

**Pengaruh Interaksi Sosial Terhadap Proses Pemulihan Gangguan Bipolar Tokoh Niskala Pada Film Kukira Kau Rumah Karya Umay Shahab (Kajian Psikologi Sosial Gordon Allport)**

**Olivia Sekar Ningrum**

Mahasiswa

Program Studi Sastra Indonesia, Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Diponegoro  
Kota Semarang, Indonesia

[oliviasekarningrum@students.undip.ac.id](mailto:oliviasekarningrum@students.undip.ac.id)

**Laura Andri Retno Martini**

Dosen

Program Studi Sastra Indonesia, Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Diponegoro  
Kota Semarang, Indonesia

**Marta Widyawati**

Dosen

Program Studi Sastra Indonesia, Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Diponegoro  
Kota Semarang, Indonesia

*Received: July, 8 2024; Revised: November, 14 2024; Accepted: November, 14 2024*

**Abstract**

*Efforts to educate the wider society about the importance of mental health are ongoing. One of the media used to convey the message of mental health's importance is literature. The movie Kukira Kau Rumah by director Umay Shahab is one of the literary works that raises the issue of the importance of social support for survivors of mental health disorders, especially bipolar disorder. The education is delivered through the presence of the character Niskala who has bipolar. This makes this movie full of psychological elements, especially social psychology. The purpose of this study is to determine the effect of social interaction on the recovery of bipolar disorder experienced by the Niskala character. This descriptive qualitative research uses the literature method with the stages of data collection, analysis, and presentation. The data is taken in the format of captured scenes with dialog in the film. Based on Gordon Allport's social psychology theory used in this study, the author found that social support affects the recovery process of bipolar disorder lived by the Niskala character. Social interactions with family and spouse are most influential in helping Niskala accept her bipolar disorder.*

**Keywords:** social psychology, bipolar, movie, Gordon Allport.

**Abstrak**

*Usaha untuk mengedukasi masyarakat luas mengenai pentingnya kesehatan mental terus dilakukan. Salah satu media yang digunakan untuk menyampaikan pesan pentingnya kesehatan mental yaitu melalui sastra. Film Kukira Kau Rumah karya sutradara Umay Shahab menjadi salah satu karya sastra yang mengangkat isu pentingnya dukungan sosial bagi penyintas gangguan kesehatan mental. Edukasi tersebut disampaikan melalui kehadiran tokoh Niskala yang mengidap gangguan bipolar. Hal tersebutlah yang membuat film ini sarat dengan unsur psikologi, khususnya psikologi sosial. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh interaksi sosial terhadap proses pemulihan gangguan bipolar yang dialami oleh tokoh Niskala. Penelitian yang berbasis deskriptif kualitatif ini menggunakan metode kepustakaan dalam tahapan pengumpulan data, analisis data dan penyajian data. Data yang*

*diambil berupa tangkapan layar adegan dan dialog dalam film. Berdasarkan teori psikologi sosial Gordon Allport yang digunakan dalam penelitian ini peneliti menemukan hasil bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap proses pemulihan gangguan bipolar yang dialami oleh tokoh Niskala. Interaksi sosial dengan keluarga dan pasangan menjadi yang paling berpengaruh terhadap penerimaan tokoh Niskala terhadap gangguan bipolar yang dimilikinya.*

**Kata kunci:** *psikologi sosial, bipolar, film, Gordon Allport.*

Copyright © 2024 by Sabda: Jurnal Kajian Kebudayaan, Published by Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Diponegoro. This is an open access article under the CC BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).

---

## 1. Pendahuluan

Film sebagai karya sastra banyak menampilkan interaksi sosial antara tokoh utama dengan tokoh-tokoh lain di dalamnya sebagai upaya untuk menyampaikan permasalahan yang diangkat dalam film dan cara menyelesaikannya. Pada film *Kukira Kau Rumah* permasalahan utama yang diangkat berupa interaksi sosial yang sering terjadi antara penyintas gangguan mental dengan orang-orang di sekitarnya. Kendala yang dihadapi penyintas dalam film digambarkan seperti sulitnya menjalin hubungan dekat dengan orang-orang di sekitarnya. Hal inilah yang dapat menunjukkan bahwa film *Kukira Kau Rumah* merupakan film yang dapat merepresentasikan hambatan-hambatan yang dialami penyintas gangguan mental dan keluarganya selama menjalani proses pemulihan.

Film *Kukira Kau Rumah* karya Umay Shahab merupakan salah satu contoh film yang mencerminkan realitas sosial, khususnya persepsi orang mengenai penyintas gangguan mental. Munculnya film *Kukira Kau Rumah* yang disutradarai oleh Umay Shahab seperti sebuah kritik sosial yang ingin disampaikan bahwa menjadi penyintas gangguan mental bukan hal yang mudah, justru penyintas gangguan mental banyak menerima stigma yang kurang baik di tengah masyarakat dan sulit menemukan orang-orang yang bisa menerima dan mau mendampingi proses pemulihan yang sedang atau akan dilakukan. Film *Kukira Kau Rumah* memberi gambaran realita sosial mengenai cara penyintas gangguan kesehatan mental bertahan hidup dan berinteraksi kepada orang-orang di sekitarnya. Tidak hanya mengambil sudut pandang permasalahan dari sisi penyintas saja, tetapi juga mengambil sudut pandang dari orang-orang yang memiliki keluarga atau teman dengan gangguan kesehatan mental.

Film *Kukira Kau Rumah* mengisahkan pertemuan tokoh Pram dengan Niskala. Pram yang kesepian karena diabaikan oleh orang tuanya merasa hidupnya lebih bahagia setelah bertemu Niskala. Namun, Pram tidak menyadari bahwa Niskala yang ia kenal memiliki gangguan pada kesehatan mentalnya. Gangguan bipolar yang diderita Niskala membuat suasana hatinya sering berubah secara drastis dari titik tertinggi (manik) ke titik terendah (depresif) atau sebaliknya yang mengharuskan Niskala minum obat secara rutin untuk menstabilkan suasana hatinya. Pram mendapatkan fakta dari dua

sahabat Niskala yaitu Dinda dan Oktavianus bahwa gangguan bipolar Niskala sudah mulai muncul saat Niskala masih kecil. Pram yang perlahan mengetahui bahwa Niskala dibatasi setiap pendapat, keputusan dan pertemanannya serta dilarang berkuliah oleh ayahnya membuat ia bertekad untuk membantu Niskala menemukan kebahagiaan-kebahagiaan kecil yang bisa membantunya pulih dari gangguan bipolarnya. Namun, ternyata rencana Pram tidak mudah, hubungannya dengan Niskala ditentang oleh ayah Niskala, konflik-konflik baru yang muncul membuat gangguan bipolar Niskala sering kambuh secara tiba-tiba.

Pendekatan psikologi sastra akan digunakan untuk meneliti film *Kukira Kau Rumah* untuk meneliti dampak psikologis tokoh Niskala terhadap interaksi sosial yang dialaminya mulai dari interaksi sosial terkecil, yaitu keluarga hingga interaksi sosial yang dijalani tokoh Niskala di kampus. Hal ini dikarenakan munculnya konflik dalam film berkaitan dengan penerimaan orang-orang di sekitarnya dengan gangguan bipolar yang dimiliki dan proses pemulihan yang sedang dijalani tokoh Niskala. Teori Gordon Allport yang akan digunakan dalam penelitian ini karena dianggap paling sesuai untuk menjabarkan dampak dari interaksi sosial terhadap psikologi seseorang. Allport (1979) berpendapat bahwa psikologi sosial dipengaruhi oleh kehadiran orang lain secara nyata (actual), dibayangkan (imagined), atau tersirat (implied). Peneliti akan berfokus untuk mencari bentuk interaksi sosial yang dapat membantu tokoh Niskala pulih dari gangguan bipolarnya dan bentuk interaksi sosial lain yang dapat menghambat tokoh Niskala pulih dari gangguan bipolarnya.

## 2. Metode

Penelitian ini termasuk ke dalam jenis penelitian kepustakaan karena data yang diperoleh berasal dari sumber-sumber tertulis berkaitan dengan objek yang diteliti. Sumber data yang digunakan dalam penelitian mencakup sumber data primer dan sumber data sekunder. Objek material yang digunakan dalam penelitian ini yaitu film *Kukira Kau Rumah* karya sutradara Umay Shahab. Film dipilih sebagai objek material karena dalam penceritaannya banyak digambarkan masalah-masalah interaksi sosial yang umum terjadi di lingkungan masyarakat dan permasalahan lain seputar kesehatan mental. Objek formal yang digunakan yaitu hubungan interaksi sosial terhadap proses pemulihan gangguan bipolar tokoh Niskala yang dikaji menggunakan pendekatan psikologi sastra secara umum, dan perspektif psikologi sosial milik Gordon W Allport secara khusus.

Saat proses pengumpulan data, peneliti menggunakan teknik Simak Bebas Libat Cakap (SBLC), Teknik dokumentasi, Teknik catat, dan tinjauan literatur.

### a. Teknik Simak Bebas Libat Cakap (SBLC)

Cara kerja Teknik SBLC yaitu peneliti akan mengamati dan menyimak dialog yang terjadi antar tokoh dalam film *Kukira Kau Rumah*. Menurut Sudaryanto pada teknik SBLC peneliti tidak terlibat secara langsung dalam pengumpulan data, tetapi hanya sebagai pengamat dialog yang diucapkan (2015: 204).

b. Teknik Dokumentasi

Cara kerja teknik dokumentasi dalam mengumpulkan data yaitu peneliti melakukan tangkap layar adegan atau peristiwa-peristiwa tertentu yang dialami tokoh dalam film.

c. Teknik Catat

Pada teknik catat peneliti akan melakukan pencatatan hasil pengamatan yang telah dilakukan dengan menggunakan teknik sebelumnya. Pencatatan baik berupa perilaku tokoh, situasi-situasi penting, konflik, penyelesaian, maupun time code dalam film *Kukira Kau Rumah*.

d. Tinjauan Literatur

Pada teknik ini peneliti akan membaca kembali data-data yang telah ditemukan, kemudian akan menelaah berdasarkan sumber-sumber tertulis seperti artikel ilmiah atau pun buku yang relevan dengan objek penelitian. Tinjauan literatur menjadi penting karena berfungsi untuk mengarahkan hasil penelitian agar bisa diidentifikasi dan merujuk pada kesimpulan.

Hasil penelitian ini akan dijelaskan secara deskriptif kualitatif. Menurut Sukmadinata (2017:72) hasil penelitian deskriptif merupakan bentuk penelitian yang digunakan untuk mendeskripsikan keadaan yang terjadi, baik alamiah atau buatan manusia meliputi karakteristik, aktivitas, hubungan, perubahan, perbedaan dan persamaan antara situasi satu dengan situasi lainnya. Peneliti akan menulis hasil penelitian berupa analisis interaksi sosial yang terjalin antara tokoh Niskala dengan tokoh lain dalam film *Kukira Kau Rumah* dan pengaruh interaksi sosial tersebut terhadap proses pemulihan gangguan bipolar yang diderita oleh tokoh Niskala. Berdasarkan hasil analisis film yang telah dilakukan akan menghasilkan pandangan baru terkait film *Kukira Kau Rumah*, khususnya mengenai bentuk-bentuk interaksi sosial yang dapat mendukung proses pemulihan gangguan bipolar dan bentuk-bentuk interaksi sosial yang dapat menghambat proses pemulihan gangguan bipolar.

### 3. Hasil dan Pembahasan

Subbab hasil dan pembahasan berisi analisis pengaruh interaksi sosial terhadap proses gangguan bipolar yang dialami tokoh utama dalam film *Kukira Kau Rumah*. Subbab di dalamnya antara lain berisi pengkategorian status sosial, keselarasan tujuan, interaksi sosial tokoh Niskala dengan orang lain, tindakan pemberian stereotip dan diskriminasi, serta pengaruh interaksi sosial terhadap perkembangan proses pemulihan penyintas gangguan bipolar dalam metode pemulihan berupa dukungan sosial dari lingkungan di sekitarnya.

#### 3.1 Klasifikasi Status Sosial dan Tujuan Tokoh

Analisis pengklasifikasian status sosial dan keselarasan tujuan sangat penting untuk memahami perlakuan yang dialami oleh tokoh penyintas gangguan bipolar saat melakukan interaksi sosial dengan lingkungan di sekitarnya. Berdasarkan hipotesis kontak yang digagas oleh Allport (1979: 514)

menjelaskan bahwa untuk mengurangi prasangka antarkelompok membutuhkan empat aspek pendukung, yaitu status kelompok yang sama, interaksi pribadi, kegiatan kooperatif, dan norma sosial. Ketika hal tersebut tidak dapat terpenuhi maka kemungkinan untuk terjadinya prasangka yang mengakibatkan tindakan pemberian stereotip dan diskriminasi semakin besar. Oleh karena itu, pengkategorian tersebut menjadi penting karena digunakan untuk menangkap pola interaksi sosial yang terjadi di dalam film.

### **3.1.1 Pengkategorian Status Sosial**

#### **a. Orang Tua**

Berdasarkan usia dan status, tokoh Dedi memegang status sosial paling tinggi di dalam keluarganya yaitu sebagai suami, ayah sekaligus kepala rumah tangga. Tokoh Mella mempunyai status sosial sebagai seorang istri sekaligus ibu dari anaknya. Status sosial tersebut membuatnya banyak menghabiskan waktu di dalam rumah untuk mengurus keluarganya. Norma sosial yang dipercaya oleh keluarga tokoh Niskala yaitu untuk mematuhi segala perkataan dan peraturan kepala rumah tangga yang menjadikan setiap perkataan dan keputusan kepala keluarga, yaitu tokoh Dedi sangat dipatuhi oleh anggota keluarga yang lain.

#### **b. Anak**

Status sosial tokoh Niskala di dalam keluarganya yaitu berperan sebagai anak. Perannya sebagai seorang anak membuat tokoh Niskala sudah sepatutnya hormat dan patuh pada kedua orang tuanya. Jika dilihat dari tanggung jawab dan usia, tokoh Niskala memegang status sosial yang paling rendah di dalam sistem tatanan keluarganya. Dengan demikian, Segala hal yang berkaitan dengan tokoh juga masih menjadi tanggung jawab kedua orang tuanya.

#### **c. Teman Sebaya Sebagai Mahasiswa**

Status sosial tokoh Dinda dan Oktavianus sebagai sahabat tokoh Niskala, sedangkan status sosial tokoh Pram terhadap tokoh sebagai kekasih. Keempat tokoh tersebut memiliki status sosial sebagai teman sebaya. Hal tersebut dilihat dari pekerjaan yang dimiliki oleh keempat tokoh terlihat sama, yaitu sebagai mahasiswa. Oleh karena itu, interaksi sosial yang terjadi di antara empat tokoh tersebut cenderung lebih fleksibel. Status sosial tersebut akan memengaruhi cara setiap tokoh dalam menjalin interaksi sosial satu sama lain, khususnya saat menganggapi gangguan bipolar yang dimiliki oleh tokoh Niskala.

### **3.1.2 Pengkategorian Keselarasan Tujuan**

Keselarasn tujuan yang dimaksud dalam film yaitu tujuan untuk mendukung tokoh penyintas gangguan bipolar agar bisa menjalani proses pemulihan dengan lebih maksimal, khususnya dengan metode yang tidak kalah penting dengan metode farmakologi, yaitu dukungan sosial.

#### **a. Tokoh yang Memberikan Dukungan Sosial**

##### **1) Memberikan Dukungan Sepenuhnya**

Tokoh Pram merupakan satu-satunya tokoh yang sepenuhnya memberikan dukungan sosial kepada Niskala tanpa memberikan stereotip atau diskriminasi. Meskipun diceritakan tokoh Pram merupakan tokoh yang paling terakhir mengetahui bahwa tokoh Niskala memiliki gangguan bipolar, perlakuan yang diberikan tokoh Pram kepada kekasihnya tidak berubah. Untuk mewujudkan tujuannya, tokoh Pram membantu tokoh Niskala agar dapat pulih dari gangguan mental yang diderita dengan menemaninya di setiap episode gangguan bipolar yang sedang dialami.

##### **2) Memberikan Dukungan dengan Stereotip**

Tokoh Mella, Dinda dan Oktavianus merupakan tokoh yang juga memberikan dukungan sosial kepada Niskala. Hal tersebut ditandai dengan usaha ketiga tokoh tersebut membantu Niskala dalam upaya berkuliah secara sembunyi-sembunyi dari tokoh Dedi. Namun, dukungan sosial yang ketiga tokoh tersebut berikan juga sejalan dengan sikap khawatir yang berlebihan karena rasa sayangnya yang mendalam kepada Niskala sehingga menyebabkan rasa tidak nyaman yang dialami oleh tokoh penyintas gangguan bipolar. Rasa khawatir yang berlebihan tersebut disebabkan karena munculnya keyakinan bahwa gangguan bipolar yang dialami Niskala akan membuatnya kesulitan menjalani aktivitas harian. Oleh karena itu, setiap tindakan dan keputusan yang diambil Niskala sering diragukan oleh Mella, Dinda dan Oktavianus. Tindakan tersebut secara tidak langsung memberikan stereotip kepada Niskala sebagai penyintas gangguan mental.

#### **b. Tokoh yang Tidak Memberikan Dukungan Sosial**

Alih-alih memberikan dukungan dan mempelajari perasaan serta proses pemulihan yang sedang dialami anaknya, Dedi justru tidak percaya dan melakukan penyangkalan mengenai kebenaran bahwa putrinya merupakan penyintas gangguan bipolar. Pengabaian terhadap fakta, rasa khawatir yang berlebihan, takut dikucilkan dan pandangan konservatifnya mengenai penyintas gangguan mental membuat tokoh Dedi memberikan banyak tindakan stereotip dan diskriminasi pada putrinya sendiri, seperti pelarangan untuk melanjutkan pendidikan dan pembatasan tokoh Niskala dalam pengambilan keputusan.

### **3.2 Pengaruh Interaksi Sosial Penyintas Gangguan Bipolar dengan Orang lain**

#### **3.2.1 Interaksi Tokoh dengan Orang Tua**

Interaksi sosial yang terjadi antara tokoh dengan orang tua baik secara langsung, dibayangkan atau tersirat memberikan banyak pengaruh terhadap proses pemulihan yang sedang dijalankan oleh Niskala. Interaksi sosial yang terjadi antara tokoh Niskala dengan Mella banyak berupa tindakan pemberian motivasi, empati dan simpati. Hal ini terlihat dalam bentuk tindakan nonverbal yang dilakukan Mella terhadap tokoh Niskala seperti mengelus-ngelus rambut tokoh dan memeluk tokoh Niskala saat sedang berada di episode depresi, serta mengecup kening tokoh Niskala ketika anaknya sudah kembali dalam kondisi yang stabil.

Berbeda dengan interaksi sosial antara tokoh Niskala dengan tokoh Mella, interaksi sosial yang terjadi antara tokoh Niskala dengan tokoh Dedi banyak memunculkan rasa takut, kegelisahan dan kemarahan. Hal tersebut disebabkan oleh peraturan yang diberikan tokoh Dedi kepada Niskala untuk tidak berkuliah dan dilarang pergi selain dengan tokoh Dinda dan Oktavianus. Ketika tokoh Niskala tidak bertemu tokoh Dedi secara langsung, ia tetap merasa waspada dan ketakutan, khawatir jika tindakannya pergi berkuliah dan pulang malam hari ketahuan oleh ayahnya.

#### **3.2.2 Interaksi Tokoh dengan Kekasih**

Interaksi sosial antara tokoh Niskala dengan tokoh Pram banyak menimbulkan emosi positif terhadap tokoh Niskala dalam menjalani proses pemulihan gangguan bipolarnya. Interaksi sosial yang terjadi antara keduanya kebanyakan berupa pemberian motivasi, empati dan sugesti satu sama lain. Tokoh Pram yang berempati terhadap tokoh Niskala selalu berusaha menemani kekasihnya di segala situasi. Tokoh Niskala juga sering kali memberikan motivasi kepada tokoh Pram ketika hendak naik panggung. Sugesti yang diberikan keduanya berupa tindakan untuk melakukan hal-hal yang menyenangkan hingga hal-hal yang menyedihkan, yaitu ketika keduanya memutuskan untuk bunuh diri bersama.

Tindakan pemberian sugesti untuk melakukan hal nekat tersebut terjadi karena tokoh Niskala merasa putus asa atas kehidupannya. Tokoh Niskala merasa tokoh Dedi tidak memahami harapannya. Namun, di sisi lain tokoh Niskala juga tidak ingin berpisah dengan Pram, satu-satunya orang yang dirasa paling memahami dirinya. Pram yang terus merasa kesepian juga memilih untuk selalu bersama dengan Niskala di berbagai keadaan.

#### **3.2.3 Interaksi Tokoh dengan Sahabat**

Interaksi tokoh dengan sahabat, yaitu tokoh Dinda dan Oktavianus menghasilkan bentuk interaksi yang bervariasi. Tidak hanya interaksi yang mengakibatkan emosi positif saja, tetapi juga terdapat beberapa tindakan yang mengakibatkan munculnya emosi negatif. Emosi positif yang muncul berupa rasa empati, simpati dan pemberian kasih sayang. Emosi negatif yang muncul berupa adanya tindakan agresi yang tokoh Niskala lakukan kepada tokoh Oktavianus.

Emosi positif yang banyak ditemukan dalam interaksi sosial tokoh Niskala dengan kedua sahabatnya berupa pemberian tindakan nonverbal seperti mengusap rambut, membelai wajah, bersandar di bahu dan menepuk pundak. Emosi negatif yang muncul dalam bentuk agresi berupa penyerangan tokoh Niskala kepada tokoh Oktavianus dengan cara mendorong tokoh Oktavianus ketika mencoba meleraikan pertengkaran antara Pram dengan sahabatnya. Selain itu, juga dengan cara menendang tokoh Oktavianus ketika gangguan bipolar tokoh Niskala kambuh secara tiba-tiba.

### **3.2.4 Interaksi Tokoh dengan Orang Asing**

Orang asing yang dimaksud dalam penelitian merupakan pengunjung Kafe Antologi. Seluruh interaksi tokoh Niskala dengan para pengunjung Kafe Antologi memberikan dampak berupa munculnya emosi positif dalam diri Niskala berupa kebahagiaan. Kebahagiaan tersebut didasari oleh meningkatnya rasa percaya diri tokoh, merasa dihargai dan tidak dibeda-bedakan oleh para pengunjung kafe. Alasan inilah yang kemudian membuat tokoh Niskala merasa nyaman berlama-lama di Kafe Antologi, sehingga membuatnya menjadi sering berkunjung.

Tokoh Niskala merasa senang ketika berada di antara pengunjung Kafe Antologi karena tidak seorang pun pengunjung kafe mengetahui bahwa Niskala merupakan penyintas gangguan bipolar. Dengan demikian, segala aktivitas yang dilakukan tokoh Niskala di Kafe Antologi tidak dibatasi dan dibeda-bedakan. Bakat tokoh Niskala berupa bernyanyi juga diterima oleh pengunjung kafe sehingga, ia bisa dengan leluasa menyalurkan hobi serta bakatnya tersebut.

### **3.3 Pemberian Stereotip dan Diskriminasi Kepada Tokoh**

Berdasarkan analisis pengaruh interaksi sosial penyintas gangguan bipolar dengan orang lain pada subbab sebelumnya ditemukan motif bahwa status sosial tokoh Dedi yang tinggi dalam lingkup keluarganya serta tujuannya yang berbeda dengan tokoh lain memiliki dampak besar bagi interaksi sosial yang dialami oleh anaknya, yaitu tokoh Niskala.

Berdasarkan data yang telah didapat pada subbab sebelumnya, ditemukan bahwa kebanyakan tindakan pemberian stereotip dan diskriminasi diucapkan oleh orang-orang terdekatnya. Meskipun demikian, diketahui bahwa tindakan pemberian stereotip dan diskriminasi dalam film *Kukira Kau Rumah* pertama kali dilakukan oleh tokoh Dedi yang kemudian menyebar dan diyakini oleh orang-orang terdekat tokoh Niskala lainnya seperti Ibu dan sahabatnya. Hal tersebut banyak menyebabkan munculnya emosi negatif seperti ketakutan, kekecewaan, kemarahan, terkekang dan putus asa.

### **3.4 Bentuk Interaksi Sosial Ideal Menurut Tokoh Penyintas Gangguan Bipolar**

Berdasarkan temuan data-data yang telah berhasil dikelompokkan dalam subbab sebelumnya, ditemukan bahwa tokoh Niskala memiliki harapan adanya interaksi sosial ideal yang tokoh dapatkan dari lingkungan sekitarnya. Tolak ukur interaksi sosial ideal menurut tokoh penyintas gangguan bipolar

yaitu adanya dukungan yang diberikan kepada tokoh di berbagai situasi. Tokoh juga mengharapkan dukungan yang paling utama berasal dari orang tua, sahabat dan kekasihnya. Secara lebih rinci dukungan yang dimaksud oleh tokoh penyintas gangguan bipolar yaitu diberikannya tokoh rasa kepercayaan dan kebebasan oleh orang-orang terdekatnya mengenai pengambilan keputusan dan tindakan yang akan dilakukan.

### 3.5 Pengaruh Interaksi Sosial Terhadap Gangguan Bipolar

Interaksi sosial yang dilakukan oleh tokoh Niskala tidak hanya memengaruhi pemikiran dan hubungannya dengan keluarga, sahabat dan kekasihnya. Namun, juga memengaruhi gangguan bipolar yang dideritanya. Dalam terjadinya interaksi sosial selama proses pemulihan gangguan bipolar terdapat dua respon besar yang memengaruhi intensitas kambuhnya gangguan bipolar tokoh Niskala, yaitu ketika dirinya mendapatkan interaksi sosial ideal berupa dukungan dari orang-orang terdekatnya dan ketika tidak mendapatkan interaksi sosial ideal dari orang-orang terdekatnya.

#### 3.5.1 Tokoh Mendapat Dukungan dari Orang Terdekat

Adegan ketika tokoh Niskala mendapat dukungan dari orang-orang terdekatnya, muncul sebuah tindakan yang merupakan tanda timbulnya rasa percaya diri penyintas dan keyakinan bahwa penyintas akan bisa pulih ke kondisi emosi yang lebih stabil. Tokoh Niskala juga menunjukkan kondisi emosi yang lebih tenang meskipun dirinya sedang dihadapkan oleh situasi yang menegangkan. Sikap tenang penyintas bahkan bisa ikut dirasakan oleh orang lain, yaitu tokoh Pram.



Gambar 3.1



Gambar 3.2

(1:11:23 – 1:11:28)

Tokoh Pram bertanya kondisi kekasihnya.

Pram : “Eh udah diminum obatnya?”  
Niskala : (menggeleng)  
Pram : “Loh kok enggak?”  
Niskala : “*I can handle this*”

Hal tersebut menunjukkan bahwa dukungan yang selama ini diberikan oleh kekasihnya berhasil memberikan sugesti tokoh Niskala selama proses pemulihan gangguan bipolarnya. Kepercayaan diri tokoh Niskala semakin meningkat setelah mengetahui bahwa kedua sahabatnya juga ikut serta

mendukung dirinya untuk melakukan hal-hal yang disukai. Dukungan yang diberikan oleh kekasih dan sahabatnya tersebut memengaruhi cara tokoh Niskala berpikir dan bertindak sehingga membuat tokoh Niskala dipandang sebagai seorang penyanyi kafe yang bertalenta tanpa melihat latar belakangnya sebagai penyintas gangguan bipolar.

### 3.5.2 Tokoh Tidak Mendapat Dukungan dari Orang Terdekat

Saat tokoh Niskala tidak mendapat dukungan dari orang-orang terdekatnya muncul gejala yang menunjukkan semakin parahnya gangguan bipolar yang dideritanya. Gejala tersebut mengarah pada timbulnya rasa putus asa, kesepian dan perasaan ingin segera lari dari masalah yang sedang dihadapi. Tindakan yang dilakukan penyintas pun terbilang nekat, yaitu meminum obat penenang dengan dosis yang berlebihan tidak sesuai dengan resep dokter. Cara tersebut diambil penyintas karena dianggap sebagai salah satu cara instan untuk menyelesaikan masalahnya.



Gambar 3.3  
(0:56:49 – 0:56:53)



Gambar 3.4

Tokoh Niskala meminum obat penenang.

Hal tersebut menunjukkan bahwa tidak adanya dukungan bagi penyintas justru akan menjerumuskan penyintas ke dalam keadaan yang lebih parah. Episode depresi yang dialami oleh penyintas menunjukkan gejala yang lebih beragam dengan tingkat keparahan yang bisa dikatakan cukup tinggi karena mengancam jiwa penyintas. Tokoh Niskala tidak hanya digambarkan sekali berbuat nekat karena tidak mendapat dukungan dari orang tuanya, tetapi sebanyak dua kali, yaitu ketika tokoh Niskala memutuskan untuk bunuh diri saat dirinya dilarang menyalurkan hobi oleh ayahnya.

## 4. Simpulan

Film *Kukira Kau Rumah* karya sutradara Umay Shahab mengambil fenomena masyarakat perkotaan yang bersikap sering memberikan stereotip dan diskriminasi kepada penyintas gangguan kesehatan mental. Tidak hanya itu, tetapi banyak masyarakat yang menganggap bahwa penyintas gangguan mental merupakan orang yang berbeda, gila dan berbahaya. Faktor terjadinya tindakan pemberian stereotip dan diskriminasi juga disebabkan oleh status sosial seseorang dan ketidaksamaan tujuan untuk membantu

penyintas menjalani proses pemulihan. Saat penyintas memiliki status sosial yang lebih rendah daripada orang yang mendiskriminasinya, maka akan membuat penyintas tidak memiliki kekuatan untuk menentang tindakan tersebut.

Tokoh penyintas cenderung akan lebih terbuka pada orang yang memberikan dukungan sosial. Dampak dari interaksi sosial antara penyintas gangguan bipolar dengan orang di sekitarnya yang tergambar dalam film *Kukira Kau Rumah* setelah dikaji menggunakan teori psikologi sosial Gordon Allport membuktikan bahwa interaksi sosial tokoh dengan tokoh lain sangat mempengaruhi proses pemulihan gangguan bipolar yang sedang dialami oleh tokoh Niskala. Gangguan bipolar tokoh Niskala lebih banyak mengalami kekambuhan saat melakukan interaksi sosial dengan orang tuanya yang melakukan tindakan pemberian stereotip dan diskriminasi padanya. Namun, gangguan bipolar tokoh Niskala cenderung stabil saat tokoh melakukan interaksi sosial dengan kekasihnya yang selalu memberikan dukungan kepada tokoh Niskala. Hal tersebut menunjukkan bahwa dukungan dalam bentuk apa pun dan pemberian kepercayaan yang membantu penyintas untuk bisa kembali pulih dari gangguan bipolarnya sangat berharga meskipun datang dari orang yang bukan kerabat dan sebelumnya belum dikenali.

#### Daftar Pustaka

- Abidin, Sholihul. 2023. Analisis Semiotika Pesan Moral Film *Kukira Kau Rumah*. *Jurnal Scientia*. (5)4.
- Allport, Gordon. 1979. *The Nature of Prejudice: 25<sup>th</sup> Anniversary Edition*. Boston: Addison-Wesley Publishing Company, Inc.
- American Psychiatric Association. 2013. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders V*. Washington DC. American Psychiatric Association.
- American Psychiatric Association. 2021. “Continuing Education Diagnosing and treating Bipolar Spectrum Disorders”. <https://www.apa.org/education-career/ce/diagnosing-treating-bipolar.pdf>. Diakses pada 9 Januari 2024.
- Atmanika, Z, dkk. 2019. “Analysis of Racial Discrimination Aspects Based on Gordon Allport’s Theory Depicted in *Fruitvale Station* Movie (2013)”. *English and Literature Journal*. (9)2, 122-137.
- Dewi, dkk. 2022. “Konflik Batin Tokoh Utama Perempuan Film *Ku Kira Kau Rumah* Karya Umay Shahab”. *Jurnal SINASTRA*. 1, 507-516.
- Endaswara, Suwardi. 2011. *Metodologi Penelitian Sastra*. Jakarta: kav Maduskimo.
- Fitrikasari, dkk. 2012. “Gambaran Beban Caregiver Penderita Skizofrenia di Poliklinik Rawat Jalan RSJ Amino Gondohutomo Semarang”. *Medical Hospitalia* 1(2), 118-122.
- Freud, Sigmund. 2015. *Psikopatologi Dalam Kehidupan Sehari-hari*. Yogyakarta: Familia

- H. Gunawan. 2010. *Sosiologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Indrawati, Endang. 2017. *Buku Ajar Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Psikosain.
- Kanila, Yezzebel Z, dkk. 2023. "Penerimaan Diri Pada Penderita Bipolar Disorder: Bagaimana Peranan Dukungan Sosial?". *Journal of Psychological Research*. (2)4, 934-941.
- Machdy, R. 2019. *Loving Wounded Soul*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Maryam, E. 2019. *Buku Ajar Psikologi Sosial: Penerapan dalam Permasalahan Sosial*. Sidoarjo: UMSIDA Press.
- Neale, J.M., dkk. 2004. *Abnormal Psychology 9<sup>th</sup> ed*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Noor. 2019. *Pengantar Pengkajian Sastra*. Semarang: Fasindo.
- Nurgiyantoro. 1995. *Teori Pengkajian Fiksi*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Pratista, Himawan. 2008. *Memahami Film*. Yogyakarta: Homerian Pustaka.
- Purba, Rani Anggraeni, dkk. 2017. "Pengalaman Terdiagnosis Bipolar: Sebuah *Interpretative Phenomenological Analysis*". *Jurnal Empati*. (7)3. 323-329.
- Rohmah, Gheanissa Faizatur, dkk. 2023. "Representasi Gangguan Bipolar Pada Karakter Niskala Dalam Film *Kukira Kau Rumah* (Analisis Semiotika John Fiske)". *Semakom Series*. (1)2. 491-498.
- Sani, Disti A, dkk. 2022. "Analisis Semiotika Psikologi Komunikasi pada Film *Kukira Kau Rumah*". *Jurnal Professional*. (9)1, 155-160.
- Simbolon, N. K. 2023. "Analisis Temperamen dalam Film *Kukira Kau Rumah* Kajian Psikologi Sastra". *Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora*. (2)2, 11446-11454.
- Smet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Rasindo.
- Soekanto, Soerjono. 2015. *Sosiologi Suatu Pengantar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Straughan, H., Buckenham, M. 2006. *In-Sight: an evaluation of user-led, recovery-based, holistic group training for bipolar disorder*. *Journal of Public Mental Health*. Brighton: Brighton.
- Sudaryanto. 2015. *Metode dan Aneka Teknik Analisis Bahasa: Pengantar Penelitian Wahana Kebudayaan Secara Linguistik*. Yogyakarta: Sanata Dharma University Press.
- Sukmadinata. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Sumardjo, J., & Saini K. M. 1997. *Apresiasi Kesusastraan*. Jakarta: Gramedia.
- Taylor, S.E. 2006. *Health Psychology 6<sup>th</sup> ed*. New York: McGraw Hill.

World Health Organization. 2022. "Mental Disorder". <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/mental-disorders>. Diakses pada 9 Januari 2024.