

Konflik Psikologis Tokoh Terry dalam Novel *Janji Pelangi* Karya Fahrul Khakim

Psychological Conflict of *Terry* in the Novel of *Janji Pelangi* by Fahrul Khakim

Ary Kusuma Wardhani, Nita Widiati*

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia

*Penulis korespondensi, Surel: nita.widiati.fs@um.ac.id

Paper received: 02-01-2021; revised: 15-01-2021; accepted: 30-01-2021

Abstrak

Penelitian ini didasari oleh konflik psikologis karena peristiwa kecelakaan yang dialami Tokoh Terry sehingga menyebabkan trauma. Kasus tersebut tercermin dalam sebuah novel yang berjudul *Janji Pelangi* karya Fahrul Khakim. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan tipe trauma, respon trauma, dan struktur kepribadian id, ego, dan superego tokoh Terry. Metode dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan jenis penelitian analisis teks yang dikaji melalui psikologi sastra. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara membaca, menyimak, dan mencatat. Hasil penelitian ini meliputi tiga hal, *pertama* adalah tipe trauma ada 8 data yang terbagi atas empat tipe, yaitu trauma situasional karena kecelakaan, trauma perkembangan karena penolakan teman sebaya, trauma intrapsikis karena kecemasan, dan trauma eksistensial karena kekurangberartian. *Kedua*, respons trauma ada 44 data yang terbagi menjadi empat respons, yaitu respons emosional yang berindikator malu, bergejolak, dan panik. Selanjutnya, respons kognitif yang berindikator berpikir tak sanggup, merepotkan, dan mimpi buruk. Kemudian, respons perilaku berindikator mengurung diri, dan nafsu makan menurun. Lalu, respons fisiologis berindikator pucat pasi, wajah pilu, dan kurus. *Ketiga*, terdapat 56 data yang masing-masing sebagai berikut, Id memiliki subaspek yang meliputi naluri kehidupan, naluri kematian, dan kecemasan. Berikutnya, ego mempunyai sub aspek represi, proyeksi, dan regresi. Kemudian, superego meliputi moralitas dan mengejar kesempurnaan.

Kata kunci: konflik psikologis, novel, tokoh Terry

Abstract

This research is based on the psychological conflict caused by an accident experienced by Terry's character that causes trauma. This is reflected in Fahrul Khakim's novel *Janji Pelangi*. The purpose of this study was to describe the type of trauma, the trauma response, and the personality structure of Terry's character, ego, and superego. The method in this research is qualitative with the type of text analysis research studied through literary psychology. The data collection technique is done by reading, listening, and taking notes. The results of this study include three things, first is the type of trauma, there are 8 data divided into four types, namely situational trauma due to accidents, developmental trauma due to peer rejection, intrapsychic trauma due to anxiety, and existential trauma due to accidents. not important. Second, there are 44 trauma response data which are divided into four responses, namely emotional responses that show shame, turmoil, and panic. Furthermore, cognitive responses that indicate inability to think, troublesome, and nightmares. Then, the behavioral response shows closure, and appetite decreases. Then the physiological response is indicated as a pale, sad, and thin face. Third, there are 56 data, each of which is as follows, Id has sub aspects which include life instinct, death instinct, and anxiety. Furthermore, the ego has sub-aspects of repression, projection, and regression. Then, the superego embraces morality and the pursuit of perfection.

Keywords: psychological conflict, novel, Terry's character

1. Pendahuluan

Konflik berasal dari kata kerja Latin, *configere* yang berarti saling memukul. Secara sosiologis, konflik diartikan sebagai suatu proses sosial antara dua orang atau lebih di mana salah satu pihak berusaha menyingkirkan pihak lain dengan menghancurkannya atau membuatnya tidak berdaya. Konflik dilatarbelakangi oleh perbedaan ciri-ciri yang dibawa individu dalam suatu interaksi. Perbedaan-perbedaan tersebut diantaranya adalah menyangkut ciri fisik, kepandaian, pengetahuan, adat istiadat, keyakinan, dan lain sebagainya. Konflik merupakan situasi yang wajar dalam setiap masyarakat dan tidak satu masyarakat pun yang tidak pernah mengalami konflik antar anggotanya atau dengan kelompok masyarakat lainnya.

Surakhmat (dalam Shofiyatun, 2009) mengemukakan bahwa konflik psikologis adalah kebimbangan yang disebabkan oleh dua atau lebih motif yang muncul pada saat bersamaan. Semi (dalam Shofiyatun, 2009) menyatakan konflik dalam fiksi terdiri atas konflik internal, yaitu pertentangan dua keinginan di dalam diri seorang tokoh dan konflik eksternal. Konflik dalam cerita oleh Sayuti (2002) dibedakan menjadi 3 jenis. Pertama, konflik dalam diri seseorang (tokoh) yang disebut *psychological conflict* (konflik kejiwaan), *social conflict* (konflik sosial), dan *physical of element conflict* (konflik alamiah). Sedangkan menurut Gerungan (dalam Shofiyatun, 2009), konflik terbagi menjadi dua, yaitu konflik eksternal dan konflik internal. Konflik eksternal adalah konflik yang terjadi antara seseorang dengan sesuatu yang di luar dirinya, dapat berupa lingkungan alam atau berupa lingkungan manusia. Konflik internal atau konflik psikologis adalah konflik yang terjadi dalam hati, jiwa seseorang atau konflik yang dialami manusia dengan dirinya sendiri.

Psikis manusia bersifat abstrak dan unik. Setiap manusia memiliki jiwa yang sulit ditebak. Dalam penelitian ini difokuskan pada psikologi yang ada di dalam karya sastra. Psikologi yang diteliti berupa konflik yang disebabkan adanya trauma yang dapat memengaruhi kepribadian tokoh utamanya. Saphiro (dalam Hatta, 2016) menyatakan bahwa trauma merupakan pengalaman hidup yang mengganggu keseimbangan biokimia dari sistem pengolahan psikologi otak. Trauma adalah pengalaman yang menghancurkan rasa aman, rasa mampu, dan harga diri, sehingga menimbulkan luka psikologis yang sulit disembuhkan sepenuhnya (Supratika dalam Wardhani, 2014).

Endraswara (2011) menjelaskan bahwa psikologi sastra terdapat tiga pendekatan sekaligus. *Pertama*, pendekatan tekstual yang menelaah aspek psikologis tokoh dalam karya sastra. *Kedua*, pendekatan reseptif-pragmatik, yang menelaah aspek psikologis pembaca sebagai penikmat karya sastra yang terbentuk dari pengaruh karya yang dibacanya, serta proses resepsi pembaca dalam menikmati karya sastra. *Ketiga*, pendekatan ekspresif, yang menelaah aspek psikologis sang penulis ketika melakukan proses kreatif yang terproyeksikan lewat karyanya, baik penulis sebagai pribadi atau wakil masyarakatnya. Berdasarkan ketiga pendekatan tersebut, penelitian ini lebih difokuskan pada pendekatan tekstual. Hal tersebut disebabkan objek penelitian ini adalah tokoh dalam karya sastra novel.

Novel merupakan salah satu bentuk karya sastra yang menggambarkan realitas kehidupan manusia (Arohmah, Wardhani, & Suryanto, 2018). Sejalan dengan pendapat tersebut Hawa (dalam Yunita, Suwandi & Suryanti, 2018) dalam sebuah novel, cerita yang terkandung dalam novel digambarkan pengarang sesuai realitas kehidupan. Unsur pembangun novel berupa unsur intrinsik dan ekstrinsik. Unsur intrinsik merupakan unsur

yang didalamnya terdapat tema, alur, sudut pandang penulis, latar, amanat, tokoh, dan penokohan. Saraswati (dalam Arohmah, dkk., 2018) menyatakan bahwa pengarang menampilkan tokoh novel yang memiliki karakter tertentu sehingga novel juga menggambarkan kejiwaan manusia, walaupun pengarang hanya menampilkan tokoh itu secara fiksi. Menurut Nurgiyantoro (2012), novel dapat mengungkapkan kelebihan novel yang khas adalah kemampuannya menyampaikan permasalahan yang kompleks secara penuh, sesuatu secara bebas, menyajikan sesuatu lebih banyak, lebih rinci, dan lebih detail.

Tokoh adalah pemegang peran dalam karya sastra novel. Menurut Nurgiyantoro (2012), kata tokoh menunjuk pada orangnya, pelaku cerita, misalnya sebagai jawaban terhadap pertanyaan: "Siapakah tokoh utama novel itu?", atau "Ada berapa jumlah pelaku novel itu?" dan sebagainya. Pernyataan tersebut diperkuat oleh Abrams (dalam Nurgiyantoro, 2012) yang menjelaskan bahwa tokoh cerita dalam suatu karya naratif atau drama memiliki kualitas moral dan kecenderungan tertentu, seperti yang tampak pada tindakan dan ekspresi dalam ucapan.

Tokoh Terry dalam Novel *Janji Pelangi* merasakan adanya trauma masa lalu, yaitu kecelakaan yang dialaminya dengan keluarganya sepulang dari Taman Safari. Ayah, ibu, dan Tika, adik Terry menjadi korban kecelakaan yang merenggut nyawa mereka. Kejadian itu menjadikan Terry mengalami trauma psikologis kecemasan, yaitu agorafobia. Sudah banyak psikiater yang mencoba menyembuhkan Terry, tapi belum ada yang berhasil. Agorafobia itu berhasil hilang setelah melalui tahapan penyembuhan yang dilakukannya dengan sahabatnya, Kazu. Selain itu, Terry mencintai Sigit untuk melupakan angan-angannya dengan Kazu yang dulu disayanginya sebagai sahabat masa kecilnya.

Novel *Janji Pelangi* adalah novel yang tepat untuk dikaji dalam penelitian ini. Hal tersebut disebabkan novel ini mengisahkan tokoh yang mengalami gangguan psikologis berupa trauma yang menyebabkan fobia jenis agorafobia. Dalam mengkaji psikologi sastra dengan pendekatan tekstual, tokoh yang diambil adalah tokoh yang memiliki gangguan psikologis. Dari gambaran singkat tentang novel *Janji Pelangi* dipilihlah tokoh Terry sebagai objek penelitian yang difokuskan pada tipe trauma, respon trauma, dan struktur kepribadian Terry.

Menurut Endraswara (2008), fenomena sastra sebagai cerminan kepribadian saat memakai kata sebagai medium, kepribadian tercermin di dalamnya. Konflik psikologis pada penelitian ini khusus tentang gambaran trauma yang dapat membentuk struktur kepribadian. Dalam KBBI (daring) terdapat tiga definisi gambaran. *Pertama*, gambaran dapat diartikan sebagai hasil menggambar atau sebuah lukisan. *Kedua*, gambaran dapat diartikan sebagai bayangan. *Ketiga*, gambaran juga dapat diartikan sebagai uraian, keterangan, atau penjelasan. Maka dari itu, kata gambaran yang dimaksud dalam penelitian ini adalah sebuah uraian tentang konflik psikologis berupa tipe trauma dan respons trauma yang membentuk struktur kepribadian tokoh Terry dalam novel *Janji Pelangi* karya Fahrul Khakim.

Koeswara (dalam Yarta, Nurizzati, & Nst, 2012) menyatakan bahwa teori kepribadian yang diungkapkan Sigmund Freud terkenal dengan istilah psikoanalisa. Sigmund Freud membagi struktur kepribadian menjadi tiga aspek, yaitu id, ego, dan superego. Id merupakan bagian yang primitif dari kepribadian manusia sejak lahir, seperti mencakup insting seksual dan insting agresif. Ego merupakan pengarah id agar bisa diwujudkan dalam tindakan yang logis. Superego adalah kepribadian yang mencakup nilai atau aturan. Superego mengamati

ego dengan cermat, menilai tindakan dan tujuannya agar sesuai dengan norma dan moral yang berlaku di masyarakat. Superego mengendalikan ego yang bertentangan dengan norma-norma moral yang akan disesuaikan dengan prinsip realistik.

Penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan penelitian ini, pertama dilaksanakan oleh Regi Ramadhani (2016) dengan judul *Konflik Psikologis Tokoh dalam Novel Rindu Karya Tere Liye (Kajian Psikologi Sastra)*. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa wujud konflik psikologis Novel *Rindu Karya Tere Liye* kental dengan psikologi kepribadian. Novel ini mengandung psikologi, khususnya kepribadian yang meliputi id, ego, dan superego. Dari ketiga aspek tersebut, ego yang paling banyak muncul atau yang paling banyak dimiliki oleh para tokoh. Kepribadian tersebut muncul karena para tokoh memiliki cara tersendiri untuk menyelesaikan masalah dan mengambil keputusan dengan baik dan bijak. Kepribadian masing-masing tokoh dapat mengendalikan tindakan yang akan dilakukan, memilih kemana ia akan memberikan respon, memutuskan tindakan yang akan dipuaskan, dan bagaimana cara penyelesaiannya. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada pendekatan yang digunakan, yaitu psikoanalisis.

2. Metode

Pendekatan penelitian ini menggunakan kualitatif. Kualitatif adalah metode penelitian untuk membangun pandangan orang mengenai objek yang diteliti melalui kata-kata secara menyeluruh dan mendalam pada kehidupan sosial manusia. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis teks dengan orientasi teori psikologi sastra. Penelitian analisis teks merupakan jenis penelitian yang berorientasi pada teks atau dokumen tertulis.

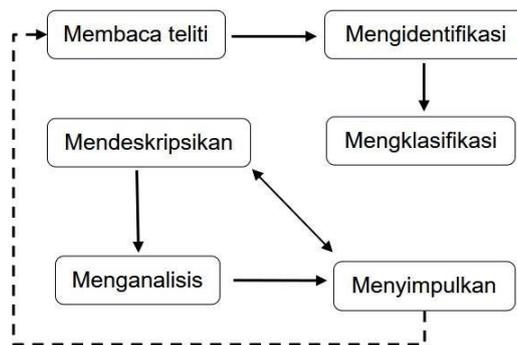
Data dari penelitian ini adalah data-data tertulis berupa narasi, dialog, monolog yang menunjukkan sikap, perilaku, sifat, kata-kata, cara berbicara, pikiran, dan perasaan yang ada pada tokoh dalam novel *Janji Pelangi* karya Fahrul Khakim. Data tersebut berupa dialog, monolog, narasi, deskripsi perilaku yang menunjukkan tipe trauma, respon trauma, struktur kepribadian, yaitu id, ego, dan superego.

Sumber data dalam penelitian ini adalah novel *Janji Pelangi* karya Fahrul Khakim. Novel ini merupakan novel populer yang menceritakan tentang seseorang dengan trauma masa lalu yang membuat kejiwaannya terganggu karena menderita agorafobia. Novel *Janji Pelangi* merupakan novel perdana yang diterbitkan pada penerbit mayor. Novel ini dipilih karena peneliti merasa dekat dengan latar tempat dalam novel sekaligus peneliti merasakan hal senasib dengan tokoh Terry karena mengalami gangguan psikologis. Namun, terdapat perbedaan penyakit yang diderita, Terry menderita agorafobia, sedangkan peneliti menderita skizofrenia hebefrenik. Hal tersebut membuat peneliti lebih larut dan menyatu seakan mengalami kejadian-kejadian di dalamnya. Selain itu, tema psikologis berupa agorafobia yang penulis pilih membuat peneliti tertarik karena jarang dibahas oleh penulis lain, sehingga menambah nilai khas pada novel ini. Novel ini diterbitkan oleh Bhuana Sastra pada tahun 2018. Cerita dalam novel ini terbagi atas prolog, 15 bab yang disajikan dalam 259 halaman, dan epilog.

Instrumen Penelitian melalui dua cara, yaitu teks sebagai instrumen dan peneliti sebagai instrumen. Teks sebagai instrumen, artinya teks fiksi selain sebagai sumber data, pada saat yang sama berperan sebagai alat pengumpul data. Dalam hal ini novel *Janji Pelangi* karya Fahrul Khakim merupakan instrumen penelitian. Peneliti sebagai instrumen, yaitu sebagai pengumpul data. Posisi sebagai instrumen tidak dapat dihindari sebab kegiatan

pengumpulan data tidak dapat dilakukan melalui perantara atau sarana lain. Peneliti berhubungan langsung dengan teks sebagai sumber data, seperti membaca dan menganalisis novel *Janji Pelangi* karya Fahrul Khakim.

Instrumen penelitian ini berbentuk tabel-tabel pedoman yang digunakan untuk menganalisis hingga mengklasifikasikan data. Terdapat tiga tabel instrumen dalam penelitian, yakni instrumen pengumpulan data, instrumen pengkodean data, dan instrumen analisis data. Data yang telah dikumpulkan diolah dan dianalisis melalui beberapa tahapan yang merupakan suatu kesatuan yang berurutan. Data tersebut dianalisis seperti pada bagan berikut.



Bagan 1 Proses Analisis Data

3. Hasil dan Pembahasan

Pertama, ada 8 data trauma yang dialami tokoh Terry pada novel *Janji Pelangi* karya Fahrul Khakim terbagi atas empat tipe. Tipe pertama, trauma situasional yang disebabkan oleh kecelakaan ditemukan sebanyak 3 data. Tipe kedua, trauma perkembangan yang disebabkan oleh penolakan teman sebaya ditemukan sebanyak 2 data. Tipe ketiga, trauma intrapsikis yang disebabkan oleh kecemasan ditemukan sebanyak 2 data. Tipe keempat, trauma eksistensial yang disebabkan oleh kurangberartian ditemukan sebanyak 1 data. Jadi, trauma yang dialami tokoh Terry lebih banyak disebabkan oleh trauma situasional, yaitu berupa kecelakaan yang dialami Terry dan keluarganya.

Trauma yang paling banyak, yaitu trauma situasional. Hal tersebut menunjukkan bahwa dominasi trauma yang dialami tokoh Terry karena kecelakaan. Menurut Cavanagh (dalam Hatta, 2016), trauma situasional terjadi salah satunya disebabkan oleh kecelakaan. Selain itu, trauma perkembangan, intrapsikis, dan eksistensial juga ada. Pada temuan penelitian ini trauma disebabkan kecelakaan. Kecelakaan yang terjadi berupa kecelakaan lalu lintas. Menurut KBBI, kecelakaan adalah peristiwa yang menyebabkan orang celaka. Dilansir dari Media Indonesia (Wijayaatmaja, 2020) menyatakan bahwa data jumlah kecelakaan lalu lintas yang diterbitkan Korlantas Polri pada minggu ke-32 tahun 2020 sebanyak 1234 kejadian. Angka tersebut tergolong besar untuk kejadian kecelakaan lalu lintas.

Pada tokoh Terry juga mengalami kecelakaan karena papa Terry menghindari pengemudi mobil yang ugal-ugalan, tetapi mobil keluarga Terry dihempas truk dengan keras. Berikut adalah kutipan yang menggambarkan Terry mengalami kecelakaan dengan ditandai kejadian Terry terimpit sakit, kekacauan riuh di sekitarnya, aspal hitam pekat oleh darah, tubuh lemah, dan kaku serta pucat, Akibat dari kecelakaan tersebut Terry mengalami agorafobia enam bulan setelah peristiwa kecelakaan maut itu. Menurut Hadi (dalam Putro,

2013), stres yang berlarut-larut akan menimbulkan perasaan cemas, takut, tertekan, kehilangan rasa aman, harga diri terancam, dan gelisah. Kecemasan berlarut-larut dan berlangsung lama akan menurunkan kemampuan dan efisiensi seseorang dalam menjalankan fungsi hidup. Akhirnya, kecemasan tersebut dapat menimbulkan berbagai macam gangguan jiwa sebagai dampak psikologis setelah kecelakaan.

Trauma perkembangan adalah keadaan jiwa atau tingkah laku yang tidak normal sebagai akibat dari tekanan jiwa atau cedera jasmani oleh perkembangan diri seseorang. Santrock (2002) menyatakan bahwa perkembangan adalah pola perubahan yang dimulai dari pembuahan terus berlanjut sepanjang siklus kehidupan. Menurut Cavanagh (dalam Hatta, 2016), trauma perkembangan sering terjadi pada setiap tahap perkembangan, seperti penolakan teman sebaya, kelahiran yang tidak dikehendaki, peristiwa yang berhubungan dengan kencan, berkeluarga, dan sebagainya.

Trauma perkembangan terjadi pada tahap perkembangan seseorang. Tahap perkembangan misalnya remaja yang memilih dalam berteman di masyarakat. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Desmita (dalam Hidayati & Farid, 2016), Pada masa remaja, mereka seharusnya dapat menerima dan belajar peran sosial sebagai laki-laki atau perempuan dewasa yang dijunjung tinggi oleh masyarakat. Namun, dalam berinteraksi sosial di masyarakat, seseorang dapat memiliki kesulitan karena tidak bisa beradaptasi sehingga mengalami penolakan. Dalam tahap perkembangan secara tidak langsung Terry mengalami penolakan teman sebaya karena hanya Kazulah teman atau sahabat Terry. *"...Terry tak pernah menjalin persahabatan yang intens dengan teman sekolahnya selain dengan..."* Terry tidak berteman dengan banyak orang, dia hanya memiliki satu sahabat, yaitu Kazu.

Teman sebaya adalah teman seusia secara psikologis (Chaplin, 2006). Manusia sebagai makhluk sosial membutuhkan teman dalam berinteraksi di lingkungannya. Interaksi sosial dengan teman sebaya adalah proses timbal balik antar individu dengan kelompok sosialnya yang seusia di dalamnya mencakup adanya keterbukaan dalam kelompok, kerjasama dalam kelompok, dan frekuensi hubungan individu dengan kelompok yang mana interaksi dengan teman sebaya tersebut dapat mengajarkan tentang cara bergaul di lingkungan keluarga dan masyarakat. Namun, tidak jarang interaksi sosial yang dilakukan gagal sehingga terjadi penolakan. Penolakan tersebut berupa penolakan teman sebaya yang mana teman seusianya tidak dapat menerima keberadaan seseorang dalam interaksi sosial.

Terry mengalami penolakan teman sebaya. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan pernyataan Mbak Meri bahwa Terry *tidak pernah menjalin persahabatan yang intens dengan teman sekolahnya selain dengan Kazu*. Hal tersebut menunjukkan bahwa Terry memiliki sedikit teman yang mana secara tidak langsung teman Terry menolak kehadirannya sehingga dia lebih memilih tidak berteman dengan banyak orang. Penolakan tersebut membuat Terry merasakan resah dan takut ditinggalkan teman dekatnya, yaitu Kazu. Terry selalu resah. Dia sangat takut Kazu akan melupakannya.

Trauma intrapsikis yang dialami Terry berupa kecemasan. Gambaran kecemasan tersebut berupa gangguan psikologis agorafobia. Menurut Pane (2020), Agorafobia merupakan fobia atau kecemasan saat berada di luar rumah atau di keramaian yang membuat penderitanya merasa panik. Contohnya, *"Terry berusaha menolak, tapi dia tak tega merusak kebahagiaan Kazu. Di dekat pintu, mendadak tubuhnya gemetar,"* saat Terry diajak Kazu keluar rumah ke teras untuk menunggu keluarga Terry siap-siap ke pemakaman ibu

Kazu. Tubuh Terry bereaksi gemetar, kesulitan berkata dan berpikir, wajahnya tegang, tangannya gelisah, matanya memanas, tampak linglung, dan kecemasan merebak di kepalanya. Terry mengalami kecemasan atau fobia pada tempat ramai atau di luar rumah yang dinamakan agorafobia. Terry mengalami gangguan psikologis itu setelah kecelakaan maut.

Trauma intrapsikis adalah keadaan jiwa atau tingkah laku yang tidak normal sebagai akibat dari tekanan jiwa atau cedera jasmani oleh konflik atau proses-proses yang mengambil peran dalam jiwa seseorang. Menurut Cavanagh (dalam Hatta, 2016), trauma intrapsikis sering terjadi akibat kejadian internal seseorang yang memunculkan perasaan cemas yang sangat kuat, seperti munculnya perasaan benci pada seseorang yang seharusnya dicintai, dan sebagainya.

Kecemasan adalah situasi khawatir, takut, tidak bahagia yang mengancam kenyamanan seseorang. Freud (dalam Minderop, 2011) membedakan kecemasan antara kecemasan objektif dan kecemasan neurotik. Kecemasan objektif merupakan respons realistis ketika seseorang merasakan bahaya dalam lingkungan atau kondisi takut, sedangkan kecemasan neurotik berasal dari alam bawah sadar diri individu yang tidak menyadari alasan dari kecemasan tersebut.

Terry merasakan konflik dalam jiwanya berupa kecemasan. Kecemasan itu adalah akibat dari trauma yang dirasakannya setelah kecelakaan lalu lintas. Bentuk kecemasannya dapat dilihat dari perilaku, berupa langkah kaki Terry berhenti dan tubuhnya semakin gemetar. Dia kesulitan berkata dan berpikir. Raut wajahnya tegang. Tangannya gelisah. Matanya memanas. Dia tampak linglung. *Kecemasan* merebak di kepalanya. Dampak dari kecemasan tersebut berujung pada fobia. fobia menurut KBBI adalah ketakutan yang sangat berlebihan terhadap benda atau keadaan tertentu yang dapat menghambat kehidupan penderitanya. Ada banyak jenis fobia, salah satunya yakni agorafobia. Menurut Pane (2020), Agorafobia merupakan fobia atau kecemasan saat berada di luar rumah atau di keramaian yang membuat penderitanya merasa panik. Keadaan tersebut dapat dibuktikan pada pernyataan asisten rumah tangga Terry jika dia menderita agorafobia. Dia takut keluar rumah sejak dua tahun yang lalu pasca kecelakaan.

Trauma eksistensial adalah trauma yang dialami karena memiliki rasa kurangberartian dalam hidup. Terry menunjukkan rasa tersebut karena dia kehilangan semangat hidup dengan dia merasa bahwa keberadaannya membebani keluarganya. *Dia benar-benar hampir kehilangan semangat hidup karena merasa membebani orang lain*. Terry merasa ketidakberartian dalam hidupnya hingga dia kehilangan semangat hidup. Dia merasa membebani orang lain. Padahal nenek dan tantenya sangat menyayangnya. Trauma eksistensial adalah keadaan jiwa atau tingkah laku yang tidak normal sebagai akibat dari tekanan jiwa atau cedera jasmani oleh keberadaan yang membuat diri seseorang merasa kurang berarti. Sejalan dengan pendapat Cavanagh (dalam Hatta, 2016), trauma eksistensial sering terjadi akibat munculnya kurangberartian dalam kehidupan.

Masa remaja merupakan proses dari anak-anak menjadi lebih dewasa. Pada masa ini remaja seringkali mencari jati diri. Namun, tidak jarang terjadi kegagalan dalam menemukan jati dirinya. Kegagalan tersebut salah satunya berupa kurangberartian dalam hidup. Trauma pada seseorang dapat menimbulkan ketidakpercayaan pada diri sendiri sehingga

seringkali seseorang tidak bisa menerima dirinya. Hal tersebut dapat menurunkan kualitas interaksi sosialnya.

Kekurangberartian itu bisa terjadi pada saat remaja atau dewasa awal yang mengalami quarter life crisis atau krisis seperempat abad. Alodokter (Nareza, 2020) menyiarkan bahwa krisis seperempat abad membuat penderitanya merasa tidak memiliki arah, khawatir, bingung, dan galau akan ketidakpastian di masa mendatang. Hal tersebut seperti terjadi pada tokoh Terry yang merasa kurang berarti akan dirinya sendiri sampai hampir kehilangan semangat hidup. Krisis pada diri Terry dibuktikan dengan kalimat berikut, Dia benar-benar hampir kehilangan semangat hidup karena merasa membebani orang lain.

Kedua, respons trauma ada 44 data yang dialami tokoh Terry terbagi menjadi empat respons. Respons pertama, respons emosional merupakan tanggapan dari emosi terhadap trauma yang dirasakan ditemukan sebanyak 10 data. Respons tersebut memiliki indikator seperti malu, bergejolak, panik, depresi dan kehilangan semangat hidup, kejiwaannya terguncang, kesepian, dan lelah dan cemas. Respons kedua, respons kognitif merupakan tanggapan dari pikiran terkait trauma yang dirasakan ditemukan 10 data. Respons tersebut memiliki indikator seperti berpikir tak sanggup, merepotkan, mimpi buruk, membekas di benak, mengerikan, membuat tersakiti, bunuh diri. Respons ketiga, respons perilaku merupakan tanggapan perilaku terhadap trauma yang dirasakan ditemukan 18 data. Respons tersebut berupa mengurung diri, nafsu makan menurun, histeris, gemetar, menutup diri, dan peduli. Respons keempat, respons fisiologis merupakan tanggapan dari fisik pada trauma yang dirasakan ditemukan 6 data. Respons tersebut berupa pucat pasi, napas tersengal-sengal dan berkeringat, wajah paku, kurus, dan kepala sakit. Jadi, respons tokoh Terry yang dominan adalah respons perilaku terhadap trauma yang dialaminya.

Respons trauma adalah tanggapan emosi, pikiran, perilaku, dan fisik karena adanya trauma. Dalam penelitian ini ditemukan respons trauma terbagi menjadi empat jenis yang terdiri dari respons emosional, respons kognitif, respons perilaku, dan respons fisiologis. Respons emosional merupakan tanggapan emosi terhadap trauma yang dirasakan. Dalam penelitian ini ditemukan beberapa indikator respons emosional. Indikator respons emosional meliputi malu, bergejolak, panik, depresi dan kehilangan semangat hidup, kejiwaan terguncang, kesepian, takut, lelah dan cemas. Temuan penelitian akan dijabarkan sebagai berikut.

Indikator malu ditunjukkan saat Terry merasa keadaannya memalukan. Indikator bergejolak, yaitu pertama, ditunjukkan saat Terry bergejolak memikirkan mereka, Kazu dan Sigit dan indikator kedua, Terry menatap kanvas yang akan dilukisnya dengan lelaki sebagai objek lukisnya. Indikator panik ditunjukkan dengan Terry panik ketika neneknya pingsan karena dia takut kehilangan orang yang dicintainya lagi. Indikator depresi dan kehilangan semangat hidup ditunjukkan dengan Terry depresi dan kehilangan semangat hidup karena keluarganya meninggal, hanya dia yang selamat. Indikator kejiwaannya terguncang ditunjukkan dengan kejiwaan Terry sakit akibat kecelakaan yang dialaminya.

Indikator kesepian ditunjukkan dengan Terry merasakan kesepian, dia membutuhkan teman. Indikator takut ditunjukkan dengan Terry merasa takut keluar rumah karena tidak bisa menikmati momen indah bersama Kazu. Indikator lelah dan cemas ditunjukkan dengan Terry mengalami kelelahan dan cemas menghadapi kesepian.

Respons kognitif merupakan tanggapan pikiran terhadap adanya trauma. Indikator respons kognitif berupa berpikir tak sanggup, merepotkan, mimpi buruk, membekas di benak, mengerikan, membuat tersakiti, dan bunuh diri. Temuan penelitian akan dijabarkan sebagai berikut.

Indikator berpikir tak sanggup ditunjukkan saat Terry memiliki pikiran tak sanggup dalam menghadapi kenyataan hidup. Indikator merepotkan ditunjukkan saat Terry berpikir bahwa dia merepotkan keluarganya. Indikator mimpi buruk ditunjukkan saat Terry teringat kejadian mengerikan sewaktu kecelakaan sehingga dia mimpi buruk. Indikator membekas di benak ditunjukkan saat Terry masih menyimpan memori kecelakaan dan kenangan indah bersama almarhum keluarganya. Indikator mengerikan ditunjukkan Terry saat merasa momen bersama Kazu menjadi mengerikan karena tidak bisa dilakukan lagi. Indikator membuat tersakiti ditunjukkan Terry yang berpikir bahwa segala hal di balik rumahnya akan membuat tersakiti, misalnya perpisahan, kecelakaan, dan kematian. Indikator bunuh diri ditunjukkan saat Terry berpikir membebani keluarga hingga dia akhirnya memiliki pikiran untuk membunuh dirinya.

Respons perilaku merupakan tanggapan perilaku terhadap adanya trauma. Indikator respons perilaku berupa mengurung diri, menangis, teriak, nafsu makan menurun, histeris, gemetar, menutup diri, dan peduli. Temuan penelitian akan dijabarkan sebagai berikut.

Indikator mengurung diri ditunjukkan saat Terry mengurung dirinya di dalam rumah. Indikator menangis ditunjukkan Terry pada saat neneknya pingsan, tidak mau keluar rumah, dan siaman dari koma. Indikator teriak ditunjukkan saat Terry teringat memori kecelakaan. Indikator nafsu makan menurun drastis ditunjukkan saat Terry mengerti bahwa dirinya saja yang selamat. Indikator histeris saat Terry akan dibawa pulang dari rumah sakit. Indikator gemetar ditunjukkan ketika Terry berada di dekat pintu rumah. Indikator menutup diri ditunjukkan Terry saat bertemu dengan psikolog dan psikiater dia tidak mau membuka diri dan belum bisa membuka sisi traumatis dalam dirinya. Indikator peduli terjadi ketika Terry peduli terhadap Sigit.

Respons fisiologis merupakan tanggapan fisik karena adanya trauma. Indikator respons fisiologis berupa pucat pasi, napas tersengal-sengal dan berkeringat, wajah pilu, kurus, dan kepala sakit. Temuan penelitian akan dijabarkan sebagai berikut.

Indikator pucat pasi terjadi saat melihat neneknya pingsan. Hal tersebut bisa menjadi respons dari adanya trauma karena dia tidak ingin kehilangan orang yang dicintainya. Indikator napas tersengal-sengal dan berkeringat saat Terry mimpi buruk teringat peristiwa kecelakaan. Indikator wajah pilu saat Terry mengalami trauma yang menjadikan wajahnya tampak pilu yang muram. Efek dari trauma memperlihatkan tubuh Terry yang kurus pada indikator kurus. Kepala sakit saat kejadian kecelakaan dan terguyur hujan saat proses penyembuhan Terry merupakan respons adanya trauma yang disebabkan kecelakaan.

Ketiga, terdapat 56 data yang terbagi menjadi tiga fokus, yaitu struktur kepribadian id, ego, dan superego. Struktur pertama, id merupakan sistem kepribadian yang dibawa sejak lahir ditemukan sebanyak 36 data. Struktur tersebut memiliki sub aspek yang meliputi naluri kehidupan, naluri kematian, dan kecemasan. Pada subaspek naluri kehidupan masih dibagi lagi menjadi beberapa indikator seperti kebutuhan biologis, mengejar kesenangan, dan merasa beruntung. Pada subaspek naluri kematian memiliki indikator berupa pengrusakan

diri dan bunuh diri. Pada sub aspek kecemasan terdapat indikator seperti kaget, panik, takut, merasa bersalah, dan cemas. Struktur kedua, ego merupakan pengendali id dan superego agar tidak lebih menguasai dari yang lainnya ditemukan sebanyak 14 data. Struktur tersebut mempunyai subaspek seperti represi, proyeksi, pembentukan reaksi, dan regresi. Pada subaspek represi memiliki indikator berupa tidak membebani keluarga, menutup diri, dan mengendalikan diri. Pada subaspek proyeksi terdapat indikator seperti mengalihkan perhatian. Pada subaspek pembentukan reaksi terdapat indikator meliputi membalas dendam dan melampiaskan kemarahan. Pada subaspek regresi memiliki indikator berupa menangis. Struktur ketiga, superego merupakan gambaran kesadaran nilai-nilai yang ditanamkan oleh orang tua, adat istiadat, agama, dan lingkungan ditemukan 6 data. Sub Aspek superego meliputi moralitas dan mengejar kesempurnaan. Pada sub aspek moralitas terdapat indikator berupa tanggung jawab, menghormati sesama, dan pemaaf sesama. Pada subaspek mengejar kesempurnaan ada indikator, yaitu ingin terlihat cantik di mata semua orang.

Dalam penelitian ini struktur kepribadian terdiri dari aspek id, ego, dan superego. Aspek tersebut memiliki subaspek. Subaspek id ada tiga yang meliputi naluri kehidupan, naluri kematian, dan kecemasan. Dalam subaspek terdapat indikator. Indikator id dari subaspek naluri kehidupan, yakni kebutuhan biologis, mengejar kesenangan, dan merasa beruntung. Id merupakan komponen kepribadian yang primitif dan instingtif (berusaha memenuhi kepuasan insting) pada rahim tempat ego dan superego berkembang. Id berada pada prinsip kesenangan (pleasure principle) atau prinsip reduksi ketegangan. Id merupakan sumber energi psikis. Hal tersebut memiliki arti bahwa id merupakan sumber dari insting kehidupan (eros) atau dorongan-dorongan biologis (makan, minum, tidur, dan sebagainya), dan insting kematian atau insting agresif (tanatos) yang menggerakkan tingkah laku (Yusuf & Nurihsan dalam Agustiningsih, 2017).

Pada temuan penelitian ini mengejar kesenangan ditandai dengan Terry berasumsi bahwa karya lukisan yang dibuatnya akan diterima seseorang dengan senang hati. Hal tersebut mengisyaratkan bahwa Terry mengejar kesenangan pada orang lain dengan berharap seseorang itu juga akan senang seperti dirinya. Pernyataan tersebut dapat dibuktikan pada kalimat berikut ini, dia yakin sekali bahwa lelaki itulah yang lebih pantas dia lukis. Dia ingin memberikan lukisan itu kepadanya setelah lukisan ini rampung nanti. *Dia yakin lelaki itu pasti akan senang menerimanya.*

Terry juga mengejar kesenangan melalui musik. Hal tersebut dapat ditandai pada frasa *Terry terhibur dan kagum*. Terhibur dan kagum berarti Terry berhasil mengapresiasi dengan senang hati. Pernyataan tersebut dapat dibuktikan pada kalimat sebagai berikut, *Terry terhibur dan kagum pada pemilik alis tebal yang sedang memangku gitar di depannya.*

Indikator id dari subaspek naluri kematian, yakni pengrusakan diri dan bunuh diri. Indikator id dari subaspek kecemasan, yakni kaget, panik, merasa bersalah, takut, dan cemas. Respons saat mengetahui bahwa hanya dirinya yang selamat dari kecelakaan maut membuatnya depresi. Munculnya depresi karena Terry merasa trauma dengan kejadian yang telah dialaminya. Trauma tersebut direspons dengan pikiran Terry ingin bunuh diri meski pikiran itu kenyataannya masih sebatas hampir melakukannya. Namun, indikator pada respons kognitif ini adalah bunuh diri yang ditandai dengan frasa *mengakhiri hidupnya.*

Percobaan bunuh diri dianggap oleh pelaku sebagai solusi dari masalah yang dihadapi. Selain itu, percobaan tersebut dilakukan untuk mengubah realitas yang terjadi, misalnya seperti kehilangan cinta atau kondisi keluarga yang memperparah keadaan mental pelaku karena timbulnya emosi negatif yang kuat. Pengambilan keputusan dalam bunuh diri cenderung menggunakan pendekatan heuristik yang bersifat tidak sistematis dan cepat. Keputusan ini juga dipengaruhi oleh depresi yang dialami.

Depresi pada pelaku ditandai oleh tiga hal yang kemudian membentuk skema kognitif yang bersifat negatif. Tiga hal tersebut meliputi pandangan negatif pada diri dan masa depan, adanya pengulangan ide bunuh diri, pikiran ambivalen, dan distorsi kognitif yang membuat seseorang tidak bisa berpikir mengenai solusi lain yang lebih baik (Mukarrumah & Nuqul, 2014).

Panik bagian dari kecemasan. Panik adalah gambaran diri secara psikologis yang ditunjukkan dengan ekspresi bingung, gugup, atau takut secara mendadak akibatnya orang yang panik tidak dapat berpikir dengan tenang. Id Terry spontan menanggapi kejadian saat neneknya pingsan dengan segera memeluk neneknya dengan panik. Menurut Yaunin (2012), gangguan panik (*Panic Disorder*) adalah suatu perasaan cemas yang menyerang secara mendadak dan terus menerus disertai perasaan akan datangnya bahaya atau bencana. Panik ditandai dengan ketakutan yang hebat secara tiba-tiba. Gangguan panik disebut juga *anxietas paroksismal episodik*.

Zimbardo (dalam Diliantoro, 2010) menyatakan bahwa takut merupakan reaksi manusia saat mengidentifikasi bahaya eksternal secara objektif yang dapat membuat seseorang merasa diserang pertahanan dirinya. Pernyataan tersebut diperkuat dengan pendapat Seligman (dalam Diliantoro, 2010) yang mengemukakan bahwa takut adalah kondisi emosional yang berasal dari objek spesifik, sedangkan menurut Darwin (dalam Diliantoro, 2010), takut berfungsi untuk memperingatkan potensi bahaya dan defensif yang memicu reaksi fisiologis dan psikologis

Aspek id dari indikator kecemasan yang dimiliki Terry memunculkan kepribadiannya sebagai seseorang yang memiliki rasa takut. Hal tersebut ditandai dengan Terry berusaha menyembunyikan kegelisahannya. Dia takut Kazu akan *ilfeel* jika mengetahui keadaannya kini.

Kecemasan yang meliputi id Terry dalam bentuk merasa bersalah. Merasa bersalah Terry ditunjukkan dengan perilaku meminta maaf pada Sigit karena telah meminum kopinya. Terry membuat kopi baru untuk mengganti yang telah diminum. Menurut Chaplin (2006) rasa bersalah adalah perasaan emosional yang berasosiasi dengan realisasi bahwa seseorang melanggar peraturan sosial, moral, atau etis atau susila. Menurut Sigmund Freud (dalam Semiun, 2006) perasaan bersalah terjadi apabila ego bertindak atau bahkan bermaksud untuk bertindak bertentangan dengan norma-norma moral superego. Freud juga menyebutkan bahwa perasaan bersalah adalah fungsi suara hati yaitu hasil dari pengalaman dengan hukuman yang diberikan orang tua atas tingkah laku yang tidak tepat. Superego merupakan cita-cita dan nilai-nilai anak yang dipelajari dari orang tua dan kebudayaannya. Ketika ego merespon rangsangan dari id yang melanggar superego, maka perasaan bersalah dapat terjadi.

Cemas atau kecemasan merupakan hal yang wajar dan umum terjadi pada seseorang. Kecemasan merupakan respons dari situasi tertentu yang mengancam dan normal terjadi dalam menemukan identitas diri dan arti hidup. Menurut Rochman (2010), ada beberapa gejala-gejala kecemasan, yakni sebagai berikut.

Pertama, ada saja hal-hal yang sangat mencemaskan hati, hampir setiap kejadian menimbulkan rasa takut dan cemas. Kecemasan tersebut merupakan bentuk ketidakberanian terhadap hal-hal yang tidak jelas. *Kedua*, adanya emosi-emosi yang kuat dan sangat tidak stabil. Suka marah dan sering dalam keadaan heboh yang memuncak, sangat rongseng, tetapi sering juga depresi. *Ketiga*, diikuti oleh bermacam-macam fantasi, delusi, dan ilusi. *Keempat*, sering merasa mual dan muntah-muntah, badan terasa sangat lelah, banyak berkeringat, gemetar, dan seringkali menderita diare. *Kelima*, muncul ketegangan dan ketakutan yang kronis menyebabkan tekanan jantung menjadi sangat cepat atau tekanan darah tinggi. Berdasarkan pemaparan di atas, Terry mengalami *tiap detik yang terlewat malah membuat Terry cemas dan bosan menunggu*.

Sub Aspek ego ada empat yang meliputi represi, proyeksi, pembentukan reaksi, dan regresi. Dalam subaspek terdapat indikator. Indikator dari sub aspek represi, yaitu tidak membebani keluarga, menutup diri, dan mengendalikan diri. Indikator dari sub aspek proyeksi, yaitu mengalihkan perhatian. Indikator dari subaspek pembentukan reaksi adalah membalas dendam dan melampiaskan kemarahan. Indikator dari subaspek regresi adalah menangis.

Indikator ego yang pertama adalah tidak membebani keluarga. Tidak membebani keluarga termasuk ke dalam represi. Menurut Agustiniingsih (2017), represi adalah sikap untuk mendorong keluar impuls dari id yang tidak diterima dari alam sadar dan dibawa kembali ke alam bawah sadar. Temuan ini sesuai dengan frasa merasa membebani hidup orang lain. Frasa tersebut disimpulkan menjadi tidak membebani keluarga karena itu hanya pikiran Terry. Kenyataannya nenek dan tantenya sangat menyayanginya. Hal tersebut dapat diketahui dari kutipan pada halaman 24 bahwa Meri dan nenek terlalu dekat secara emosional sehingga mereka merasa iba pada Terry, sekaligus nenek juga mencurahkan banyak kasih sayang tak ternilai padanya.

Menutup diri pada seseorang yang memiliki gangguan psikologis sikap umumnya, yaitu akan menarik diri dari interaksi sosial. Terry menutup diri dari lingkungan sosialnya dan lebih memilih berada di rumah saja tanpa pergi ke luar rumah. Sikap Terry yang merespons trauma dengan perilaku menutup diri dilakukannya saat psikolog dan psikiater mencoba menyembuhkannya sehingga Terry menutup sisi traumatisnya. Sikap ini termasuk ke dalam tindakan represi. Represi merupakan mekanisme yang terjadi ketika memori, pikiran, atau perasaan (kateksis objek: id) yang menimbulkan kecemasan ditekan keluar dari kesadaran oleh antitesis (ego) (Agustiniingsih, 2017). Berikut ini gambaran menutup diri dalam novel, beberapa psikolog dan psikiater datang untuk membantu Terry mengatasi kecemasan dan ketakutannya selama setahun itu. Namun, Terry masih *belum mau membuka diri*. Terry selama ini masih *menutup sisi traumatis* itu dari orang lain. Terry sadar, kini dia harus mencoba membuka sisi itu agar bisa sembuh.

Mengendalikan diri merupakan cara untuk *merepres*. Menurut Yusuf & Nurihsan (dalam Agustiniingsih, 2017), orang cenderung menekan keinginan atau hasrat yang apabila dilakukan dapat menimbulkan perasaan bersalah. Selain itu, orang juga menekan konflik

yang menimbulkan rasa cemas atau menekan memori yang menyakitkan. Cara Terry mengendalikan diri dapat dilihat dari perilaku Terry memegang tangan dan mengendalikan napas. Selain itu, perilaku Terry saat mengendalikan diri dengan tersenyum sekilas.

Temuan penelitian ini, yaitu mengalihkan perhatian merupakan salah satu bentuk dari represi. Represi adalah proses penekanan dorongan-dorongan ke alam tak sadar karena mengancam keamanan ego. Hal tersebut juga dapat diartikan sebagai proses “penguburan” pikiran dan perasaan yang mencemaskan ke alam tak sadar. Represi merupakan mekanisme yang terjadi ketika memori, pikiran, atau perasaan (kateksis objek: id) yang menimbulkan kecemasan ditekan keluar dari kesadaran oleh antitesis (ego) (Agustiningsih, 2017). Orang cenderung menekan keinginan atau hasrat yang apabila dilakukan dapat menimbulkan perasaan bersalah (*guilty feeling*). Selain itu, orang juga menekan konflik yang menimbulkan rasa cemas atau menekan memori (ingatan) yang menyakitkan (Yusuf & Nurihsan dalam Agustiningsih, 2017). Pernyataan tersebut dapat dibuktikan pada kalimat Terry yang sengaja mengucapkan kata *lebay* untuk menutupi salah tingkahnya. Selain itu, Terry berperilaku seperti tidak butuh bantuan orang lain dengan cara meracik kopi sendiri. Padahal biasanya dibantu oleh asisten rumah tangga. Perilaku Terry dimaksudkan agar tidak ketahuan ketika dia berbohong. Dia sengaja ingin memberi kesan bersalah pada Sigit.

Mengalihkan perhatian dilakukan Terry untuk mempertahankan egonya. Mengalihkan perhatian pada kalimat pertama ditandai dengan frasa ucapan itu dan menutupi salah tingkahnya. Ucapan yang dilontarkan Terry seolah-olah untuk mengalihkan perhatian Sigit agar tak fokus pada sikap Terry yang salah tingkah. Selanjutnya, kalimat kedua ditandai dengan frasa memasang tampang datar dan tenang serta agar tak ketahuan berbohong. Frasa tersebut membentuk makna bahwa pengalihan perhatian yang dilakukan Terry agar Sigit tidak mengetahui bahwa Terry telah berbohong padanya dengan cara ekspresi wajahnya yang datar dan tenang.

Mekanisme pertahanan diri pembentukan reaksi merupakan suatu reaksi seseorang terhadap dorongan-dorongan dari luar yang masuk ke dalam dirinya. Setelah mendapatkan dorongan dari luar, seseorang akan membentuk reaksi untuk melindungi egonya dari ancaman yang di depannya. Pembentukan reaksi merupakan pergantian sikap dan tingkah laku yang berlawanan (Agustiningsih, 2017). Terry membentuk reaksi balas dendam untuk melindungi dirinya dari ancaman luar. Saat itu Terry telah meminum kopi buatan pembantunya yang sebenarnya ditujukan untuk Sigit. Terry marah karena rasa kopi itu aneh, sehingga respons kemarahannya yang diberikan pada Sigit melalui balas dendam, pernyataan tersebut dapat dibuktikan pada kalimat berikut ini, Terry terpingkal-pingkal melihatnya. Dia puas sudah menuntaskan dendamnya pada Sigit karena peristiwa kopi melati pagi tadi. Setidaknya, dia berhasil menjahili Sigit.

Melampiasikan kemarahan dalam temuan penelitian ini merupakan salah satu bentuk pembentukan reaksi. Mekanisme pertahanan diri pembentukan reaksi merupakan suatu reaksi seseorang terhadap dorongan-dorongan dari luar yang masuk ke dalam dirinya. Setelah mendapatkan dorongan dari luar, seseorang akan membentuk reaksi untuk melindungi egonya dari ancaman yang di depannya (Agustiningsih, 2017). Melampiasikan kemarahan termasuk reaksi untuk mempertahankan diri dari serangan luar. Saat ego tidak aman Terry bereaksi dengan cara mengumpat. Kata sialan keluar dari mulutnya saat menatap

wajah Sigit di depannya. Sigit tidak sengaja memeluk tubuh Terry agar tidak membentur lantai. Namun, Terry salah paham, sehingga kejadian itu langsung memicu kemarahan Terry.

Ego memiliki subaspek berupa regresi yang di dalamnya terdapat indikator menangis. Regresi menurut Yusuf dan Nurihsan (dalam Agustiningsih, 2017: 30) adalah pengulangan kembali tingkah laku yang cocok bagi tahap perkembangan atau usia sebelumnya (perilaku kekanak-kanakan). Tujuan regresi untuk memperoleh bantuan dalam menghadapi peristiwa traumatik. Sependapat dengan Hilgard (dalam Minderop, 2011), ada dua interpretasi mengenai regresi, yaitu *retrogressive behavior* dan *primitivation*. Pertama, *retrogressive behavior* adalah perilaku seseorang yang mirip anak kecil, menangis dan sangat manja agar memperoleh rasa aman dan perhatian orang lain. Kedua, disebut *primitivation* ketika seorang dewasa bersikap sebagai orang yang tidak berbudaya dan kehilangan kontrol sehingga tidak sungkan untuk berkelahi.

Berdasarkan pendapat tersebut Terry mengalami *retrogressive behavior*. Hal tersebut berupa perilaku seperti anak-anak, yaitu menangis. Terry melampiaskan egonya dengan cara menangis. Dapat dibuktikan dengan kalimat berikut ini, Terry tampak berdiri sambil *menangis* di pintu rumah. Tampaknya dia sangat tersiksa tidak bisa ikut mengantar neneknya. Terry menangis karena tidak bisa mengantar neneknya yang pingsan ke rumah sakit.

Sub aspek superego ada dua yang meliputi moralitas dan mengejar kesempurnaan. Dalam subaspek terdapat indikator. Indikator dari sub aspek moralitas, yaitu tanggung jawab, menghormati sesama, dan pemaaf sesama. Indikator dari subaspek mengejar kesempurnaan, yaitu ingin terlihat cantik di mata semua orang.

Tanggung jawab adalah keadaan wajib menanggung segala sesuatunya kalau terjadi apa-apa boleh dituntut, dipersalahkan, diperkarakan, dan sebagainya. Terry memiliki sikap moral berupa tanggung jawab. Hal tersebut dapat dilihat dari kalimat, aku juga masih menyimpan kuasmu. Masih baru seperti dulu. Pada kalimat tersebut dapat ditandai dengan frasa menyimpan kuasmu dan masih baru seperti dulu. Dua frasa tersebut menunjukkan bahwa Terry memiliki superego yang dapat membedakan baik atau buruk sikapnya terhadap orang lain. Sikap baik Terry berupa tanggung jawab dengan menjaga kuas pemberian Kazu dengan keadaan baru seperti pertama kali saat diberi. Menurut Alwisol (dalam Agustiningsih, 2017), superego adalah kekuatan moral dan etika kepribadian yang beroperasi memakai prinsip idealistik (*idealistic principle*) sebagai lawan dari prinsip kepuasan id dan prinsip realistik dari ego. Superego berkembang dari ego yang sama-sama tidak mempunyai energi sendiri. Sama seperti id, superego tidak mempunyai kontak dengan dunia luar. Oleh karena itu, standar kesempurnaan yang diperjuangkan tidak realistik.

Terry memiliki sikap moral, yaitu menghormati sesama. Hal tersebut ditandai dengan kalimat jatuh cinta itu tak bisa dipaksa dan diukur dengan materi. Makna dari kalimat tersebut adalah Terry menghargai Sigit tanpa memandang apapun. Kutipan kalimat menghargai sesama seperti berikut ini, "Aku tahu apa yang kamu pikirkan. Perbedaan sosial itu, kan? Aku berusaha ngerti, Git. *Jatuh cinta itu tak bisa dipaksa dan diukur dengan materi*. Aku bahagia bisa mengenalmu..." Superego Terry bisa dilihat dari sikap moral Terry yang mengkhawatirkan perasaan Sigit karena perbedaan sosial mereka, tetapi Terry dapat meyakinkan Sigit. Terry menunjukkan sikapnya dengan ungkapan jatuh cinta itu tak bisa

dipaksa dan diukur dengan materi dan bahagia telah mengenal Sigit. Hal tersebut merupakan cara Terry menghormati sesama manusia tanpa melihat latar belakang seseorang.

Terry memiliki sikap moralitas memaafkan kepada sesama. Terry memaafkan Kazu, meskipun sebenarnya Terry kecewa dengan Kazu, tetapi Terry tetap memaafkan Kazu. Pernyataan tersebut dapat dibuktikan pada kalimat berikut ini, "...Ketika kau tak kunjung kembali, aku sempat kecewa padamu. Tapi lewat kuas itu, aku ingat janji kita. Aku mencoba selalu percaya padamu. Dan saat kau datang dan menjelaskan padaku semuanya, aku *memaafkanmu* begitu saja karena aku percaya kau selalu jujur padaku."

Superego yang ada pada diri Terry, yaitu sebagai orang yang pemaaf. Setiap manusia memiliki rasa dan penilaian terhadap orang lain. Terry yang memiliki jiwa pemaaf merupakan salah satu wujud superego berupa moralitas dalam dirinya. Hal ini menunjukkan superego Terry dapat membedakan baik atau buruk sikapnya terhadap orang lain. Selain itu, Terry juga memaafkan Sigit, seperti pada kalimat, "Maafkan aku, ya." Pinta Sigit. Terry *mengangguk*, lalu tersenyum. Pada kalimat tersebut terlihat dari perilaku Terry yang mengangguk saat Sigit meminta maaf. Anggukan bisa diartikan bahwa Terry memaafkan Sigit. Manusia sebagai makhluk sosial perlu memiliki sikap pemaaf untuk menjaga kelangsungan hidup dalam bersosialisasi di masyarakat. Selain itu, sikap pemaaf juga menunjukkan moral yang dimiliki seseorang. Menurut Agustiningsih (2017), fungsi utama superego adalah 1) sebagai pengendali dorongan-dorongan atau impuls-impuls naluri id agar impuls-impuls tersebut disalurkan dalam cara atau bentuk yang dapat diterima oleh masyarakat, 2) mengarahkan ego pada tujuan-tujuan yang sesuai dengan moral ketimbang dengan kenyataan, dan 3) mendorong individu kepada kesempurnaan. Pada superego dengan temuan sub aspek moralitas dan indikator pemaaf sesama yang sesuai dengan pernyataan tersebut adalah mengendalikan impuls id agar diterima masyarakat dan mengarahkan ego pada tujuan sesuai moral.

Tokoh Terry mengejar kesempurnaan ditunjukkan dengan sikapnya yang ingin tampil sempurna di depan semua orang. Terry membuat penampilannya dengan istimewa sesuai dengan keinginannya. Pernyataan tersebut dapat dibuktikan pada kalimat berikut, *kebaya warna pink lembut* dengan hiasan manik-manik merah marun berpadu indah dengan hiasan bunga melati pada *gelungan rambut* Terry. *Make up* Terry tampak sangat natural dengan lipstik senada kebaya.

Kutipan tersebut menunjukkan sikap mengejar kesempurnaan yang digambarkan Ketika Terry ingin tampil sempurna dan istimewa Ketika pesta pernikahan tantenya. Hal tersebut dapat dilihat dengan usaha yang membuat dirinya untuk tampil secantik mungkin, dengan pakaian kebaya warna merah muda lembut, gelungan rambut dan *make up*. Terry ingin membuat semua orang yang melihatnya terpesona dengan kecantikannya. Menurut Yusuf & Nurihsan (dalam Agustiningsih, 2017), superego berfungsi 1) merintangi dorongan-dorongan id, terutama dorongan seksual dan agresif, karena dalam perwujudannya sangat dikutuk oleh masyarakat. 2) mendorong ego untuk mengubah tujuan-tujuan realistik menjadi moralistik, dan 3) berupaya mengejar kesempurnaan. Dari pernyataan tersebut, fungsi superego Terry untuk mengejar kesempurnaan.

4. Simpulan

Total keseluruhan temuan penelitian ada 108 data. Tipe trauma dengan data terbanyak, yakni trauma situasional ada 3 data. Respons trauma dengan data terbanyak, yaitu

respons perilaku sejumlah 18 data. Pada struktur kepribadian ditemukan data terbanyak, yakni struktur kepribadian id sebesar 36 data.

Daftar Rujukan

- Agustiniingsih, F. (2017). *Psikologi tokoh dalam novel Pasung Jiwa karya Okky Madasari: Tinjauan Psikoanalisis*. Skripsi. Malang: FS UM.
- Arohmah, H., Wardhani, N. E., & Suryanto, E. (2018). Kepribadian tokoh utama novel 9 Summers 10 Autumns karya Iwan Setyawan. *BASASTRA: Jurnal Bahasa, Sastra, dan Pengajarannya*, 6(1), 127-144.
- Chaplin, J.P. (2006). *Kamus lengkap psikologi (terjemah Kartini Kartono)*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Diliantoro, S.L.M. (2010). *Gambaran ketakutan pada kaum muda di Yogyakarta*. Skripsi. Yogyakarta: USD
- Endraswara, S. (2011). *Metodologi penelitian sastra: Epistemologi, model, teori, dan aplikasi*. Yogyakarta: CAPS.
- Endraswara, S. (2008). *Metode penelitian psikologi sastra: Teori, langkah, dan aplikasi*. Yogyakarta: CAPS.
- Hatta, K. (2016). *Trauma dan pemulihannya: Suatu kajian berdasarkan kasus pasca konflik dan tsunami*. Banda Aceh: Dakwah Ar-Raniry Press.
- Hidayati, K. B., & Farid, M. (2016). Konsep diri, adversity quotient, dan penyesuaian diri pada remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(02), 137-144.
- Khakim, F. (2018). *Janji Pelangi*. Jakarta: Bhuana Sastra.
- Minderop, A. (2011). *Psikologi sastra: Karya sastra, metode, teori, dan contoh kasus*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Mukarromah, L. & Nuqul, F. L. (2014). Dinamika psikologis pada pelaku percobaan bunuh diri. *Jurnal Psikoislamika*, 11(2).
- Nareza, M. (2020). *Memahami quarter life crisis dan cara mengatasinya*. (Online).
- Nurgiyantoro, B. (2012). *Teori pengkajian fiksi*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Pane, M. D. C. (2020). *Agoraphobia*. (Online).
- Putro, A.T.H. (2013). *Dampak psikologi kecelakaan lalu lintas*. Skripsi. Surakarta: Psikologi UMS
- Ramadhani, R. (2016). *Konflik psikologis tokoh dalam novel Rindu karya Tere Liye (Kajian psikologi sastra)*. Tesis. Jakarta: UHAMKA
- Rochman, K.L. (2010). *Kesehatan mental*. Purwokerto: Fajar Media Press.
- Santrock, J. W. (2002). *Life span development*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Semiun, Y. (2006). *Teori kepribadian dan terapi psikoanalitik Freud*. Yogyakarta: Kanisius.
- Shofiyatun. (2009). *Konflik psikologis tokoh utama dalam novel Tuhan, Izinkan Aku Menjadi Pelacur karya Muhidin M. Dahlan*. Skripsi. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Wardhani, Y. K. (2014). *Trauma kejiwaan tokoh utama novel Dream Karya Joannes Rhino*. Skripsi. Yogyakarta: FBS UNY
- Wijayaatmaja, Y. P. (2020). *Kecelakaan lalu lintas tunjukkan tren kenaikan* (Online).
- Yarta, A. H., Nurizzati., & Nst, B. (2012). Kepribadian tokoh utama dalam novel *Sebelas Patriot* karya Andrea Hirata: Kajian psikoanalisis. *Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 1(1).
- Yaunin, Y. (2012). Gangguan panik dengan agorafobia. *Majalah Kedokteran Andalas*, 2(36).
- Yunita, W., Suwandi, S., & Suryanti, E. (2018). Kepribadian tokoh utama dan nilai kerja keras dalam novel Rantau 1 Muara karya Fuadi serta relevansinya dengan pembelajaran apresiasi sastra di SMA. *BASASTRA: Jurnal Bahasa, Sastra, dan Pengajarannya*, 6(2), 191-202.