anlisis konten data yang diambil yaitu isi novel berupa kutipan dan teks merujuk pada gejala trauma dan penyimpangan kesehatan mental Lanang, kemudian kutipan tesebut dianalisis dan dilakukan validasi dari sebuah teks Berdasarkan beberapa teori psikoanalisis dan psikologi sastra, yang selanjutnya dapat ditarik simpulan dari analisis tersebut.

Hasil dan Pembahasan

Trauma Lanang

Lanang adalah seorang dokter hewan yang bekerja di perternakan hewan yang tempatnya di pegunungan. Kedatangan isu virus hewan burung babi hutan dan kematian ratusan sapi perah yang membuat *Lanang* trauma dan berhalusinasi merupakan gejala adanya trauma dan mengakibatkan pada kesehatan mentalnya.

“Seumur-umur tidak pernah aku menjumpai makhluk hidup, binatang, macam itu. Paling adanya hanya di dalam gambar-gambar lukisan para pemimpi. Babi hutan kok bersayap! Jangan-jangan ia makhluk jadi-jadian”. (Rahardjo, 2008 hal 17)

Kutipan di atas merupakan *Re-experiencing* atau *intrusion* yakni kemunculan kembali peristiwa atau pengalaman traumatis ke dalam diri (*flashback*), memunculkan rasa

bingung, cemas dan ketakutan karena penderita seolah-olah diajak kembali merasakan pengalaman buruk itu. Hal ini ditandai dengan kata *'seumur-umur tidak pernah aku menjumpai makhluk hidup, binatang macam itu'*. Menggambarkan bahwa kebingungan yang terjadi membuatnya membayangkan hewan yang ditemuinya adalah hal baru yang ia lihat. Kebingungan itu disertai dengan kilas balik kejadian yang ia bayangkan seolah terjadi dalam pikirannya. Ketidakpercayaan tersebut membuatnya bertanya-tanya tentang keberadaan asli dari hewan tersebut yang datang ke rumahnya pada malam hari. Dan gejala ini juga membuat penderita dalam posisi terancam, perlu waspada terhadap hal yang berbahaya. Kondisi ini membuatnya gelisah dan tidak dapat beristirahat dengan tenang. Dengan rasa bingung dan cemas ini memicu dirinya selalu terbangun dari tidurnya. Mimpi buruk juga bisa dialami oleh penderita. Kutipan yang menggambarkan hal tersebut adalah sebagai berikut:

"Tidak, jangan sampai binatang hantu itu muncul! Biar kupastikan dia tidak ada di depan kami, di kolong bawah ranjang, di langit-langit kamar. Mata Lanang sedikit terbuka baru mengatup sebentar, dibukanya lagi." (Rahardjo, 2008, hal. 17)

Dari kutipan di atas terlihat bahwa *Lanang* mengepresikan kegelisahan. Kegelisahan ini membuatnya untuk selalu terjaga dari tidurnya, ia merasa takut dan gelisah jika nanti hewan burung babi hutan tersebut mendatangi dan menganggunya kembali.

"kali ini kampung pegunungan wilayah koperasi Lanang itu berdarah" (Rahardjo, 2008, hal. 27)

Kutipan di atas menjelaskan tentang keadaan yang terjadi di perternakan yang terserang wabah virus hewan burung babi hutan. Musibah yang terjadi membuat semua orang merasakan kepanikan tak terkecuali dengan *Lanang*. Musibah yang mendera kampung pegunungan wilayah koperasi berubah drastis yang dulu terkenal dengan wilayah perternakan yang baik, nyaman dan tentram, kini berubah menjadi kampung yang mendadak suasana yang mencekam, penuh kekhawatiran, ketakutan dan kecemasan yang terjadi. Kata *'berdarah'* mempunyai simbol bahwa suatu keadaan yang sangat gawat, yang diliputi dengan kepanikan, semua merasakan kepanikan dan kesedihan tersebut. Kejadian ini beriringan dengan kedatangan burung babi hutan. Burung babi hutan menjadi isu penyebab kematian ratusan sapi perah tersebut. Kematian hewan yang bermula dari matinya satu sapi perah teridentifikasi suatu virus dan menjangkit sapi perah lainnya. Penularan virus ini sangat cepat bahkan ke perkampungan lain. Anehnya yang mati hanyalah sapi perah, sementara sapi pedaging tidak mati karena virus tersebut. Kecemasan, ketakutan, kekhawatiran yang tercerminkan merupakan indikasi dari gejala trauma *Lanang*.

"kalau begitu, apa burung babi hutan yang mendatangi beberapa malam itu adalah penyebab penyakit itu?" (Rahardjo, 2008)

Kutipan di atas menggambarkan bahwa *Lanang* mencoba membuat dugaan sementara tentang faktor penyebab terjadinya dua peristiwa tersebut setelah itu menyakini bahwa hal tersebut terjadi oleh burung babi hutan. Akan tetapi bagaimana hal tersebut bisa terjadi, ia membuat sebuah penelitian terhadap berbagai hewan yang ia lihat. Dengan percobaan penelitiannya tersebut, sering kali ia bertemu dengan bayangan hewan burung babi hutan, menandakan diri secara psikis sudah masuk ke dalam tahap depresi akibat

trauma berkepanjangan yang tidak ditangani. Hal yang dilakukan Lanang ini merupakan suatu yang akan terjadi pada seseorang yang mengalami suatu trauma. Seseorang yang mengalami trauma akan berusaha untuk dapat mengetahui penyebab suatu kejadian tersebut.

Selanjutnya penderita yang mengalami trauma juga akan mengalami suatu halusinasi. Keberadaan sering kali tidak fokus dan senantiasa berwaspada terhadap setiap situasi dan akan senantiasa mengalami mimpi buruk.

"Tergagap Lanang bangun, terjaga dalam tidur yang bukan tidur! Tidak tuntas dari kepanikan nan ganjil akibat datangnya makhluk aneh. Lanang mesti memaksakan diri dalam kondisi siap kerja lagi. Keseimbangan tubuh mesti tercipta. Jalan oleng dan terhuyung jangan sampai terjadi. Kesegaran tubuh dan wajah dikembalikannya dengan air dingin di kamar mandi, bergegas ia siapkan benda yang paling ia butuhkan saat ini." (Rahardjo, 2008, hal. 21)

Kedatangan hewan burung babi hutan yang mengganggu pikiran *Lanang* dan istrinya membuat *Lanang* dituntut untuk menyelesaikan sebuah kasus tersebut. Tetapi pada saat itu ia merasa dirinya tak memiliki kekuatan untuk menguak kasus tersebut. Untuk memecahkan kasus tersebut seseorang haruslah mempunyai *represi*. *Represi* yakni mendorong implus-implus yang tak diterima. implus-implus yang mengancam dalam dirinya agar keluar dari alam sadar. satu persatu kasus ini membuat traumanya berujung pada tinggkatan stress yang menyebabkan *Lanang* memiliki gangguan kesehatan mental pada beberapa saat setelah kejadian tersebut. Jika seseorang memiliki suatu trauma dan suatu kejadian trauma itu ditekan dan didesak untuk terus menerus diingat maka hal tersebut akan mengakibatkan halusinasi, stress, depresi berkepanjangan *pasca trauma*.

"Dadanya berkecambuk, merasa tak pernah menjumpai jenis penyakit macam yang terjadi di depan matanya kini. Pak dokter? Bagaimana ini pak dokter? Berat hati Lanang. Ia merasa resah dan bersalah belum juga bisa menjawab pertanyaan sahabatnya apalagi menemukan pengobatannya." (Rahardjo, 2008, hal. 24)

Pada kutipan di atas menunjukkan keadaan *Lanang* yang mengalami kecemasan. Kecemasan tersebut sangat hebat dan kuat, kecemasan ini ditunjukkan dengan tanda *'dadanya berkecambuk, merasa tak pernah menjumpai jenis penyakit majam yang terjadi di depan matanya kini'*. *'dada berkecambuk'* menunjukkan bahwa didera dengan kecemasan dan kebingungan yang berlebih di sisi lain ia ketakutan namun di sisi lain masyarakat menuntutnya sebagai seorang dokter hewan untuk segera menuntaskan masalah ini yang belum tuntas terjawab.

"Jangan-jangan kau akan menyilih rupa menjadi burung babi hutan, Kucing berbulu warna garis-garis hitam bermain dengan tikus kecil berwarna putih hitam" (Rahardjo, 2008, hal 54)

Kutipan di atas menunjukkan bahwa trauma psikologis yang terjadi pada *Lanang* saat dua kejadian masalah yang menghampirinya pada waktu yang bersamaan tersebut telah meresap pada diri *Lanang* dalam-dalam. Salah satu hal yang ditunjukkan *Lanang* ia berlaku seolah-olah melihat segala sesuatu seperti burung babi hutan, bahkan ia mengira bahwa kucing dan binatang-binatang lain yang ia lihat seolah menyerupai burung babi hutan. Hal ini

merupakan gejala trauma berkelanjutan yang dialami *Lanang* mengalami halusinasi yang membuat dirinya senantiasa siaga ketika berpergian kemana-mana, halusinasi ini adalah halusinasi penglihatan (*visual-seeing person or thing hallucination*) terjadi akibat penderita melihat adegan berubah-ubah, benda-benda berubah bentuk atau binatang-binatang. Halusinasi ini mengakibatkan kecemasan yang berpengaruh terhadap gangguan kesehatan mental. Dengan gambaran bahwa Lanang selalu membawa senjatanya, bertujuan agar saat hewan tersebut muncul ia bisa langsung membunuh hewan tersebut dengan senapannya. Senapan disimbolkan menggambarkan kewaspadaan akan ancaman yang terjadi membuatnya senantiasa terjaga untuk hal-hal yang mengganggu psikisnya. Sebenarnya apa yang dilakukan oleh *Lanang* adalah sebuah refleksi trauma yang ia alami. Dalam traumanya ia melakukan *re-experiencing*. Berlaku seolah-olah dihantui oleh burung babi hutan. Seseorang yang mengalami trauma berkelanjutan ia akan senantiasa menjaga dirinya dan mewaspada dari serangan yang pernah terjadi ketika dalam situasi tersebut. Kewaspadaan merupakan bentuk dari penghindaran diri.

"Lanang tergagap. Ia lihat makhluk bermoncong dan bertaring menyeringgai. Sangat mendadak Lanang hentikan perpacuannya. Mobil meliuk, mengepot. Hendak melanggar pagar trotoar! Untung tidak terguling menabrak pengguna jalan lain. Kosong Sedang makhluk yang menghantuinya juga tak berbekas. " (Rahardjo 2008 Hal 89).

Kutipan di atas juga menggambarkan *re-experiencing* atau kilas balik peristiwa. Saat itu peristiwa tersebut terjadi kembali. Lanang seolah-olah melihat makhluk yang mirip dengan hewan burung babi hutan yang selama ini ia cari, hal ini membuatnya hampir menabrak pengguna jalan lain karena tidak fokus saat menyetir. Ketika seseorang berada dalam situasi tersebut tanpa sadar ia akan terus menerus terfokus pada apa yang ia cari dan mengabaikan situasi yang sedang terjadi, sehingga seseorang cenderung mengalami berbagai halusinasi salah satunya yakni halusinasi penglihatan dan pendengaran. Dan akan sangat sulit membedakan sesuatu yang nyata atau hanya ilusi saja.

"Lelaki itu masih mendengar suara perempuannya. Ia tempelkan lagi telepon genggam pada daun telinganya. Menerobos masuk gendang telinga yang bergetar keras. Suara yang tak dikenalnya. "kau lelaki, mencari jawab misteri saja seperti banci!" (Rahardjo 2008 hal 86).

Pada kutipan di atas menggambarkan tentang halusinasi yang terjadi pada diri Lanang bukan hanya Halusinasi penglihatan saja melainkan juga halusinasi pendengaran (*auditory-hearing voice hallucination*) yakni menyebabkan seseorang mendengar suara-suara yang tidak didengar oleh orang lain. Halusinasi pendengaran ini terjadi pada saat Lanang menerima telepon dari istrinya Putri. Situasi yang terjadi adalah ketika suara putri yang sedang berada disambungan telepon terdengar berubah menjadi suara yang tak dikenalnya. Halusinasi pendengaran ini ditandai dengan kata *"kau lelaki, mencari jawab misteri saja seperti banci!"*, perkataan itu seolah menghina Lanang yang saat itu dalam keadaan kebingungan yang disertai kecemasan. Kebingungan atas hal tersebut terdapat juga dalam kutipan lain diantaranya:

"Bukan main Lanang terkejut. Dilepasnya telepon genggam itu. Jatuh. Untung ketika dinyalakan lagi masih berfungsi. Suara apa itu?"

"Hah! Pasti suara makhluk yang kukari. Ia telah menantangku' bergemeretak gigi lelaki ini. (Rahardjo, 2008)." (Rahardjo 2008 hal 86)

Pada kutipan ini memperjelas situasi yang terjadi pada saat itu, Lanang yang mencoba memastikan keberadaan suara tersebut dan memastikan siapakah orang yang menghinanya melalui saluran telepon. Lanang pun menyimpulkan bahwa suara tersebut pasti suara makhluk hidup hewan burung babi hutan yang selama ini ia cari. Situasi tersebut membuatnya semakin ketakutan. Gambaran situasi ini termasuk Halusinasi pendengaran (*auditory- hearing voice hallucination*). Keadaan ini juga di sebut *hyperarousal* atau kecemasan yang berlebih yang dialami penderita.

"Lanang menyorot tajam dengan matanya dalam bayang-bayang ia melihat tubuh yang bersayap namun pikirannya segera menolak." (Rahardjo 2008 Hal 72)

Kutipan di atas menggambarkan *Re-experiencing* atau *Intrusion* gejala ini membuat penderita dalam posisi terancam, perlu waspada terhadap hal yang bahaya. Kata yang menyimbolkan kewaspadaan yakni 'menyorot tajam dengan matanya dalam bayang-bayang ia melihat tubuh yang bersayap namun pikirannya segera menolak'. Bayang-bayang yang menghantuinya tak pernah berhenti dari pikiran yang senantiasa membuatnya selalu bersigap menyoroti setiap sudut jalan yang ia lalui, karena ia selalu mengalami ketakutan setiap kali bayangan burung babi hutan tersebut datang dan sering kali melamun memikirkan hal tersebut.

"kasus penyakit sapi gila saja tidak sampai membuatku merasa begitu terpengang dalam keamanan seperti ini. Kasus ini lain. Bagaimana aku bisa menjadi tenang? Tidak ada tenang di hati Lanang." (Rahardjo 2008, Hal 76)

Kasus yang terjadi pada Lanang semakin rumit dan membuatnya dihantui peristiwa-peristiwa buruk. Pengalaman buruk tersebut dihadirkan kembali oleh Lanang. *Re-experiencing* dalam kontrol ini diperoleh banyak sekali peristiwa yang traumatis, mulai dari dirinya bertemu dengan hewam burung babi hutan di rumahnya pada malam itu, dan berlanjut pada pencariannya untuk menangkap hewan yang meresahkan tersebut. Karena diprediksi olehnya bahwa hewan burung babi hutan tersebut merupakan faktor penyebab dari adanya virus yang menyebar pada hewan sapi peternakan di tempat kerjanya. Disini terlihat bahwa ketika seseorang mengalami trauma hal terjadi adalah ia kehilangan ketenangan dalam hidupnya, akan semakin cemas dan mudah panik.

"Aneh! Burung babi hutan itu betul-betul ramah! Tidak tampak berbahaya sama sekali. Ia langsung menuju dan menggigit makanan itu. Mengundang anaknya yang segera kembali datang dengan girang..

Anak burung babi hutan segera menyelamatkan makan malamnya. Malam bertambah gelap dan sepi terminal kian lengang. Anak burung babi hutan lahap menyantap makan malam. Puas.

Lanang mengucek-ngucek matanya. Senapannya lepas, yang dilihatnya sebagai burung babi hutan dan anaknya ternyata.... induk kucing hitam dan anaknya.” (Rahardjo 2008 Hal 93)

Kutipan di atas merupakan gejala *Hyperarousal* Kecemasan berlebih dialami oleh penderita menyebabkan dirinya merasa dalam keadaan terancam atau bahaya terus menerus. Sering ditemui para penderita mengalami gejala emosi yang tidak stabil, seperti tiba-tiba menjadi agresif, mudah tersinggung, marah meledak-ledak, gelisah, sulit konsentrasi, mudah terkejut, panik, hal ini dilakukan untuk melindungi dirinya sendiri. Kutipan di atas juga menggambarkan bahwa Lanang sering kali mudah terkejut dan panik saat melihat sesuatu seolah seperti hewan burung babi hutan.

“Bisa jadi. Tapi itu kenyataan. Kasus itu telah membuatku merasa tertekan dan makin kehilangan keseimbangan pikiran jernih. Bahkan emosiku kini tidak stabil”. (Rahardjo, 2008, hal. 69)

Saat *Lanang* mencoba untuk menguak kasus tersebut Lanang kehabisan tenaga dan menjadi lemah untuk menyelesaikan hal itu hampir saja ia menyerah. Ia mengalami fase depresi yang ditandai dengan *‘kasus itu telah membuatku tertekan makin kehilangan keseimbangan pikiran jernih’* hal ini menunjukkan bahwa emosi yang terjadi sering tak stabil dalam menghadapi kasus tersebut, dan emosinya sering kali tidak dapat terkendali. Emosi tersebut terlampiaskan pada istrinya kali ia abaikan demi memecahkan kasus tersebut. Kerap kali *Lanang* meninggalkan istrinya sendiri dan lupa akan rumahnya.

“Apa sebenarnya makna semua rentetan peristiwa yang menimpaku? Kehadiran burung babi hutan dan kematian sapi perah hanya terbatas detik. Ketika semua bingung mencari penyebab wabah, begitu sering Burung Babi hutan muncul secara nonfisik dalam hari-hariku”. (Rahardjo 2008 Hal 205)

Kutipan di atas merupakan gambaran gejala ketiga yakni *Avoidance* yakni perasaan yang tidak nyaman atau menyakitkan yang dimiliki penderita membuatnya mengalami kejadian traumatis. Ia seakan menghindari lokasi dan peristiwa yang mengingatkan dirinya dengan trauma sebelumnya.

“Entah mengapa Mas Lanang sebetulnya aku bisa kan ajak bersama dalam pencarianmu, juga ke rumah ibadat yang kau tuju. Tapi mengapa? Mengapa kau lebih memilih sendiri? Aku memang kerap berkomunikasi dengan temanku itu, namun apakah sebagai seorang istri tidak punya rasa cinta dan rindu padamu? Jangan keliru Mas, aku sangat mencintaimu. Aku ingin punya duniaku. Antara kau dan temanku sama-sama duniaku, meski keduanya mungkin berbeda, dua dunia yang tidak sama.” (Rahardjo, 2008, hal. 77)

Kutipan di atas juga merupakan *Avoidance* Perasaan tidak nyaman atau menyakitkan yang dimiliki penderita membuat dirinya berusaha menghindari supaya tidak mengalami kejadian traumatis. Hal ini terjadi ketika berhubungan atau menjalin relasi dengan orang lain. Penderita akan menghindari kontak emosi dengan keluarga atau sahabat, menghindari lokasi, percakapan yang mengingatkan dirinya dengan trauma, menciptakan “jarak” atau menarik diri dari hal-hal di sekitarnya, kehilangan minat terhadap berbagai hal yang positif. Lanang melakukan hal itu dan menciptakan jarak antara dirinya dan istrinya. Ia

memilih untuk sendiri dalam memecahkan kasus tersebut, dengan teganya ia memilih pekerjaan dari pada rumah tangganya tetapi hal ini merupakan suatu kewajiban bagi seorang dokter hewan dalam menangani kasus. Gejala *Avoidance* juga terjadi saat lanang sedang mencari keberadaan burung babi hutan.

“Antara keinginan untuk pulang ke haribaan Putri yang sebagaimana bisa menunggu di rumah atau pergi entah kemana untuk mencari ketenangan dalam istirahat jiwa seperti yang disarankan istrinya. Lanang memutar otak, ya. ‘sebaiknya aku ke mana?’ (Rahardjo 2008 Hal 76)

Situasi kebimbangan ini terjadi pada Lanang. Ia bimbang antara memilih pekerjaannya sebagai dokter yakni mengungkapkan masalah yang terjadi atau memilih pulang. Untuk mengungkapkan masalah tersebut Lanang harus mencari tahu dan melakukan pembuktian tentang penyebab matinya hewan sapi perah akibat dari burung babi hutan atau pulang ke rumah untuk menemui istrinya yang telah menunggu Lanang di rumah. Konteks dari penggalan cerita tersebut adalah saat ia berada di suatu jalan pencarian burung babi hutan. Ia menciptakan “jarak” atau menarik diri dari hal-hal di sekitarnya merupakan tanda terjadinya avoidance.

“Suara “CTAKKK!!” makin mengeras, tengkuk lelaki yang sendiri itu kian bergedik. Bulu romanya menantang langit-langit ruangan praktik yang begitu luas. Perlahan lelaki yang dijajari rasa merinding tersebut menuju tempat itu. Hanya berbuah penasaran kian menggumpal.” (Rahardjo 2008 Hal 212)

Kutipan di atas juga merupakan avoidance yakin penderita akan mengalami depresi yang dalam dan berkepanjangan, perasaan suram akan mengikuti sepanjang hidup penderita, penderita akan merasa dirinya memiliki pemikiran atau perasaan yang sempit. Dan pada situasi ini penderita mengalami ketakutan yang sangat tinggi. Terlihat pada kutipan “Perlahan lelaki yang dijajari rasa merinding tersebut menuju tempat itu” yang menyimbolkan suatu kondisi ketakutan dan kecemasan. Setelah kejadian tersebut ternyata Lanang mengalami pingsan karena ketakutan. Kutiapan tersebut antara lain sebagai berikut:

“Dengan wajah yang masih kusut baru bangun dari tidur panjang, pemuda yang baru siuman itu pun menggeser posisi tubuh. Duduk dipembaringan berseprai berantakan, minum air putih dari botol kemasan yang tersedia di meja samping tempat tidur. Mencoba meluruskan kesadaran, mengingat-ingat apa yang terjadi semalam”. (Rahardjo 2008 Hal 214)

Kemunculan hewan yang ia lihat di tempat praktik Dewi membuatnya ketakutan dan tak sadarkan diri selama beberapa waktu. Setelah itu, ia terbangun pada saat orang-orang menyadarkannya. Peristiwa yang dirasakan Lanang ia merasa bahwa dirinya pingsan karena ketakutan mendengar suara yang aneh, tetapi yang dilihat oleh semua orang yang menemukannya di kantor tersebut ternyata Lanang hanya tertidur pulas. Dan ia pun menceritakan semua kejadian yang menyimpannya pada semua orang tetapi tak seorang pun mempercayainya. Gejala yang dialami oleh penderita seolah-olah akan dianggap tidak waras karena yang terlihat dan yang di alaminya berbeda. Pengalaman yang terjadi pada penderita merupakan pikiran reaktif yakni menjamin pertahanan hidup. Peristiwa yang terjadi merupakan bentuk kebalikan yang dialami. Gejala ini kembali pada *Re-experiencing* yakni

mimpi buruk seolah-olah penderita merasakan langsung apa yang terjadi, apa yang dilihat dan di dengar. Namun kenyataannya ia hanyalah mengalami ketidaksadaran untuk beberapa ingatan peristiwa tersebut terjadi kembali.

"Merasa tidak bisa meyakinkan orang-orang itu, akhirnya ia bertanya sangsi. "semua

hanya ilusi?". (Rahardjo 2008 Hal 215)

Lanang mulai menyadari apa yang telah ia terjadi yakni ia mengalami halusinasi setiap kali ia melihat sesuatu ternyata hanya ilusi. Perasaan demikian merupakan engram emosi.

"Burung babi hutan muncul secara fisik tatkala aku hendak melakukan hubungan fisik dengan istriku. Pada saat kemunculannya secara fisik sapi-sapi perah. Kukejar secara fisik, burung babi hutan itu hanya muncul bayangan angan, halusinasi, bahkan tipuan mata. Begitu kukejar. Ia menghilang begitu saja setelah kemunculan yang pertama di rumah. Burung babi hutan tampaknya hanya hadir dalam wujud nonfisik saja. Jadi, pasti ia butuh media perantara yang mirip dengan kemunculan fisiknya yang pertama dan terakhir itu". (Rahardjo 2008 Hal 218)

Ketika semua telah ia telusuri untuk mencari jawaban, peristiwa-peristiwa yang selama ini terjadi pada saat ia mencari ia menemukan sebuah kesimpulan tentang penyebab kejadian semua ini. Ketika seseorang mengalami suatu trauma hal yang akan menyembuhkannya adalah menerima kejadian tersebut dan segera memperbaikinya.

"Ya, ini semua makna dari tindakanku mengumpulkan cairan-cairan perempuan itu". (Rahardjo 2008 Hal 218)

Kutipan di atas merupakan salah satu tindakan yang menyimpang, karena trauma berkelanjutan yang terjadi pada Lanang membuatnya berfikir yang kurang logis, ia menyeleweng dari peraturan kedokteran. 'Cairan perempuan itu' menyimbolkan bentuk penyimpangan yang terjadi. Dan merupakan kesalahan gangguan mental. Hal ini juga dipertegas oleh kutipan sebagai berikut:

"Lalu, Apakah aku juga harus tetap bisa membagi kasih dengan wanita-wanita yang telah hadir dalam hidupku? Ada beberapa cinta liar dan satu Putri pilihan liarku, namun terlindungi mahligai perkawinan yang sah sebagai rumah tangga' ah kotak itu.' Lanang tersipu". (Rahardjo 2008 Hal 221)

Hanya demi kepentingannya mengungkapkan kasus Lanang memanfaatkan situasi ini untuk berselingkuh dengan wanita lain selain Dewi dengan beralasan untuk mendapatkan media yang mengantarkannya bertemu dengan burung babi hutan tersebut. Hal ini dilakukan untuk menangkap burung babi hutan. Penyimpangan norma ini juga tergambarkan pada kutipan:

"Bagai candu. Cuma cara seperti itu yang ia butuhkan guna menggenapi tugas-tugas baru. Kalau tidak begitu badan rasanya enggan untuk bangkit dari tempat tidur bahkan hingga berlarut-larut engan bangun". (Rahardjo, 2008, hal. 116)

Hyperarousal Kecemasan berlebih dialami oleh penderita menyebabkan dirinya merasa dalam keadaan terancam atau bahaya terus menerus. Sering ditemui para penderita mengalami gejala emosi yang tidak stabil, seperti tiba-tiba menjadi agresif, mudah

tersinggung, marah meledak-ledak, gelisah, sulit konsentrasi, mudah terkejut, panik, hal ini dilakukan untuk melindungi dirinya sendiri. Selain itu, penderita juga mengalami insomnia yang disertai dengan mimpi buruk. Jika gejala-gejala trauma berkelanjutan kerap kali muncul dan tidak ditangani, maka akan penderita akan mengalami depresi yang dalam dan berkepanjangan, perasaan suram akan mengikuti sepanjang hidup penderita, penderita akan merasa dirinya memiliki pemikiran atau perasaan yang sempit, merasa diri tidak berharga atau tidak berdaya, kesulitan berpikir logis. Dengan demikian akan semakin panjang waktu yang dibutuhkan untuk mengobati penderita dalam tahap depresi akut seperti itu.

Ia kerap kali melampiaskan kepada hal-hal di luar normal, yakni dengan melakukan hubungan seksual dengan beberapa wanita lain, padahal ia telah mempunyai seorang istri yang senantiasa setia. Hal tersebut membuat ia merasa bahwa bebannya telah sedikit berkurang, padahal kenyataannya hal tersebut membawa kasus baru yang menjadi rumit. Mencari kenyamanan dan ketentraman sekejap.

Hidup Lanang menderita trauma, dan di satu titik hubungan dirinya dengan yang lain menjadi kacau, karena ia melampiaskan ketakutannya pada hal lain dan melanggar norma-norma, trauma itu membuatnya stress dan mengakibatkan melampiaskannya pada perselingkuhannya dengan gadis-gadis lain, masalah tak usai namun yang ada masalah malah berkepanjangan. Dan akhirnya istrinya berkhianat padanya dengan cara berselingkuh. Ia berselingkuh dengan laki-laki yang lain. Karir yang ia rintis dalam dunia kedokteran telah hancur karena masyarakat tak mempercayainya. Masyarakat menganggap bahwa dokter hewan *Lanang* yang terkenal dengan kebaikannya ternyata tercoret dengan kelakuannya yang tak bisa memecahkan masalah akan tetapi menambah masalah baru hal ini adalah dampak pengaruh gejala-gejala trauma terhadap kesehatan mental. Lanang di sini sudah mulai terganggu kesehatan mentalnya sehingga melakukan hal-hal diluar dari norma, berakibat pada fisik dan psikisnya yang tak lagi berpikir jernih.

Kesimpulan

Gejala-gejala trauma yang dialami oleh seseorang akan berakibat pada beberapa tingkah laku yang menyebabkan dirinya berhalusinasi, ketakutan serta kecemasan yang berlebih membuat seseorang akan membayangkan sesuatu kejadian tersebut seperti terulang kembali. Dalam hal ini terjadi pada diri Lanang yang mengalami trauma yang disebabkan dari musibah yang menyimpannya yakni kematian sapi perah dan isu virus hewan burung babi hutan. Gejala-gejala yang dialami diantaranya kemunculan kembali peristiwa atau pengalaman traumatis ke dalam diri (*flashback*), memunculkan rasa bingung, cemas dan ketakutan karena penderita seolah-olah diajak kembali merasakan kembali pengalaman buruk itu disebut dengan istilah *re-experiencing*. Perasaan tidak nyaman atau menyakitkan yang dimiliki penderita membuat dirinya berusaha menghindar supaya tidak mengalami kejadian traumatis (*Avoidance*). Kecemasan berlebih dialami oleh tokoh Lanang menyebabkan dirinya merasa dalam keadaan terancam atau bahaya terus menerus.

Serta selain dari gejala tersebut seorang yang trauma akibat suatu kejadian akan mengalami suatu halusinasi baik halusinasi pendengaran menyebabkan seseorang

mendengar suara-suara yang tidak didengar oleh orang lain, maupun halusinasi penglihatan dan rabaan. Halusinasi ini muncul akibat kecemasan yang begitu tinggi. Rata-rata orang hanya sibuk dengan kekhawatiran dan emosi yang tak terkendali dengan jernih. Emosi yang tak terkendali dengan jernih ini akan mengakibatkan seseorang memilih suatu perbuatan atau keputusan yang salah dalam menghadapinya. Sebagai contoh yang dialami Lanang akibat kasus yang ia telusuri membuatnya tidak ingat dengan keluarga bahkan sampai melakukan selingkuh dengan wanita-wanita lain.

Gambaran trauma yang dialami tokoh Lanang dalam novel tersebut dapat menjadi sebuah narasi kolektif tentang gejala-gejala trauma yang terdiri dari beberapa tahapan yaitu *Reexperiencing, avoidance dan hyperarousal*. Hal ini dapat menjadi pengalaman batin dan literasi bagi pembaca novel sebagai pengetahuan bagaimana sebuah trauma dapat terjadi.

Daftar Rujukan

- Asep, I. (2011). *Keperawatan Jiwa*. PT Refika Aditama.
- Bloom, B. S. (1999). *Taxonomy Of Objective: Cognitive Domain*. David Mc. Kay.
- Caruth, C. (1995). *Trauma: Exploration in Memori*. Hopskin University Press.
- Caruth, C. (1996). *Unclaimed Experience: Trauma, Narrative, and History*. The John Hopskin University Press.
- Dewi, K. S. (2012). *Buku Ajar Kesehatan Mental*. LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN UNIVERSITAS DIPONEGORO.
- Endaswara, S. (2011). *Metodelogi Penelitian Sastra*. Caps.
- Kusuma, Y. (2015). *Trauma Kejiwaan Tokoh Utama Novel Dream Karya Joannes Rhino*. Universitas Negri Yogyakarta.
- Nurrachmat, G. F. (2018). *Penyimpangan Kejiwaan Tokoh dalam Novel Seperti Dendam Rindu harus dibalas tuntas Karya Eka Kurniawan*.
- Rahardjo, Y. (2008). *Lanang*. Pustaka Alvabeta.
- Supratika, A. (1995). *Tinjauan Psikologi Komunikasi Antar Pribadi*. Kanisius (Anggota IKAPI).
- Vansandjaja, L. (2017). Trauma dalam Novel Yu Zhen. *Universitas Kristen Maranatha*, 1–19.
- WHO, W. H. O. (2011). *The World Medicine Situation 2011 3ed*. Rotional Use Of Medicine.