

**SUASANA BATIN TOKOH DALAM NOVEL *DARI JENDELA HAUZAH*
KARYA OTONG SULAEMAN DAN PEMBELAJARANNYA
DI SMA KELAS XII**

Skripsi

**Oleh
WIDYA TRI ASTUTI**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2016**

ABSTRAK

SUASANA BATIN TOKOH DALAM NOVEL *DARI JENDELA HAUZAH* KARYA OTONG SULAEMAN DAN PEMBELAJARANNYA DI SMA KELAS XII

Oleh

WIDYA TRI ASTUTI

Masalah pada penelitian ini adalah suasana batin tokoh dalam novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman dan kaitannya dengan pembelajaran di SMA kelas XII. Tujuan penelitian ini yaitu mampu mendeskripsikan suasana batin tokoh yang terkandung dalam novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman. Selain itu, siswa mampu memahami kaitan suasana batin tokoh dalam novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman dengan pembelajaran di Sekolah Menengah Atas (SMA) kelas XII. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Sumber data dalam penelitian ini adalah novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman yang diterbitkan pada bulan Maret 2010. Data yang dianalisis pada penelitian ini berupa suasana batin kesedihan (*grief* dan *bereavement*), kesenangan, dan kemarahan, serta pembelajarannya di SMA kelas XII.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa novel *dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman di dalamnya ditemukan tiga jenis suasana batin. Tokoh yang mengalami tiga unsur suasana batin (kesedihan, kesenangan, dan kemarahan) yaitu Asep, Alifia, Askari, Dewa, dan Daniel. Tokoh yang mengalami dua unsur

suasana batin (kesedihan dan kesenangan) yaitu Syafiq Marteen, Ishak Mohsen, dan Pak Dani. Tokoh yang mengalami suasana batin kesenangan saja yaitu Kang Maman, Arfan, Zaini, Syeikh Abdullah, Taufik, Ali, Mahdi, Kadir, Haji-Ogho Gilani, dan Narges. Tokoh yang mengalami suasana batin kemarahan saja yaitu Munir, dan Sinta. Novel *dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman dapat dijadikan rancangan pembelajarannya sebagai bahan pembelajaran di SMA kelas XII semester genap karena di dalam novel tersebut tidak hanya menceritakan tentang kisah percintaan melainkan menceritakan tentang pentingnya memperoleh ilmu setinggi-tingginya sehingga cita-cita pun dapat tercapai.

Kata kunci: novel, suasana batin, rancangan pembelajaran

**SUASANA BATIN TOKOH DALAM NOVEL *DARI JENDELA HAUZAH*
KARYA OTONG SULAEMAN DAN PEMBELAJARANNYA
DI SMA KELAS XII**

**Oleh
WIDYA TRI ASTUTI**

**Skripsi
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar
SARJANA PENDIDIKAN
pada
Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia
Jurusan Pendidikan Bahasa dan Seni**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2016**

Judul Skripsi : **Suasana Batin Tokoh dalam Novel *dari Jendela Hauzah Karya Otong Sulaeman dan Pembelajarannya* di SMA Kelas XII**

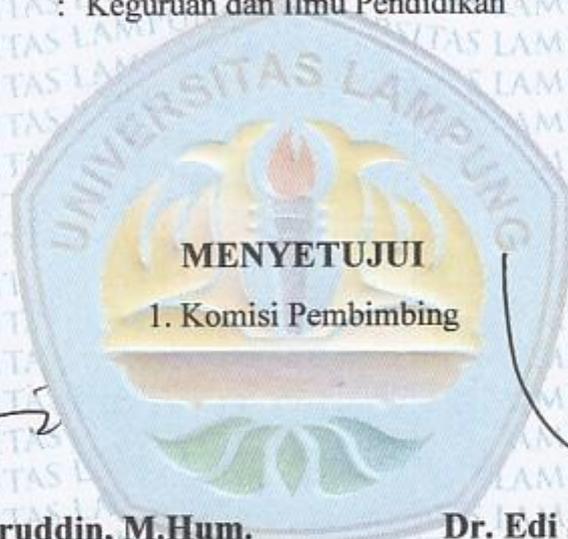
Nama Mahasiswa : **Widya Tri Astuti**

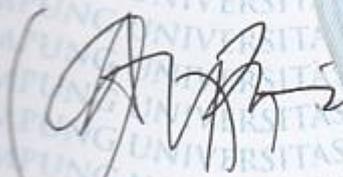
No. Pokok Mahasiswa : 1213041086

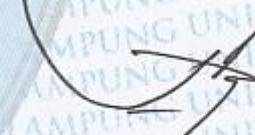
Jurusan : Pendidikan Bahasa dan Seni

Program Studi : Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia

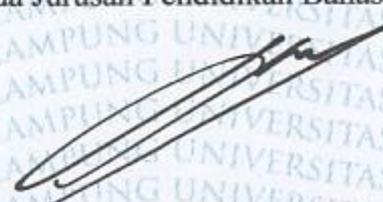
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan




Drs. Kahfie Nazaruddin, M.Hum.
NIP 19610104 198703 1 004


Dr. Edi Suyanto, M.Pd.
NIP 19630713 199311 1 001

2. Ketua Jurusan Pendidikan Bahasa dan Seni


Dr. Mulyanto Widodo, M.Pd.
NIP 19620203 198811 1 001

MENGESAHKAN

I. Tim Penguji

Ketua : Drs. Kahfie Nazaruddin, M.Hum.

Sekretaris : Dr. Edi Suyanto, M.Pd.

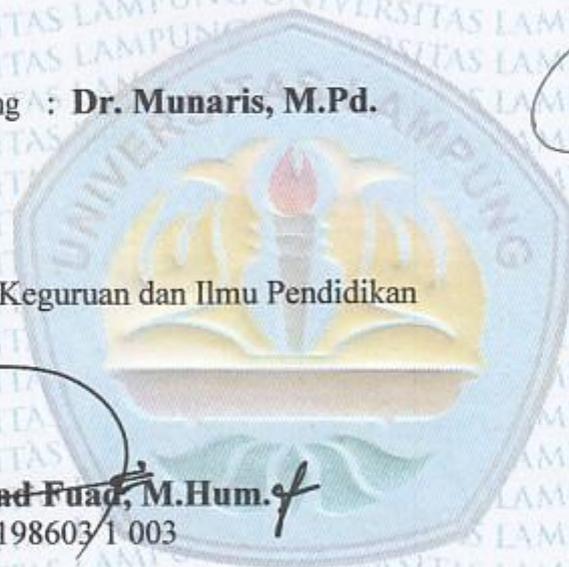
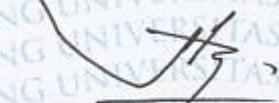
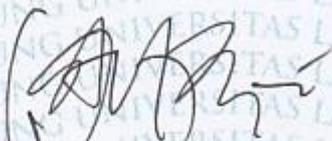
Penguji

Bukan Pembimbing : Dr. Munaris, M.Pd.

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dr. Muhammad Fuad, M.Hum.

NIP. 19590722.198603.1.003



Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 24 November 2016

SURAT PERNYATAAN

Sebagai civitas akademik Universitas Lampung, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

NPM : 1213041086
Nama : Widya Tri Astuti
Judul Skripsi : Suasana Batin Tokoh dalam Novel *Dari Jendela Hauzah*
Karya Otong Sulaeman dan Pembelajarannya di SMA Kelas XII
Program Studi : Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia
Jurusan : Pendidikan Bahasa dan Seni
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Karya tulis ini bukan saduran/terjemahan, murni gagasan, rumusan, dan pelaksanaan penelitian/implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan pembimbing akademik;
2. Di dalam karya tulis terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka;
3. Saya menyerahkan hak milik saya atas karya tulis ini kepada Universitas Lampung, dan oleh karenanya Universitas Lampung berhak melakukan pengelolaan atas karya tulis ini sesuai dengan norma hukum dan etika yang berlaku; dan
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Lampung.

Bandar Lampung, November 2016



Widya Tri Astuti
NPM 1213041086

RIWAYAT HIDUP



Penulis dilahirkan di Bandar Lampung, pada tanggal 15 April 1994. Penulis pun lahir sebagai anak ketiga dari lima bersaudara, yaitu dari Edi Suherman, BA. dan Eka Siswo Utomo. Penulis tinggal bersama keluarga di Perum. Karunia Indah Blok G2 No. 4 Kel. Sukabumi Indah Kec. Sukabumi Kota Bandar Lampung.

Pendidikan yang telah ditempuh oleh penulis adalah TK Karya Utama yang diselesaikan pada tahun 2000. Pendidikan di SD Negeri 3 Perumnas Way Kandis yang diselesaikan pada tahun 2006. Pendidikan di SMP Negeri 9 Bandar Lampung yang diselesaikan pada tahun 2009. Pendidikan di SMA Negeri 5 Bandar Lampung yang diselesaikan pada tahun 2012.

Pada tahun 2012, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Jurusan Pendidikan Bahasa dan Seni, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung melalui Jalur Undangan. Pada tahun 2015, penulis melaksanakan PPL di SMP Negeri 2 Semaka Kabupaten Tanggamus dan KKN Kependidikan Terintegrasi Unila di Pekon Garut Kecamatan Semaka Kabupaten Tanggamus. Pada bulan April – Juni tahun 2016, penulis terdaftar sebagai Tenaga Kerja Mitra Sensus Ekonomi 2016 di Badan Pusat Statistik Kota Bandar Lampung. Pada bulan Juli sampai dengan sekarang penulis terdaftar sebagai Sekretaris dan Pendamping Kepala SMK Farmasi Kesuma Bangsa Bandar Lampung.

MOTO

Berdoalah kepada Tuhanmu dengan rendah hati dan suara yang lembut.

Sungguh, Dia tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas.

(Q.S. Al-A'raf: 55)

*Maka tidak seorang pun mengetahui apa yang disembunyikan untuk mereka yaitu
(bermacam-macam nikmat) yang menyenangkan hati sebagai balasan terhadap
apa yang mereka kerjakan.*

(Q.S. As-Sajdah: 17)

PERSEMBAHAN

Saya ucapkan *Alhamdulillah*, rasa syukur dan bahagia atas nikmat yang diberikan Allah *Subhanawata'ala*, saya persembahkan karya sederhana ini untuk orang-orang yang paling berharga dalam hidup saya.

1. Ayahanda dan Ibunda tercinta, Bapak Edi Suherman, BA. dan Ibu Eka Siswo Utomo yang tak pernah lelah membimbing, mendukung, dan menuntun saya agar sampai pada asa yang paling indah, serta selalu menadahkan tangan lebih tinggi dari wajah untuk memohon kepada Allah *Subhanawata'ala* agar memperlancarkan langkah saya menuju kesuksesan.
2. Kedua kakak yang saya cintai, yaitu Brigpol Eva Karlina, S.Sos. dan Sela Efiani, SE., serta kedua adik yang saya cintai, yaitu Ayu Rizki Wahyuni dan Muhammad Akbar Bahtiar yang telah memberikan doa dan dukungan dalam menuntut ilmu, serta selalu menanti saya mencapai puncak kesuksesan.
3. Keluarga besar yang selalu menanti keberhasilan saya.
4. Bapak dan Ibu Dosen serta Staf Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia dan almamater tercinta yang telah memberikan ilmu, bimbingan agar dapat bertutur kata dengan baik, dan mampu mengembangkan serta memanfaatkan ilmu yang telah diperoleh.

SANWACANA

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Suasana Batin Tokoh dalam Novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman dan Pembelajarannya di SMA Kelas XII” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia di Universitas Lampung. Di dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis telah banyak menerima masukan, arahan, bimbingan, motivasi, dan bantuan dari berbagai pihak. Sehubungan dengan hal ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak berikut.

1. Dr. Muhammad Fuad, M.Hum. sebagai Dekan FKIP Universitas Lampung.
2. Dr. Mulyanto Widodo, M.Pd. sebagai Ketua Jurusan Pendidikan Bahasa dan Seni.
3. Drs. Kahfie Nazaruddin, M.Hum. sebagai Ketua Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Dosen Pembimbing Akademik, dan Pembimbing I (satu) yang telah membimbing, memotivasi, dan memberikan banyak ilmunya kepada saya sehingga saya mampu menyelesaikan pendidikan di Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Jurusan Pendidikan Bahasa dan Seni, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.

4. Dr. Edi Suyanto, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing II (dua) yang tak pernah hentinya menegur saya ketika saya melakukan kesalahan, tak pernah lelah memotivasi saya, dan selalu membimbing saya sehingga dapat menjadi pribadi yang lebih baik lagi.
5. Dr. Munaris, M.Pd. selaku Dosen Pembahas yang telah membimbing, memotivasi, dan selalu berbagi pengalaman kepada saya sehingga saya yakin akan memperoleh kesuksesan di kemudian hari.
6. Bapak dan Ibu Dosen serta Staf Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia yang sayangi.
7. Orang tua tersayang dan tercinta Bapak Edi Suherman, BA. dan Ibu Eka Siswo Utomo yang selalu memberikan semangat dan doa.
8. Kedua kakak yang saya cintai dan sayangi, yaitu Brigpol Eva Karlina, S.Sos. dan Sela Efiani, SE., serta kedua adik yang saya cintai, yaitu Ayu Rizki Wahyuni dan Muhammad Akbar Bahtiar yang telah memberikan doa dan dukungannya.
9. Kekasih yang saya sayangi dan cintai, Sumariansyah Eka Putra yang selalu memberikan doa dan dukungannya untuk mencapai kesuksesan bersama-sama.
10. Sahabat seperjuangan yang saya cintai dan banggakan, yaitu Maya, Ratih, Ayuli, Eka, Fitria, Putri, dan Tias yang selalu memberikan doa, dukungan, dan bimbingan sehingga saya dapat menjadi pribadi yang lebih baik lagi.
11. Hj. Nurlela Kesuma, ST sebagai Kepala SMK Farmasi Kesuma Bangsa Bandar Lampung yang telah mengizinkan saya untuk membagi waktu antara bekerja dan menyelesaikan pendidikan, serta selalu mendukung dan

memotivasi saya agar menjadi generasi muda yang mampu mengembangkan jiwa *entrepreneur* yang telah dimiliki.

12. Teman-teman seperjuangan di Batrasia angkatan 2012 yang saling membantu demi kesuksesan bersama, serta adik-adik dan kakak-kakak Batrasia yang tidak bisa disebutkan satu persatu.
13. Seluruh keluarga besarku yang telah memberikan doa dan semangat.
14. Almamater tercinta Universitas Lampung.

Semoga Allah *subhanahuwata'ala* membalas segala keikhlasan, amal, dan bantuan semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Harapan penulis semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua, terutama bagi dunia pendidikan, khususnya Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia. Amin.

Bandar Lampung, November 2016

Widya Tri Astuti

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	ii
HALAMAN JUDUL	iv
PENGESAHAN	vi
SURAT PERNYATAAN	vii
RIWAYAT HIDUP	viii
MOTO	ix
PERSEMBAHAN.....	x
SANWACANA	xi
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
 BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.5 Ruang Lingkup Penelitian.....	6
 BAB II LANDASAN TEORI	
2.1 Emosi	7
2.1.1 Pengertian Emosi	7
2.1.2 Macam-macam Emosi	8
2.1.3 Proses Terjadinya Emosi.....	10
2.1.4 Teori Emosi.....	11
2.1.5 Ekspresi Emosi.....	13
2.1.6 Perbedaan Individu dalam Ekspresi Emosi.....	20
2.1.7 Keterkaitan antara Emosi dan Suasana Batin.....	23
2.2 Suasana Batin	25
2.2.1 Kesedihan.....	26
a. Definisi Kesedihan	26
1) <i>Grief</i> (Kesedihan/Berduka)	26
2) <i>Bereavement</i> (Kehilangan)	32
b. Penyebab Kesedihan	42
c. Akibat Kesedihan	43

2.2.2 Kesenangan atau Kebahagiaan.....	44
a. Definisi Kesenangan atau Kebahagiaan	44
b. Penyebab Timbulnya Kesenangan atau Kebahagiaan	46
c. Penyebab Hidup Tidak Senang	49
d. Manfaat Kesenangan atau Kebahagiaan bagi Kesehatan.....	52
e. Cara untuk Tetap Senang atau Bahagia.....	53
f. Jenis-jenis Kesenangan atau Kebahagiaan	54
2.2.3 Kemarahan	57
a. Definisi Kemarahan.....	57
b. Penyebab Kemarahan.....	58
c. Dampak Kemarahan	63
d. Cara Mengatasi Kemarahan	67
e. Jenis-jenis Kemarahan.....	68
2.3 Novel.....	70
2.4 Unsur Intrinsik	71
2.4.1 Tema dan Amanat	71
2.4.2 Tokoh dan Penokohan.....	73
2.4.3 Alur dan Pengaluran.....	83
2.4.4 Latar dan Pelataran.....	85
2.4.5 Gaya Bahasa (<i>Style</i>)	87
2.4.6 Penceritaan atau Sudut Pandang	88
2.5 Pembelajaran Sastra di Sekolah Menengah Atas (SMA).....	96
a. Aspek Bahasa	97
b. Aspek Psikologi	97
c. Latar Belakang Budaya	98
 BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Metode Penelitian.....	100
3.2 Sumber Data dan Data	101
3.3 Teknik Pengumpulan Data.....	102
3.4 Teknik Analisis Data.....	102
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil dan Pembahasan.....	104
4.1.1 Suasana Batin Kesedihan	110
4.1.1.1 Kesedihan Jenis <i>Grief</i>	110
a. Tokoh Asep	110
b. Tokoh Alifia	113
c. Tokoh Askari.....	115
d. Tokoh Daniel.....	116
e. Tokoh Syafiq Marteen.....	118

4.1.1.2 Kesedihan Jenis <i>Bereavement</i>	121
a. Tokoh Asep	121
b. Tokoh Pak Dani	122
c. Tokoh Dewa	123
d. Tokoh Daniel.....	124
e. Tokoh Ishak Mohsen	126
4.1.2 Suasana Batin Kesenangan	128
a. Tokoh Asep	129
b. Tokoh Alifia	131
c. Tokoh Bapak Asep	133
d. Tokoh Askari.....	133
e. Tokoh Daniel.....	134
f. Tokoh Syafiq Marteen	136
g. Tokoh Dewa	138
h. Tokoh Ishak Mohsen.....	140
i. Tokoh Kang Maman, Arfan, Zaini, Taufik, Ali, Mahdi, dan Kadir.....	142
j. Tokoh Syeikh Abdullah	146
k. Tokoh Haji-Ogho Gilani dan Narges	147
4.1.3 Suasana Batin Kemarahan.....	149
a. Tokoh Asep	150
b. Tokoh Alifia	151
c. Tokoh Pak Dani.....	152
d. Tokoh Askari.....	153
e. Tokoh Daniel.....	154
f. Tokoh Dewa.....	156
g. Tokoh Munir	158
h. Tokoh Sinta	159
4.2 Sintesis Suasana Batin Tokoh dalam Novel <i>dari Jendela Hauzah</i> Karya Otong Sulaeman	162
4.3 Rancangan Pembelajaran	170
4.3.1 Identitas Mata Pelajaran	171
4.3.2 Kompetensi Dasar	172
4.3.3 Indikator Pencapaian Kompetensi	173
4.3.4 Tujuan Pembelajaran.....	174
4.3.5 Materi Ajar	174
4.3.6 Alokasi Waktu.....	176
4.3.7 Metode Pembelajaran.....	176
4.3.8 Kegiatan Pembelajaran Pertemuan Pertama	177
4.3.8.1 Kegiatan Pendahuluan.....	177
a. Motivasi dan Apersepsi.....	178
b. Penyampaian Kompetensi dan Rencana Kegiatan.....	179

4.3.8.2 Kegiatan Inti.....	180
a. Penguasaan Materi Pembelajaran.....	180
b. Penerapan Pendekatan <i>Scientific</i>	182
4.3.8.3 Kegiatan Penutup	183
4.3.9 Kegiatan Pembelajaran Pertemuan Kedua.....	184
4.3.9.1 Kegiatan Pendahuluan.....	184
a. Motivasi dan Apersepsi.....	185
b. Penyampaian Kompetensi dan Rencana Kegiatan.....	185
4.3.9.2 Kegiatan Inti.....	186
a. Penguasaan Materi Pembelajaran.....	186
b. Penerapan Pendekatan <i>Scientific</i>	188
4.3.9.3 Kegiatan Penutup	189
4.3.10 Penilaian Pembelajaran	190
a. Penilaian Kompetensi Sikap.....	191
b. Penilaian Kompetensi Pengetahuan	191
c. Penilaian Kompetensi Keterampilan	192
 BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Simpulan	193
5.2 Saran.....	194
 DAFTAR PUSTAKA	 195
LAMPIRAN.....	198

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi	98
Tabel 2. Tokoh-Tokoh pada Novel <i>dari Jendela Hauzah</i> Karya Otong Sulaeman yang Dijadikan sebagai Bahan Penelitian	105

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Cover Novel <i>Dari Jendela Hauzah</i> Karya Otong Sulaeman	199
Lampiran 2 Sinopsis Novel <i>Dari Jendela Hauzah</i> Karya Otong Sulaeman	200
Lampiran 3 Kode Data	203
Lampiran 4 Korpus Data	207
Lampiran 5 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)	298
Lampiran 6 Lembar Pengamatan Sikap	307
Lampiran 7 Lembar Pengamatan Penggunaan Bahasa	308
Lampiran 8 Lembar Kinerja Presentasi	309
Lampiran 9 Lembar Penilaian Portofolio	310

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sastra adalah suatu karangan berupa karya tulis yang berisikan pernyataan pengarang berdasarkan pemikiran atau ide, sikap, serta perasaan kehidupan kemudian dikomunikasikan terhadap pembaca. Sastra bisa dibagi menjadi sastra tertulis dan sastra lisan. Pada proposal skripsi ini sastra tidak banyak berkaitan dengan lisan, melainkan lebih terfokus pada tulisan. Salah satu karya sastra yaitu novel dan pada penelitian inilah penulis akan meneliti sebuah novel.

Novel adalah sebuah karya fiksi prosa yang tertulis dan naratif. Istilah novel dalam bahasa Indonesia berasal dari istilah *novel* dalam bahasa Inggris. Sebelumnya istilah *novel* dalam bahasa Inggris berasal dari bahasa Itali, yaitu *novella* yang dalam bahasa Jerman *novelle*. *Novella* diartikan sebuah barang baru yang kecil, kemudian diartikan sebagai cerita pendek dalam bentuk prosa (Abrams, dalam Purba, 2012: 62).

Dewasa ini, istilah *novella* atau *novelle* mengandung pengertian yang sama dengan istilah *novelette* yang berarti sebuah prosa karya fiksi yang panjangnya cukup, tidak terlalu panjang, namun tidak terlalu pendek (Purba, 2012: 62). Jadi, dapat penulis simpulkan bahwa novel adalah sebuah karya sastra berbentuk prosa yang berisikan rekaan peristiwa kehidupan yang mengandung latar, tokoh, dan

rangkaian peristiwa secara tersusun. Novel juga merupakan karya fiksi yang ditulis secara naratif yang biasanya berbentuk cerita.

Banyak sekali novel yang diterbitkan oleh para sastrawan di Indonesia. Tetapi penulis tertarik pada salah satu novel yang ditulis oleh pengarang yang memiliki wawasan yang luas, berpendidikan tinggi, serta memiliki emosi dan apresiasi yang tinggi dalam mengungkapkan ide-idenya ke dalam karya sastra. Novel yang dimaksud penulis tersebut yaitu novel *Dari Jendela Hauzah* yang ditulis oleh Otong Sulaeman.

Novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman mengisahkan tentang kisah Asep yang dilanda dilema ketika harus memilih untuk tetap membulatkan tekadnya melakukan pengembaraan spiritual ke negeri Iran dan meninggalkan calon istri yang sangat dicintainya, serta janji pekerjaan mapan dari calon mertuanya. Tidak mudah bagi Asep untuk tetap bersikukuh memegang kuat idealisme. Namun bagi Asep menuntut ilmu, terlebih lagi ilmu-ilmu agama adalah segalanya, meskipun harus menanggung perihnya luka dan buncahan kerinduan di setiap perjalanannya.

Pada saat menulis novel *Dari Jendela Hauzah*, Otong Sulaeman terinspirasi dari kata-kata yang dilantunkan oleh Ir. Soekarno (Presiden RI I) yang berbunyi, “Tujukanlah mimpimu tepat pada bintang, walaupun salah sasaran, mimpimu tetap bergantung tinggi di langit”. Berawal dari lantunan Presiden RI yang pertama inilah Otong Sulaeman termotivasi untuk menulis sebuah novel yang dapat mengajak para pembaca, terutama kalangan pelajar bahwa sebuah impian yang kita miliki harus kita raih apa pun rintangannya. Tidak semua orang dapat meraih

impian, namun hanya orang-orang yang memiliki ketekatan yang kuat saja yang mampu meraih impian.

Abdul Hadi WM dalam catatannya, *Jagat dan Estetika Sastra Sufi Nusantara* (2007) mengutip Braginsky, mengklasifikasikan karya-karya Melayu klasik ke dalam tiga kategori berdasarkan teori perenial. Pertama, karya-karya yang memaparkan sfera kamal atau penyempurnaan batin, misalnya sastra sufi. Kedua, karya-karya yang memaparkan sfera faedah, semisal karya-karya yang menebar manfaat dan mengajarkan adab kepada masyarakat. Ketiga, karya-karya yang memaparkan sfera keindahan atau kenikmatan lahir, yang termasuk dalam kategori ini adalah kisah-kisah pelipur lara (<https://otongsulaeman.wordpress.com/category/buku/>).

Klasifikasi Braginsky ini berdasar pada nilai estetika dan teori seni yang berbeda demi memenuhi fungsi yang berbeda pula, sehingga terkadang berdiri sendiri-sendiri. Namun, ketika membaca novel *Dari Jendela Hauzah* karya Otong Sulaeman, tiga bentuk sastra dengan hakikat dan fungsi yang berbeda-beda itu, tidak berdiri sendiri. Berdasarkan jalinan cerita yang dibuatnya, ketiga bentuk sastra itu saling berkaitan dan melengkapi.

Adanya pilihan-pilihan kata yang tepat, Otong Sulaeman memaparkan sfera kamal untuk menggambarkan perjalanan spritualnya layaknya seorang sufi. Pada bagian sfera faedah, ia mengajarkan adab dan nilai-nilai luhur dengan memaparkan sfera keindahan, yakni kisah-kisah pelipur lara dari para tokohnya. Berdasarkan dengan *setting* negara para Mullah, Iran, Otong Sulaeman secara baik menceritakan kisah perjalanan spiritual masing-masing tokohnya yang diselingi romansa cinta yang berbeda-beda.

Novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman menceritakan mengenai dunia Islami seperti belajar ilmu Aqidah, Fiqih, Akhlak, Nahwu, Sharaf, dan Sejarah Islam. Namun, novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman juga menceritakan tentang kisah percintaan. Di dalam novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman yang akan penulis teliti, penulis menemukan juga suasana batin berupa kegembiraan, kesedihan, dan kemarahan yang disampaikan oleh pengarang tersebut melalui tokoh-tokoh pada novel tersebut.

Suasana batin merupakan bagian dari emosi yang dialami oleh setiap manusia. Emosi adalah suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis, serta serangkaian kecenderungan untuk bertindak terhadap rangsangan dari luar dan dalam diri individu, mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya, dan perubahan perilaku pada umumnya disertai adanya ekspresi kejasmanian. Perasaan (*feeling*) seperti halnya emosi merupakan suasana batin atau suasana hati yang membentuk suatu kontinum atau garis yang merentang dari perasaan sangat senang/sangat suka sampai tidak senang/tidak suka. Perasaan timbul karena adanya rangsangan dari luar, bersifat subjektif dan temporer.

Suasana batin yang akan dibahas di dalam penelitian ini yaitu meliputi rasa kesenangan, kesedihan, dan kemarahan. Senang adalah rasa puas dan lega, tanpa rasa susah dan kecewa. Kesedihan adalah suatu emosi yang ditandai oleh perasaan tidak beruntung, kehilangan, dan ketidakberdayaan. Marah adalah rasa sangat tidak senang (karena dihina, diperlakukan tidak sepatutnya, dan sebagainya).

Suasana batin yang terdapat di dalam novel tersebut dapat membuat pembaca merasakan rasa senang, sedih, dan marah secara nyata. Pembaca pun seolah-olah

berada atau mengalami situasi seperti yang telah diceritakan pada novel tersebut. Adanya suasana batin tokoh dalam tema percintaan di dunia Islami pada novel inilah yang membuat penulis tertarik memilih novel tersebut untuk diteliti. Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang suasana batin tokoh dalam novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman dan pembelajarannya di SMA kelas XII karena di dalam novel tersebut tidak hanya menceritakan tentang kisah percintaan melainkan menceritakan tentang pentingnya memperoleh ilmu setinggi-tingginya sehingga cita-cita pun dapat tercapai.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, penulis merumuskan masalah yaitu

1. Bagaimana suasana batin tokoh dalam novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman?
2. Bagaimana kaitan suasana batin tokoh dalam novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman dengan pembelajaran di Sekolah Menengah Atas (SMA) kelas XII?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, penulis memiliki tujuan penelitian yaitu

1. Mampu mendeskripsikan suasana batin tokoh yang terkandung dalam novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman.

2. Mampu mengaitkan suasana batin tokoh dalam novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman dengan pembelajaran di Sekolah Menengah Atas (SMA) kelas XII.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat yaitu dapat mengembangkan konsep ilmu pendidikan khususnya ilmu mata pelajaran bahasa Indonesia yang berkaitan dengan kesastraan berupa mampu menganalisis unsur-unsur intrinsik novel, serta mampu menulis novel yang menarik sehingga diminati oleh pembaca.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini meliputi

1. Subjek penelitian ini adalah novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman.
2. Objek penelitian ini adalah suasana batin tokoh dalam novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman dan pembelajarannya di SMA kelas XII.

Adapun materi yang akan diteliti terdiri atas

1. suasana batin (senang, sedih, dan marah);
2. emosi;
3. novel;
4. unsur intrinsik;
5. pembelajaran sastra di Sekolah Menengah Atas (SMA).

BAB II LANDASAN TEORI

2.1 Emosi

2.1.1 Pengertian Emosi

Emosi dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (1988: 228) diartikan sebagai “Suatu keadaan dan reaksi psikologis dan fisiologis (seperti kegembiraan, kesedihan, keharuan, kecintaan, keberanian) yang bersifat subyektif”. Emosi berasal dari bahasa latin, yaitu *emovere* yang berarti bergerak menjauh. Arti kata ini menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi. Daniel Goleman (dalam Feist, 2010: 43) mengatakan bahwa emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis, dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Emosi merupakan reaksi terhadap rangsangan dari luar dan dalam diri individu. Sebagai contoh emosi gembira mendorong perubahan suasana hati seseorang, sehingga secara fisiologi terlihat tertawa, emosi sedih mendorong seseorang berperilaku menangis.

Chaplin (dalam Safaria, 2009: 87) merumuskan emosi sebagai suatu keadaan yang terangsang dari organisme mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya, dan perubahan perilaku. Emosi cenderung terjadi dalam kaitannya dengan perilaku yang mengarah (*approach*) atau menyingkir (*avoidance*) terhadap sesuatu. Perilaku tersebut pada umumnya disertai adanya ekspresi

kejasmanian sehingga orang lain dapat mengetahui bahwa seseorang sedang mengalami emosi. Jika seseorang mengalami ketakutan mukanya menjadi pucat dan jantungnya berdebar-debar. Jadi adanya perubahan-perubahan kejasmanian sebagai rangkaian dari emosi yang dialami oleh individu yang bersangkutan (Walgito, dalam Safaria, 2009: 90).

Emosi berkaitan dengan perubahan fisiologis dan berbagai pikiran. Jadi, emosi merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia, karena emosi dapat merupakan motivator perilaku dalam arti meningkatkan, tapi juga dapat mengganggu perilaku intensional manusia (Prawitasari, dalam Safaria, 2009: 93). Berdasarkan uraian di atas penulis dapat menyimpulkan bahwa emosi adalah suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis, serta serangkaian kecenderungan untuk bertindak terhadap rangsangan dari luar dan dalam diri individu, mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya, dan perubahan perilaku pada umumnya disertai adanya ekspresi kejasmanian.

2.1.2 Macam-Macam Emosi

Beberapa tokoh mengemukakan tentang macam-macam emosi, antara lain Descrates, JB Watson, dan Daniel Goleman. Menurut Descrates (dalam Feist, 2010: 46) emosi terbagi atas: *desire* (hasrat), *hate* (benci), *sorrow* (sedih/duka), *wonder* (heran), *love* (cinta), dan *joy* (kegembiraan). JB Watson (dalam Feist, 2010: 46) mengemukakan tiga macam emosi, yaitu: *fear* (ketakutan), *rage* (kemarahan), *love* (cinta). Daniel Goleman (dalam Feist, 2010: 47) mengemukakan beberapa

macam emosi yang tidak berbeda jauh dengan kedua tokoh di atas, yaitu amarah, kesedihan, rasa takut, kenikmatan, cinta, terkejut, jengkel, dan malu.

Planalp (dalam Safaria, 2009: 105) memaparkan bentuk pengungkapan emosi sebagai berikut.

- 1) Adanya isyarat raut muka, misalnya menangis ketika sedih. Pada saat menangislah orang lain tahu bahwa kita sedang mengungkapkan emosi sedih.
- 2) Adanya isyarat gerak (*gesture*), misalnya merangkul bahu sahabat sebagai ungkapan rasa sayang. Hal inilah yang menunjukkan bahwa orang tersebut mengungkapkan emosi rasa sayang terhadap sahabatnya dengan melakukan gerakan merangkul.
- 3) Pengungkapan kata-kata, misalnya menggerutu ketika menemui teman yang mengingkari janji. Ungkapan menggerutu inilah yang menunjukkan emosi kesal.
- 4) Adanya kontrol, misalnya memikirkan waktu yang tepat untuk mengungkapkan kemarahan kepada teman. Sebelum mengungkapkan kemarahan, seseorang mengontrol dirinya terlebih dahulu apakah waktunya sudah tepat untuk mengungkapkan emosi kemarahannya tersebut.

Seseorang kadang masih dapat mengontrol keadaan dirinya sehingga emosi yang dialami tidak terdetus keluar dengan perubahan atau tanda-tanda kejasmanian seperti wajah memerah ketika marah, air mata berlinang ketika sedih atau terharu. Hal ini berkaitan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Ekman dan Friesen (dalam Latifa, 2012: 102), bahwa ada tiga macam faktor yang mempengaruhi cara seseorang mengungkapkan emosinya yang dikenal dengan istilah *display rules*, yaitu *masking*, *modulation* dan *simulation*.

Masking adalah keadaan seseorang yang dapat menyembunyikan atau menutupi emosi yang dialaminya. Emosi yang dialaminya tidak terdeteksi keluar melalui ekspresi kejasmanian. Misal, seorang perawat marah karena sikap pasien yang menyepelekan pekerjaannya, kemarahan tersebut diredam atau ditutupi sehingga tidak ada gejala kejasmanian yang menyebabkan tampaknya rasa marah tersebut.

Pada modulasi (*modulation*) orang tidak dapat meredakan secara tuntas mengenai gejala kejasmaniannya, tetapi hanya mengurangi saja. Misalnya, karena marah, ia ngomel-ngomel (gejala kejasmanian) tetapi kemarahannya tidak meledak-ledak.

Pada simulasi (*simulation*) orang tidak mengalami suatu emosi, tetapi seolah-olah mengalami emosi dengan menampilkan gejala-gejala kejasmanian.

Mayer (dalam Feist, 2010: 52) menyebutkan bahwa orang cenderung menganut gaya-gaya khas dalam menangani dan mengatasi emosi mereka, yaitu sadar diri, tenggelam dalam permasalahan, dan pasrah. Melihat keadaan itu maka penting bagi setiap individu memiliki kecerdasan emosional agar menjadikan hidup lebih bermakna dan tidak menjadikan hidup yang di jalani menjadi sia-sia. Seperti yang telah diuraikan di atas, bahwa semua emosi pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak. Jadi, berbagai macam emosi itu mendorong individu untuk memberikan respon atau bertingkah laku terhadap stimulus yang ada.

2.1.3 Proses Terjadinya Emosi

Proses kemunculan emosi melibatkan faktor psikologis maupun faktor fisiologis. Kebangkitan emosi manusia pertama kali muncul akibat adanya stimulus atau sebuah peristiwa yang bisa netral, positif, ataupun negatif. Stimulus tersebut

kemudian ditangkap oleh reseptor manusia, lalu melalui otak. Manusia menginterpretasikan kejadian tersebut sesuai dengan kondisi pengalaman dan kebiasaan manusia dalam mempersepsikan sebuah kejadian. Interpretasi yang manusia buat kemudian memunculkan perubahan secara internal dalam tubuh manusia. Perubahan tersebut misalnya napas tersengal, mata memerah, keluar air mata, dada menjadi sesak, perubahan raut wajah, intonasi suara, cara menatap dan perubahan tekanan darah kita.

Pandangan teori kognitif menyebutkan emosi lebih banyak ditentukan oleh hasil interpretasi manusia terhadap sebuah peristiwa. Manusia bisa memandang dan menginterpretasikan sebuah peristiwa dalam persepsi atau penilai negatif, tidak menyenangkan, menyengsarakan, menjengkelkan, mengecewakan. Persepsi yang lebih positif seperti sebuah kewajaran, hal yang indah, sesuatu yang mengharukan, atau membahagiakan. Interpretasi yang manusia buat atas sebuah peristiwa mengkondisikan dan membentuk perubahan fisiologis manusia secara internal, ketika manusia menilai sebuah peristiwa secara lebih positif maka perubahan fisiologisnya pun menjadi lebih positif (<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/27243/4/Chapter%20II.pdf>).

2.1.4 Teori Emosi

Wahdaniah (2010) mengungkapkan bahwa para ahli telah mengemukakan beberapa teori dalam upaya menjelaskan timbulnya gejala emosi. Beberapa teori emosi tersebut yaitu sebagai berikut.

a. Teori Emosi Dua Faktor *Schachter Singer*

Teori ini dikenal sebagai teori yang paling klasik yang berorientasi pada rangsangan. Reaksi fisiologi dapat saja seperti hati berdebar, tekanan darah naik, nafas bertambah cepat, adrenalin dialirkan dalam darah. Jika rangsangannya menyenangkan seperti diterima di perguruan tinggi idaman, emosi yang timbul dinamakan senang, sebaliknya, jika rangsangannya membahayakan misalnya melihat ular berbisa, emosi yang timbul dinamakan takut.

b. Teori Emosi *James Lange*

Teori ini menjelaskan bahwa emosi adalah hasil persepsi seseorang terhadap perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuh sebagai respon terhadap berbagai rangsangan yang datang dari luar. Jika seseorang misalnya melihat harimau, reaksinya adalah peredaran darah makin cepat karena denyut jantung makin cepat dan paru-paru lebih cepat memompa udara. Respon tubuh ini kemudian dipersepsikan dan timbullah rasa takut. Rasa takut timbul oleh hasil pengalaman dan proses belajar. Orang bersangkutan dari hasil pengalamannya telah mengetahui bahwa harimau adalah makhluk yang berbahaya, karena itu debaran jantung dipersepsikan sebagai rasa takut.

c. Teori Emosi “*Emergency*” *Cannon*

Teori ini menyatakan emosi timbul bersama-sama dengan reaksi fisiologi. Teori *cannon* kemudian diperkuat oleh Philip Bard, sehingga kemudian lebih dikenal dengan teori *cannon bard* atau teori *emergency*. Teori ini mengatakan pula bahwa

emosi adalah reaksi yang diberikan oleh organisme dalam situasi darurat atau *emergency*. Teori ini didasarkan pada pendapat bahwa ada antagonisme antara saraf-saraf simpatis dengan cabang-cabang *cranial* dan *sacral* daripada susunan saraf otonom. Jadi, kalau saraf-saraf simpatif aktif, saraf otonom nonaktif, dan begitu sebaliknya.

2.1.5 Ekspresi Emosi

Goleman (dalam Latifa, 2012: 57) merujuk istilah ekspresi (pengungkapan) emosi sebagai suatu perasaan dan pikiran-pikiran khas, suatu keadaan biologis dan psikologis, dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Gross dan John (dalam Safaria, 2009: 77) menjelaskan bahwa pengungkapan emosi berkaitan dengan penilaian terhadap situasi dan status internal. Individu yang tidak mampu menilai hubungan antara situasi dan perasaannya tidak akan mampu mengungkapkan emosinya.

Bagi beberapa orang tidak mudah untuk membiarkan orang lain mengetahui siapa dirinya, apa yang dirasakan atau apa yang dipikirkan. Individu mungkin takut jika orang lain benar-benar mengetahui dirinya, dan berpikir bahwa ia mungkin ditolak sebagai teman dan ditolak dari orang-orang yang dicintainya. Oleh karena itu individu berhati-hati terhadap dirinya dan hubungannya dengan membatasi pikiran dan perasaan-perasaan yang dikemukakannya. Terdapat beberapa komponen yang mempengaruhi individu dalam pengungkapan emosi ini, antara lain bagaimana bentuk peristiwa yang terjadi, bagaimana evaluasinya terhadap situasi, perubahan

fisiologisnya, tendensi tindakannya, regulasi, kondusif atau tidaknya lingkungan dan pengalaman emosi yang pernah dialaminya.

Ada dua cara dalam mengungkapkan emosi. Cara pertama yaitu emosi diungkapkan secara verbal dengan penuh kesadaran. Cara ini bahasa yang digunakan harus sarna, termasuk pengertian akan kata-kata yang digunakannya. Apabila bahasa yang digunakan sama tetapi kata-kata yang digunakan diartikan lain maka komunikasi juga akan terganggu. Ekspresi verbal misalnya menulis dalam kata-kata, berbicara tentang emosi yang dialami, dan lainnya.

Cara kedua yang sangat sering dilakukan orang yakni emosi tidak dikatakan tetapi diungkapkan secara nonverbal. Ekspresi nonverbal misalnya perubahan ekspresi wajah, ekspresi vokal atau (nada suara dan urutan pengucapan), perubahan fisiologis, gerak dan isyarat tubuh, dan tindakan-tindakan emosional. Amok/ amuk adalah salah satu bentuk pengungkapan emosi secara nonverbal yang ekstrem dan sifatnya patologis. Istilah ini sekarang telah menjadi istilah psikiatri yang sifatnya universal.

Sementara menurut Latifa (2012: 60) terdapat tiga macam ekspresi emosi yang dikenal, yaitu sebagai berikut.

a. *Startle Response* atau Reaksi Terkejut di Awal

Reaksi ini merupakan sesuatu yang ada pada setiap orang dan didapat sejak lahir (*inborn*). Jadi, tidak dipengaruhi oleh pengalaman masing-masing individu. Oleh karena itu reaksi terkejut ini sama pada setiap orang, yaitu menutup mata, mulut melebar, dan kepala serta leher bergerak ke depan.

b. Ekspresi Wajah Dan Suara (*Facial And Vocal Expression*)

Bagaimana keadaan emosi seseorang dinyatakan melalui wajah dan suara. Melalui perubahan wajah dan suara kita bisa membedakan orang-orang yang sedang marah, gembira dan sebagainya. Ekspresi wajah atau mimik adalah hasil dari satu atau lebih gerakan atau posisi otot pada wajah. Ekspresi wajah merupakan salah satu bentuk komunikasi nonverbal dan dapat menyampaikan keadaan emosi dari seseorang kepada orang yang mengamatinya. Ekspresi wajah merupakan salah satu cara penting dalam menyampaikan pesan sosial dalam kehidupan manusia. Namun, hal tersebut juga terjadi pada mamalia lain dan beberapa spesies hewan lainnya.

Menurut Darwin (dalam Latifa, 2012: 98), menyatakan bahwa ekspresi wajah yang ditampilkan oleh tiap individu berbeda berdasarkan emosi yang mereka alami. Dilihat dari ekspresi wajah seseorang, individu dapat menyampaikan informasi tentang keadaan emosi mereka. Ekspresi wajah yang ditampilkan individu dapat dipengaruhi oleh pengalaman-pengalaman, informasi-informasi, dan budaya yang telah diterima oleh individu tersebut.

Paul Ekman dan koleganya (dalam Latifa, 2012: 100) telah melakukan penelitian mengenai ekspresi emosi yang dimiliki oleh individu dari beberapa latar belakang budaya yang berbeda-beda, yaitu: Amerika Serikat, Brazil, Chile, Argentina, dan Jepang. Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa ekspresi wajah tertentu memiliki makna universal, tanpa memandang kultur tempat individu yang bersangkutan dibesarkan. Ekspresi yang diteliti adalah ekspresi kegembiraan (*happiness*), rasa jijik (*disgust*), terkejut (*surprise*), kesedihan (*sadness*), kemarahan (*anger*), dan ketakutan (*fear*). Pada hasil penelitian tersebut

menunjukkan bahwa setiap negara yang diteliti memiliki ekspresi kemarahan yang sama, yaitu dengan menunjukkan ciri-ciri wajah memerah, kening berkerut, lubang hidung membesar, dan rahang mengatup.

Sebagian ekspresi wajah dapat diketahui maksudnya dengan mudah. Namun, beberapa ekspresi lainnya sulit diartikan, misalnya ketakutan dan kejjikan kadang sulit dibedakan. Selain itu, kadang-kadang suatu wajah dapat disalahartikan mengalami emosi tertentu, karena susunan otot-otot wajah orang tersebut secara alami menyerupai wajah seseorang yang mengalami ekspresi tertentu, misalnya wajah seseorang yang tampak selalu tersenyum. Wajah memang lebih sering bisa memberikan pesan emosional yang salah dibandingkan suara, meskipun itu tidak pernah bisa seluruhnya dihilangkan. Bahkan ketika mendengarkan dan tidak berbicara, sebuah tanda yang halus dari sebuah ekspresi pun bisa tertangkap.

Wajah atau muka itu sendiri adalah bagian depan dari kepala, pada manusia meliputi wilayah dari dahi hingga dagu, termasuk rambut, dahi, alis, mata, hidung, pipi, mulut, bibir, gigi, kulit, dan dagu. Wajah terutama digunakan untuk ekspresi wajah, penampilan, serta identitas. Ekspresi vokal dapat berupa nada suara dan urutan pengucapan. Biasanya nada suara vokal seseorang akan berubah mengiringi emosi yang dialami.

Seseorang yang marah nada suaranya akan meninggi. Mereka yang bahagia akan lepas dan lancar. Mereka yang sedih mungkin terbata-bata. Tidak jarang kita tahu emosi yang dialami seseorang hanya dari nada suaranya saja. Suara sama pentingnya dengan ekspresi wajah, tetapi berbeda: wajah selalu bisa diobservasi kecuali kalau individu memakai topeng atau selubung (mencoba menyembunyikan

emosi). Namun, suara adalah sebuah sistem yang tidak teratur yang biasanya bisa dihentikan sesuai kehendak.

c. Sikap Dan Gerak Tubuh (*Posture And Gesture*)

Sikap dan gerak tubuh juga merupakan ekspresi dari keadaan emosi. Ini sangat dipengaruhi oleh keadaan kebudayaan di mana individu hidup dan pendidikan yang bagaimana yang didapat individu dari orang tuanya. Jadi, ekspresi emosi dalam sikap dan gerak tubuh ini dapat berbeda-beda antara satu individu dengan individu lainnya. Emosi marah misalnya, ada individu yang mengekspresikannya dengan cara mengepal-ngepalkan tangan, memukul meja, namun ada juga individu yang marah dengan cara menarik-narik rambut orang lain.

Pada anak-anak terdapat suatu reaksi marah yang disebut *temper-tantrums* yakni gerakan-gerakan berguling-guling di lantai (tanah). Ekspresi emosi yang sedang jatuh cinta misalnya, dapat dilihat sikap dan gerak tubuh yang gugup, banyak melakukan gerakan yang tidak perlu, sering melakukan kesalahan gerak atau ketidakperluan gerak tertentu, melakukan tatapan yang lebih sering, mencondongkan duduk ke arah lawan bicara yang dicintainya, dan lain-lain. Saat merasakan emosi takut, kaki serta tangan gemetar, posisi tubuh membungkuk, memalingkan badan atau wajah dari objek yang ditakuti.

Emosi marah, sedih, senang, takut, dan emosi lainnya sering diungkapkan melalui ekspresi wajah, gerak tangan, tubuh, ataupun nada suara. Ekspresi nonverbal banyak berhubungan dengan situasi budaya setempat dan perubahan fisiologis banyak menentukan kesehatan orang. Kaitan erat situasi budaya dan proses

fisiologis ini membuat emosi sebagai salah satu indikator kesehatan individu. Hal tersebut perlu diteliti pengungkapan dan pengartian emosi secara nonverbal. Pengungkapan dan pengartian yang tepat akan menunjang kesehatan dan hubungan antara manusia satu dengan lainnya. Dicapainya dua hal penting dalam kehidupan manusia akan menunjang kesejahteraan mereka. Hal ini penting untuk menunjang kerjasama di antara masyarakat dengan beda latar budaya.

Hasil penelitian Keltner, Kring, & Bonanno (dalam Latifa, 2012: 104) telah menunjukkan pula bahwa secara teoritis ekspresi wajah berhubungan secara signifikan dengan penyesuaian setelah kematian pasangan, dalam hubungan jangka panjang, dan dalam konteks gangguan psikologis kronik. Mereka mengkaji bukti yang menunjukkan bahwa ungkapan emosi melalui ekspresi wajah berkaitan dengan hasil proses interpersonal dan sosial. Mereka mengungkapkan bahwa ekspresi emosi di wajah merupakan tanda dunia dalam dan mediator dunia sosial. Kemampuan untuk bereaksi secara emosional sudah ada pada bayi yang baru lahir.

Gejala pertama perilaku emosional ialah keterangsangan umum terhadap stimulasi yang kuat. Keterangsangan yang berlebih-lebihan ini tercermin dalam berbagai aktivitas pada bayi yang baru lahir. Kemampuan mengekspresikan emosi pada manusia adalah kemampuan yang harus dipelajari. Oleh karena itu stimulasi emosi yang tepat dan akurat terhadap konteks perlu diajarkan pada anak-anak sejak dini agar mereka dapat beremosi dengan tepat semasa berhubungan dengan dunia sekitarnya di masa dewasa. Di dalam pengeksresiannya, semua jenis emosi dapat diekspresikan melalui cara yang positif dan negatif (Simpson, Collins, Tran, &

Haydon, dalam Latifa, 2012: 105). Hal tersebut akan dijelaskan pada uraian berikut.

a. Ekspresi Positif

Ekspresi positif merupakan kemampuan individu dalam mengutarakan apa yang dirasakan, membiarkan orang lain mengetahui apa yang dirasakan dan dipikirkan serta dialaminya. Individu yang mampu menampilkan atau mengekspresikan dirinya dengan jalan yang positif ini biasanya tidak takut akan penolakan meskipun ada konsekuensi pandangan buruk dari orang lain akan pikiran dan perasaan yang diekspresikan tersebut. Individu ini juga cenderung memiliki tingkat kepercayaan yang tinggi terhadap orang lain, yakni merupakan keadaan di mana individu mempunyai kemauan untuk terbuka satu sama lain dengan orang lain. Individu merasa bahwa apapun perasaan-perasaan atau informasi yang ia bagi/kemukakan (*share*) tidak akan dikritik dan merasa tetap aman berada pada orang yang dipercayainya.

Simpson, Collins, Tran, dan Haydon (dalam Latifa, 2012: 105) menambahkan bahwa individu yang mampu menampilkan ekspresi positif atas pengalaman emosional yang dirasakannya biasanya juga dicirikan dengan kesediaannya mendengarkan lawan bicara, responsif, dan memberikan dukungan atas perasaan-perasaan yang diutarakan oleh orang lain. Individu ini juga tulus dalam berelasi dengan orang lain dan merasa penuh syukur atas kondisi diri maupun kondisi temannya dalam keadaan seperti apapun.

b. Ekspresi negatif

Ekspresi negatif merupakan kondisi di mana individu menampilkan bentuk-bentuk pengalaman emosi (baik emosi positif dan negatif) melalui cara-cara yang disfungsi, merusak, atau menyakiti orang lain. Individu mengalami kondisi emosi tertentu (bahagia, sedih, marah, cemburu, kebencian dan sebagainya) kemudian ditampilkan dalam perilakunya pada orang lain. Namun, sifatnya destruktif, menyakiti orang lain dan tidak tepat sasaran. Individu yang menampilkan ekspresi emosi secara negatif ini tampak kekurangan kendali personal. Bisa pula berlaku sebaliknya, di mana individu kehilangan kepercayaan diri, sehingga memendam emosi yang dirasakannya dan tidak berani mengutarakan/menampilkan pada lawan interaksinya.

Menurut Simpson, Collins, Tran, & Haydon (dalam Latifa, 2012: 106) individu yang sering menampilkan ekspresi emosi secara negatif biasanya juga tidak mandiri dan cenderung bergantung secara ekstrim pada orang lain, kurang memiliki kendali personal dan interpersonal. Perasaan-perasaan negatif jadi lebih banyak menguasai individu yang terbiasa menggunakan ekspresi negatif ini. Perasaan atau pengalaman emosi negatif yang terjadi cenderung dibesar-besarkan dan merasa sangat buruk atas dirinya sendiri serta senantiasa menyalahkan orang lain.

2.1.6 Perbedaan Individu dalam Ekspresi Emosi

Brehm, Miller, Perlman, dan Campbell (dalam Henslin, 2006: 74) menjelaskan tentang perbedaan antara pria dan wanita dalam hal mengekspresikan perasaan. Perbedaan ini lebih dilandasi oleh peran *gender* antara pria dan wanita, bukan

secara kondisi seksual biologis. Menurutnya, perempuan cenderung lebih ekspresif dalam mengutarakan perasaan dan isi hatinya, utamanya pada orang yang dipercaya. Sementara pada pria, cenderung sulit mengutarakan isi hati dan mengekspresikan perasaan secara terbuka. Kecuali pada pria androgini, di mana unsur sisi feminimnya lebih banyak dibanding pria tradisional (*macho man*). Pria tradisional cenderung mengutarakan isi hati seperlunya dan dangkal, pria androgini dapat dengan mudah untuk bersikap asertif dan hangat/akrab pada lawan bicaranya.

Perbedaan lainnya yang lebih jelas ialah pria dalam mengutarakan isi hatinya lebih menekankan pada faktor kejelasan kalimat dan langsung pada sasaran (orientasi rasionalitas). Perempuan lebih senang mengutarakan isi hatinya secara panjang lebar sambil tak lupa melibatkan sisi emosional mereka dengan cara menangis, marah, dan bentuk ekspresi lainnya. Selain itu, perbedaan dalam ekspresi emosi juga banyak ditentukan oleh kelekatan (*attachment*) individu di masa lalu.

Bowlby (dalam Henslin, 2006: 74) mengatakan bahwa ekspresi emosi biasanya berakar dari pengalaman keterhubungan di masa lalu terhadap *care giver* (orang tua) yang berperan sebagai *significant person*. Kemudian hal ini diteruskan dan berkembang selama melalui masa remaja hingga dewasa. Saat anak memiliki suatu ikatan emosional yang kuat dengan figur orang tua, ia akan mengembangkan interaksi yang sehat pada orang yang mempunyai arti khusus dalam kehidupannya di masa dewasa.

Individu juga dapat mengembangkan dengan lebih baik kepercayaan dan keamanan yang menjadi dasar dalam hubungan sosialnya di masa dewasa. Proses ini dinamakan Bowlby sebagai bentuk kelekatan (*attachment*). Ainsworth (dalam

Henslin, 2006: 75) mengatakan bahwa kelekatan adalah ikatan emosional yang dibentuk seorang individu dengan orang lain yang bersifat spesifik, mengikat mereka dalam suatu kedekatan yang bersifat kekal sepanjang waktu. Terdapat 3 bentuk gaya kelekatan, yaitu *secure* dan *insecure* (terbagi menjadi *anxiety* dan *avoidant*).

Attachment berkaitan dengan ekspresi emosi sejak individu masih kecil hingga tahapan perkembangan selanjutnya (Henslin, 2006: 72). Hal ini dapat dijelaskan melalui pola hubungan orangtua dan anak. Individu dengan tipe kelekatan *secure* ditandai dengan kenyamanan untuk berdekatan, berakrab-akrab dan terdapat saling kebutuhan, cenderung banyak mengalami pengalaman emosi yang positif dan sedikit pengalaman emosi negatif. Lebih jauh mereka yang *secure*, mampu mengelola pengalaman emosi negatif, di mana saat terjadi suatu hal yang tidak menyenangkan mereka cukup percaya diri dengan kemampuannya dan apabila dirasa membutuhkan bantuan orang lain, maka ia mampu mencari bantuan untuk kenyamanan dan dukungan sosial, dan hal ini membuatnya dapat tetap tenang/stabil.

Individu dengan *insecure attachment* (terbagi menjadi jenis *avoidant* dan *anxiety*) ditandai dengan ketidakmampuan mengutarakan kebutuhan pada orang lain, kurang kemampuan dalam memperhatikan atau tidak butuh diperhatikan, kurang memiliki keterikatan emosional, kurangnya kepercayaan pada orang lain, tidak sensitif atas kebutuhan orang lain (Henslin, 2006: 72). Individu juga dapat mengembangkan kebencian dan dendam yang berlebihan terhadap orang lain saat terjadi konflik. Hal ini dipengaruhi oleh pola *attachment* yang dialaminya di masa lalu. Jika di masa

kecil individu mengalami pengabaian dan tidak dekat dengan figur orang tua. Maka yang akan terjadi di masa dewasa saat menjalin relasi sosial adalah bentuk ekspresi negatif dari pengalaman-pengalaman emosionalnya dan penyelesaian konflik yang buruk.

2.1.7 Keterkaitan antara Emosi dan Suasana Batin

Di dalam kehidupan sehari-hari, emosi sering diistilahkan juga dengan perasaan. Misalnya, seorang siswa hari ini ia merasa senang karena dapat mengerjakan semua pekerjaan rumah (PR) dengan baik. Siswa lain mengatakan bahwa ia takut menghadapi ujian. *Senang* dan *takut* berkenaan dengan perasaan, kendati dengan makna yang berbeda. *Senang* termasuk perasaan, sedangkan *takut* termasuk emosi.

Perasaan menunjukkan suasana batin yang lebih tenang dan tertutup karena tidak banyak melibatkan aspek fisik, sedangkan emosi menggambarkan suasana batin yang dinamis dan terbuka karena melibatkan ekspresi fisik. Perasaan (*feeling*) seperti halnya emosi merupakan suasana batin atau suasana hati yang membentuk suatu kontinum atau garis yang merentang dari perasaan sangat senang/sangat suka sampai tidak senang/tidak suka. Perasaan timbul karena adanya rangsangan dari luar, bersifat subjektif dan temporer. Misalnya, sesuatu yang dirasakan indah oleh seseorang pada waktu melihat sesuatu lukisan, mungkin tidak indah baginya beberapa tahun yang lalu, dan tidak indah bagi orang lain. Ada juga perasaan bersifat menetap menjadi suatu kebiasaan dan membentuk adat-istiadat. Misalnya, orang Padang senang makan pedas, orang Sunda senang makan sayur/lalap sambal.

Emosi merupakan perpaduan dari beberapa perasaan yang mempunyai intensitas relatif tinggi dan menimbulkan suatu gejala suasana batin. Seperti halnya perasaan, emosi juga membentuk suatu kontinum atau garis yang bergerak dari emosi positif sampai negatif. Minimal ada empat ciri emosi yaitu :

1. Pengalaman emosional bersifat pribadi/subjektif, ada perbedaan pengalaman antara individu yang satu dengan lainnya.
2. Ada perubahan secara fisik (kalau marah jantung berdetak lebih cepat).
3. Diekspresikan dalam perilaku seperti takut, marah, sedih, dan bahagia.
4. Sebagai motif, yaitu tenaga yang mendorong seseorang melakukan kegiatan, misalnya orang yang sedang marah mempunyai tenaga dan dorongan untuk memukul atau merusak barang, (Kurnia, 2008: 23).

Emosi adalah sebagai suatu suasana yang kompleks (*a complex feeling state*) dan getaran jiwa (*a strid up state*) yang menyertai atau munculnya sebelum dan sesudah terjadinya perilaku, (Sunarto & Agung, 2005: 114). Menurut Rumambay, bahwa emosi itu timbul karena pengaruh perubahan jasmaniah atau kegiatan individu. Misalnya, menangis itu karena sedih, tertawa itu karena gembira. Menurut Kurnia bahwa emosi disebabkan oleh pekerjaan yang terlampau keras dari susunan syaraf terutama otak, misalnya apabila individu mengalami frustrasi, susunan syaraf bekerja sangat keras yang menimbulkan sekresi kelenjar-kelenjar tertentu yang dapat mempertinggi pekerjaan otak, maka hal itu menimbulkan emosi. Berikut akan dijelaskan mengenai suasana batin pada sub bab selanjutnya.

2.2 Suasana Batin

Suasana batin merupakan bagian dari emosi yang dialami oleh setiap manusia. Emosi adalah suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis, serta serangkaian kecenderungan untuk bertindak terhadap rangsangan dari luar dan dalam diri individu, mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya, dan perubahan perilaku pada umumnya disertai adanya ekspresi kejasmanian. Perasaan (*feeling*) seperti halnya emosi merupakan suasana batin atau suasana hati yang membentuk suatu kontinum atau garis yang merentang dari perasaan sangat senang/sangat suka sampai tidak senang/tidak suka. Perasaan timbul karena adanya rangsangan dari luar, bersifat subjektif dan temporer.

Suasana adalah keadaan sekitar atau dalam suatu lingkungan, serta keadaan suatu peristiwa. Latar suasana yaitu situasi apa saja yang terjadi ketika tokoh atau pelaku melakukan sesuatu. Misalnya, saat galau, gembira, lelah, dan sebagainya. Batin adalah sesuatu yang terdapat di dalam hati, sesuatu yang menyangkut jiwa (perasaan hati), atau sesuatu yang tersembunyi. Berdasarkan pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa suasana batin adalah sebuah perasaan yang dialami oleh semua manusia setiap saat yang berasal dari jiwa manusia tersebut.

Suasana batin mencakup banyak hal seperti rasa galau, gembira, lelah, sedih, dan sebagainya. Namun, pada penelitian ini penulis lebih memfokuskan pada tiga hal saja yaitu mengenai rasa sedih, senang, dan marah. Hal ini terjadi karena pada novel *Dari Jendela Hauzah* karya Otong Sulaeman suasana batin yang lebih sering dialami oleh para tokoh yaitu rasa sedih, senang, dan marah. Ketiga hal tersebut akan diuraikan sebagai berikut.

2.2.1 Kesedihan

a. Definisi Kesedihan

Menurut Suseno (2004: 65) kesedihan merupakan reaksi negatif di dalam hati seseorang terhadap suatu keadaan yang dihadapi dengan memikirkan lebih lanjut tentang akibat-akibat dari keadaan yang terjadi tersebut yang kemudian menciptakan sikap-sikap negatif dalam kehidupan orang tersebut. Jadi, kesedihan bukanlah keadaan namun reaksi dalam menghadapi keadaan. Penulis menyimpulkan bahwa kesedihan adalah suatu emosi yang ditandai oleh perasaan tidak beruntung, kehilangan, dan ketidakberdayaan.

Saat sedih, manusia sering menjadi lebih diam, kurang bersemangat, dan menarik diri. Kesedihan mungkin merupakan bentuk perasaan yang paling dihindari oleh setiap orang. Namun pada kenyataannya, tak ada satu orang pun yang tak pernah merasa sedih. Umumnya, kesedihan yang dirasakan manusia terbagi dua, yaitu *grief* atau kesedihan/berduka dan *bereavement* atau kehilangan. Hal tersebut akan diuraikan sebagai berikut.

1) *Grief* (Kesedihan/Berduka)

a) Definisi *grief*

Grief adalah kondisi psikologis-emosional yang dirasakan seseorang setelah kehilangan sesuatu yang berharga, baik yang abstrak maupun nyata, misalnya putus cinta, kehilangan pekerjaan, kehilangan pemasukan, dan sebagainya (Suseno, 2004: 67). *Grief* adalah respon emosi yang diekspresikan terhadap kehilangan yang dimanifestasikan adanya perasaan sedih, gelisah, cemas, sesak nafas, susah tidur, dan lain-lain (<http://akperla.blogspot.co.id/2013/09/loss->

[and-grieving.html](#)). *Grief* merupakan respon normal pada semua kejadian kehilangan.

Ada dua tipe dari *grief* yaitu berduka diantisipasi dan berduka disfungsional. Berduka diantisipasi adalah suatu status yang merupakan pengalaman individu dalam merespon kehilangan yang aktual ataupun yang dirasakan seseorang, hubungan/kedekatan, objek atau ketidakmampuan fungsional sebelum terjadinya kehilangan. Tipe ini masih dalam batas normal. Berduka disfungsional adalah suatu status yang merupakan pengalaman individu yang responnya dibesar-besarkan saat individu kehilangan secara aktual maupun potensial, hubungan, objek, dan ketidakmampuan fungsional. Tipe ini kadang-kadang menjurus ke tipikal, abnormal, atau kesalahan/kekacauan.

b) Jenis-jenis *grief*

Grief (kesedihan/berduka) terdiri dari empat jenis, yaitu sebagai berikut.

- Berduka normal, terdiri atas perasaan, perilaku, dan reaksi yang normal terhadap kehilangan. Misalnya, kesedihan, kemarahan, menangis, kesepian, dan menarik diri dari aktivitas untuk sementara.
- Berduka antisipatif, yaitu proses melepaskan diri yang muncul sebelum kehilangan atau kematian yang sesungguhnya terjadi. Misalnya, ketika menerima diagnosis terminal, seseorang akan memulai proses perpisahan dan menyesuaikan berbagai urusan di dunia sebelum ajalnya tiba.
- Berduka yang rumit, dialami oleh seseorang yang sulit untuk maju ke tahap berikutnya, yaitu tahap kedukaan normal. Masa berkabung seolah-olah

tidak kunjung berakhir dan dapat mengancam hubungan orang yang bersangkutan dengan orang lain.

- Berduka tertutup, yaitu kedudukan akibat kehilangan yang tidak dapat diakui secara terbuka. Contohnya: Kehilangan pasangan karena AIDS, anak mengalami kematian orang tua tiri, atau ibu yang kehilangan anaknya di kandungan atau ketika bersalin.

c) Teori dari proses *grief*

Tidak ada cara yang paling tepat dan cepat untuk menjalani proses berduka. Konsep dan teori berduka hanyalah alat yang hanya dapat digunakan untuk mengantisipasi kebutuhan emosional klien dan keluarganya dan juga rencana intervensi untuk membantu mereka memahami kesedihan mereka dan mengatasinya.

- Teori Engels

Menurut Engel (yang diakses pada <http://akperla.blogspot.co.id/2013/09/loss-and-grieving.html>) proses *grief* mempunyai beberapa fase yang dapat dialokasikan pada seseorang yang sedang berduka maupun menjelang ajal.

- Fase I (*shock* dan tidak percaya): Seseorang menolak kenyataan atau kehilangan dan mungkin menarik diri, duduk malas, atau pergi tanpa tujuan. Reaksi secara fisik termasuk pingsan, diaporesis, mual, diare, detak jantung cepat, tidak bisa istirahat, insomnia, dan kelelahan.
- Fase II (berkembangnya kesadaran): Seseorang mulai merasakan kehilangan secara nyata/akut dan mungkin mengalami putus asa. Kemarahan, perasaan bersalah, frustrasi, depresi, dan kekosongan jiwa tiba-tiba terjadi.

- Fase III (*restitusi*): Berusaha mencoba untuk sepakat/damai dengan perasaan yang hampa/kosong, karena kehilangan masih tetap tidak dapat menerima perhatian yang baru dari seseorang yang bertujuan untuk mengalihkan kehilangan seseorang.
- Fase IV: Menekan seluruh perasaan yang negatif dan bermusuhan terhadap almarhum. Bisa merasa bersalah dan sangat menyesal tentang kurang perhatiannya di masa lalu terhadap almarhum.
- Fase V: Kehilangan yang tak dapat dihindari harus mulai diketahui/diadari. Sehingga pada fase ini diharapkan seseorang sudah dapat menerima kondisinya. Kesadaran baru pun telah berkembang.

- Teori Kubler-Ross

Kerangka kerja yang ditawarkan oleh Kubler-Ross (2009: 167) adalah berorientasi pada perilaku dan menyangkut lima tahap, yaitu sebagai berikut.

- Penyangkalan (*denial*): Individu bertindak seperti seolah tidak terjadi apa-apa dan dapat menolak untuk mempercayai bahwa telah terjadi kehilangan. Pernyataan seperti “Tidak, tidak mungkin seperti itu,” atau “Tidak akan terjadi pada saya!” umum dilontarkan klien.
- Kemarahan (*anger*): Individu mempertahankan kehilangan dan mungkin bertindak lebih pada setiap orang dan segala sesuatu yang berhubungan dengan lingkungan. Pada fase ini orang akan lebih sensitif sehingga mudah sekali tersinggung dan marah. Hal ini merupakan koping individu untuk menutupi rasa kecewa dan merupakan manifestasi dari kecemasannya menghadapi kehilangan.

- Penawaran (*bargaining*): Individu berupaya untuk membuat perjanjian dengan cara yang halus atau jelas untuk mencegah kehilangan. Pada tahap ini, klien sering kali mencari pendapat orang lain.
- Depresi (*depression*): Terjadi ketika kehilangan disadari dan timbul dampak nyata dari makna kehilangan tersebut. Tahap depresi ini memberi kesempatan untuk berupaya melewati kehilangan dan mulai memecahkan masalah.
- Penerimaan (*acceptance*): Reaksi fisiologi menurun dan interaksi sosial berlanjut. Kubler-Ross mendefinisikan sikap penerimaan ada bila seseorang mampu menghadapi kenyataan dari pada hanya menyerah pada pengunduran diri atau berputus asa.

- Teori Martocchio

Martocchio berpendapat (yang diakses pada <http://akperla.blogspot.co.id/2013/09/loss-and-grieving.html>) bahwa menggambarkan lima fase kesedihan yang mempunyai lingkup yang tumpang tindih dan tidak dapat diharapkan. Durasi kesedihan bervariasi dan bergantung pada faktor yang mempengaruhi respon kesedihan itu sendiri. Reaksi yang terus menerus dari kesedihan biasanya reda dalam 6 – 12 bulan dan berduka yang mendalam mungkin berlanjut sampai 3 – 5 tahun.

- Teori Rando

Rando berpendapat (yang diakses pada <http://akperla.blogspot.co.id/2013/09/loss-and-grieving.html>) bahwa mendefinisikan respon *grief* menjadi tiga kategori, yaitu:

- Penghindaran, pada tahap ini terjadi shock, menyangkal dan tidak percaya.
- Konfrontasi, pada tahap ini terjadi luapan emosi yang sangat tinggi ketika klien secara berulang-ulang melawan kehilangan mereka dan kedukaan mereka paling dalam dan dirasakan paling akut.
- Akomodasi, pada tahap ini terjadi secara bertahap penurunan kedukaan akut dan mulai memasuki kembali secara emosional dan sosial dunia sehari-hari di mana klien belajar untuk menjalani hidup dengan kehidupan mereka.

d) Respon *grief*

Respon *grief* seseorang terhadap kehilangan dapat melalui tahap-tahap berikut (Kubler-Ross, 2009: 185).

- Tahap pengingkaran, reaksi pertama individu yang mengalami kehilangan adalah *shok*, tidak percaya, atau mengingkari kenyataan bahwa kehilangan benar-benar terjadi. Reaksi fisik yang terjadi pada tahap ini adalah letih, lemah, pucat, mual, diare, gangguan pernafasan, detak jantung cepat, menangis, gelisah, dan sering kali individu tidak tahu harus berbuat apa. Reaksi ini dapat berlangsung selama beberapa menit hingga beberapa tahun.
- Tahap marah, pada tahap ini individu menolak kehilangan. Kemarahan yang timbul sering diproyeksikan kepada orang lain atau dirinya sendiri. Orang yang mengalami kehilangan juga tidak jarang menunjukkan perilaku agresif, berbicara kasar, menyerang orang lain, menolak pengobatan, bahkan menuduh dokter atau perawat tidak berkompeten. Respon fisik yang

sering terjadi antara lain muka merah, denyut nadi cepat, gelisah, susah tidur, tangan menggepal, dan seterusnya.

- Tahap tawar-menawar, pada tahap ini terjadi penundaan kesadaran atas kenyataan terjadinya kehilangan dan dapat mencoba untuk membuat kesepakatan secara halus atau terang-terangan seolah kehilangan tersebut dapat dicegah. Individu mungkin berupaya untuk melakukan tawar-menawar dengan memohon kemurahan Tuhan.
- Tahap depresi, pada tahap ini pasien sering menunjukkan sikap menarik diri, kadang-kadang bersikap sangat menurut, tidak mau bicara, menyatakan keputusan, rasa tidak berharga, bahkan bisa muncul keinginan bunuh diri. Gejala fisik ditunjukkan antara lain menolak makan, susah tidur, letih, dan lain-lain.
- Tahap penerimaan, tahap ini berkaitan dengan reorganisasi perasaan kehilangan. Pikiran yang selalu berpusat pada objek yang hilang akan mulai berkurang atau bahkan hilang. Perhatiannya akan beralih pada objek yang baru. Apabila individu dapat memulai tahap tersebut dan menerima dengan perasaan damai, maka dia dapat mengakhiri proses kehilangan secara tuntas. Kegagalan untuk masuk ke proses ini akan mempengaruhi kemampuannya dalam mengatasi perasaan kehilangan selanjutnya.

2) *Bereavement* (Kehilangan)

a) Definisi *bereavement*

Bereavement adalah tipe kesedihan spesifik, yaitu berkabung yang disebabkan oleh meninggalnya seseorang yang disayangi atau dianggap berarti (Suseno,

2004: 67). Lambert mengemukakan bahwa kehilangan (*bereavement*) adalah suatu keadaan individu yang berpisah dengan sesuatu yang sebelumnya ada, kemudian menjadi tidak ada, baik terjadi sebagian atau keseluruhan. Menurut Harvey (dalam Fahransa, 2008: 8) bahwa reaksi awal yang muncul setelah kematian orang yang dikasihi adalah rasa terkejut (*shock*), perasaan hampa atau kosong (*feeling numb*), penyangkalan (*denial*), dan perasaan naik turun termasuk depresi.

Pada dasarnya, *bereavement* adalah reaksi adaptif yang penting untuk pemulihan (*recovery*). Jadi, dapat disimpulkan bahwa *bereavement* adalah reaksi emosional yang intens dan mendalam, yaitu penderitaan yang dialami seseorang akibat peristiwa kehilangan seperti kematian orang yang dicintai. Bentuk *bereavement* dapat berupa penyangkalan (*denial*), rasa terkejut, rasa marah hingga rasa hampa. Kehilangan merupakan pengalaman yang pernah dialami oleh setiap individu dalam rentang kehidupannya. Sejak lahir individu sudah mengalami kehilangan dan cenderung akan mengalaminya kembali walaupun dalam bentuk yang berbeda.

b) Faktor-faktor yang mempengaruhi *bereavement*

Menurut Aiken (dalam Fahransa, 2008: 9) faktor-faktor yang mempengaruhi proses *bereavement* antara lain adalah hubungan dengan orang yang meninggal, kepribadian, usia, dan jenis kelamin orang yang ditinggalkan, peristiwa ketika terjadinya kematian dan durasi penyakit, serta konteks budaya di mana kematian terjadi. Turner & Helms (dalam Fahransa, 2008: 9) berpendapat bahwa durasi dan intensitas *bereavement* bervariasi bergantung siapa yang

meninggal dunia dan kapan peristiwa tersebut terjadi. Jika kematian dianggap wajar, seperti pada orang lanjut usia, intensitas dan durasinya tidak sebesar ketika seorang anak meninggal dunia.

Kematian terutama sangat mengejutkan ketika terjadi sangat mendadak karena tidak adanya persiapan psikologis terhadap peristiwa tersebut. Pada kasus kematian, perkiraan jangka waktu berlangsungnya proses *bereavement* sulit dilakukan. Shapiro (dalam Fahransa, 2008: 9) mengatakan bahwa durasi *bereavement* bergantung pada banyak faktor seperti: kelekatan (*attachment*) serta cinta terhadap orang yang meninggal. Orang dewasa biasanya dapat mengatasi *bereavement* dua hingga tiga tahun setelah kematian.

Faktor – Faktor lain yang mempengaruhi kehilangan yang telah diakses pada situs <http://akperla.blogspot.co.id/2013/09/loss-and-grieving.html> antara lain :

- Perkembangan, pada anak- anak, yaitu belum mengerti seperti orang dewasa, belum bisa merasakan, belum menghambat perkembangan,serta bisa mengalami regresi. Pada orang dewasa kehilangan membuat orang menjadi mengenang tentang hidup, tujuan hidup, dan menyiapkan diri bahwa kematian adalah hal yang tidak bisa dihindari.
- Keluarga mempengaruhi respon dan ekspresi kesedihan. Anak terbesar biasanya menunjukkan sikap kuat, tidak menunjukkan sikap sedih secara terbuka.
- Faktor sosial ekonomi, apabila yang meninggal merupakan penanggung jawab ekonomi keluarga, berarti kehilangan orang yang dicintai sekaligus kehilangan secara ekonomi. Hal ini bisa mengganggu kelangsungan hidup.

- Pengaruh kultural, yaitu mempengaruhi manifestasi fisik dan emosi. Kultur ‘barat’ menganggap kesedihan adalah sesuatu yang sifatnya pribadi sehingga hanya diutarakan pada keluarga, kesedihan tidak ditunjukkan pada orang lain. Kultur lain menganggap bahwa mengekspresikan kesedihan harus dengan berteriak dan menangis keras-keras.
- Agama, adanya agama bisa menghibur dan menimbulkan rasa aman. Menyadarkan bahwa kematian sudah ada dikonsepsi dasar agama. Tetapi ada juga yang menyalahkan Tuhan akan kematian.
- Penyebab kematian, seseorang yang ditinggal anggota keluarga dengan tiba-tiba akan menyebabkan *shock* dan tahapan kehilangan yang lebih lama. Ada yang menganggap bahwa kematian akibat kecelakaan diasosiasikan dengan kesialan.

Pria mengalami *bereavement* yang berbeda dengan wanita (Sanders, dalam Fahransa, 2008: 10). Perbedaan ini disebabkan baik pria maupun wanita telah disosialisasikan dengan peran tertentu. Pria disosialisasikan untuk menjadi tidak emosional, mandiri, dan memiliki kontrol diri. Sejak kecil pria dididik untuk menjadi kuat dan tidak cengeng. Wanita di sisi lain disosialisasikan untuk menjadi pengasuh dan memiliki empati. Wanita diharapkan memiliki kepekaan terhadap perasaan orang lain karena secara tradisional wanita diharapkan menjadi istri dan ibu yang mengurus rumah tangga dan anak-anak.

c) Tahap-tahap *bereavement*

Tahap-tahap *bereavement* yaitu pertama, biasanya digambarkan sebagai periode guncangan (*shock*), penyangkalan (*denial*), serta mati rasa (*numbness*)

yang bertahan beberapa hari hingga beberapa minggu. Ciri-ciri pada tahap pertama ini antara lain kesedihan, kehilangan kontrol diri, energi yang menurun, kurangnya motivasi, disorientasi, dan kehilangan perspektif.

Setelah tahap pertama, tahap selanjutnya berupa periode panjang *bereavement* dan emosi lainnya seperti: depresi, rasa bersalah, dan kemarahan. Pada tahap ini, orang yang ditinggalkan berusaha mencari makna atas peristiwa kehilangan. Bugen (dalam Fahransa, 2008: 11) menyatakan bahwa tahap-tahap *bereavement* saling tumpang tindih dan menyatu, tidak selalu berkelanjutan, bervariasi dalam intensitas dan durasi, dan tidak selalu dialami oleh setiap orang yang kehilangan. Tahap *bereavement* menurut Sanders (dalam Fahransa, 2008: 11) terdiri atas lima tahapan yaitu sebagai berikut.

- *Shock*

Karakteristik dari tahapan ini antara lain rasa tidak percaya diri (*disbelief*), kebingungan (*confusion*), gelisah (*restlessness*), rasa tidak berdaya (*helplessness*), *state of alarm*, serta mengambil jarak psikologis dari diri sendiri (*psychological distancing*). Intensitas *shock* yang dialami seseorang ketika berhadapan dengan kematian berhubungan dengan banyak hal, misalnya kelekatan (*attachment*) dengan orang yang telah meninggal, bagaimana peristiwa kematian terjadi, dan apakah peristiwa tersebut telah diperkirakan.

Keterkejutan menyebabkan seseorang merasa bingung dan tidak berdaya. *Shock* biasanya bisa dilalui beberapa hari hingga beberapa minggu setelah peristiwa kematian. Pada titik tertentu, *shock* mulai hilang dan seseorang dapat

merasakan intensitas *bereavement*. Hal ini menunjukkan individu telah memasuki tahap kedua, yaitu *awareness of loss*.

- *Awareness of loss*

Karakteristik dari tahap kedua adalah kecemasan akan perpisahan (*separation anxiety*), konflik emosional (*emotional conflicts*), stress yang berkepanjangan (*prolonged stress*), sensitif yang berlebihan (*oversensitivity*), rasa marah (*anger*), dan rasa bersalah (*guilt*). Pada fase ini seseorang mengalami disorganisasi emosional yang intens (*intense emotional disorganization*). Seseorang menyadari sepenuhnya bahwa seseorang yang dicintai telah tiada namun kenyataan ini sulit diterima.

Fase ini adalah fase di mana seseorang merasakan emosi yang berubah-ubah. Perasaan seperti marah, rasa bersalah, dan frustrasi yang juga dirasakan. Seseorang menjadi lebih sensitif dan bereaksi lebih cepat daripada biasanya. Periode ini mengaktivasi bagian simpatetik dari sistem syaraf otonom yang melepaskan jumlah adrenalin berlebihan. Hal ini menyebabkan seseorang mengalami kesulitan tidur atau bahkan untuk duduk dalam waktu tertentu.

- *Conservation/Withdrawal*

Karakteristik dari tahap ketiga antara lain menarik diri (*withdrawal*), putus asa (*despair*), sistem imun melemah (*weakened immune system*), lelah (*fatigue*), hibernasi (*hibernation*), dan *grief work*. Fase ini adalah fase di mana tubuh memberi tanda untuk beristirahat, di mana individu secara temporer tidak aktif, membutuhkan tidur, waktu untuk sendiri, dan tidak banyak bergerak. Reaksi ini

merupakan langkah yang positif meskipun seolah-olah sedang mengalami depresi.

Pada saat seseorang mencapai tahap ini, individu berharap kondisi akan menjadi lebih baik. Akan tetapi, energi yang ia miliki semakin melemah dan tubuh membutuhkan istirahat untuk dapat mengembalikan energi seperti semula. Pada fase ini, individu juga terus menerus memikirkan dan mengingat kembali peristiwa dan kenangan yang telah tiada atau melakukan *grief work* yang merupakan pusat dari tahap ketiga. Semakin sering orang yang berduka membicarakan peristiwa kematian dan kenangan mengenai orang yang telah tiada, kematian tersebut semakin nyata.

- *Healing*

Karakteristik dari tahap keempat adalah mengambil kendali (*taking control*), mengakhiri peran yang lama (*giving up old roles*), membentuk identitas baru (*forming a new identity*), memaafkan dan melupakan (*forgiving and forgetting*), mencari makna (*searching for meaning*), dan menutup lingkaran peristiwa (*closing the wound*). Pada tahap ini, seseorang mulai mengambil kendali dalam hidupnya. Selain itu juga terdapat peran yang harus diakhiri dan identitas baru yang harus dibentuk. Pada fase ini seseorang mencari makna dari peristiwa kematian, belajar memaafkan dan melupakan peristiwa menyakitkan yang telah terjadi. Individu mulai menyadari bahwa masih ada hal lain yang harus ia perhatikan selain terfokus dengan peristiwa kehilangan.

- *Renewal*

Karakteristik dari tahap kelima antara lain membangun kesadaran diri yang baru (*developing new self-awareness*), menerima tanggung jawab (*accepting responsibilities*), belajar untuk hidup tanpa kehadiran orang yang telah tiada (*reaning to live without*), berfokus pada kebutuhan dalam diri (*focusing on inner needs*), memperhatikan hal-hal di luar dirinya (*reaching out*), dan menemukan pengganti (*finding substitute*).

Pada tahap ini, kehidupan baru di mulai di mana seseorang bukanlah orang yang sama lagi. Individu memiliki potensi untuk mengembangkan kekuatan baru yang akan mempengaruhi seluruh aspek kehidupan. Seseorang menjadi lebih toleran dan memiliki perasaan yang lebih dalam untuk berbagi dengan orang lain. Fase ini memberi kesempatan bagi seseorang untuk membangun kesadaran diri yang baru serta membangun kemandirian emosional. Individu menyadari bahwa ia memiliki tanggung jawab atas kebahagiaannya sendiri.

d) Dampak *bereavement* (kehilangan)

Pada masa anak-anak, kehilangan dapat mengancam kemampuan untuk berkembang, kadang akan timbul regresi serta rasa takut untuk ditinggalkan atau dibiarkan kesepian. Pada masa remaja atau dewasa muda, kehilangan dapat menyebabkan disintegrasi dalam keluarga. Pada masa dewasa tua, kehilangan khususnya kematian pasangan hidup dapat menjadi pukulan yang sangat berat dan menghilangkan semangat hidup orang yang ditinggalkan.

e) Kebutuhan keluarga yang berduka

Keluarga yang berduka memiliki kebutuhan yaitu yang pertama, harapan seperti: memberikan perawatan yang terbaik dan memiliki keyakinan bahwa mati adalah akhir penderitaan dan kesakitan. Kedua, berpartisipasi dalam memberi perawatan dan *sharing* dengan staf perawatan. Ketiga, memberikan *support* agar klien bisa melewati kemarahan, kesedihan, denial. *Support* bisa digunakan sebagai koping dengan perubahan yang terjadi. Keempat, membutuhkan spiritual seperti berdoa sesuai kepercayaan dan mendapatkan kekuatan dari Tuhan.

f) Tipe *bereavement*

Bereavement dibagi dalam dua tipe, yaitu aktual atau nyata dan persepsi. Tipe aktual atau nyata ini mudah dikenal atau diidentifikasi oleh orang lain, misalnya amputasi atau kematian orang yang sangat berarti/dicintai. Sementara persepsi hanya dialami oleh seseorang dan sulit untuk dapat dibuktikan, misalnya seseorang yang berhenti bekerja/PHK menyebabkan perasaan kemandirian dan kebebasannya menjadi menurun.

g) Jenis-jenis *bereavement*

Terdapat lima kategori *bereavement* (kehilangan), yaitu sebagai berikut.

- Kehilangan seseorang yang dicintai (*actual loss*)

Kehilangan seseorang yang dicintai dan sangat bermakna atau orang yang berarti adalah salah satu yang paling membuat stress dan mengganggu dari tipe-tipe kehilangan, yang mana harus ditanggung oleh seseorang. Kematian juga membawa dampak kehilangan bagi orang yang dicintai,

karena intensitas dan ketergantungan dari ikatan atau jalinan yang ada, kematian pasangan suami/istri atau anak biasanya membawa dampak emosional yang luar biasa dan tidak dapat ditutupi. Contoh : kehilangan anggota badan, kehilangan suami/ istri , dan kehilangan pekerjaan.

- Kehilangan yang ada pada diri sendiri (*loss of self*)

Bentuk lain dari kehilangan adalah kehilangan diri atau anggapan tentang mental seseorang. Anggapan ini meliputi perasaan terhadap keatraktifan, diri sendiri, kemampuan fisik dan mental, peran dalam kehidupan, dan dampaknya. Kehilangan dari aspek diri mungkin sementara atau menetap, sebagian atau komplit. Beberapa aspek lain yang dapat hilang dari seseorang. Contoh : misalnya kehilangan pendengaran, ingatan, usia muda, fungsi tubuh.

- Kehilangan objek eksternal

Kehilangan objek eksternal misalnya kehilangan milik sendiri atau bersama-sama, perhiasan, uang atau pekerjaan. Kedalaman berduka yang dirasakan seseorang terhadap benda yang hilang bergantung pada arti dan kegunaan benda tersebut.

- Kehilangan lingkungan yang dikenal

Kehilangan diartikan dengan terpisahnya dari lingkungan yang sangat dikenal termasuk dari kehidupan latar belakang keluarga dalam waktu satu periode atau bergantian secara permanen. Contoh : pindah ke kota lain, maka akan memiliki tetangga yang baru dan proses penyesuaian baru.

- Kehilangan kehidupan/ meninggal

Seseorang dapat mengalami mati baik secara perasaan, pikiran dan respon pada kegiatan dan orang disekitarnya, sampai pada kematian yang sesungguhnya. Sebagian orang berespon berbeda tentang kematian.

b. Penyebab Kesedihan

Penyebab terjadinya kesedihan yaitu sebagai berikut.

- 1) Gejala sosial, bahwa yang diharapkan tidak terjadi. Maksudnya, ketika seseorang mengharapkan sesuatu namun hal tersebut tidak dapat ia peroleh, maka ia merasa sedih karena hal yang diinginkannya tidak tercapai. Contoh: Akbar mengharapkan tahun ini ia menjadi peringkat pertama di kelas. Namun, ia hanya memperoleh peringkat kedua di kelas. Ia pun merasa sedih atas kekalahannya tersebut.
- 2) Gejala pribadi, bahwa yang sangat dibutuhkan tidak dialami. Maksudnya, ketika seseorang membutuhkan sesuatu untuk keperluan hidupnya tetapi yang ia butuhkan tidak dapat diperoleh namun orang lain mampu memperolehnya. Contoh: Ryan adalah seorang sales motor. Ia mencari banyak pelanggan agar mendapatkan bonus dari kantor untuk membayar kontrakan. Namun, yang mendapatkan banyak pelanggan adalah temannya sehingga temannyalah yang mendapatkan bonus, sedangkan Ryan tidak mendapat pelanggan. Jadi, Ryan tidak mendapatkan bonus dari kantornya.
- 3) Gejala keimanan, bahwa apa yang dipercayai dan diyakini tidak dapat direbut. Maksudnya, seseorang ingin memeluk agama yang ia percayai dan ia yakini, namun agama yang diinginkannya itu tidak dapat ia raih karena akan

mengakibatkan kontra. Contoh: Marsela lahir dari keluarga Nasrani dan ia memiliki sahabat yang beragama Islam. Ia rajin sekali mengikuti sahabatnya itu melaksanakan kewajibannya sebagai umat Islam seperti solat, mengaji, dan berpuasa. Setelah memahami apa yang dilakukan sahabatnya, Marsela merasa percaya dan yakin bahwa agama Islam adalah agama yang paling sempurna. Marsela pun ingin masuk ke agama Islam, namun keluarganya tidak memperbolehkannya karena seluruh keluarganya menganut agama Nasrani.

- 4) Gejala masa lalu, bahwa apa yang pernah terjadi dalam kehidupannya tidak dapat diterima. Maksudnya, hal buruk yang pernah terjadi pada diri seseorang di masa lalu tidak dapat diterima sampai sekarang. Contoh: Setahun yang lalu Indah kehilangan sebuah sepeda motor. Hal tersebut sangat menyakitkan hati Indah karena sepeda motor tersebut merupakan barang berharga miliknya. Namun, sampai saat ini Indah belum ikhlas menerimanya, ia masih sedih karena sepeda motornya telah dicuri.
- 5) Gejala masa depan, ketidaksiapan untuk memandang sesuatu yang belum terjadi. Maksudnya, seseorang belum siap menghadapi hal yang akan terjadi pada hari yang akan datang. Contoh: Ali mendapatkan informasi dari dokter bahwa ibunya difonis memiliki penyakit kangker otak dan umurnya hanya satu bulan lagi. Ali pun bersedih karena ia belum siap untuk kehilangan ibu yang ia cintai.

c. Akibat Kesedihan

Setiap orang dapat mengalami kesedihan, namun kesedihan yang tidak diatasi akan berakibat hal-hal negatif seperti berikut.

- 1) *Physical effect*, tubuh menjadi rentan terhadap penyakit, mulai dari tubuh cepat lesu dan lemah, serta terserang penyakit. Seseorang yang terus diikat kesedihan juga akan mudah diikat dengan berbagai penyakit seperti: gangguan pencernaan, alergi, gangguan saraf, serta sesak nafas.
- 2) *Emotional effect*, kesedihan juga membuat orang terganggu ketenangan emosinya, menjadi mudah marah, cepat kecil hati, hidup dalam kebimbangan, tidak bersemangat, dan selalu bersungut-sungut.
- 3) *Social effect*, kesedihan juga mempengaruhi efek sosial dalam kehidupan seseorang seperti: selalu ingin menyendiri, sulit bergaul, mudah curiga, selalu cemburu, dan iri terhadap orang yang memiliki kelebihan.
- 4) *Religious effect*, hubungan seseorang dengan Tuhan juga terpengaruh dengan kesedihan seperti: orang yang sedih malas berdoa, cenderung meninggalkan pelayanan, tidak setia lagi menjalani hidup benar, bahkan cenderung mejadi tidak tertarik untuk hal-hal rohani.

2.2.2 Kesenangan atau Kebahagiaan

a. Definisi Kesenangan atau Kebahagiaan

Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia senang adalah rasa puas dan lega, tanpa rasa susah dan kecewa. Senang atau kesenangan adalah keadaan atau perasaan ringan, gembira, nyaman, dan rasa kepuasan. Senang juga merupakan perasaan sebagai akibat dari terpenuhinya hasrat, keinginan, dan kebutuhan. Senang juga dapat disebut perasaan nikmat sebagai hasil usaha atau kegiatan. Senang dapat juga dikatakan sebagai perasaan lega karena terlaksana dan terpenuhinya kegiatan

yang diinginkan atau dikehendaki. Jadi, dapat disimpulkan bahwa kesenangan atau kebahagiaan adalah suatu perasaan yang berasal dari jiwa yang disebabkan oleh kepuasan atas terpenuhinya suatu keinginan.

Kesenangan ini bisa berada dalam dunia real atau pun dalam dunia imajinasi. Makna teleologis dari kesenangan, sebagaimana dinyatakan Aristoteles (dalam Umar, 2014: 56), tercapai karena kesenangan diandaikan menghasilkan jenis kegiatan di pihak makhluk-makhluk hidup (tetapi selalu di bawah kontrol rasio). Sebagai kepuasan, kesenangan merupakan gema dari kesempurnaan tertentu yang telah dicapai. Namun, dalam batas-batas tertentu dan seiring dengan tujuan tertinggi manusia, kesenangan sesungguhnya penting secara moral dan merupakan motif yang legitim asalkan ia sungguh-sungguh memperbesar kebaikan real manusia.

Suatu paham bahwa kesenangan merupakan tujuan kehidupan, atau bahwa pengejaran kesenangan tertanam dalam kodrat manusia. Pada salah satu sistem etika yang disebut sebagai "etika hedonis", kesenangan dijadikan sebagai nilai final manusia dan kesakitan sama sekali tidak bernilai, sehingga kita mengejar yang pertama dan menghindari yang kedua. Aristoteles (dalam Umar, 2014: 58) menganggap kesenangan bukan sebagai tujuan kegiatan, tetapi sebagai hasil keikutsertaan karena sesuatu yang berfungsi telah berhasil.

Spinoza (dalam Umar, 2014: 58) memandang kesenangan sebagai perasaan yang manusia miliki ketika beralih dari kesempurnaan yang sedikit ke yang besar. Freud (dalam Umar, 2014: 59) beranggapan bahwa manusia bekerja dan seharusnya bekerja menurut prinsip kesenangan. Seiring pernyataan perspektif (yang bersifat

menganjurkan, mengharuskan) semacam itu berdiri di atas pengandaian bahwa manusia pada kenyataan memang hanya mengejar kesenangan. Posisi ini disebut hedonisme psikologi. Hal inilah yang menunjukkan inkonsistensi logis dan pernyataan semacam itu sebab kalau manusia pada dasarnya hanya mengejar kesenangan tidak perlu lagi keharusan untuk mengejar kesenangan itu karena sudah dengan sendirinya dilakukan.

b. Penyebab Timbulnya Kesenangan atau Kebahagiaan

Senang atau bahagia adalah suatu perasaan yang sangat disukai oleh manusia. Bahagia membuat seseorang menjadi sangat senang, tenang, riang dan gembira. Berbagai hal yang bersifat negatif dapat sirna seketika akibat rasa bahagia yang dirasakan walaupun tidak berlangsung lama. Ada banyak hal yang membuat orang bahagia dan senang di dunia ini. Menurut Safaria, (2009:38) faktor yang menyebabkan seseorang merasa sangat senang bahagia, yaitu sebagai berikut.

- 1) Mendapat rezeki yang tidak disangka-sangka. Di dalam hidupnya, setiap manusia tentu mengharapkan rezeki yang berlimpah. Di dalam memperoleh rezeki tentunya ada tindakan atau kegiatan yang dilakukan seperti bekerja. Namun, ada kalanya manusia memperoleh rezeki yang tidak diduga sebelumnya. Contohnya seseorang yang sedang berjalan di salah satu trotoar jalan raya tiba-tiba menemukan uang Rp 100.000 tanpa ada identitas pemiliknya. Hal inilah yang disebut mendapatkan rezeki yang tidak diduga/tidak disangka.
- 2) Bertemu dengan kawan lama. Hal ini merupakan kesenangan bagi seseorang karena bertemu kawan lama adalah hal yang diinginkan ketika merindukan

teman/sahabat. Pada saat bertemu biasanya mereka menceritakan kisah-kisah lama yang mereka alami semasa mereka masih bersama.

- 3) Lulus ujian nasional dengan nilai yang baik. Hal ini yang selalu diharapkan oleh setiap manusia karena lulus dengan nilai yang baik merupakan suatu kebanggaan. Namun, hal ini dapat diraih apabila seseorang belajar dengan giat sehingga mampu menjalani ujian kelulusan dengan baik.
- 4) Mendapatkan hadiah undian. Hal ini sering tidak disangka oleh manusia karena mendapatkan hadiah undian merupakan rezeki yang tidak dimiliki setiap orang di waktu yang sama.
- 5) Dilantik sebagai pejabat negara maupun perusahaan swasta. Hal ini tentunya membuat seseorang merasa senang dan bahagia karena dilantik sebagai pejabat negara tentu diharapkan oleh setiap orang dan tidak mudah untuk memperolehnya.
- 6) Memenangkan kompetisi atau lomba. Seseorang tentu merasa bahagia dan bangga apabila mengalami hal ini karena dengan usaha keras yang dilakukan tentu memiliki tujuan untuk memenangkan suatu perlombaan.
- 7) Menikah dengan orang yang sangat dicintai. Setiap orang pastilah ingin menikah dengan orang yang dicintai demi mencapai suatu kebahagiaan. Apabila seseorang menikah tanpa dasar rasa saling mencintai, maka pernikahan tersebut tidaklah harmonis.
- 8) Melahirkan anak/keturunan yang sehat dan normal. Di dalam pernikahan, hal utama yang diharapkan yaitu memperoleh keturunan. Adanya keturunan yang sehat dan normal akan membuat orang tuanya merasa bahagia lahir maupun batin.

- 9) Mendapatkan nilai ujian/tes yang baik. Hal ini tentu diharapkan oleh semua orang karena untuk mendapatkan nilai ujian yang baik pastilah ada kerja keras. Adanya kerja keras, setiap orang ingin menghasilkan sesuatu yang memuaskan bukan sesuatu yang sia-sia.
- 10) Berhasil membuat orang lain merasa senang. Hal ini menjadi kesenangan batin karena membuat orang lain merasa senang tentu mendapatkan pahala dari Tuhan.

Selain hal di atas, masih banyak lagi faktor-faktor yang menyebabkan seseorang merasa bahagia antara lain: (a) Bertemu dengan orang yang disenangi/dikagumi. (b) Bercanda ria dengan teman-teman. (c) Hamil setelah lama menikah tak hamil-hamil. (d) Mendapat pujian positif dari orang lain. (e) Sukses membeli rumah pertama. (f) Mendapatkan bonus dari tempat bekerja. (g) Bersalaman dan berfoto dengan orang terkenal.

Selain itu ada lagi faktor penyebab orang merasa senang dan bahagia yaitu, sebagai berikut. (a) Berhasil menghindari dari sesuatu yang tidak disukai. (b) Mampu menjadi orang yang berkecukupan. (c) Memiliki keluarga yang bahagia sejahtera. (d) Hidup di lingkungan yang aman, tentram, rukun dan damai. (e) Pergi berlibur di tempat yang disukai. (f) Sampai di kampung halaman ketika mudik/pulang kampung. (g) Diberi sesuatu yang disukai oleh orang lain. (h) Memiliki anak yang berprestasi dan mempunyai anak yang soleh/solehah.

Berhasil membuat orang tua bangga akan diri kita itu merupakan faktor penyebab kebahagiaan juga. Mampu memiliki sesuatu yang diidam-idamkan sejak lama, mendapatkan obyek/proyek dalam jumlah besar, sembuh dari penyakit yang

diderita, dan melihat acara lawak/komedi di televisi. Semua hal tersebut merupakan faktor penyebab timbulnya suatu kesenangan atau kebahagiaan yang dialami seseorang. Namun, masih banyak sekali faktor penyebabnya bergantung konteks dan suasana batin seseorang.

c. Penyebab Hidup Tidak Senang atau Bahagia

Setiap orang tentu pernah mengalami hal yang tidak membahagiakan dalam hidupnya. Hal tersebut dapat terjadi ketika seseorang mengalami hal seperti diputusin pacar, gagal dalam usaha, gagal dalam berkarir, atau mengalami tekanan dalam kehidupan, baik itu dari segi keluarga sampai lingkungan sekitar. Semua itu adalah proses kehidupan setiap manusia, ada yang kuat dalam menjalaninya, ada yang tidak kuat dalam menjalaninya, bahkan ada yang dalam kebahagiaan pada saat menjalaninya. Namun, hanya beberapa orang saja yang dapat menjalani semua kesulitan itu dengan kebahagiaan.

Orang yang dapat menjalani semua kesulitan dengan kebahagiaan yaitu orang-orang yang dibekali dengan ilmu pengetahuan tentang kehidupan. Hal inilah yang membuat kita tahu bahwa ketidakbahagiaan itu bukan berasal dari keadaan yang terjadi di kehidupan, melainkan dari diri sendiri. Hal tersebut terjadi karena sebenarnya kita tidak tahu penyebab ketidakbahagiaan itu secara mendalam. Menurut Safaria (2009: 155) penyebab hidup menjadi tidak bahagia yaitu sebagai berikut:

1) Jauh dari Tuhan

Kehidupan bukan sekedar mencari kesuksesan saja, tetapi kehidupan itu sebenarnya ada yang memiliki, yaitu Tuhan. Semakin seseorang jauh dari Tuhan, maka semakin menderita juga hidupnya. Seseorang akan sulit menjalani semua realita kehidupannya ini. Masalah orang tersebut akan datang terus tanpa ada jalan keluarnya dan tidak kunjung selesai karena Tuhan lah yang mengatur kehidupannya.

Analoginya setiap manusia memang tidak ada daya dan upaya dalam menjalani kehidupannya tanpa bantuan Tuhan. Bagaimana pun ukuran kekayaan serta kesuksesan yang didapatkan belum tentu bisa mendapatkan kebahagiaan tersebut kalau masih jauh dengan Tuhan. Hidup tidak akan tenang dan damai bila jauh dari Tuhan. Dekatkanlah diri dengan Tuhan agar diberikan kebahagiaan di dalam hati.

2) Tidak Bersyukur

Orang yang tidak bersyukur dengan apa yang dimiliki akan merasa dirinya selalu kurang dan itu akan menyebabkan dirinya tersiksa dengan keadaan hidupnya sendiri. Dia akan selalu mengeluhkan tentang keadaannya, iri dengan kehidupan orang lain yang jauh lebih baik, bahkan dia akan memprotes kepada Tuhan dengan keadaan hidupnya itu. Hatinya akan mengalami kesakitan yang mendalam dalam jangka yang panjang. Dampaknya, hidupnya tidak akan bahagia, dia akan mengalami *stress* dan depresi yang berat. Sifat dengki pun

akan mudah muncul, akibatnya bisa melukai perasaan orang yang didengki bahkan mencelakakan orang tersebut.

3) Berbuat Jahat

Orang yang sering berbuat jahat itu tidak akan bahagia dalam hidupnya. Dia akan dihantui oleh rasa bersalahnya walaupun di luar kita bisa melihat senyuman palsunya. Pikirannya akan selalu was-was apabila kejahatannya itu diketahui. Di mana pun dia berada, hatinya tidak akan tenang karena hati nuraninya tidak menyenangkan perbuatannya tersebut. Alam pun akan membuat hidupnya semakin sulit, dia bisa di kucilkan oleh keluarganya bahkan lingkungannya.

Semakin sering berbuat jahat semakin berat pikirannya menanggung rasa bersalahnya tersebut. Kegelisahan dalam hatinya pun akan menjadi teman setianya. Kejahatan itu tidak saja dilakukan dengan hal yang besar, contohnya: membunuh atau merampok. Tapi bisa juga dengan hal yang kecil, contohnya: berbohong, menyakiti perasaan orang lain, atau mengambil yang bukan haknya.

4) Berpikiran Negatif

Orang yang berpikiran negatif akan selalu takut menghadapi kejadian-kejadian yang belum terjadi ataupun yang sudah terjadi, baik itu dengan keadaan hidupnya sendiri atau dengan hidup orang lain. Prasangka buruknya selalu datang dalam pikirannya yang membuat hidupnya tidak tenang dan damai. Kekhawatiran akan hal buruk yang dipikirkannya selalu melekat bersamanya

sehingga dapat membuat frustrasi dengan keadaan dirinya sendiri, mudah *stress*, tidak percaya diri, pikirannya menjadi tidak fokus, tidak punya banyak teman, tidak ada semangat hidup, dan banyak lagi dampak-dampaknya yang membuat hidupnya semakin kelam.

5) Tidak Menerima Keadaan Hidupnya

Setiap orang yang tidak bisa menerima keadaan hidupnya sendiri akan mudah galau, gelisah, dan gundah dalam menjalani hidupnya tersebut. Tidak dapat menikmati hidupnya dengan tenang dan sejahtera. Selalu merasa bahwa dia adalah orang yang paling menderita di dunia ini. Mengeluhkan kekurangan yang ada, baik itu menyangkut tentang dirinya maupun lingkungan tempat hidup.

Penderitaannya belum berakhir, selain memprotes semua itu, dia juga selalu memprotes keadaan hidup orang yang mungkin sudah lebih berhasil dari dia. Dia akan semakin sengsara dalam kehidupannya sendiri dengan melihat kelebihan-kelebihan orang lain. Dia akan jauh sekali dari kasih sayang Tuhan karena dia sudah tidak menghargai pemberian-Nya. Kalau sudah begini hidupnya pasti akan seperti di neraka, tersiksa terus menerus.

d. Manfaat Kesenangan atau Kebahagiaan Bagi Kesehatan

Kebahagiaan mempengaruhi semua yang dilakukan, termasuk pada kesehatan. Penelitian menunjukkan bahwa atribut pribadi tertentu, apakah dengan kelahiran atau dibentuk oleh situasi kehidupan yang positif membantu beberapa orang

mencegah penyakit seperti serangan jantung, *stroke*, diabetes, dan depresi. Jadi, jika ingin merasa lebih baik dan meningkatkan kesehatan, mulai dengan berfokus pada hal-hal yang membawa kebahagiaan.

Kebahagiaan adalah keadaan yang bahagia, di mana sukacita tidak bertentangan dan tidak memiliki rasa bersalah. Ini adalah keadaan kesadaran yang berasal dari pencapaian nilai-nilai seseorang. Meskipun ada penelitian yang menjelaskan tentang efek negatif dari *stress* dan kemarahan bagi kesehatan. Beberapa penelitian bahkan menyatakan bahwa orang-orang yang bahagia dapat dihubungkan dengan hormon *stress* yang rendah dan fungsi kekebalan tubuh yang lebih kuat. Tidak mengherankan jika orang-orang yang bahagia lebih baik dalam menjaga kesehatan mereka juga. Ketika tingkat kebahagiaan membaik, maka begitu juga dengan perilaku kesehatan (Safaria, 2009: 160).

e. Cara untuk Tetap Senang atau Bahagia

Semua orang tentu ingin bahagia, tetapi terkadang kebahagiaan itu tidak bertahan lama. Agar rasa senang dan bahagia itu dapat tetap bertahan tentu ada upaya yang harus dilakukan. Upaya atau cara yang dilakukan untuk dapat tetap senang dan bahagia, yaitu sebagai berikut.

- 1) Olah raga, dapat meningkatkan energi dan suasana hati. Bahkan 10 menit berjalan kaki dapat mencerahkan pandangan mata. Olah raga dapat membantu tubuh lebih rileks, meningkatkan fungsi otak, dan bahkan meningkatkan penampilan fisik.

- 2) Beli beberapa kebahagiaan, maksudnya membeli hal-hal yang dapat membuat diri merasa bahagia. Carilah cara yang masuk akal untuk menghabiskan uang. Hal ini bisa menjadi tiket perjalanan sehingga dapat melakukan perjalanan dan mengunjungi orang yang dicintai dari jauh, atau membeli kamera digital untuk mengambil gambar jika fotografi merupakan gairah kita.
- 3) Makanan sehat, seperti: buah-buahan, sayuran, daging tanpa lemak dan protein, serta biji-bijian. Semua ini dapat memberikan energi untuk otak dan tubuh lebih sehat. Beberapa ahli percaya bahwa diet yang tidak sehat, terutama yang kaya karbohidrat olahan, gula dan lemak nabati industri, menyebabkan terjadinya penyusutan otak dan penyakit otak tertentu seperti depresi dan demensia.
- 4) Tidur yang cukup, orang cenderung untuk menjadi bahagia ketika mereka mendapatkan lebih banyak tidur. Bahkan hanya satu jam tidur tambahan setiap malam membuat rata-rata orang lebih bahagia.
- 5) Jadilah individu yang optimis, orang-orang yang optimis memiliki sistem kekebalan tubuh yang lebih kuat daripada rekan-rekan mereka yang pesimis.

f. Jenis-jenis Kesenangan atau Kebahagiaan

Di dalam ilmu filsafat ada tiga buah istilah yang sangat perlu diuraikan, yaitu *hedonisme*, *eudaimonia*, dan *epicureanisme* (Kautsar, 2013: 24). Ketiga buah istilah ini diklasifikasikan sebagai filsafat etika. Ketiga istilah ini merujuk tentang apa saja jenis-jenis dari cara manusia untuk mencapai kebahagiaannya di dunia. Pada dasarnya, ketiga istilah ini adalah asing kecuali istilah *hedonisme*. Kebahagiaan dunia dan materi, juga kebahagiaan yang bersifat sementara, dianggap sebagai kebahagiaan yang *hedonis*.

Di dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, kata *hedonisme* berarti pandangan yang menganggap kesenangan dan kenikmatan materi sebagai tujuan utama dalam hidup (KBBI, edisi ketiga, 2001). Secara umum, *hedonisme* bermakna bahwa kesenangan merupakan satu-satunya manfaat atau kebaikan. *Hedonisme* bisa didefinisikan sebagai sebuah pandangan yang berpegangan bahwa tingkah laku itu digerakkan oleh keinginan atau hasrat terhadap kesenangan (Kautsar, 2013: 24). Para *hedonisme* adalah orang-orang yang menghindarkan penderitaan dan boleh jadi adalah orang yang mencapai kesenangan meskipun membuat orang lain menderita. Perilaku *hedonisme* inilah yang sebenarnya banyak dipegang secara sengaja atau tidak oleh manusia zaman sekarang.

Kesenangan (*pleasure*) dianggap oleh filsuf Aristoteles (dalam Umar, 2014: 62) sebagai pandangan yang menjadikan manusia sebagai budak dari keinginan-keinginannya. Manusia seperti ini akan merasa nyaman apabila memakai pakaian bagus dan mahal. Ia akan bahagia jika memiliki mobil baru dan mempunyai rumah mewah. Kehidupan seperti ini dikritik sebagai kehidupan yang semu. Bagi orang-orang *hedonis*, mereka hidup untuk mencari kenikmatan bukan untuk menikmati hidup.

Aristoteles (dalam Umar, 2014: 63) menjelaskan panjang lebar mengenai suatu kebahagiaan yang disebut sebagai kebahagiaan *eudaimonia*. *Eudaimonia* adalah sebuah cara hidup yang berfokus pada makna hidup itu sendiri. Jika *hedonisme* berpusat pada kesenangan, maka *eudaimonia* adalah bagaimana manusia tumbuh dan berguna bagi orang lain. *Eudaimonia* juga berarti manusia yang mengerti kelebihan dan kekurangannya, dan menjalani hidup dengan tujuan untuk

kebahagiaan yang hakiki. *Eudaimonia* juga berarti menjalani hidup dengan tindakan-tindakan yang memiliki arti dan makna.

Kebahagiaan *eudaimonia*, menurut Aristoteles (dalam Umar, 2014: 64) adalah kebahagiaan yang tidak kosong atau yang hilang setelah sumber kebahagiaan itu sudah tak terlihat mata atau tak terasa oleh indera perasa. Sebagai contoh, menjalin hubungan yang indah dengan seseorang bisa mendatangkan senyum ke wajah kita. Bahkan saat orang tersebut sedang jauh di negeri seberang, atau bahkan sudah meninggal. Para ahli percaya bahwa untuk menjalani kehidupan yang terbaik, maka hidup dengan pandangan *eudaimonia* adalah yang terbaik (Kautsar, 2013: 27).

Ada satu lagi istilah filsafat yang merujuk tentang bagaimana manusia bahagia, istilah itu bernama *epicureanisme*. Bagi beberapa ahli, *epicureanisme* adalah *hedonistik* kuno (Kautsar, 2013: 27). *Epicureanisme* diperkenalkan oleh seorang filsuf Yunani yang bernama Epicurus of Samos (341-270 SM). *Epicureanisme* adalah sebuah sistem filsafat yang bersumber dari ajaran-ajaran Epicurus yang dicetuskan sekitar tahun 307 SM. Inti epistemologi *Epicureanisme* dibangun diatas tiga kriteria kebenaran: sensasi atau gambaran (*aesthêsis*), pra-konsepsi atau prasangka (*prolêpsis*), dan terakhir *feelings* atau perasaan (*pathê*) (Kautsar, 2013: 30).

Epicureanisme memiliki perbedaan dengan *hedonisme* sebab paham ini mementingkan rohani atau batin selain daripada materi. Kebahagiaan *epicureanisme* ada pada ketenangan hati atas teraihnya kebahagiaan yang disebut sebagai *the greatest good*. Pada intinya, *epicureanisme* bersumber pada pemenuhan

batin termasuk dalam pencarian materi sekalipun. Epicureanisme percaya bahwa terhindar dari rasa sakit dan penderitaan adalah kebahagiaan paling tinggi.

2.2.3 Kemarahan

a. Definisi Kemarahan

Kemarahan berasal dari kata marah (bahasa Inggris: *wrath, anger*; bahasa Latin: *ira*), adalah suatu emosi yang secara fisik mengakibatkan antara lain peningkatan denyut jantung, tekanan darah, serta tingkat adrenalin dan noradrenalin. Rasa marah menjadi suatu perasaan yang dominan secara perilaku, kognitif, maupun fisiologi sewaktu seseorang membuat pilihan sadar untuk mengambil tindakan untuk menghentikan secara langsung ancaman dari pihak luar. Ekspresi luar dari kemarahan dapat ditemukan dalam bentuk raut muka, bahasa tubuh, respon psikologis, dan kadang-kadang tindakan agresi publik.

Manusia dan hewan lain sebagai contoh dapat mengeluarkan suara keras, upaya untuk tampak lebih besar secara fisik, memamerkan gigi mereka, atau melotot. Marah adalah suatu pola perilaku yang dirancang untuk memperingatkan pengganggu untuk menghentikan perilaku mengancam mereka. Kontak fisik jarang terjadi tanpa ekspresi kemarahan paling tidak oleh salah seorang partisipan. Meskipun sebagian besar pelaku menjelaskan bahwa rasa marah timbul karena apa yang telah terjadi pada mereka, ahli psikologi menunjukkan bahwa orang yang marah sangat mungkin melakukan kesalahan karena kemarahan menyebabkan kehilangan kemampuan pengendalian diri dan penilaian objektif.

Para ahli psikologi modern memandang kemarahan sebagai suatu emosi primer, alami, dan matang yang dialami oleh semua manusia pada suatu waktu. Selain itu kemarahan juga merupakan sesuatu yang memiliki nilai fungsional untuk kelangsungan hidup. Kemarahan dapat memobilisasi kemampuan psikologis untuk tindakan korektif. Namun, kemarahan yang tak terkendali dapat berdampak negatif terhadap kualitas hidup pribadi dan social (Safaria, 2009:38).

Meskipun banyak filsuf dan penulis telah memperingatkan terhadap kemarahan yang spontan dan tidak terkendali, terdapat ketidaksepakatan tentang nilai intrinsik dari kemarahan. Penanganan kemarahan telah menjadi bahan tulisan sejak para filsuf awal hingga saat ini. Ahli psikologi modern, berlawanan dengan para penulis awal, juga telah menunjukkan dampak buruk karena menekan rasa marah. Penunjukkan kemarahan juga telah digunakan sebagai strategi manipulasi untuk pengaruh sosial.

b. Penyebab Kemarahan

Marah merupakan emosi yang sehat seperti halnya menangis atau tertawa. Jika seseorang marah, penyebabnya dapat berupa rasa kecewa, takut, tersinggung atau merasa terluka. Namun, jika menemukan orang terdekat marah secara berlebihan, selidiki dulu apakah ia dalam pengaruh pengobatan atau menderita suatu penyakit. Dr. Helen Stokes Lampard dari Royal College of General Practitioners (dalam Latifa, 2012: 73) mengatakan bahwa ada sejumlah kondisi medis dan obat-obatan yang dapat menyulut kemarahan seseorang. Berikut adalah penyebab timbulnya kemarahan.

- 1) Hipertiroidisme, terjadi karena kelenjar tiroid memproduksi hormon tiroid terlalu banyak. Kondisi ini biasanya banyak dialami para wanita. Menurut Dr. Neil Gittoes (dalam Latifa, 2012: 73), seorang ahli endokrinologi di University Hospitals Birmingham and BMI the Priory Hospital, Birmingham, hormon tiroid mempengaruhi sistem metabolisme. Hal ini akan meningkatkan kegelisahan, gugup, serta sulit berkonsentrasi. Ketika tiroid terlalu aktif, ini dapat menjadi alasan mengapa manusia mudah berteriak kepada anak-anaknya, suami, atau orang lain.
- 2) Obat kolesterol, statin yang diresepkan sebagai obat kolesterol tinggi menimbulkan efek samping yang menyebabkan seseorang mudah kehilangan kesabaran. Di dalam sebuah studi yang dilakukan para peneliti dari Universitas California, statin akan membuat serotonin lebih rendah yang menyebabkan peningkatan depresi dan kematian (Latifa, 2012: 75).
- 3) Diabetes, seorang penderita diabetes yang kekurangan gula darah akan meningkat kemarahannya. Ketidakseimbangan kadar gula pada tubuh dapat menyebabkan ketidakseimbangan serotonin dalam otak. Akibatnya, seseorang menjadi lebih agresif, kebingungan, marah berlebihan, dan bahkan serangan panik.
- 4) Depresi, menurut Paulus Blenkiron (dalam Latifa, 2012: 76), seorang psikiater di Bootham Park Hospital, York, akibat depresi seseorang dapat merasa sangat marah, gelisah, serta menyebabkan perasaan tidak berharga, malu atau merasa bersalah.

- 5) Autisme, gangguan perkembangan ini bisa mempengaruhi pertumbuhan otak secara normal serta keterampilan sosial dan komunikasi. Banyak hal yang menstimulasi sensorik dapat meningkatkan kemarahan penderita autisme.
- 6) Alzheimer, penyakit ini merupakan bentuk demensia atau kepikunan yang mempengaruhi fungsi otak termasuk perilaku emosional dan kepribadian seseorang. Hal ini dapat menyebabkan ledakan kemarahan.
- 7) Obat tidur, obat-obat tidur seperti Benzodiazepin bekerja dengan memperlambat berbagai fungsi otak. Cara kerjanya yaitu dengan pengurangan beberapa fungsi, obat tidur ini bisa menambah kemarahan seseorang.
- 8) Sindrom pra menstruasi, sindrom pra menstruasi (PMS) pada wanita terjadi karena tidak seimbangnya hormon seperti estrogen dan progesteron. Wanita menjadi lebih mudah marah tanpa alasan yang jelas. Menurut American College of Obstetrics and Gynecology (dalam Latifa, 2012: 76), *mood* wanita bisa berubah selama dua minggu terakhir siklus menstruasi atau dua minggu sebelum menstruasi.

Selain di atas ada penyebab kemarahan lainnya yang diungkapkan oleh Rumambay. Hal-hal yang menyebabkan kemarahan menurut Rumambay (2011: 43) antara lain sebagai berikut.

- 1) Sombong atau merasa lebih tinggi dari orang lain. Jika sifat sombong ini bercokol dalam hati, sudah dipastikan orang tersebut akan sering marah. Ketika teman kita hanya bercanda kepada kita, kita langsung marah, dan berkata “kamu menghina saya yah?”, padahal teman kita itu hanya berniat bercanda dan mencairkan suasana. Semua tindakan yang dilakukan oleh orang lain pasti akan mudah menjadi penyebab marah kita jika kita memiliki sifat sombong ini.

Dunia akan terasa sempit, teman-teman kita akan menjauhi kita, dan akhirnya kita hanya menelan kekecewaan dan kesedihan itu sendiri.

- 2) Terlalu banyak dan berlebihan dalam bercanda juga merupakan salah satu penyebab kita menjadi cepat marah. Jika kita banyak bercanda dengan teman kita, sudah dipastikan kita akan mudah marah jika kita tidak bisa menempatkan dan menyikapi canda pada tempatnya. Makin sering kita bercanda, maka makin banyak juga pemicu kita untuk marah.
- 3) Berdebat dengan merasa diri kita paling benar. Ini juga sering terjadi di lingkungan kita. Banyak ajang-ajang diskusi yang malah menjadi ajang adu emosi hanya karena para pesertanya tidak mau membuka diri dengan pendapat orang lain. Mereka merasa dirinya paling benar, sehingga ketika ada orang lain mengutarakan pendapatnya mereka tidak mau menerima. Pada akhirnya malah menjadi ajang adu emosi. Hal tersebut terjadi karena mereka tidak mau membuka hatinya untuk menerima kebenaran dari orang lain. Menutup diri merasa paling benar ini juga merupakan sebuah masalah besar, karena jika seseorang sudah merasa paling benar maka dia akan sulit untuk berkembang dan maju menjadi lebih baik.
- 4) Rakus dalam menumpuk harta. Orang yang senang menumpuk-numpuk harta, yang kehidupan dunianya hanya ditujukan untuk mencari harta semata dengan menghalalkan segala cara untuk mendapatkannya. Orang seperti ini tidak akan merasa bahagia dalam hidupnya walaupun dia sudah memiliki harta yang banyak atau mungkin lebih. Dia tidak akan pernah merasa puas dan tenang dalam hidupnya.

Ketika dia mendapatkan harta, maka dia akan bernafsu mendapatkan yang lebih banyak lagi. Ketika dia sedang terobsesi untuk mendapatkan lebih banyak harta dan pastinya ketika dia berusaha untuk mendapatkan harta lebih banyak, tidak selamanya dia akan menemui kemudahan dalam mencarinya. Ketika kesulitan-kesulitan itu menghadapinya, maka pikiran dia akan semakin tertekan karena usahanya itu tidak diimbangi rasa syukur. Keadaan seperti itu inilah yang menimbulkan orang itu akan mudah marah karena pikirannya penuh tekanan dan obsesinya hanya harta semata.

- 5) Orang yang berkuasa, merasa dirinya paling benar dan cenderung akan selalu menyalahkan orang lain. Ketika seseorang merasa dirinya paling benar, maka dia akan meremehkan orang lain. Apabila dua sikap ini bertemu dalam satu peristiwa pada diri seseorang, maka akan terbentuklah sikap egois. Ketika sudah muncul sikap egois, maka akan timbul perasaan tidak ingin ditentang dan jika ada yang menentangnya, maka timbullah rasa marah dalam dirinya.
- 6) Dendam, merupakan perasaan sakit hati yang tersimpan atau terpendam dalam diri seseorang. Setiap kali ia teringat akan kejadian atau sosok yang telah menyakitinya, maka saat itulah akan muncul rasa marah. Hidup orang yang pendendam tidak akan tenang karena dia selalu dihinggapi perasaan marah ketika diingatkan pada kejadian atau sosok yang menjadi sumber dendam dalam dirinya.
- 7) Direndahkan atau tidak dianggap, mungkin kita jarang menyadari bahwa seburuk apa pun seseorang, bukan berarti dia pantas untuk direndahkan, tidak dianggap, atau bahkan dihina. Perasaan marah akan mudah timbul pada orang-orang tersebut. Setiap kali dia tidak direspon atau tidak diterima, maka saat

itulah perasaan marah akan muncul. Walau bagaimanapun pada dasarnya seseorang mempunyai harga diri dan pada saat-saat tertentu ia menginginkan untuk dihargai.

- 8) Sengaja dibuat marah, didalam kondisi ini biasanya terjadi pada kasus seseorang sedang dihasut. Bagaimana caranya agar emosinya terpancing, meski orang tersebut bukan tipe pemarah tapi minimal emosinya bisa sedikit meluap ketika mendengar dan menerima persepsi yang salah dari si penghasut.
- 9) Momentum tertentu, ada momen-momen tertentu yang bisa menyebabkan seseorang marah ketika merasa terganggu, di antaranya ketika dalam kondisi lapar, mengantuk, kecewa, sedang serius, sakit, sibuk, sedih, malu, lelah, dan masih banyak lagi.

c. Dampak Kemarahan

Setiap orang memiliki karakteristik yang berbeda-beda. Ada yang pendiam, sabar, kalem, supel, ramah, atau mudah marah. Setiap karakter tersebut sangatlah berpengaruh terhadap kondisi kesehatan pribadi masing-masing karena karakter seseorang merupakan keadaan mental yang erat kaitannya dengan kondisi fisik. Hal ini bisa dilihat terhadap orang yang hidupnya selalu ceria dan bahagia, biasanya keadaan fisiknya terlihat sehat dan fit.

Sebaliknya, orang yang hidupnya selalu dipenuhi dengan kemarahan atau mudah tersinggung, biasanya cenderung mudah *stress* yang nantinya akan mempengaruhi kesehatan fisiknya. Bahkan, secara medis, seseorang yang cenderung mudah marah atau meluapkan kemarahannya secara berlebihan dapat mengakibatkan timbulnya

beberapa penyakit serius, seperti darah tinggi atau penyakit jantung. Lebih parah lagi, bisa menimbulkan pecahnya pembuluh darah sehingga mengakibatkan kematian.

Di antara banyaknya faktor penyebab timbulnya marah pada diri seseorang, tentunya akan ada dampak yang diterima. Dampak kemarahan menurut Febrina (2013: 31) akan diuraikan sebagai berikut.

1) Stroke

Stroke merupakan penyakit pembuluh darah otak di mana pasokan darah yang menuju bagian otak mengalami gangguan. Hal ini ditandai dengan kematian jaringan otak yang disebabkan adanya penyempitan atau pecahnya pembuluh darah menuju otak, sehingga pasokan darah dan oksigen ke otak berkurang dan menimbulkan serangkaian reaksi biokimia yang akan merusak dan mematikan sel-sel saraf otak. Ada dua faktor yang dapat menyebabkan seseorang terkena stroke, yaitu faktor resiko medis dan faktor resiko perilaku.

Secara medis, seseorang yang memiliki hipertensi, kolesterol tinggi, arteriosklerosis yaitu pengerasan pada pembuluh darah, diabetes, atau riwayat stroke (faktor keturunan) beresiko seseorang terkena stroke. Sementara secara perilaku, stroke bisa menyerang seseorang yang memiliki gaya hidup atau pola makan yang tidak sehat. Pola makan yang tidak sehat tersebut seperti kebiasaan merokok, mengonsumsi minuman beralkohol, terlalu sering mengonsumsi makanan cepat saji, kurang olahraga, dan suasana hati.

Seseorang yang suasana hatinya selalu kurang nyaman, biasanya sering menimbulkan perasaan-perasaan tertentu seperti marah, kesal, jengkel yang kadang tidak beralasan. Jika hal ini sering terjadi, maka bisa menjadi pemicu seseorang terkena stroke. Meski terkadang penderita penyakit stroke masih bisa diselamatkan, namun biasanya akan mengalami kelumpuhan di sebagian atau seluruh tubuhnya, mengalami hilang ingatan sebagian dan tidak bisa berbicara.

2) Serangan Jantung

Suasana hati yang buruk akan mengganggu sirkulasi otak. Bahkan sebuah studi ilmiah di Swedia mengidentifikasi bahwa luapan emosi pada saat marah dapat meningkatkan resiko terkena serangan jantung dan dapat memperlemah sistem kekebalan tubuh. Menurut para ahli, saat marah maka detak jantung akan meningkat menjadi 180 detak/menit sehingga lebih banyak membutuhkan oksigen dan membuat napas menjadi lebih sesak. Selain itu, aliran darah ke otot juga mengalami kenaikan yang membuat tubuh menjadi menegang dan pada saat yang sama glukosa meningkat untuk memberikan energi bagi otot untuk memompa kelenjar adrenal mengeluarkan hormon adrenalin.

Seseorang yang sedang dalam kondisi marah, maka jantung mereka akan berdetak lebih cepat. Selain itu penglihatan dan pendengaran pun akan menjadi lebih tajam. Namun, jika hal ini terjadi secara terus menerus maka akan ada banyak bagian di sistem kardiovaskular dalam tubuh menjadi rusak.

3) Depresi

Orang yang sering marah cenderung memiliki emosi negatif yang kronis. Terlalu sering dikelilingi aura emosi negatif tentu saja akan merusak tubuh dan pikiran. Salah satu dampak yang paling membahayakan karena terlalu sering marah yakni depresi. Depresi tidak hanya menyerang tubuh saja tapi berdampak pada perilaku, perasaan, dan pikiran seseorang. Depresi merupakan dampak yang paling berbahaya karena bukan hanya fisik yang terganggu, namun jiwanya pun mulai terganggu.

Mulanya kemarahan hanya tertuju pada hal-hal yang memang sewajarnya. Namun, jika seseorang mulai sering marah terhadap sesuatu yang sebenarnya dia tidak perlu sampai marah, ada kemungkinan itu adalah gejala depresi. Gejala lainnya yaitu mulai bosan dan hilang ketertarikan terhadap aktifitas yang normal dilakukan setiap hari, sering gelisah, sedih, cemas, menangis tanpa alasan, lambat berpikir, sering lelah, kurang bergairah, dan hilang energi.

Sebenarnya marah merupakan reaksi emosional yang sangat wajar, sama halnya dengan rasa takut, bersalah, dan sedih. Hanya saja marah menimbulkan dampak langsung yang lebih merusak. Di dalam beberapa penelitian ilmiah pun dikatakan bahwa setiap kali seseorang marah, maka telah terjadi berbagai perubahan pada seluruh tubuhnya, mulai dari hati, pembuluh darah, perut, otak, dan kelenjar-kelenjar dalam tubuh. Seluruh jalan fungsi tubuh yang alamiah berubah pada waktu marah, termasuk juga hormon yang berubah menjadi bahan bakar pada saat timbul rasa marah.

Marah hanya akan mempercepat proses kematian dalam hidup kita. Oleh karena itu, sebisa mungkin kita jauhi sikap marah yang terlalu berlebihan. Mungkin salah satu cara paling simpel dan sering dilakukan untuk menekan rasa marah pada diri yaitu dengan menarik napas dalam-dalam lalu mengeluarkannya secara perlahan. Ini memang bukan cara yang mutlak, namun setidaknya cukup membantu suasana hati sedikit menjadi lebih baik.

d. Cara Mengatasi Kemarahan

Agar tali silaturahmi dapat terjaga hendaknya seseorang membentuk kepribadian menjadi seorang muslim yang kuat. Maka sudah seharusnya setiap manusia mampu mengendalikan amarah. Hal itu disebabkan karena jika seseorang sudah mempunyai kepribadian yang kuat, maka akan mudah dalam menjalani hidup. Pada akhirnya pun orang tersebut mendapatkan kebahagiaan. Berdasarkan keterangan di atas, maka kita harus mengatasi amarah dengan cara-cara tertentu. Cara-cara mengatasi kemarahan menurut Rumambay (2011: 45) yaitu sebagai berikut.

- 1) Melatih diri untuk berperilaku dan berakhlak baik dalam kehidupan sehari-hari. Jika sering melatih dan memperbaiki kepribadian diri, maka akan terbiasa berperilaku baik. Sehingga ketika timbul keinginan untuk berperilaku buruk semisal marah, maka kemarahan tersebut akan teredakan oleh kepribadian yang sudah terbentuk dari sebelumnya. Keganjilan akan muncul ketika seseorang berperilaku buruk karena orang tersebut sudah terbiasa berperilaku dan berakhlak baik.
- 2) Berpikir sebelum bertindak dan memikirkan akibat yang ditimbulkan jika marah. Ketika seseorang merasa emosi sudah mulai tak terkendali dan

kemarahan mulai muncul dalam hati, ketika inilah orang tersebut berpikir bagaimana seharusnya bertindak mengendalikan emosi serta memikirkan akibat yang akan ditimbulkan. Sudah sepantasnya berpikir sebelum bertindak, bukan hanya ketika kemarahan muncul, tapi dalam segi kehidupan sehari-hari. Hal tersebut dikarenakan tindakan yang tidak dipikirkan sebelumnya hanya akan menimbulkan banyak masalah.

- 3) Meminta perlindungan kepada Allah SWT dari godaan setan terkutuk. Ketika amarah mulai muncul maka segera ucapkan “*Audzubillahiminasyaitonirrojim*” yang artinya aku berlindung kepada Allah dari godaan syetan yang terkutuk.
- 4) Merubah posisi ketika sedang marah merupakan salah satu pereda marah. Jika ketika marah posisi sedang berdiri, maka segeralah duduk. Jika sudah duduk tetapi emosi, maka segeralah berbaring. Jika sudah berbaring namun emosi belum reda juga, maka berwudhulah kemudian shalat sunah dua rakaat. Selain itu, dapat juga melakukannya dengan cara meninggalkan orang yang membuat seseorang tersebut marah.
- 5) Jalan-jalan ke luar mencari tempat yang menyejukkan hati dan pikiran. Tempat tujuannya yaitu seperti taman kota, perkebunan, naik gunung, dan lain-lain yang terpenting tempat tersebut dapat menyejukkan hati yang hakiki.

e. Jenis-jenis Kemarahan

Marah merupakan salah satu bentuk luapan emosi yang pasti sering ditemui dan mungkin dilakukan sendiri. Banyak hal yang dapat menjadi penyebab seseorang marah, bahkan mungkin hal sederhana. Meskipun begitu dampak dari kemarahan terkadang juga lebih buruk dari kemarahan itu sendiri. Hal yang harus diingat

ketika mengalami kemarahan adalah jangan terpancing emosi, terutama jika telah mengetahui jenis-jenis kemarahan. Jenis-jenis kemarahan yang dimaksud menurut Kusumaningrum (2015: 12) yaitu sebagai berikut.

- 1) Iritasi, sering merasa kesal karena tiba-tiba komputer mati saat sedang mengerjakan tugas. Hal inilah yang disebut dengan kemarahan iritasi. Kemarahan ini terjadi karena seseorang kesal akibat adanya beberapa gangguan. Ketimbang jadi emosi, lebih baik ambil napas dalam-dalam dan hitung sampai 10 untuk mengendalikannya.
- 2) Frustrasi, ada beberapa hal yang direncanakan namun tidak dapat berjalan dengan semestinya. Hal ini dapat membuat seseorang marah. Inilah yang disebut dengan frustrasi. Agar terhindar dari jenis kemarahan ini, seseorang harus belajar untuk mulai mengurangi ekspektasi dan menerima keadaan serta mensyukurinya.
- 3) Kebencian, terkadang juga dapat berkembang menjadi kemarahan. Benci karena seseorang atau keadaan semuanya dapat menjadi penyebabnya. Solusi untuk mengendalikan hal ini adalah berhenti untuk membenci seseorang atau sesuatu, sebab hal tersebut tidak ada gunanya.
- 4) Penghinaan, saat dihina tentu saja reaksinya adalah marah. Sebab seseorang merasa bahwa orang yang menghina sama sekali tidak mengerti akan diri orang tersebut. Mungkin dirinya juga tidak sebaik orang tersebut. Ketimbang emosi lebih baik pisahkan diri dari orang-orang semacam itu. Sebab mereka sama sekali tidak memberikan manfaat positif untuk diri sendiri.

2.3 Novel

Novel adalah sebuah karya fiksi prosa yang tertulis dan naratif. Biasanya novel berbentuk cerita. Penulis novel disebut novelis. Kata novel berasal dari bahasa Italia, “novella” yang berarti “sebuah kisah, sepotong berita”. Novel lebih panjang (setidaknya 40.000 kata) dan lebih kompleks dari cerpen dan tidak dibatasi keterbatasan struktural dan metrikal sandiwara atau sajak. Pada umumnya, sebuah novel bercerita tentang tokoh-tokoh dan kelakuan mereka dalam kehidupan sehari-hari dengan menitikberatkan pada sisi-sisi yang aneh dari naratif tersebut.

Novel dalam bahasa Indonesia berbeda dari roman. Sebuah roman alur ceritanya lebih kompleks dan jumlah pemeran atau tokoh cerita juga lebih banyak. Di dalam bahasa Inggris dua ragam fiksi naratif yang utama disebut *romance* (romansa) dan novel. Novel bersifat *realistik*, sedangkan roman bersifat *puitik* dan *epik*. Hal itu menunjukkan bahwa keduanya berasal dari sumber yang berbeda.

Novel berkembang dari bentuk-bentuk naratif nonfiksi, misalnya surat, biografi, kronik, dan sejarah. Novel berkembang dari dokumen-dokumen dan secara stilistika menekankan pentingnya detail dan bersifat mimesis. Novel lebih mengacu kepada realitas yang lebih tinggi dan psikologi yang lebih mendalam (Purba, 2012: 64). Roman merupakan kelanjutan epik (Wellek dan Waren, dalam Purba, 2012: 64).

Roman sebenarnya lebih tua dari novel. Menurut Frye (dalam Purba, 2012: 64), roman tak berusaha menggambarkan tokoh secara nyata dan secara lebih realistis. Ia lebih menggambarkan angan-angan dengan tokoh yang lebih *introvert* dan

subyektif. Novel lebih mencerminkan gambaran tokoh nyata, tokoh yang berangkat dari realitas sosial. Ia merupakan tokoh yang lebih memiliki derajat *lifelike*, di samping merupakan tokoh yang bersifat *ekstrovert*.

2.4 Unsur Intrinsik

Unsur intrinsik ialah unsur yang menyusun sebuah karya sastra dari dalam yang mewujudkan struktur suatu karya sastra, seperti: tema dan amanat, tokoh dan penokohan, alur dan pengaluran, latar dan pelataran, gaya bahasa, dan pusat pengisahan.

2.4.1 Tema dan Amanat

a. Hakikat Tema dan Amanat

Tema adalah ide/gagasan yang ingin disampaikan pengarang dalam ceritanya. Tema ini akan diketahui setelah seluruh unsur prosa-fiksi itu dikaji (Suyanto, 2012: 54). Tema adalah gagasan (makna) dasar umum yang menompang sebuah karya sastra sebagai struktur semantik dan bersifat abstrak yang secara berulang-ulang dimunculkan lewat motif-motif dan biasanya dilakukan secara implisit (Nurgiyantoro, 2013: 115). Penulis berpendapat bahwa tema ialah persoalan yang menduduki tempat utama dalam karya sastra.

Tema yang merupakan motif pengikat keseluruhan cerita biasanya tidak serta-merta ditunjukkan. Ia haruslah dipahami dan ditafsirkan melalui cerita dan data-data lain, dan itu merupakan kegiatan yang sering tidak mudah dilakukan. Tema

disaring dari motif-motif yang terdapat dalam karya yang bersangkutan, yang menentukan hadirnya peristiwa-peristiwa, konflik, dan situasi tertentu.

Amanat ialah pemecahan yang diberikan oleh pengarang bagi persoalan di dalam karya sastra. Amanat biasanya disebut makna. Makna dibedakan menjadi makna niatan dan makna muatan. Makna niatan ialah makna yang diniatkan oleh pengarang bagi karya sastra yang ditulisnya. Makna muatan ialah makna yang termuat dalam karya sastra tersebut (Redaksi, 2012: 5).

b. Penggolongan Tema

1. Tema Tradisional dan Nontradisional

Tema tradisional dimaksudkan sebagai tema yang menunjuk pada tema yang monoton, dalam arti tema itu telah lama dipergunakan dan dapat ditemukan dalam berbagai cerita, termasuk cerita lama. Pada umumnya tema-tema tradisional merupakan tema yang digemari orang dengan status sosial apapun, di manapun, dan kapanpun. Hal itu disebabkan pada dasarnya setiap orang cinta akan kebenaran dan membenci sesuatu yang sebaliknya.

Tema sebuah karya mungkin saja mengangkat sesuatu yang tidak lazim, katakana sesuatu yang nontradisional, yang dalam kaitan ini adalah tema nontradisional. Sifatnya yang nontradisional inilah, tema yang demikian mungkin tidak sesuai dengan harapan pembaca, menjadi melawan arus, mengejutkan, bahkan boleh jadi mengesalkan, mengecewakan, atau berbagai reaksi afektif yang lain.

2. Tema Utama dan Tema Tambahan

Tema utama/pokok (tema mayor) ialah tema yang sangat menonjol dan menjadi persoalan. Menentukan tema mayor sebuah cerita pada hakikatnya merupakan aktivitas mengidentifikasi, memilih, mempertimbangkan, dan menilai di antara sejumlah makna yang ditafsirkan ada dikandung oleh karya yang bersangkutan. Tema tambahan (tema minor) ialah tema yang tidak menonjol (Redaksi, 2012: 5).

Makna-makna tambahan bukan merupakan sesuatu yang berdiri sendiri, terpisah dari makna pokok cerita yang bersangkutan berhubung sebuah novel yang jadi merupakan satu kesatuan. Makna pokok cerita bersifat merangkum berbagai makna khusus, makna-makna tambahan itu bersifat mendukung dan mencerminkan makna utama keseluruhan cerita (Nurgiyantoro, 2013: 134). Jadi, makna-makna tambahan itu bersifat mempertegas eksistensi makna utama (tema mayor). Pembaca dapat mengidentifikasi suatu makna sebagai makna pokok jika berada dalam perbandingannya dengan makna-makna yang lain yang dapat ditafsirkan dari karya itu.

2.4.2 Tokoh dan Penokohan

a. Hakikat Tokoh dan Penokohan

Tokoh adalah pelaku cerita. Tokoh tidak selalu berwujud manusia, tapi bergantung pada siapa atau apa yang diceritakannya itu dalam cerita. Penokohan atau perwatakan ialah teknik atau cara pengarang menampilkan tokoh-tokoh dan watak-wataknya itu dalam suatu cerita. Watak/karakter juga bisa disebut sebagai sifat dan

sikap para tokoh tersebut. Ada beberapa cara atau metode yang digunakan pengarang dalam menampilkan tokoh beserta wataknya ini dalam cerita, termasuk melalui gaya bahasa (Suyanto, 2012:47).

Penggunaan istilah karakter (*character*) sendiri dalam berbagai literatur bahasa Inggris menyaran pada dua pengertian yang berbeda, yaitu sebagai tokoh cerita yang ditampilkan dan sebagai sikap ketertarikan, keinginan, emosi, dan prinsip moral yang dimiliki tokoh-tokoh tersebut (Stanton, dalam Nurgiyantoro, 2013: 247). Oleh karena itu *character* dapat berarti ‘pelaku cerita’ dan dapat pula berarti ‘perwatakan’. Antara seorang tokoh dengan perwatakan yang dimilikinya, memang merupakan suatu kepaduan yang utuh. Penyebutan nama tokoh tertentu tidak jarang langsung mengisyaratkan kepada pembaca perwatakan yang dimilikinya. Hal itu terjadi terutama pada tokoh-tokoh yang telah menjadi milik masyarakat.

b. Penokohan dan Unsur Cerita Lain

Penokohan sebagai salah satu unsur pembangun fiksi dapat dikaji dan dianalisis keterjalannya dengan unsur-unsur pembangun lainnya. Jika fiksi yang bersangkutan merupakan sebuah karya yang berhasil, penokohan pasti berjalan secara harmonis dan saling melengkapi dengan berbagai unsur yang lain, misalnya dengan unsur plot dan tema, atau unsur latar, sudut pandang, gaya, amanat, dan lain-lain (Nurgiyantoro, 2013: 254).

Penokohan dan pemlotan dalam kehidupan sehari-hari manusia sebenarnya tidak ada plot. Plot merupakan sesuatu yang bersifat *artificial*. Ia pada hakikatnya hanya merupakan suatu bentuk pengalaman, yang sendiri sebenarnya tidak memiliki

bentuk. Pemunculan peristiwa itu lebih merupakan suatu bentuk pengalaman yang sendiri sebenarnya tidak memiliki bentuk. Pemunculan peristiwa itu lebih merupakan penyeleksian terhadap berbagai peristiwa yang ingin diungkapkan.

Pada cerita fiksi, plot memang penting, ia merupakan tulang punggung cerita. Namun, tokoh-tokoh cerita akan lebih menarik perhatian pembaca. Pembaca lebih dikesani oleh penampilan kehidupan dan jati diri para tokoh pelaku cerita yang memang lebih banyak menjanjikan. Pada kaitan ini, plot sekadar merupakan sarana untuk memahami perjalanan kehidupan tokoh atau sebaliknya.

Penokohan dan pemlotan merupakan dua fakta cerita yang saling memengaruhi dan menggantungkan satu dengan yang lain. Plot adalah apa yang dilakukan tokoh dan apa yang menimpanya. Ada kejadian demi kejadian ketegangan konflik dan sampai ke klimaks yang notabene kesemuanya merupakan hal-hal yang esensial dalam plot.

Penokohan dan tema dalam sebuah cerita fiksi, tema berfungsi mengikat dan menyatukan keseluruhan unsur fiksi tersebut. Sebagai unsur utama fiksi, penokohan erat berhubungan dengan tema. Tokoh-tokoh cerita itulah terutama yang sebagai pelaku penyampai tema, secara terselubung ataupun terang-terangan. Adanya perbedaan tema akan menyebabkan perbedaan pemerlakuan tokoh cerita yang ditugasi menyampaikannya. Pengarang ada umumnya akan memilih tokoh-tokoh tertentu yang dipertimbangkan paling sesuai untuk mendukung temanya.

c. Relevansi Tokoh

Ada beberapa bentuk relevansi tokoh cerita. Seorang tokoh cerita yang ciptaan pengarang itu, jika disukai banyak orang dalam kehidupan nyata, apalagi sampai digandrungi berarti merupakan tokoh fiksi yang mempunyai relevansi (Kenny, dalam Nurgiyantoro, 2013: 257). Salah satu bentuk relevansi tokoh sering dihubungkan dengan keadaan seperti kehidupan (*lifelikeness*).

Seorang tokoh cerita dianggap relevan bagi pembaca atau relevan dengan pengalaman kehidupan pembaca, jika ia seperti pembaca atau orang lain yang pembaca ketahui. Pembaca sering mengharapkan tokoh yang demikian. Namun, sebenarnya hal itu tidak saja berarti membatasi kreativitas imajinasi pengarang, juga melupakan fungsi tokoh sebagai elemen fiksi. Pengarang mempunyai kebebasan menciptakan tokoh yang bagaimanapun dengan hanya merasa terikat bahwa tokohnya relevan dengan pengalaman kehidupannya sendiri dan mungkin pembaca.

Relevansi tokoh dan penokohan harus dilihat dalam kaitannya dengan berbagai unsur yang lain dan peranannya dalam cerita secara keseluruhan. Tokoh memang unsur yang terpenting dalam cerita fiksi, namun bagaimanapun juga ia tetap terikat oleh unsur-unsur yang lain. Bagaimana jalinan dan bentuk keterkaitan unsur tokoh dengan unsur-unsur yang lain dalam sebuah cerita fiksi, perlu ditinjau satu per satu. Jika tokoh memang berjalanan erat, saling melengkapi dan menentukan dengan unsur-unsur yang lain dalam membentuk keutuhan yang artistik, tokoh mempunyai bentuk relevansi dengan cerita secara keseluruhan. Penokohan telah dikembangkan sesuai dengan tuntutan cerita (Nurgiyantoro, 2013: 258).

d. Perbedaan Tokoh

1. Tokoh Utama dan Tokoh Tambahan

Tokoh utama adalah tokoh yang diutamakan penceritaannya dalam novel yang bersangkutan. Ia merupakan tokoh yang paling banyak diceritakan. Baik sebagai pelaku kejadian maupun yang dikenai kejadian. Bahkan pada novel-novel tertentu, tokoh utama senantiasa hadir dalam setiap kejadian dan dapat ditemui dalam tiap halaman buku cerita yang bersangkutan.

Karena tokoh utama paling banyak diceritakan dan selalu berhubungan dengan tokoh-tokoh lain, ia sangat menentukan perkembangan plot cerita secara keseluruhan. Ia selalu hadir sebagai pelaku atau yang dikenai kejadian dan konflik penting yang memengaruhi perkembangan plot. Plot utama sebenarnya tidak lain adalah cerita tentang tokoh utama, bahkan kehadiran plot-plot lain atau sub-sub plot lazimnya berfungsi memperkuat ekstensi tokoh utama itu juga.

Di pihak lain, pemunculan tokoh-tokoh tambahan biasanya diabaikan atau paling tidak kurang mendapat perhatian. Tokoh utama adalah yang dibuat sinopsisnya, yaitu dalam kegiatan pembuatan sinopsis, tokoh tambahan biasanya diabaikan karena sinopsis hanya berisi intisari cerita. Tokoh utama dalam sebuah novel mungkin saja lebih dari seorang walau kadar keutamaannya belum tentu sama. Keutamaan mereka ditentukan oleh dominasi banyaknya penceritaan dan pengaruhnya terhadap perkembangan plot secara keseluruhan.

2. Tokoh Protagonis dan Tokoh Antagonis

Dilihat dari fungsi penampilan tokoh dapat dibedakan ke dalam tokoh protagonis dan tokoh antagonis. Pada saat membaca sebuah novel, pembaca sering mengidentifikasikan diri dengan tokoh-tokoh tertentu, memberikan rasa simpati dan empati, melibatkan diri secara emosional terhadap tokoh tersebut. Tokoh yang disikapi demikian oleh pembaca disebut sebagai tokoh protagonis (Altenbernd & Lewis, dalam Nurgiyantoro, 2013: 261).

Tokoh protagonis adalah tokoh yang pembaca kagumi salah satu jenisnya secara populer disebut *hero*, tokoh yang merupakan pengejawantahan norma-norma atau nilai-nilai yang ideal bagi pembaca (Nurgiyantoro, 2013: 261). Tokoh protagonis menampilkan sesuatu yang sesuai dengan pandangan dan harapan-harapan pembaca. Maka pembaca sering mengenalinya sebagai memiliki kesamaan dengannya, permasalahan yang dihadapinya seolah-olah juga sebagai permasalahan pembaca, demikian pula dalam menyikapinya. Identifikasi diri terhadap tokoh yang demikian merupakan empati yang diberikan oleh pembaca.

Sebuah fiksi harus mengandung konflik, ketegangan khususnya konflik dan ketegangan yang dialami oleh tokoh protagonis. Tokoh yang menjadi penyebab terjadinya konflik disebut tokoh antagonis. Tokoh antagonis adalah tokoh yang berposisi dengan tokoh protagonis secara langsung ataupun tidak langsung, bersifat fisik ataupun batin. Secara umum dapat dikatakan bahwa kehadiran tokoh antagonis penting dalam cerita fiksi, khususnya fiksi yang mengangkat masalah pertentangan antara dua kepentingan, seperti baik –buruk, baik-jahat,

benar-salah, dan lainnya yang sejenis. Tokoh antagonislah yang menyebabkan timbulnya konflik dan ketegangan sehingga cerita menjadi menarik.

3. Tokoh Sederhana dan Tokoh Bulat

Perbedaan tokoh sederhana dan tokoh bulat dilakukan berdasarkan perwatakannya. Setelah deskripsi perwatakan seorang tokoh diperoleh, pembaca dapat menentukan ke dalam kategori mana secara lebih dapat dipertanggungjawabkan. Tokoh sederhana adalah tokoh yang hanya memiliki satu kualitas pribadi tertentu, satu sifat watak tertentu saja. Sifat, sikap, dan tingkah laku seorang tokoh sederhana bersifat datar, monoton, hanya mencerminkan satu watak tertentu (Nurgiyantoro, 2013: 265).

Tokoh bulat (tokoh kompleks) adalah tokoh yang memiliki dan diungkapkan berbagai kemungkinan sisi kehidupannya, sisi kepribadian, dan jati dirinya. Ia dapat saja memiliki watak tertentu yang dapat diformulasikan, namun ia pun dapat menampilkan watak dan tingkah laku bermacam-macam, bahkan mungkin tampak bertentangan dan sulit diduga. Oleh karena itu, perwatakannya pun pada umumnya sulit dideskripsikan secara tepat. Dibandingkan dengan tokoh sederhana, tokoh bulat lebih menyerupai kehidupan manusia yang sesungguhnya karena disamping memiliki berbagai kemungkinan sikap dan tindakan, ia juga sering memberikan kejutan (Abrams, dalam Nurgiyantoro, 2013: 267).

4. Tokoh Statis dan Tokoh Berkembang

Tokoh statis adalah tokoh cerita yang secara esensial tidak mengalami perubahan dan perkembangan perwatakan sebagai akibat adanya peristiwa-peristiwa yang terjadi (Altenbernd & Lewis, dalam Nurgiyantoro, 2013: 272). Tokoh jenis ini tampak seperti kurang terlibat dan tidak terpengaruh oleh adanya perubahan-perubahan lingkungan yang terjadi karena adanya hubungan antarmanusia. Tokoh statis memiliki sikap dan watak yang relatif tetap, tidak berkembang sejak awal sampai akhir cerita.

Tokoh berkembang adalah tokoh cerita yang mengalami perubahan dan perkembangan perwatakan yang sejalan dengan perkembangan peristiwa dan plot yang dikisahkan. Ia secara aktif berinteraksi dengan lingkungannya, baik lingkungan sosial, alam, maupun lainnya yang semuanya akan memengaruhi sikap wataknya. Sikap dan watak tokoh berkembang dengan demikian akan mengalami perkembangan dan perubahan dari awal, tengah, dan akhir cerita sesuai dengan tuntutan logika cerita secara keseluruhan.

5. Tokoh Tipikal dan Tokoh Netral

Tokoh tipikal adalah tokoh yang hanya sedikit ditampilkan keadaan individualitasnya dan lebih banyak ditonjolkan kualitas pekerjaan atau kebangsaannya atau sesuatu yang lain yang lebih bersifat mewakili. Tokoh tipikal merupakan penggambaran, pencerminan, atau penunjukan terhadap orang atau sekelompok orang yang terikat dalam sebuah lembaga, atau seorang individu sebagai bagian dari suatu lembaga yang ada di dunia nyata.

Penggambaran itu tentu saja bersifat tidak langsung dan tidak menyeluruh, justru pihak pembacalah yang menafsirkannya secara demikian berdasarkan pengetahuan, pengalaman, dan persepsinya terhadap tokoh di dunia nyata dan pemahamannya terhadap tokoh di dunia fiksi.

Tokoh netral adalah tokoh cerita yang bereksistensi demi cerita itu sendiri. Ia benar-benar merupakan tokoh imajinatif yang hanya hidup dan bereksistensi dalam dunia fiksi. Ia hadir semata-mata demi cerita atau bahkan dialah sebenarnya yang punya cerita, pelaku cerita, dan yang diceritakan. Kehadirannya tidak berpretensi untuk mewakili atau menggambarkan sesuatu yang di luar dirinya, seseorang yang berasal dari dunia nyata. Paling tidak pembaca mengalami kesulitan untuk menafsirkannya sebagai bersifat mewakili berhubung kurang ada unsur bukti pencerminan diri kenyataan di dunia nyata.

e. Teknik Pelukisan Tokoh

Pelukisan tokoh dalam suatu karya yaitu pelukisan sifat, sikap, watak, tingkah laku, dan berbagai hal lain yang berhubungan dengan jati diri tokoh. Hal ini dapat dibedakan ke dalam dua teknik yaitu sebagai berikut.

1. Teknik Ekspositori

Pada teknik ekspositori pelukisan tokoh cerita dilakukan dengan memberikan deskripsi, uraian, atau penjelasan secara langsung. Tokoh cerita hadir dan dihadirkan oleh pengarang dihadapan pembaca dengan cara tidak berbelit-belit, melainkan begitu saja dan langsung disertai deskripsi kediriannya yang mungkin

berupa sikap, sifat, watak, tingkah laku, atau bahkan juga ciri fisiknya. Bahkan sering dijumpai dalam suatu cerita fiksi, belum lagi pembaca akrab berkenalan dengan tokoh cerita itu, informasi kedirian tokoh tersebut justru telah lebih dahulu pembaca terima secara lengkap. Pengarang tidak hanya memperkenalkan latar dan suasana dalam rangka menyituasikan pembaca, melainkan juga data-data kedirian tokoh cerita.

2. Tokoh Dramatik

Penampilan tokoh cerita dalam teknik dramatik, artinya mirip dengan yang ditampilkan pada drama yaitu dilakukan secara tidak langsung. Maksudnya, pengarang tidak mendeskripsikan secara eksplisit sifat dan sikap serta tingkah laku para tokoh. Pengarang membiarkan para tokoh cerita untuk menunjukkan kediriannya sendiri melalui berbagai aktivitas yang dilakukan, baik secara verbal lewat kata maupun nonverbal lewat tindakan atau tingkah laku dan juga melalui peristiwa yang terjadi. Pada teks fiksi yang baik, kata-kata, tingkah laku, dan kejadian-kejadian yang diceritakan tidak sekadar menunjukkan perkembangan plot saja, melainkan juga sekaligus menunjukkan sifat kedirian masing-masing tokoh pelakunya. Oleh karena itu cerita akan menjadi efektif, berfungsi ganda, dan sekaligus menunjukkan keterkaitan yang erat antara berbagai unsur fiksi.

Kelebihan teknik dramatik adalah sifatnya yang lebih sesuai dengan situasi kehidupan nyata. Kelemahan teknik dramatik adalah sifatnya yang tidak ekonomis. Pelukisan kedirian seorang tokoh memerlukan banyak kata, di berbagai kesempatan dengan berbagai bentuk yang relatif cukup panjang. Di dalam teknik dramatik ada beberapa teknik yang perlu dipahami lagi yaitu teknik cakapan,

teknik tingkah laku, teknik pikiran dan perasaan, teknik arus kesadaran, teknik reaksi tokoh, teknik reaksi tokoh lain, teknik pelukisan latar, teknik pelukisan fisik, dan catatan tentang identifikasi tokoh.

2.4.3 Alur dan Pengaluran

Alur disebut juga plot, yaitu rangkaian peristiwa yang memiliki hubungan sebab akibat, sehingga menjadi satu kesatuan yang padu, bulat, dan utuh. Menurut Redaksi PM (2012:7), alur terdiri atas beberapa bagian.

- 1) Awal, yaitu pengarang mulai memperkenalkan tokoh-tokohnya. Pada tahap ini pengarang memperkenalkan karakter tokoh satu per satu sehingga pembaca memahami terlebih dahulu karakter yang telah dimiliki masing-masing tokoh.
- 2) Tikaian, yaitu terjadi konflik di antara tokoh-tokoh pelaku. Pada tahap inilah para tokoh mengalami konflik sehingga cerita pun menjadi lebih menarik. Konflik ini pun terjadi pada tokoh yang berperan antagonis dan protagonis. Tokoh yang menyebabkan konflik ini terjadi yaitu biasanya disebabkan oleh tokoh antagonis.
- 3) Gawatan atau rumit, yaitu konflik tokoh-tokoh semakin seru. Pada tahap ini konflik yang terjadi semakin rumit dan semakin memanas sehingga pembaca pun semakin penasaran dengan ceritanya. Tokoh antagonis pun semakin menjadi-jadi dan tokoh protagonist pun semakin terpojokkan.
- 4) Puncak, yaitu saat puncak konflik di antara tokoh-tokohnya. Pada tahap ini tingkat emosional para tokoh makin meningkat sehingga konflik pun menjadi klimaks atau mencapai pada puncaknya. Pertikaian antara tokoh antagonis dan tokoh protagonis semakin sengit.

- 5) Leraian, yaitu saat peristiwa konflik semakin reda dan perkembangan alur mulai terungkap. Setelah terjadinya konflik yang mencapai klimaks, ada tokoh yang bertugas sebagai peleraian atau penyelesaian masalah. Tokoh inilah yang mengungkapkan kebenaran dari masalah yang telah terjadi sehingga masalah pun terselesaikan.
- 6) Akhir, yaitu seluruh peristiwa atau konflik telah terselesaikan. Pada tahap ini biasanya tokoh antagonis dan protagonis saling memaafkan dan masalah pun terselesaikan. Tahap ini juga biasanya akan berakhir bahagia.

Pengaluran yaitu teknik atau cara-cara menampilkan alur. Menurut kualitasnya, pengaluran dibedakan menjadi alur erat dan alur longgar. Alur erat ialah alur yang tidak memungkinkan adanya pencabangan cerita. Alur longgar adalah alur yang memungkinkan adanya pencabangan cerita. Menurut kualitasnya, pengaluran dibedakan menjadi alur tunggal dan alur ganda.

Alur tunggal ialah alur yang hanya satu dalam karya sastra. Alur ganda ialah alur yang lebih dari satu dalam karya sastra. Dari segi urutan waktu, pengaluran dibedakan ke dalam alur lurus dan tidak lurus. Alur lurus ialah alur yang melukiskan peristiwa-peristiwa berurutan dari awal sampai akhir cerita. Alur tidak lurus ialah alur yang melukiskan tidak urut dari awal sampai akhir cerita. Alur tidak lurus bisa menggunakan gerak balik (*backtracking*), sorot balik (*flashback*), atau campuran keduanya.

2.4.4 Latar dan Pelataran

Latar disebut juga *setting*, yaitu tempat atau waktu terjadinya peristiwa-peristiwa yang terjadi dalam sebuah karya sastra. Latar atau *setting* dibedakan menjadi latar material dan sosial. Latar material ialah lukisan latar belakang alam atau lingkungan di mana tokoh tersebut berada. Latar sosial ialah lukisan tatakrama, tingkah laku, adat, dan pandangan hidup. Pelataran adalah teknik atau cara-cara menampilkan latar. Menurut Suyanto (2012: 50) latar dalam cerita dapat diklasifikasikan sebagai berikut.

- 1) Latar tempat, yaitu latar yang merupakan lokasi tempat terjadinya peristiwa cerita, baik itu nama kota, jalan, gedung, rumah, dan lain-lain.
- 2) Latar waktu, yaitu latar yang berhubungan dengan saat terjadinya peristiwa cerita, apakah berupa penanggalan, penyebutan peristiwa sejarah, penggambaran situasi malam, pagi, siang, sore, dan lain-lain.
- 3) Latar sosial, yaitu keadaan yang berupa adat istiadat, budaya, nilai-nilai/norma, dan sejenisnya yang ada di tempat peristiwa cerita.

a. Latar sebagai Metaforik

Penggunaan istilah metafora menunjuk pada suatu perbandingan yang mungkin berupa sifat, keadaan, suasana, ataupun sesuatu yang lain. Secara prinsip metafora merupakan cara memandang (menerima) sesuatu melalui sesuatu yang lain. Fungsi pertama metafora adalah menyampaikan pengertian dan pemahaman (Lakoff dan Johnson, dalam Nurgiyantoro, 2013: 331). Novel sebagai sebuah karya kreatif tentu saja kaya akan bentuk-bentuk ungkapan metafora, khususnya sebagai sarana

pendayagunaan unsur *stile*, sesuai dengan budaya bahasa bangsa yang bersangkutan. Kaitan ini adalah latar, latar yang berfungsi metaforik. Deskripsi latar yang melukiskan sifat, keadaan, atau suasana tertentu sekaligus berfungsi metaforik terhadap suasana internal tokoh.

b. Latar sebagai Atmosfer

Latar sebagai atmosfer berupa deskripsi kondisi latar yang mampu menciptakan suasana tertentu, misalnya suasana ceria, romantik, sedih, muram, maut, misteri, dan sebagainya. Suasana tertentu yang tercipta itu sendiri tidak dideskripsikan secara langsung, eksplisit, melainkan merupakan sesuatu yang hanya tersarankan. Namun, pembaca umumnya mampu menangkap pesan suasana yang ingin diciptakan pengarang dengan kemampuan imajinasi dan kepekaan emosionalnya. Latar yang berfungsi sebagai metaforik dan sebagai atmosfer, walau menunjuk pada pengertian dan fungsi yang berbeda, pada kenyataannya erat berkaitan.

Di dalam deskripsi sebuah latar misalnya, di samping terasa sebagai penciptaan suasana tertentu sekaligus juga terdapat deskripsi tertentu yang bersifat metaforik. Hal yang demikian justru menimbulkan efek kepadatan dan sekaligus memperkuat pandangan bahwa sastra dapat dipahami dalam berbagai tafsiran. Perlu dikemukakan bahwa atmosfer cerita adalah emosi yang dominan yang merasukinya yang berfungsi mendukung elemen-elemen cerita yang lain untuk memperoleh efek yang mempersatukan (Altenbernd dan Lewis, dalam Nurgiyantoro, 2013: 335). Atmosfer itu sendiri dapat ditimbulkan dengan deskripsi detail-detail, irama

tindakan, tingkat kejelasan dan kemasukakalan berbagai peristiwa, kualitas dialog, dan bahasa yang digunakan.

2.4.5 Gaya Bahasa (*Style*)

Gaya bahasa (*style*) adalah cara mengungkapkan bahasa seorang pengarang untuk mencapai efek estetis dan kekuatan daya ungkap. Unsur-unsur *style* adalah sebagai berikut.

- 1) Diksi, dalam penggunaan unsur diksi pengarang melakukan pemilihan kata (diksi).
- 2) Citra/imaji, adalah kata atau susunan kata-kata yang dapat memperjelas atau memperkonkret apa yang dinyatakan pengarang, sehingga apa yang digambarkan itu dapat ditangkap oleh panca indera pembaca.

Permajasan adalah teknik pengungkapan dengan menggunakan bahasa kias. Pemajasan terbagi menjadi tiga, yaitu perbandingan atau perumpamaan, pertentangan, dan pertautan. Majas perbandingan adalah kata-kata berkias yang menyatakan perbandingan untuk meningkatkan kesan dan pengaruhnya terhadap pendengar atau pembaca.

Majas perumpamaan adalah perbandingan dengan cara mengambil perumpamaan benda yang lain. Majas pertentangan adalah kata-kata berkias yang menyatakan pertentangan dengan yang dimaksudkan sebenarnya oleh pembicara atau penulis dengan maksud untuk memperhebat atau meningkatkan kesan dan pengaruhnya kepada pembaca atau pendengar. Majas pertautan adalah kata-kata berkias yang

bertautan (berasosiasi) dengan gagasan, ingatan atau kegiatan panca indra pembicara atau penulisnya.

2.4.6 Penceritaan atau Sudut Pandang

Penceritaan atau sering disebut juga sudut pandang (*point of view*), yakni dilihat dari sudut mana pengarang bercerita. Ada dua pusat pengisahan yaitu pencerita sebagai orang pertama dan pencerita sebagai orang ketiga. Sebagai orang pertama, pencerita duduk dan terlibat dalam cerita tersebut, biasanya sebagai aku dalam tokoh cerita. Sebagai orang ketiga, pencerita tidak terlibat dalam cerita tersebut, tetapi ia duduk sebagai seorang pengamat atau dalang yang serba tahu.

a. Hakikat Sudut Pandang

Sudut pandang (*point of view, viewpoint*), merupakan salah satu unsur fiksi yang oleh Stanton, dalam Nurgiyantoro digolongkan sebagai sarana cerita, *literary device*. Walau demikian, hal itu tidak berarti bahwa perannya dalam fiksi tidak penting. Sudut pandang haruslah diperhitungkan kehadirannya dan bentuknya, sebab pemilihan sudut pandang akan berpengaruh terhadap penyajian cerita. Reaksi afektif pembaca terhadap sebuah cerita fiksi pun dalam banyak hal akan dipengaruhi oleh bentuk sudut pandang.

Membaca dua buah fiksi yang berbeda, mungkin kita akan berhadapan dengan dua persona pembawa cerita yang berbeda pula. Persona tersebut dari satu sisi dapat dipandang sebagai tokoh cerita, namun dari sisi tertentu kadang-kadang juga dapat dipandang sebagai pencerita. Sudut pandang dalam teks fiksi mempersoalkan siapa

yang menceritakan atau dari posisi mana (siapa) peristiwa dan tindakan itu dilihat. Oleh karena itu, pemilihan bentuk persona yang dipergunakan, di samping memengaruhi perkembangan cerita dan masalah yang diceritakan, juga kebebasan dan keterbatasan, ketajaman, ketelitian, dan keobjektifan terhadap hal-hal yang diceritakan.

Sudut pandang pada hakikatnya merupakan strategi, teknik, siasat, yang secara sederhana dipilih pengarang untuk mengemukakan gagasan dan cerita (Nurgiyantoro, 2013: 338). Segala sesuatu yang dikemukakan dalam cerita fiksi memang milik pengarang, yang antara lain berupa pandangan hidup dan tafsirannya terhadap kehidupan. Namun, kesemuanya itu dalam cerita fiksi disalurkan lewat sudut pandang tokoh, lewat kacamata tokoh cerita yang sengaja dikreasikan.

Secara garis besar sudut pandang dapat dibedakan ke dalam dua macam: persona pertama (*first-person*) gaya “aku” dan person ketiga (*third-person*) gaya “dia”. Jadi, dari sudut pandang “aku” atau “dia”, dengan berbagai variasinya, sebuah cerita dikisahkan. Kedua sudut pandang tersebut masing-masing menunjuk dan menuntut konsekuensinya sendiri. Oleh karena itu, wilayah kebebasan dan keterbatasan perlu diperhatikan secara objektif sesuai dengan kemungkinan yang dapat dijangkau sudut pandang yang dipergunakan.

Bagaimanapun pengarang mempunyai kebebasan tidak terbatas. Ia dapat mempergunakan beberapa sudut pandang sekaligus dalam sebuah karya jika hal itu dirasakan lebih efektif. Selain itu, tampaknya juga harus disebut adanya sudut pandang dengan gaya “kau” (*second-person*). Sudut pandang ini memang belum

lazim disebut dalam berbagai teori fiksi, namun secara faktual dapat ditemukan penggunaannya dalam cerita fiksi (Nurgiyantoro, 2013: 340).

b. Macam-macam Sudut Pandang

- 1) Sudut Pandang Persona Ketiga “Dia”: Pengisahan cerita yang mempergunakan sudut pandang persona ketiga, gaya “dia”, narator adalah seseorang yang berada di luar cerita yang menampilkan tokoh-tokoh cerita dengan menyebut nama atau kata gantinya; ia, dia, mereka. Nama-nama tokoh cerita, khususnya yang utama, kerap atau terus-menerus disebut dan sebagai variasi dipergunakan kata ganti. Hal ini akan mempermudah pembaca untuk mengenali siapa tokoh yang diceritakan atau siapa yang bertindak.

Sudut pandang “dia” dapat dibedakan ke dalam dua golongan berdasarkan tingkat kebebasan dan keterikatan pengarang terhadap bahan ceritanya. Di satu pihak pengarang atau narrator dapat bebas menceritakan segala sesuatu yang berhubungan dengan tokoh “dia”, jadi bersifat mahatahu, di lain pihak ia terikat, mempunyai keterbatasan pengertian terhadap tokoh “dia” yang diceritakan itu, jadi bersifat terbatas, hanya selaku pengamat saja.

- a) “Dia” Mahatahu: Sudut pandang persona ketiga mahatahu dalam literatur bahasa Inggris dikenal dengan istilah-istilah *the omniscient point of view*, *third-person omniscient*, *the omniscient narrator*, atau *author omniscient*. Dalam sudut pandang ini, cerita dikisahkan dari sudut “dia”, namun pengarang atau narator dapat menceritakan apa saja hal-hal yang menyangkut tokoh “dia” tersebut.

Narator mengetahui segalanya, ia bersifat mahatahu (*omniscient*). Ia mengetahui berbagai hal tentang tokoh, peristiwa, dan tindakan, termasuk motivasi yang melatarbelakanginya. Ia bebas bergerak dan menceritakan apa saja dalam lingkup waktu dan tempat cerita, berpindah-pindah dari tokoh “dia” yang satu ke “dia” yang lain, menceritakan atau sebaliknya menyembunyikan ucapan dan tindakan tokoh, bahkan juga yang hanya berupa pikiran, perasaan, pandangan, dan motivasi tokoh secara jelas seperti halnya ucapan dan tindakan nyata (Abrams, dalam Nurgiyantoro, 2013: 348).

Dikarenakan narator secara bebas menceritakan hati dan tindakan tokoh-tokohnya, keadaan itu akan segera mengobati rasa ingin tahu pembaca. Pembaca menjadi tahu keadaan luar-dalam masing-masing tokoh yang berposisi ataupun yang tidak, dan itu berarti bahwa pembaca menjadi lebih tahu daripada tokoh-tokoh cerita itu sendiri. Keadaan semacam ini menjadikan pembaca menjadi lebih terlibat secara emosional terhadap cerita. Bahkan, rasanya pembaca ingin membisikkan sesuatu kepada tokoh tentang hal-hal penting yang tidak diketahuinya.

- b) “Dia” Terbatas (“Dia” sebagai Pengamat): Dalam sudut pandang “dia” terbatas, seperti halnya dalam “dia” mahatahu, pengarang melukiskan apa yang dilihat, didengar, dialami, dipikir, dan dirasakan oleh tokoh cerita, namun terbatas hanya pada seorang tokoh saja (Stanton, dalam Nurgiyantoro, 2013: 350), atau terbatas dalam jumlah yang sangat terbatas (Abrams, dalam Nurgiyantoro, 2013: 350).

Tokoh cerita mungkin saja cukup banyak yang juga berupa tokoh “dia”, namun mereka tidak diberi kesempatan untuk menunjukkan sosok dirinya seperti halnya tokoh pertama. Oleh karena dalam teknik ini hanya ada seorang tokoh yang terseleksi untuk diungkap, tokoh tersebut merupakan fokus, cermin, atau pusat kesadaran (*center of consciousness*). Berbagai peristiwa dan tindakan yang diceritakan disajikan lewat pandangan atau kesadaran seorang tokoh, dan hal itu sekaligus berfungsi sebagai filter bagi pembaca.

Di dalam teknik “dia” terbatas sering juga dipergunakan teknik narasi aliran kesadaran (*stream of consciousness*) yang menyajikan kepada pembaca pengamatan-pengamatan luar yang berpengaruh terhadap pikiran, ingatan, dan perasaan yang membentuk kesadaran total pengamatan. Sudut pandang cerita, dengan demikian menjadi bersifat objektif (*objective point of view*) atau narasi objektif (*objective narration*). Pengarang tidak mengganggu dengan memberikan komentar dan penilaian yang bersifat subjektif terhadap peristiwa, tindakan, ataupun tokoh-tokoh yang diceritakannya. Ia hanya berlaku sebagai pengamat (*observer*) melaporkan sesuatu yang dialami dan dijalani oleh seorang tokoh yang sebagai pusat kesadaran. Ia sama halnya dengan pembaca adalah seorang tokoh yang berdiri di luar cerita.

Namun, karena cerita itu merupakan hasil kreasi imajinasi pengarang, tentu saja ia dapat mengomentari dan menilai sesuatu yang diamatinya sesuai dengan pandangan dan pengalamannya. Namun, hal itu harus hanya berasal

dari satu sudut pandang tokoh tertentu yang telah dipilih sebagai pengamat. Di dalam hal inilah pengarang menjadi terbatas karena harus membatasi diri dengan berangkat dari kaca mata tokoh tertentu sebagai pusat kesadaran untuk memanifestasikan komentar dan penilaiannya terhadap berbagai hal yang diceritakan. Di pihak lain, hal itu pun akan mengontrol penilaian yang diberikan oleh pembaca (Abrams, dalam Nurgiyantoro, 2013: 351).

- 2) Sudut Pandang Persona Pertama “Aku”: Di dalam pengisahan cerita yang mempergunakan sudut pandang persona pertama (*first-person point of view*) “aku” (gaya “aku”), narator adalah seseorang ikut terlibat dalam cerita. Ia adalah si “aku” tokoh yang berkisah, mengisahkan kesadaran dirinya sendiri (*self consciousness*), mengisahkan peristiwa dan tindakan yang diketahui, dilihat, didengar, dialami, dan dirasakan, serta sikapnya terhadap tokoh lain kepada pembaca. Pembaca menerima apa yang diceritakan oleh si “aku”, maka pembaca hanya dapat melihat dan merasakan secara terbatas seperti yang dilihat dan dirasakan tokoh si “aku” tersebut.

Si “aku” tentu saja punya nama, namun karena ia mengisahkan pengalaman sendiri, nama itu jarang disebut. Penyebutan nama si “aku” mungkin justru berasal dari ucapan tokoh lain yang bagi si “aku” merupakan tokoh “dia” atau “kau”. Penggunaan sudut pandang “aku” dalam sebuah cerita hanya merupakan gaya, cara, atau teknik. Jadi, keadaan itu tidak perlu dihubungkan dan diartikan sebagai aku-nya pengarang walau tidak pelak sikap dan pandangan pengarang akan tercermin di dalamnya.

a) “Aku” Tokoh Utama: Di dalam sudut pandang teknik ini, si “aku” mengisahkan berbagai peristiwa dan tingkah laku yang dialaminya, baik yang bersifat batiniah (dalam diri sendiri) maupun fisik, hubungannya dengan sesuatu yang di luar dirinya. Si “aku” menjadi fokus, pusat kesadaran, pusat cerita. Segala sesuatu yang di luar diri si “aku”, peristiwa, tindakan, dan orang diceritakan hanya jika berhubungan dengan dirinya atau dipandang penting. Jika tidak, hal itu tidak disinggung sebab si “aku” mempunyai keterbatasan terhadap segala hal yang di luar dirinya. Namun sebaliknya, tokoh “aku” memiliki kebebasan untuk memilih masalah-masalah yang akan diceritakan. Di dalam cerita yang demikian, si “aku” menjadi tokoh utama (*first-person central*).

b) “Aku” Tokoh Tambahan: Di dalam sudut pandang ini tokoh “aku” muncul sebagai tokoh tambahan (*first-person peripheral*). Tokoh “aku” hadir untuk membawakan cerita kepada pembaca, sedang tokoh cerita yang dikisahkan itu kemudian dibiarkan untuk mengisahkan sendiri berbagai pengalamannya. Tokoh cerita yang dibiarkan berkisah sendiri itulah yang kemudian menjadi tokoh utama karena dialah yang lebih banyak tampil membawakan berbagai peristiwa, tindakan, dan berhubungan dengan tokoh-tokoh lain. Setelah cerita tokoh utama selesai berbicara atau tampil, si “aku” tambahan tampil kembali dan dialah kini yang berkisah.

Oleh karena itu, si “aku” hanya tampil sebagai saksi (*witness*) saja. Saksi terhadap berlangsungnya cerita yang ditokohi oleh orang lain. Si “aku” pada umumnya tampil sebagai pengantar dan penutup cerita. Di dalam

hubungannya dengan keseluruhannya novel, tokoh “aku” tersebut muncul dan berfungsi sebagai bingkai cerita.

- 3) Sudut Pandang Persona Kedua “Kau”: Sudut pandang persona kedua tidak jarang ditemukan dalam berbagai cerita fiksi walau hanya sekadar sebagai selingan dari gaya “dia” atau “aku”. Artinya, dalam sebuah cerita fiksi tidak atau belum pernah ditemukan yang dari awal hingga akhir cerita yang seluruhnya menggunakan sudut pandang “kau”. Sudut pandang gaya “kau” merupakan cara pengisahan yang mempergunakan “kau” yang biasanya sebagai variasi cara memandang oleh tokoh aku dan dia.

Penggunaan teknik “kau” biasanya dipakai mengoraglainkan diri sendiri, melihat diri sendiri sebagai orang lain. Keadaan ini dapat ditemukan pada cerita fiksi yang disudutpandangi “aku” maupun “dia” sebagai variasi penuturan atau penyebutan. Hal itu dipilih tentu juga tidak lepas dari tujuan menuturkan sesuatu dengan yang berbeda, yang asli, yang lain daripada yang lain sehingga terjadi kebaruan cerapan indera atau penerimaan pembaca. Intinya, untuk lebih menyegarkan berita.

- 4) Sudut Pandang Campuran: Penggunaan sudut pandang campuran itu di dalam sebuah novel mungkin berupa penggunaan sudut pandang persona ketiga dengan teknik “dia” mahatahu dan “dia” sebagai pengamat, persona pertama dengan teknik “aku” sebagai tokoh utama dan “aku” tambahan atau sebagai saksi. Selain itu, ia dapat pula berupa campuran antara persona pertama dan ketiga, antara “aku”, “dia”, bahkan kadang-kadang juga diselingi persona kedua “kau” sekaligus.

Sebuah novel yang bersudut pandang persona ketiga, sering memanfaatkan teknik “dia” mahatahu dan “dia” terbatas, atau sebagai *observer* yang secara bergantian. Terhadap sejumlah tokoh tertentu, narator bersifat mahatahu. Namun, terhadap sejumlah tokoh yang lain, biasanya tokoh-tokoh tambahan, termasuk deskripsi latar, narator berlaku sebagai pengamat, bersifat objektif, dan tidak melukiskan lebih dari yang dapat dijangkau oleh indera. Kapan dan seberapa banyak frekuensi penggunaan kedua teknik tersebut tentu saja berdasarkan kebutuhan. Artinya, pengarang akan mempertimbangkan sifat dan masalah yang sedang digarap di samping juga efek yang ingin dicapai. Teknik *observer* biasanya dipergunakan untuk melengkapi teknik mahatahu dan ia akan memberikan kesan teliti.

2.5 Pembelajaran Sastra di Sekolah Menengah Atas (SMA)

Pembelajaran sastra dimaksudkan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam mengapresiasi dan memproduksi karya sastra. Kegiatan mengapresiasi karya sastra berkaitan erat dengan latihan mempertajam perasaan, penalaran, dan daya khayal, serta kepekaan terhadap masyarakat, budaya, dan lingkungan hidup. Salah satu proses pengapresiasian tersebut adalah dengan menganalisis unsur-unsur intrinsik yang terdapat di dalam karya sastra (novel), dalam hal ini suasana batin tokoh yang akan diteliti oleh peneliti. Melalui pemahaman bagaimana terjadinya suasana batin yang terjadi pada tokoh atas konflik yang ditampilkan dalam cerita.

Pada pemilihan bahan ajaran sastra terdapat tiga aspek yang harus diperhatikan, yaitu aspek bahasa, aspek psikologi, dan aspek latar budaya.

a. Aspek Bahasa

Aspek kebahasaan ditentukan oleh bagaimana penulisan yang dipakai oleh pengarang yang dituangkan dalam novelnya, apakah bahasa yang digunakan pengarang merupakan bahasa baku, bagaimana isi wacananya, dan bagaimana menuangkan ide yang ingin dituangkan di dalam cerita. Apakah sesuai dengan kelompok pembaca yang ingin dijangkau sehingga mudah dipahami dan tepat sasaran.

b. Aspek Psikologi

Hal yang perlu diperhatikan pada aspek psikologi ini ialah bagaimana tahap-tahap perkembangan siswa. Hal ini sangat penting karena berpengaruh terhadap daya ingat, kemauan, kesiapan belajar, dan dalam pemecahan masalah yang dihadapi. Berikut tahap-tahap perkembangan anak untuk membantu guru memahami tingkat perkembangan psikologi anak SD sampai menengah.

- 1) Tahap Penghayalan (8 – 9 Tahun): Tahap penghayalan ini menunjukkan bahwa imajinasi anak penuh dengan fantasi anak itu sendiri, fantasi tentang apa saja yang banyak belum diisi hal-hal yang nyata.
- 2) Tahap Romantik (10 – 12 Tahun): Tahap romantik ini anak berada pada masa yang mengarah pada realitas yang ada dan anak mulai meninggalkan fantasi-fantasi mereka sendiri.
- 3) Tahap Realistik (13 – 16 Tahun): Pada tahap realistik ini anak benar-benar terlepas dari fantasi mereka sendiri dan mereka telah berminat pada realitas.

Mereka telah mencoba mengikuti fakta-fakta dalam menjalani kehidupan secara real.

- 4) Tahap Generalisasi (usia 16 dan selanjutnya): Pada tahap generalisasi ini, anak tidak lagi berminat pada hal-hal yang bersifat praktis saja, tetapi mereka juga sudah berminat menemukan konsep abstrak.

c. Latar Belakang Budaya

Latar belakang budaya meliputi hampir semua faktor kehidupan manusia dan lingkungan geografis, sejarah, iklim, pekerjaan, cara berpikir, nilai-nilai masyarakat, seni, hiburan, etika, dan sebagainya. Terkait dengan pembelajaran sastra dalam kurikulum 2013 Sekolah Menengah Atas (SMA) terdapat kelas XII yang memiliki kompetensi dasar dan kompetensi inti mengenai menganalisis unsur intrinsik dalam novel yang difokuskan pada suasana batin tokoh, yaitu sebagai berikut.

Tabel 1 Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.4 Mengulas isi dan unsur kebahasaan sebuah novel	Siswa mampu memahami dan menganalisis unsur suasana batin tokoh dalam cuplikan novel <i>Dari Jendela Hauzah</i> karya Otong Sulaeman

<p>4.4 Menyajikan ulasan isi dan unsur kebahasaan sebuah novel dalam kegiatan bedah buku secara lisan dan tertulis</p>	<p>Siswa mampu mengomunikasikan hasil pemahaman dan analisis unsur suasana batin tokoh dalam cuplikan novel <i>Dari Jendela Hauzah</i> karya Otong Sulaeman</p>
--	---

Tujuan pembelajaran yang akan dicapai adalah sebagai berikut.

- a. Siswa mampu memahami dan menganalisis unsur suasana batin tokoh dalam cuplikan novel *Dari Jendela Hauzah* karya Otong Sulaeman
- b. Siswa mampu mengomunikasikan hasil pemahaman dan analisis unsur suasana batin tokoh dalam cuplikan novel *Dari Jendela Hauzah* karya Otong Sulaeman

Melalui karya sastra yang dibacanya, siswa mampu mengetahui dan memahami suasana batin tokoh dalam karya sastra tersebut. Hal ini tentu saja bergantung pada ketepatan seorang guru dalam memilih bahan bacaan. Guru hendaknya mengembangkan wawasan untuk dapat menganalisis pemilihan materi sehingga dapat menyajikan pembelajaran sastra yang mencakup dunia yang lebih luas.

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang diarahkan untuk memberi fakta-fakta atau kejadian-kejadian secara sistematis dan akurat mengenai sifat-sifat populasi atau daerah tertentu (Margono, 2007: 3). Menurut Bogdan dan Taylor (dalam Sujarweni, 2014: 19) menjelaskan bahwa penelitian kualitatif adalah salah satu prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa ucapan atau tulisan dan perilaku orang-orang yang diamati.

Pendekatan kualitatif diharapkan mampu menghasilkan uraian yang mendalam tentang ucapan, tulisan, dan perilaku yang dapat diamati dari suatu individu, kelompok, masyarakat, dan organisasi tertentu dalam suatu keadaan konteks tertentu yang dikaji dari sudut pandang yang utuh, komprehensif, dan holistik. Jadi, penelitian deskriptif kualitatif merupakan penelitian yang termasuk dalam jenis penelitian kualitatif. Penelitian ini memberikan fakta secara sistematis dan akurat berupa tulisan yang menerangkan perilaku berupa suasana batin tokoh di dalam novel yang akan diteliti.

Tujuan dari penelitian deskriptif kualitatif ini adalah mengungkap fakta, keadaan, fenomena, variabel, dan keadaan yang terjadi saat penelitian berjalan dan

menyuguhkan apa adanya. Penelitian deskriptif kualitatif menafsirkan dan menuturkan data yang bersangkutan dengan situasi yang sedang terjadi, sikap serta pandangan yang terjadi di dalam masyarakat, pertentangan dua keadaan atau lebih, hubungan antarvariabel, perbedaan antarfakta, pengaruh terhadap suatu kondisi, dan lain-lain. Hal yang dideskripsikan dalam penelitian ini adalah suasana batin tokoh pada novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman dan pembelajarannya di SMA kelas XII.

3.2 Sumber Data dan Data

Data pada penelitian ini adalah data yang bersifat kualitatif, yaitu data yang berisi kata-kata bukan angka atau numerik. Data yang digunakan berupa kutipan yang menggambarkan suasana batin tokoh pada novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman. Sumber data dalam penelitian ini yaitu novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman yang diterbitkan pada bulan Maret 2010, terdiri dari 38 bab, 460 halaman, ketebalan buku 2,5 cm, dan diterbitkan oleh PT Mizania Pustaka Bandung.

Novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman dipilih sebagai sumber data karena novel tersebut merupakan novel yang menginspirasi kita untuk memperjuangkan pendidikan demi mencapai kesuksesan yang hakiki tanpa mempermasalahkan jarak, tahta atau kedudukan, serta harta yang dimiliki. Selain itu, novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman juga menginspirasi kita untuk tidak memutuskan tali silaturahmi dengan siapa pun, baik dengan orang yang menzalimi kita maupun dengan orang yang menyayangi kita. Novel tersebut memberikan banyak inspirasi dan motivasi bagi pembacanya, khususnya

kaum remaja. Bahasa yang digunakan dalam novel tersebut pun mudah untuk dipahami sehingga siapapun yang membacanya akan mengerti apa yang dimaksud oleh penulisnya.

3.3 Teknik Pengumpulan Data

Di dalam mengumpulkan data, penulis melakukan beberapa tahapan. Menurut Faruk (2012: 96) teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan langkah-langkah sebagai berikut.

1. Membaca keseluruhan novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman.
2. Menandai data yang terdapat dalam novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman.
3. Memindahkan data-data yang telah ditandai ke dalam buku catatan.
4. Mengelompokkan data-data tersebut ke dalam kategori kesedihan, kesenangan, atau kemarahan.
5. Membuat tabel sesuai dengan data yang telah dikelompokkan.

3.4 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah analisis teks. Menurut Faruk (2012: 97) bahwa analisis teks tersebut digunakan untuk mendeskripsikan cara pengarang mengungkapkan suasana batin tokoh yang terkandung di dalam novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman. Teknik analisis teks ini berfungsi untuk mengidentifikasi suasana batin tokoh dalam novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman yaitu berupa penggalan-penggalan kalimat pada novel yang mengacu pada suasana batin tokoh tersebut.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan langkah-langkah sebagai berikut.

1. Membaca keseluruhan novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman.
2. Membaca tabel data yang telah dikategorikan, apakah termasuk kesedihan, kesenangan, atau kemarahan.
3. Menganalisis novel dan data yang telah diperoleh untuk mengetahui suasana batin tokoh dalam novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman.
4. Menyimpulkan hasil analisis mengenai suasana batin tokoh yang ada di dalam novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman.
5. Mengaitkan suasana batin tokoh dalam novel *Dari Jendela Hauzah* Karya Otong Sulaeman ke dalam pembelajaran sastra di SMA kelas XII.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis pada penelitian mengenai suasana batin tokoh dalam novel *Dari Jendela Hauzah* karya Otong Sulaeman dengan menganalisis suasana batin tokoh yang mengandung unsur kesedihan, kesenangan, dan kemarahan yang telah dijelaskan pada bab V, maka dapat disimpulkan sebagai berikut.

- a. Di dalam novel *Dari Jendela Hauzah* karya Otong Sulaeman terdapat unsur suasana batin. Suasana batin yang lebih dominan dialami para tokoh dalam novel tersebut yaitu suasana batin kesedihan, kesenangan, dan kemarahan. Suasana batin tersebut timbul karena adanya emosi jiwa yang dialami oleh setiap tokoh. Emosi dan suasana batin tersebut dapat terlihat dari situasi dan kondisi yang sedang terjadi pada saat tertentu.
- b. Novel *Dari Jendela Hauzah* karya Otong Sulaeman dapat dijadikan bahan ajar di SMA kelas XII semester genap dengan menggunakan Kurikulum 2013. Kompetensi dasar yang digunakan yaitu 3.3 menganalisis teks novel baik secara lisan maupun tulisan. Alokasi waktu yang digunakan yaitu 4 x 45 menit dalam 2 kali pertemuan.

5.2 Saran

Berdasarkan simpulan di atas, maka penulis merekomendasikan saran-saran sebagai berikut.

- a. Penelitian suasana batin tokoh dalam novel *Dari Jendela Hauzah* karya Otong Sulaeman dapat lebih diperluas lagi dengan tidak hanya meneliti ketiga unsur suasana batin yang telah diteliti di atas (kesedihan, kesenangan, dan kemarahan), namun unsur suasana batin lainnya seperti galau, lelah, gelisah, dan sebagainya juga dapat diteliti.
- b. Materi ajar tentang mendeskripsikan suasana batin tokoh dalam novel *Dari Jendela Hauzah* karya Otong Sulaeman tidak hanya dapat digunakan sebagai bahan ajar di SMA kelas XII semester genap dengan menggunakan Kurikulum 2013. Namun, dapat juga digunakan sebagai bahan ajar menganalisis suasana batin tokoh dalam novel *Dari Jendela Hauzah* karya Otong Sulaeman di SMA kelas XI semester ganjil dengan menggunakan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP).
- c. Peneliti selanjutnya dapat meneliti unsur suasana batin dalam novel *Dari Jendela Hauzah* karya Otong Sulaeman dengan cara menganalisis dengan menggunakan metode korelasional atau metode historis.

DAFTAR PUSTAKA

- Fahransa, Adeke Dini. 2008. *Grief pada Ayah yang Ditinggal Anaknya Meninggal Dunia*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Faruk. 2012. *Metode Penelitian Sastra*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Febrina, Richa. 2013. *Psikologi*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Feist, Jess dan Feist, Gregory J. 2010. *Teori Kepribadian*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Henslin, James. M. 2006. *Sosialisasi dengan Pendekatan Membumi*. Jakarta: Erlangga.
- Kalidjernih, Freddy K. 2010. *Penulisan Akademik*. Bandung: Widya Aksara Press.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. 1988. *Hakikat Emosi*. Jakarta. Diakses pada tanggal 15 Febuari 2016.
- Kautsar, Meidy. 2013. *Kebahagiaan Bagi Pandangan Filsafat*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Kubler-Ross, Elisabeth. 2009. *On Death and Dying*. London and New York: Routledge.
- Kurnia, Ingridwati. dkk. 2008. *Perkembangan Belajar Peserta Didik*. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional.
- Kusumaningrum, Febrianti Diah. 2015. *Jangan Terpancing Emosi, Kenali Dulu 4 Jenis Kemarahan*. Jakarta: Tabloid Merdeka.

- Latifa, Rena. 2012. *Psikologi Emosi*. Jakarta: Direktorat Pendidikan Tinggi Islam, Dirjen Pendidikan Islam, Kementerian Agama RI.
- Margono. 2007. *Metodelogi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurgiyantoro, Burhan. 2013. *Teori Pengkajian Fiksi*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- PM, Redaksi. 2012. *Sastra Indonesia Paling Lengkap*. Jawa Barat: Pustaka Makmur.
- Purba, Antilan. 2012. *Sastra Indonesia Kontemporer*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Raya, PT. Binatama. 2016. *8 Standar Nasional Pendidikan*. Jakarta: PT. Binatama Raya.
- Rumambay, Marczumi. 2011. *Kemarahan Menurut Islam*. Yogyakarta: Pustaka Barupress.
- Safaria, Hernata. 2009. *Dunia Psikologi*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Sujarweni, V. Wiratna. 2014. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Barupress.
- Sunarto & Agung, Hartono. 2002. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Suseno, Tutu April. 2004. *Pemenuhan Kebutuhan Dasar Manusia : Kehilangan, Kematian, dan Berduka dan Proses Keperawatan*. Jakarta : Sagung Seto
- Suyanto, Edi. 2012. *Perilaku Tokoh dalam Cerpen Indonesia*. Bandar Lampung: Universitas Lampung.
- Umar, Nasaruddin. 2014. *Belajar dari Suasana Batin*. Jakarta: Khazanah.
- Universitas Lampung. 2015. *Format Penulisan Karya Ilmiah*. Lampung: Universitas Lampung.

Wahdaniah. 2010. *Konsep Kehilangan*. <http://wahdaniah-ns.blogspot.com/2010/10/konsep-kehilangan.html>. Diakses pada tanggal 12 Febuari 2016.

<http://akperla.blogspot.co.id/2013/09/loss-and-grieving.html>. Diakses pada tanggal 2 Maret 2016.

<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/27243/4/Chapter%20II.pdf>.

Diakses pada tanggal 18 Febuari 2016.

<https://otongsulaeman.wordpress.com/category/buku/>. Diakses pada tanggal 8 Febuari 2016.

<https://sites.google.com/site/fittriyanto2/menangdarikesedihan/>. Diakses pada tanggal 12 Febuari 2016.

<http://kbbi.web.id/>. Diakses pada tanggal 15 Maret 2016.