

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sastra merupakan hasil dari sebuah bentuk kreativitas seni yang disampaikan oleh pengarang dengan cara menceritakan kisah yang didalamnya mengandung nilai estetika (Salsabila *dkk.*, 2023). Karya sastra biasanya diciptakan dari gambaran kehidupan manusia. Oleh karena itu, karya sastra sering dianggap sebagai cerminan dari realitas sosial (Azizah *dkk.*, 2019). Karya sastra menjadi sarana bagi pengarang untuk menuangkan ide, pemikiran, serta kreativitas yang ingin disampaikannya. Karya sastra memiliki berbagai jenis, sehingga para penikmat dapat menikmati beragam bentuk karya sastra. Setiap jenis memiliki ciri masing-masing sehingga jenis yang satu berbeda dengan jenis yang lainnya. Jenis-jenis karya sastra berdasarkan zaman pembuatannya yaitu karya sastra lama dan karya sastra baru. Karya sastra lama diantaranya syair, pantun, talibun, dan gurindam (Ahyar, 2019). Sementara karya sastra baru diantaranya ialah novel romantis dan komik (Amalia *dkk.*, 2022). Diantara jenis-jenis karya sastra yang dapat dianalisis salah satunya ialah novel.

Novel merupakan karya sastra berbentuk prosa panjang yang memaparkan kisah hidup tokoh utama berserta orang-orang yang di sekitarnya (Hakhim, 2022). Cerita dalam sebuah novel adalah karya imajinasi pengarang yang menggambarkan berbagai masalah kehidupan manusia dengan karakter yang berbeda-beda. Menurut Nurgiantoro (2018) novel merupakan sebuah cerita yang disajikan lebih banyak, detail, rinci, serta dapat melibatkan permasalahan yang rumit. Pengarang dalam menciptakan sebuah novel mampu menggambarkan kisah tokoh yang dihidupkannya berdasarkan pengalaman pribadi atau dari orang lain. Menurut

Wicaksono (dalam Khairunnisa *dkk.*, 2023) novel memiliki cerita yang lebih kompleks dan lengkap dari pada cerita pendek.

Novel sebagai karya fiksi, terdiri dari berbagai komponen pembentuk yakni unsur ekstrinsik dan intrinsik. Kedua unsur tersebut mampu membangun keutuhan cerita sehingga menghasilkan jalan cerita yang menarik (Supriyanto *dkk.*, 2023). Unsur ekstrinsik dikenal dengan istilah unsur luar sastra yang ikut mempengaruhi penciptaan karya sastra (Widayati, 2020). Unsur ekstrinsik mencakup faktor-faktor dari luar karya, seperti latar belakang kehidupan pengarang, serta keyakinan dan pandangan hidupnya. Sementara itu, unsur intrinsik berasal dari dalam karya itu sendiri dan berperan membangun keseluruhan cerita, meliputi tema, alur, tokoh beserta penokohnya, latar, gaya bahasa, amanat, serta sudut pandang (Nurgiantoro, 2018).

Salah satu bagian unsur intrinsik yang memegang peran penting dalam cerita ialah tokoh. Tokoh merupakan pelaku dalam sebuah cerita. Melalui tokoh, pengarang dapat menciptakan peristiwa atau kejadian yang menggambarkan berbagai realitas kehidupan. Tokoh menjadi pelaku yang memiliki watak dan karakter dalam jalannya cerita, salah satunya tokoh utama yang selalu diutamakan oleh pengarang (Nurgiantoro, 2018). Pada setiap tokoh yang ditampilkan dalam sebuah cerita tentu mengalami berbagai konflik, baik konflik batin atau krisis dalam hidupnya. Konflik yang dihadirkan tersebut memunculkan gambaran kondisi kejiwaan atau psikologi tokoh yang dapat dirasakan oleh pembaca. Untuk mengungkap permasalahan dan konflik psikologis dalam sebuah novel, diperlukan suatu pendekatan, salah satu pendekatan yang tepat adalah psikologi sastra.

Psikologi sastra adalah ilmu yang mempelajari tentang kejiwaan dari setiap tokoh dalam karya sastra. Secara garis besar psikologi sastra menitikberatkan terhadap tingkah laku kejiwaan yang dituangkan pada karakter tokoh dalam karya sastra. Sugiati (dalam Purba 2020) Psikologi sastra merupakan cabang ilmu sastra yang mempelajari karya sastra dari perspektif psikologi, dengan fokus pada aspek kejiwaan. Sehingga psikologi sastra berasal dari psikis atau jiwa dari pengarang ataupun jiwa para tokoh yang ditulis dalam bentuk karya sastra oleh pengarang. karya sastra dapat dianalisis dari berbagai aspek salah satunya yaitu depresi tokoh utama.

Depresi sebagai salah satu gangguan yang sering tidak disadari baik oleh penderita maupun orang yang disekitarnya. Depresi dapat dialami oleh anak-anak, remaja, dewasa, hingga lansia. Depresi menjadi salah satu gangguan kesehatan mental yang semakin sering ditemukan di kalangan siswa kelas XII, generasi ini tumbuh di era digital yang serba cepat yang merupakan kelompok usia produktif dengan berbagai tuntutan sosial dan akademik serta ekspektasi yang tinggi dari lingkungan, sehingga sering memicu munculnya gangguan depresi (Maria, 2025).

Kondisi depresi sering kali tidak disadari oleh individu, sehingga banyak siswa tidak memahami bahwa perubahan emosi, cara berpikir, dan perilaku yang mereka alami merupakan tanda gangguan kesehatan mental. depresi yang tidak disadari membuat seseorang menganggap perasaan sedih, lelah, dan tidak bersemangat sebagai hal biasa, sehingga kondisi tersebut sering diabaikan dan tidak ditangani dengan baik. Hal ini dapat mempengaruhi kesehatan mental siswa yang masih berada pada masa remaja. Oleh karena itu, siswa perlu dibantu agar lebih sadar dan memahami kondisi perasaannya sendiri. salah satu cara yang dapat

dilakukan adalah melalui cerita dalam penggunaan novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* sebagai sarana untuk menumbuhkan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental pada siswa. Melalui cerita tokoh dan peristiwa yang dialami siswa diajak memahami kondisi emosional, mengenali perasannya sendiri serta memaknai kehidupan secara lebih positif.

Hasil dari perhimpunan dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJ) yang dilakukan pemeriksaan masalah depresi pada tahun 2020 terdapat 69,3% tahun 2021-2022 terdapat 77,2%. Pada tahun 2023, menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) dari Kemenkes RI, jumlah kasus depresi secara nasional sebesar 1,4% dengan angka tertinggi pada kelompok usia 15-24 tahun mencapai 2%. Pada tahun 2024 jumlah perkiraan sekitar 3,24%. Menurut World Health Organization (WHO) 2017 (dalam Maemunah, 2021), Indonesia berada di urutan ke-lima dengan jumlah gangguan depresi sebesar 3,7% gangguan depresi. Angka tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara kebutuhan penanganan kesehatan mental dengan layanan yang tersedia, khususnya dalam lingkup pendidikan. Sejalan dalam jurnal Haryanti (2024), layanan kesehatan dinilai belum mampu merespons tingginya kasus gangguan mental, sehingga muncul jarak yang besar antara kebutuhan perawatan dengan ketersediaan layanan yang ada.

Gangguan depresi bisa menghambat tumbuh kembang seorang anak pada usia anak-anak sampai dewasa. Idealnya, siswa mendapatkan pendampingan yang memadai dengan mengatasi tekanan psikologis, akan tetapi masih banyak yang belum mendapatkan perhatian serius. Gangguan depresi hingga saat ini menjadi masalah dalam kesehatan, dengan berbagai macam gangguan depresi yang dialami oleh seseorang hingga adanya keinginan bunuh diri.

Pada pembelajaran pentingnya untuk mengenalkan pemahaman tentang gejala depresi untuk menumbuhkan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental agar siswa lebih sadar dan memahami kondisi mental yang dialami, sehingga tekanan psikologis tidak dianggap sebagai hal biasa. Seperti yang dijelaskan sebelumnya masih banyak siswa yang belum mendapatkan perhatian yang cukup terkait kesehatan mental, maka diperlukan suatu pemahaman tentang kesehatan mental. Pemahaman tersebut diwujudkan dalam bentuk modul ajar sebagai pendamping pembelajaran agar siswa lebih sadar dan memahami kondisinya sehingga tidak terjadinya depresi.

Menurut Beck dan Alford (2009) istilah depresi sering digunakan untuk menunjukkan pola penyimpangan yang kompleks dalam perasaan, kognisi, dan perilaku yang tidak dipresentasikan sebagai gangguan kejiwaan diskrit. Berdasarkan Beck dan Alford dapat disimpulkan bahwa depresi merupakan gangguan yang berkaitan dengan adanya penyimpangan terhadap perasaan, pola pikir, dan perilaku terhadap dirinya sendiri. Depresi dapat membuat seseorang menjadi gila apabila sudah mengalami depresi berat. Pada tingkat keparahan depresi dapat dilihat dari tingkat gejala depresi karena tingkat gejala depresi mempengaruhi psikologi seseorang. Terdapat beberapa teori yang menjelaskan tentang gejala depresi yang mempengaruhi psikologi seseorang salah satunya teori yang dipakai dalam penelitian ini bertujuan untuk mengkaji sastra novel yaitu teori gejala depresi Beck dan Alford.

Menurut Beck dan Alfod (2009:17—38) terdapat enam gejala depresi yaitu: (1) Manifestasi Emosional aspek yang mengalami depresi akan mengalami perubahan perasaan atau suasana sedih, (2) Manifestasi Kognitif, individu yang

memiliki gangguan depresi dengan adanya sikap terdistoris terhadap diri sendiri, pengalaman pribadi, masa depan, (3) Manifestasi Motivasi aspek ini termasuk keinginan, dan dorongan yang dialami secara sadar yang menonjol dalam depresi, (4) Manifestasi Fisik, individu yang mengalami depresi dengan mengalami gangguan tidur, hilangnya nafsu makan, mudah lelah, hilangnya gairah seksual, (5) Khayalan ada beberapa kategori: tidak berharga, penuh dosa, nihilistik, somatik, kemiskinan. (6) Halusinasi. Pada gejala ini dapat dilihat dari penampilan dan berkurangnya aktivitas enam aspek tersebut. Dari enam gejala menurut Beck & Alford (2009), dapat mengetahui berbagai gejala yang menimbulkan munculnya depresi pada seseorang.

Teori Beck & Alford dapat digunakan untuk mengkaji psikologi tokoh mengenai gejala depresi yang dialami tokoh dalam karya sastra salah satunya ialah novel. Novel yang dapat dianalisis menggunakan teori ini ialah novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Kharisna. Brian Kharisna merupakan seorang penulis asal Bandung yang telah menulis berbagai judul novel dan cerita pendek yang sering mengandung unsur realisme kehidupan sehari-hari. Pada perjalanan menulisnya, Brian Kharisna mencoba untuk menulis sebuah novel yang menyentuh isu mental health. Novel tersebut diberi judul *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* yang diterbitkan oleh Gramedia Widiasara pada tahun 2025 dengan tebal 216 halaman. Novel tersebut termasuk ke dalam genre fiksi remaja yang membahas tema mental health.

Novel tersebut menceritakan sebuah kisah tokoh utama yang mengalami tekanan batin hingga terjadinya keinginan untuk bunuh diri. Novel tersebut menggambarkan bagaimana tokoh utama mengalami depresi secara mendalam.

Gejala tersebut dapat terlihat pada tokoh bernama Ale yang mengalami berbagai masalah di kehidupannya serta pikiran bunuh diri yang berulang-ulang. Gejala lainnya juga diperlihatkan berupa hilangnya motivasi, gangguan tidur, dan penolakan terhadap interaksi sosial. Hal tersebut sangat penting dikaji karena penelitian ini tidak hanya memberikan kontribusi dalam ranah psikologi sastra, tetapi juga menghadirkan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental, khususnya bagi siswa yang sering mendapatkan tekanan akademik, sosial, maupun keluarga.

Kajian penelitian tentang gejala depresi dengan menggunakan teori Aaron Beck sudah banyak dilakukan oleh peneliti lain, yang dapat digunakan sebagai referensi dalam melakukan penelitian yang mungkin memiliki kesamaan teori dengan sudut pandang yang berbeda, akan tetapi belum ada penelitian tentang gejala depresi di kaitkan dengan relevansi terhadap pembelajaran bahasa Indonesia kelas XII. Penelitian mengenai gejala depresi dalam karya sastra pernah juga ditulis oleh Siti Maemunah yang berjudul *Gejala Depresi Tokoh Utama Dalam Novel Represi* Karya Fakhrisna Amalia. Seorang penulis mengangkat kajian gejala depresi yang dialami tokoh Shira dalam novel dengan menggunakan teori Beck dari pandangan Lubis, akan tetapi kajian tersebut hanya memfokuskan empat aspek gejala depresi saja yaitu, Manifestasi Emosional, Kognitif, Motivasi, Fisik. Hasil penelitian menemukan aspek gejala depresi tokoh utama dan menjelaskan gejala depresi yang dialami tokoh Shira. Gejala yang paling dominan dalam penelitian tersebut gejala emosional, yang ditandai dengan penurunan suasana hati dan perubahan perilaku akibat kondisi emosional tokoh

Perbedaan penelitian Siti Maemunah dengan penelitian ini terletak pada objek penelitian. Siti Maemunah meneliti novel *Represi* Karya Fakhrisna Amalia

dengan menggunakan teori Beck yang hanya memfokuskan pada aspek gejala depresi dari pandangan lubis. Sedangkan penelitian ini menggunakan objek novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* dengan menggunakan aspek gejala depresi menurut Beck dan Alford dengan mengaitkannya terhadap pembelajaran bahasa Indonesia.

Penelitian ini memiliki kebaruan dalam menganalisis tokoh utama mengenai gejala depresi menggunakan teori Beck dan Alford yaitu: (1) Manifestasi Emosional, (2) Manifestasi Kognitif, (3) Manifestasi Motivasi, (4) Manifestasi fisik, (5) Delusi, (6) Halusinasi, selain itu kebaruan tersebut juga terlihat pada objek yang digunakan, objek yang digunakan dalam penelitian ini belum banyak diteliti. Novel yang dijadikan sebagai objek penelitian bisa tergolong novel baru. Penelitian ini mengaitkan dengan relevansinya terhadap pembelajaran bahasa Indonesia kelas XII SMA dengan bentuk kesadaran siswa terhadap kondisi emosi, pikiran, perilaku.

Pada pembelajaran Bahasa Indonesia di sekolah, peserta didik tidak hanya dituntut memahami isi dan unsur pembangun novel, tetapi juga mampu menganalisis karakter tokoh beserta permasalahan yang dialaminya. Analisis tokoh merupakan salah satu aspek penting dalam pembelajaran novel karena melalui tokoh, peserta didik dapat memahami berbagai nilai kehidupan yang disampaikan pengarang. Namun, pembelajaran novel sering kali lebih fokus pada identifikasi unsur intrinsik, seperti tema, alur, latar dan penokohan secara umum. Akibatnya, pemahaman peserta didik terhadap konflik batin dan permasalahan yang dialami tokoh belum dikaji secara mendalam.

Kondisi tersebut, diperlukan bahan pembelajaran yang dapat membantu peserta didik memahami karakter tokoh secara lebih mendalam. Hasil penelitian

mengenai gejala depresi tokoh utama dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna dapat dimanfaatkan sebagai salah satu alternatif bahan pembelajaran pada materi analisis tokoh dan penokohan dalam novel. Melalui hasil penelitian tersebut, peserta didik tidak hanya mengetahui karakter tokoh, tetapi juga memahami kondisi psikologis yang mempengaruhi pikiran, perasaan, dan perilaku tokoh dalam cerita.

Kajian teori Beck & Alford mengenai gejala depresi, penelitian ini diharapkan mampu menghadirkan relevansi yang kuat dalam pembelajaran Bahasa Indonesia kelas XII, khususnya melalui kajian psikologi sastra terhadap gejala depresi tokoh utama sebagai sarana meningkatkan pemahaman nilai kehidupan serta kesadaran emosional. Relevansi ini terwujud dalam pemanfaatan kalimat, narasi atau dialog tokoh utama yang bersumber dari novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna sebagai bahan ajar dalam kegiatan apresiasi novel. Melalui kegiatan membaca dan menganalisis teks, siswa diajak untuk memahami kondisi psikologis tokoh, mengenali gejala depresi yang tergambar dalam cerita serta menafsirkan makna yang terkandung di dalamnya.

Berdasarkan relevansi tersebut, penelitian ini diwujudkan dalam bentuk modul ajar pada pembelajaran bahasa Indonesia kelas XII SMA. Pemilihan kelas XII didasarkan pada kondisi psikologis peserta didik yang berada pada fase remaja akhir, yaitu tahapan ketika siswa mulai menghadapi tekanan akademik, kekhawatiran terhadap masa depan. Pada fase ini, siswa sering mengalami tekanan batin yang belum sepenuhnya disadari atau dipahami, sehingga kajian gejala depresi tokoh dalam novel relevan dengan pengalaman emosional mereka. Secara segi pembelajaran, siswa kelas XII telah memiliki kemampuan berpikir kritis dan

reflektif untuk menganalisis unsur-unsur novel, termasuk aspek psikologis tokoh. Secara kurikulum, pembelajaran fase F menuntut siswa untuk menganalisis dan mengevaluasi teks sastra serta merefleksikan nilai kehidupan yang terkandung di dalamnya. Dengan demikian, modul ajar berbasis kajian gejala depresi tokoh dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna relevan digunakan dalam pembelajaran Bahasa Indonesia kelas XII SMA secara kontekstual, reflektif dan bermakna.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalahnya sebagai berikut.

- 1) Bagaimanakah gambaran gejala depresi pada tokoh utama Ale dalam *novel Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna?
- 2) Bagaimanakah relevansinya dengan pembelajaran bahasa Indonesia siswa kelas XII SMA melalui hasil kajian gejala depresi tokoh utama dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati*?

1.3 Tujuan Penelitian

Sehubungan dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini sebagai berikut.

- 1) Mendeskripsikan gejala depresi tokoh utama dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna berdasarkan teori Aaron T. Beck dan Brad A. Alford.
- 2) Mendeskripsikan relevansi dengan pembelajaran bahasa Indonesia kelas XII melalui hasil kajian gejala depresi tokoh utama dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat secara teoritis dan secara praktis. Kedua manfaat tersebut diantaranya yaitu.

1) Manfaat Teoretis

Secara teoretis manfaat penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian sastra dengan perspektif psikologi Beck dan Alford khususnya yang berkaitan mengenai gejala depresi tokoh utama dalam sebuah cerita fiksi. Penelitian ini juga dapat digunakan untuk mengembangkan penelitian-penelitian selanjutnya dalam bidang psikologi, khususnya analisis depresi melalui sudut pandang Aaron T. Beck & Alford pada tokoh utama dalam sebuah cerita fiksi.

2) Manfaat Praktis

a) Bagi mahasiswa

Hasil penelitian ini mampu memberikan pengetahuan dan dapat menambah wawasan mengenai gejala depresi.

b) Bagi Guru dan pendidik

Hasil penelitian ini dapat membantu guru memahami kondisi psikologis siswa, khususnya yang berkaitan dengan depresi. Guru juga dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai acuan untuk menciptakan suasana belajar yang lebih memahami dan mendukung kesehatan mental peserta didik.

c) Bagi Siswa

Penelitian ini membantu siswa memahami dan penyadaran kesehatan mental, mengenali gejala depresi, serta menumbuhkan empati dan kesadaran untuk menjaga kondisi emosional diri sendiri.

d) Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian sejenis yang mengkaji tentang karya sastra novel khususnya gejala depresi pada tokoh utama.

1.5 Asumsi Penelitian

Berdasarkan judul penelitian tersebut, maka penelitian ini berasumsi bahwa karya sastra, khususnya novel tidak hanya berperan sebagai hiburan, tetapi sebagai gambaran psikologis kehidupan manusia. Melalui pendekatan psikologi sastra, tokoh dalam novel dapat dijadikan cerminan nyata dari gejala-gejala kejiwaan yang dialami manusia di kehidupan sehari-hari. Penelitian ini berasumsikan dari pandangan Beck & Alford bahwa depresi memiliki gejala yaitu, kehilangan minat dan kegembiraan, berkurangnya konsentrasi, rendahnya rasa percaya diri, perasaan bersalah dan tidak berguna, pandangan pesimis terhadap masa depan dan keinginan untuk bunuh diri. Hal tersebut diasumsikan pada tokoh utama dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* terdapat gejala depresi yang tercermin dalam teori Beck & Alford. Kajian terhadap gejala depresi pada tokoh utama diasumsikan dapat memberikan pemahaman pentingnya kesadaran tentang kesehatan mental. Selain itu siswa dapat belajar mengetahui gejala-gejala awal gangguan mental, memahami pentingnya dukungan sosial, serta menumbuhkan empati terhadap kondisi psikologis diri dan orang lain.

1.6 Definisi Istilah

Definisi istilah ini bermaksud untuk memberikan pengertian operasional untuk mencegah adanya pemahaman yang berbeda terhadap istilah-istilah yang dipakai. Dalam penelitian ini untuk mengetahui gejala depresi pada sebuah novel

dalam judul Gejala Depresi pada Tokoh Utama Dalam Novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Khrisna. Definisi istilah dalam hal ini adalah sebagai berikut.

- 1) Psikologi Sastra adalah ilmu yang mempelajari tentang kejiwaan seseorang dalam suatu karya sastra
- 2) Gejala adalah tanda-tanda atau keluhan yang dirasakan oleh seseorang, terutama dalam konteks kesehatan.
- 3) Gejala depresi adalah tanda-tanda pada perasaan seseorang yang muncul tanpa disadari dan dapat mengganggu kesehatan mentalnya.
- 4) Tokoh utama adalah merupakan orang yang memengaruhi jalannya cerita dalam suatu karya sastra
- 5) Novel adalah salah satu karya sastra tulis dengan berbagai imajinasi pengarang yang di dalamnya menceritakan tentang permasalahan kehidupan seseorang dengan orang yang ada di lingkungan sekitar.
- 6) Relevansi adalah hubungan atau keterikatan antara suatu hal dengan hal lainnya sehingga keduanya saling mendukung dan sesuai