

**Kondisi Trauma Tokoh Utama Novel *Leiden* Karya Dwi Nur Rahmawati (Kajian
Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders V)**

Azizah Vina Muslikhah

Mahasiswa

Program Studi Sastra Indonesia, Departemen Susastra, Universitas Diponegoro
Semarang, Jawa Tengah, Indonesia

azizahvinamuslikhah@students.undip.ac.id

Laura Andri Retno Martini*

Dosen

Program Studi Sastra Indonesia, Departemen Susastra, Universitas Diponegoro
Semarang, Jawa Tengah, Indonesia

lauraandri@lecturer.undip.ac.id

Marta Widyawati*

Dosen

Program Studi Sastra Indonesia, Departemen Susastra, Universitas Diponegoro
Semarang, Jawa Tengah, Indonesia

martawidyawati@lecturer.undip.ac.id

Received: August, 4 2024; Revised: October, 13 2024; Accepted: October, 13 2024

Abstract

Leiden Novel by Dwi Nur Rahmawati contains a main character who faces a lot of pressure and suffering in life which results in trauma. Therefore, in addition to explaining the fictional structure, this study aims to reveal the condition of trauma in the form of factors that cause trauma and the form of trauma experienced by the main character. This research uses a descriptive qualitative approach and applies a literary psychology approach. The theories that become the basis of research are the theory of fictional structure and the theory of Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders V (DSM-V). The results showed: First, the analysis of the fictional structure in the form of characters and characterizations, as well as the plot and the plotting. Second, the factors that cause trauma experienced by the character Rhea includ: 1) traumatic experiences, 2) feelings of loss, 3) sexual abuse, 4) violence, 5) unsafe environment, and 6) childhood discomfort. Third, Rhea experiences three symptoms of trauma including: Acute Stress Disorder, Post-Traumatic Stress Disorder, and Adjustment Disorder.

Keywords: *trauma condition, DSM-V, literary psychology, mental health, Leiden novel*

Abstrak

Novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati memuat tokoh utama yang menghadapi banyak tekanan dan penderitaan dalam hidup yang mengakibatkan trauma. Oleh sebab itu, selain menjelaskan struktur fiksi, penelitian ini bertujuan untuk mengungkap kondisi trauma berupa faktor penyebab trauma dan wujud trauma yang dialami oleh tokoh utama. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif dengan pendekatan psikologi sastra. Sementara teori yang menjadi landasan penelitian adalah teori struktur fiksi dan teori *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders V (DSM-V)*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: *Pertama*, analisis struktur fiksi berupa tokoh dan penokohan, serta alur pengaluran. *Kedua*, faktor penyebab trauma yang dialami oleh tokoh Rhea meliputi: 1) pengalaman traumatis, 2) perasaan kehilangan, 3) pelecehan seksual, 4) kekerasan, 5) lingkungan yang tidak aman, dan 6)

ketidaknyamanan pada masa kecil. *Ketiga*, tokoh Rhea mengalami tiga gejala trauma meliputi: Gangguan Stres Akut (*Acute Stress Disorder*), Gangguan Stres Pasca-Trauma (*Post-Traumatic Stress Disorder*), dan Gangguan Penyesuaian (*Adjustment Disorder*).

Kata Kunci: kondisi trauma, *DSM-V*, psikologi sastra, kesehatan mental, novel *Leiden*

1. Pendahuluan

Karya sastra merupakan cerminan kehidupan manusia dalam berbagai aspek. Karya sastra itu sendiri memiliki wujud media yang sangat beragam disertai penggunaan bahasa, kosa-kata, dan teks yang bermakna. Melalui teks fiksi, pengarang menarasikan realitas yang ada dikonstruksikan sedemikian rupa, sehingga realitas yang terdapat dalam teks tersebut seolah-olah merepresentasikan realitas masyarakat sesungguhnya atau bahkan sebaliknya (Falah, 2018). Melalui karya sastra, penulis mampu menangkap, merekam, dan menyampaikan pengalaman hidup, perasaan, serta pandangan dunia kepada pembaca. Sastra tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga sebagai media untuk menyampaikan pesan-pesan moral, sosial, dan psikologis (Abrams, 1953). Psikologi dan sastra merupakan satu kesatuan yang saling memengaruhi. Psikologi sastra merupakan salah satu kajian sastra yang bersifat interdisipliner, karena memahami dan mengkaji sastra dengan menggunakan berbagai konsep dan kerangka teori yang ada dalam ilmu psikologi (Wiyatmi, 2011). Salah satu jenis karya sastra yang dapat diteliti aspek psikologinya yaitu novel. Menurut Nurgiyantoro (2015), novel sebagai sebuah karya sastra menawarkan sebuah dunia, dunia yang berisi model kehidupan yang diidealkan, dunia penuh imajinasi, yang dibangun melalui berbagai unsur intrinsik dan ekstrinsik. Melalui peristiwa-peristiwa yang dialami tokoh dapat dilihat psikologi kejiwaan dari para tokoh dalam novel. Sebuah novel dapat dikatakan berhasil apabila pembaca mampu menghayati (terbawa ke dalam cerita), serta dapat memahami unsur estetis di dalamnya. Unsur estetis yang dimaksud adalah karya tersebut bukanlah sekedar sebuah karya imajinasi belaka. Di dalamnya diperlukan adanya kesadaran dan tanggung jawab dari segi kreativitas sebagai karya seni.

Trauma disebabkan oleh kejadian yang begitu negatif hingga menghasilkan dampak berkepanjangan pada stabilitas mental dan emosional individu. Sumber dari kejadian trauma sendiri dapat berupa fisik ataupun psikologis. Beberapa kejadian traumatis yang umum mencakup pelecehan seksual, kekerasan dalam rumah tangga, pengalaman akan bencana alam, penyakit ataupun kecelakaan serius, kematian orang-orang yang dicintai, ataupun menyaksikan suatu bentuk kekerasan (Allen, 2005). Trauma umumnya dihubungkan dengan pengalaman yang menyakitkan atau merugikan, dan seringkali terkait dengan kejadian yang negatif atau traumatis. Namun, konsep trauma positif atau "*eustress*" (stres positif) juga dapat ditemukan dalam literatur psikologi. *Eustress* merujuk pada stres atau tekanan yang bersifat positif dan dapat memberikan dampak yang baik pada individu, peristiwa positif seperti pernikahan, kelahiran anak, pencapaian karir, atau pengalaman positif lainnya dapat menyebabkan

tingkat stres yang meningkat, tetapi stres ini dianggap sebagai bagian dari pengalaman positif. *Eustress* dapat memotivasi, memberikan tantangan, dan merangsang pertumbuhan pribadi dari tekanan menjadi pengalaman positif.

Novel *Leiden* (2021) karya Dwi Nur Rahmawati yang digunakan sebagai objek material dalam penelitian ini merupakan novel terbitan Black Swan Book, setebal 384 halaman. Pemilihan novel *Leiden* (2021) sebagai bahan kajian, bertujuan untuk memahami trauma yang terjadi pada tokoh utama. Selain itu, alasan peneliti memilih novel *Leiden* karena novel ini termasuk salah satu karya sastra populer yang memuat aspek psikologis yang kuat melalui penceritaan karakter dan alur ceritanya. Berdasarkan pembacaan sementara yang dilakukan ditemukan bahwa novel *Leiden* memuat tema-tema psikologis seperti cinta, penderitaan, tekanan, dan depresi melalui perjalanan tokoh utamanya yang terkena gangguan mental. Secara garis besar, novel ini menceritakan penderitaan tokoh utama yang selalu mendapatkan kekerasan fisik dan verbal dari keluarga dan pacarnya. Tekanan, makian, kekerasan yang diterima tokoh utama setiap harinya, membuat tokoh utama tidak memiliki semangat untuk hidup. Banyaknya permasalahan dan penderitaan yang dialami oleh tokoh utama inilah yang memunculkan masalah kejiwaan pada tokoh utama.

Teori yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah teori *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders V (DSM-V)*. Teori ini menjadi panduan diagnostik utama yang digunakan untuk mengetahui gejala gangguan mental salah satunya trauma. Teori *DSM-V* berfokus pada aspek klinis dan fungsional, dengan penekanan pada inklusi gangguan neuroperilaku dan gangguan terkait stresor. *DSM-V* memberikan panduan konsisten dan akurat untuk diagnosis gangguan trauma (APA, 2013). Pada penelitian ini teori *DSM-V* digunakan untuk mengetahui gejala trauma, faktor penyebab trauma tokoh utama, wujud trauma yang dialami tokoh utama dan proses penyembuhan pasca-trauma. Penelitian ini difokuskan pada kondisi trauma yang dialami tokoh utama dalam novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati. Dari beberapa konflik yang dialami tokoh utama dalam novel *Leiden*, karya sastra melalui sudut pandang psikologi (Hartoko melalui Noor, 2019).

Oleh sebab itu, novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati layak untuk diteliti karena novel ini menyajikan cerita yang sangat menarik dengan aspek psikologis tokoh utama yang terkena gangguan mental dengan gejala trauma. Penelitian ini penting untuk dilakukan karena mempertimbangkan kontribusi yang akan berguna untuk meningkatkan pemahaman pembaca terhadap pengaruh trauma pada karakter fiksi dan relevansinya dalam konteks kehidupan nyata. Penelitian ini dapat memperkaya pemahaman mengenai kondisi psikologis tokoh dalam karya sastra.

2. Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan cara yang digunakan untuk menyelesaikan masalah yang menjadi fokus dalam penelitian. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kualitatif yang bermaksud untuk memahami fenomena yang dialami subjek penelitian, misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan dan lain-lain, secara holistik, dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah (Moleong, 2017). Pendekatan psikologi sastra juga digunakan dalam penelitian ini karena yang diteliti masalah kejiwaan tokoh dalam teks sastra, yaitu masalah psikologis tokoh dan trauma yang dialami oleh tokoh utama dalam novel *Leiden*. Data-data hasil penelitian diuraikan melalui kata-kata, sehingga laporan berupa kutipan-kutipan data (Moleong, 2017).

Pendekatan psikologi sastra dalam penelitian ini berfokus pada teori struktur fiksi dan teori *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders V*. Teori *DSM-V* digunakan untuk mengkaji faktor penyebab trauma, dan bentuk-bentuk trauma sebagai bentuk identifikasi masalah yang berhubungan dengan kondisi mental tokoh utama dalam novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati. Teori struktur fiksi digunakan untuk mengkaji unsur intrinsik khususnya tokoh, penokohan, alur pengaluran dan latar.

3. Pembahasan

Kondisi trauma yang dialami oleh tokoh utama ini secara spesifik dijabarkan menggunakan bantuan dari teori *Diagnostic Statistical Manual of Mental Disorders V (DSM-V)* untuk mengkaji permasalahan trauma pada tokoh utama dalam novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati berupa faktor-faktor penyebab trauma dan wujud trauma pada tokoh utama.

Analisis Faktor Penyebab Terjadinya Trauma Tokoh Utama dalam Novel *Leiden*

Analisis faktor-faktor yang melatarbelakangi terjadinya trauma merupakan upaya penting dalam memahami kompleksitas kondisi psikologis tokoh utama dalam novel *Leiden*. Dengan melakukan analisis penyebab trauma, peneliti dapat merinci pengaruh lingkungan, pengalaman masa lalu, dan interaksi sosial terhadap perkembangan trauma seseorang. Berikut ini merupakan analisis faktor-faktor yang melatarbelakangi gangguan trauma pada tokoh utama novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati.

a. Pengalaman Traumatis yang Dialami Tokoh Rhea

1) Perlakuan Kasar Teman Sekolah Tokoh Rhea

Pada novel *Leiden* tokoh Rhea mengalami banyak sekali kejadian traumatis dalam kehidupannya, salah satunya terdapat pada kutipan di bawah ini.

Keringat menetes dari telapak tangan Rhea, ia takut, cemas, dan jantungnya berdebar tak karuan. Tatapan semua orang seperti membakar dan menguliti Rhea. Namun semakin Rhea memasuki

area sekolah, semakin banyak tatapan merendahkan yang ia dapat dan gunjingan terdengar semakin ricuh. “Seharusnya lo dikeluarkan dari sekolah dan ini...” Jeni menjeda ucapannya, tangannya terangkat memegang pin penghargaan yang terpasang di almamater kanan Rhea. Jeni yang marah lalu membanting pin milik Rhea sampai pecah. Tak hanya sampai di situ, Jeni juga menginjak pin Rhea dengan geram. (Rahmawati, 2021: 75)

Kutipan di atas menggambarkan situasi ketika tokoh Rhea mengalami pengucilan dan perlakuan kasar dari teman-temannya ketika di sekolah. Kemarahan dan kekerasan verbal serta fisik yang ditujukan padanya merupakan pengalaman traumatis bagi tokoh Rhea. Peristiwa-peristiwa ini dapat memicu timbulnya rasa takut dan cemas, hal ini mengakibatkan penghindaran sosial, dalam kasus tokoh Rhea merasa takut apabila bertemu dengan teman-temannya. Selain itu, kekerasan ini juga menunjukkan adanya elemen sosial dengan adanya orang lain yang turut serta atau menjadi saksi tanpa melakukan intervensi. Keseluruhan pengalaman kekerasan verbal dan fisik ini dapat memiliki dampak traumatis yang serius bagi kesejahteraan mental dan emosional Rhea dalam jangka panjang. Pengalaman traumatis ini dapat memicu respon traumatis karena terjadi di lingkungan sekolah, tempat yang seharusnya menjadi tempat yang aman dan mendukung bagi siswa. Kekerasan yang dialami Rhea tidak hanya menciptakan rasa takut saat itu, tetapi juga dapat berdampak jangka panjang terhadap kesehatan mental dan emosionalnya, mengganggu kepercayaan diri, memicu gangguan stres pasca-trauma, dan merusak hubungan sosialnya dengan teman-temannya di sekolah. Oleh karena itu, pengalaman kekerasan yang dialami Rhea memiliki potensi untuk menjadi pengalaman traumatis yang membutuhkan pemulihan dan dukungan yang tepat.

2) Kekerasan dari Orang Tua

Trauma yang dialami oleh tokoh Rhea tidak hanya berasal dari lingkungan sekolah, lingkungan keluarga yang tidak aman menjadi penyebab tokoh Rhea mengalami gangguan pasca trauma (*PTSD*). Trauma ini muncul setelah menghadapi beragam stresor dalam kehidupannya, tetapi stresor lain muncul dan menambah depresi tokoh Rhea. Di bawah ini merupakan kutipan yang menunjukkan adanya pengalaman traumatis tokoh Rhea ketika di lingkungan keluarganya.

Selama ini Rhea selalu mengurung diri di kamar, jarang keluar karena takut membuat kesalahan kecil dan berakhir dengan kemurkaan Faizan dan mendapatkan kekerasan dari ayahnya lagi. Rhea benar-benar menutup diri dan berteman dengan kesepian. “Rhea udah biasa sendirian bi. Kesepian dan kegelapan itu udah jadi teman Rhea selama ini. Hidup sama ayah jauh lebih menakutkan daripada harus sendirian di dunia ini”. Kata Rhea dengan tersenyum tipis. (Rahmawati, 2021: 185)

Dalam kutipan tersebut, tergambar dengan jelas pengalaman traumatis yang dialami oleh Rhea di lingkungan keluarganya. Rhea mengalami kekerasan yang dilakukan oleh ayahnya, yang menciptakan atmosfer yang tidak aman dan merugikan di dalam rumah. Kekerasan ini terjadi dalam beragam bentuk, baik itu fisik, verbal, maupun psikologis, yang menimbulkan ketakutan dan kecemasan pada Rhea.

Tindakan Faizan yang sering kali dipicu oleh kesalahan kecil yang dilakukan Rhea menimbulkan rasa takut yang konstan, membuatnya merasa tidak aman bahkan di lingkungan rumahnya sendiri.

Sebagai respon terhadap kekerasan tersebut, tokoh Rhea mengurung diri di dalam kamar dan melakukan penghindaran terhadap kehidupan sosial. Tindakan ini mencerminkan upaya Rhea untuk menghindari konfrontasi dengan ayahnya dan situasi yang dapat memicu kekerasan tersebut. Namun, upaya untuk mengisolasi diri hanya meningkatkan perasaan kesepian dan terasing, menyebabkan tokoh Rhea semakin terjebak dalam lingkaran negatif yang sulit untuk terputus. Hal ini menggambarkan jika isolasi yang dialaminya tidak hanya fisik, tetapi juga emosional. Tokoh Rhea menyatakan bahwa hidup bersama ayahnya jauh lebih menakutkan daripada hidup sendirian. Pernyataan ini mencerminkan dampak traumatis yang signifikan dari pengalaman kekerasan yang dialaminya. Ketakutan yang berkepanjangan dan perasaan tidak aman terhadap ayahnya telah menciptakan rasa takut yang menghantui.

b. Perasaan Kehilangan yang Dirasakan Tokoh Rhea

1) Kehilangan Sahabat

Trauma yang dialami oleh tokoh Rhea salah satunya dipicu oleh kematian sahabatnya, Karina yang meninggal karena bunuh diri. Di bawah ini merupakan bukti kutipan dari perasaan kehilangan yang dialami oleh Rhea.

“Mulai hari ini gue jadi temen lo, gue akan jagain lo. Sekarang lo nggak perlu khawatir, kalau ada yang bully lo lagi, nanti gue tinju satu-satu.”

....

Rhea menjambak-jambak dan memukul kepalanya sendiri ketika percakapan bersama Karina tiba-tiba terputar terus menerus di kepalanya, semua percakapan dan kejadian bersama Karina membanjiri memorinya, saling bersahut-sahutan hingga membuat kepala Rhea terasa pening. Rhea harap semua ini hanya halusinasi semata, Rhea berharap jika ini hanyalah mimpi buruk saja, Karina tak mungkin meninggalkannya. (Rahmawati, 2021: 37).

Kutipan tersebut menggambarkan kedalaman rasa kehilangan yang dialami oleh Rhea setelah kepergian Karina, seseorang yang sangat penting dalam kehidupan tokoh Rhea. Pesan dari Karina yang menawarkan perlindungan dan dukungan emosional yang kuat, serta janji untuk melindungi Rhea dari penindasan di sekolah, mencerminkan ikatan emosional yang erat antara keduanya.

Namun, setelah kepergian Karina, tokoh Rhea terperangkap dalam kenangan bersama sahabatnya itu. Reaksi Rhea, yang melibatkan tindakan fisik seperti menjambak-jambak dan memukul kepalanya sendiri, mencerminkan distress emosional yang mendalam. Hal ini menandakan jika tokoh Rhea mengalami kekacauan mental, dengan percakapan dan kenangan tentang Karina yang terus menerus membanjiri pikirannya hingga menyebabkan kepalanya terasa pusing. Tokoh Rhea juga

menunjukkan ketidakmampuannya untuk menerima kenyataan bahwa Karina telah meninggal dengan mengungkapkan harapan bahwa semuanya hanyalah halusinasi atau mimpi buruk.

2) Kehilangan Ibu dan Saudara Kembar

Kehilangan kedua, dirasakan Rhea ketika ia mengetahui fakta bahwa ibu kandung dan saudara kembarnya telah meninggal dunia.

Runtuh sudah dunia Rhea saat mendengarnya, harapan dan angan yang ia buat saat nanti bertemu dengan Thea hancur seketika, Thea ternyata meninggalkan dirinya juga di dunia yang kejam ini, membiarkan Rhea menanggung semua kesakitan ini sendiri. Air mata seketika meluruh membasahi pipi Rhea, beban yang Rhea tanggung begitu berat, pantas saja Faizan begitu membenci kehadirannya. Tapi semua yang terjadi ini bukan karena kehendak Rhea, apakah pantas seorang ayah meluapkan rasa sedihnya ke anak yang tak bersalah? (Rahmawati, 2021:315).

Kutipan tersebut mengeksplorasi dimensi emosional dari pengalaman kehilangan yang dialami oleh tokoh Rhea, yang menjadi pusat perhatian dalam narasi yang dikemukakan oleh Dwi Nur Rahmawati. Perasaan kehilangan tersebut dapat dipahami sebagai sebuah konstruksi kompleks yang melibatkan aspek psikologis, sosial, dan moral. Dalam konteks psikologis, tokoh Rhea mengalami proses kognitif dan emosional yang kompleks, yang mencakup perasaan hancur dan kecewa ketika harapan dan impian yang dibangunnya hancur seketika dengan kenyataan bahwa saudara kembar yang dianggap masih hidup ternyata sudah meninggalkannya. Hal ini membuktikan bahwa hubungan interpersonal penting dalam membentuk identitas dan kesejahteraan emosional seseorang. Perasaan kehilangan yang dirasakan oleh tokoh Rhea juga memengaruhi reaksi Faizan yang membenci keberadaannya. Hal ini mencerminkan bagaimana lingkungan sosial dapat memperdalam atau mengurangi dampak emosional dari pengalaman kehilangan seseorang.

c. Pelecehan Seksual yang Dilakukan pada Tokoh Rhea

Pelecehan merupakan salah satu faktor pemicu trauma yang signifikan. *DSM-V* mengakui bahwa pengalaman pelecehan fisik, seksual, atau emosional dapat menyebabkan gangguan jiwa yang parah, termasuk *PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder)*. Intimidasi seksual dan percobaan pemerkosaan merupakan bentuk kejahatan yang serius yang dilakukan tokoh Skala pada Rhea. Intimidasi seksual ini dapat merusak rasa aman dan kenyamanan yang mendasar bagi tokoh Rhea. Hal ini dapat dilihat pada kutipan di bawah ini.

Skala semakin merapatkan tubuh Rhea dengannya, amarah Skala kembali memuncak, kesabarannya telah habis, yang tersisa hanya kemarahan, kecemburuan, serta kebencian. “Lo bantah?! Iya? Oke setelah ini lo akan nyesel Rhe, gue bakal bikin lo nyesel seumur hidup, karena lo lebih milih Atlas, lo itu punya gue! Sekarang gue akan nandain kepunyaan gue, gue akan milikin lo seutuhnya biar nggak ada cowok lain yang deketin lo lagi!” seru Skala lalu lelaki itu mendekatkan wajahnya pada Rhea hendak mencium gadis itu. Rhea berteriak histeris, ia semakin menekan dada Skala agar laki-laki itu menjauh darinya. (Rahmawati, 2021:308).

Kutipan di atas menggambarkan sebuah dinamika hubungan *toxic relationship* yang menimbulkan pelecehan seksual. Analisis situasi tersebut mengungkapkan pola perilaku yang merugikan, yang sering kali terjadi dalam konteks hubungan yang tidak sehat. Dalam analisis ini, terlihat bahwa tokoh Skala menggunakan kekuasaannya untuk mendominasi dan mengontrol Rhea secara fisik dan emosional. Fenomena ini terkait erat dengan teori psikologis yang membahas mengenai kekerasan dalam hubungan, yang menyoroti penggunaan kekuasaan dan kontrol sebagai alat untuk mempertahankan dominasi dan menyebabkan ketidakseimbangan kekuasaan antara pasangan. Selain itu, ekspresi amarah yang intens dan ancaman yang diungkapkan oleh Skala menunjukkan bahwa kekerasan dalam hubungan sering kali dipicu oleh emosi negatif seperti kemarahan dan kecemburuan, yang dapat mengakibatkan penyalahgunaan terhadap pasangan sebagai bentuk pemenuhan kebutuhan pribadi atau sebagai bentuk pengendalian atas keinginan pasangan. Dalam konteks kutipan yang diberikan, terlihat bahwa Skala menggunakan ancaman dan intimidasi sebagai alat untuk mengontrol dan mendominasi tokoh Rhea secara emosional, menciptakan lingkungan yang tidak aman dan menakutkan bagi pasangannya.

d. Kekerasan Fisik dan Psikologis pada Tokoh Rhea

Trauma yang dialami oleh tokoh Rhea terjadi karena kekerasan dan penyiksaan yang dilakukan oleh ayah dan pacarnya. Kekerasan yang diterima oleh tokoh Rhea terdapat pada kutipan di bawah ini.

Faizan menatap piala itu dengan mata membara, lalu tanpa aba-aba Faizan melemparkan piala di gengamannya ke arah Rhea. Piala itu mengenai tepat di kepala Rhea, ujung piala yang runcing membuat kening Rhea sobek dan mengeluarkan banyak darah hingga menetes sampai mengenai pipi. Air mata Rhea jatuh membasahi pipi kini bercampur dengan darah yang mengalir dari keningnya. “Jika kamu memang tidak melakukan kecurangan, seharusnya kamu bisa membuktikan itu anak bodoh! Kamu bisa melakukan olimpiade ulang atau tes lainnya!” seru Faizan. (Rahmawati, 2021:55).

Kutipan ini menggambarkan sebuah adegan kekerasan fisik dan verbal yang menyebabkan trauma pada tokoh Rhea. Pertama, tindakan kekerasan fisik Faizan yang tiba-tiba dan agresif, yaitu melemparkan piala ke arah Rhea, dan menyebabkan luka yang cukup serius pada kepala Rhea. Hal ini menciptakan pengalaman fisik yang sangat menyakitkan bagi Rhea, yang kemudian diikuti oleh rasa sakit dan ketakutan yang mendalam.

Kedua, terdapat unsur verbal yang cukup merendahkan dari Faizan terhadap Rhea. Saat Faizan menyalahkan Rhea dan menyebutnya "anak bodoh", Faizan memperburuk situasi dengan kata-kata yang merendahkan dan menghina. Hal ini dapat memperdalam rasa malu dan merendahkan diri yang dirasakan oleh Rhea, serta meningkatkan intensitas traumanya. Kekerasan fisik dan verbal yang terjadi dalam kutipan ini memiliki dampak emosional yang sangat kuat pada Rhea. Pengalaman tersebut bisa membuatnya merasa takut, terluka secara fisik dan emosional, serta mengalami perasaan malu dan

rendah diri. Trauma yang diakibatkan oleh kekerasan seperti ini dapat berdampak jangka panjang pada kesejahteraan mental dan emosional individu.

e. Kondisi Lingkungan di Rumah dan Sekolah yang Penuh Tekanan

Pada novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati kondisi lingkungan menjadi penyebab utama tokoh Rhea mengalami trauma, hidup di lingkungan yang tidak sehat dan penuh kekerasan membuat Rhea tidak merasakan kenyamanan dan keamanan di dalam rumah. Kondisi lingkungan yang tidak aman pada novel ini diceritakan melalui keluarga Rhea yang tergolong pada keluarga *toxic*, hal ini terbukti pada kutipan di bawah ini.

“Rhea capek, Yah. Rhea capek hidup di sama semua penderitaan yang ayah kasih. Rhea selalu berharap kalau ayah bisa berubah kayak ayah di luar sana. Rhea mau dicium ayah, Rhea mau dipeluk ayah, Rhea mau cerita banyak hal sama ayah. Ayah sama sekali nggak pernah lihat Rhea, ayah hanya lihat kesalahan yang Rhea buat. Kasih tau Rhea ayah apa salah Rhea? sampai ayah bilang kalau Rhea pembunuh Rachel.”

“Cukup Rhea jangan sebut Rachel menggunakan mulut kotormu itu”

...

“Mas sudah, nanti biar aku ganti bingkai yang baru, mas ngg-” belum selesai Vania menuntaskan ucapannya tapi Fazian dengan kasar menghempaskan tangan Vania.

“Tahu apa kamu Vania? Kamu hanya orang asing! Kamu nggak berhak ikut campur!” Bahu Vania merosot, dadanya seperti ditikam belati tak kasat mata saat mendengar ucapan Faizan. (Rahmawati, 2021: 191)

Melalui kutipan tersebut, terungkap dinamika lingkungan yang membentuk kondisi yang mempengaruhi trauma pada individu dengan sejumlah detail yang signifikan. Pertama-tama, pengalaman Rhea menyoroti dampak buruk dari kekerasan dalam rumah tangga, di mana ayahnya tidak hanya menjadi sumber penderitaan emosional, tetapi juga menyalahkan Rhea tanpa memberikan pemahaman atau dukungan yang diperlukan. Selanjutnya, interaksi antara Faizan dan Vania menyoroti ketegangan dalam hubungan suami istri, di mana agresi fisik Faizan terhadap Vania menciptakan atmosfer yang tidak aman dan tidak stabil di rumah.

Keseluruhan, kondisi lingkungan yang disajikan dalam kutipan tersebut meliputi kekerasan verbal dan fisik, kurangnya dukungan emosional, dan isolasi sosial, semuanya merupakan faktor-faktor yang dapat menyebabkan trauma dan berkontribusi pada kerentanan psikologis individu. Lingkungan yang tidak aman dan tidak stabil seperti ini menciptakan lingkungan yang beracun bagi kesejahteraan mental individu, meningkatkan risiko trauma, dan menghambat proses pemulihan. Oleh karena itu, penting untuk mengidentifikasi dan mengatasi dinamika lingkungan yang merugikan ini untuk mendukung kesejahteraan psikologis individu dan mencegah trauma lebih lanjut.

f. Ketidaknyamanan pada Masa Kecil Tokoh Rhea

Tokoh Rhea mengalami ketidaknyamanan yang mendalam dan berlapis akibat lingkungan rumah yang tidak bersahabat dan kurangnya dukungan sosial. Sejak kecil, Rhea diperlakukan kasar oleh orang

tuanya, yang tidak hanya menyebabkan luka fisik dan trauma. Kurangnya kasih sayang dan perhatian dalam kehidupannya menambah rasa kesepian dan tidak dicintai sehingga mengakibatkan isolasi sosial dari tokoh Rhea. Ketidaknyamanan pada masa kecil ini dialami oleh tokoh Rhea, hal ini terlihat pada kutipan di bawah ini.

“Sejak aku kecil, diperlakukan kasar sama ayah tiap harinya buat aku depresi, bunda Vania juga tidak pernah menyayangiku seperti ibu-ibu lain di luar sana. Bukan hanya itu... aku juga gak punya temen sama sekali jadi aku enggak ada tempat untuk mengadu dan berbagi emosi, alhasil semua emosiku aku lampiasin lewat *self-harm*, setiap abis ngelakuin itu aku ngerasa lebih tenang” (Rahmawati, 2021: 294).

Kutipan tersebut menggambarkan pengalaman ketidaknyamanan yang dialami oleh tokoh Rhea selama masa kecilnya. Pertama, perlakuan kasar yang diterima dari ayahnya secara terus-menerus telah menciptakan lingkungan keluarga yang tidak nyaman dan aman yang kemudian menyebabkan perasaan depresi. Rasa tidak aman dan kecemasan yang terus-menerus akibat perlakuan kasar tersebut telah memengaruhi perkembangan emosional dan psikologisnya sejak masa kecil. Selain itu, kurangnya kasih sayang dan dukungan emosional dari ibunya, seperti yang disebutkan dalam kutipan, juga merupakan faktor yang dapat menambah rasa tidak nyaman dalam kehidupannya. Peristiwa traumatis yang dialami oleh tokoh Rhea selama masa kecil, seperti perlakuan kasar dari ayah dan kurangnya dukungan emosional dari ibu, sangat mempengaruhi kemampuannya untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya. Ketidakmampuan untuk mendapatkan dukungan emosional dan perasaan tidak diperhatikan oleh orang tua dapat meningkatkan rasa terisolasi dan kesepian yang dialami oleh karakter tersebut.

A. Analisis Wujud Trauma pada Tokoh Utama dalam Novel *Leiden*

Novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati adalah karya sastra yang memuat aspek psikologis yang kuat di dalamnya. Dalam novel ini, tokoh utama mengalami beberapa gangguan trauma yang mempengaruhi hidupnya secara signifikan. Berikut adalah analisis wujud trauma yang dialami tokoh utama dalam novel *Leiden*.

a. *Acute Stress Disorder (ASD)* sebagai Indikasi Awal Gejala Trauma Tokoh Rhea

Gejala-gejala yang muncul pada tokoh Rhea mencerminkan adanya potensi gangguan trauma yang cukup serius. Reaksi emosional yang meliputi kesedihan, kecemasan, rasa marah, dan kehilangan kemampuan untuk merasakan kesenangan menunjukkan bahwa Rhea sedang mengalami ketidakstabilan emosional yang mendalam. Berdasarkan deskripsi gejala-gejala *Acute Stress Disorder* yang dipaparkan di atas, menunjukkan bahwa gejala-gejala tersebut terjadi pada tokoh Rhea.

1) Gejala Intrusi yang Mengganggu Kesejahteraan Emosional Tokoh Rhea

Dalam kehidupan tokoh Rhea, gejala intrusi terlihat jelas dengan memperlihatkan penderitaan tokoh yang terus menerus terjadi. Perlakuan kasar dari tokoh Faizan dan Skala menjadi beban berat yang mengganggu dinamika emosinya sehingga trauma yang dialami tidak kunjung sembuh.

Rhea menangis untuk ke sekian kalinya. Dalam satu hari dirinya disakiti oleh dua lelaki yang amat ia cintai. Mengingat semua perlakuan kasar ayahnya dan Skala membuatnya takut. Sungguh penderitaan yang sempurna. Rhea menarik spreng kasurnya dengan marah, ia ingin berteriak meluapkan rasa sakit dihatinya, ia ingin berseru marah pada takdir yang tak adil, namun ia takut Faizan akan memukulinya lagi (Rahmawati, 2021: 132).

Kutipan tersebut menggambarkan keadaan emosional yang sangat kuat pada tokoh Rhea, sesuai dengan gejala yang telah dijelaskan sebelumnya. Rhea menunjukkan reaksi emosional yang intens dengan menangis, yang mencerminkan kesedihan dan kecemasan yang mendalam akibat dari pengalaman yang dialaminya. Dalam kutipan di atas menunjukkan jika tokoh Rhea terlihat berada dalam keadaan emosional yang terganggu dan penuh penderitaan, dengan menangis berulang kali sebagai ekspresi dari rasa sakit yang dialaminya. Hal ini mengindikasikan adanya gejala intrusi, salah satu dari beberapa kriteria diagnostik untuk gangguan ASD. Gejala yang dialami oleh tokoh Rhea mencakup pengalaman yang mengganggu, tidak diinginkan, dan sering kali menyakitkan, yang muncul secara mendadak dan tidak terduga dalam pikirannya saat mengalami gangguan tersebut. Gejala intrusi yang dialami berupa munculnya kenangan traumatis yang terus-menerus muncul kembali, atau pikiran-pikiran yang tidak diinginkan tentang peristiwa traumatis yang dialami.

2) Akumulasi Amarah yang Tidak terselesaikan Penyebab Gangguan Stres Akut pada Tokoh Rhea

Gejala intrusi yang muncul mencerminkan pikiran dan perasaan tokoh Rhea yang dirundung oleh gelombang-gelombang amarah yang terpendam, sebuah tanda yang tak dapat diabaikan dari gangguan stres akut. Langkah ekstrem yang diambilnya, dengan melakukan *self-harm* sebagai cara meredakan tekanan emosionalnya, menggambarkan coping yang maladaptif, yang ironisnya hanya memperburuk kondisi psikologisnya. Hal ini dapat dilihat pada kutipan berikut.

Rhea benar-benar tertekan. Sejak dulu ia tak dibiarkan meluapkan amarahnya, namun ia juga tak memiliki siapapun untuk berbagi beban. Semua amarah yang ada di diri Rhea terpendam di dalam jiwa hingga menimbulkan penyakit mental, hanya dengan *self-harm* Rhea merasa lebih baik (Rahmawati, 2021: 133).

Berdasarkan kutipan di atas tampak bahwa tokoh Rhea terpapar tekanan psikologis yang berat, disebabkan oleh akumulasi amarah yang tak terselesaikan dan dirasakannya. Gejala intrusi, salah satu kriteria utama gangguan stres akut, terlihat jelas melalui pengalaman Rhea yang menggambarkan bahwa pikiran dan perasaannya terganggu secara berulang akibat amarah yang terpendam tersebut. Selain itu, Rhea juga menunjukkan gejala penghindaran dengan kurangnya kemampuan untuk mengungkapkan

perasaannya dan berbagi beban dengan orang lain. Tindakan *self-harm* yang dilakukan Rhea sebagai strategi untuk meredakan stres dan emosi yang dirasakannya menunjukkan koping yang maladaptif, yang memperburuk kondisinya. Amarah yang tidak terselesaikan dapat memicu respon stress yang berulang atau berkepanjangan dalam tubuh yang dapat menyebabkan kerusakan fisik dan emosional. Amarah yang terpendam mengakibatkan tokoh Rhea kehilangan kontrol akan dirinya sendiri sehingga melukai diri sendiri menjadi cara untuk meredakan atau menyalurkan emosi. Ketidakseimbangan inilah yang mengakibatkan kerentanan terhadap gangguan *Acute Stress Disorder* (ASD).

b. Kronisitas Gangguan *Post-traumatic Stress Disorder* (PTSD) pada Tokoh Rhea

1) Flashback dan Mimpi sebagai *Re-calling* terhadap Pengalaman Traumatis pada Gangguan *Post-traumatic Stress Disorder* Tokoh Rhea

Flashback dan mimpi memainkan peran kunci dalam memicu pengalaman traumatis pada tokoh Rhea, yang merupakan ciri utama dari Gangguan *Post-traumatic Stress Disorder* (PTSD). Kata-kata traumatis yang terulang dalam mimpi menyebabkan pemikiran negatif tentang diri sendiri semakin menguat, dan mekanisme pertahanan mentalnya pun menurun. Paparan ini dapat dilihat pada kutipan di bawah ini.

“*Gue harap lo segera enyah dari bumi*”

“*Kelahiran kamu adalah musibah Rhea! Saya harap kamu mati!*”

Rhea tertawa pelan saat semua bayang-bayang mimpi menyakitkan itu kembali terngiang. Setelah itu Rhea berteriak marah dengan mengacak-acak rambutnya sendiri. Jika ada alat pengukur kelelahan batin maka kini Rhea berada di angka minus seratus. Rhea benar benar lelah dan ingin mengakhiri semuanya, lagi pula jika Rhea pergi, tak akan ada yang sedih bukan? Lalu untuk apa terus bertahan? (Rahmawati, 2021: 278)

Dapat dilihat pada kutipan di atas, terdapat beberapa elemen yang menggambarkan pengalaman traumatis yang memicu gejala *PTSD* pada tokoh Rhea, sesuai dengan kategori pada *DSM-V*. Pertama, dalam aspek kognitif dan afektif, tokoh Rhea mengalami perasaan bersalah, marah, dan merasa tidak berharga akibat perkataan menyakitkan yang ditujukan padanya. Adanya bayangan mimpi mengenai perulangan kata-kata traumatis menunjukkan pengalaman traumatis yang menyebabkan pemikiran negatif tentang diri sendiri sehingga mekanisme pertahanan yang dimiliki menurun. Kedua, dalam gejala reaksi *arousal* yang berlebihan di mana tokoh Rhea menunjukkan reaksi emosional yang intens. Adanya *flashback* mengenai perkataan menyakitkan, tokoh Rhea merespons dengan tertawa pelan dan kemudian berteriak marah sambil mengacak-acak rambutnya sendiri. Hal ini mencerminkan tingkat kegelisahan dan kemarahan yang tinggi, hal tersebut merupakan gejala reaksi *arousal* yang umum terjadi pada penyintas *PTSD*.

2) Pengalaman Traumatis Mengakibatkan Gangguan *Post-traumatic Stress Disorder* pada Tokoh Rhea

Gejala trauma meliputi pengulangan pengalaman traumatis, kecemasan yang berlebihan, ketakutan yang tidak wajar, dan reaksi fisik yang berlebihan terhadap situasi yang mengingatkan pada peristiwa traumatis. Pada kutipan di bawah ini, menggambarkan kondisi gangguan trauma yang dialami oleh tokoh Rhea.

Berkali-kali sudah Rhea pergi ke psikolog dan psikiater, namun *self-harm*-nya sama sekali tidak sembuh. Rasa trauma, ketakutan, mimpi-mimpi buruk tentang Karina, ketidakamanan yang Faizan berikan begitu membekas pada Rhea. Setiap hari Faizan selalu menambah rasa traumanya, lantas bagaimana bisa Rhea sembuh? Bagaimana ia bisa lepas dari penyakit sialan ini? (Rahmawati, 2021: 133).

Penulis secara jelas menjelaskan mengenai kondisi tokoh Rhea yang mengalami gangguan *PTSD* sebagai akibat dari pengalaman traumatis yang melibatkan tokoh Karina dan Faizan sebagai stresor. Pengalaman ini menyebabkan rasa takut, kecemasan, dan perasaan tidak aman yang mendalam pada kehidupan tokoh Rhea. Pengalaman dan interaksi traumatis dengan tokoh-tokoh lain dalam cerita memberikan dampak yang signifikan pada kondisi psikologis Rhea. Gejala *PTSD* muncul ketika tokoh Rhea mengalami banyak keadaan peristiwa traumatis, kehilangan sahabat, kekerasan yang dilakukan orang tuanya, *toxic relationship* bersama Skala dan adanya bentuk isolasi dari teman-teman sekolah.

3) Minimnya Dukungan Sosial Menjadi Penyebab Gangguan *Post-traumatic Stress Disorder* yang Berkelanjutan pada Tokoh Rhea

Selain lingkungan keluarga, lingkungan sekolah yang menjadi tempat bagi tokoh Rhea menghabiskan sebagian besar waktunya juga menjadi stresor yang berpengaruh dalam gangguan traumanya. Lingkungan sekolah seharusnya dapat memainkan peran penting dalam menurunkan tingkat stres, mencari dukungan sosial, dan menjalin interaksi sosial dengan tokoh lain. Namun, di sekolah tokoh Rhea tidak mendapatkan kesejahteraan psikologis, hal ini ditunjukkan melalui kutipan di bawah ini.

Rhea menunduk menyembunyikan wajahnya yang ketakutan di balik tirai rambut. Namun semakin Rhea memasuki area sekolah, semakin banyak tatapan merendahkan yang ia dapat dan gunjingan, bahkan ada yang menghina secara terang terangan. Keringat menetes dari telapak tangan Rhea, ia takut, cemas, dan jantungnya berdebar tak karuan. (Rahmawati, 2021: 74)

Berdasarkan kutipan tersebut menggambarkan tokoh Rhea mengalami situasi di mana ia merasa terancam dan tidak aman, dengan tatapan intens, gunjingan, dan bahkan hinaan dari murid-murid di sekolah. Situasi ini dapat memicu peristiwa traumatis yang akan memperburuk gangguan *PTSD*-nya. Melalui kutipan di atas memperkuat opini bahwa tokoh Rhea kurang mendapatkan dukungan sosial, dengan tidak adanya dukungan atau intervensi dari pihak sekolah atau rekan-rekan sebaya dapat membuat tokoh Rhea merasa lebih terisolasi dan tidak berdaya. Kurangnya dukungan sosial ini dapat memperparah gejala *PTSD*, karena tokoh Rhea merasa bahwa dia harus menghadapi situasi tersebut

sendiri tanpa bantuan atau perlindungan dari orang lain. Secara keseluruhan, lingkungan sosial yang tidak mendukung dapat memperburuk gejala *PTSD*-nya, menciptakan lingkaran setan dari trauma dan ketidakmampuan untuk melarikan diri dari masa lalu yang menyakitkan.

4) Perubahan Reaktivitas dan Keterjagaan (*Hyperarousal*): Waspada Terus-Menerus dan Kecemasan pada Tokoh Rhea

Tokoh Rhea menunjukkan gejala-gejala yang konsisten dengan diagnosis *PTSD*. Melalui pengamatan mendalam terhadap narasi dan karakterisasi Rhea, dapat dipahami bagaimana trauma masa lalu terus mempengaruhi kesejahteraan psikologis dan perilakunya dalam kehidupan sehari-hari. Di bawah ini merupakan kutipan yang menunjukkan adanya trauma yang dialami tokoh Rhea karena mengalami penyiksaan dari ayahnya. Hal ini mengakibatkan Rhea menjadi gadis yang penuh ketakutan dan kewaspadaan.

Rhea menatap nanar semua hasil kerja kerasnya selama ini. Mati-matian Rhea belajar hingga larut makan, tidak peduli makan, rambut rontok karena terlalu stres, dan beberapa kali harus bolak-balik rumah sakit untuk *check up* karena fisiknya terlalu kelelahan. Namun semua itu sia-sia tidak ada artinya, perjuangan Rhea untuk membuat Faizan bangga dan menyayanginya tetap pada kata gagal dan percuma, seperti biasanya Faizan hanya akan memarahinya. (Rahmawati, 2021: 54).

...

“Ambil atau gue lempar?”

Dengan cepat Rhea mengambil kotak itu dari tangan Atlas. Seketika Rhea ingat dengan kejadian kemarin saat Faizan melempar kepalanya dengan piala. Ia takut Atlas akan melakukan hal yang sama (Rahmawati, 2021: 67).

Analisis *PTSD* pada tokoh Rhea berdasarkan kutipan di atas menunjukkan gejala yang berkembang. Perasaan bahwa semua yang tokoh Rhea lakukan untuk ayahnya sia-sia dan tidak ada artinya menunjukkan hilangnya harapan yang merupakan gejala umum pada *PTSD*, di mana individu merasa usaha mereka tidak membawa hasil positif dan mereka terperangkap dalam situasi yang tidak dapat diubah. Perjuangan Rhea untuk membuat Faizan bangga dan menyayanginya, yang berujung pada kegagalan dan dimarahi, menciptakan trauma emosional yang dirasakan oleh tokoh Rhea. Perasaan kegagalan yang konstan ini juga dapat memperparah kondisi *PTSD* dengan memperkuat pandangan negatif tentang diri sendiri dan dunia di sekitarnya, yang membuatnya merasa tidak berharga dan terisolasi.

c. Manifestasi Gejala *Adjustment Disorders* (Gangguan Penyesuaian) pada Tokoh Rhea

Gangguan *Adjustment Disorder* terjadi dalam waktu yang terbatas, mulai dari beberapa minggu hingga beberapa bulan setelah terjadinya peristiwa stresor (APA, 2013). Pada dasarnya, setiap penderita dapat merasakan gejala gangguan penyesuaian yang berbeda-beda. Gejala yang muncul juga cenderung beragam, mulai dari ringan hingga berat. Gejala-gejala umum dari *Adjustment Disorder* seperti: mudah

merasa sedih, putus asa, gemetar, mudah menangis, cemas, merasa tidak semangat hidup, perubahan implusif, memiliki pikiran untuk bunuh diri (*suicidal thought*).

1) Gangguan *Adjustment Disorder* dengan Depresi dan Kecemasan pada Tokoh Rhea

Berdasarkan paparan di atas ditemukan bahwa tokoh Rhea dalam novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati mengalami gangguan penyesuaian dengan depresi dan kecemasan. Di bawah ini merupakan kutipan yang digunakan untuk menemukan indikasi gangguan penyesuaian dengan depresi dan kecemasan pada tokoh Rhea.

“Rasanya sakit banget tau Na di tanggal itu kamu mendapatkan sesuatu yang paling berharga tapi di hari itu juga kamu kehilangannya. Kamu penerang satu-satunya yang aku punya, tapi sekarang kamu udah enggak ada, dunia aku gelap, Karina. Aku bahkan gak tau harus melangkah kemana lagi setelah ini,” Rhea terdiam sejenak, pikirannya berkelana jauh. “Apa aku harus nyusul kamu?” gumam Rhea lalu memejamkan matanya.” (Rahmawati, 2021: 66).

Dalam kutipan tersebut, tokoh Rhea digambarkan memiliki pengalaman yang mengungkapkan kondisi gangguan penyesuaian, depresi, dan kecemasan. Gangguan penyesuaian terlihat dalam kesulitannya untuk mengatasi perubahan signifikan dalam hidupnya, seperti kehilangan seseorang yang sangat berarti baginya. Gejala depresi tercermin dalam perasaan kehilangan yang mendalam dan pertanyaan putus asa mengenai arah hidupnya setelah kepergian sahabat satu-satunya yang ia miliki.

Ungkapan mengenai kegelapan dunianya dan pertimbangan untuk mengikuti orang yang telah pergi menunjukkan adanya kehilangan minat atau kegembiraan dalam hidup, yang merupakan gejala depresi. Sementara itu, kondisi kecemasan terlihat dalam pertimbangan tokoh Rhea untuk "menyusul" Karina, menunjukkan tingkat kecemasan yang signifikan tentang masa depannya dan ketidakmampuannya untuk melangkah maju. Pikirannya yang gelisah dan khawatir mencerminkan ketidakstabilan emosional dan kekhawatiran yang meresap dalam pikirannya. Kombinasi dari gangguan penyesuaian, depresi, dan kecemasan menunjukkan kompleksitas dan beratnya beban emosional yang dialami oleh tokoh Rhea. Pemikiran untuk mengikuti orang yang telah pergi menunjukkan rasa putus asa dan keinginan untuk mengakhiri penderitaan atau kesulitan emosional yang dialaminya dengan pikiran untuk mengakhiri hidup.

2) Gangguan Fisik dan Emosional sebagai Gejala Gangguan *Adjustment Disorder* pada Tokoh Rhea

Gangguan *Adjustment Disorder* juga didiagnosa melalui gangguan emosional dan gejala fisik yang terjadi pada tokoh Rhea. Gejala emosional seperti, kesedihan yang berlebihan, perubahan suasana hati yang cepat dan gelisah, serta gejala gangguan fisik seperti susah tidur, pusing, atau sakit perut menjadi gejala umum *Adjustment Disorder* yang dialami tokoh Rhea. Hal ini dapat dilihat pada kutipan di bawah ini.

Hati Rhea semakin sakit seperti dihujani belati tajam saat menangkap maksud perkataan Faizan saat itu. Mendadak kepala Rhea menjadi pusing dan berdenyut, Rhea mengacak-acak rambutnya merasa marah, marah pada dirinya sendiri, marah karena kelahirannya ke dunia ini. Rhea berteriak sekuat tenaga tapi tidak bisa, ia ingin berteriak pada semesta yang jahat pada takdirnya” (Rahmawati, 2021:304).

...
“Belum tidur?” tanya Atlas sembari melangkah mendekati Rhea.
“Aku takut tidur, Atlas aku takut mimpi buruk itu datang lagi,” ujar Rhea (Rahmawati, 2021: 310”

Berdasarkan kutipan di atas, terdapat indikasi kuat bahwa Rhea mengalami gangguan penyesuaian. Gangguan ini seringkali terjadi sebagai respon terhadap stresor atau perubahan signifikan dalam kehidupan seseorang yang menyebabkan kesulitan emosional atau perilaku yang berlebihan dibandingkan dengan reaksi normal terhadap stresor tersebut. Dari kutipan pertama, terlihat bahwa Rhea mengalami reaksi emosional yang intens terhadap situasi di dalam hidupnya dan memikirkan perkataan Faizan yang mengatakan jika dirinya adalah seorang pembunuh. Reaksi ini ditandai dengan rasa sakit emosional yang mendalam, manifestasi fisik berupa pusing dan sakit kepala, serta perilaku impulsif seperti mengacak-acak rambutnya dan perasaan marah yang sangat kuat. Perasaan marah tersebut tidak hanya ditujukan pada orang lain, tetapi juga pada dirinya sendiri dan eksistensinya, menunjukkan adanya konflik internal yang signifikan pada diri Rhea.

4. Simpulan

Melalui analisis faktor-faktor yang melatarbelakangi terjadinya trauma pada tokoh utama dalam novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati menunjukkan kompleksitas yang mendalam dari kondisi psikologis yang dialami oleh tokoh Rhea. Trauma yang dialami oleh Rhea berasal dari berbagai pengalaman traumatis, termasuk kekerasan fisik dan verbal dari teman sekolah dan orang tuanya, perasaan kehilangan terhadap orang-orang terdekatnya, *toxic relationship*, serta intimidasi pelecehan seksual dari pacar dan ayahnya, kondisi lingkungan yang penuh tekanan, dan ketidaknyamanan pada masa kecil tokoh Rhea. Hal tersebut menjadi stresor yang menyebabkan luka fisik dan psikologis, juga berkontribusi pada perkembangan gangguan traumanya.

Analisis wujud trauma yang dialami oleh tokoh Rhea dalam novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati menunjukkan bahwa tokoh Rhea mengalami berbagai gangguan trauma. Tokoh Rhea menunjukkan gejala *Acute Stress Disorder (ASD)* segera setelah mengalami peristiwa traumatis yang mengancam nyawanya, dengan gejala termasuk pengulangan memori traumatis, kecemasan berlebihan, dan reaksi terhadap fisiknya. Rhea juga mengalami gangguan fungsi sosial dan kesejahteraan emosionalnya, yang tercermin dari reaksi emosional seperti kesedihan dan kecemasan, serta perilaku penghindaran dan *self-harm* sebagai koping maladaptif. Selanjutnya, trauma tokoh Rhea berkembang

menjadi *Post-traumatic Stress Disorder (PTSD)*, dengan gejala utama seperti *flashback*, mimpi buruk, penghindaran, perubahan afektif dan kognitif, serta hiperarousal. Tokoh Rhea juga mengalami gejala reaksi *arousal* yang berlebihan dan kewaspadaan terus-menerus yang mempengaruhi perilaku dan interaksi sosialnya. Terakhir, Rhea juga menunjukkan gejala *Adjustment Disorder* setelah mengalami perubahan signifikan dalam hidupnya. Selanjutnya, intervensi atau pendampingan seseorang dengan trauma perlu dilakukan dengan penuh kehati-hatian, penuh empati, dan kesabaran. Pada tahap trauma akut sangat penting untuk mendengarkan dengan penuh perhatian tanpa menilai, menghakimi atau mengkritik.

Daftar Pustaka

- Allen, G. J. (2005). *Coping with trauma: Hope through understanding*. Washington, DC: American Psychiatric Association Publishing.
- Association, Psychiatric. American. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Association Publishing.
- Falah, F. (2018). Hegemoni ideologi dalam novel ayat-ayat cinta karya habiburrahman el shirazy (kajian hegemoni gramsci). *NUSA: Jurnal Ilmu Bahasa dan Sastra*, 13(3), 351-360.
- Kartono, K. (1996). *Psikologi umum*. Bandung: Mandar Maju.
- Minderop, A. (2018). *Psikologi sastra: Karya sastra, metode, teori, dan contoh kasus*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Moleong, L. J. (2017). *Metode penelitian kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Muhid. (2013). *Psikologi umum*. Surabaya: IAIN Sunan Ampel Press.
- Noor. (2019). *Pengantar pengkajian sastra*. Semarang: Fasindo.
- Nurdiyanto. (2015). *Teori pengkajian fiksi*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Purwaningsih. (2017). Analisis genre dalam karya Pramoedya Ananta Toer periode 1950-an. *Jurnal Sasindo Unpam*, 5(2), 5.
- Rahmawati. (2021). *Leiden*. Jakarta: Black Swan Books.
- Ratna, K. N. (2011). *Teori, metode, dan teknik penelitian sastra*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Saleh, A. A. (2018). *Pengantar psikologi*. Makassar: Penerbit Aksara Timur.
- Tarigan. (2011). *Prinsip-prinsip dasar sastra*. Bandung: Angkasa.
- Wellek, Warren. (1995). *Teori kesusastraan*. Jakarta: Gramedia.
- Wiyatmi. (2011). *Psikologi sastra, teori dan aplikasinya*. Yogyakarta: Kenwa Publisher.