

**PENGULATAN EMOSI DAN TRAUMA TOKOH UTAMA NOVEL TENTANG
KAMU KARYA TERE LIYE PENDEKATAN
PSIKOLOGI SASTRA**

Fitri¹, Jelita², Wahida³, Stefani Anisa⁴, Saptiana Sulastris⁵
^{1,2,3,4,5}Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia

Universitas PGRI Pontianak

¹Fitriptk340@gmail.com, ²jelitaj151@gmail.com, ³wildamay768@gmail.com

⁴Stefanianisa653@gmail.com

ABSTRACT

*This study aims to examine the emotional struggles and trauma experienced by the main character in the novel *Tentang Kamu* by Tere Liye using a literary psychology approach. The research method used is descriptive qualitative with data collection techniques in the form of library research and text analysis, while data analysis is conducted through identification and interpretation of the emotional aspects and traumatic experiences of the main character. The results show that the main character experiences sadness, loss, fear, and psychological pressure due to past trauma; however, the character also demonstrates strong resilience that enables them to rise and find meaning in life.*

Keywords: *emotional struggle, main character, about you, trauma, literary psychology*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pergulatan emosi dan trauma yang dialami tokoh utama dalam novel *Tentang Kamu* karya Tere Liye dengan menggunakan pendekatan psikologi sastra. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data berupa studi pustaka dan analisis teks. Teknik analisis dilakukan melalui proses identifikasi dan interpretasi terhadap aspek emosi dan pengalaman traumatis tokoh utama. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh utama mengalami kesedihan, kehilangan, ketakutan, serta tekanan batin akibat trauma masa lalu. Namun demikian, tokoh tersebut menunjukkan kemampuan resiliensi yang kuat sehingga mampu bangkit dan menemukan makna dalam kehidupannya.

Kata Kunci: pergulatan emosi, trauma, psikologi sastra, tentang kamu, tokoh utama

A. Pendahuluan

Karya sastra pada dasarnya merupakan cerminan kehidupan manusia yang dipenuhi oleh pengalaman emosional serta konflik batin. Melalui tokoh-tokoh yang dihadirkan, pengarang mampu menggambarkan berbagai gejala psikologis yang merefleksikan realitas kehidupan, seperti penderitaan, kehilangan, hingga perjuangan dalam menghadapi trauma. Dalam perkembangan kajian sastra modern, pendekatan psikologi sastra menjadi salah satu metode yang efektif untuk menelaah dinamika kejiwaan tokoh. Pendekatan ini mengkaji hubungan antara aspek psikologis dengan unsur dalam karya sastra guna mengungkap makna yang lebih mendalam terkait perilaku dan pengalaman tokoh.

Sejalan dengan perkembangan penelitian, pendekatan psikologi sastra kerap digunakan untuk menganalisis konflik batin tokoh melalui teori-teori psikologi, salah satunya psikoanalisis dari Sigmund Freud yang meliputi id, ego, dan superego. Penelitian oleh Amelia dan Hikam (2025) menunjukkan bahwa dinamika emosi tokoh dalam novel sangat dipengaruhi oleh interaksi ketiga struktur kepribadian tersebut,

yang kemudian membentuk sikap serta keputusan tokoh dalam menghadapi berbagai persoalan. Selain itu, Putri dan Rohman (2024) mengungkapkan bahwa konflik psikologis dalam karya sastra umumnya muncul sebagai wujud pergulatan batin yang dialami tokoh akibat tekanan hidup dan pengalaman traumatis yang mereka alami.

Novel *Tentang Kamu* karya Tere Liye merupakan salah satu karya yang sarat dengan dimensi psikologis, terutama berkaitan dengan pergulatan emosi dan trauma tokoh utamanya. Tokoh utama novel ini menghadapi berbagai peristiwa traumatis yang berpengaruh terhadap perkembangan kepribadiannya. Pengalaman ini melahirkan respons emosional, seperti kesedihan, ketakutan, hingga keteguhan hati, yang membentuk karakter tokoh secara kompleks. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk mengkaji bagaimana pergulatan emosi dan trauma direpresentasikan melalui pendekatan psikologi sastra, sehingga memberikan pemahaman mendalam mengenai kondisi psikologis tokoh serta makna yang terkandung dalam karya sastra tersebut.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif analitis untuk menganalisis emosi dan trauma tokoh utama dalam novel *Tentang Kamu* karya Tere Liye. Data berupa kutipan teks dianalisis melalui psikologi sastra, khususnya teori psikoanalisis Sigmund Freud, untuk memahami pengaruh trauma terhadap perilaku dan kepribadian tokoh. Hasil analisis disajikan secara naratif dengan dukungan kutipan teks untuk menjaga keakuratan dan keabsahan penelitian.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tokoh utama dalam novel *Tentang Kamu* karya Tere Liye mengalami dinamika emosional yang kompleks sebagai akibat dari pengalaman traumatis yang dialaminya sepanjang alur cerita. Trauma tersebut tidak hanya berdampak pada kondisi psikologis sesaat, tetapi juga memengaruhi perkembangan kepribadian dan cara tokoh dalam merespons lingkungan sosialnya. Secara umum, hasil penelitian dapat diklasifikasikan ke dalam tiga aspek utama, yaitu:

a. Bentuk Trauma Tokoh Utama

Trauma yang dialami tokoh utama bersumber dari pengalaman hidup yang penuh tekanan, seperti kehilangan, penderitaan masa lalu, dan konflik batin yang mendalam. Trauma ini ditandai dengan:

1. Perasaan kehilangan yang berkepanjangan
2. Luka batin akibat pengalaman masa lalu
3. Kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal
4. Bentuk Pengulatan Emosi

Pengulatan emosi yang dialami tokoh utama terlihat melalui berbagai respons emosional, antara lain:

- 1) Kesedihan yang mendalam
- 2) Kecemasan dan ketakutan
- 3) Kemarahan yang terpendam
- 4) Upaya menerima kenyataan hidup

Dinamika emosi tersebut menunjukkan bahwa tokoh tidak berada dalam kondisi emosional yang stabil, melainkan mengalami perubahan yang terus-menerus seiring perkembangan cerita.

b. Dampak Trauma terhadap Perilaku

Trauma yang dialami tokoh utama memengaruhi perilaku dan cara berpikirnya, seperti:

- 1) Cenderung menarik diri dari

lingkungan

- 2) Memiliki sikap defensif terhadap orang lain
- 3) Mengalami konflik batin dalam mengambil keputusan

Namun demikian, seiring berjalannya waktu, tokoh utama juga menunjukkan adanya proses pemulihan yang ditandai dengan penerimaan diri dan usaha untuk bangkit dari masa lalu.

Pembahasan dilakukan dengan mengaitkan hasil penelitian dengan teori psikologi sastra dan konsep psikologi tentang trauma serta emosi.

a. Keterkaitan Trauma dengan Emosi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman traumatis memiliki hubungan yang erat dengan kondisi emosional tokoh. Hal ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa trauma dapat memengaruhi cara individu merasakan, memahami, dan mengekspresikan emosi. Tokoh utama novel ini memperlihatkan luka psikologis masa lalu menjadi faktor utama munculnya emosi negatif seperti kesedihan dan kecemasan.

b. Dinamika Emosi dalam Perspektif Psikologi Sastra

Melalui pendekatan psikologi sastra, pengulatan emosi tokoh dapat dipahami sebagai refleksi dari kondisi

kejiwaan yang kompleks. Tokoh utama tidak hanya mengalami tekanan emosional, tetapi juga konflik batin yang berkepanjangan. Hal ini terlihat dari bagaimana tokoh menghadapi masalah, mengelola perasaan, berusaha menemukan makna dalam kehidupannya.

c. Proses Adaptasi dan Pemulihan

Meskipun mengalami trauma yang berat, tokoh utama menunjukkan adanya proses adaptasi psikologis. Dalam hal ini, tokoh mulai Menerima kenyataan hidup, Mengelola emosi secara lebih stabil, Menemukan kekuatan untuk melanjutkan kehidupan. Proses ini menunjukkan trauma tidak selalu berakhir pada kehancuran psikologis, tetapi dapat menjadi titik awal terbentuknya ketahanan mental (resiliensi).

d. Relevansi dengan Penelitian Lain

Temuan penelitian ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa trauma memiliki dampak jangka panjang terhadap kondisi emosional individu. Selain itu, dinamika emosi yang muncul akibat trauma juga menjadi salah satu fokus utama dalam kajian psikologi sastra karena berkaitan dengan pembentukan karakter tokoh dalam karya sastra.



Gambar 1. Ilustrasi Pengulatan Emosi Tokoh Utama dalam Novel Tentang Kamu

Gambar ini menggambarkan perubahan kondisi emosional tokoh utama, dari kesedihan, ketakutan, kecemasan, hingga munculnya harapan. Visualisasi ini memperjelas bahwa pengulatan emosi tokoh berlangsung secara bertahap dan dipengaruhi oleh pengalaman traumatis yang dialaminya. Dengan demikian, trauma menjadi faktor utama yang memicu munculnya pengulatan emosi tokoh utama, emosi yang muncul bersifat dinamis dan berkembang sesuai alur cerita, pendekatan psikologi sastra efektif dalam mengungkap kondisi kejiwaan tokoh dan tokoh utama mengalami proses pemulihan yang menunjukkan adanya kekuatan.

Tabel 1. Analisis Trauma dan Emosi Tokoh Utama

N o	Inti	Trauma	Em osi	Da mp ak	Ana lisis
1	<i>Kehilangan</i>	Kehilangan	Se dih	Menari k diri	Luka batin

2	Masa lalu	Masa lalu	Ce ma s	Minder	Konflik
3	Tekana n	Komple ks	Tak ut	Defens if	Protek si
4	<i>Sendiri</i>	Emosio nal	Se pi	Isolasi	Kuran g afeksi
5	<i>Meneri ma</i>	Pemuli han	har apa n	Adaptif	Resilie nsi

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa tokoh utama dalam novel *Tentang Kamu* karya Tere Liye mengalami pergulatan emosi yang kompleks sebagai akibat dari pengalaman traumatis yang dialaminya. Trauma tersebut memengaruhi kondisi psikologis tokoh, yang ditunjukkan melalui perubahan sikap, perasaan, dan cara tokoh dalam menghadapi berbagai peristiwa kehidupan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Pendekatan Praktik Revisi*. Rineka Cipta.
- Hidayat, R. (2022). *Psikologi Sastra: Teori dan Penerapannya*. Pustaka Ilmu.
- Iskandar, J. (2021). *Metode Penelitian dalam Kajian Sastra*. Deepublish.
- Nurgiyantoro, B. (2010). *Teori Pengkajian Cerita Fiksi*. Gadjah

Mada University Press.

- Putri, F., & Rohman, A. (2024). Konflik psikologis tokoh dalam karya sastra. *Jurnal Humaniora*, 12(1), 45–56.
- Rahmawati, T. (2019). *Psikologi dalam Sastra: Analisis Teks Menggunakan Pendekatan Psikologi*. Sekolah Tinggi Bahasa.
- Saputri, D. (2023). Perubahan emosi tokoh dalam novel kontemporer. *Jurnal Sastra dan Budaya*, 8(2), 78–89.
- Sudjiman, D. (2015). *Pendekatan Psikologi Sastra: Teori dan Analisis*. Indeks.
- Syamsudin, A. (2020). *Penelitian Kualitatif dalam Kajian Sastra*. Prenada Media.
- Tere Liye. (2020). *Tentang Kamu*. Gramedia Pustaka Utama.
- Freud, S. (1923). *Ego dan Id*. W. W. Norton & Company.