

Narasi Pelepasan Emosi dalam Kajian Genre *Healing Fiction* sebagai Media Katarsis

Nadia Wirda Ummah¹, Diana Puspitasari², Yudi Suryadi³, Heri Widodo⁴

Program Studi S1 Sastra Jepang, Universitas Jenderal Soedirman

Received: 10-11-2024; Revised: 10-12-2024; Accepted: 02-01-2025; Published: 15-01-2025

Abstract

Healing fiction is a genre in literary works that has a theme about healing, both spiritually and emotionally. The characters who appear in the healing fiction genre are described as finding inner peace and trauma recovery through the process of self-introspection, courage to face problems, relationships with others and relationships with nature. The healing fiction genre with its narrative that depicts characters who finally find inner peace, allows readers to experience emotional catharsis. This research will look at how the narrative elements of the healing fiction genre can be a vehicle for readers to experience the cathartic process. This research will use the narrative text analysis approach of Japanese novels with the healing fiction genre. This research will also use a thematic analysis approach to find out readers' responses. Reading works in the healing fiction genre can be a cathartic medium because it presents a feeling of relief like what happens in the process of accidental pleasure.

Keywords: *Catharsis; Healing Fiction; Narrative; Pleasure*

1. Pendahuluan

Healing fiction adalah sebuah genre dalam karya sastra yang memiliki tema mengenai penyembuhan baik spiritual maupun secara emosional (Ogawa, 2019: 12). Karakter-karakter yang muncul dalam genre *healing fiction* digambarkan menemukan ketenangan batin serta pemulihan trauma melalui proses introspeksi diri, keberanian menghadapi masalah, hubungan dengan orang lain dan hubungan dengan alam (Ogawa, 2019: 155). Genre ini berkembang pesat setelah Jepang mengalami masa gelembung ekonomi. Gelembung ekonomi Jepang ditandai dengan kenaikan tajam harga tanah, yang dikenal sebagai properti, dan diikuti oleh kenaikan harga saham yang terlalu tinggi. Jepang harus melakukan berbagai cara untuk bertahan hidup di dunia global karena perekonomian negara itu sama sekali tidak berkembang (Taslim et al., 2023 : 86). Akibat dari perubahan tersebut kecemasan sosial dan tekanan psikologis menjadi sangat tinggi. Kecemasan sosial dan tekanan psikologis meningkat pesat mengakibatkan muncul genre *healing fiction* sebagai respons kondisi sosial yang terjadi menjadi sangat berkembang. Kehidupan manusia yang dinamis menghasilkan pola kehidupan yang agak kompleks, dan seiring berjalannya waktu, manusia semakin menghadapi fakta bahwa mereka memiliki keterbatasan. Kondisi ini membuat orang marah dan agresif. Setiap emosi dan sikap agresif ini akan meningkat secara bertahap dan harus segera dilepaskan (Wahyuningsih, 2017: 41). Dalam situasi seperti ini, tidak semua emosi dan agresi dapat dilepaskan secara langsung, dan dibutuhkan satu cara aman untuk melepaskan atau

¹ Corresponding Author. Email: nadia.w.ummah@gmail.com
Telp. +62 812-2750-8167

menyalurkan emosi tersebut. Katarsis adalah penyaluran emosi dan agresi seperti kekesalan, kesedihan, kebahagiaan, impian, dan lainnya melalui pengalaman yang diwakilkan (Wahyuningsih, 2017: 41). Genre *healing fiction* dengan narasinya yang menggambarkan karakter-karakter yang akhirnya menemukan ketenangan batin, memungkinkan pembaca mengalami katarsis secara emosional. Oleh karena itu *genre healing fiction* menjadi penting karena dapat menjadi sebuah alternatif bagi pembaca untuk mengalami katarsis sehingga melalui pengalaman membaca, pembaca dapat mengalami penyembuhan emosional dan trauma.

Penelitian mengenai *healing fiction* sudah dilakukan di antaranya oleh Neering (2020), Park (2020), Ren (2020), Ogawa (2019) dan Matsui (2008). Penelitian yang dilakukan oleh Neering (2020) dengan judul *Exploring and defining iyashikei in terms of game design* berusaha mencari media yang dapat menjadi sarana healing dan juga melihat bagaimana bentuk *healing* yang dihasilkan. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa game adalah bukti kecil dari desain konsep dan dapat diperluas lebih jauh untuk meningkatkan efek healing. Penelitian yang dilakukan Park (2020) yang berjudul *An introduction to healing in fiction - focusing on Shin Kyung-sook's novel "Garden with Flowerpots"*. Penelitian ini mengeksplorasi prinsip-prinsip umum penyembuhan luka, dengan fokus pada novel "Garden with Flowerpots" karya Shin Kyung-sook. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa prinsip-prinsip penyembuhan yang terdapat dalam novel berupa tatap muka, berbicara atau menulis tentang luka sangat penting dalam proses penyembuhan. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Ren (2020) berjudul *Analysis of the Japanese Iyashikei Films and the Culture Behind These Films* menganalisis Film genre *healing fiction* Jepang dan budaya di balik film tersebut. Hasil dari penelitian membuktikan bahwa faktor sejarah, budaya, dan sosial bersama-sama mengakibatkan kehidupan masyarakat Jepang sangat penuh tekanan. Akibatnya, mereka cenderung menemukan sesuatu yang dapat meringankan penderitaan mereka akibat stres. Penelitian Ogawa (2019) dengan judul *Healing Literatures by Contemporary Japanese Female Authors: Yoshimoto Banana, Ogawa Yoko, and Kawakami Hiromi* membahas mengenai bagaimana karya-karya dari ketiga pengarang wanita menampilkan tema penyembuhan baik secara spiritual maupun emosional. Hasil dalam penelitian menunjukkan bahwa masing-masing karya menggambarkan proses penyembuhan karakter melalui refleksi diri, pendekatan dengan alam, dan berani menghadapi masalah. Penelitian Matsui (2008) yang berjudul *Institutionalization of Consumer Needs: The Case of the "Healing Boom" in Japan* mengkaji fenomena 'healing boom' di Jepang pada pergantian abad. Penelitian menyebutkan bahwa saat ini sudah menjadi hal yang wajar jika orang sehat mengonsumsi produk "healing". Ungkapan *healing* sering digunakan untuk menggambarkan hal-hal yang membantu bersantai. Untuk menyelidiki perilaku perusahaan dan wacana media, Matsui menganalisis 1.162 artikel surat kabar. Hasil penelitian menemukan bahwa kebutuhan konsumen akan penyembuhan dikonstruksi secara sosial oleh wacana media dan perilaku meniru perusahaan.

Berdasarkan penelitian-penelitian yang telah dilakukan, penelitian yang membahas mengenai genre *healing fiction* sebagai sebuah wahana untuk proses katarsis belum dikaji secara mendalam. Kajian *healing fiction* sebagai wahana untuk proses katarsis sangat relevan dengan kondisi masyarakat modern baik Jepang maupun internasional saat ini dikarenakan kondisi masyarakat era modern memiliki emosional yang kompleks. Oleh karena itu, penelitian ini akan dapat memperkuat penelitian-penelitian terdahulu terutama dalam melihat *healing fiction* sebagai sebuah wahana proses katarsis.

Berdasarkan hal-hal yang telah disebutkan sebelumnya, maka penelitian ini akan melihat bagaimana unsur-unsur naratif genre *healing fiction* dapat menjadi wahana bagi pembaca mengalami proses katarsis. Penelitian ini akan menggunakan pendekatan analisis teks naratif dari novel-novel Jepang dengan genre *healing fiction*. Dari hasil penelitian yang dilakukan, diharapkan dapat digunakan untuk memahami bagaimana narasi-narasi dalam genre *healing fiction* dapat menjadi sebuah wahana katarsis.

2. Metode

Pendekatan yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan menggunakan analisis teks. Analisis teks adalah analisis data yang meneliti teks secara mendalam baik mengenai isi teks dan maknanya maupun struktur dan wacana (Ahyar, 2019). Analisis teks digunakan untuk memahami unsur-unsur yang terdapat dalam novel-novel dengan genre *healing fiction* dan bagaimana unsur-unsur tersebut dapat menjadi media katarsis. Terdapat tiga novel Jepang yang akan digunakan sebagai sumber data penelitian yaitu novel karya Keigo Higashino (2023) yang berjudul *Keajaiban Toko Kelontong Namiya*, novel karya Durian Sukegawa (2022) yang berjudul *Pasta Kacang Merah*, dan novel karya Toshikazu Kawaguchi (2021) yang berjudul *Funiculi Funicula*. Alasan pemilihan ketiga novel tersebut adalah karena ketiga novel tersebut dikenal dengan genre *healing fiction*nya dan merupakan novel yang telah diterjemahkan ke dalam berbagai bahasa.

Metode analisis dilakukan dengan terlebih dahulu mengidentifikasi unsur-unsur yang mengandung efek *healing* menurut penelitian-penelitian terdahulu, dilanjutkan dengan memberikan pemaknaan katarsis dari unsur-unsur tersebut dengan pertimbangan respons emosional yang dihasilkan. Respons pembaca didapat dari data sekunder melalui platform *Goodread* dengan link https://www.goodreads.com/book/show/55851836_keajaiban_toko_kelontong_namiya untuk *Keajaiban Toko Kelontong Namiya*, link https://www.goodreads.com/book/show/62790376_pasta_kacang_merah untuk *Pasta Kacang Merah* dan link https://www.goodreads.com/book/show/57743808_funiculi_funicula untuk *Funiculi Funicula*. Alasan pemilihan platform *goodreads* adalah karena platform ini adalah platform di mana para pembaca bisa berbagi pengalaman membaca mereka dengan sukarela. Pendekatan analisis tematik digunakan untuk menganalisis respons emosional yang dihasilkan dari pengalaman pembaca. Analisis tematik digunakan dengan mengidentifikasi pola-pola yang menggambarkan emosi saat membaca genre ketiga novel yang dianalisis. Langkah terakhir adalah menarik kesimpulan bagaimana genre *healing fiction* dapat menjadi media katarsis untuk para pembaca.

3. Hasil dan Pembahasan

Pada bagian ini akan diuraikan unsur-unsur utama yang membangun genre *healing fiction* dalam ketiga novel yang dianalisis serta menjelaskan bagaimana unsur-unsur tersebut berperan dalam menciptakan pengalaman katarsis bagi para pembaca. Analisis ini difokuskan kepada ciri-ciri naratif yang khas ada pada genre *healing fiction* seperti refleksi diri, hubungan dengan orang lain, keberanian menghadapi masalah, dan hubungan dengan alam, yang memungkinkan pembaca untuk dapat menemukan perasaan pemulihan emosional dan kedamaian dan bagaimana ketiga novel yang dianalisis memberikan fasilitas proses refleksi batin yang dapat memberikan efek penyembuhan bagi pembaca.

3.1 Unsur-Unsur *healing fiction* dalam novel Jepang

Unsur-unsur yang dibahas pada bagian ini merupakan formula yang membangun genre *healing fiction*. Formula merupakan kajian mengenai unsur-unsur yang membangun sebuah karya sastra. Setiap genre biasanya sudah memiliki formula atau pakem tertentu yang berbeda dengan genre lain (Adi, 2011: 68). Oleh karena itu, dengan mengkaji mengenai unsur yang terdapat dalam genre *healing fiction* berarti juga membahas mengenai formula yang membangun genre tersebut.

3.1.1 Refleksi Diri

Salah satu unsur kuat yang membangun genre *healing fiction* adalah adanya refleksi tokoh-tokoh yang ada terhadap masalah yang sedang dihadapi. Refleksi tokoh-tokoh yang ada terhadap ketidakmampuan mereka untuk mengatasi dan menghadapi masalah akan menjadi pemicu konflik yang terjadi. Seiring dengan semakin seringnya refleksi diri yang dilakukan, para tokoh akan menyadari konflik yang dihadapi dan akhirnya akan mampu menyelesaikan konflik tersebut (Ogawa, 2019)

Salah satu narasi dari novel *Keajaiban Toko Kelontong Namiya* dapat terlihat melalui narasi berikut ini:

“Ayah,” gumam Katsuro sambil menatap langit malam. “Aku sudah membuatmu kecewa. Aku bahkan tidak punya kesempatan dalam perjuangan sia-sia ini”

(Keigo, 2023)

Narasi di atas adalah bentuk refleksi diri Katsuro terhadap kondisi yang sekarang dihadapi. Katsuro digambarkan sebagai seorang laki-laki yang merupakan anak dari pemilik toko ikan. Meskipun kerabat dan para tetangga percaya dan berpikir bahwa Katsuro akan meneruskan usaha ayahnya, Katsuro justru memilih untuk menjadi seorang musisi dan pergi ke Tokyo. Keputusan Katsuro dianggap banyak orang sebagai keputusan yang tidak masuk akal karena Katsuro dinilai tidak memiliki bakat bermusik. Meskipun begitu, ayah Katsuro mendukung mimpi anaknya dan menyuruhnya untuk berjuang dengan serius di Tokyo. Dalam narasi tersebut, Katsuro menyesali kondisi sekarang yang hingga ayahnya meninggal masih belum bisa menjadi musisi terkenal.

Refleksi diri juga ditemukan dalam novel *Pasta Kacang Merah* seperti yang terlihat pada narasi berikut:

Dibanding dorayaki yang gagal, bukankah justru seorang sampah masyarakat seperti dirinya yang perlu dibuang? Terkadang pikiran itu disusul hasrat sesaat yang membuatnya merasa betul-betul sanggup membuang hidupnya. Karena itulah ia berhenti memikirkan hari esok. Tak ada cukup daya untuk membuatnya berkeinginan melakukan sesuatu. Ia terus tenggelam, hanya matanya yang sesekali bergerak, mengintip dunia di permukaan.

(Durian, 2022: 108)

Narasi di atas menceritakan bagaimana Sentaro yang merupakan tokoh utama dalam novel *Pasta Kacang Merah* melakukan refleksi diri terhadap kehidupannya. Sentaro adalah seorang residivis dan juga seseorang yang gagal menggapai cita-citanya sebagai seorang

penulis. Sentaro yang seorang residivis menganggap dirinya sebagai sampah masyarakat dan tidak memiliki hasrat melakukan sesuatu dan memilih untuk memiliki kehidupan monoton sebagai pegawai di warung dorayaki.

Refleksi diri juga ditemukan dalam novel *Funiculi Funicula* seperti pada narasi berikut ini:

“Aku bahkan tidak pernah sekali pun menemuinya. Sekarang dia sudah pergi.”
Hirai terisak. “Dia tidak pernah menyerah dan terus datang ke Tokyo menemuiku.”

(Toshikazu, 2021: 141)

Narasi di atas menceritakan seorang kakak bernama Hirai yang ditinggal mati adiknya karena bernama Kumi. Adiknya tewas dalam perjalanan pulang dari Tokyo untuk menemuinya. Hirai dinarasikan sebagai seorang kakak yang melarikan diri ke Tokyo setelah mengalami konflik dengan keluarganya.

Refleksi diri dalam genre *healing fiction* merupakan cara untuk mengangkat konflik yang dihadapi para tokoh. Dengan melakukan refleksi diri, para tokoh dalam genre ini akan mengetahui keterbatasan diri dan kecemasan yang dihadapinya. Refleksi diri ini juga membawa pembaca untuk mengetahui kondisi psikologis yang dialami oleh para tokoh untuk kemudian merasa berempati terhadap para tokoh. Konflik-konflik yang disajikan melalui refleksi diri, juga merupakan konflik-konflik yang dekat dengan pembaca. Beberapa konflik yang diangkat dalam ketiga novel yang menjadi sumber data adalah seperti keraguan untuk mengikuti keinginan diri sendiri, kegagalan meraih cita-cita, pertengkaran adik-kakak, perpisahan dengan kekasih, pertengkaran ibu dan anak.

Melalui narasi tentang refleksi diri terhadap konflik-konflik yang dekat dengan pembaca, pembaca dapat merasakan beban emosional dan merasa bahwa dirinya sama dengan sang tokoh. Hal ini dapat membantu pembaca merefleksikan perjuangan mereka sendiri dalam menghadapi rasa penyesalan, kegagalan, marah, atau kecewa. Oleh karena itu, melalui refleksi diri para tokoh dalam novel genre *healing fiction* para pembaca dibantu untuk menjalani proses katarsis secara tidak langsung melalui narasi tokoh.

3.1.2 Keberanian Menghadapi Masalah.

Keberanian untuk mengonfrontasi/menghadapi masalah merupakan salah satu elemen penting dalam genre *healing*. Dalam ketiga novel yang dianalisis, para tokoh seringkali digambarkan dalam kondisi atau situasi yang memaksa mereka untuk akhirnya berani menghadapi masalah yang selama ini mereka hindari. Situasi tersebut seperti yang terdapat dalam penggalan narasi berikut ini:

... “Kondisiku maupun Toko Uomatsu belum sedemikian parahnya sampai harus diurus olehmu. Jadi singkirkan semua pikiran yang tidak-tidak itu, dan kembalilah ke jalur yang telah kau rintis. Kembali ke medan perangnya di Tokyo. Tidak masalah jika kau tidak berhasil memenangi perang itu. Bahkan perjuangan yang sia-sia pun berharga. Yang penting kau bisa menorehkan jejakmu di sana. Jangan pernah berpikir untuk pulang sebelum kau berhasil melakukannya. Paham ?”

....

“Buang saja meja dan kursi di kamarku. Juga rak bukunya. Aku sudah tidak memerlukannya lagi” ...

“Jadi kamarmu boleh kupakai ?” Emiko langsung bertanya.

“Boleh”

(Keigo, 2023 : 122)

Tokoh Katsuro dihadapkan pada konflik batin antara keinginannya untuk mengejar mimpi sebagai seorang musisi di Tokyo atau tanggung jawab moral untuk meneruskan usaha toko ikan milik keluarganya yang saat ini dikelola oleh ayahnya yang tua dan juga sakit-sakitan. Melihat kondisi ayahnya, Katsuro mengutarakan niatnya untuk berhenti mengejar mimpinya dan kembali ke rumah agar bisa membantu keluarganya mengurus toko. Bukannya merasa senang dengan keputusan anaknya, ayah Katsuro justru mendesaknya untuk tidak kembali hingga Katsuro berhasil meraih mimpinya. Ayahnya yang dengan tegas berkata “Kembali ke medan perangmu di Tokyo” seolah ingin menyampaikan bahwa perang Katsuro bukan di rumahnya dan juga belum berakhir.

Meskipun masih ragu, namun kata-kata ayahnya membuat Katsuro meneguhkan hatinya untuk lanjut merintis karier sebagai musisi. Keputusannya untuk menyerahkan kamar kepada adiknya merupakan bentuk simbolis dari komitmennya untuk tidak kembali sebelum sukses, seperti yang diperintahkan ayahnya. Keputusan ini juga menunjukkan keteguhan hati Katsuro dan keberaniannya menghadapi tantangan dan keraguan demi mewujudkan impian.

Keberanian untuk menghadapi masalah juga terdapat dalam novel *Pasta Kacang Merah* seperti dalam narasi berikut ini:

Entah karena hari ini Sentaro sudah belajar cara membuat kacang merah dengan benar, atau mungkin karena ia terdorong jadi serius oleh keberadaan Tokue di sampingnya, Sentaro berhasil memanggang dorayaki dengan baik. Semua matang bulat sempurna. Momen yang langka bagi Sentaro.

(Durian, 2022 : 43)

Pekerjaannya yang sekarang bukanlah pekerjaan impiannya. Malah, ia ingin segera bebas dari profesi ini. Begitulah dulu ia selalu berharap. Namun, sekarang Sentaro mendapatkan suatu rasa pencapaian, seolah telah berhasil melewati puncak gunung. Dan hal itu membuatnya termenung. Ia merasa ingin bersorak girang, tetap agak kelimpungan juga dengan apa yang dirasakannya. Ia merasa seolah tersesat, tidak tahu di mana sedang berpijak.

(Durian, 2022 : 53)

Sentaro adalah seorang tokoh yang digambarkan tidak memiliki gairah hidup dan kemauan untuk melakukan sesuatu. Sentaro akhirnya terpaksa belajar membuat kacang merah karena Tokue memaksakan dirinya untuk belajar membuat pasta kacang merah isian dorayaki. Kehadiran Tokue membuat Sentaro merasa terdorong untuk melakukan sesuatu yang berarti seperti berhasil membuat dorayaki yang bulat sempurna. Pekerjaan menjual dorayaki yang tadinya hanya dianggap sebagai beban pada akhirnya membuatnya merasakan sesuatu yaitu sebuah pencapaian.

Dalam novel *Funiculi Funicula*, keberanian menghadapi masalah dapat ditemukan dalam narasi berikut ini:

Hirai hanya ingin meminta maaf. Selama ini Kumi tak pernah berhenti berusaha menemuinya, tapi Hirai malah terganggu. Ia ingin meminta maaf untuk sikap dinginnya terhadap Kumi. Juga tentang Kumi yang dijadikan penerus Takakura.

(Toshikazu, 2021)

Narasi di atas menceritakan bagaimana akhirnya Hirai yang selama ini menghindari dan tidak pernah mau bertemu adiknya, Kumi, akhirnya memutuskan untuk pergi menemuinya. Dalam novel *Funiculi Funicula*, seseorang bisa kembali ke masa lalu dalam waktu tertentu dengan berbagai macam ketentuan yang harus dipatuhi. Meskipun kembali ke masa lalu, kenyataan yang ada saat ini tidak akan berubah. Artinya, kenyataan bahwa adik Hirai tewas dalam kecelakaan mobil tidak akan berubah. Meskipun mengetahui hal itu, Hirai tetap memutuskan untuk kembali ke masa lalu dengan tujuan menemui adiknya dan meminta maaf.

Seiring pembaca mengikuti proses para tokoh mengumpulkan keberanian untuk menghadapi masalah-masalah dan konflik batin yang dihadapinya, pembaca juga ikut merasakan bagaimana perjuangan para tokoh akhirnya berakhir pada pemulihan emosional. Melalui proses ini, pembaca tidak hanya diajak untuk menyaksikan perubahan internal para tokoh, namun juga diberikan rasa lega yang muncul setelah pergulatan batin terselesaikan. Dalam menghadapi tantangan dan rasa ketidakberdayaan, para tokoh menunjukkan bahwa keberanian adalah sebuah langkah awal menuju penyembuhan. Hal ini secara tidak langsung akan mengajak pembaca ikut merasakan ketenangan yang hadir setelah menerima dan menghadapi realitas hidup.

3.1.3 Hubungan dengan Alam

Ren (2020 : 29) menyatakan bahwa elemen alam dalam film genre *healing* membantu orang Jepang menghilangkan stres, dengan memberikan perhatian khusus pada cara menyajikan pemandangan alam yang indah secara visual. Alam dalam karya-karya yang diteliti oleh Ogawa (2019) tidak hanya berfungsi sebagai *setting* latar melainkan juga menjadi elemen penting yang membawa tokoh utama menuju pemulihan spiritual. Alam memberikan perspektif yang berbeda, yang memungkinkan mereka untuk menghadapi masalah sehari-hari tanpa harus mencari solusi yang samar dan bias.

Narasi yang menggambarkan bagaimana para tokoh berusaha menyatu dengan alam dapat ditemukan dalam novel *Pasta Kacang Merah* seperti pada kutipan berikut ini:

Sentaro, dan Wakana di belakangnya, menatap pohon-pohon dalam diam. Setiap kali angin melintas, dahan-dahan saling bersentuhan, berbisik riuh di hutan kecil itu.

Sentaro merasa seolah Tokue berada di dekatnya, berkata, “*Bukalah telingamu.*”

Sentaro melangkah mendekati anak pohon tersebut. Jemarinya menyusuri jiwa baru itu dengan lembut.

....

Di balik hutan kecil, ada siluet pagar semak-semak hiiragi. Kemudian, seolah baru saja terlahir, bulan bulat sempurna mengapung di atasnya.

“Oh,” Wakana turut berseru.

Angin mengayunkan pepohonan, membuat dahan dan ranting sesekali menyembunyikan sang bulan. Meskipun begitu, cahaya bulan purnama tetap sampai kepada mereka secara berirama.

Sentaro berbalik lagi ke anak pohon, dan berbisik, “Lihatlah, bulan muncul.”

Pada narasi di atas elemen hubungan manusia dengan alam sangat terlihat di mana Sentaro yang kehilangan sahabatnya Tokue, berusaha menyatukan diri dengan alam di sekitarnya. Saat Sentaro mengunjungi *bukit jiwa* yang merupakan bukit untuk peristirahatan orang-orang yang hidup dengan penyakit kusta, Sentaro menyentuh pohon baru di atas makam Tokue. Kata-kata Tokue yang mengajaknya untuk mencoba “mendengarkan suara pohon” hidup kembali, dan Sentaro merasa seakan Tokue berada di sampingnya. Di saat yang bersamaan, kemunculan bulan purnama yang bulat sempurna menambah suasana magis, seakan menghubungkan Sentaro dengan alam dan jiwa sahabatnya yang telah tiada.

Narasi mengenai alam tidak terlalu banyak ditekankan pada novel *Funiculi Funicula* dan novel *Keajaiban Toko Kelontong Namiya*. Namun, elemen alam dalam novel-novel tersebut berperan sebagai penguat suasana emosional. Elemen-elemen alam dapat menciptakan ruang di mana emosi tokoh terasa lebih terasa intim dan dalam.

Alam dalam novel *Pasta Kacang Merah* bukan hanya sekedar setting latar melainkan juga sebagai sarana penyembuh emosional dan juga simbol keabadian. Alam menjadi alat yang membuat hubungan yang telah terjalin menjadi abadi melalui ingatan dan ketengan yang diberikan. Alam dalam novel ini, menjadi medium bagi Sentaro untuk melepas kepergian Tokue dan menemukan kedamaian dalam jiwanya.

Melalui narasi tentang alam, katarsis pembaca tercipta karena pembaca diajak untuk ikut menelusuri perjalanan emosional tokoh, merasakan kesedihan, yang berujung pada kelegaan emosional. Keindahan alam, simbol keabadian, dan momen magis, menimbulkan refleksi yang mendalam. Bagi pembaca, hal ini menciptakan ruang untuk merenungkan emosi mereka sendiri. Alam dalam cerita, pada akhirnya akan mengajar pembaca untuk mengalami proses penyembuhan emosional bersama para tokoh, menghadirkan perasaan tenang yang sama seperti saat para tokoh bisa menyatu dengan alam.

3.1.4 Hubungan antar Manusia

Hubungan antar-manusia memainkan peranan penting dalam proses *healing* karena melalui dinamika hubungan dengan orang lain, akan memberikan kesempatan bagi karakter untuk mengalami pertumbuhan emosional dan mental yang kuat, terutama jika hubungan tersebut bersifat non-romantis dan berakar pada empati serta pemahaman mutual. Dalam ketiga

novel yang dianalisis, narasi mengenai hubungan antar tokoh ditemukan dan menjadi elemen penting. Narasi-narasi tersebut seperti pada kutipan di bawah ini:

"Oh, jadi begitu," Fusagi bergumam, tampak murung. Ia beranjak dari kursinya di konter untuk menghampiri tempat duduk Kotake dan berdiri di hadapannya.

"Begitu apanya?" Kotake bertanya kepada Fusagi yang menatapnya dengan marah. "Ada apa?"

Baru kali ini ia melihat Fusagi bereaksi seperti ini. "Kau datang dari masa depan, kan?"

"A-apa?"

Pertanyaannya mungkin terdengar gila, tetapi Fusagi benar. Kotake memang datang dari masa depan.

"Ah... eh..." Kotake mati-matian mencoba menggali ingatannya. Seingatnya, tidak ada peraturan yang melarangnya mengungkapkan bahwa ia datang dari masa depan.

(Toshikazu, 2021 : 103)

Narasi di atas menceritakan bagaimana Kotake akhirnya berani pergi ke masa lalu untuk menemui Fusagi, suaminya. Fusagi menderita demensia sehingga tidak lagi bisa mengenali Kotake sebagai istrinya di masa sekarang. Namun, karena merasa bahwa Kotake harus membaca surat yang ingin diserahkan Fusagi sebelum dia lupa ingatan, Kotake memberanikan diri kembali ke masa lalu.

Dengan kembali ke masa lalu untuk menemui suaminya, Kotake mengalami efek pemulihan secara emosional bagi Kotake atas keraguan dalam hubungan pernikahan. Setelah menemui Fusagi di masa lalu untuk menerima dan membaca surat, Kotake menemukan arti kesabaran, pengertian, dan rasa penerimaan terhadap kondisi yang tidak dapat diubah dalam hubungan pernikahan.

Narasi mengenai hubungan antar manusia yang bersifat non-romantis juga terlihat pada narasi novel *Keajaiban Toko Kelontong Namiya* berikut ini:

"Ibumu memilih mempertahankanmu karena merasa sudah siap membahagiakan anaknya," sahabat saya menjelaskan. "Buktinya bisa dilihat dari bagaimana dia menyimpan surat ini baik-baik

...

Saya tidak bisa memahami perasaan saya kala itu. Pertama, saya tidak pernah bertemu dengan Ibu, sehingga rasa benci yang masih tersimpan dalam hati ini lebih merupakan sesuatu yang abstrak. Walaupun ingin mengubahnya menjadi rasa terima kasih, yang ada hanya kebingungan. Akhirnya kata yang terucap dari mulut saya adalah, "Aku tidak punya komentar apa pun."

...

Sahabat saya berkata dia dan adiknya selamanya akan terus merasa berterima kasih dan berusaha membalas kebaikan lelaki itu. Sambil menangis, dia berkata, "Aku ingin kau, termasuk aku, bisa menghargai nyawa seseorang."

...

Untuk Toko Kelontong Namiya: Terima kasih karena sudah memberikan nasihat pada ibu saya. Sebenarnya sudah lama saya ingin menyampaikannya karena berkat Anda, kini saya memiliki rasa percaya diri untuk berkata bahwa saya bersyukur telah dilahirkan.

(Keigo, 2023 : 178-181)

Narasi di atas adalah penggalan surat dari “Anak Perempuan Green River” kepada pemilik toko kelontong Namiya. Dalam suratnya, “Anak Perempuan Green River” bercerita bagaimana awalnya dia merasa membenci ibu yang melahirkan anak dari hubungan gelap dan kemudian justru mengajak anaknya untuk bunuh diri bersama. “Anak Perempuan Green River” yang mengetahui fakta tersebut merasa sangat terguncang hatinya dan akhirnya menarik diri dari kehidupan sosial, bahkan mencoba bunuh diri karena merasa malu.

Pada suatu hari, sahabat dari “Anak Perempuan Green River” datang berkunjung setelah upaya bunuh dirinya gagal dan diamankan polisi di rumah sakit. Dari pertemuannya dengan temannya ini, “Anak Perempuan Green River” menyadari kebenaran sesungguhnya dari peristiwa kecelakaan mobil yang merengut nyawa ibunya. Pertemuan dengan sahabatnya membuat “Anak Perempuan Green River” mengetahui bahwa kasih sayang ibunya sangat tulus. Ibunya bahkan memilih untuk menyelamatkannya pada detik-detik terakhir kematiannya. Melalui pertemuan dengan sahabatnya ini, “Anak Perempuan Green River” menyadari artinya “menghargai nyawa seseorang”. “Anak Perempuan Green River” akhirnya menemukan arti kasih sayang orang tua dan betapa berharganya nyawa seseorang.

Seiring dengan pembaca membaca narasi surat tersebut, pembaca sedikit demi sedikit bisa melihat bagaimana rasa kebencian seorang anak kepada ibunya perlahan-lahan memudar. Pembaca juga diajak untuk mengungkapkan rahasia dibalik berita palsu mengenai kematian ibu dari “Anak Perempuan Green River”. Seorang pembaca memberikan komentar mengenai bab ini dalam platform *goodreads* bawah “*Sampai di sini keajaiban yang diberikan penulis makin terasa. Banyak kejadian menarik, mengejutkan, dan mengharukan yang terjadi.* Seorang pembaca juga menceritakan pengalamannya bahwa bab ini adalah bab yang terpanjang namun juga bab yang *ter-page turning*. *Page turning* adalah situasi di mana pembaca tidak bisa berhenti membaca karena ingin terus menerus membaca. Hal ini dikarenakan pada bab 3 ini banyak mengungkapkan rahasia-rahasia dibalik cerita.

Pembaca juga dapat merasakan bagaimana hubungan ibu dan anak yang dialaminya di dunia nyata. Hal tersebut bisa dilihat dari komentar yang dituliskan seorang pembaca melalui platform *goodreads* bahwa “*Buku ini mengajarkanku banyak hal tapi yang paling kerasa adalah tentang keluarga*”. Rasa cinta tanpa syarat seorang ibu merupakan rasa penuh empati yang dapat menawarkan rasa penyembuhan. Seorang pembaca menuliskan pengalamannya di platform *goodreads* dengan berkomentar “*Terima kasih untuk karya indah yang membuatku langsung ingin memeluk orang-orang terkasih. Semoga kalian juga merasakan hal yang sama*”. Dalam hal ini, pengalaman membaca bisa menjadi katarsis di mana pembaca merasa lega. Kata "empati" berarti mencoba memahami situasi orang lain dengan cara yang sama seperti orang tersebut memahaminya dan menyampaikan pemahaman itu kepada orang lain (Rosyanti, 2017 : 186). Empati berarti masuk ke dalam diri seseorang dan melihat situasi dari sisi orang tersebut, seolah-olah ia adalah orang itu (Rosyanti, 2017 : 187). Pengalaman membaca membuat pembaca dapat seolah-olah mereka adalah tokoh utama dalam novel tersebut. Oleh karena itu, pengalaman membaca dapat menimbulkan rasa empati.

3.1.5 Penerimaan dan Pengampunan

Penerimaan dan pengampunan merupakan bentuk penyelesaian konflik yang ada dalam genre *healing fiction*. Dalam novel-novel genre healing fiction penerima dan pengampunan menjadi elemen penting dalam perjalanan emosional dan spiritual para tokoh (Ogawa, 2019). Misalnya dalam novel *Keajaiban Toko Kelontong Namiya* terdapat narasi berikut ini:

Namun, Anda jelas berbeda. Karena peta yang Anda miliki masih berupa kertas kosong, itulah mengapa meskipun sudah memiliki tujuan, Anda belum menemukan di mana jalan yang bisa membawa Anda ke sana. Itu wajar. Siapa pun pasti akan merasa kebingungan.

Cobalah untuk mengubah sudut pandang. Karena peta Anda masih berupa kertas kosong. Anda jadi bebas menggambar apa saja. Semuanya terserah pada Anda. Anda bebas melakukan apa saja karena kesempatan terbentang luas di hadapan Anda. Bagi saya, ini adalah hal yang menakjubkan. Percayalah pada diri sendiri. Saya doakan semoga Anda bisa menjalani hidup dengan bebas tanpa penyesalan.

....

Toko Kelontong Namiya

Atsuya mendongak dari kertas surat, lalu menatap kedua temannya. Mata mereka berdua tampak berkilauan.

Dan Atsuya yakin, matanya sendiri juga mengeluarkan kilau yang sama.

(Keigo, 2023: 398)

Atsuya dan teman-teman adalah sekelompok pemuda yang berasal dari panti asuhan. Meskipun mereka mempunyai cita-cita masing-masing, namun karena latar belakang mereka yang penuh dengan konflik keluarga dan masyarakat, membuat mereka akhirnya justru memilih jalan sebagai seorang kriminal dengan berusaha merampok sebuah rumah. Karena pada dasarnya Atsusi dan teman-temannya adalah sekelompok pemuda baik hati, dalam melakukan aksi perampokannya mereka banyak melakukan kesalahan karena konflik batin yang dihadapi.

Melalui surat, pemilik toko kelontong Namiya menyatakan bahwa “*Itu wajar. Siapa pun pasti akan merasa kebingungan.*” Di sini, pemilik toko kelontong Namiya mengajak Atsusi dan kawan-kawannya untuk menerima kondisi mereka dan berhenti menyalahkan diri mereka. Pemilik toko kelontong Namiya juga mengatakan bahwa “*Cobalah untuk mengubah sudut pandang. Karena peta Anda masih berupa kertas kosong.*” yang merupakan suatu bentuk tawaran untuk menyembuhkan luka batin Atsusi dan kawan-kawannya. Membaca surat tersebut membuat Atsusi dan teman-temannya menjadi dapat menerima kondisi dan mengampuni perbuatan mereka. Narasi “*Atsuya mendongak dari kertas surat, lalu menatap kedua temannya. Mata mereka berdua tampak berkilauan. Dan Atsuya yakin, matanya sendiri juga mengeluarkan kilau yang sama.*” yang secara tidak langsung mengatakan bahwa Atsusi dan kawan-kawannya menangis merupakan simbolisme bahwa Atsusi dan kawan-kawannya telah melalui proses pemulihan diri.

Narasi tentang penerimaan dan pengampunan juga terdapat dalam novel *Funiculi Funicula* seperti kutipan di bawah ini:

Artikel tentang legenda urban dalam majalah itu mengatakan, "*Pada akhirnya, kenyataan tidak berubah bagi mereka yang kembali ke masa lalu ataupun mereka yang pergi ke masa depan. Lalu, apa istimewanya kursi ini?*"

Akan tetapi, Kazu memilih untuk terus meyakini bahwa kekuatan hati cukup bagi seseorang untuk melewati kenyataan yang dihadapinya, sepahit apa pun kenyataan itu. Meskipun tak bisa mengubah kenyataan, asalkan masih ada hati yang tergerak untuk berubah, selama itu pula kursi tersebut istimewa.

(Toshikazu, 2021: 239)

Funiculi Funicula adalah sebuah kafe yang dapat membawa seseorang kembali ke masa lalu untuk menemui orang yang pernah datang ke kafe tersebut. Namun, apa pun yang dilakukan orang yang kembali ke masa lalu tidak akan bisa mengubah kenyataan yang ada di masa sekarang. Melalui pertanyaan "*Lalu, apa istimewanya kursi ini?*" pembaca diajak untuk merenungi dan menerima bahwa apa pun yang terjadi masa sekarang tidak akan bisa diubah. "... kekuatan hati cukup bagi seseorang untuk melewati kenyataan yang dihadapinya." mengajak pembaca untuk meyakini kenyataan sepahit apa pun akan bisa dilalui dengan kekuatan hati. Ini adalah bentuk penerimaan dan juga sekaligus pengampunan akan keterbatasan diri dalam menghadapi sebuah kenyataan.

Berdasarkan narasi-narasi di atas, melalui narasi cerita, pembaca diajak untuk melihat bagaimana para tokoh pada akhirnya bisa menerima kenyataan dan mengampuni keterbatasan diri. Seorang pembaca menuliskan pengalamannya membaca *Keajaiban Toko Kelontong Namiya* dengan komentar bahwa "*... satu hal besar yang dipelajari adalah betapa manusia hilmudik menjalani kehidupan dengan berbagai permasalahannya serta, bagaimanapun itu, mereka akan tergantikan dengan manusia-manusia yang lain.*". Seorang pembaca *Pasta Kacang Merah* menuliskan bahwa novel tersebut mengajarkan bahwa masing-masing orang di dunia memiliki perannya masing-masing. Dari komentar tersebut dapat diketahui bahwa pembaca tersebut menunjukan bentuk penerimaan dan sekaligus bentuk pengampunan.

Seseorang yang dapat menerima dirinya dengan baik dan mampu menerima kekuatan dan kekurangan mereka akan dapat menerima penerimaan diri (Chaplin, 2006). Hal ini merupakan sebuah proses katarsis untuk pembaca agar dapat menerima kenyataan dan mengampuni segala keterbatasan yang dimiliki.

3.2 *Healing fiction* sebagai Media Katarsis

Melalui narasi-narasi yang mengandung elemen healing di atas, pembaca diajak untuk mengalami katarsis emosional secara mendalam. Katarsis adalah penyaluran emosi dan agresi yang berupa kekesalan, kesedihan, kebahagiaan, impian dan lainnya ini dilakukan dengan pengalaman wakilan (*Vicarious experience*) seperti mimpi, lelucon, fantasi atau khayalan (Wahyuningsih, 2017: 41). Membaca novel-novel dengan genre *healing ficiton* merupakan sebuah pengalaman wakilan untuk menyalurkan rasa kesal, sedih, bahagia, impian, dan lain-lain. Pembaca diajak untuk merasakan sedih saat para tokoh kehilangan orang kesayangannya, merasa bersemangat saat impiannya didukung oleh orang-orang di sekitarnya, ataupun merasa bahagia saat mengetahui rasa kasih sayang dari seorang ibu yang tidak mengenal rasa takut akan kematian.

Aristoteles menyebutkan bahwa seseorang yang mengalami perasaan memilukan atau ketakutan akan mengalami katarsis dengan cara mendengarkan lagu-lagu sakral, dengan begitu, ia akan merasa dipulihkan (Wahyuningsih, 2017). Katarsis merupakan sebuah proses penyembuhan dan pemurnian rasa pilu melalui tragedi dalam drama. Sejalan dengan teori tersebut, maka refleksi diri para tokoh dalam genre *healing fiction* terhadap konflik-konflik yang dihadapi dapat disamakan dengan tragedi dalam drama yang memunculkan rasa pilu menurut Aristoteles. Rasa pilu akibat membaca konflik yang dihadapi para tokoh semakin terasa nyata karena konflik-konflik yang diangkat dalam genre *healing fiction* adalah konflik-konflik yang dekat dan dapat ditemukan dalam perjalanan hidup manusia. Seiring dengan pengalaman membaca dan mengikuti perjalanan para tokoh dalam menyelesaikan konflik mereka, maka akan timbul perasaan lega atau puas yang menghilangkan rasa pilu selama membaca. Di sinilah genre *healing fiction* dapat menjadi sarana untuk proses katarsis para pembaca. Hal ini dapat dilihat melalui komentar seorang pembaca *Funiculi Funicula* yang menyebutkan bahwa kisah yang diceritakan benar-benar tragis tetapi juga sangat membahagiakan dan dapat menyemangatnya. Seorang pembaca *Keajaiban Toko Kelontong Namiya* memberikan komentarnya dalam *goodread* menyatakan bahwa membaca cerita ini membuatnya menangis karena merasakan pilu namun juga membuatnya tersenyum puas. Pembaca lain menuliskan bahwa “*aku janji, membaca ini akan membuat rasa sakitmu hilang.*” Beberapa pembaca memberikan komentar bahwa buku ini seperti *ceritanya sangat indah namun juga menyedihkan* atau cerita yang menghangatkan dan juga menyesakkan namun dibungkus dengan sangat manis, dan lain sebagainya. Komentar-komentar ini menunjukkan adanya proses katarsis yang dialami pembaca berupa perasaan bahagia, semangat, kepuasan yang dialami selama membaca.

Melalui narasi-narasi yang mengandung elemen keberanian untuk menghadapi masalah, pembaca juga ditawarkan pada rasa ketegangan. Mereka dibuat bersimpati dengan kondisi yang dihadapi oleh para tokoh, seperti yang dihadapi oleh Katsuro yang kebingungan saat harus memilih mimpinya atau orang tuanya. Namun dukungan dari ayahnya yang berkata *Kembali ke medan perangmu di Tokyo. “Tidak masalah jika kau tidak berhasil memenangi perang itu. Bahkan perjuangan yang sia-sia pun berharga.”* Menghadirkan perasaan senang dan semangat serta doa agar Katsuro berhasil. Pembaca dalam hal ini diajak untuk merasakan perasaan empati terhadap hubungan antar tokoh dalam novel. Empati berarti masuk ke dalam diri seseorang dan melihat situasi dari sisi orang tersebut, seolah-olah ia adalah orang itu (Rosyanti, 2017 : 187). Beberapa pembaca *Pasta Kacang Merah* menuliskan bahwa dengan mengikuti perjalanan Sentaro, ia dibuat bertanya-tanya apa sebenarnya arti kehidupan yang bermakna. Seorang pembaca menuliskan “*Tokue benar-benar membuatku tersentuh. Dia terlalu berharga. Hatiku sakit melihat apa yang telah dia alami dengan Kusta sejak dia masih kecil.*” Di sini terjadi proses katarsis di mana pembaca dibuat merasakan empati dengan sang tokoh.

Dalam teorinya, Aristoteles juga menyatakan bahwa katarsis bukanlah merupakan ‘rasa senang’ yang sebenarnya. Katarsis merupakan *kesenangan esensial/essential pleasure* dan baru akan menjadi ‘kesenangan’ dengan bantuan *kesenangan kebetulan/accidental pleasure*. Kesenangan esensial adalah bentuk kesenangan yang muncul ketika manusia sudah berada pada kondisi normal tanpa adanya kekurangan atau kebutuhan mendesak. Sedangkan *kesenangan kebetulan* adalah sebuah kondisi rasa senang ketika seseorang berhasil “mengembalikan” kondisinya ke normal. Narasi-narasi penyembuhan tersebut pada akhirnya

dapat digunakan untuk memahami pengalam dan juga penderitaan manusia melalui pengalaman pembaca (Kirmayer, 2015).

Membaca *healing fiction* sesungguhnya adalah sebuah *accidental pleasure*. Hal ini dikarenakan saat memutuskan membaca, pembaca akan diajak untuk melihat para tokoh dengan segala macam konflik batin yang dihadapinya. Hal ini membuat munculnya rasa pilu yang menyebabkan pembaca tidak dalam kondisi normal. Seiring dengan pengalaman pembaca, pembaca diajak untuk melihat bagaimana para tokoh akhirnya dapat penerima dan mengampuni kondisi yang dihadapinya saat ini, seperti pada narasi “*Meskipun tak bisa mengubah kenyataan, asalkan masih ada hati yang tergerak untuk berubah, selama itu pula kursi tersebut istimewa.*” Di sinilah terjadi proses *accidental pleasure* di mana akhirnya para pembaca dapat kembali kepada kondisi normal mereka sehingga mereka melalui proses katarsis.

4. Kesimpulan

Genre *healing fiction* pada akhirnya akan dapat menjadi sebuah media katarsis bagi para pembacanya. Elemen-elemen yang membangun genre *healing fiction* dapat memberikan *accidental pleasure* yang merupakan proses katarsis dalam membaca. Melalui refleksi diri para tokoh terhadap konflik yang dihadapi, pembaca diajak untuk merasakan rasa pilu. Perasaan pilu tersebut berubah menjadi sebuah kelegaan begitu para tokoh akhirnya menerima kenyataan dan mengampuni kondisinya saat ini. Penerimaan dan pengampunan itu bisa terjadi ketika para tokoh memutuskan untuk berinteraksi dengan sesama manusia. Alam juga memiliki peran penting dalam genre *healing fiction* karena akan memberikan rasa ketenangan dalam proses penyembuhan tokoh. Membaca karya genre *healing fiction* dapat menjadi media katarsis karena menyuguhkan perasaan lega seperti yang terjadi pada proses *accidental pleasure*.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih penulis dan tim sampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat yang telah mendanai penelitian ini.

Daftar Pustaka

- Adi, I. R. (2011). Fiksi Populer (Teori dan Metode Kajian). *Pustaka Pelajar*, 1(69).
- Ahyar, D. B. (2019). Analisis Teks Dalam Penelitian Kebahasaan (Sebuah Teori dan Aplikatif). *Shaut al Arabiyyah*, 7(2), 100. <https://doi.org/10.24252/saa.v7i2.10273>
- Chaplin, J. P. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi (terjemahan Kartini Kartono)*. PT. Raja Grafindo.
- Durian, S. (2022). *Pasta Kacang Merah*. Gramedia Pustaka Utama.
- Keigo, H. (2023). *Keajaiban Toko Kelontong Namiya*. Gramedia Pustaka Utama.
- Kirmayer, L. J. (2015). Re-examining *healing fiction*: Cultural and psychological dimensions of narrative healing. *Transcultural Psychiatry*, 52(4), 478–503.

- Matsui, T. (2008). *Institutionalization of Consumer Needs: The Case of the “Healing Boom” in Japan*.
- Neering, A. F., Keller, S., Heimdahl, L., & Giger, P. (n.d.). *Exploring and defining iyashikei in terms of game design*.
- Ogawa, Y. (2019). *Healing Literatures by Contemporary Japanese Female Authors: Yoshimoto Banana, Ogawa Yoko, and Kawakami Hiromi*. Purdue University Graduate School.
- Park, S.-H. (2020). An introduction to healing in fiction -focusing on Shin Kyung-sook’s novel “Garden with Flowerpots”-. *The Studies of Korean Literature*, 68, 425–451. <https://doi.org/10.20864/skl.2020.10.68.425>
- Ren, J. (2020). Analysis of the Japanese Iyashikei Films and the Culture Behind These Films. *Proceedings of the 2020 International Conference on Language, Art and Cultural Exchange (ICLACE 2020)*. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200709.007>
- Rosyanti, S. (2017). NILAI MORAL DALAM NOVEL SURAT KECIL UNTUK TUHAN KARYA AGNES DAVONAR. *Diksatrasia : Jurnal Ilmiah Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 1(2), 182. <https://doi.org/10.25157/diksatrasia.v1i2.597>
- Taslim, T. A., Rianti Sutanto, M., Ethel Deborah Lewerissa, dan, Kristen Maranatha, U., & Korespondensi, S. (2023). Etos Kerja dalam Film Fune wo Amu. *IDEA : Jurnal Studi Jepang*, 5(2), 85–98. <https://journal.unpak.ac.id/index.php/Idea>
- Toshikazu, K. (2021). *Funiculi Funicula*. Gramedia Pustaka Utama.
- Wahyuningsih, S. (2017). TEORI KATARSIS DAN PERUBAHAN SOSIAL. *Jurnal Komunikasi*, 11(1), 39. <https://doi.org/10.21107/ilkom.v11i1.2834>