

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Karya sastra adalah suatu karya tulis yang mencakup ungkapan perasaan manusia pemikiran, pengalaman, ide, semangat dan keyakinannya. Karya sastra ditulis dengan bahasa yang indah terstruktur, dan memiliki nilai – nilai kebaikan, nilai moral dan keindahan (Sumardjo & Saini 1992:3). Salah satu bentuk karya sastra adalah novel. Novel adalah sebuah karya fiksi yang merupakan karangan panjang manusia tentang kehidupan manusia dan masyarakat. Oleh karena itu novel merupakan salah satu bentuk karya sastra yang dapat menjadi objek penelitian tentang kehidupan manusia, karena novel bisa menjadi cermin masyarakat yang merefleksikan nilai-nilai, norma, dan konflik yang ada di kehidupan masyarakat (Burhan Nurgiyantoro 2010:11).

Salah satu aspek penting dalam novel adalah tokoh yang berperan memainkan cerita. Tokoh dalam novel tidak hanya berfungsi sebagai pelaku di dalam cerita, tetapi sebagai alat untuk menggambarkan dinamika sosial, politik, dan psikologis yang ada di dalam masyarakat. Tokoh di dalam novel dijadikan penulis untuk menyampaikan apa yang dirasakan, direnungkan, difikirkan dan disampaikan kepada pembaca. Oleh karena itu, penelitian terhadap karya sastra berupa novel dapat membantu memahami psikologi karakter tokoh, sehingga memberikan wawasan yang lebih dalam mengenai perilaku dan motivasi manusia, serta isu-isu yang relevan dalam bidang psikologi.

Salah satu novel yang menarik diteliti adalah novel berjudul “*Not Me*” karya Caay. Penelitian ini membahas aspek psikologis gejala PTSD yang muncul dalam novel *Not Me* karya Caay, khususnya yang berkaitan dengan pengaruh lingkungan masyarakat terhadap kondisi psikologis tokoh utama Cakrawala. Cakrawala menjadi fokus dalam penelitian ini, Cakrawala yang mengalami konflik batin sebagai akibat dari tekanan sosial dan norma-norma yang berlaku di sekitarnya. Salah satunya gangguan mental Post – Traumatic Stress Disorder (PTSD). Novel ini menarik untuk diteliti karena telah dibaca lebih dari 5,6 juta kali di Wattpad dan viral di tik tok dengan tayangan lebih dari 11,4 juta. Selain novel ini banyak diminati oleh banyak orang, cerita dalam novel ini juga terinspirasi dari kehidupan sang penulis yang dijelaskan pada halaman cover belakang novel yaitu *bully* dan *body shaming*.

Penulis novel tersebut pernah menjadi korban *bully* dan *body shaming*, penulis berkata bahwa hal tersebut sudah menjadi makanan sehari-hari. *Bully* adalah bentuk kekerasan atau penindasan, yang dilakukan dengan sengaja oleh satu orang atau lebih. Sedangkan *body shaming* adalah tindakan mengejek atau menghina dengan mengomentari bentuk tubuh ataupun penampilan seseorang. Melalui novel *Not Me* ini, penulis ingin menyampaikan bahwa tidak semua hal bisa dibuat candaan. Penulis juga mengharapkan dengan adanya novel ini dapat menyadarkan pelaku *bully* atau *body shaming* untuk tidak melakukan perbuatan tersebut. Dampak yang di akibatkan cukup fatal kepada korban yaitu rusaknya mental seseorang dan dapat menyebabkan trauma.

Psikologis manusia memiliki banyak ragam dan bentuk reaksi dalam menerima dan mengekspresikan perasaan saat kejadian yang sedang atau telah terjadi. Ekspresi itu dapat dikatakan sebagai suatu respon manusia.

Suatu kejadian seperti *bully* dan *body shaming* bisa memberikan dampak yang menjurus pada hal yang negatif seperti rasa pilu atau kejadian kesedihan dalam kehidupan sehari – hari manusia. Rasa pilu tersebut berdampak trauma mendalam bagi manusia yang mengalaminya. Trauma adalah tekanan emosional dan psikologis akibat peristiwa yang tidak menyenangkan ataupun pengalaman berkaitan dengan kekerasan, dan sehingga menimbulkan stres yang berlebihan.

Salah satu gangguan psikologis pada manusia adalah PTSD. PTSD dialami oleh seseorang ketika mengalami pengalaman yang menyedihkan, suatu pola mengesampingkan emosi, dan keadaan terus waspada yang terus-menerus (Kaplan dan Sadocks 2004;255. PTSD juga merupakan gangguan mental yang adanya tekanan permanen sehingga membuat seseorang memiliki rasa tidak berdaya atau takut setelah terjadinya peristiwa yang mengancam (Aprily et al., 2022).

Hal ini yang tergambar pada tokoh utama “Cakrawala” dalam novel “*Not Me*” yang mengidap gangguan mental yaitu PTSD. Cakrawala mendapatkan peristiwa kekerasan berupa kekerasan fisik dan kekerasan verbal di lingkungan keluarga nya sedari kecil. Tidak hanya itu, Cakrawala juga menjadi korban bully di sekolahnya. Oleh karena itu, Cakrawala didalam novel *Not Me* dikatakan mengalami gangguan pada psikologinya.

Psikologi merupakan ilmu yang mempelajari perilaku manusia, proses mental, serta bagaimana individu berinteraksi dengan orang lain dalam berbagai konteks kehidupan. Psikologi juga mempelajari cara pemahaman tentang bagaimana manusia belajar, berkomunikasi, berpikir, dan berinteraksi dengan lingkungannya. Psikologi mencoba memecahkan berbagai perspektif terkait mengapa manusia bertindak, apa

yang mereka lakukan, dan apa yang mempengaruhi pikiran dan perilaku mereka. Salah satu gangguan mental yang mempengaruhi psikologi manusia disebut dengan PTSD. PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder) adalah gangguan mental yang terjadi kepada seseorang yang telah mengalami atau menyaksikan peristiwa traumatis. Gangguan stres pasca-trauma (PTSD) terjadi ketika adanya serangan kepanikan, kesulitan untuk membentuk suatu hubungan interpersonal yang sehat.

Berkaitan dengan fokus dalam penelitian ini yaitu “Psikologis” tokoh utama novel, penelitian ini membutuhkan pendukung teori dari Kaplan & Sadock. Dengan teori tersebut dapat diharapkan dapat menggambarkan gejala PTSD dalam tokoh utama novel ini. menurut Kaplan & Sadock (2004:254) , kriteria diagnostik PTSD yaitu : 1) Orang tersebut telah mengalami peristiwa traumatik, 2) Orang tersebut mengingat kembali peristiwa secara berulang yang menimbulkan stres termasuk bayang pikiran atau persepsi, 3) Penghindaran peristiwa yang berkaitan dengan traumatik, dan 4) Menetapnya peningkatan terjaga. Dengan teori-teori tersebut diharapkan bisa menguraikan secara lengkap atau lebih maksimal terkait PTSD yang di derita oleh tokoh utama “ Cakrawala” dalam novel ”Not Me” karya Caaay . Oleh karena itu, penelitian ini akan mengangkat judul **Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) Tokoh Utama Novel “Not Me” Karya Caaay(Analisis Psikologi Sastra).**

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, rumusan masalah yaitu “Bagaimanakah gejala PTSD yang dialami tokoh utama dalam novel *Not Me* karya Caaay?”

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan dari rumusan masalah yang ditemukan, penelitian ini memiliki tujuan Penelitian ini bertujuan menganalisis gejala PTSD pada tokoh utama dalam novel *Not Me* karya Caaay.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat teoritis maupun praktis.

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yang diharapkan pada penelitian ini adalah pengembangan kajian psikologi sastra di bidang gangguan mental PTSD yang berkaitan dengan tokoh utama di dalam novel.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Meningkatkan wawasan mahasiswa prodi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia tentang materi Psikologi yang terdapat dalam mata kuliah Psikologi Sastra.

b. Bagi Dosen

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai contoh bahan kajian psikologi dalam mata kuliah Psikologi Sastra.

c. Bagi peneliti lain

Penelitian ini dapat dijadikan rujukan terutama pada kajian psikologi sastra.

1.5 BATASAN PENELITIAN

Batasan penelitian dalam suatu penelitian berperan untuk penelitian yang dilakukan tidak meyimpang dan tetap fokus pada pokok pembahasan yang ditetapkan. Batasan penelitian ini berfokus pada psikologi dalam tokoh utama novel *Not Me* karya Caaay. Penelitian ini meneliti tokoh Cakrawala yang engidap gejala PTSD (Post Traumatic Stress Disorder) dan menemukan atau mengetahui gejala apa saja pada PTSD yang dialami tokoh utama. Hal tersebut dapat menggunakan teori Kaplan dan Sadocks yang mencakup 4 hal yaitu: 1) Orang tersebut telah mengalami peristiwa traumatik, 2) Orang tersebut mengingat kembali peristiwa secara berulang yang menimbulkan stres termasuk bayang pikiran atau persepsi, 3) Penghindaran peristiwa yang berkaitan dengan trauma, dan 4) Menetapnya peningkatan terjaga.

1.6 DEFINISI ISTILAH

1. Novel

Novel adalah sebuah karangan prosa yang mengisahkan tentang kehidupan manusia yang digambarkan oleh tokoh. Dengan adanya tokoh tersebut bisa menggambarkan watak seseorang di dalam cerita.

2. Tokoh Utama

Tokoh utama adalah tokoh yang bermain peran penting dalam suatu jalannya cerita. Tokoh utama ini biasanya sering muncul dan paling banyak diceritakan, baik sebagai pelaku kejadian atau yang dikenai kejadian.

3. Psikologi Sastra

Psikologi sastra adalah bidang yang mengkaji psikologi dan sastra, hubungan psikologi sastra dan masyarakat. Psikologi sastra meneliti elemen -elemen psikologi manusia yang mempengaruhi penciptaan dan interpretasi karya sastra.

4. PTSD

PTSD atau bisa disebut *Post-Traumatic Stress Disorder* adalah suatu gangguan mental yang dapat terjadi saat seseorang melewati peristiwa yang menyebabkan trauma. Peristiwa traumatisnya biasanya berupa bencana alam, kecelakaan, kekerasan, atau pengalaman yang berisiko tinggi lainnya.