

## **Analisis Kejiwaan Tokoh Utama dalam Novel *Haru No Sora* Karya Laili Muttamimah dengan Pendekatan Psikologi Sastra sebagai Upaya Pembentukan Karakter Peserta Didik**

Safa Tarisma A'idah\*<sup>1</sup>, Eka Nova Ali Vardani<sup>2</sup>, Dzarna<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Muhammadiyah Jember, Indonesia

<sup>1</sup>[safarisma15@gmail.com](mailto:safarisma15@gmail.com), <sup>2</sup>[nova@unmuhjember.ac.id](mailto:nova@unmuhjember.ac.id), <sup>3</sup>[dzarna@unmuhjember.ac.id](mailto:dzarna@unmuhjember.ac.id)

Alamat : Gumuk Kerang, Karangrejo, Kec. sumpersari, Kabupaten Jember, Jawa Timur 68421

Korespondensi penulis : [safarisma15@gmail.com](mailto:safarisma15@gmail.com)\*

**Abstack.** *Mental disorder is a way of thinking, a meaningful syndrome associated with suffering. The purpose of this study was to describe (1) stress mental disorders (2) anxiety mental disorders (3) mood disorders experienced by the main character in the novel Haru no Sora by Laili Muttamimah with the psychological approach of Sigmund Freud. The type of research used is qualitative with descriptive methods and the data source in this study is the novel Haru No Sora by Laili Muttamimah. The research instrument is the researcher himself who is the main instrument and data collection table. The data analysis technique used was grouping the data, coding the data, then interpreting the data. The results of the data analysis show that there are mental disorders in the novel Haru No Sora by Laili Muttamimah including stress mental disorders contained in the novel Haru no Sora by Laili Muttamimah, namely PTSD/Post-trauma like the death of Mrs. Sora. The anxiety disorders in the novel are generalized anxiety disorders such as excessive worry and tension when meeting Ogawa-san. The mood disorder in the novel is major depression. Sora has a depressed mood, sobs in public places, has trouble concentrating, loses strength, and even plans suicide. Existing mental disorders can be used to shape the character of students in controlling emotions and provide education about mental disorders in adolescents so that they are more familiar with emotions and help those closest to them with mental disorders.*

**Keywords:** *stress disorder, anxiety, mood, novel Haru No Sora*

**Abstrak.** Gangguan jiwa merupakan sebuah cara berpikir, sindrom yang bermakna terkait dengan adanya penderitaan. Tujuan penelitian ini untuk mendeskripsikan (1) gangguan jiwa stress (2) gangguan jiwa kecemasan (3) gangguan suasana hati yang dialami tokoh utama dalam novel *Haru no Sora* karya laili muttamimah dengan pendekatan psikologi sigmund freud. Jenis penelitian yang digunakan yakni kualitatif dengan metode deskriptif dan sumber data pada penelitian ini adalah novel *Haru No Sora* Karya Laili Muttamimah. Instrumen penelitian ini merupakan peneliti sendiri yang menjadi instrumen utama dan tabel pengumpul data. Teknik analisis data yang dilakukan yakni mengelompokkan data, mengkode data, lalu interpretasi data. Hasil analisis data menunjukkan adanya gangguan jiwa yang dalam novel *Haru No Sora* Karya Laili Muttamimah meliputi Gangguan jiwa stress yang terdapat dalam novel *Haru no Sora* karya Laili Muttamimah adalah PTSD/Pascatrauma seperti kematian Ibu Sora. Gangguan jiwa kecemasan yang ada dalam novel tersebut adalah gangguan kecemasan umum seperti kekhawatiran yang berlebihan dan ketegangan saat bertemu dengan Ogawa-san. Gangguan jiwa suasana hati yang ada dalam novel tersebut adalah depresi mayor. Sora memiliki perasaan tertekan, menangis terisak di tempat umum, kesulitan berkonsentrasi, kehilangan tenaga, dan bahkan merencanakan bunuh diri. Gangguan jiwa yang ada dapat digunakan untuk membentuk karakter peserta didik dalam mengontrol emosi dan memberi edukasi tentang gangguan jiwa pada remaja agar mereka lebih mengenal emosi dan membantu orang-orang terdekat dengan gangguan jiwa.

**Kata Kunci:** gangguan stress, kecemasan, suasana hati, novel *Haru No Sora*

### **1. PENDAHULUAN**

Novel adalah karya prosa yang menceritakan tentang peristiwa khusus dalam kehidupan tokoh dalam cerita, pada novel terdapat unsur pembangun novel salah satunya yakni penokohan. Penokohan dapat diartikan sebagai penempatan tokoh dengan watak tertentu dalam sebuah cerita. Dalam penokohan pada sebuah novel selalu menggambarkan karakteristik tokoh yang ada dalam novel, seperti halnya kejiwaan yang dialami oleh sang

tokoh. Sang tokoh utama dalam novel selalu diberikan sebuah masalah yang harus dia selesaikan bahkan terkadang mengganggu sisi kejiwaan yang dialami oleh tokoh tersebut. Gangguan jiwa merupakan sindrom pada individu yang meliputi gangguan signifikan secara klinis pada perilaku, pengaturan emosi, atau fungsi kognitif. Gangguan ini juga diperkirakan merupakan refleksi disfungsi dalam proses biologis, psikologis, maupun proses pertumbuhan yang diperlukan dalam fungsi mental. Dalam penelitian tentang kejiwaan ini, dapat dihubungkan dengan upaya untuk pembentukan karakter peserta didik yakni merupakan usaha dalam mempersiapkan peserta didik dengan harapan akan membentuk sifat dan akhlak peserta didik menjadi baik dalam kehidupannya kedepan.

### **Novel**

Novel adalah karangan yang menceritakan suatu peristiwa dalam kehidupan seseorang (tokoh dalam cerita) dan dalam novel dapat dengan bebas mengungkapkan sesuatu, menyajikannya dengan lebih detail, panjang lebar, dan memiliki banyak referensi untuk masalah yang kompleks (Kartikasari dan Suprpto, 2018). Sebuah novel dapat disebut karangan yang paling menarik, sehingga mudah dipahami oleh pembacanya, dan novel menggambarkan karakter seseorang dalam wujud tokoh yang dibuat oleh pengarang (Satinem, 2019, hlm. 45). Dari sini dapat disimpulkan bahwasannya novel merupakan karya sastra panjang yang menceritakan tentang kehidupan seseorang dengan beberapa peristiwa yang memiliki nilai psikologis dan kehidupan yang disajikan secara otentik. Alasan mempelajari novel adalah sebagai berikut. Pertama, karena novel masih dianggap sebagai karya sastra populer hingga saat ini dan terus populer di kalangan penikmat dan pembaca, dan kedua, karena novel termasuk karya sastra yang sebagian besar objek ceritanya adalah kehidupan manusia, ketiga novel merupakan salah satu bentuk sastra imajinatif yang dapat menggambarkan peristiwa, perasaan, dan tokoh.

Dalam sebuah novel terdapat unsur unsur pembangun novel salah satunya yakni penokohan. Penokohan merupakan proses pemberian karakter atau sifat pada setiap tokoh yang ada dalam cerita tersebut (Kartikasari dan Suprpto, 2018 hal. 128). Nurgiyantoro (1998, hal. 176) mengatakan bahwasannya tokoh tokoh dalam sebuah karya fiksi dapat dibedakan dalam jenis penamaan yang berdasarkan sudut pandang penamaan itu dilakukan. Berdasarkan segi peranan terdapat tokoh utama dan tokoh tambahan. Berdasarkan fungsi penampilan tokoh terdapat tokoh protagonis, tokoh antagonis. Berdasarkan perwatakannya terdapat tokoh sederhana dan tokoh bulat. Berdasarkan kriteria berkembang atau tidak terdapat tokoh statis, tokoh berkembang. Berdasarkan pencerminan terdapat tokoh tokoh tipikal, tokoh netral. Peneliti memfokuskan pada tokoh utama karena *Pertama*, tokoh utama

merupakan tokoh yang paling banyak diceritakan. *Kedua* tokoh utama merupakan bagian penting dalam cerita. *Keempat*, tokoh utama dapat menggambarkan lebih banyak kejiwaan dibanding tokoh lainnya. Tokoh utama merupakan tokoh penting yang mendominasi sebagian besar cerita dan pelaku maupun yang dikenai kejadian (Nurgiyantoro, 1998, hal. 176-177). Sedangkan menurut Kartikasari dan Suprpto (2018, hal. 124) tokoh utama merupakan tokoh penting dalam cerita yang pada dasarnya paling banyak diceritakan dan selalu berhubungan dengan tokoh – tokoh lainnya. Dapat disimpulkan bahwasannya, tokoh utama ialah tokoh penting dalam sebuah cerita dan merupakan tokoh yang paling sering diceritakan sebagai pelaku ataupun yang dikenai kejadian. Selain itu tokoh utama juga selalu berhubungan dengan tokoh – tokoh lain yang ada didalam cerita.

### **Gangguan Kejiwaan**

Dalam penokohan pada sebuah novel selalu menggambarkan karakteristik tokoh – tokoh yang ada dalam novel tersebut, seperti halnya kejiwaan yang dialami oleh sang tokoh. Sang tokoh utama dalam novel selalu diberikan sebuah masalah yang harus dia selesaikan bahkan terkadang mengganggu sisi kejiwaan yang dialami oleh tokoh tersebut. Gangguan kejiwaan merupakan sindrom yang terdiri dari gangguan signifikan secara klinis dalam perilaku, pengaturan emosi, maupun fungsi kognitif. Gangguan ini juga dianggap mencerminkan disfungsi dalam proses biologis, psikologis, dan pertumbuhan yang diperlukan untuk fungsi mental (Hooley, Butcher, Nock, Mineka, 2018, hal. 7). Dalam ilmu psikologi, gangguan jiwa adalah kelainan psikis, yaitu perilaku yang menyimpang dari norma. Menurut Ramli (dalam Pati 2022, hal. 1), perilaku abnormal merupakan bentuk perilaku yang tidak boleh dilakukan, dan seringkali perilaku mengarah pada psikosis dan kekakuan mental. Psikologi abnormal dan gangguan jiwa memiliki kaitan yakni perilaku abnormal yang mengarah pada gangguan jiwa berupa keadaan jiwa pada tahap yang tidak normal atau menyimpang dari norma masyarakat. Menurut Hooley, Butcher, Nock, Mineka, (2018, hal. 7) terdapat beberapa jenis gangguan jiwa, yaitu sebagai berikut. 1) stress, 2) kecemasan. 3) gangguan suasana hati dan bunuh diri. 4) simtom somatic. 5) gangguan makan dan obesitas. 6) gangguan kepribadian. 7) gangguan terkait narkoba. 8) varian, pelecehan, dan disfungsi seksual. 9) skizofrenia. 10) gangguan neurokognitif. 11) gangguan pada masa kanak kanak dan masa remaja. Sedangkan menurut Pati (2022, hal.) terdapat beberapa macam, yakni. 1) gangguan kecemasan, 2) gangguan stress, 3) skizofrenia, 4) gangguan *mood* atau suasana hati, 5) gangguan kepribadian, 6) gangguan makan dan gangguan tidur, 7) gangguan spektrum autisme. Penelitian ini memfokuskan pada gangguan jiwa berupa, 1) gangguan jiwa stress, 2) gangguan jiwa kecemasan, dan 3) gangguan jiwa suasana hati.

Gangguan jiwa stress merupakan gangguan kejiwaan yang hampir dialami oleh setiap manusia, namun dalam takaran yang berbeda. Stress merupakan kejadian yang kita alami dan merasakan tantangan terhadap kesejahteraan fisik atau emosi yang melebihi kapasitas sumber daya dan kemampuan kita dalam mengatasinya. Dalam stress terdapat tiga jenis gangguan yakni gangguan penyesuaian, stress akut dan PTSD/Pascatrauma. Peneliti fokus pada gangguan jiwa stress berupa PTSD/Pascatrauma. Gangguan PTSD/Pascatrauma merupakan gangguan yang ditandai dengan menyaksikan peristiwa atau mengalami peristiwa kematian, ancaman kematian, luka serius, kematian yang dilihat secara langsung, atau kekerasan seksual dalam satu atau lebih yang menyebabkan terulangnya memori menyedihkan, mimpi buruk yang menyiksa atau kilas balik, dan melakukan penghindaran terhadap hal hal yang menyebabkan traumatik muncul (Hooley, Butcher, Nock, Mineka, 2018, hal. 159).

Gangguan kecemasan dapat menimbulkan banyak masalah bagi seseorang dan gangguan kecemasan juga memiliki unsur serangan kejadian yang muncul lebih awal dari gangguan jiwa lainnya. Terdapat berbagai jenis gangguan kecemasan yaitu, fobia spesifik, fobia sosial, gangguan panik, agorafobia, dan gangguan kecemasan umum. Peneliti fokus pada gangguan kecemasan berupa kecemasan umum. Dalam gangguan kecemasan umum, merupakan kekhawatiran berlebihan tentang hal-hal di masa depan, terutama kemungkinan adanya sesuatu yang mengancam dirinya atau situasi tidak bisa dikontrolnya (Hooley, Butcher, Nock, Mineka, 2018, hal. 175-198)

Gangguan suasana hati atau *mood disorder* melibatkan perubahan suasana hati yang jauh lebih parah untuk jangka waktu yang lebih lama, dan gangguan suasana hati ini juga menimbulkan masalah dalam hubungan dan kehidupan seseorang. Gangguan suasana hati juga terbagi menjadi tiga yakni gangguan depresi unipolar, gangguan depresi mayor, dan gangguan depresi bipolar. Penelitian ini memfokuskan pada gangguan suasana hati berupa depresi mayor. Gangguan depresi mayor biasanya terjadi ketika hilangnya minat atau kesenangan dan suasana hati yang tertekan selama 2 minggu, dan biasanya disertai dengan gejala penurunan berat badan yang signifikan saat tidak menjalani diet, insomnia, agitasi atau hipersomnia hampir setiap hari, lelah, perasaan tidak berharga, berkurangnya kemampuan untuk berkonsentrasi, dan pikiran berulang tentang kematian. (Hooley, Butcher, Nock, Mineka 2018, hal. 223-224)

### **Psikologi Sigmund Freud**

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan psikologi sastra untuk mencapai hasil yang diinginkan. Psikologi sastra sendiri adalah ilmu yang mempelajari

karya sastra untuk mengetahui aspek jiwa dalam novel yang diambil. Menurut Minderop (2010, hal. 59) psikologi sastra merupakan analisis teks dengan mempertimbangkan relevansi dan peranan studi psikologis, yang artinya psikologi memiliki peran penting dalam menganalisis sebuah karya sastra. Penelitian tentang kejiwaan tokoh dalam novel, seringkali dikaitkan dengan aspek kepribadian yang mana kepribadian dapat juga memiliki pengaruh terhadap jiwa seseorang. Salah satu aspek kepribadian yang selalu menjadi acuan ialah spek kepribadian milik sigmund freud atau psikoanalisis sigmund freud. Dalam ilmu psikoanalisis milik sigmund (dalam Alwisol 2018, hal. 15), memiliki tiga struktur kepribadian yakni, id, ego, dan superego. Id merupakan merupakan sistem kepribadian yang ada sejak lahir dan mengandung semua aspek psikologis yang diwariskan, misalnya insting, impuls, dan drives. Ego merupakan pelaksana kepribadian yang berusaha untuk memenuhi kebutuhan id serta memenuhi kebutuhan moral dan perkembangan untuk mencapai kesempurnaan dari superego. Superego merupakan kekuatan moral dan etik kepribadian yang menggunakan prinsip idealis sebagai lawan dari prinsip kepuasan id dan juga prinsip realistik ego.

### **Pembentukan Karakter Peserta Didik**

Dalam penelitian tentang kejiwaan ini, dapat dihubungkan dengan upaya untuk pembentukan karakter peserta didik. Pendidikan merupakan usaha mempersiapkan peserta didik untuk dapat tumbuh secara baik dan dapat beradaptasi dalam berbagai kondisi yang akan dihadapi dalam kehidupannya (Ali, 2018, hal. 9). Sedangkan karakter merupakan sifat kejiwaan, akhlak atau budi pekerti, yang akan membedakan individu dengan individu lainnya (Sukatin dan Faruq, 2021, hal. 3). Dapat disimpulkan bahwa pendidikan karakter merupakan usaha dalam mempersiapkan peserta didik dengan harapan akan membentuk sifat dan akhlak peserta didik menjadi baik dalam kehidupannya kedepan.

Dalam pendidikan karakter mampu membentuk kecerdasan intelektual, emosional, sosial, dan spiritual (Ali, 2018, hal. 13-14). Keempat kecerdasan karakter yang telah disebutkan salah satunya memiliki kaitan dengan penelitian ini adalah kecerdasan emosional, dimana karakter peserta didik diharapkan mampu mengendalikan perasaan yang muncul dalam dirinya dan mampu memecahkan masalah dalam sebaik mungkin. Jika kecerdasan emosional ini tidak terealisasikan pada peserta didik, maka mereka akan kesusahan dalam menghadapi masalah yang terjadi dalam hidupnya dan mengganggu jiwa mereka, dimana nantinya akan mengalami masalah kejiwaan dalam dirinya karena tidak sepenuhnya mengendalikan perasaan atau emosi yang ada pada diri mereka.

## 2. METODE

### Jenis Penelitian

Tipe penelitian yang digunakan merupakan penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif bisa digunakan dalam aktivitas penelitian yang mempelajari tentang kehidupan warga, sejarah, tingkah laku, fungsional organisasi, kegiatan sosial, serta ekonomi (Jaya, 2020, hal. 6). Wujud informasi yang digunakan berbentuk kalimat yang dideskripsikan bersumber pada teori yang digunakan. Tipe penelitian yang digunakan merupakan kualitatif dengan cara deskriptif karena prosedur penelitian bertabiat deskriptif dan cenderung memakai analisis, proses, dan arti lebih diunggulkan, landasan teori juga dimanfaatkan agar fokus penelitian cocok dengan kenyataan penelitian.

### Data dan Sumber Data

Jaya (2020, hal 7-8) mengatakan bahwasannya data kualitatif disebut hasil klasifikasi dan isinya dapat berupa kata kata atau data bernomor. Data dalam penelitian ini berbentuk kata dan kalimat dalam monolog dan dialog yang mengandung (1) gangguan jiwa stress berupa gangguan PTSD/Pascatrauma yang dialami oleh tokoh utama, (2) gangguan kecemasan berupa kecemasan umum yang dialami oleh tokoh utama, (3) gangguan jiwa suasana hati berupa depresi mayor yang dialami oleh tokoh utama dalam novel *Haru No Sora* karya Laili Muttammimah

Sumber data adalah objek penelitian dari mana data tersebut diperoleh. Objek penelitian sastra adalah teks-teks novel, cerpen, drama dan puisi (Siswantoro, 2016, hal. 72). Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah novel berjudul *Haru No Sora* karya Laili Muttammimah, novel kedua setelah *Inseparable* satu tahun sebelum novel *Haru No Sora* diterbitkan. Novel ini diterbitkan oleh Ice Cube di Jakarta edisi pertama pada bulan Februari 2015. Novel ini memiliki tebal sebanyak vii + 298 halaman yaitu 305 halaman.

### Teknik dan Instrumen Pengumpul Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode reduksi data. Bagi Siswantoro (2016, hal. 74), reduksi data merupakan metode aktif untuk pengumpulan informasi. Tindakan reduksi data terdiri dari pemilihan data dengan memfokuskan pada data yang dibutuhkan sesuai dengan kriteria atau parameter yang telah ditentukan. Artinya, tidak semua baris atau bait digunakan sepenuhnya untuk informasi tertentu, tetapi informasi dipilih secara ketat menurut kriteria tertentu. Informasi lain yang tidak relevan harus disisihkan untuk pencarian sistematis. Instrumen pengumpul data merupakan data yang digunakan guna mengumpulkan data (siswantoro, 2016, hal. 73). Instrumen pengumpul data yakni peneliti sendiri dan tabel pengumpul data sebagai berikut

**Tabel 1.** Instrumen Pengumpulan Data

No	Kode Data	Temuan Data	Kategori Stress			Interpretasi Data	Kesimpulan
			id	ego	superego		
1.	HNS/TU/GS/GP/S/23	<b>perlahan-lahan, tubuhku merosot ke lantai seperti orang tanpa tenaga.</b> Aku memeluk lutut yang dingin lalu membenamkan wajahku disana.			•	Data temuan HNS/GS/23 termasuk ke dalam kategori stress. Temuan data stress ini ditandai dengan kalimat <b>perlahan-lahan, tubuhku merosot ke lantai seperti orang tanpa tenaga.</b> Dalam hal ini dapat dikatakan bahwa ia sudah lemas dan tidak sanggup untuk menopang tubuhnya. Data tersebut termasuk kedalam kategori stress karena ia telah mengalami tekanan pada hidupnya yang harus ia tanggung sendirian.	Dapat disimpulkan bahwa data tersebut masuk kedalam kategori stres karena terdapat temuan data <b>perlahan-lahan, tubuhku merosot ke lantai seperti orang tanpa tenaga</b> yang dapat diartikan bahwasannya ia mengalami tekanan sehingga ia merasa tidak memiliki tenaga untuk menghadapinya.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### **Gangguan Jiwa Stress Berupa PTSD/Pascatrauma yang dialami oleh Tokoh Utama dengan Pendekatan Psikologi Sigmund Freud Berupa Id**

##### **Data 1**

**“Entah kenapa hari ini pikiranku kosong. Sepanjang pelajaran, pandanganku tertuju pada jendela disampingku.** Salju tipis turun sore ini, membuat embun bertumpuk menebal jendela. Aku teringat kebiasaanku menghapus embun itu menggunakan sikuku.” (HNS/TU/GSGP/ 30/I

Menurut (Hooley, Butcher, Nock, Mineka, 2018, hal. 159), salah satu kriteria yang ada dalam gangguan PTSD/Pascatrauma ditandai dengan kejadian traumatis yang berulang, seperti ingatan sedih. Data temuan (3) termasuk dalam kategori gangguan

PTSD/Pascatrauma karena sesuai dengan teori yang dikatakan oleh Hooley, Butcher, Nock, dan Mineka yang menyatakan bahwa terdapat kriteria yakni satu (atau lebih) gejala instruksi berikut yang terkait dengan peristiwa traumatik seperti memori menyedihkan yang terus menerus, mimpi buruk yang menyakitkan terkait dengan trauma yang dialami, respons disosiatif (misalnya, kilas balik) ketika peristiwa traumatik berulang atau berperilaku serupa, tekanan psikologis intens atau bisa berkepanjangan, reaksi fisiologis yang dicirikan dengan isyarat internal atau eksternal yang melambangkan peristiwa traumatik. Id yang dimiliki oleh Sora sejalan dengan teori psikoanalisis sigmund freud bahwa id merupakan alam bawah sadar yang berusaha meredam tegangan dengan salah satu caranya yakni proses primer, reaksi membayangkan atau menghayal sesuatu untuk mengurangi tegangan yang dimiliki. (Alwisol, 2018, hal. 17).

### **Gangguan Jiwa Stress Berupa PTSD/Pascatrauma Yang Dialami Oleh Tokoh Utama Dengan Pendekatan Psikologi Sigmund Freud Berupa Ego**

#### **Data 2**

**Pria yang dulunya selalu menyayangiku dengan lembut. Pria yang dulunya menjadi sosok favorit dalam hidupku, sampai suatu peristiwa merenggut semuanya. Sejak saat itu, tak ada lagi sosok pekerja keras yang kutemukan dalam dirinya.** (HNS/TU/GSGP/23/E

Menurut (Hooley, Butcher, Nock, Mineka, 2018, hal. 159), salah satu kriteria yang ada dalam gangguan PTSD/Pascatrauma ditandai dengan kejadian traumatis yang berulang, seperti ingatan sedih. Data temuan (3) termasuk dalam kategori gangguan PTSD/Pascatrauma karena sesuai dengan teori yang dikatakan oleh Hooley, Butcher, Nock, dan Mineka yang menyatakan bahwa terdapat kriteria yakni satu (atau lebih) gejala instruksi berikut yang terkait dengan peristiwa traumatik seperti memori menyedihkan yang terus menerus, mimpi buruk yang menyakitkan terkait dengan trauma yang dialami, respons disosiatif (misalnya, kilas balik) ketika peristiwa traumatik berulang atau berperilaku serupa, tekanan psikologis intens atau bisa berkepanjangan, reaksi fisiologis yang dicirikan dengan isyarat internal atau eksternal yang melambangkan peristiwa traumatik. Ego yang dimiliki oleh Sora sesuai dengan teori psikoanalisis sigmund freud yang menurutnya ego berusaha mendapatkan kepuasan yang diinginkan oleh id dan mencegah munculnya ketegangan baru terlepas dari moralitas yang berlaku dalam masyarakat. (Alwisol, 2018, hal. 18).



## **Gangguan Jiwa Stress Berupa PTSD/Pasca trauma Yang Dialami Oleh Tokoh Utama Dengan Pendekatan Psikologi Sigmund Freud Berupa Superego**

### **Data 3**

“kutempelkan telapak tanganku di jendela, merasakan dingin yang merasuk kedalam pori pori kulitku. Perlahan, aku tersenyum kecut. **Musim dingin—tamu yang kehadirannya tak pernah kuharapkan—telah datang.**” (HNS/TU/GSGP/4/S

Menurut (Hooley, Butcher, Nock, Mineka, 2018, hal. 159), salah satu kriteria yang ada dalam gangguan PTSD/Pasca trauma ditandai dengan penghindaran pikiran, perasaan, atau ingatan akan trauma. Temuan data (3) termasuk kedalam kategori gangguan PTSD/Pasca trauma karena sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Hooley, Butcher, Nock, Mineka bahwa kriterianya yakni penghindaran rangsangan terus menerus seperti berusaha menghindari memori, pikiran atau perasaan akan trauma yang dialami dan upaya menghindari pemicu eksternal (orang, tempat, percakapan, aktivitas, objek, situasi) yang mengingatkan tentang peristiwa traumatis. Superego yang dimiliki oleh Sora sejalan dengan teori psikoanalisis sigmund freud adalah elemen yang mewakili nilai nilai orang tua atau interpretasi orang tua terhadap norma norma sosial yang diajarkan kepada anak melalui berbagai larangan dan perintah. (Alwisol, 2018, hal. 18).

## **Gangguan Jiwa Kecemasan Berupa Kecemasan Umum yang dialami oleh Tokoh Utama dengan Pendekatan Psikologi Sigmund Freud Berupa Id**

### **Data 1**

“kau sangat beruntung bisa mendapatkan puluhan ribu yen hanya dengan kerja paruh waktu. Risa pasti iri padamu. Dia juga bekerja menjadi pelayan kafe, tapi gajinya tidak sebesar gajimu”

**“dia hanya salah taktik.” Jawabku singkat, enggan berkutat terlalu lama dengan obrolan seputar pekerjaanku.”** (HNS/TU/GKKGKU/10/I)

Menurut (Hooley, Butcher, Nock, Mineka, 2018, hal. 199), salah satu kriteria yang ada dalam gangguan kecemasan umum ditandai dengan kekhawatiran yang berlebihan. Temuan data (1) termasuk kedalam kategori gangguan kecemasan umum karena sejalan dengan teori yang dikatakan oleh Hooley, Butcher, Nock, Mineka yang mengatakan bahwasannya terdapat kriteria yakni rasa gelisah dan merasa tertekan dengan keadaan yang sedang dialaminya. Id yang dimiliki oleh Sora sejalan dengan teori psikoanalisis sigmund freud yang mengatakan bahwa id merupakan alam bawah sadar yang berusaha mengurangi tegangan dengan salah satu caranya yakni proses primer merupakan reaksi membayangkan atau menghayal sesuatu untuk mengurangi tegangan yang dimiliki. (Alwisol, 2018, hal. 17).

## **Gangguan Jiwa Kecemasan Berupa Kecemasan Umum Yang Dialami Oleh Tokoh Utama Dengan Pendekatan Psikologi Sigmund Freud Berupa Ego**

### **Data 2**

“meski mereka teman dekatku, aku tidak ingin mereka tahu pekerjaanku yang sebenarnya. **Aku tidak tahu apa mereka masih mau jadi temanku jika mengetahui fakta itu dan aku pun tak mau mengambil resiko**”  
(HNS/TU/GKGGKU/17/E)

Menurut (Hooley, Butcher, Nock, Mineka, 2018, hal. 199), salah satu kriteria yang ada dalam gangguan kecemasan umum ditandai dengan kekhawatiran yang berlebihan. Temuan data (2) termasuk kedalam kategori gangguan kecemasan umum karena sejalan dengan teori yang dikatakan oleh Hooley, Butcher, Nock, Mineka yang mengatakan bahwasannya terdapat kriteria yakni kecemasan dan kekhawatiran yang berlebihan. Ego yang dimiliki oleh Sora sejalan dengan teori psikoanalisis sigmund freud yang mengatakan bahwa ego merupakan bagian dari kepribadian yang patuh terhadap kehendak id dalam mencari realita sebagai peredam dari ketegangan yang muncul dalam id. (Alwisol, 2018, hal. 17).

## **Gangguan Jiwa Kecemasan Berupa Kecemasan Umum Yang Dialami Oleh Tokoh Utama Dengan Pendekatan Psikologi Sigmund Freud Berupa Superego**

### **Data 3**

“dengar Ogawa san, kumohon... berilah aku sedikit keringanan. **Kau tahu, ayahku terus menghamburkan uangnya setiap hari dan aku sudah berusaha keras untuk tetap melunasi hutang hutangmu.** Maksudku, aku tidak diam saja. kau mengerti?” (HNS/TU/GKGGKU/37/S)

Menurut (Hooley, Butcher, Nock, Mineka, 2018, hal. 199), salah satu kriteria yang ada dalam gangguan kecemasan umum ditandai dengan perasaan gelisah dan tertekan. Temuan data (3) termasuk kedalam kategori gangguan kecemasan umum karena sejalan dengan teori yang dikatakan oleh Hooley, Butcher, Nock, Mineka yang mengatakan bahwasannya terdapat kriteria yakni mengalami perasaan gelisah dan tertekan. Superego yang dimiliki oleh Sora sejalan dengan teori psikoanalisis sigmund freud yang menyatakan bahwa superego merupakan kekuatan moral dan etik kepribadian dan pada hakikatnya merupakan elemen yang mewakili nilai nilai orang tua

## **Gangguan Jiwa Suasana Hati Berupa Depresi Mayor**

## **Gangguan Jiwa Suasana Hati Berupa Depresi Mayor yang dialami oleh Tokoh Utama dengan Pendekatan Psikologi Sigmund Freud Berupa Id**

### **Data 1**

**“aku berdiri menghadap jalanan sambil memeluk tubuh dengan kedua tanganku yang terasa membeku. Aku terisak sepuasnya, membiarkan air mata yang hangat meluncur pelan di pipiku.** Aku benar benar tidak percaya dengan apa yang baru saja terjadi, dan semua ini terasa begitu berat untuk dipikirkan baik baik.”  
(HNS/TU/GSHDM/44/I

Menurut (Hooley, Butcher, Nock, Mineka, 2018, hal. 199), salah satu kriteria yang ada dalam gangguan depresi mayor ditandai suasana hati tertekan hampir setiap hari, seperti yang ditunjukkan oleh laporan subjektif (misalnya, terasa sedih, kosong, atau putus asa) atau pengamatan yang dilakukan oleh orang lain (misalnya, tampak penuh air mata). Temuan data (1) termasuk kedalam kategori gangguan depresi mayor karena sejalan dengan teori yang dikatakan oleh Hooley, Butcher, Nock, Mineka yang mengatakan bahwasannya terdapat kriteria yakni suasana hati tertekan dan ditunjukkan oleh laporan subjektif sedih dan dapat diamati orang lain jika menangis. Id yang dimiliki oleh Sora sejalan dengan teori psikoanalisis sigmund freud yang mengatakan bahwa id merupakan sistem kepribadian yang ada sejak lahir, dan ditunjukkan ketika Sora sedih sehingga ia menangis yang merupakan sistem kepribadian yang ada sejak lahir. (Alwisol, 2018, hal. 18).

### **Gangguan Jiwa Suasana Hati Berupa Depresi Mayor yang dialami oleh Tokoh Utama dengan Pendekatan Psikologi Sigmund Freud Berupa Ego**

#### **Data 2**

**“Aku tidak tahu mengapa kini aku memilih untuk melakukan hal yang sama seperti yang dilakukan ibuku. Aku merasa saraf di otakku tak lagi mampu membuatku berfikir, aku hanya ingin menghilangkan rasa sakit yang terus menerus membuncah dalam dadaku.”** (HNS/TU/GSHDM/271/E

Menurut (Hooley, Butcher, Nock, Mineka, 2018, hal. 199), salah satu kriteria yang ada dalam gangguan depresi mayor ditandai pikiran berulang tentang kematian (tidak hanya takut mati) ide bunuh diri berulang tanpa rencana tertentu, atau usaha bunuh diri atau rencana spesifik untuk melakukan bunuh diri. Temuan data (2) termasuk kedalam kategori gangguan depresi mayor karena sejalan dengan teori yang dikatakan oleh Hooley, Butcher, Nock, Mineka yang mengatakan bahwasannya Sora berusaha untuk melakukan percobaan bunuh diri dengan tindakan yang sama seperti ibunya untuk menghilangkan rasa sakit yang tidak dapat Sora tahan. Ego yang dimiliki oleh Sora sejalan dengan teori psikoanalisis sigmund freud yang mengatakan bahwa *Ego* berkembang setelah id agar mampu menyikapi kenyataan yang ada. *Ego* merupakan pelaksana kepribadian yang berusaha untuk memenuhi

kebutuhan id ditunjukkan bahwa Sora melakukan percobaan bunuh diri untuk menghilangkan ketegangan yang id Sora rasakan tanpa memikirkan tentang moral superego yang seharusnya ego menjaga keseimbangan diantara keduanya. (Alwisol, 2018, hal. 18).

### **Gangguan Jiwa Suasana Hati Berupa Depresi Mayor yang dialami oleh Tokoh Utama dengan Pendekatan Psikologi Sigmund Freud Berupa Superego**

#### **Data 3**

**“Seandainya aku tidak memilih untuk bangkit saat itu, mungkin aku telah menyusul ibuku dan meninggalkan ayahku untuk selamanya.** Namun aku tidak bisa, aku tidak ingin menya nyiakan waktuku untuk menjadi gila dan memperburuk hidupku”. (HNS/TU/GSHDM/45/S

Menurut (Hooley, Butcher, Nock, Mineka, 2018, hal. 199), salah satu kriteria yang ada dalam gangguan depresi mayor ditandai Pikiran berulang tentang kematian (tidak hanya takut mati) ide bunuh diri berulang tanpa rencana tertentu, atau usaha bunuh diri atau rencana spesifik untuk melakukan bunuh diri. Temuan data (3) termasuk kedalam kategori gangguan depresi mayor karena sejalan dengan teori yang dikatakan oleh Hooley, Butcher, Nock, Mineka yang mengatakan bahwasannya terdapat kriteria yakni adanya pikiran untuk bunuh diri karena ingin mengikuti ibunya yang telah meninggal. Superego yang dimiliki oleh Sora sejalan dengan teori psikoanalisis sigmund freud yang menyatakan bahwa Superego merupakan kekuatan moral dan etik kepribadian dan pada hakikatnya merupakan elemen yang mewakili nilai nilai orang tua atau interpretasi orang tua mengenai standar sosial, ditunjukkan bahwa Sora tidak melakukan bunuh diri karena sadar akan tanggung jawab dalam hidupnya dan hidup ayahnya. (Alwisol, 2018, hal. 18).

#### **4. KESIMPULAN**

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan mengenai kejiwaan yang dialami oleh tokoh utama dalam novel hari no sora karya laili muttamimah dengan pendekatan psikologi sigmund freud sebagai upaya membentuk karakter peserta didik dapat disimpulkan bahwa kejiwaan yang ada dalam novel tersebut yakni gangguan jiwa stress berupa PTSD/Pascatrauma, gangguan kecemasan berupa kecemasan umum dan gangguan suasana hati berupa depresi mayor. Kisah yang ada dalam novel tersebut menunjukkan kepada kita bahwasannya tidak semua stress, kecemasan dan suasana hati yang dirasakan oleh remaja patut disepelekan karena para remaja membutuhkan sosok dukungan dari luar yang dapat membantu mereka mengontrol apa yang mereka rasakan dan dapat mengarahkan mereka pada hal yang lebih baik.

Hasil dari penelitian yang dilakukan tentang gangguan jiwa dalam novel *Haru no Sora* dapat dikaitkan dengan pembentukan karakter peserta didik yakni memberikan kepada peserta didik tentang kecerdasan emosional yang baik agar dapat membentuk pribadi yang teguh dengan pendiriannya dan memiliki sifat yang kuat akan masalah yang selalu ada dalam hidup. Gangguan jiwa stress, kecemasan, dan suasana hati yang ada dalam novel *Haru no Sora* dapat menjadi contoh untuk pengajar agar dapat lebih memperhatikan sikap peserta didik agar mereka tetap berjalan di jalan yang benar meskipun mereka mempunyai masalah tersendiri dalam hidupnya.

Dalam novel *haru no sora* karya laili muttamimah mengandung berbagai aspek kehidupan yang dapat dijadikan contoh seperti nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Pada artikel ini peneliti menganalisis kejiwaan dalam novel tersebut untuk dijadikan sebagai referensi untuk membentuk karakter peserta didik. Artikel ini bukanlah penelitian yang sempurna, oleh karenanya pembaca disarankan untuk menambah referensi bacaan lain untuk menguatkan topic mengenai kejiwaan sebagai upaya membentuk karakter peserta didik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah M. Ali. (2018) *Pendidikan Karakter: Konsep Dan Implementasinya*. Prenada Media
- Alfiyah, A., Usop, L. S., Misnawati, M., Nurachmana, A., & Diman, P. (2023). Nilai-Nilai Religius Dalam Novel *Buya Hamka Karya Ahmad Fuadi*. *Atmosfer: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Seni, Budaya, dan Sosial Humaniora*, 1(1), 184-200.
- Alwisol, A. (2004). *Psikologi Kepribadian*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Aziz, A., & Misnawati, M. (2022, July). *Nilai Budaya Novel Bulan Terbelah di Langit Amerika oleh Hanum Salsabiela Rais dan Rangga Almahendra*. In *Prosiding Seminar Nasional Sasindo* (Vol. 2, No. 2).
- Endraswara, Suwardi. 2013. *Metodelogi Penelitian Sastra*. Yogyakarta: CAPS.
- Fitriani, I., Diman, P., Perdana, I., Misnawati, M., & Jumadi, J. (2023). Representasi Perempuan Abad 21 Dalam Novel *Jalan Panjang Menuju Pulang Karya Pipiet Senja Kajian: Feminisme Eksistensial*. *Bhinneka: Jurnal Bintang Pendidikan dan Bahasa*, 1(4), 190-207.
- Hooley, Butcher, Nock, Dan Mineka. (2018). *Psikologi Abnormal Edisi 17*. Jakarta: Salemba Humanika
- Jaya, I. M. L. M. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif: Teori, Penerapan, Dan Riset Nyata*. Anak Hebat Indonesia.
- Kartikasari HS, A., & Suprpto, E. (2018). *Kajian Kesusastraan (Sebuah Pengantar)*.

- Lumbanraja, T., Nurachmana, A., Cuesdeyeni, P., Usop, L. S., & Lestaringtyas, S. R. (2023, April). *Analisis Aspek Kepribadian Tokoh Utama Dalam Novel Trauma Karya Boy Candra, Implikasinya Terhadap Pembelajaran Sastra di SMA*. In PROSIDING SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN, BAHASA, SASTRA, SENI, DAN BUDAYA (Vol. 2, No. 1, pp. 194-203).
- Minderop, A. (2010). *Psikologi Sastra: Karya, Metode, Teori, Dan Contoh Kasus*. Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Nurgiyantoro, B. (1998). *Teori Pengkajian Fiksi*. UGM Press.
- Pati, W. C. B. (2022). *Pengantar Psikologi Abnormal: Definisi, Teori, Dan Intervensi*. Penerbit Nem.
- Sari, A. R., Usop, L. S., Lonarto, L., Peronika, N. W., & Fauzi, R. (2022, May). *Analisis Karakter Tokoh Dalam Novel Aku Mencintainya Mama Karya Fredy S.* In PROSIDING SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN, BAHASA, SASTRA, SENI, DAN BUDAYA (Vol. 1, No. 1, pp. 46-59).
- Satinem. (2019). *Apresiasi Prosa Fiksi:Teori, Metode, Dan Penerapannya*. Deepublish
- Semi, M. A. (2012). *Metode Penelitian Sastra*. Bandung: Angkasa.
- Siswantoro. (2016). *Metode Penelitian Sastra*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.